

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

Amavir Alcalá celebra el Día Internacional de las Personas de Edad

Un viaje en el tiempo muy especial a través de imágenes antiguas, anécdotas y recuerdos.

La Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 1 de octubre para conmemorar el Día Internacional de las Personas de Edad. En Amavir Alcalá, como no podía ser de otra forma, nos sumamos a esta celebración en un día tan significativo para nuestros mayores como es esta fecha. De esta manera, festejamos en nuestra casa una actividad muy especial por su día y les reunimos en la sala de Terapia Ocupacional para realizar un viaje en el tiempo todos juntos. Preparamos una presentación con objetos y escenas de antaño visualizando en imágenes cómo eran en el pasado los medios de transporte, los muebles, los objetos de uso cotidiano y las bodas de antes. Junto a nuestros mayores, nos adentramos en sus recuerdos y testimonios de manera interactiva. Recorrimos entre todos ese océano de emociones que supone trasladarnos “a la vida de antes”. Compartieron por turnos sus anécdotas y recuerdos de los distintos objetos y escenas que proyectábamos en las imágenes y disfrutaron mu-



Colgamos el cartel de aforo completo en la sala de Terapia Ocupacional.

chísimo de esta actividad. De la misma manera, al terminar, repartimos el “Poema sobre la vejez” del autor José Saramago. Para que los familiares también guardaran un recuerdo de este día, pusimos los poemas en la entrada del centro a su disposición. Nuestros residentes vivieron una jornada muy especial cargada de sentimientos y emociones.

El bingo musical del Departamento de Terapia Ocupacional

Creamos “la banda sonora de las vidas de nuestros residentes” en conmemoración del Día Mundial del Alzheimer.

En el Día Mundial del Alzheimer disfrutamos de una jornada de música, esa gran aliada que siempre nos ayuda a evocar recuerdos, vivencias y emociones. A su vez, nos acerca al entorno donde vivimos y a las personas con las que convivimos en nuestro día a día. Desde el Departamento de Terapia Ocupacional creamos un bingo adaptado a las necesidades de cada uno de nuestros residentes junto con una selección de temas que configuraba lo que sería “la banda sonora de su vida”. Esta actividad no solo fue un momento significativo para los residentes, sino que, adivinar las canciones se convirtió en una tarea motivacional, animándose a cantar a pleno pulmón a incluso a bailar “La Macarena”.



Nuestros mayores durante el bingo musical.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Circuito de rehabilitación, electroterapia, movilizaciones asistidas y gerontogimnasia.

Terapia Ocupacional

Estimulación cognitiva, terapia funcional, psicomotricidad y laborterapia.

Animación Sociocultural

Fiesta de cumpleaños del mes, bingo y ludoterapia.

Psicología

Valoración, asesoramiento e intervención con usuarios y familiares.

Trabajo Social

Asesoramiento en recursos y ayudas sociales.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Villancicos de los trabajadores.
Excursión a ver belenes.
31/12 Campanadas.
Fiesta de cumpleaños.

Enero

06/01 Visita de los Reyes Magos.
Fiesta de cumpleaños.

Febrero

14/02 San Valentín.
Fiesta de Carnavales.
Fiesta de cumpleaños.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

04/12 Teresa Vizuite
06/12 José Antonio Berlinches
07/12 María Nagel
08/12 María Filomena Martins
08/12 Obdulia Miguel
08/12 Concepción Salomón
10/12 María Pilar Rodríguez
11/12 Victorico Canales
11/12 Felisa García
11/12 Emilia Vivas
14/12 María González
18/12 Aurelia Ramírez
20/12 Dominica Barahona
24/12 Salud Toribio
29/12 Lucía Gil
30/12 Jesús Pardo

Enero

09/01 Victoriana Jaime
09/01 Aurora Pérez
10/01 Carmen Fernández
10/01 Nieves Oliva
11/01 Sagrario Alonso
13/01 Pedro González
17/01 Trinidad Sánchez
18/01 Luis López
24/01 Cesárea Bartolomé
27/01 Carmen Iriepa
27/01 Catalina Salcedo
28/01 María Diéguez
30/01 Hipólito Casa
31/01 Montserrat Garriga

Febrero

01/02 María Rosa Varea
02/02 Candelaria de Dios
03/02 María Josefa Olivares
09/02 Felisa Mellado
10/02 Gregoria García
12/02 Isabel Calleja
12/02 Julián Orozco
14/02 Aurelia García
15/02 Petra Gómez
18/02 Julio Hernández
18/02 Francisca López
23/02 Florentino Mesones
23/02 Isidora Vidal
28/02 Enrique Pascual

SERVICIOS

Peluquería

Lunes, martes y miércoles de 15:00 a 19:00 h.
Jueves y viernes de 10:30 a 13:00 h y de 15:00 a 19:00 h.

Podología

Miércoles alternos a las 16:00 h.



HOY COMEMOS Juana García

Buñuelos de calabaza

INGREDIENTES

Harina 125 g, calabaza 300 g, levadura 3 g, huevos, azúcar 25 g, ralladura de 1 naranja y sal.

PREPARACIÓN

Preparamos un puré de calabaza y reservaremos el agua de cocción. Montamos las claras a punto de nieve, añadimos la levadura, el azúcar, la sal, la ralladura de naranja y las yemas de huevo. Mezclamos hasta conseguir una masa y añadimos 12 cucharadas del agua de la cocción, el puré de calabaza y las claras montadas a punto de nieve. Rellenamos una manga pastelera y freímos.



SECRETOS DE MI TIERRA



Nuestros mayores durante la excursión al mercado de este año.

El mercado medieval de Alcalá de Henares en honor a Miguel de Cervantes

El mercado medieval de Alcalá de Henares realmente se llama Mercado Cervantino, y es el más grande de España y de Europa. El sábado 9 de octubre es la fecha en la que se conmemora el bautismo de Miguel de Cervantes y este día se celebra la procesión cívica con su partida de bautismo que, después, el público podrá ver en la Capilla del Oidor. Se hace coincidir esta fecha tan significativa con la edición anual del mercado cervantino, que rinde homenaje a la figura del ilustre escritor Miguel de Cervantes. Durante cinco días, la ciudad del Quijote se transforma y se llena de magia, haciéndonos

viajar en el tiempo al Siglo de Oro. Este año fue un tanto diferente, ya que se ambientó en un campamento previo a la batalla de Lepanto de 1571 porque se conmemoraba su 450 aniversario. También fue la primera vez que se realizó lejos del casco histórico, en el recinto ferial “La Isla de Colegio”. Como no podía ser de otra manera, nuestros mayores fueron de excursión al mercado cervantino, donde disfrutaron de los puestos, de los pasacalles con música medieval y de las exhibiciones de soldados a caballo y peleas de espadas. Alguno de ellos también aprovechó para realizar compras de todo tipo.

AYER Y HOY



Antes

Doña Felisa Mellado nació en Pozuña, Ciudad Real. Una vez casada, se marchó a vivir a Alcalá de Henares. Es una persona afable, colaboradora y a la que le encanta conversar. Se casó con Juan José, con quien bailaba en la verbena del pueblo, convirtiéndose para ella en un marido extraordinario. Felisa habla maravillas de sus dos hijas, así como de sus nietos, sintiéndose querida y mimada por todos ellos.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Palacios



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos encaminamos hacia el cierre del año. Los días avanzan de forma imparable hacia el 2022. Como es costumbre, aprovechamos para echar la vista atrás y recordar lo que hemos vivido, y al mismo tiempo, orientarnos hacia los nuevos proyectos que nos deparará el año próximo. Este último trimestre nos ha permitido retomar la normalidad tanto en vuestras visitas como en la realización de las actividades grupales, y, de este modo, volver a realizar las tan esperadas salidas, celebraciones de cumpleaños, retomar el cine, etc. Para el año nuevo que entra, nos gustaría recuperar el proyecto de creación de espacios de memoria. Esta técnica se lleva a cabo a través de la colocación de rincones y salas de reminiscencia que recrean estancias o ambientes similares a los que los residentes han vivido, lo cual facilita el recuerdo de momentos de vida significativos. Para ello, precisamos de la colaboración de todas las personas que forman parte de nuestros centros, para que puedan colaborar con material que posean de otras épocas como fotografías, mobiliario, menaje y objetos de decoración, entre otros, e ir creando en el centro estos espacios. Desde el Departamento de Psicología, Clara os orientará sobre qué material podéis aportar para su creación. Os doy las gracias por adelantado y, como siempre, estoy a vuestra disposición para aquello que podáis necesitar. Un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

Regresan las celebraciones de cumpleaños con baile a Amavir Alcalá

Jornadas mensuales de música, danza y alegría para nuestros mayores.

Os anunciamos, con gran entusiasmo, que en Amavir Alcalá volvemos a reunirnos residentes, trabajadores y familiares en eventos tan importantes como los cumpleaños de nuestros mayores. Cada fiesta se prepara con mucho cariño y mimo. La residencia se llena de música típica de su época, danzan en parejas, en grupos, sacan a bailar a los que necesitan apoyo de nuestros trabajadores... En definitiva, se transportan a ese recuerdo de su juventud, ya que nuestros residentes han sido y son todos unos bailarines. Antes de acabar con la celebración, dedicamos un espacio para nombrar y aplaudir a cada uno de los protagonistas, cantándoles como broche de oro el gran esperado cumpleaños feliz. Nuestros mayores disfrutaron de una jornada donde la música, el baile y la alegría fueron los protagonistas indiscutibles del día.



Nuestros residentes se lo pasaron en grande durante la jornada de celebración de cumpleaños.

QUIÉN ES QUIÉN

Raquel Díaz, auxiliar de enfermería en el Centro de Día

Junto a sus compañeras, cuida y atiende a nuestros mayores de manera extraordinaria.

Edad: 45 años.

En Amavir desde: 2008.

Lo mejor de Amavir: El trato con los abuelos.

Virtud: Honestidad.

Defecto: Cabezonería.

Aficiones: Los perros y los caballos.

Libro: Un cuento perfecto, de Elisabet Benavent.

Película: El gran Torino, de Cleant Eastwood.

Grupo de música: Fito y los Fitipaldis.

Comida favorita: Cocido madrileño.



RECUERDOS

La Navidad de ayer y de hoy

La Navidad que recuerdan nuestros mayores dista bastante a como la vivimos hoy en día. Para empezar, antiguamente nadie había oído hablar de Papa Noel y solo los más afortunados tenían la suerte de que los Reyes Magos llegaran a su casa para dejarles uno o dos regalos como mucho. Después de cenar en Nochebuena, casi todo el pueblo iba la misa de Gallo. Por otro lado, la Nochevieja se celebraba en casa o en la plaza del pueblo, pero evidentemente, sin televisión. Tampoco había campanadas, lo más habitual era salir a tocar villancicos con zambombas, panderetas o botellas viejas para pedir aginaldo.

¡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.



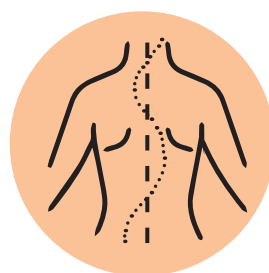
Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.