

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



La presidenta de Navarra inaugura nuestra nueva residencia Amavir Valle de Egüés

María Chivite destacó que se trata de un centro «precioso, luminoso y amable» que apuesta por un modelo sostenible que pone a la persona en el centro, fomentando una atención humanizada.

La presidenta del Gobierno de Navarra, María Chivite, presidió hace unas semanas el acto de inauguración de la residencia de mayores Amavir Valle de Egüés, ubicada en el municipio de Sarriguren, que es la sexta residencia de la compañía en la Comunidad Foral.

Tras la visita, Chivite destacó que el edificio es «precioso, luminoso y amable» y que apuesta por un modelo asistencial basado en poner a la persona en el centro, humanizar la atención y fomentar su autonomía. La presidenta agradeció a los profesionales de la residencia todo el trabajo que realizan día a día, especialmente durante la pandemia, que tanto castigó a este sector, y en donde demostraron «su profesionalidad y su humanidad». A los propios residentes les quiso también agradecer su resistencia, su paciencia y su fortaleza durante estos duros momentos. «Ellos son un ejemplo para todos, un patrimonio que tenemos que cuidar, porque estamos aquí gracias a su trabajo y su lucha. No podemos dejarles atrás, lo que somos hoy es por ellos y ellas».

Por su parte, la directora general de Amavir, Lourdes Rivera, subrayó la importancia de esta inauguración por ser la primera residencia de la compañía desde el nacimiento de la marca



Amavir en 2017. Además, quiso incidir en que se trata de un centro que apuesta por el respeto al medio ambiente y que va a fomentar la economía local y ser fuente de empleo e inserción. Por último, Lourdes Rivera finalizó su discurso agradeciendo «el excelente trabajo que han desarrollado todas las personas y entidades que han participado en el diseño y construcción de esta residencia. También a las perso-

nas mayores y familias que han confiado en nosotros y que viven en ella, porque esta es ya su casa. Y, por supuesto, a los profesionales que la conforman, que son el alma mater de nuestra compañía. Profesionales cualificados y expertos pero, sobre todo, personas con una enorme vocación de servicio que dan lo mejor de sí mismos cada día para que los mayores se sientan atendidos, cuidados y queridos».



Gran éxito de las Jornadas Amavir de Trabajo Social en Madrid, que reunieron a más de 500 personas

El evento, que se celebró el 9 de junio en el centro cultural CaixaForum, contó con las ponencias de Mario Alonso Puig y Carlos Hernández.

La Jornada Amavir 2022, dirigida a profesionales del Trabajo Social, contó con la participación de más de 500 personas, 300 de manera presencial en el Centro Cultural CaixaForum de Madrid y otras 200 de manera online a través de YouTube.

El lema de la jornada era “Claves para seguir adelante con ilusión, energía y confianza” y se contó con las ponencias de Mario Alonso Puig, médico fellow en cirugía por Harvard University Medical School, y Carlos Hernández, premio Excelencia 2012 de la Universidad Carlos III de Madrid. Ambos compartieron con los participantes las claves y herramientas ne-



cesarias para continuar con energía e ilusión tras el duro período vivido durante estos años por causa de la pandemia del coronavirus.

Mario Alonso, conocido por el gran público por su presencia habitual en numerosos programas de televisión, incidió en cómo el cuerpo y la mente están interconectados, tratando de ofrecer claves para escapar del estrés. Por su parte, Carlos Hernández resaltó la importancia de la resiliencia y el realismo positivo, que deben fomentarse con prácticas como el cultivo de las relaciones sociales, la autoestima, la flexibilidad ante situaciones de cambio y la determinación.



Puedes ver un resumen de la jornada y las ponencias completas en nuestra página web www.amavir.es



Patrocinamos el XIV Congreso Estatal de Trabajo Social

Amavir ha sido una de las empresas patrocinadoras del XIV Congreso Estatal y II Congreso Iberoamericano de Trabajo Social, que se celebró del 25 al 28 de mayo en Ciudad Real. Este evento, que este año ha conmemorado el 40 aniversario de su constitución, está organizado por el Consejo General del Trabajo Social y tiene el objetivo de ser un espacio de encuentro entre profesionales del sector tanto a nivel nacional como iberoamericano. Esta edición tenía como lema “Trabajo Social en esencia: cambiar para avanzar, crear para crecer”.



Amavir participa en el I Congreso de Liderazgo Junior de Enfermería

Amavir ha participado en la primera edición del Congreso de Liderazgo Junior de Enfermería, celebrado en la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid. Además de ser uno de los patrocinadores del evento, Amavir ha estado representado en el mismo gracias a la intervención de Marta Gómez Ávalos, responsable asistencial de Enfermería de la compañía, que ha impartido la ponencia “El papel del profesional de enfermería en el modelo de Atención Centrado en la Persona”.



**ACTUALIDAD**

Una exposición para celebrar el Día Mundial del Arte

Nuestros mayores recrearon las Meninas en honor a Diego Velázquez.

Si hacemos una búsqueda e indagamos en la historia del porqué del Día Mundial del Arte, va más allá de dar a conocer la importancia que tiene el arte. Nos hace reflexionar sobre el pensamiento creativo, la evolución del pensamiento humano y la resolución de los problemas que nos aquejan. Nuestra parte artística nos hace ir más allá y tener una visión diferente que nos conciencia de la diversidad cultural de todos los pueblos del mundo y desempeña un rol importante en el intercambio de conocimientos y en el fomento del interés y el diálogo. El arte además engloba un conjunto de beneficios, no solo a nivel físico y cognitivo, sino también a nivel emocional, favoreciendo que se establezcan vínculos entre nosotros y creando relaciones interpersonales al compartir tiempo, inspirar y potenciar la creatividad, sanar o expresar sentimientos a través de lo que plasmamos en un papel. Desde el Departamento



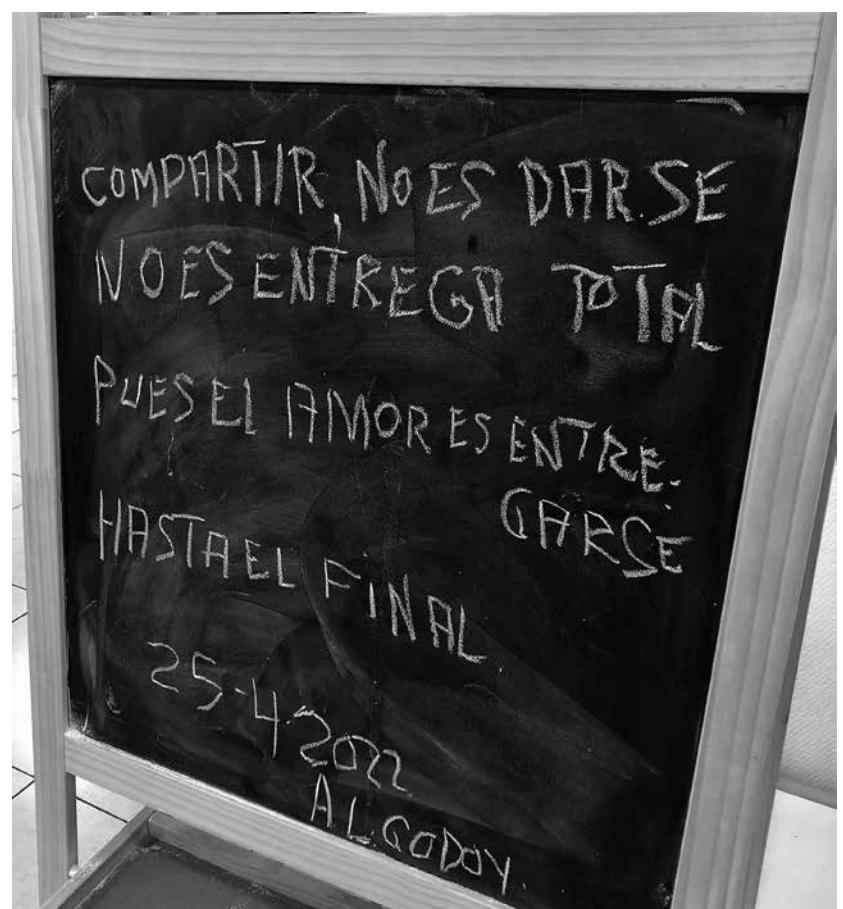
Primera edición de la exposición de cuadros de nuestros mayores.

de Terapia Ocupacional se ha creado una exposición de las Meninas en honor a Diego Velázquez y a una de sus creaciones más famosas. Este cuadro tan conocido del pintor ha sido recreado por nuestros residentes y usuarios de centro de día, queriéndonos sumar al homenaje que se brinda desde la Comunidad de Madrid al artista.

Marcapáginas con motivo del Día del Libro

El mejor momento para perdernos entre las palabras que cuentan esas maravillosas historias.

Para dar sentido a las actividades que hicimos, les situaremos en la historia y el motivo de la celebración del Día del Libro. Curiosidad uno: un 23 de abril murieron tres grandes de la literatura, Miguel de Cervantes, William Shakespeare y Garcilaso de la Vega. Curiosidad dos: está ligado a la historia española, por esa fiesta que une rosas, libros y enamorados o Sant Jordi. Pero su origen es aún más novelesco, habla de la leyenda "Sant Jordi y el dragón". Desde el centro quisimos darle un toque personal con un taller para leer fragmentos de libros y cuentos populares. Además, uno de nuestros mayores compartió varios de sus poemas. Y, junto a ellos, hicimos marcapáginas caseros con flores y hojas del jardín. Unos para nosotros y otros para los familiares.



Las palabras no entienden de edades ni de lugares.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Fisioterapia**

Círculo de rehabilitación, electroterapia, movilizaciones asistidas y gerontogimnasia.

Terapia Ocupacional

Intervención en actividades de la vida diaria, estimulación cognitiva, rehabilitación 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.

SERVICIOS**Peluquería**

Lunes de 15:00 a 19:00 h. Martes y miércoles de 10:00 a 13:00 h. Jueves y viernes de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 20:00 h.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Julio**

Taller de los sentidos.
26/05 Día del Abuelo.
Fiesta de cumpleaños.

Agosto

Taller de reminiscencia sobre el verano.
19/08 Taller por el Día Mundial de la Fotografía.
Fiesta de cumpleaños.

Septiembre

13/09 Taller por el Día Mundial del Chocolate.
Semana del mayor en Alcalá de Henares.
21/09 Día del Alzhéimer.
Fiesta de cumpleaños.

**HOY COMEMOS** Francisca López

Salmorejo cordobés

INGREDIENTES

Tomate, pan, ajo y aceite de oliva virgen.

PREPARACIÓN

Hacemos un puré con el tomate y cubrimos el pan, dejando que se impregne durante diez minutos. Pasado ese tiempo, incorporamos el diente de ajo y trituramos bien con la batidora. Incorporamos el aceite de oliva virgen que conseguirá un resultado cremoso y espeso. Tras esto volvemos a triturar hasta que nuestro salmorejo sea uniforme, con un bonito color anaranjado y suficientemente compacto.

**CUMPLEAÑOS****Julio**

06/07 Rosalía Di Manuel
06/07 María Josefa López
07/07 Francisca Cortijo
07/07 Mercedes Fernández
07/07 Antonio Porcel
07/07 Antonia Ranz
09/07 María Luisa Mora
09/07 Josefa Sánchez
11/07 María Alba
11/07 Milagros Martínez
12/07 Ricardo Llull
16/07 Carmen Morales
19/07 Manuela Albín
19/07 Clotilde Garrido
26/07 Carmen Arranz
26/07 Pilar Díaz
28/07 Patricia Ximena Díaz
30/07 Sebastiana Muñoz

Agosto

04/08 Juliana Calderón
04/08 Domingo Gomara
05/08 Francisca Ferrer
11/08 Juana Carrillo
11/08 Concepción González
12/08 Sol Vaquero
17/08 Santiago Arrontes
20/08 Pedro Candelas
23/08 Gregoria Nieto
24/08 Elise Emilia knodler
25/08 Carmen Caro
27/08 Pedro Bueno
27/08 María Ferrer
27/08 Fulgencia Murillo
27/08 Juan Rodríguez
28/08 Concepción Jiménez
30/08 Teresa González

Septiembre

02/09 Luisa de Pedro
04/09 María de los Ángeles Inés
08/09 Hortensia Moreno
14/09 Milagros Ramos
16/09 Enrique Aliste
17/09 Juliana Martínez
24/09 Carmen Encinas
24/09 Mercedes Iglesias
25/09 Francisca López
27/09 Concepción Mejías
29/09 María Cárdenas

SECRETOS DE MI TIERRA

Excursión a la exposición «Quino, Mafalda y mucho más» en la Capilla del Oidor



Un trocito de Alcalá.

Para seguir con la temática de este mes sobre la cultura, la lectura y el arte, nos hemos acercado a conocer algo más sobre la Capilla del Oidor. Esta capilla se encuentra ubicada al fondo de una de las plazas más importantes de Alcalá, la plaza de Cervantes, donde observaremos los restos del ábside de lo que fue la antigua parroquia de Santa María la Mayor. Es una de las parroquias más importantes creada en el siglo XIII. Además, esta capilla tiene varios datos curiosos y de reseña. Uno de ellos es que su nombre le viene por ser fundada por el «oidor» del rey Juan II de Castilla, Don Pe-

dro Díaz de Toledo a comienzos del siglo XV para el enterramiento de su familia. El otro dato es que se encuentra la pila donde Miguel de Cervantes recibió las aguas bautismales el 9 de octubre de 1547. Hoy en día acoge la Oficina de Turismo y el centro de exposiciones, donde tuvimos la suerte de ver la exposición sobre «Quino, Mafalda y mucho más». En la exposición pudimos leer diferentes viñetas de la serie Mafalda y ver cómo el creador usa el humor como herramienta para criticar aspectos como la política, las guerras e injusticias las cuales no distan mucho del ahora.

AYER Y HOY

Antes

Antonio Rubio nació en Gálvez en 1933. Fue el primero de su promoción en la escuela militar. Era oficial de tercera en la fábrica de armas de Santa Bárbara. Ascendió a oficial de primera y con 30 años consiguió ser encargado en la fábrica de Cointra. Delia es su esposa y la madre de sus 2 hijos, Jesús y Fernando. Recuerda su etapa más feliz durante su noviazgo. Es un gran colchonero y enamorado del Atleti, fue entrenador de fútbol en su juventud. Otros de sus hobbies son la pintura, el cine, el dibujo, la fontanería, el bricolaje y la electrónica como buen manitas.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Palacios



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Volvemos a encontrarnos a través del periódico de Nuestra Casa que con tanto cariño preparan profesionales y residentes. Damos la bienvenida al verano, una estación en la que siempre se viven momentos alegres en nuestras vidas. Desde la familia Amavir Alcalá de Henares queremos hacerles partícipes de la próxima iniciativa que está a punto de tener lugar y que nos hace especialmente ilusión. Llega a nuestra residencia «el campamento de verano Amavir», una semana llena de actividades intergeneracionales creadas con mucho cariño desde los diferentes departamentos. Junto al equipo, nuestros mayores y los niños no solo compartirán su día a día, también se ayudarán los unos a los otros, aprenderán y, sobre todo, será una experiencia muy divertida. Os deseo a todos unas felices vacaciones donde podáis disfrutar de vuestros familiares. Me despido hasta el próximo número y, como siempre, me encuentro a vuestra disposición para todo aquello que queráis comentarme personalmente. Un fuerte abrazo para todos vosotros.

COSAS DE CASA

Nuestro jardín, un espacio para disfrutar

El contacto con la naturaleza aporta beneficios a nivel físico, cognitivo y emocional a nuestros mayores.

Los jardines y espacios abiertos aportan calidad de vida e ilusión a las personas mayores. Estar en contacto con la naturaleza y disfrutar del aire libre, pasear solos o con sus familiares, tomar el sol, sentarse a observar las plantas o descansar disfrutando de un buen libro son algunos de los beneficios que tiene un espacio verde en nuestra vida. A nivel terapéutico, tener un jardín o huerto da lugar a múltiples talleres para sembrar, cuidar, regar, cosechar, etc. Estas actividades posibilitan que las personas trabajen su motricidad fina, gruesa y que participen en actividades instrumentales como la manipulación de alimentos, además de trabajar aspectos cognitivos como la memoria, la atención o aspectos emocionales a través de los momentos vividos. Para nuestra residencia era importante plasmar ese matiz personal y que lo hace especial para cada uno, por lo que se han ido creando espacios dentro del jardín donde nuestros residentes y familiares han aportado algo de ellos y que les evoca recuerdos del ayer.



Damos forma a nuestro espacio verde.

QUIÉN ES QUIÉN

Patricia Zabala, psicóloga

“Me gusta el trato cercano con los residentes”.

Edad: 29 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: Los compañeros.

Virtud: La empatía.

Defecto: Desorganizada.

Aficiones: Senderismo.

Libro: Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus.

Película: Trainspotting.

Grupo de música: Alejandro Sanz.

Comida favorita: Tortilla de patatas.

**RECUERDOS**

Semana Santa y tradición

Las fiestas populares tradicionales son una muestra de la cultura y, por ende, de la identidad cultural. Un suceso de obligada mirada en el tiempo, aquello que nos transmitieron de generación en generación y que nos vincula con el pasado. Una de las fiestas más conocidas, es la Semana Santa. La gente participa vivamente en los actos y tradiciones. De día y de noche se mezclan en las calles la música, el colorido de las flores, el arte de las esculturas y los sentimientos, creando así una imagen conmovedora que da paso a una admiración a algo tan nuestro, donde cada uno a su manera verá la belleza.

Celebración de los Días Mundiales del Medioambiente y del Reciclaje

Todos, usuarios, familiares y trabajadores, podemos aportar nuestro granito de arena con pequeños gestos para cuidar de nuestro planeta y luchar contra el cambio climático.

Los meses de mayo y junio nos traen todos los años dos importantes recordatorios de la importancia de cuidar nuestro planeta, el Día Mundial del Reciclaje (17 de mayo) y el Día Mundial del Medioambiente (5 de junio).

En Amavir hemos aprovechado ambas efemérides para organizar diversas actividades en las residencias que nos han servido para recordarnos a todos la importancia de los pequeños gestos en la lucha contra el cambio climático. Pequeños gestos como reciclar correctamente los residuos, algo que podemos hacer en nuestro día a día de manera muy sencilla.

Todas las empresas del Grupo Maisons de Famille, entre ellas Amavir, difundimos

también un póster especial con motivo del Día del Medioambiente, recordando las pautas que podemos seguir en las residencias para no malgastar energía, pautas como apagar las luces cuando no sea necesario; apagar el ordenador cuando dejemos de trabajar con él; no dejar los cargadores enchufados cuando no están en uso; utilizar las escaleras en lugar del ascensor; ir al trabajo en bicicleta o transporte público; cerrar los grifos cuando no los usemos...

Estas mismas pautas nos sirvieron también para elaborar un vídeo especial que difundimos en todas nuestras redes sociales y del que se hicieron eco varios medios de comunicación, entre ellos los informativos de Telemadrid.



Acto de entrega del certificado ISO 14001 de medioambiente

En el último periódico, os informamos de que Amavir había conseguido certificarse en la norma ISO 14001 de medioambiente tras un duro trabajo durante 2021, lo que ha supuesto un paso más en nuestro compromiso con la sostenibilidad.

En estas últimas semanas, se ha llevado a cabo el acto de entrega de esta certificación por parte de Bureau Veritas, entidad encargada de hacer las auditorías.

En el acto estuvieron presentes José Miguel Yarza, director de Operaciones de Bureau-Veritas, y Lourdes Rivera, directora general de Amavir, acompañados de todo el equipo del departamento de Calidad y Medioambiente de la compañía.



ÚLTIMAS PUBLICACIONES EN NUESTRO BLOG Y PODCAST



Blog “cuidar al mayor”:

- El fin de la incapacidad judicial para las personas dependientes.
- Residencias y centros de día: solución a la soledad de las personas mayores.
- Cómo marcar la ropa para una residencia de ancianos.



Podcast:

- Ventajas de trabajar sin sujetaciones en las residencias de mayores, entrevista a Marta Gómez, responsable de Enfermería de Amavir.
- Terapias no farmacológicas, entrevista a Ismael Enfeddal García, psicólogo de Amavir Alcorcón.



Mayores de residencias Amavir participan en una actividad intergeneracional en el Congreso de los Diputados

Organizada por «Adopta un abuelo», jóvenes y mayores han compartido con los diputados un decálogo sobre cómo se imaginan la sociedad del siglo XXI.

Diez jóvenes del instituto IES Las Musas y diez mayores de residencias del grupo Amavir han presentado un “Decálogo Intergeneracional” en el Congreso de los Diputados, una propuesta de acciones que tiene como objetivo ayudar a conseguir una sociedad más inclusiva con la tercera edad.

Esta actividad ha sido promovida por «Adopta un abuelo», entidad con la que Amavir viene colaborando desde hace años, y se ha organizado con motivo de la celebración del Día Europeo de la Solida-



ridad Intergeneracional. Se ha contado también con la colaboración del grupo de comunicación Vocento.

ÚLTIMOS VÍDEOS DE AMAVIR

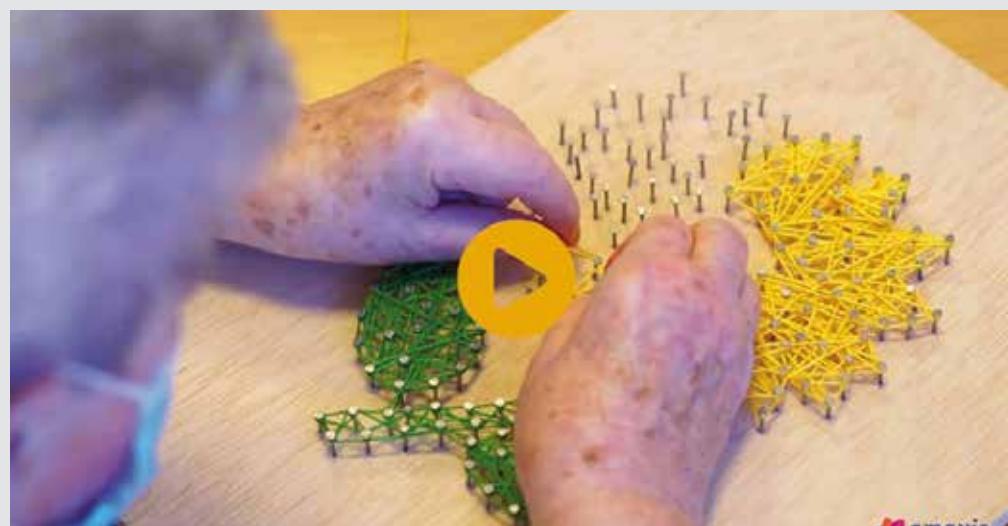
Soy amavir

En este nuevo vídeo, bajo el título de “Deber cumplido”, conocemos al doctor Rafael Pagola, médico de la residencia Amavir Arganzuela (Madrid), que se acaba de jubilar con 72 años. En realidad se iba a jubilar a los 70, pero vino la pandemia y él dijo que no dejaría la residencia hasta que no pasara todo. Un ejemplo de amor por su profesión y de servicio a las personas mayores.



Qué hacemos hoy

Nuevo capítulo de esta sección, en la que mostramos las actividades más especiales que hacemos en las residencias. En este caso, nos hemos desplazado hasta Amavir El Pinar (Cuenca), para conocer el taller de hilorama que hacen en la residencia. El hilorama es el arte de tensar hilos de colores para hacer creaciones artísticas.



Así se cocina

Ciriaco Abad Martín, residente de Amavir Alcorcón (Madrid), nos enseña cómo preparar una riquísima zarzuela de pescado y marisco, un plato que él mismo elabora en el nuevo vídeo de la serie Así se cocina, donde nuestros mayores nos deleitan con sus mejores recetas.

