

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir


amavir
residencias para mayores


GROUPE
MAISONS
de FAMILLE

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 Centrada en la Persona”.





Centro con plazas concertadas con



Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

La soledad no deseada tiene consecuencias negativas para nuestros mayores

Los periodos vacacionales pueden generar mayor tristeza por la ausencia de familiares.

Es frecuente pensar que en invierno las personas mayores sienten una mayor tristeza derivada del mal tiempo y la añoranza de los seres queridos que ya no están. Pero no podemos olvidar que son muchas las personas que también padecen esta melancolía, entristecen y sienten soledad en verano. La soledad elegida no supone un problema, pero la soledad no deseada, sí que tiene consecuencias negativas para la persona que la sufre. También existen personas que viven acompañadas y, sin embargo, se sienten solas. Estudios estadísticos realizados por el IMSERSO datan que la mayor cifra de personas en situación de decaimiento emocional, hasta el 11,4%, se produce en verano. La población más mayor de nuestro país, afirmó haber sentido mayor tristeza durante la época veraniega por diferentes motivos, entre los que se encuentran la soledad no deseada provocada por la



La soledad en verano.

ausencia familiar debido a las vacaciones. La soledad en verano es un aspecto que debemos valorar y atender de cara a buscar una mejor situación para las personas mayores que puedan manifestar sentimientos de tristeza. Sin duda alguna, en Amavir Arganzuela estamos atentos a sus necesidades

en todos los momentos con independencia de la época del año en la que nos encontremos, pero con especial atención en escucharles, acompañarles y en buscar soluciones alternativas en épocas en las que, por diferentes cuestiones, a veces las visitas familiares se ven más espaciadas.

¡Viva San Isidro!

Celebramos una de nuestras mejores fiestas.

Como cada 15 de mayo, la ciudad de Madrid celebra sus magníficas fiestas patronales por su queridísimo San Isidro y, por supuesto, Amavir Arganzuela no podía ser menos. De cara a celebrar dichos festejos y con la idea de amenizar los días de nuestros queridos residentes, el pasado 28 de abril tuvimos la suerte de recibir la visita de la compañía

Chotis Siempre Madrid, quienes nos mostraron, tanto a residentes como a familiares y a profesionales, su grandísimo arte. El objetivo era que todos nos divirtiéramos y disfrutáramos de una agradable mañana con estos bailes tan representativos del espíritu madrileño, además de ir calentando motores para nuestro aniversario.



El arte en estado puro.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes

11:00 h. Estimulación cognitiva. 15:30 h. Movilizaciones. 18:00 h. Juegos populares.

Martes

11:00 h. Ocio y gerontogimnasia. 12:00 h. Tertulia literaria. 17:00 h. Cine.

Miércoles

12:00 h. Entrenamiento de la memoria. 15:30 h. Actividades musicales.

Jueves

11:00 h. Estimulación sensorial. 15:30 h. Gimnasia virtual. 17:30 h. Actividades propositivas.

Viernes

10:15 h. Actividades lúdicas. 15:30 h. Ocio y tiempo libre. 17:30 h. Bingo.

Todos los días

Entrenamiento de las ABVD, programa de vida activa y programa de comunicación con familias.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

Campamento intergeneracional.
Día del Medioambiente.
Comida de hermandad.
Día del Abuelo.
Actuación de Estrella y Antonio.

Agosto

Taller de gazpacho.
Exposición en el matadero.
Nos vamos de rebajas.
Cumpleaños.

Septiembre

Exposición en shopping Madrid.
Día del Alzheimer.
Fiesta de la melonera.
Cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes a partir de las 10:00 h.

Podología

Dos jueves al mes a partir de las 10:00 h.

Eucaristía

Sábados a las 18:00 h.

Cafetería

De lunes a domingo de 09:00 a 19:45 h.

CUMPLEAÑOS

Julio

03/07 Leonor Delgado
03/07 Manuel Marcos
04/07 Jesús Colmenar
05/07 María Gómez
06/07 Carmen Sánchez
08/07 Dolores Recuerdo
11/07 Francisca Castillo
11/07 Milagros López
12/07 Juana Calleja
13/07 Valle Mula
17/07 Isabel García
18/07 Evangelina Blanco
18/07 Felisa Pesquera
27/07 Candelas Alonso
28/07 Manuela Ramona García
29/07 Elías Mas

Agosto

03/08 Vicente Dueñas
05/08 Nieves Alonso
06/08 Paula Albertos
09/08 Lorenza Fernández
11/08 Antonia Martínez
12/08 Pilar Gonzalo
14/08 Emérita Cabezas
17/08 Jacinto Nieto
18/08 Isabel Chain
21/08 Mercedes de la Casa
21/08 Jacinta Gómez
24/08 Marino González
25/08 Luisa Martínez
26/08 Vicente Arauzo
26/08 Isabel Cano
27/08 Josefa Bueno
29/08 Luisa Vila
31/08 Ramón López

Septiembre

03/09 Ladislaa Robledo
10/09 América Arnaiz
10/09 Isabel Gaona
15/09 Luisa Álvarez
16/09 Pilar Cristóbal
16/09 Natividad Guerra
19/09 Mercedes Álvarez
23/09 María Castaño

HOY COMEMOS Enriqueta Huertas

Atascaburras

INGREDIENTES

Patatas, bacalao, huevo, sal, pimienta y aceite.

PREPARACIÓN

Se cuecen las patatas y los huevos en una olla. Cuando estén cocidos se desmigán y se machacan hasta que quede una masa consistente y pastosa. Se deja reposar y se le añade el bacalao y un buen chorrito de aceite. Se ralla más huevo y bacalao para que cuando esté la mezcla se eche por encima para adornar.



SECRETOS DE MI TIERRA



¡Mi lugar preferido!

La Línea de la Concepción, Cádiz

Francisca García Cortés nació en Jaén, pero vivió parte de su vida en este famoso pueblo de la provincia de Cádiz, llamado La Línea de la Concepción, un municipio en la comunidad autónoma de Andalucía que pertenece a la comarca del Campo de Gibraltar. A sus habitantes les llaman linenses, aunque esto tiene su cola, ya que también reciben nombres vulgares como piojosos, llanitos o especiales. Este pueblo está bañado por un lado por la Bahía de Algeciras,

por otro lado por el mar mediterráneo y hace de unión con Gibraltar. Como lugares turísticos podemos encontrar el mirador del Higüero, el paseo marítimo, la playa de Atunara, museos y el santuario de la Inmaculada Concepción. El ocho de diciembre celebran el día de su patrona, Nuestra Señora de la Concepción. La mayor parte de sus habitantes se dedican al turismo y al mar. Francisca sueña con volver y poder recordar su niñez y ese olor a mar.

AYER Y HOY



Antes

Josefa Pérez recientemente cumplió 103 años. Nació el 31 de marzo de 1919. A lo largo de su vida, se dedicó a trabajar como modista en su casa para clientas conocidas del barrio. Tiene una hija. Lleva siete años con nosotros en el centro. Su padre fue militar y vivían en Barcelona y en su juventud se vino a Madrid. Le encanta comer bien y echarse unas buenas risas con su familia.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Laura Egea



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

En esta ocasión me dirijo a vosotros, ya inmersos en este verano tan diferente a los anteriores. Hemos podido disfrutar de más animaciones, salidas y de las visitas de los familiares que son tan importantes para nuestros mayores. Hemos celebrado recientemente nuestro 17º aniversario con una semana llena de actividades, actuaciones y música que no falte y esperamos seguir celebrándolo muchos años más. Por otro lado, hemos podido reanudar de nuevo los campamentos intergeneracionales, en los cuales, vienen los hijos de trabajadores y nietos de residentes. Esperamos poder pasarlo muy bien y disfrutar de las actividades y beneficios para ambas partes. Como habréis podido ver durante este tiempo, se modificó el mobiliario de la cafetería, dándole un aire nuevo. Por otro lado, para poder disfrutar de los jardines exteriores, hemos incorporado una pérgola, para así poder tener mayor sombra y poder disfrutar mejor del jardín. Esperamos que sea de vuestro agrado. Recordaros que, como siempre, quedo a vuestra disposición para lo que podáis necesitar. Dudas, aclaraciones o sugerencias. Un abrazo muy fuerte para todos.

COSAS DE CASA

Intercambio intergeneracional en Arganzuela

Un campamento con hijos y nietos de trabajadores y nietos de residentes.

Un año más se realiza el campamento de verano con hijos de trabajadores y nietos de nuestros mayores. La experiencia de otros años nos confirma los beneficios que supone para ambas partes. Los niños y jóvenes obtienen beneficios positivos en la participación, mejoran habilidades sociales, sobre todo la empatía y la tolerancia hacia lo diferente, obtienen mejores resultados académicos y tiene menos riesgos de participar en comportamientos de riesgo social. Además, aprenden a valorar y a respetar a los mayores. Las personas mayores también experimentan cambios positivos en el humor, un aumento de autoestima y motivación. A nivel cognitivo se produce un aumento de capacidades de atención y memoria, se produce una reducción de los síntomas depresivos, de aislamientos y sentimientos de soledad. Los diferentes departamentos del centro como medicina, trabajo social, psicología, fisioterapia, terapia ocupacional y animación sociocultural, realizan actividades con ellos como, por ejemplo, juegos, cine, manualidades, karaoke, charlas o



Bingo intergeneracional.

comidas en el jardín durante esa semana. Los niños con su naturalidad nos dan lecciones y los mayores disfrutan con ellos lo que no pudieron con sus hijos. Todo son sonrisas y diversión.

QUIÉN ES QUIÉN

Laura Seaman, doctora

La vida está llena de bendiciones.

Edad: 30 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: El ambiente de trabajo.

Virtud: El cariño.

Defecto: La impaciencia.

Aficiones: Cocinar.

Libro: La niña alemana.

Película: Orgullo y prejuicio.

Grupo de música: Coldplay.

Comida favorita: La carne asada.



RECUERDOS

Por Jesús Colmenar...

Jesús Colmenar nació en un pueblecito de Toledo. A los 5 años empezó a trabajar con su padre de pastor, pero el campo no le gustaba mucho, por eso, siempre pensaba en salir de su lugar natal. Con 38 años fue contratado como cocinero en una cárcel en Madrid. Ha vivido en Fuenlabrada y recuerda su último trabajo como muy satisfactorio, eso sí, ¡muchos días se ponía las botas! Cocinando para los presos, sus platos estrellas eran los de cuchara. Aún continúa conservando amistades con sus compañeros y vecinos.

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 incapacitación 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 sujeciones 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.

