

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 Centrado en la Persona”.





Centro con plazas concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Un decálogo intergeneracional para presentar en el Congreso

Nuestros mayores y los jóvenes del IES Las Musas en el Día Internacional de la Solidaridad.

El pasado 29 de mayo, con motivo del Día Internacional de la Solidaridad Intergeneracional, los mayores de diferentes residencias de Amavir acudieron al Congreso de los Diputados a presentar el Decálogo Intergeneracional, que previamente, habían diseñado con los jóvenes del IES Las Musas. Algunas de las ideas más destacadas fueron crear espacios de encuentros intergeneracionales para erradicar la soledad no deseada, la inclusión y la participación de los mayores en las nuevas tecnologías y avances sociales para evitar la brecha digital y el aislamiento social, concienciar y enriquecer a los jóvenes del siglo XXI implantando una asignatura de “intergeneración”, dando espacio e im-

portancia a los mayores, así como generar medios para detectar situación de riesgo o necesidad en mayores a través de la creación de una red ciudadana. Asimismo, nuestros mayores no perdieron la oportunidad de expresar cómo se sienten y agradecen el trato que se les da desde los diferentes centros a los que pertenecen manifestando así su disconformidad con la falta de iniciativas y políticas. Todo ello es fruto de la unión del proyecto social Adopta un Abuelo con Amavir, con quienes precisamente, se da un paso adelante en la promoción de la intergeneracionalidad, dando el broche a una jornada de lo más emotiva donde jóvenes y mayores fueron los protagonistas.



Collage de fotos tomadas en la jornada intergeneracional.

Terapia asistida con animales

Los perros nos ayudan a reducir la agitación y la agresividad.

El 5 de abril realizamos en el centro una terapia asistida con animales en la que participaron residentes con demencia severa y sus familiares. Diferentes estudios nos muestran cómo esta terapia en personas con demencia, reduce la agitación y la agresividad, mejora su estado emocional y se produce un efecto relajante, así como generar oportunidades para que el enfermo y su familia tengan una experiencia de bienestar. Es uno de los tratamientos no farmacológicos que más beneficios proporcionan a las personas con Alzheimer. Debido a su efectividad, se utiliza en conjunto con otras actividades de estimulación cognitiva. Fue una buena experiencia que gustó mucho a nuestros residentes y a sus familiares.



Una residente en la terapia asistida con animales.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Circuito de rehabilitación, tabla de marcha, rehabilitación individual, electroterapia, tabla de gerontogimnasia y movilizaciones pasivas.

Terapia Ocupacional

Estimulación cognitiva, taller de noticias, taller de reminiscencia, programa de activación física, ABVD's (Actividades Básicas de la Vida Diaria), bingo, estimulación sensorial/sensoriambiental y tabla de gerontogimnasia.

Psicología

Estimulación emocional a través de la música, taller de memoria, taller de revista, taller de relajación, taller de ORL (orientación a la realidad) y reminiscencia.

Animación Sociocultural

Fiestas de cumpleaños, fiestas temáticas, talleres, excursiones, charlas informativas...

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

Taller de cocina: brochetas veraniegas.
Excursión a la piscina.
Día del Abuelo: juego en familia.
Fiestas de cumpleaños.

Agosto

Yincana.
Cinefórum.
Fiestas de cumpleaños.

Septiembre

Cinefórum.
Día del Alzheimer.
Fiestas de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes de 09:30 a 13:30 y de 15:00 a 19:00 h.

Podología

Lunes o martes alternos en turno de tarde.

Oficio religioso

Eucaristía los jueves a las 11:00 h.
Rezo rosario los sábados a las 10:45 h.

HOY COMEMOS Juana Francisca Ayala

Ají de gallina

INGREDIENTES

Patatas, pechuga de gallina, ajíes, ajo, cebolla, caldo de pollo, huevos, queso, pan, aceitunas, sal y pimienta.

PREPARACIÓN

Hervimos la pechuga en trozos. En una licuadora mezclamos la leche con el ají picado, el pan, el queso, la sal y la pimienta. Sofreímos la cebolla y los ajos y mezclamos con la crema de ají. Agregamos la pechuga a la mezcla anterior y cocemos las patatas cortadas y los huevos. Una vez cortadas las patatas, vertemos la crema de ají por encima. Se puede acompañar con arroz.



CUMPLEAÑOS



Julio

01/07 Martina Cabezuela
03/07 Eliodora Romero
04/07 María del Pilar Sáenz
09/07 María Carmen Pérez
10/07 María Barquero
10/07 José María Sánchez
12/07 Esperanza Maderuelo
14/07 Carmen Fernández
17/07 M.^a Soledad Cueto
21/07 Julia Barco
22/07 Azucena Bello
23/07 Ángel Blázquez
25/07 Asunción González
26/07 Ana María Bravo
27/07 Ana María Benito
29/07 Adela Fernández
31/07 Mercedes Fernández

Agosto

01/08 Edilma Granada
02/08 Carlos Perellón
03/08 Carmen Hernández
10/08 Antonio Estévez
15/08 José Torre
25/08 Segunda Mazorra
26/08 María de los Ángeles Velasco
28/08 Juan Castro
28/08 Agustina de la Cruz
28/08 María Carmen García

Septiembre

04/09 Consolación Rodríguez
06/09 María Luisa Sánchez
07/09 Matilde del Castillo
09/09 Ángela Montesinos
10/09 Jesusa Fernández
12/09 Luisa Peyus
12/09 María Zúñiga
13/09 Felipe Cañeque
18/09 Luisa Blanco
18/09 María Dolores Carmona
20/09 Cándida López
21/09 Teófilo Bellido
24/09 Vicenta Martín
27/09 Ángela Sanz
28/09 Julio García
28/09 Josefa Bachiller
28/09 María Sierra
30/09 Luisa Solera

SECRETOS DE MI TIERRA



La plaza Santa Ana en Madrid.

Merienda en la plaza Santa Ana

Luisa nació en Madrid, concretamente en Antón Martín. Cuando era pequeña iba mucho a la plaza de Santa Ana a jugar a la comba y a la rayuela. Una tarde estaba allí con sus amigos jugando y merendando y, para merendar ella tenía pan con una onza de chocolate. Entre bromas

sus amigos jugaron a quitársela, pero como ella siempre ha sido muy echada para delante se “enfrentó” a ellos entre risas y consiguió quedarse con su chocolate. Al final decidió compartir con sus amigos la merienda. Ella nos dice que siempre ha sido muy rebelde, pero buena persona.

AYER Y HOY



Antes

Carmen Pérez Cano es procedente de Madrid y es una gran exploradora y una trotamundos. Ella, junto a su hija M.^a Carmen, han viajado por lugares como Tailandia, Italia y Egipto, donde visitó las pirámides. Se quedó tan impresionada por su grandeza que llegó a decir: “quién me iba a decir a mí que iba a ver yo esto”. Esta expresión es algo que se le quedó tan grabado a su hija, que lo recuerda con mucha ilusión.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Elena García



Estimados residentes, familiares y trabajadores: La llegada del buen tiempo y la estabilidad de la situación nos está permitiendo realizar nuevas actividades con nuestros mayores. Comparto con vosotros algunas de las más destacadas que han tenido una gran acogida en el centro: el campamento de verano: Introducimos esta actividad que tendrá lugar la última semana de junio. En estas fechas acogeremos a niños y niñas, familiares de residentes y/o trabajadores, con edades comprendidas entre 6 y 12 años que convivirán durante el día con nuestros mayores haciendo actividades conjuntas. Taller de robótica educativa: Queremos acercar las tecnologías a nuestros mayores. Con la colaboración de Alma Tecnológica hemos puesto en marcha este programa con una duración de 2 semanas. A través de una aplicación y con material lego, los mayores han conseguido construir robots con distintas funcionalidades. Salidas y excursiones: Normalizamos las salidas y actividades en el exterior. Algunas reseñables con las que han disfrutado mucho son la visita a la ermita del santo, la visita de la Casa Cervantes en Alcalá de Henares, la visita Casa de la Moneda, el Mercadillo de Ciudad Lineal y los desayunos en terrazas de la zona. Fiestas y eventos: Las fiestas nos acompañan cada mes, bien sea para celebrar los cumpleaños que correspondan o las festividades del momento. Hemos disfrutado estos meses de la fiesta de la primavera, la Feria de Abril y la Feria de San Isidro. Esperamos que hayáis disfrutado de estas actividades y podamos seguir contando con vosotros en las próximas. Os envío un fuerte abrazo y os deseo que paséis un feliz verano.

COSAS DE CASA

¿Nos acercamos a la cura del Alzheimer?

Unos 50 millones de personas padecen Alzheimer y cada año se diagnostican más de 9 millones.

Actualmente, a pesar de los trabajos, investigaciones y de la gran inversión económica realizada, todavía no se ha descubierto un tratamiento curativo para el Alzheimer. La Administración de Alimentos y Medicamentos, la FDA, aprobó el año pasado el uso de un nuevo fármaco llamado Aducanumab, siendo el primer fármaco aprobado para el tratamiento del Alzheimer. Se trata de un anticuerpo monoclonal que reduce los depósitos de proteína amiloide en el cerebro. Es decir, un fármaco que modifica uno de los mecanismos principales de esta enfermedad. Hasta ahora, los fármacos se han centrado en la ligera mejoría de los síntomas y no en las causas. Sin embargo, en Europa no se ha aprobado el uso de este fármaco por su dudosa mejoría cognitiva en los pacientes. A pesar de disminuir los depósitos de amiloide, se critica la rapidez con la que la FDA ha aprobado este fármaco sin claros estudios y ensayos definitivos. Entre

tanto, es importante recordar que la principal medida que tenemos en la actualidad contra la enfermedad sigue siendo la prevención. Las medidas más efectivas para preservar la salud

del cerebro son controlar los riesgos cardiovasculares, evitar el consumo de alcohol y tabaco, la actividad física, evitar la depresión y mantener la mente activa.



Investigación del Alzheimer.

QUIÉN ES QUIÉN

Mario Sánchez, terapeuta ocupacional

“El benjamín del equipo. En menos de un año se ha ganado el cariño del equipo y de los mayores del centro”.

Edad: 23 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: El equipo y los residentes.

Virtud: La paciencia.

Defecto: Demasiado organizado.

Aficiones: Música, lectura y cine.

Libro: Tokio Blues.

Película: Locos en Alabama.

Grupo de música: Abba.

Comida favorita: Lasaña de carne.



RECUERDOS

Érase una vez en Barcelona

Antonio nos cuenta con mucho cariño su etapa en Barcelona. Tras acabar la mili, aprobó la oposición para trabajar en Renfe y le dieron plaza en Barcelona. Cuando llegó allí, conoció a sus compañeros que le acogieron sin dudarle y le ayudaron a adaptarse. Nos cuenta que siempre que tenía permiso cogía el tren y se iba con sus amigos a conocer diferentes lugares de la zona como Badalona, Manresa o Granollers. Estuvo viviendo allí once años y, por supuesto, aprendió perfectamente el catalán. Antonio recuerda estos tiempos con mucho cariño. “He sido muy feliz”, nos cuenta.

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.

