

# 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](http://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

# Celebramos nuestro 15º aniversario

Una fiesta con actuaciones de María “La Cordobesa” y música de trompeta.



Celebración de nuestro 15º aniversario.

Para conmemorar los 15º años que lleva abierto el centro, en Amavir Coslada preparamos una gran fiesta de varios días en la que colocamos adornos festivos como guirnaldas de colores, farolillos, globos personalizados y una gran pancarta como photocall, donde trabajadores y residentes pudieron colocarse para hacerse fotos. Junto con esta

decoración, uno de los días importantes, María “La Cordobesa” nos deleitó con una gran actuación divertida, donde residentes y trabajadores bailaron y cantaron juntos. Además de cantar María, su compañero tocó la trompeta regalándonos bonitas piezas musicales. A la vez de divertirnos, también nos llenaron de ternura con palabras

de agradecimiento y admiración. Además de esta actuación, otros días también realizamos actividades conmemorativas como un vídeo lleno de momentos que se han vivido durante el último año, tanto con los trabajadores como con los residentes. Para finalizar el 15º aniversario, repartimos unas bebidas y picoteo entre todos.

## Todo tipo de artes en Coslada

### Actividades que explotan nuestro lado más artístico y cultural.

Hemos recorrido Madrid, España y muchas partes del mundo viajando a través de los monumentos más famosos y más emblemáticos y, todo ello sin necesidad de coger aviones ni hacer maletas. Sacamos nuestra faceta más artística pintando cuadros en los que predomi-

nó el arte abstracto como tema principal. Para crear ese efecto se aplicaron técnicas modernas y vanguardistas que sorprendieron mucho a los visitantes que contemplaron la posterior exposición. También aprovechamos el Día del Libro para tener un encuentro virtual con la periodista Ángeles Mirón durante una de nuestras sesiones del Club de Lectura, donde pudimos disfrutar de una charla y debate sobre el libro que estamos leyendo.



Amparo, una de nuestras artistas.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Reeducación de la marcha y el equilibrio, rehabilitación funcional, movilizaciones pasivas, rehabilitación del paciente con patología aguda y psicomotricidad.

#### Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional, reeducación de las ABVDS, reeducación de las AIVDS, estimulación cognitiva, movilizaciones pasivas y estimulación multisensorial.

#### Psicología

Estimulación cognitiva con deterioro y sin deterioro, estimulación multisensorial, reminiscencia, música para despertar y alteración de conducta.

#### Animación sociocultural

Ludoterapia, actividades de ocio y tiempo libre, actividades musicales y ergoterapia.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

07/07 San Fermín.  
17/07 Día del Emoji.  
26/07 Día de los Abuelos.  
30/07 Día de la Amistad.

#### Agosto

01/08 Día Mundial de la Alegría.  
12/08 Día de la Juventud.  
15/08 Día de la Paloma.  
24/08 Día de los Parques Naturales.

#### Septiembre

13/09 Día del Chocolate.  
19/09 Día del Aperitivo.  
21/09 Día de la Paz.  
21/09 Día del Alzheimer.  
25/09 Día de las Personas Sordas.

## SERVICIOS

#### Peluquería

Jueves de 10:00 a 17:00 h.

#### Podología

Miércoles de 09:00 a 13:00 h.

#### Eucaristía

Domingo a las 12:00 h.



## HOY COMEMOS Amancia Sánchez

# Croquetas de bonito

#### INGREDIENTES

Aceite, harina, bonito, leche, huevo y pan rallado.

#### PREPARACIÓN

En una sartén, con una pizca de aceite se echa la harina y se cocina un poco. Después, se añade leche en función de la harina, se remueve y cuando espese se añade el bonito. Cuando la mezcla se despegue de la sartén significa que está listo. La masa se echa en una fuente para que se enfríe y se hacen porciones para hacer las croquetas. Después se rebozan en huevo y se pasan por pan rallado.



Nuestra cocinera Amancia.

## CUMPLEAÑOS

### Julio

02/07 Pilar Fernández  
02/07 Esperanza García  
04/07 Víctor Cambronero  
04/07 Elías Mollar  
07/07 Amparo Canet  
09/07 Flor Martín  
10/07 Juan José Robledo  
12/07 Ángel López  
14/07 Pilar Díez  
15/07 Cleto Vargas  
15/07 Carmen Palacin  
26/07 Antonia Hurtado  
27/07 Laura Carreño  
28/07 Dolores Gutiérrez

### Agosto

03/08 Julián Hernández  
05/08 Alegría Díaz  
05/08 Margarita Fernández  
06/08 Justa González  
05/08 Margarita López  
09/08 Francisco Trillo  
11/08 Esther Nistal  
11/08 Manuel Riesgo  
12/08 Francisca Pérez  
13/08 María Asunción Vicente  
16/08 Eleuteria Jiménez  
16/08 Rosalía Vicente  
17/08 Juana Bocanegra  
17/08 Juan Antonio González  
22/08 Encarnación Abad  
26/08 Victoria Blázquez  
28/08 Agustina Sánchez  
28/08 Leoncio Sánchez  
28/08 María Sánchez

### Septiembre

02/09 Agustina Díaz  
04/09 Consuelo Sánchez  
05/09 Consuelo Fernández  
06/09 Teresa Gómez  
07/09 Valle Egea  
09/09 Francisco Álvarez  
09/09 Rosa Gómez  
11/09 Rosa Ponsoda  
12/09 Antonia Gómez  
13/09 Pilar Jiménez  
13/09 Hady María Tejada  
15/09 Dolores Ongil  
19/09 Concepción Ojeda  
21/09 Carmen Alarcón  
22/09 Nazario Torronteras  
26/09 Justina Díaz  
26/09 Amancia Sánchez  
26/09 Ana Suárez  
27/09 Francisco López  
28/09 Micaela López



**SECRETOS DE MI TIERRA** Mariano Pomeda



Los campos de Archilla.

# Archilla, lugar de campos de lavanda

Nuestro residente Mariano Pomeda nació en Archilla, un pequeño pueblo de la provincia de Guadalajara. Aunque con 13 años vino a

vivir a Madrid, recuerda ir al pueblo a visitar a sus abuelos y a las fiestas del lugar donde había un buen baile. Archilla es una pequeña población situada a 15 minutos de Brihuega, una pequeña población muy conocida debido a sus campos inmensos de lavanda, donde las abejas tienen allí un hábitat extraordinario, que hacen que esta tierra sea también famosa por su miel de la Alcarria.

**AYER Y HOY**



## Antes

María Sánchez nació en Linares, (Jaén) en el año 1932. Su padre se llamaba Ramón y su madre Patrocinio. Dada la situación de la época, no pudo asistir a la escuela, aunque posteriormente aprendió a leer, escribir y cuentas básicas con dificultad. Trabajó en una fábrica de peletería en Madrid, donde conoció a quien fue su marido, David. Se casaron en 1951 y tuvieron tres hijos, David, Alberto y Javier. Temporalmente y, cuando sus hijos fueron mayores, se marcharon a vivir a Benidorm durante 30 años.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Patricia Hernández-Rico



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Coincidiendo en este mes de junio con la celebración del Día Mundial del Medioambiente, quiero aprovechar en esta ocasión la edición de nuestro periódico para hablar de la importancia de adquirir un compromiso con el cuidado de nuestro planeta que, como sabemos, está sufriendo la peor crisis climática de su historia debido a las alteraciones que nosotros, los humanos, estamos provocando sobre él. Así pues, desde Amavir se están desarrollando e implantando diversos planes y estrategias encaminados a reducir el impacto medioambiental, acciones relacionadas con la gestión de recursos y con la sensibilización y concienciación de todos aquellos que formamos parte de esta gran familia, residentes, familiares y trabajadores. Desde nuestro centro, somos conscientes de la responsabilidad que tenemos para reparar el daño generado y, por ello, llevamos a cabo actividades que nos hacen ver la enorme importancia que tienen las acciones cotidianas como apagar las luces cuando estas no sean necesarias, cerrar los grifos para no desperdiciar agua, utilizar materiales reciclados en nuestros talleres... Sin duda, cuidar el planeta es una labor de todos, de modo que, respetemos la naturaleza y esforcémonos para hacer todo aquello que esté en nuestras manos para proteger y no destruir. Porque nuestro futuro como especie está ligado al equilibrio de la Tierra. Un fuerte abrazo.

## COSAS DE CASA

# Cuidando del planeta en el Día del Agua y del Reciclaje

**En Amavir Coslada estamos muy comprometidos con el cuidado del medioambiente.**

Por nuestro compromiso con el medioambiente, en el Día del Agua realizamos un mural con nuestros residentes con frases para recordar lo valiosa que es el agua y la importancia de no hacer un mal uso: “Eres 60% agua. Salva un 60% de ti mismo”. Por otro lado, por el Día Mundial del Reciclaje nuestros mayores elaboraron unas cortinas con tapones de diferentes tamaños y colores. También reutilizaron los diferentes tapones para usarlos en terapias de animación socio-cultural como el bingo. Igualmente, en las diferentes terapias se utilizaron telas, chapas de latas, cordones, cápsulas de café donadas



Celebramos el Día del Agua en nuestro centro.

por familiares, usuarios o trabajadores para poder aprovecharlos a la hora de realizar manualidades. Al finalizar un taller, se hizo

hincapié en la importancia de reciclar y des- echar correctamente los diferentes materia- les que utilizamos en los contenedores.

## QUIÉN ES QUIÉN

### Esperanza Luna, fisioterapeuta

**“A la cima no se llega superando a los demás, sino superándote a ti mismo”.**

**Edad:** 53 años.

**En Amavir desde:** 2019.

**Lo mejor de Amavir:** El personal y las acti- vidades.

**Virtud:** La lealtad a mí misma y la tenacidad.

**Defecto:** La impulsividad.

**Aficiones:** Viajar, leer y escuchar música.

**Libro:** El vendedor más grande del mundo.

**Película:** La vida es bella.

**Grupo de música:** Bon Jovi.

**Comida favorita:** Paella y sajta de pollo.



## RECUERDOS

### Baeza y Dolores Rodríguez

En esta ocasión hablaremos de los mejo- res recuerdos de la adolescencia de nues- tra residente, Dolores Rodríguez, cuando vivía en Baeza. Dolores nos cuenta que muchas veces disfrutaba de las fiestas y de sus amigas bailando y cantando. So- lía pasear con gran alegría y divertirse disfrutando de los paisajes. También nos cuenta que su madre le marcó su vida profesional, ya que le enseñó a bordar, lo que le llevó a ser una profesora de corte y confección que enseñó durante mucho tiempo. Lo que más recuerda, son los pla- tos deliciosos de su madre.

# 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.

