

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir

amavir
residencias para mayores

GRUPE
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

Festejamos San Isidro con una barbacoa

Damos la bienvenida al buen tiempo celebrando nuestra particular romería.

El pasado 12 de mayo, aprovechando la proximidad de la tan castiza festividad del Santo Labrador, pudimos celebrar nuestra particular verbena disfrutando de una barbacoa en nuestra residencia. A falta de pradera de San Isidro o Jardín de las Vistillas, el escenario que elegimos para festejar una fecha tan señalada en el calendario madrileño fue nuestra pradera particular, el maravilloso jardín del centro, donde, además, una buena temperatura y un sol espléndido hicieron acto de presencia y nos acompañaron durante toda la celebración. Sumado a esto, los residentes disfrutaron de lo lindo durante la comida con entrantes como croquetas, tortilla de patatas, carne de barbacoa como chorizo o panceta y, como colofón, unos deliciosos profiteroles de postre para completar un menú redondo. Por supuesto, tampoco faltaron la música, las risas, las charlas confidentes e, incluso,



Dos de nuestras residentes celebrando San Isidro.

algún que otro baile que hicieron que los minutos pasaran volando. Ahora que parece que el buen tiempo ha llegado para quedarse, ya estamos pensando en la próxima celebración.

Estrenamos nuestra primera edición del campamento intergeneracional

Este año, por primera vez, se llevará a cabo en Getafe un campamento para hijos de trabajadores y nietos y bisnietos de residentes.

Durante la última semana de junio, nuestro centro recibirá la llegada de unas personas muy especiales. Estarán con nuestros mayores durante 5 días y compartirán con ellos ratos de juegos, yincanas y cuentos. Pero, sobre todo,

convivencia e intercambio de experiencias. Y es que, hijos de trabajadores, nietos y bisnietos de residentes podrán realizar con nosotros un campamento urbano donde participarán mayores y niños supervisados por un monitor. Este

Apúntate al campamento de verano intergeneracional de la residencia

Del xxx al xxx de xxx de 2022

Más información en Recepción, Dirección o Trabajo Social

Campamento intergeneracional.

año será la primera vez que se podrá disfrutar en Getafe de esta experiencia que, además de ayudar a conciliar la vida familiar y laboral, también supondrá una experiencia única para los niños y para nuestros residentes.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, terapia funcional, entrenamiento en Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD’s), estimulación sensorial, psicomotricidad, laborterapia, donde realizamos diferentes talleres de costura, pintura, repostería... Lectura de prensa y orientación a la realidad.

Fisioterapia

Gerontogimnasia, circuito de rehabilitación, psicomotricidad, tratamientos individuales, fisioterapia respiratoria y electroterapia.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes y miércoles de 09:30 a 13:30 y de 14:30 a 18:30 h. Los viernes de 09:30 a 13:30 h.

Podología

Cada 15 días atendiendo las necesidades de nuestros residentes, ya sea por petición propia, familiar o de pauta médica.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

- 15/07 Excursión a la piscina municipal de Fuenlabrada.
- 26/07 Día del Abuelo.
- 28/07 Fiesta de cumpleaños.

Agosto

- 10/08 Yincana de verano.
- 25/08 Fiesta de cumpleaños.

Septiembre

- 16/09 Preparación marcha solidaria Alzheimer.
- 21/09 Día Mundial del Alzheimer.
- 29/09 Fiesta de cumpleaños.

Eucaristía

Todos los sábados por la tarde y en fechas especiales como Semana Santa y Navidades. A las 10:00 en invierno y a las 11:00 en verano. Por petición de los familiares el sacerdote también imparte servicios adicionales.

CUMPLEAÑOS

Julio

- 02/07 Lucas Bustos
- 02/07 M.ª Lourdes Aldeano
- 05/07 Antonia León
- 07/07 Ángel González
- 07/07 Lucía Saiz
- 07/07 Josefa Jiménez Paredero
- 07/07 Fermina Martín
- 07/07 Ángel Gonzalo
- 08/07 Manuela González
- 08/07 José Antonio Cepeda
- 08/07 M.ª Isabel Varas
- 10/07 Vidal Vicente Quijada
- 17/07 Manuel García
- 21/07 Soledad Higuera
- 22/07 Ana Navarro
- 23/07 M.ª Ángeles Pozas

Agosto

- 05/08 Francisca García
- 06/08 Pilar Bonilla
- 14/08 Amparo Ramírez
- 14/08 Natividad Matador
- 16/08 Joaquina Martínez
- 17/08 Rosario Martín
- 20/08 Mercedes Masero
- 20/08 Juana Alarcón
- 20/08 Antonia Zapatero
- 21/08 Josefa Morgado
- 21/08 Julia Martínez
- 22/08 Francisca Rodríguez
- 24/08 M.ª del Pilar González
- 25/08 Luis García
- 26/08 Juan Roberto Alarcón
- 27/08 Nieves Sanz
- 28/08 Dolores Troyano

Septiembre

- 03/09 Antonina Sánchez
- 03/09 M.ª Rosario Garvia
- 05/09 Francisca Aranda
- 09/09 Juan Carlos Hernández
- 11/09 Pablo Tomé
- 13/09 Santiago Panero
- 17/09 Encarnación Cabeza
- 17/09 Micaela Haro
- 18/09 Josefina Valero
- 19/09 Mari Luz García
- 20/09 Eustaquio Martín
- 21/09 Matea Moreno
- 21/09 Rosalía Piñas
- 23/09 Gerardo Bodas
- 27/09 Concepción Agudo
- 27/09 Arturo Aguado
- 28/09 Amalia Díez

Sopa de ajo tradicional

INGREDIENTES

12 dientes de ajo, jamón, 4 huevos, 1,5 litros de caldo de carne, 4 rebanadas de pan (tipo hogaza), 1 cucharada de pimentón dulce y aceite.

PREPARACIÓN

En una cazuela ponemos aceite y calentamos a fuego bajo. Añadimos el ajo, salpimentamos y dejamos que se cocine unos minutos. Echamos el pan cortado en cuadraditos. Mezclamos bien hasta que se reblandezca y coja color. Hecho esto, añadimos el jamón, el pimentón y removemos. Integramos el pan con el resto de la sopa y con una cuchara aplastamos el pan hasta que se deshaga.



SECRETOS DE MI TIERRA

Antonia nos cuenta sobre su pueblo, donde vivió muy feliz sus 17 primeros años



La Iglesia Santo Domingo de Guzmán.

Villamesías es un pueblo pequeño y muy unido. Ganadero y agricultor, así recuerda Antonia este pueblo extremeño lleno de casas bajas, donde muchos niños correteaban y disfrutaban. Por allí podían verse muchas ovejas y cerdos, por lo que eran típicas las matanzas particulares que alimentaban a las familias.

Coronando el centro del pueblo se encuentra la iglesia de su patrón, Santo Domingo de Guzmán, al que rinden culto. Se dice que le cantaban en sus peores momentos de sequía con la fe de que trajera agua. Gracias a él, cada agosto el pueblo se tiñe de colores, rindiendo homenaje a su querido patrón.

AYER Y HOY



Antes

Amalia Díez tiene 79 años y lleva en nuestra familia siete meses. Nació en Gradefes, León. Con 17 años viajó a Alemania por trabajo y allí conoció al amor de su vida, con el que se casó allí mismo y tuvo a su primera hija, a la cual luego le seguirían otros tres hijos. Después de cinco años volvieron a España. Amalia es una mujer sociable, cariñosa y muy coqueta a la que le cuesta empezar el día sin su pintalabios.



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Alfredo Lobato



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Espero que estéis bien, ¡por fin ha llegado el verano! Y, con mucho calor. Recordad la importancia de hidratarse bien y no estar al sol en las horas de más calor. Afortunadamente nuestro centro cuenta con aire acondicionado que hace más llevadero este calor de Madrid. El verano siempre ha sido un buen momento para encontrarnos con la familia, más este año que no tenemos restricciones para movernos. Volver al pueblo, viajar a la playa, o disfrutar de las actividades que tiene nuestra Comunidad. Este año durante la última semana de junio, coincidiendo con el final del colegio, vamos a poner en marcha un proyecto piloto en nuestro centro como os he contado por email. Vamos a realizar un campamento urbano para hijos de trabajadores y nietos de residentes. Las actividades intergeneracionales siempre son un aliciente para las personas que viven en nuestro centro. En otros centros de la compañía se han hecho en otras ocasiones y son un éxito. Espero que disfrutéis de este maravilloso verano y que podáis disfrutar de las vacaciones que el año pasado nos privó la pandemia. Por último, recordaros que, el uso de mascarilla dentro del centro es obligatoria, así como la distancia social, y la higiene de manos. Gracias por confiar en nosotros. Cuidaos mucho.

COSAS DE CASA

Ya está aquí la floración de nuestras plantas

Consejos para mantener a raya a los insectos.

Nuestro especialista en huerto, árboles y plantas de la casa, Conrado Villareal, nos aconseja un potente repelente natural a base de ajo para combatir plagas de pulgones (principalmente), ácaros u orugas. Para prepararlo se necesita una cabeza de ajo o más cabezas, según cantidad deseada; clavos de olor y cebolla. Se deja sumergida la cabeza de ajo en agua por varios días. Después se tritura el ajo, y en este momento, puedes agregar también clavos de olor y cebolla, para potenciar más el olor de la mezcla. A continuación, agregamos dos vasos más de agua y se deja reposar nuevamente varios días. Finalmente, se añaden 2 litros más de agua y se filtra antes de vaporizar la mezcla obtenida directamente a las hojas de las plantas que sufran plaga. Con esta mezcla, a base ingredientes naturales que desprenden un fuerte olor, intentaremos disuadir y/o ahuyentar a los insectos sin utilizar ningún producto químico.



Conrado fumigando.

QUIÉN ES QUIÉN

Iván Pérez, auxiliar de enfermería

Atento y empático.

- Edad:** 48 años.
- En Amavir desde:** 2020.
- Lo mejor de Amavir:** Sus residentes.
- Virtud:** Sentido del humor.
- Defecto:** Demasiado sensible.
- Aficiones:** Animales y plantas.
- Libro:** La familia de Pascual Duarte.
- Película:** Que el cielo la juzgue.
- Grupo de música:** Keane.
- Comida favorita:** Hamburguesa.



RECUERDOS Filomena Aranda

Las fiestas de mi pueblo

En Mocejón, Toledo, el 7 de septiembre se celebran las fiestas en honor a la Virgen de las Angustias. Durante 7 días el pueblo vivía uno de sus mejores momentos del año. Filomena vivía en la plaza, desde donde disfrutaba de la pólvora que daba comienzo a la semana de fiesta. También veía, desde el balcón de su casa, bajar los toros de los encierros hasta la plaza. ¡Cómo me gustaba ir a los toros! Además, un familiar cercano tenía un bar donde la familia aprovechaba para juntarse y celebrar la fiesta.

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.

