Nº22 Julio - Agosto - Septiembre 2022

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 personas 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 necesarias 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".

Castilla-La Mancha
Consejería de Bienestar Social

residencia para mayores
las hazas

Gestionado por
amavir

ACTUALIDAD

Primer campamento intergeneracional en Las Hazas

Los más pequeños y nuestros mayores podrán disfrutar de actividades de manera conjunta.

Por primera vez en nuestra residencia se realiza un campamento de verano intergeneracional. La fecha prevista va del 27 de junio al 1 de julio. Durante esa semana, los hijos e hijas de trabajadores del centro, junto a los nietos y bisnietos de nuestros mayores, podrán disfrutar de una semana llena de actividades que realizarán conjuntamente con los residentes. La edad requerida para poder participar en este campamento de verano va desde los 6 a los 12 años y tendrá lugar de lunes a viernes en horario de 09:00 a 18:00 h. Desde la residencia se están preparando actividades que puedan ser del gusto tanto de los pequeños como de los mayores, que les ayuden a enriquecerse mutuamente y les ayuden a compartir vivencias, historias y, por supuesto, diversión. Este tipo de programas intergeneracionales contribuye al acercamiento de diferentes generaciones para fomentar el entendimiento mutuo y aportar una mayor visibilidad a nuestros mayores, quienes tienen mucho que enseñar a las nuevas generaciones mientras se contagian de la enorme energía que los más pequeños transmiten.

Logotipo de los campamentos intergeneracionales.

Recibimos la visita de la patrona de Hellín

Un año más tenemos el privilegio de tener en nuestra residencia a la Virgen del Rosario.

Como ya va siendo tradición estos últimos años, la patrona de Hellín visitará la residencia Las Hazas. Durante unos días, la cofradía Nuestra Señora del Rosario tiene la amabilidad de bajar la imagen de la Virgen a nuestra residencia para que los mayores puedan pasar por la capilla y rezar delante de la ella. En el mes de mayo en Hellín se realizan actividades dedicadas a la patrona como son el rosario de la aurora, la ofrenda floral y la procesión. Nuestra residencia Las Hazas también quiere sentirse partícipe y, por este motivo, agradecemos a la cofradía que cuente con nosotros cada mes de mayo.

Imagen de la Virgen en nuestra capilla.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Terapia ocupacional
Psicomotricidad, estimulación multisensorial, rehabilitación funcional, sala snoezelen, rehabilitación y tratamiento de ABVD y AIVD y estimulación cognitiva.

Animación sociocultural
Atención individualizada, ocio y tiempo libre, ludoterapia, ergoterapia, intervención con la música.

Psicología
Atención individualizada, programa de estimulación cognitiva con/sin deterioro cognitivo y programa de reminiscencia.

Fisioterapia
Rehabilitación funcional, rehabilitación de la patología aguda, reeducación de la marcha y equilibrio, movilización pasiva y psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio
Fiesta del agua.
San Fermín.
Día de los Abuelos.
Cine con palomitas.

Agosto
Aniversario de la residencia.
Excursión a la piscina.

Septiembre
Día Mundial del Alzhéimer.
Celebración de los cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería
Miércoles a partir de las 10:00 h.

Podología
Martes a partir de las 10:00 h.

Eucaristía
Jueves a las 18:00 h.

Cafetería
De lunes a domingos de 09:00 a 19:45 h.

HOY COMEMOS Ana López

Ensalada de aguacate y manzana

INGREDIENTES Para 6 personas

1 aguacate, 1 manzana, media cebolla, 1 tomate, 2 lonchas jamón dulce, media zanahoria, vinagre de Módena, sal y aceite.

PREPARACIÓN

Cortamos todos los ingredientes en trozos pequeños y los ponemos en un bol. A continuación, agregamos el aceite, el vinagre de Módena y la sal (esto puede variar al gusto). Lo mejor de esta ensalada es el contraste de alimentos más duros con otros más blandos junto a una rica combinación de sabores.

CUMPLEAÑOS

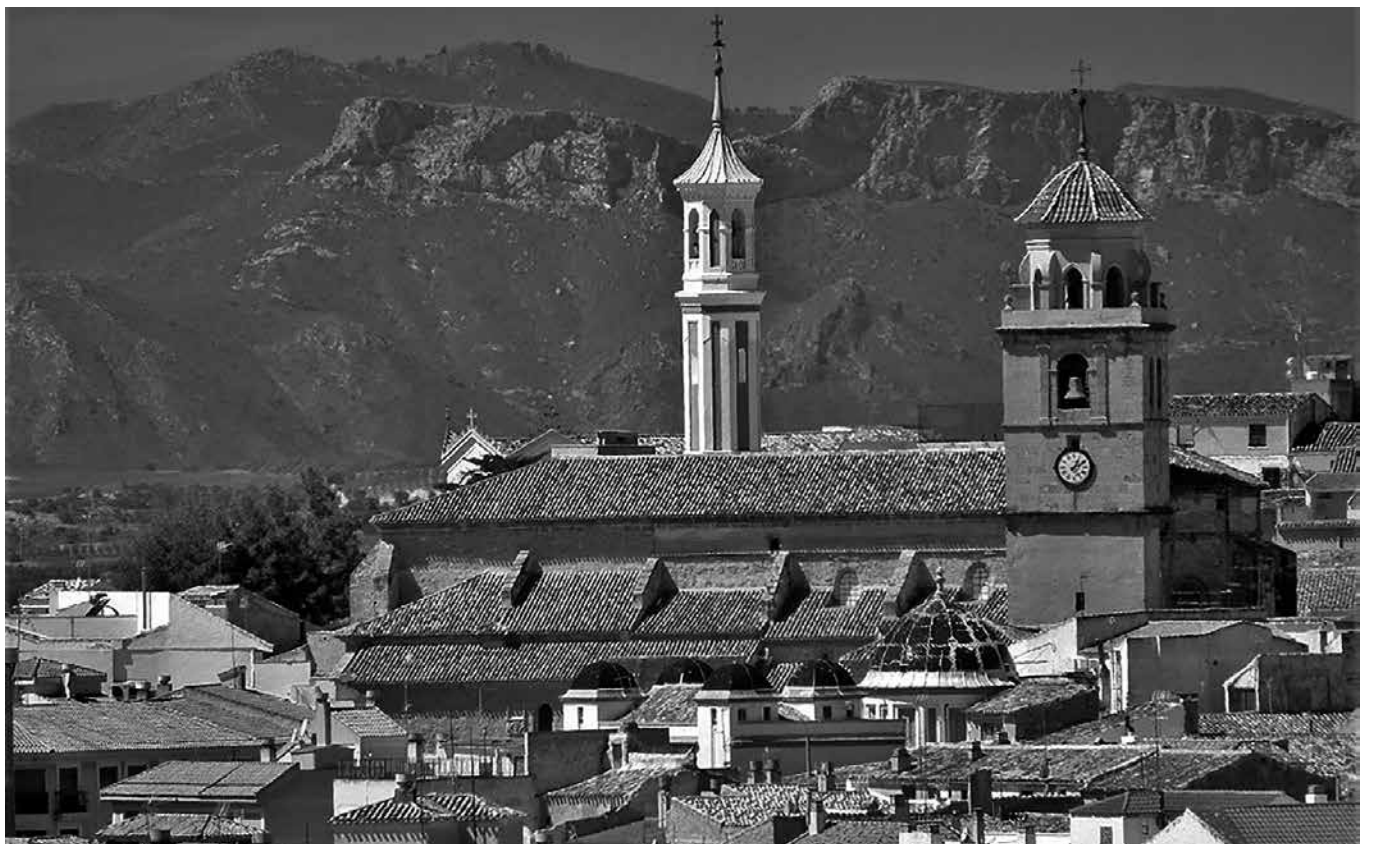
Julio
02/07 Pascuala Delegido
04/07 Josefa Jiménez
04/07 María Rubio
04/07 Juan Verdejo
08/07 Joaquina Alsina
10/07 Carmen López
13/07 M.ª Carmen Pamiés
17/07 M.ª Dolores Martínez
17/07 José Sánchez
18/07 Manuel Artes
18/07 Francisca Muñoz
18/07 Ramón Rueda
20/07 M.ª Gema Gómez
20/07 Dolores Hermosa
23/07 Rafael Porras

Agosto
01/08 Francisco Molina
02/08 Rafael Martínez
04/08 Carmen Fajardo
12/08 Lucinda Sánchez
12/08 María Sánchez
14/08 Elvira Sánchez
17/08 Pascual Jiménez
20/08 M.ª Luisa Arroyo
25/08 Emilia Martínez
25/08 Marina Ortega
29/08 Emilia Pina

Septiembre
01/09 Francisco Martí
03/09 Josefa López
07/09 María Rodríguez
08/09 Victorina Galera
08/09 Ángela Pérez
09/09 Jaime Ramón Cuenca
09/09 Dolores Jiménez
16/09 Quiteria Giménez
17/09 Josefa Motiño
18/09 Francisca Reolid
20/09 Francisca García
20/09 Remedios Llamas
22/09 María Rosa Cuesta
22/09 José Serrano
24/09 Josefa Sempere
25/09 José Escarabajal
27/09 Adolfina Sánchez
28/09 Josefa Gabaldón

SECRETOS DE MI TIERRA

Manuel Fajardo y su infancia en Hellín



Vistas de Hellín.

Manuel nació en Hellín, en la calle Lobo. Allí vivía con sus padres y sus hermanos mayores. Recuerda que era un barrio con mucha vida, lleno de tiendas. En concreto, nos comenta que la panadería de La Pura hacía unos panes de los que ahora ya no se encuentran en los supermercados. También nos explica que en su barrio vivía gente trabajadora y que casi todos se dedicaban al esparto. Recuerda que los hombres iban al monte a recogerlo y las mujeres a los mazos a picarlo. Incluso las mujeres que acababan de dar a luz tenían que ir a los mazos a trabajar, era una pena, pero había mucha necesidad. En general, todos los barrios eran muy pobres, pero todo el mundo era muy amable. Hoy en día la gente es más egoísta, opina Manuel. Incluso las tiendas, pese a las dificultades, daban muchas facilidades a la hora de pagar, "te fiaban". De su época de niño recuerda jugar en su calle a las canicas, a la pelota y al `churro va´, un juego en el que uno se agachaba y los demás saltaban por encima. Manuel conserva un gran cariño por sus amigos de la infancia, en concreto por los hermanos Félix y Paco.

AYER Y HOY

Antes

Después

María Carreres nació en Hellín en el año 1950, aunque ha vivido en ciudades como Oviedo o Palma de Mallorca. María trabajó durante toda su vida de modista, incluso hoy en día el punto de cruz es una de sus grandes aficiones. En el centro, a María le gusta sobre todo hacer fichas de matemáticas, pintar y hacer psicomotricidad para mantenerse en forma.

CARTA DE LA DIRECTORA

Sonia Romero

Estimados residentes, familiares y trabajadores: Las Hazas realiza por primera vez los campamentos intergeneracionales de verano, una actividad que la compañía viene celebrando desde hace ya más de 14 años. Aproximadamente, 15 niños y niñas con edades entre los 6 y los 12 años, disfrutan durante una semana de actividades educativas y de ocio junto a los mayores que residen en nuestro centro. Compartir desayunos y comidas, hacer gimnasia, participar en yincanas, bingos, etc. son algunos ejemplos de las actividades que comparten mayores y pequeños. Los horarios de los residentes son respetados en todo momento para su preservar su descanso. Sin embargo, contar con la alegría de los más pequeños durante unos días supone para todos nosotros una experiencia inolvidable. Está demostrado que las personas mayores implicadas en actividades intergeneracionales se sienten más felices. Compartir con los más pequeños su jornada diaria incrementa su actividad física, cognitiva y social, lo que promueve un envejecimiento activo y saludable. Para los más pequeños, estas actividades son también una lección de vida. Los niños y niñas que participan en la actividad son nietos y bisnietos de nuestros residentes y, principalmente, hijos de los trabajadores, de tal manera que estos campamentos son también una medida de conciliación laboral y familiar para nuestra plantilla durante la última semana de junio, en la que ya no hay colegio y aún no han empezado los campamentos de verano. Los campamentos intergeneracionales de verano son recibidos con mucha ilusión por nuestros mayores. Son una experiencia muy enriquecedora y llena de valores.

COSAS DE CASA

Cómo evitar una insolación o golpe de calor

Con la llegada del verano y las subidas de temperatura tenemos que extremar las precauciones.

Con el verano podemos disfrutar de un buen día de playa.

Las elevadas temperaturas del verano y una exposición excesiva al sol pueden desencadenar una insolación o golpe de calor, que puede incluso llegar a producir la muerte. El calor excesivo puede provocar que dejen de funcionar los mecanismos que regulan la temperatura del organismo, de tal modo que esta suba en apenas unos 10-15 minutos hasta los 40º C, lo que provoca que el cuerpo pierda mucho agua y se produzca la deshidratación. Sin embargo, no todas las personas tienen el mismo riesgo de sufrir una insolación. Con el fin de evitarlo, la medida de prevención más importante es la hidratación. Hay que mantener el cuerpo convenientemente hidratado a través de la ingesta de unos dos o dos litros y medio de agua al día. Lo más conveniente, especialmente para las personas mayores y los niños, es llevar siempre una botella de agua y beber a pequeños sorbos cada cierto tiempo, incluso si no se tiene sed. La fruta y la verdura fresca también contribuyen a mejorar los niveles de hidratación. Por otro lado, conviene evitar las horas de mayor calor entre las 12:00 y las 17:00 h. La práctica de ejercicio como caminar o correr, por ejemplo, debe realizarse a primera hora de la mañana o a última de la tarde cuando las temperaturas son más suaves y es más fácil encontrar zonas de sombra. Además, se recomienda usar ropa adecuada y llevar sombrero y gafas de sol. Por último, en verano la comida debe ser ligera y fresca.

QUIÉN ES QUIÉN

Carlos Seclen, auxiliar de enfermería

"Le gusta trabajar en equipo y disfrutar de la compañía de nuestros residentes".

Edad: 21 años.
En Las Hazas desde: 2020.
Lo mejor de Las Hazas: El compañerismo, la buena vibra.
Virtud: Trabajador.
Defecto: Torpe.
Aficiones: Escuchar música.
Libro: No suelo leer.
Película: Harry Potter y la piedra filosofal.
Grupo de música: Mago de Oz.
Comida favorita: Hamburguesa.

RECUERDOS Josefa Roldán

Poesía

Tarde del once de mayo
del año dos mil veintidós,
un día maravilloso
que relumbra como el sol.
Es un día maravilloso
que nunca olvidaré,
porque el día primaveral
es un día fenomenal
que siempre podremos ver.
Porque ya dentro de poco
vendrá el día de San Isidro,
que es la fiesta de Alcadozo
que es un día siempre visto.
Es la fiesta de Alcadozo,
bien lo podemos decir.
Una fiesta muy hermosa,
que es el patrón de Madrid.
Ahora me despido del verano,
y lo digo de verdad
para que siempre recuerden
que soy Josefa Roldán.

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.

Díez 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 Solidaridad 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.