

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 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”.



ACTUALIDAD

Mayo, un mes de tradiciones y festividades

No podemos perder nuestras tradiciones y nuestros folklores.

Llegó el mes de mayo, un mes de tradiciones y de festividades, donde nuestras raíces afloran por cada rincón de la isla, donde se van alternando distintas celebraciones, muchas de las cuales se celebran desde hace décadas. Las Islas Canarias son una región con ricas costumbres y tradiciones y muchas de las cuales conllevan una buena fiesta. Comenzamos con las Fiestas de las Cruces, donde nuestros residentes se afanan a decorar el centro y, sobre todo, nuestra cruz de flores, donde elaboran flores con sus propias manos en los talleres de ergoterapia. Son días para perfeccionar y de mucho trabajo, para luego lucirlas en la entrada del centro por varias semanas. Finalizamos el mes con la celebración del Día de la Comunidad Autónoma de Canarias el 30 de mayo, donde festejamos con tradiciones y folklore. Engalanamos los pasillos y techos del centro y programamos un cronograma de actividades dedicado a nuestras afortunadas islas, donde no faltaron documentales de nuestras tradiciones y una pequeña romería. También hubo gofio, papas arrugadas y nuestro mojo canario. Los residentes disfrutaron de unas jornadas cargadas de mucha alegría y de grandes momentos vividos.



Varios participantes posan junto a la cruz del centro.

El Proyecto SIMUL, una iniciativa para niños y mayores

Las relaciones intergeneracionales permiten intercambiar conocimientos, experiencias y valores.

El Proyecto SIMUL es una iniciativa comunitaria intergeneracional que pretende el encuentro y la colaboración entre personas de diferentes grupos de edad, especialmente entre niños y mayores como vínculo esencial de transmisión de valores culturales, familiares y sociales. Juntos comparten habilidades, conocimientos y experiencias. A principios del mes abril dimos comienzo a estas sesiones, donde nuestros residentes relataron sus vivencias a los más jóvenes del pueblo, participando en una vivencia única en la que compartieron horas entre anécdotas y risas.



Los participantes del Proyecto SIMUL en una de las actividades grupales.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Animación sociocultural

Programa de ludoterapia, programa de ergoterapia, programa de intervención con la música y programa de ocio y tiempo libre.

Psicología

Programa de estimulación cognitiva sin deterioro cognitivo, programa de estimulación cognitiva con deterioro cognitivo, programa de estimulación cognitiva multisensorial y programa de reminiscencia.

Terapia ocupacional

Programa de entrenamiento y rehabilitación ABVDs Básicas, programa de entrenamiento y rehabilitación ABVDs Instrumental, programa de movilizaciones pasivas y programa de rehabilitación funcional.

Fisioterapia

Rehabilitación funcional, rehabilitación patología aguda, reeducación de marcha y equilibrio y psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

26/07 Día del Abuelo.
Los martes del mes: día de playa.

Agosto

29/08 Visita a los Corazones de Tejina.
Los martes del mes: día de playa.

Septiembre

21/09 Actividades por el Día Mundial del Alzheimer.
25/09 14º aniversario del centro.

SERVICIOS

Peluquería

Todos los jueves.

Podología

Dos veces al mes.



HOY COMEMOS Digna Cruz Martín

Mojo de cilantro

INGREDIENTES

Cilantro, ajo, sal, comino, guindillas, aceite de oliva, vinagre o algún cítrico.

PREPARACIÓN

Separamos las hojas del cilantro de los tallos, colocamos los ajos troceados, el cilantro, la sal, el comino y las guindillas y añadimos también el vinagre o algún cítrico, según prefiramos. Finalmente añadimos un poco de aceite de oliva y empezamos a triturar mientras continuamos incorporando todo el aceite y se liga con el resto de ingredientes. El mojo verde estará listo para aderezar tus platos y, si haces mucha cantidad, puedes reservarlo unos dos o tres días en el frigorífico.



CUMPLEAÑOS

Julio

13/07 M.ª del Carmen Cairós
14/07 M.ª Socorro Díaz
14/07 María Pérez
17/07 Alejo L. Pérez
23/07 Mercedes Ramírez
25/07 Derquis Gómez
25/07 Ana María Ramos
31/07 Ignacia González

Agosto

04/08 Esteben Hernández
05/08 Elvira Sabina
07/08 M.ª del Carmen Martín
12/08 Carmen González
16/08 M.ª Rosa Lilia Torres
16/08 Consuelo Almeda
21/08 Elena Jiménez
23/08 Mercedes Oval
23/08 M.ª Milagros Rodríguez
26/08 Lorenza Emilia Suárez

Septiembre

06/09 Herminda Ramos
11/09 M.ª Isabel Vera
14/09 Fernando Iván Hajje
18/09 Julián Cruz
18/09 Irene del Castillo
19/09 Juan Antonio Correa
22/09 Inocencia Hernández

SECRETOS DE MI TIERRA Alejo Pérez

Las fiestas de mi Pueblo

Cuando llega el mes de mayo mi memoria revive de sentimientos y emoción, ya que son las fiestas de mi pueblo Valle de Guerra, donde nací y me crie. Parece que oigo el replique de las campanas del día 15 de mayo a las 7 de la mañana, anunciando que llegó el día del Patrón del pueblo, San Isidro Labrador y Santa María de la Cabeza. Me cuentan que este año celebran el 73 aniversario de la romería y, parece que me llega el olor de la carne asada en las carretas. Veo cómo la gente llega poco a poco por el pueblo y empiezan a colocarse por las carreteras para coger sitio y disfrutar del folklore, de las diferentes parrandas, de los grupos de música que alegran las calles y de los carros, los cuales van cargados de huevos duros, de papas arrugadas y de vino del país, que no falte. Fueron muchos años en los que me ponía la ropa tradicional de mago



Nuestro residente Alejo Pérez, un apasionado de su pueblo.

con mi chaleco de la orotava, mi sombrero y me iba tempranito para ver salir al Santo y disfrutar de mi romería. Qué grandes ratos disfruté y cuánto daría por volver a ver.

AYER Y HOY**Antes**

En éste nuevo número presentamos a nuestra residente Bárbara Alonso. Bárbara nació en 1940 en el municipio de La Laguna, del barrio de Guamasa. Doña Bárbara, después de haber trabajado muchos años en la hostelería acompañada de su esposo, disfrutó mucho de los viajes que realizó, donde destaca los recuerdos de Marruecos y de Italia, concretamente los de Venecia. Nuestra residente expresa estar muy contenta y feliz en esta etapa de vida, conociendo y compartiendo con nuevas personas.

**Después****CARTA DE LA DIRECTORA**

Ana Díaz



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Las personas que reciben atención en Amavir Tejina presentan simultáneamente una doble condición de riesgo y dependencia. Por un lado, dependencia social por parte de las administraciones públicas y servicios sociales y, por otro, dependencia de cuidados. En referencia a esta última, hacemos hincapié en los cuidados de la salud que precisan. A pesar del tiempo y la relajación de medidas de forma general con respecto a la COVID-19, nosotros seguimos tomando precauciones y estamos concienciados acerca de la fragilidad de la salud de los residentes que atendemos. Por ese motivo, en ocasiones, las medidas que se nos obligan a tomar son bastante restrictivas a diferencia de las medidas que se aplican a las personas que estamos en nuestras casas cada día. Tan solo por el número de residentes, las complicaciones y los contagios, se hacen más graves. El cansancio y las ganas de normalizar empiezan a ser una necesidad para todos, pero seguimos así. Por lo que pedimos mucha prudencia a los familiares y trabajadores. Deseamos que todo pueda cambiar con la llegada del verano y queremos darles las gracias por la colaboración que prestan, tanto los trabajadores como las familias. Un abrazo.

COSAS DE CASA

Bebé terapéutico

Una metodología que reduce la ansiedad y que mejora el comportamiento general de nuestros residentes.

La terapia de bebé terapéutico está indicada para mayores con diagnóstico de demencia de moderada a grave y para aquellas personas que presentan problemas de conducta y limitación en el lenguaje, favoreciendo la conexión con el entorno. A nivel motor, el hecho de coger al bebé mejora la propiocepción. Respecto al lenguaje, muestran más fluidez y si hablamos de alteraciones de conducta, el grado de ansiedad desciende. En cuanto a la parte afectiva y emocional, se trabaja la memoria autobiográfica. Muchos mayores evocan recuerdos de momentos con sus hijos o nietos. La utilización de los bebés terapéuticos hace que aumente la autoestima del residente, mejora la forma en que recibe los apoyos del personal a lo largo del día, en especial durante las actividades de la vida diaria; aumenta su interacción social con el personal, los miembros de la familia y otros residentes; mejora su independencia en las actividades cotidianas, su sensación de bienestar y disminuye la angustia del residente y las intervenciones en momentos de estrés. Esta terapia que consigue transmitir paz, alegría y tranquilidad en los pacientes con alzhéimer o deterioro cognitivo, siendo muy emocionante ver la reacción que tienen y observar cómo conectan con el medio. En nuestro centro contamos con dos bebés terapéuticos, Almudena y María. Ambas son niñas y hacen las delicias de nuestros residentes.



Floripa Martín con una de nuestras bebés.

QUIÉN ES QUIÉN

Rosa Inés Rodríguez, recepción

“Ama siempre, porque la vida se encarga de devolverte lo que das”.

Edad: 54 años.

En Amavir desde: 2014.

Lo mejor de Amavir: Una gran familia.

Virtud: La empatía.

Defecto: Soy perfeccionista.

Aficiones: Escuchar música y dar largos paseos.

Libro: Los miserables, de Víctor Hugo.

Película: Lo imposible.

Grupo de música: Alejandro Fernández.

Comida favorita: Viejas guisadas con papas arrugadas.

**RECUERDOS**

Estrofas de folias

Tenerife es una iglesia
y el pico Teide un sagrario
y en el sagrario se encierran
los secretos de un canario.

Yo te quise querer
y mi madre no me deja
el demonio de la vieja
en todo se ha de meter.

Dos corazones unidos
puestos en una balanza
uno pide justicia
y el otro pide venganza.

Al pasar por La Laguna
me dijo una lagunera
no te vayas pa' que comas
chicharros con papas nuevas.

En Santa Cruz vende coles
y en La Laguna bubangos
y en la Orotava se ven
todos los magos bailando.

Esta copla de folias
es un ataúd florido,
en donde yace mi amor
al que ha matado tu olvido.

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 incapacidad 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 sujetaciones 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

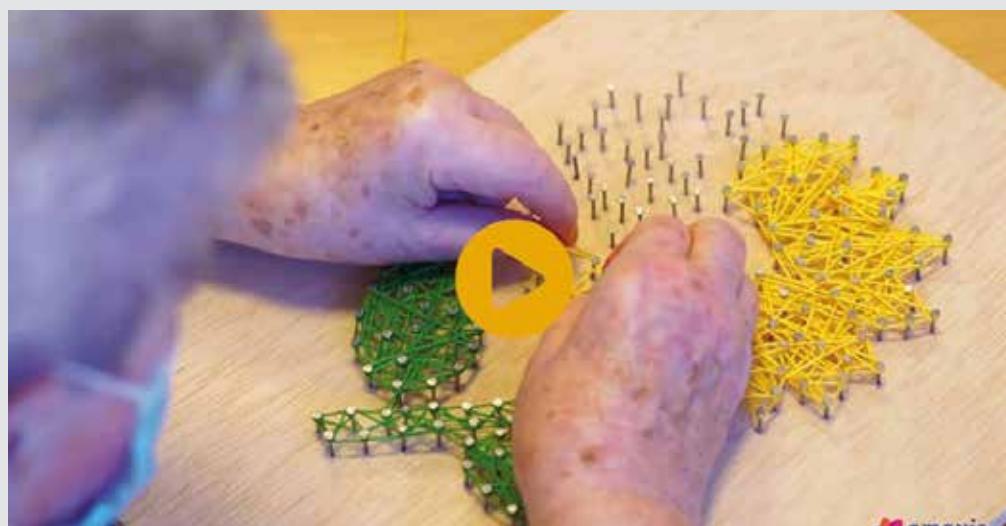
Soy amavir

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.

