

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Isabel Díaz Ayuso recibe a un grupo de mayores de Amavir en la sede de la presidencia de Madrid

Las usuarias, del centro Amavir Nuestra Casa (Collado Villalba), participan en el programa “Tejiendo solidaridad”.

La presidenta de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, se reunió hace unas semanas con un grupo de usuarias de la residencia de mayores Amavir Nuestra Casa que participan en el proyecto “Tejiendo Solidaridad”. Díaz Ayuso charló con Manuela, Rosa, Dolores, Encarna y Marina, que le contaron sus experiencias y le obsequiaron con una bufanda con los colores de la bandera de la Comunidad de Madrid. En el acto estuvieron acompañadas por la consejera de Familia y Política Social, Concepción Dancausa, y por el director de la residencia, Alfredo Boullón. “Tejiendo Solidaridad” es un proyecto que se desarrolla desde 2015 con la Asociación de Labores Solidarias IAIA y en el que actualmente participan 119 mayores de nueve residencias y cuatro centros de día de la región. En este taller tejen durante todo el año prendas como gorros, bufandas, calcetines o mantas que se destinan a personas necesitadas tanto en España como en Sierra Leona, Camboya o Marruecos.



Amavir firma un convenio en materia de sostenibilidad con Healthcare Activos

El fondo Healthcare Activos es propietario de algunos de los edificios de nuestras residencias y, mediante este convenio, ambas compañías apuestan por seguir prestando una atención de la máxima calidad en los centros asegurando que, además, estos respeten el medioambiente y sean sostenibles, avanzando en la eficiencia energética y la reducción de la huella de carbono. El convenio fue firmado por el CEO de Healthcare Activos, Albert Fernández, y la directora general de Amavir, Lourdes Rivera.



CUMPLEAÑOS CENTENARIOS

El alcalde de Pamplona visita Amavir Argaray para felicitar a Marcelino Andueza

Este residente es una figura muy querida en la ciudad navarra, donde regentó la mítica pastelería Andueza en la calle San Nicolás.

El alcalde de Pamplona, Enrique Maya, visitó la residencia Amavir Argaray para felicitar a uno de sus usuarios, Marcelino Andueza Arizala, por su cumpleaños centenario. Como es tradición, el alcalde le hizo entrega de un ramo de flores y del tradicional pañuelo de San Fermín. Marcelino estuvo acompañado por familiares y amigos en esta fecha tan señalada. Nacido el 12 de octubre de 1922, es aún muy recordado en toda la ciudad, puesto que regentaba la mítica pastelería Andueza en la calle San Nicolás, un negocio que heredó de sus padres, Marcelino y Trinidad. Andueza goza de buena salud y ha vivido en su domicilio hasta los 99 años. Toda su vida se ha dedicado a la pastelería, tanto en su negocio como durante una temporada que vivió en Annecy (Francia), donde aprendió también a hablar francés.



Dolores García, otro cumpleaños centenario en Argaray

Este mismo centro, Amavir Argaray, celebró también hace unos días el 104 cumpleaños de otra de sus residentes, Dolores García.

Amavir Humanes celebra los 107 años de su residente Felisa Romojaro

El alcalde de Humanes de Madrid y el concejal de Mayores se unieron a esta celebración obsequiando a Felisa con un ramo de flores.

La residencia de mayores Amavir Humanes organizó una gran fiesta sorpresa el pasado 4 de noviembre con motivo del cumpleaños de Felisa Romojaro, que cumplió 107 años. Los hijos de Felisa y los profesionales del centro quisieron acompañar a la residente y festejar junto a ella esta fecha tan especial. Además, la celebración contó con la presencia del alcalde de Humanes de Madrid, José Antonio Sánchez, y el concejal de Participación Ciudadana, Festejos y Mayores del municipio, José Carlos Vargas. Estuvo también Telemadrid para dar cuenta del acto en sus informativos. Felisa nació un 5 de noviembre de 1915 en Fuensalida (Toledo), donde vivió hasta que terminó la Guerra Civil, en 1939. Tiempo después decidió mudarse a Madrid. Siempre ha sido una mujer muy estilosa y muy avanzada para la época: estudió hasta los 12 años, aprendió a leer y a escribir y también destacó por su estilo y gusto musical, pues fue estudiante de solfeo en su juventud. La posguerra marcó su vida, pues trabajó durante unos años en los despachos que dispensaban las cartillas de racionamiento. Ha podido disfrutar de su vida con alegría y plenitud, con cuatro hijos, dos de



ellos mellizos, siete nietos y ocho bisnietos. Además, asegura encontrarse bien para sus 107 años. Los profesionales de Amavir Humanes destacan cómo ha sobrellevado Felisa la pandemia, siempre con buen ánimo y salud. Abierta, amable y cariñosa, Felisa se ha ganado el afecto de todos sus compañeros y de los trabajadores del centro.

ACTUALIDAD

Celebramos en familia la ceremonia religiosa

Vuelve a nuestro centro la Eucaristía semanal.

En nuestro centro hemos vuelto a retomar una de las actividades más demandadas por nuestros residentes, la Eucaristía semanal, cuya celebración llevaba interrumpida desde que comenzó la pandemia. Esta ceremonia religiosa, y principal acto de la Iglesia Católica, nos permite reunirnos y compartir nuestra fe con residentes y familiares. La palabra Eucaristía tiene su origen en el griego y significa Acción de Gracias, y eso es lo que hacemos todos los sábados por la mañana, agradecer poder volver a estar juntos, celebrar en familia y compartir con las personas que forman parte, ahora, de nuestro hogar, de nuestra casa. Ser agradecido es muy impor-



Celebración de la Eucaristía los sábados por la mañana.

tante para nuestra vida y para nuestro bienestar. La gratitud es una fortaleza, nos hace ser capaces de valorar aquello que tenemos, y hace que el estrés disminuya y que se instale en nuestro corazón la alegría, fuente de la

verdadera felicidad. Estamos agradecidos de haber retomado cierta normalidad en nuestra vida, y quedáis todos invitados a compartir la Eucaristía con nosotros. “Es de bien nacido ser agradecido”.

La fiesta de las castañas

En Amavir Cartagena celebramos la entrada del otoño.

Cuando las hojas se vuelven de color marrón, rojo y amarillo, llega el añorado otoño. Otro año más, hemos retomado esta celebración que tanto gusta a nuestros residentes y usuarios del centro de día. Recuerdan esta celebración con añoranza. Asamos castañas y boniatos y pasamos un agradable día narrando anécdotas vividas en su niñez con la familia y amigos. Cómo olvidar ese olor tan característico de la castaña asada a fuego lento y esa imagen de la castañera, esa vendedora callejera con el fogón y un cucurcho como herramienta principal.



Junto al fuego en la fiesta de las castañas.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Lunes, martes, miércoles y jueves se realizan tratamientos rehabilitadores en el gimnasio, tratamientos individualizados y paseos programados. Los viernes gerontogimnasia lúdica. Y todos los días movilizaciones.

Psicología

Se realizan talleres de estimulación cognitiva de lunes a viernes, siendo nuestro hilo conductor la prensa local. Reminiscencia con música y taller de estimulación. Estimulación sensorial los lunes y los viernes. Los miércoles y los viernes tenemos talleres de estimulación cognitiva.

Terapia ocupacional

Se realizan talleres de laborterapia y estimulación cognitiva a diario. Estimulación sensorial los viernes. Entrenamiento en las ABVD en aseo, comedores... Cine los lunes y martes. Lotería familiar los jueves y viernes. Campeonato de juegos los miércoles.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Programa especial de Navidad.
Cumpleaños del mes.

Enero

Visita de los Reyes Magos.
Fiesta de San Antón.
Cumpleaños del mes.

Febrero

Fiesta San Valentín.
Excursión.
Cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería

De martes a viernes semanalmente.

Podología

Cada quince días.

Eucaristía familiar

Sábados a las 11:30 h.

HOY COMEMOS Antonio Lauret

Arroz con costra

INGREDIENTES

Un cuarto de kilo de longaniza roja, longaniza blanca, pechuga de pollo, magra de cerdo, medio kilo de arroz de Calasparra, un litro de agua y 4 huevos.



Antonio, el autor de la receta.

PREPARACIÓN

Preparamos el cuarto de kilo de longaniza roja, la longaniza blanca, la pechuga de pollo y la magra de cerdo y lo troceamos todo. Añadimos medio kilo de arroz de Calasparra, un litro de agua y 4 huevos al punto de nieve. Sofreímos todos los ingredientes y los vamos vertiendo en la cazuela. En último lugar, echamos los huevos y lo cocinamos durante 10 minutos al fuego y 10 minutos al horno, que hemos calentado previamente.

CUMPLEAÑOS



Diciembre

07/12 Estébana Delgado
07/12 Virginia Moreno
09/12 Ana María Rubio
18/12 Clara Contreras
27/12 Clara Gonzalo
27/12 Juana Rodríguez

Enero

01/01 Ginesa Olmos
02/01 Encarna Bernal
02/01 Rosa Pérez
03/01 Carmen Celadrán
03/01 Salvador García
14/01 Lauro Álvarez
18/01 Josefina García
24/01 Ana Aznar
24/01 José Antonio Vera
27/01 Isabel Sanleandro
29/01 Florentina Gutiérrez

Febrero

02/02 Fernando Fernández
06/02 María Martínez
07/02 Consuelo García
11/02 Leonor Cervantes
13/02 María Teresa Clement
14/02 María Cruz Marín
14/02 Joaquín Sevilla
23/02 Ana Naranjo
24/02 Manuel Osset
28/02 María Dolores Cañavate

SECRETOS DE MI TIERRA

El Puerto de Cartagena



Cartagena 1915-1925.

El Puerto de Cartagena ha sido asediado por romanos, visigodos, árabes e ingleses. Lo han amenazado los piratas berberiscos y la armada genovesa. De él zarparon las naves vencedoras en Lepanto y partió Aníbal con su ejército de elefantes camino de Roma. Desde que fue fundada por los cartagineses en el 227 a.C., Cartagena ha sido escenario y, a menudo, víctima de la historia. Hoy, con un glorioso -y accidentado- pasado militar, el puerto vive volcado en otro tipo de conquista: la del comercio y el turismo. Cartagena se halla en una bahía natural, lo que la ha convertido en plaza codiciada por muchas

civilizaciones. La ciudad posee conexiones marítimas con África, el Mediterráneo, el norte de Europa y el mar Báltico, además de América, el Extremo Oriente y Oceanía. Dos mil años de historia han dejado en Cartagena un reguero de leyendas, siempre con el mar como protagonista. Una de ellas cuenta que, una vez al año, un barco fantasma, incendiado por un galeote reo de la Inquisición, se aparece envuelto en niebla. Según la tradición, la nave espectral se materializa cada 15 de agosto no lejos del puerto, bajo la atenta mirada del fuerte de Navidad que desde hace siglos custodia la entrada a la ciudad.

AYER Y HOY**Antes****Después**

Adela lleva unas semanas residiendo con nosotros. Adela es cartagenera por los cuatro costados como ella dice, madre de 5 hijos, 8 nietos y 1 biznieto de pocos meses que es su ojito derecho. Fue muy feliz en su matrimonio. Si hay que buscarla seguro que la vemos pegada a un libro, pues le encanta leer. En el centro se entretiene mucho cuidando de las plantas que tenemos en la planta baja. Ha viajado mucho, y ha conocido multitud de lugares, ahora dice estar en dique seco, pero ¡que le quiten lo bailado!

CARTA DE LA DIRECTORA

Estela Suárez García



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos encontramos ante otra edición de “Nuestra Casa” que coincide con el cierre de otro año. Año de reencuentros, año de volver a retomar rutinas, de volver a abrazarnos... Un 2022 en el que hemos intentado poner todo de nuestra parte para cuidar de la mejor forma posible a nuestros residentes, de darles todo nuestro cariño y apoyo. Seguimos trabajando por mejorar, por reforzar en aquellas cosas que necesitamos incidir más, sobre todo en hacer más felices el día a día de nuestros residentes. Este último trimestre hemos retomado nuestro centro de día, recurso que cerramos por la Covid-19. Ha sido ilusionante iniciar, de nuevo, este proyecto, así como acoger en nuestra casa a estos usuarios. Llega la Navidad, unas fechas entrañables en las que echamos de menos a muchas personas queridas, pero también en las que tenemos la oportunidad de pasar más tiempo con los que podemos. Por ello, espero que todos podamos disfrutar de las actividades preparadas en el centro para celebrarla, así como todos los momentos que podamos compartir con nuestros seres queridos. Espero que 2023 nos traiga mucha salud para poder seguir disfrutando juntos del día a día de Nuestra Casa, Amavir Cartagena. Un fuerte abrazo a todos.

COSAS DE CASA

Bienvenido otoño

Llega el otoño y en Amavir Cartagena nos preparamos para vivirlo.

Los días cada vez son más cortos, las noches más largas, disminuyen las horas de luz y el buen tiempo se sustituye por nubes y lluvia. Es el otoño, bien lo saben nuestros usuarios que prepararon, en los talleres de manualidades, hojas características de esta estación. Utilizando diferentes materiales, colores y técnicas y, como es costumbre en nuestro centro, decoramos las diferentes salas de estancias. Esto nos ayuda a estar orientados en tiempo y espacio, al mismo tiempo que fomentamos nuestras habilidades cognitivas. Las manualidades como forma de terapia son un excelente medio para alejarnos de los problemas, despejarnos mentalmente



Algunas residentes con las hojas de otoño.

y reforzar nuestra autoestima, ya que los usuarios se sienten bien al realizar un trabajo manual y se demuestran a sí mismos que son capaces de hacer esfuerzos y conseguirlo. Son una fuente de satisfacción.

QUIÉN ES QUIÉN

Miguel Ángel Paredes, médico

Buen profesional, atento, educado y agradable tanto en el trato con los residentes y familiares como con los compañeros.

Edad: 38 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: Todo lo que estoy aprendiendo.

Virtud: Soy delicado y metódico.

Defecto: Ver las limitaciones de nuestras capacidades.

Aficiones: El deporte, el mar, los amigos, el cine, la historia y la simbología.

Libro: Los pilares de la tierra, de Ken Follett.

Película: Top gun.

Grupo de música: Música electrónica.

Comida favorita: El caldero.

**RECUERDOS Pedro Nieto**

Bar Restaurante Chamonix

El Bar Restaurante Chamonix fue abierto en 1969 por una familia cartagenera en la calle Puertas de Murcia. Curiosamente, su nombre fue elegido en un concurso tras un anuncio que sus dueños publicaron en prensa. Se trataba de un lugar muy acogedor, inspirado en las cafeterías más famosas de Madrid de la época, donde la familia fue a buscar ideas para su gran proyecto. Era famoso por su céntrica ubicación y su servicio de cafetería y de tapas, cada día sus mesas se llenaban en la hora del desayuno y comida por su fantástica gastronomía y amabilidad de sus trabajadores.

Nueva jornada del Comité de Bioética de Amavir dedicada a profesionales sociosanitarios

Se celebrará el 15 de diciembre en el Centro Cultural CaixaForum de Madrid, además de retransmitirse por Internet.

Bajo el título “Cuidamos la vida, cuidamos los valores: una visión ética desde la atención sociosanitaria”, el acto contará con las ponencias de Diego Gracia Guillén, médico, escritor y filósofo y uno de los mayores expertos en bioética en España; Montserrat Esquerda, directora general del Institut Borja de Bioética de la Universitat Ramon Llull y presidenta de la Comisión de Deontología del Consejo de Colegios de Médicos de Cataluña; y Carlos Hernández, profesor universitario y destacado conferenciante en temas sobre humanización, resiliencia y acompañamiento. En la jornada se hablará de cuestiones como la ética en la calidad asistencial, la planificación de decisiones anticipadas y la importancia de la comunicación en la labor asistencial. Esta es la tercera jornada que organiza el Comité de Bioética de Amavir desde



su constitución en 2019. Este organismo orienta y asesora sobre conflictos éticos que pueden derivarse de la relación asistencial, social, psicológica y espiritual en nuestras residencias de mayores.

Amavir colabora por octavo año consecutivo con la Alianza Mundial para la Vacunación Infantil (GAVI)

La participación de Amavir en esta iniciativa se vehicula a través de la Alianza Empresarial española, creada por la Fundación ‘La Caixa’ en 2008.

La Alianza Mundial por la Vacunación (GAVI), un organismo internacional con sede en Ginebra e impulsado por las donaciones de la Fundación Gates, ha contado por octavo año consecutivo con la colaboración de Amavir. Además, este año la fundación ha otorgado a la compañía el título de Patrocinador Plata por su solidaridad y donación económica a este proyecto con el objetivo de “sumar vidas a las generaciones

futuras”. Amavir considera de vital importancia seguir trabajando con GAVI para salvar la vida de millones de niños que están expuestos a diario a graves enfermedades por no tener acceso a vacunas. Desde su creación, esta alianza ha ayudado a vacunar a más de 888 millones de niños en los 73 países más pobres del mundo, contribuyendo así a prevenir más de quince millones de muertes futuras.

Nos unimos a EnREDaRSE, la primera red de empresas sostenibles de Navarra

La compañía sigue apostando así por las políticas de responsabilidad social corporativa y su contribución a iniciativas en este ámbito.

Amavir se ha incorporado como «empresa amiga» a la Asociación EnREDaRSE, de reciente creación, y que constituye la primera red de empresas sostenibles en Navarra. El propósito de esta asociación es potenciar la sostenibilidad y la responsabilidad social como ejes centrales de la cultura empresarial, así como contribuir a la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones



Unidas. Amavir ha querido respaldar este proyecto en su apuesta por fomentar el desarrollo de la responsabilidad social y la sostenibilidad, actividades en las que viene trabajando desde hace años y que forman parte también de las políticas del grupo Maisons de Famille al que pertenece. De hecho, Amavir forma parte de la Red Española del Pacto Mundial de Naciones Unidas.



Varias instituciones reconocen el trabajo de Amavir durante la pandemia

La Comunidad de Madrid y el Cabildo de Lanzarote organizaron hace unas semanas sendos homenajes a todas las entidades que han trabajado durante la pandemia o que han colaborado con los programas de vacunación, entre las cuales figuraba Amavir. Todos los profesionales de la compañía agradecemos muy especialmente que las instituciones se acuerden del trabajo que llevamos a cabo en un contexto de extrema dificultad, y siempre tratando de velar por la salud y el bienestar de nuestros mayores.



PRIMERA USUARIA EN RECIBIR LA CUARTA DOSIS DE LA VACUNA FRENTE A LA COVID-19.

Begoña Barricat, de 77 años, la residente más veterana de Amavir Mutilva (Navarra), ha sido la primera usuaria de todo Amavir en recibir la cuarta dosis de la vacuna frente a la Covid-19, que se ha ido administrando estas últimas semanas en todas las residencias con el objetivo de disminuir la gravedad de la enfermedad y su posible mortalidad entre personas mayores.

Usuarios de Amavir ganan 9 premios en los concursos del Hospital Puerta de Hierro por el Día de los Mayores

Residentes de Amavir Pozuelo y Amavir Villanueva participaron en el evento y recogieron sus premios de la mano del consejero de Sanidad.

La Comunidad de Madrid celebró el Día Internacional de las Personas Mayores en el Hospital Puerta de Hierro de Majadahonda, con la presencia del consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero. La jornada reunió a más de 100 personas entre profesionales del hospital y residentes de los centros sociosanitarios de su área de influencia. Dos de estos centros son Amavir Pozuelo y Amavir Villanueva de la Cañada, cuyos mayores competían en los distintos concursos y premios convocados con motivo de este día en diversas categorías (pintura, vídeo, relatos y manualidades). El jurado, compuesto por



personal del Servicio de Geriatría del hospital, concedió a Amavir un total de 9 premios.

Premio también para Amavir Vilanova (Cataluña)

Por otro lado, nuestra residencia Amavir Vilanova del Camí (Barcelona) ha recibido también el primer premio en el concurso de manualidades celebrado por el Centro de Atención Primaria (CAP) de Vilanova con motivo del Día Internacional de las Personas Mayores.

Amavir, con el deporte

La compañía ha sido una de las patrocinadoras de la maratón Roncesvalles-Zubiri, una de las competiciones deportivas de más tradición de Navarra y cuyo recorrido pasa junto a nuestra residencia Amavir Ibañeta.

Apoyo al Banco de Alimentos

Un año más, desde Amavir queremos apoyar en la Gran Recogida del Banco de Alimentos. Se han instalado lugares de recogida en las residencias donde poder depositar alimentos para contribuir a esta causa.

Nuevos vídeos en nuestra web

En la página web de Amavir tenemos ya nuevos vídeos de nuestras series, en las que damos a conocer historias singulares de nuestros residentes y profesionales, las actividades que hacemos en nuestro día a día y también recetas de nuestros mayores.