

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir

  
amavir  
residencias para mayores

  
GROUPE  
MAISONS  
de FAMILLE

## 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.





Centro con plazas concertadas con  
  
**Comunidad de Madrid**

**ACTUALIDAD**

# La fiesta de la vendimia

**Un concurso de pisar uva y ensalzar el vino para poner fin a la temporada de la vid.**

Llega octubre y termina la época de vendimia. Después de muchos días de trabajo en las viñas, por fin la tierra ha dado sus frutos y este final se merece una fiesta. Por eso, en los pueblos de tradición vinícola se celebra con una fiesta, se pisa la uva y se ensalza el vino. En la residencia Amavir Cenicientos no podemos ser menos y celebramos la fiesta con mucho entusiasmo, además de que todo el que quiso pudo pisar la uva. Se hizo un concurso para ver cuál de todos era el que más zumo sacaba de este acto. Después de las risas, pero con mucha competitividad, una residente de centro de día resultó ser la ganadora de esta actividad y, por supuesto, tuvo su premio y un diploma por su victoria. Todos los participantes demostraron una gran habilidad en la pisada y lo hicieron con entusiasmo, pero solo podía ganar uno. Esta fiesta se celebra en la residencia todos los años y esta tradición cuenta cada vez con más seguidores que no quieren dejar pasar la oportunidad de recordar actividades de su juventud o de empezarla, que nunca es tarde. Como siempre pasamos una mañana muy divertida y estamos deseando repetirla.



Pisando la uva en la fiesta de la vendimia.

## Contra el Alzheimer, “InvestigAcción”

**La actividad física y mental, una de las mejores herramientas para prevenir y tratar los efectos de esta enfermedad.**

El 21 de septiembre se celebró el Día Mundial del Alzheimer. Este año, los organismos internacionales bajo el lema “InvestigAcción”, quisieron dar impulso a la importancia de la investigación como vía para acabar con una enfermedad que en España afecta a más de 5 millones de personas. Es una de las demencias más frecuentes entre los mayores y, por tanto, la celebración de su día internacional es una fecha de especial relevancia en nuestros centros. Además de realizar sesiones informativas



Entrenar la memoria y la sonrisa, el mejor truco para luchar contra el Alzheimer.

sobre qué es y cómo prevenirla o vivir con ella, quisimos hacer hincapié en la importancia de mantener cuerpo y mente activos y quisimos hacerlo de una manera lúdica celebrando un concurso de “Pasapalabra”.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Programa de movilizaciones pasivas, psicomotricidad, reeducación de marcha y equilibrio, rehabilitación de patología aguda y rehabilitación funcional.

#### Terapia ocupacional

Programa de entrenamiento y rehabilitación en actividades básicas de la vida diaria (ABVD's), entrenamiento y rehabilitación en actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD's), rehabilitación funcional desde terapia ocupacional, estimulación multisensorial y estimulación cognitiva.

#### Psicología

Programa de estimulación cognitiva, estimulación multisensorial, atención individualizada en trastornos psicoafectivos, intervención en alteraciones de conducta, intervención en duelo y reminiscencia-atrapa mis recuerdos.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

16/12 Salida al mercadillo.  
22/12 Bingo especial Navidad.  
30/12 Celebración de los cumpleaños del mes.

#### Enero

05/01 Visita de los Reyes Magos.  
20/01 Salida al mercadillo.  
27/01 Celebración de los cumpleaños del mes.

#### Febrero

14/02 San Valentín.  
17/02 Salida al mercadillo.  
24/02 Celebración de los cumpleaños del mes.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes y martes de 09:30 a 13:30 h. Miércoles de 11:45 a 13:45 h. Previa petición de cita.

#### Podología

Mensualmente por derivación del equipo de enfermería.



## CUMPLEAÑOS



### Diciembre

08/12 Pablo Villanueva  
08/12 Félix Castaño  
08/12 Concepción Sánchez  
11/12 Alicia Santayana  
22/12 Bernardino Martín  
24/12 Marta Esteban  
24/12 Gregoria Novella  
31/12 Benita Rodríguez

### Enero

03/01 Francisca Lorenzo  
11/01 Pilar Lozano  
12/01 María López  
12/01 M.<sup>a</sup> Carmen López  
16/01 M.<sup>a</sup> Luisa Sánchez  
24/01 Feliciano Díaz

### Febrero

01/02 Ignacia Basoco  
02/02 Purificación Domínguez  
12/02 José Miguel Storch  
15/02 Faustina Argiles

**HOY COMEMOS** Aroa Martínez

# Bizcocho de calabaza

### INGREDIENTES

Todas las medidas son del vaso de yogurt: 1 yogurt, 3 huevos, 3 de harina, 2 de azúcar, 1 de aceite, 1 sobre de levadura, 300 g de calabaza cocida y mantequilla para el molde.

### PREPARACIÓN

En un bol añadimos el azúcar, los huevos y batimos. Añadimos el aceite y el yogurt y seguimos batiendo. Añadimos la levadura y la harina poco a poco, y por último echamos la calabaza echa puré. Ponemos la mantequilla en un molde y vertemos la masa con el horno precalentado a 170° C. Horneamos durante 40 minutos.





**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Martos, un pueblo con una historia interesante

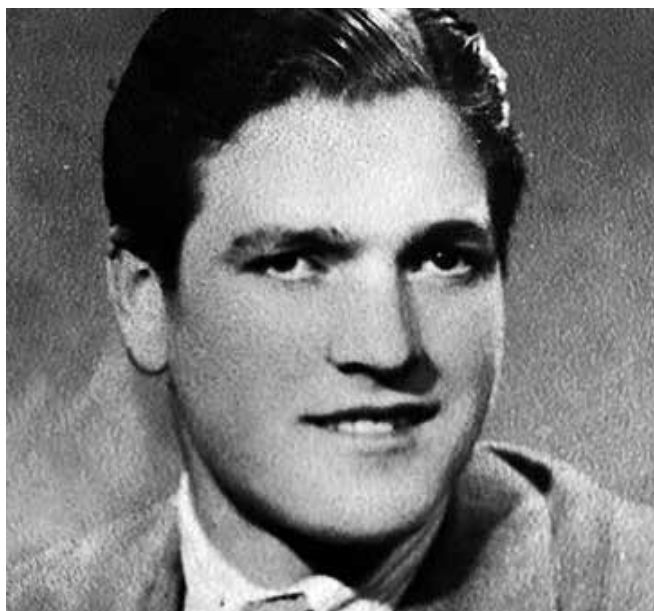
Me llamo Emilio Rodríguez y nací en Martos, Jaén hace 88 años. Mi pueblo es uno de los más grandes de la provincia y es conocido por ser un gran productor de aceite de oliva. Hay varias iglesias, un castillo y a lo largo del año se celebran varias fiestas. Para mí, las mejores son las de la Virgen de la Villa y las de la Virgen de la Victoria, a la que le hacen una romería y la suben a hombros hasta el peñón. La peña de Martos es muy representativa del pueblo y hay muchas leyendas sobre ella. En mi pueblo y en



Vista de Martos y su famoso peñón.

sus alrededores se dice que “si el peñón de Martos fuera de azúcar, todos los marteños estarían chupa que te chupa”. La calle Torredonjimeno llega hasta el cementerio y en ella están las fosas comunes de los fallecidos en los dos bandos durante la Guerra Civil y es típico llevar flores para el día de Todos los Santos. Dejé mi pueblo a los 14 años y me vine con mis tíos a Madrid, pero he seguido yendo allí con mi mujer y mis hijos hasta que hace algo más de 15 años compramos una casa en Azuaga, Badajoz, el pueblo de Carmen, mi mujer, y ya dejamos de ir a Martos.

**AYER Y HOY**



## Antes

Mi nombre es José Vidal. Tengo 96 años y soy usuario del centro de día desde hace unos meses. En la fotografía de mi juventud tenía 19 años y me la hice en Madrid. En aquella época me dedicaba a ir al mercado de Carabanchel a comprar fruta y verdura, iba con la caballería y un carro a cargar para luego venderlo en el puesto de fruta que tenía mi familia. Unos años más tarde me hice fotograbador y empecé a trabajar en una nueva revista que era Diez Minutos.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Patricia Herresánchez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

De nuevo nos encontramos en el periódico y podemos ver en él parte de nuestra vida en la residencia. En estos últimos meses, además de las actividades que habéis podido ver en las primeras noticias de esta edición, hemos tenido acciones sanitarias importantes en la prevención de la salud. A últimos del mes de septiembre se realizó la campaña de vacunación frente al coronavirus poniendo la 4ª dosis de recuerdo, se ha puesto la vacuna SPIKEVAX 0,10 de la farmacéutica Moderna que está adaptada para la variante Ómicron. Posteriormente y para no interferir en los posibles efectos secundarios, se ha vacunado de la gripe, que este año se prevé más virulenta que en otras ocasiones. También estamos ya con los preparativos de Navidad y en poco tiempo podremos ver la residencia decorada y esperando que estas bonitas fechas nos acerquen más y nos llenen de alegría. Para estas actividades, tanto de decoración como de las que se vayan a realizar, nos gustaría contar con la participación de todo el mundo, así que todo aquello que os apetezca que se haga, por favor contactad para ello con el equipo de animación. Como siempre estoy a vuestra disposición, recibid un fuerte abrazo.

## COSAS DE CASA

# El Herpes Zóster y cómo protegernos contra él

**La vacuna contra el Herpes Zóster o 'La culebrilla' es la mejor manera de prevenirla.**

El Herpes Zóster es una enfermedad muy dolorosa y debilitante que es altamente frecuente en la población. Es causada por la activación del virus de la Varicela Zóster (VVZ). Afecta a los nervios y a la piel de un área del cuerpo. Es por esto por lo que se la conoce como 'la culebrilla'. El 95 % de los adultos tienen el virus en estado latente y de esos, 1 de cada 4 padecerá la enfermedad en algún momento de su vida, coincidiendo con una debilitación del sistema inmunitario. Esta situación afecta mucho a la calidad de vida, ya que causar dolor, insomnio, ansiedad y otras complicaciones secundarias. Existen antivirales y analgésicos que palian los síntomas, sin embargo, lo más recomendable en la tercera edad es administrar la vacuna contra el Herpes Zóster. Dado que este es el mejor tratamiento, la Comunidad de Madrid ha anunciado que se comenzará a vacunar a los ancianos progresivamente en función de su fecha de nacimiento hasta poder ampliar esta protección a todos. Según



Una enfermera vacunando.

el Servicio de prevención de la Comunidad se comenzará con los nacidos en 1957 y 1942. Esta vacuna se deberá separar de la antigripal por una semana y está formada por dos dosis. Así pues, para evitar los efectos de la temida 'culebrilla', animamos a todos a vacunarnos para poder protegernos de forma efectiva.

## QUIÉN ES QUIÉN

# Ada Casadiego, enfermera

**"Enfermera por vocación".**

**Edad:** 56 años.

**En Amavir desde:** 2020.

**Lo mejor de Amavir:** El buen compañerismo y el trabajo en equipo.

**Virtud:** Soy cumplidora con mi trabajo.

**Defecto:** La sinceridad.

**Aficiones:** Leer y realizar cursos de formación.

**Libro:** El milagro metabólico, de Dr. Carlos Jaramillo.

**Película:** No me gusta el cine.

**Grupo de música:** Todo tipo de música.

**Comida favorita:** Espaguetis con pollo.



## RECUERDOS

# Refranes otoñales

- Si después de otoño seco llueve por Santa Bibiana, llueve cuarenta días y una semana.
- El tiempo de octubre loco, derrama de todo un poco.
- Otoño caliente, lleva al demonio en el vientre.
- Calabazas coloridas, en otoño recogidas.
- Cuando en octubre llueve, el níscolo se mueve.
- En noviembre, como hace el uno, el dos y el tres, hace la mayor parte del mes.
- Amanece y oscurece a las ocho cuando llega el otoño y madura el madroño.
- El otoño verdadero, por San Miguel el primer aguacero.
- En otoño, pan de ayer, vino de antaño y caldito a diario.

# 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.

## 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.

## 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.