

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

Actuación de La Cordobesa

Una magnífica actuación que nos hizo cantar y bailar.

En Amavir Puente de Vallecas recibimos la visita de la cantante La Cordobesa. Nos propuso una actuación muy especial y diferente. Nos contagió con su magia musical y con su alegría, por lo que nos hizo pasar una velada muy especial. Sus canciones nos hicieron recorrer la geografía española y recordar momentos mágicos de nuestra juventud. Canciones con las que muchos de nuestros residentes y usuarios de centro de día han crecido, madurado y disfrutado durante toda su juventud y, por supuesto, en la actualidad, como así demostramos en la visita de La Cordobesa. Nuestra artista invitada dinamizó como muy pocas veces hemos visto en nuestro centro, hizo partícipes a miembros del equipo técnico con bailes conjuntos, disfraces y nos hizo cantar, algo que fue muy atractivo de ver para todos. Este tipo de actuaciones son muy beneficiosas y son las que más disfrutan.



Actuación en vivo de La Cordobesa.

Recibimos la cuarta dosis contra la Covid-19

Debemos continuar atentos a posibles contagios en nuestros centros.

Aunque la incidencia de la Covid-19 ha descendido notablemente, el virus sigue estando ahí y las nuevas variantes también, por lo que los expertos animan a no bajar la guardia y a seguir combatiendo la enfermedad a través de la vacuna. En Amavir Puente de Vallecas comenzó la administración de la cuarta dosis en el mes de octubre. Se trata de una dosis de recuerdo frente a la Covid-19 adaptada a las nuevas variantes en grupos de población muy concretos. Sanidad afirma que estas vacunas son más precisas, que ofrecen una protección más amplia y que los efectos secundarios son similares a los ya administrados. No olvidéis que la mejor fórmula para combatir este virus sigue siendo el lavado de manos, la distancia y la ventilación. ¡No bajéis la guardia!



La vacuna contra la Covid-19.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes

10:30 h. Musicoterapia y gimnasio. 11:15 h. Ergoterapia, psicomotricidad y estimulación cognitiva. 15:30 h. Estimulación sensorial. 17:00 h. Cine.

Martes

10:30 h. Taller de actualidad, gimnasio y terapia ocupacional. 12:30 h. Terapia ocupacional. 15:30 h. Estimulación sensorial. 17:00 h. Manualidades.

Miércoles

10:30 h. Charla y coloquio, bingo (CD), terapia ocupacional y gimnasio. 12:30 h. Musicoterapia, taller de actualidad y estimulación cognitiva. 17:00 h. Gerontogimnasia y musicoterapia.

Jueves

10:30 h. Musicoterapia, terapia ocupacional, gimnasio, charla y coloquios. 12:30 h. Estimulación sensorial, taller de actualidad y actividades. 17:00 h. Juegos deportivos JJOO.

Viernes

10:30 h. Gimnasia, manualidades (CD), taller de relajación y gimnasia. 12:30 h. Terapia funcional. 15:30 h. Musicoterapia. 17:00 h. Bingo.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Salida a ver las luces de Navidad.
Actuación navideña de bailes regionales Hermandad del trabajo.
Musical navideño del grupo de teatro Navacerrada.
Actuación navideña del grupo de baile Pilar Camacho.
Actuación musical navideña de La Cordobesa.
Actuación musical navideña de la cantante y actriz María Gracia.
Actuación musical navideña de Estrella y Antonio.
Fiesta de Nochebuena.
Fiesta de Nochevieja.
Fiesta de cumpleaños del mes.

Enero

Fiesta de Reyes Magos y entrega de regalos.
Actuación musical cantante externo.
Visita a las instalaciones de Fundación ONCE.
Manualidad/bingo en familia.
Fiesta de cumpleaños del mes.

Febrero

Taller máscaras de Carnaval.
Fiesta de Carnaval.
Actividad del 14 de febrero.
Fiesta de cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería

Martes de 10:00 a 15:00 h.

Podología

Jueves de 10:00 a 15:00 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Victoria Parra
02/12 Piedad Hernández
03/12 Susana Quiralte
04/12 Concepción Pérez
06/12 Concepción Castro
07/12 Concepción Gil
07/12 Concepción Garrido
07/12 Ángeles Medina
10/12 José Torrecilla
12/12 Casilda Fernández
14/12 Paloma Prieto
15/12 Bibiana Lequerica
18/12 Carmelo Osteso
24/12 Juan Vique
26/12 Encarnación Areense
26/12 Beatriz Rincón
27/12 Vicenta Real
29/12 Isabel Gallego
31/12 Maite Moreno

Enero

03/01 Dolores García
04/01 Josefa Carbonell
04/01 Isabel Sanz
05/01 María Jesús Izquierdo
09/01 Julián Morante
10/01 Emilio Arias
11/01 Victoria Santos
13/01 Milagros Cañedo
14/01 Rosario Carmona
14/01 M.ª Luz Ruiz
15/01 Agustina Fonseca
15/01 Cristina Murias
16/01 Francisco Barba
16/01 Antonia Gómez
18/01 Rosa Ibisate
19/01 Juan Antonio Camacho
21/01 Andrés Municio
26/01 Judit Fernández
28/01 Julia Manzano
31/01 Julia Martín
31/01 Julia de la Cruz
31/01 Carmen López

Febrero

01/02 Ignacia García
02/02 María Delgado
02/02 Miguel Serrano
07/02 Pilar Alonso
09/02 Fernando Aguilar
09/02 Carmen Gómez
10/02 Luisa Estepa
11/02 María Manzanares
14/02 Rosario Mansilla
19/02 María Robles
20/02 Jacinta López
20/02 Eduarda Tena
24/02 Amelia Huerta
25/02 José Luis Junquera
25/02 Enriqueta Pérez
26/02 Victoria García

HOY COMEMOS Belén Lago

Pisto

INGREDIENTES

Cebolla picada, pimiento verde y pimiento rojo troceado, calabacín troceado, tomate triturado, aceite y sal.

PREPARACIÓN

Se sofríe la cebolla y cuando esté dorada le incorporamos los pimientos, el calabacín y rehogamos hasta que queden hechos. Por último, añadimos el tomate triturado y dejamos cocinar unos minutos más.



SECRETOS DE MI TIERRA

La cueva de El Soplo

El Soplo es una cueva situada en los municipios de Herrerías, Valdáliga y Rionansa en la sierra de Arnero, en Cantabria a una altitud de 540 msnm. Es considerada una cavidad única a nivel mundial por la calidad y cantidad de las formaciones geológicas que alberga en sus 20 kilómetros de longitud total, aunque solo 4 están abiertas al público. En ella se encuentran formaciones poco comunes como helictitas (estalactitas excéntricas que desafían la gravedad) y draperies (sábanas o banderas traslúcidas colgando del techo). Las rocas sobre las que se desarrolla el karst que da lugar a la cueva datan del Mesozoico, concretamente del periodo Cretácico hace 240 millones de años. La cavidad fue descubierta



Un bonito lugar para visitar.

accidentalmente durante las labores de perforación minera, siendo aprovechada posteriormente para la extracción de minerales. En la visita guiada se accede únicamente a dos de las ocho galerías. Los mineros denominaban soplaos a las cavidades kársticas que cortaban en sus trabajos y que creaban fuertes corrientes de aire. Durante su explotación, muchas familias de la zona se sustentaban con los ingresos que obtenían de esa actividad minera, compaginada con la ganadera.

CARTA DE LA DIRECTORA

Inmaculada Gallego Muñoz



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

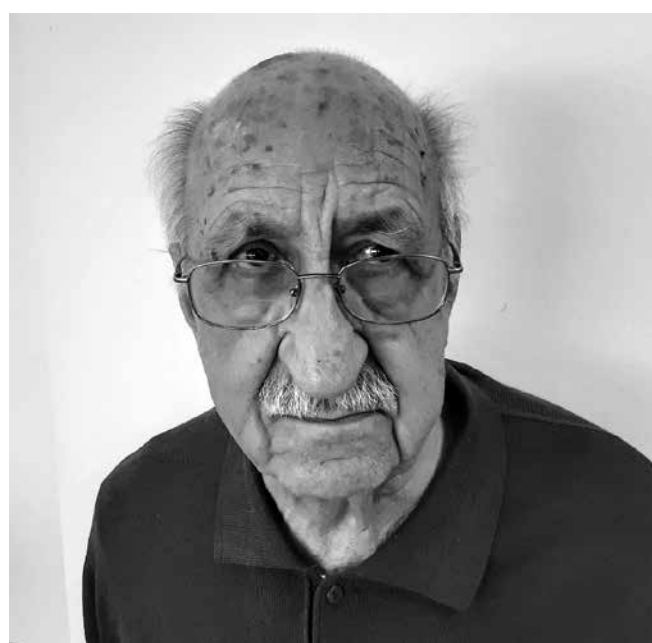
Durante este año hemos realizado un nuevo proyecto, una iniciativa de la dirección general de atención al mayor y a la dependencia llamada “tu historia de verdad importa”. Es un proyecto creado y desarrollado por la fundación “lo que de verdad importa” y que estamos llevando a cabo con la colaboración de algunos de nuestros residentes, cuyo objetivo último es mejorar su calidad de vida en nuestro centro, potenciando el envejecimiento activo y su participación. De esta forma, además satisfacemos sus inquietudes culturales promoviendo la comunicación con otros colectivos. Igualmente, contribuye a luchar contra la soledad beneficiándose de un vínculo afectivo de calidad y, sobre todo personalizado, ya que esta actividad está realizada por voluntarios que transcriben las historias de vida de nuestros residentes. Narran sus historias dignificando, sin lugar a dudas, las experiencias de sus vidas, poniendo conciencia y orgullo de las mismas. Una vez finalizadas las historias de sus vivencias, serán editadas en libros que se les entregarán personalmente por los responsables de la misma fundación. Con estas y otras actividades aplicamos el modelo centrado en la persona, integrado y profesionalizado que busca apoyar a las personas con dependencia para que puedan seguir teniendo control en su entorno, en sus cuidados y en su vida cotidiana, desarrollando plenamente sus capacidades.

AYER Y HOY



Antes

Pepe Medialdea es natural de Madrid y, aunque no le gusta destacar y le gusta pasar desapercibido, hemos conseguido que acceda a participar en este periódico. Se casó con Pepa, a quien conoció en el cine. Pepe y Pepa permanecieron casados durante 58 años, todo un ejemplo a seguir. Pepe era obrero ebanista y es un apasionado de la madera. Trabajó 30 años en el metro de electricista en subestaciones eléctricas (electrotecnia). Es socio del Real Madrid y vio el primer partido en el Bernabéu junto con primos mayores que él. Destacan entre sus aficiones la lectura, el cine y el teatro.



Después

COSAS DE CASA

Una mascota en el centro

Una compañía diferente que alivia los niveles de estrés.

Como bien es sabido por todos, tener una mascota en la familia es una fuente de cariño y compañía inagotable. Además, indirectamente sirven para estimular el lenguaje, el compromiso y la responsabilidad en todos los miembros de la unidad familiar. En este sentido, se está observando que en nuestro país van aumentando los centros que admiten mascotas. De este modo, las personas residentes mejoran a nivel emocional y optimizan su envejecimiento activo. Un estudio de la Universidad de Washington (WSU) demostró que acariciar a tu mascota tiene efectos positivos directos sobre tu carga de estrés. Se observó que un grupo de estudiantes disminuía sus niveles de cortisol, la hormona que se segrega en momentos de estrés, cuando acariciaban a su mascota. Es por esto que no quisimos perder la oportunidad que nos dio Sandra, auxiliar en el módulo psicogeriatrico, cuando nos ofreció amablemente traer su canario blanco al centro. El pequeño canario se está adaptando estupendamente a su nuevo entorno y ha sido muy bien recibido por casi todos los residentes, aunque aún no se han puesto de acuerdo en ponerle nombre.



Ya es uno más de la familia.

QUIÉN ES QUIÉN

Bárbara Carbonero, fisioterapeuta

Nuestra nueva incorporación, ¡bienvenida!

Edad: 44 años.

En Amavir desde: 2020.

Lo mejor de Amavir: El compañerismo.

Virtud: La empatía.

Defecto: El perfeccionismo.

Aficiones: Pasear por el campo y leer.

Libro: El caballero de la armadura oxidada.

Película: El Pianista.

Grupo de música: U2.

Comida favorita: Los canelones.



RECUERDOS

El arcoíris

Y allí se encontraba el anciano
cerca del banco de madera.

Días grises lo traen aquí,
como si las nubes hablaran de ella.

Él esperaba su amor
pues se hicieron una promesa.

Ella dijo, "cariño, allí estaré,
donde el sol y la lluvia se besan".

En una sonrisa esconde su angustia
quizás hoy no pueda verla.

Él no desiste, sigue esperando,
y la bruma del día, ya casi se acuesta.

Lágrimas corrían por su cara arrugada
sus ojos bailaron en alegría y tristeza.

Al ver un arcoíris adornar el cielo,
donde el sol y la lluvia se besan.

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 Geriátrica 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.