

# 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 Romojarro

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 Romojarro, 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

# Semana del mayor

## Somos mayores, pero nos gusta mantenernos jóvenes.

El 1 de octubre se celebra el Día de las Personas de Edad. Aquí, en nuestra casa diseñamos actividades para que durante esa semana pudiésemos cuidar nuestra salud y bienestar, es decir, nuestro estado físico y mental. Para nuestro bienestar realizamos un taller de autocuidado y arreglo personal. En él nuestros residentes disfrutaron de una sesión en la que incidimos en el cuidado de nuestro aspecto colocándonos mascarillas hidratantes, proporcionando nutrientes y estimulando las propiedades de la piel. También aprovechamos para cuidar nuestras manos con manicura e incluso maquillarnos sin tener una ocasión especial. Nuestro cerebro es también muy importante, por lo que realizamos unos juegos de habilidad mental con juegos como el “Hendbanz”



Nuestros mayores disfrutando de una sesión de cuidado de la piel con mascarillas hidratantes.

y el ¿Quién es Quién? Donde además de trabajar la memoria, estimular la creatividad y la imaginación pudimos reírnos con estos juegos tradicionales, pero novedosos al mismo tiempo. Y, por último, pero no menos importante, cultivamos nuestra salud física con una

actividad que resultó muy estimulante y que todos conocéis por nuestro tradicional juego de bolos con las videoconsolas de nuevas tecnologías. Fue un verdadero placer ver cómo disfrutaron nuestros residentes durante estas actividades realizadas por y para ellos.

# Colaboración especial en el programa de televisión “El Hormiguero”

## Nuestros mayores participan en el experimento social: Complejos que solo vemos nosotros.

Como en ocasiones anteriores, nuestro centro ha vuelto a colaborar en un especial para el programa de televisión “El Hormiguero”. Nuestros mayores participan en su espacio dedicado a experimentos sociales, ya que aportan mucho por su sabiduría y experiencia a la sociedad. En esta ocasión, el experimento social se titulaba: Complejos que solo vemos nosotros. Pusieron en práctica el modelo de autoconocimiento, una herramienta de la psicología cognitiva llamada la “Ventana de Johari” que tiene como objetivo demostrar la interacción entre nuestra propia percepción y la forma como las demás personas nos ven.



Nuestros residentes durante el rodaje del programa.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Terapia ocupacional

Terapia manipulativa, estimulación cognitiva, estimulación sensorial, entrenamiento de AB-VDs, habilidades domésticas (AIVDs), taller de reminiscencias, deporte terapéutico y taller de cinefórum.

#### Animación sociocultural

Terapia musical, estimulación sensorial, vida activa, actividad artística, gerontogimnasia, bingo, orientación a la realidad, prensa, ocio y tiempo libre, cine, escuela de adultos, juegos de habilidad mental, taller de costura, deporte terapéutico, arreglo personal, entre tú y yo, paseos, fiestas de cumpleaños, actividades extraordinarias y otros festejos.

#### Fisioterapia

Mantenimiento funcional, bipedestación y reeducación de la marcha, termoterapia, control de la marcha, cinesiterapia activa y pasiva, control postural y tratamientos de pacientes agudos.

#### Psicología

Estimulación cognitiva para deterioro leve, moderado y severo, estimulación sensorial, programa de actividades cotidianas e intervenciones individuales.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

Actividades navideñas: Decoración de nuestra casa, concursos, actuaciones especiales, villancicos, salidas navideñas, campanadas de fin de año...

#### Enero

Visita de los Reyes Magos, conferencias, fiesta de cumpleaños...

#### Febrero

Salida cultural, Carnavales, fiesta de cumpleaños...

### SERVICIOS

#### Podología

Miércoles de 10:00 a 14:00 h.

#### Peluquería

Viernes de 10:00 a 19:30 h.

#### Misa

Domingos a las 11:00 h.

**HOY COMEMOS** María Chinchón

# Cordero al horno

#### INGREDIENTES

1 cordero lechal, aceite, hojas de laurel, ajos, vino blanco, agua y sal.

#### PREPARACIÓN

Ponemos el cordero en una bandeja de horno y añadimos sal al gusto. Después echamos las hojas de laurel y los ajos. A continuación, añadimos vino blanco sobre el cordero. Lo metemos al horno unas 2 h y media a 170° C. Durante ese tiempo le daremos la vuelta y lo regaremos con agua o vino. Se puede servir junto a una ensalada y tendremos una receta típica para comer en una ocasión especial.



## CUMPLEAÑOS

### Diciembre

03/12 Juliana Rodríguez  
06/12 Esperanza Grande  
08/12 María Moreno  
09/12 Asunción Montero  
12/12 Ignacia Salazar  
13/12 Jesusa Merino  
14/12 Lucía Barragán  
14/12 Dolores Saiz  
15/12 María del Carmen Ariza  
18/12 M.<sup>a</sup> Carmen Carrasco  
18/12 Nieves de las Muelas  
18/12 M.<sup>a</sup> Ángeles Muñoz  
19/12 M.<sup>a</sup> Adelina Fernández  
20/12 M.<sup>a</sup> Antonia Sanz  
23/12 Dolores Quesada  
25/12 María Soledad García  
25/12 Julia Panzano  
26/12 Marina Herrero  
28/12 Pilar Dévora  
28/12 Juana Oliva Fernández  
29/12 María Luisa Pecharromán  
29/12 Juana Tato

### Enero

01/01 Crisanta Rodríguez  
02/01 Manuel García  
03/01 Isabel Rodríguez  
06/01 Gaspara Gonzalo  
08/01 Julián Alía  
12/01 Eloísa Sanz  
12/01 Encarnación Teresa  
13/01 Ángel Gómez  
14/01 Mónica Barahona  
18/01 Margarita García  
20/01 Isabel Arranz  
20/01 Adelaida Bayo  
20/01 Rosa Riojo  
20/01 M.<sup>a</sup> Luisa Serrano  
21/01 María del Pilar Martín  
22/01 Francisco Cabrera  
23/01 Raimunda Ramírez  
24/01 Francisca Marín  
26/01 Rosalía Rodríguez  
29/01 Alfonso Martínez

### Febrero

01/02 Ana M.<sup>a</sup> Trabado  
09/02 Antonia Rea  
13/02 M.<sup>a</sup> Luz Almazán  
14/02 Encarnación Morales  
15/02 Carmen Sánchez  
15/02 Julia San Juan  
16/02 Elías Serrano  
17/02 Encarnación Martínez  
17/02 Emilio Ranz  
18/02 Dolores Rivas  
19/02 Andrea Andújar  
20/02 Francisco Clemente Jorge  
22/02 Mario Ortiz  
22/02 Antonia Ráez  
23/02 Antonio Castellano  
23/02 María Guzmán  
23/02 Gloria Méndez  
24/02 Magdalena Bermejo  
25/02 Concepción Parrilla  
25/02 Ángel Olmos  
25/02 Leonor Rodríguez  
26/02 Teresa Casillas  
27/02 M.<sup>a</sup> Luisa Díaz  
27/02 María Amparo Martín

## SECRETOS DE MI TIERRA

# Caltojar, Soria

En su época había 700 habitantes, ahora solo son 30. Tenemos la Iglesia San Miguel y dos ermitas: Nuestra Señora de Las Angustias y San Baudelio, de origen mozárabe del S. XI, muy modesta por fuera, pero sus frescos arrancados en los años 50 se encuentran en el Museo Metropolitano de Nueva York y en el Museo del Prado que, según los expertos, son únicos en el mundo. Hicimos un homenaje a Picasso y entre todos los vecinos restauramos sus pinturas. En la Virgen del Pilar vamos desde la Iglesia hasta la ermita bailando jotas hacia atrás como ofrenda, para no darle la espalda. Hay varias atalayas de origen islámico desde donde se protegía el territorio de las invasiones. Se dice que Almanzor está enterrado por allí. Mantene- mos un bar social, el Teleclub, sitio para ver la televisión y echar una partida de cartas al guiñote. Antiguamente era la única distrac- ción tras el duro trabajo del campo y el pas- toreo de las ovejas. El clima es muy frío y los inviernos a temperaturas bajo cero. Es un pueblo con mucho viento y han puesto moli-



“Hay pueblos más grandes, más ricos y más boni- tos, pero este es el mío y el de mi querida familia”.

nos de energía eólica. En vacaciones, mi hija y yo hacemos jabón, así no se pierde la receta y la costumbre. Reciclabamos por necesidad en los pueblos y continúa por conciencia.

## AYER Y HOY



## Antes

Carmen Sánchez nació el 15 de febrero de 1939 en Vallecas, Madrid. Recuerda una infancia muy bonita con sus 6 hermanos a pesar de los tiempos difíciles que corrían en España. Como aficiones tiene jugar a las cartas, hacer ganchillo y pintar. Se casó a los 23 años y vivió la “vida padre”, como dice ella, debido a que su marido viajaba mucho por el territorio nacional por trabajo y ella lo acompañaba a todos lados. Recuerda viajes por Barcelona y Bilbao donde lo pasaban muy bien.



## Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Alba García



Estimados residentes, familiares y trabaja- dores:

Comenzamos el invierno. Hemos finaliza- do la campaña de vacunación, tanto de la Covid-19 como de la gripe para los resi- dentes y trabajadores, como cada año. Se acerca la Navidad, es una época que todos estamos deseando que llegue en el centro y preparando actividades y talleres especia- les para llevar a cabo todos juntos y poder celebrar las fiestas. Son días especiales que compartir con la familia, días llenos de ma- gía e ilusión que el equipo está preparando. Les iremos informando de las actividades que vamos a desarrollar. Los residentes miembros del coro, después de tantos en- sayos, podrán realizar su actuación para el resto de residentes y así poder disfrutar to- dos juntos. Hemos abierto la cafetería del centro, donde nuestra compañera Carolina estará encantada de atenderos. Creemos que va a dar mucha vida al centro y ha sido muy bien recibida por los residentes. Apro- vecho para informaros de la incorporación de nuestros compañeros, que ya muchos conoceréis, Violeta, en el Departamento de Fisioterapia y Verónica y Adrián, terapeu- tas ocupacionales a los que agradecemos su gran implicación en el centro. Una vez más, reitero mi agradecimiento a todo el equipo de Valdebernardo, residentes y fa- miliares por vuestra implicación y respe- to. Como siempre, podéis contar conmigo para todo aquello que necesitéis, ya que es- taré encantada de recibirlos.

## COSAS DE CASA

# Día Mundial del Alzheimer

Las familias asisten junto a sus mayores a una charla-coloquio sobre las alteraciones de conducta producidas por esta enfermedad.

El día 21 de septiembre se celebró el Día Mundial del Alzheimer, proclamado por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Nuestros mayores en el centro, tuvieron la oportunidad, mediante los diversos talleres que se realizaron en terapia ocupacional, psicología y animación, de realizar diversas actividades orientadas a su estimulación cognitiva, psicoafectiva y conductual. Se realizaron actividades de memoria en movimiento, musicoterapia y otras terapias alternativas no farmacológicas con las que nuestros mayores disfrutaron y se estimulan dentro de la programación diaria. Extraordinariamente, por la tarde las familias pudieron asistir a una charla-coloquio que surgió desde el Departamento de Psicología, donde se expusieron las principales alteraciones de conducta que surgen en la enfermedad y el abordaje terapéutico-familiar. La exposición terminó con una intervención de las familias interesadas en aprender a controlar esas alteraciones conductuales que tanto les afectan a nivel emocional. El



Nuestra psicóloga, Nieves, durante la charla.

colofón final fue la visualización de un vídeo conmemorativo donde se plasmaba la importancia de la afectividad que transmiten las familias con sus visitas en el mantenimiento del bienestar psicoafectivo del residente y un “gracias por existir”.

## QUIÉN ES QUIÉN

### Mercedes de la Torre, auxiliar de enfermería

“Pon el corazón en las manos”.

**Edad:** 53 años.

**En Amavir desde:** 2016.

**Lo mejor de Amavir:** La diferencia en el trato.

**Virtud:** La paciencia.

**Defecto:** Demasiada autoexigencia.

**Aficiones:** La música, el darme a los demás.

**Libro:** Los renglones torcidos de Dios.

**Película:** Manos milagrosas.

**Grupo de música:** Revólver.

**Comida favorita:** El cocido.



## RECUERDOS

### Este año será diferente... Por unas Navidades juntos

Retomamos las costumbres de años pasados y volvemos a revivir estas fechas con ilusión y magia. Necesitamos recuperar la decoración, pues señala en el espacio familiar una forma de marcar que el ciclo navideño, los clásicos belenes, árboles o las guirnaldas son símbolos del ritual, pero también jugar a la lotería, pedir el aguinaldo, comer las 12 uvas en Nochevieja, ver la cabalgata de los Reyes Magos, comer roscón, pero, sobre todo, tenemos que celebrar que un año más seguimos unidos, juntos y necesitamos reunirnos con nuestros familiares y amigos, lo más bonito que se tiene la vida.

# 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.