

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

El 15º aniversario de Amavir Villanueva

Celebramos juntos el cumpleaños de nuestro centro.

Al fin llegó el día de nuestro 15º aniversario, un día que pudimos disfrutar y celebrar todos juntos: residentes, familiares y trabajadores. Para ello preparamos una semana de Puertas Abiertas por parte de los diferentes departamentos de la residencia, donde los protagonistas fuisteis vosotros, los familiares, realizando actividades que intentaban acercaros al día a día de vuestros mayores y al trabajo que realizamos con ellos. Un circuito de fisioterapia para los más atrevidos, un divertido taller de psicomotricidad o una sesión de estimulación cognitiva fueron algunas de estas actividades que, tras la gran acogida que tuvieron, volveremos a repetir muy pronto y en las que volveremos a pedir vuestra participación. Para rematar la fiesta y, como no podía ser de otra manera, terminamos



Nuestros residentes y sus invitados "dándolo todo" en la actuación musical.

con una de las actividades más demandadas y queridas por nuestros residentes, la actuación musical de Susana Moreno que con su arte puso a bailar y a cantar a todos los asistentes. Pero ahí no acabó todo, ya que, tras tanto gasto de energía, era momento de un tentempié que pudimos disfrutar todos juntos tomando un aperitivo y un menú especial para celebrar un día tan señalado. Gracias a todos por vuestra participación, fue un gran día para todos.

Participamos en las Jornadas por el Día de los Mayores del Hospital Puerta de Hierro

Nuestros mayores consiguen varios premios.

El pasado mes se organizó en el Hospital Puerta de Hierro un acto especial en conmemoración del Día de los Mayores. Nuestros usuarios no quisieron dejar pasar la oportunidad de demostrar lo que valen y fueron galardonados con nada más y nada menos que seis premios: - Pintura Urbana: Antonio Más. - A la mujer más emprendedora: Anunciación Arguello. - El relato más viajero: César Pérez. - Relato Imaginativo: Luis Francisco Sacristán. - Pintura Florida Primavera: Ángela Prieto. - Mannequin Challenge: varios residentes.



Nuestros residentes disfrutando de una de las charlas del evento.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

De lunes a viernes

Fisioterapia, animación sociocultural, terapia ocupacional y psicología.

Mañanas

Psicomotricidad, lectura de prensa, terapia funcional, estimulación cognitiva, taller de música, juegos de mesa, taller de juegos, terapia manipulativa y fisioterapia.

Tardes

Lunes: Taller de música, poesía, terapia manipulativa, fisioterapia y psicología.

Martes: Laborterapia, taller de poesía, terapia manipulativa, fisioterapia y psicología.

Miércoles: Taller de poesía, cinefórum, psicomotricidad, terapia manipulativa, fisioterapia, y psicología.

Jueves: Taller de juegos, taller de poesía, terapia manipulativa y fisioterapia.

Viernes: Paseos saludables, taller de poesía, psicomotricidad, bingo, taller de baile y psicología.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Celebración de los cumpleaños del mes.

Salidas por el municipio.

Celebración de las Navidades.

Actuaciones especiales.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes por la mañana.

Podología

Lunes por la mañana.

Misa

Viernes a las 18:45 h.



CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Bienvenida Layes

04/12 Antonio Caracena

04/12 María Gloria Enríquez

06/12 Lucía Valiente

06/12 Matilde Asenjo

07/12 Pablo Maestro

08/12 Concepción Bautista

08/12 Concepción Fernández

08/12 Concepción Arroyo

10/12 Milagros Palomo

15/12 Miguel Ángel Hernández

17/12 Carmen Isabel Pina

22/12 José Santos

23/12 Pilar Cogolludo

24/12 María Carmen San Vicente

Enero

01/01 Rosa García

03/01 María del Carmen Gorraiz

06/01 Adoración Rodríguez

06/01 Antonio Hernández

06/01 Ana Salinas

09/01 Agustina Bernardino

12/01 Luisa Rodríguez

17/01 Antonia Antón

20/01 Paulino Sobral

20/01 Sebastián Ramos

21/01 Josefa Rico

24/01 Berta Domínguez

26/01 Ana María Ballesta

27/01 Ana María del Pino

29/01 Francisca Rodrigo

29/01 M.^a Antonia Martín

Febrero

01/02 Ángeles Simal

02/02 Rosario Navarro

04/02 Andrea Moreno

04/02 Isidora Gómez

05/02 Águeda López

06/02 Juan Luengo

06/02 Ana María García

07/02 Aurelia Melado

07/02 Flora Rodríguez

10/02 Josefa Canales

13/02 Isabel Morán

14/02 Claudina Prieto

15/02 Felisa Álvarez

15/02 Nieves Cajaraville

16/02 María Dolores García

16/02 Carmen Herranz

17/02 Francisco Cebrián

17/02 Miguel Ángel Romero

21/02 Isabel Marchamalo

22/02 María Teresa Ramiro

23/02 Carmen Escudero

24/02 Concepción Sánchez

26/02 Rafaela González

27/02 Lyda Elena Triana

HOY COMEMOS María Fernández

Carne guisada

INGREDIENTES

Pimiento rojo, pimiento verde, cebolla, patata, carne de ternera, pimienta molida, aceite y sal.

PREPARACIÓN

Empezamos picando la cebolla junto a los pimientos a trozos pequeños y rehogamos en una olla con un poquito de aceite a fuego lento durante unos 20 minutos, posteriormente añadimos la patata ya cortada y la carne, dejándolo cocer. Al final añadimos la pimienta.



SECRETOS DE MI TIERRA

Puebla de Sanabria en Zamora

Mi nombre es Claudina Prieto y soy natural de Puebla de Sanabria, provincia de Zamora. Nací en 1937. De mi pueblo recuerdo con mucho cariño sus fiestas patronales. La fiesta más grande es la de Las Victorias que se celebra entre los días 7, 8 y 9 de septiembre, con la salida de los gigantes y cabezudos. Nuestro pueblo fue muy conocido por sus fondas y posadas para los viajeros, ya que su localización entre Castilla, Galicia y Portugal lo convirtió en una parada segura en el viaje. En nuestro municipio tenemos Los Lagos a los que íbamos en familia y con amigos a bañarnos y a pasar el día haciendo barbacoas. Allí se realiza la pesca de la trucha



El Castillo de los Condes de Benavente.

asalmonada. Es una zona de mucha arboleda, principalmente de roble. Por el pueblo pasa el río Tera, que sale del lago. Recuerdo con tristeza la riada que hubo en el pueblo de Ribadelago en el año 1959, el cual quedó inundado por la rotura de una presa. Como curiosidad, hubo una casa que no se inundó y en la que, con el tiempo, florecieron árboles frutales. Os animo a todos a visitar mi pueblo.

AYER Y HOY



Antes

Amalia nació en Madrid el 13 de mayo de 1933. Tiene dos hijos de los cuales está muy orgullosa. Era modista, comenzó a coser en un taller a los 14 años, profesión que ejerció hasta su jubilación. Del pasado, recuerda con cariño peinar a domicilio a una maestra. Su hobby favorito era realizar excursiones. Vive en Amavir desde febrero de 2020 y aquí lo que más disfruta es el compañerismo y el buen humor. Nos confiesa que su gran pasión es comer chocolate.



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Manuel Gámez de la Llana



Estimados residentes, familias y trabajadores:

Amavir Villanueva, en su apuesta por ser un centro abierto y transparente en el que las familias seáis protagonistas en la vida de vuestros mayores, lanza un nuevo programa de atención llamado Amavir en Familia. El objetivo principal de este programa es integrar a la familia en nuestro proceso atencional, dando a conocer aspectos tan importantes como los factores bio-psico-sociales que afectan al envejecimiento con el fin de ayudar a entender dicho proceso. También trataremos de dar a conocer a residentes y familiares el trabajo de todos los miembros del equipo técnico del centro que garantizan su bienestar. Para lograrlo, realizaremos talleres y actividades específicamente desarrolladas en el marco de este programa y donde es imprescindible vuestra participación. Por último, trataremos con estas actividades que conozcáis y comprendáis las medidas o actuaciones que se tomen en el centro para mejorar la calidad de vida de vuestros mayores. Amavir en Familia se desarrollará una vez al mes mediante sesiones grupales dirigidas por los diferentes profesionales del centro, abordando los procesos relativos al envejecimiento y otros temas que afectan a la convivencia en el centro. Cuestiones como el tratamiento del dolor, la alimentación, hidratación, abordaje en comportamientos disruptivos, etc., serán algunas de las propuestas de estos talleres. Pronto publicaremos el calendario anual de estas actividades, pero también nos gustaría escuchar vuestras propuestas y los temas que os gustaría que planteásemos en este programa donde es clave vuestra participación. Un saludo.

COSAS DE CASA

Otoño presente, invierno en la acera de enfrente

Consejos para combatir el frío en las personas mayores.

Se acerca el cambio de tiempo y, con ello, vamos a dar unos consejos para combatir el frío. El invierno es una de las épocas más duras para las personas de mayor edad, ya que el frío puede acarrear muchos problemas de salud. No solo se enfrentan a posibles dificultades respiratorias derivadas de procesos gripales o resfriados, sino que también influye en su capacidad cardiovascular o circulatoria. A esto, hay que añadirle que el sistema que regula la temperatura corporal pierde efectividad a medida que pasan los años. Esto quiere decir que las personas mayores toleran peor el frío. Mantener una temperatura estable y confortable en casa es fundamental. Además de la temperatura, una buena medida para acondicionar los espacios es la iluminación. Se debe mantener una dieta sana, equilibrada y adecuada. Además, su importancia radica en que es la fuente de energía y de calor del cuerpo.



Es importante tomar medidas de prevención en invierno.

Realizar ejercicio físico es importante durante todo el año, porque mantiene activos a los mayores. Pero, en invierno y con el frío, es aún más significativo. Es importante destacar que, en invierno, hay que llevar ropa adecuada, no solo para protegerse del frío, sino también para evitar un exceso de sudoración. Debido a las pocas horas de luz y a las inclemencias del tiempo, los mayores son propensos a salir menos de sus casas. Por eso, es necesario que se sientan acompañados.

QUIÉN ES QUIÉN

María José Cisneros, supervisora de auxiliares

“Me gusta el trato cercano con los residentes y sus familiares”.

Edad: 32 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: El equipo.

Virtud: La perseverancia.

Defecto: Soy impulsiva.

Aficiones: Ir a conciertos en directo.

Libro: Los renglones torcidos de Dios, de Torcuato Luca de Tena.

Película: Billy Elliot, de Stephen Daldry.

Grupo de música: Melendi.

Comida favorita: Pizza (importante: sin piña).



RECUERDOS

Cumpleaños en familia

Recuerdo los cumpleaños cuando mis hermanos y yo éramos pequeños. Era un día especial que estábamos deseando que llegara, no por el regalo, ya que mi familia era humilde, pero nos encantaba porque era un momento para juntarnos con el resto de la familia. Recuerdo que mi abuela hacía su tarta de galleta, ¡qué rica estaba! Nunca he comido otra tarta igual. Hubo un cumpleaños en el que jugamos con mis primos al escondite y mi hermano pequeño se escondió tan bien que nadie de la familia podía encontrarlo. Pasadas unas horas le encontramos dormido en un rincón en el baño, ¡menudo susto!

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.