

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Abre sus puertas Amavir La Gavia, nueva residencia del grupo en Madrid

Está ubicada en la Avenida del Mayorazgo número 14, en el Ensanche de Vallecas, y cuenta con 138 plazas.



El pasado 10 de enero abrió sus puertas la residencia para personas mayores Amavir La Gavia, ubicada en el Ensanche de Vallecas de la ciudad de Madrid. Con 138 plazas, este nuevo centro de Amavir está diseñado hasta el más mínimo detalle para ofrecer todas las comodidades y atenciones a las personas mayores y dependientes, haciendo que se sientan como en su propio hogar. La Gavia es la residencia número 21 de Amavir en la Comunidad de Madrid, sumando un total de 3.489 plazas, lo que la consolida como una de las cadenas líderes en atención a la tercera edad y dependencia en la región. En el conjunto de España, Amavir gestiona unas 8.000 plazas (entre re-

sidenciales y de centro de día) en un total de 42 centros, que en muy pocas semanas serán 43, puesto que la compañía ultima la apertura de su nueva residencia en Ciudad Real. La Gavia tiene una superficie de unos 6.700 metros cuadrados. Cuenta con estancias dedicadas a las actividades y atención a residentes (gimnasio, despachos médico y de enfermería, terapia ocupacional, psicología, biblioteca, cocina, peluquería...). Por su parte, las habitaciones (114 en total, 90 de ellas individuales y 24 dobles) se reparten en distintas unidades de convivencia independientes, en cada una de las cuales residirán en torno a 20 personas, con su propia sala de estar y comedor.



Residentes, familiares y trabajadores de Amavir donamos 1.600 kilos al Banco de Alimentos

En el marco de la “Gran Recogida de Alimentos” celebrada en diciembre, con la que llevamos colaborando desde 2013.

Amavir se ha sumado un año más a la “Gran Recogida” lanzada por el Banco de Alimentos que comenzó el 25 de noviembre en toda España. Es el octavo año que nos adherimos a esta iniciativa, que comenzó en Amavir en 2013 y se ha desarrollado año tras año con la excepción de los dos ejercicios de la pandemia (2020 y 2021). Durante los días previos a la acción, se colocaron en las residencias del grupo por toda España carteles informativos y cajas para conseguir la implicación de familiares, trabajadores y residentes. El resultado ha sido la recogida de 1.600 kilos de comida, principalmente productos como latas de conserva, aceite, pasta, arroz, legumbres, alimentos infantiles, galletas... Esta iniciativa está englobada dentro de las políticas de Responsabilidad Social Corporativa (RSC) de Amavir y, al igual que en campañas anteriores, los residentes, familiares y trabajadores del grupo han demostrado su compromiso con las personas más desfavorecidas. En los ocho años que llevamos colaborando con esta iniciativa, hemos aportado un total de 16.500 kilos de alimentos.



Colaboramos un año más con la campaña “Ningún mayor sin regalo en Navidad”.

Esta iniciativa, lanzada en 2015 por la Asociación Benéfica Geriátrica, ha repartido estas fiestas 2.800 regalos a personas mayores hospitalizadas en la Comunidad de Madrid.

Se gradúa la primera promoción del Plan de Sucesión para la Detección del Talento Interno de Amavir

El objetivo de este programa es identificar a aquellos profesionales que puedan desarrollar un plan de carrera como futuros directores y directoras de las residencias de la compañía.

Las 13 alumnas de la primera promoción del Plan de Sucesión para la Detección del Talen-

to Interno de Amavir han concluido ya su formación y han recibido su correspondiente di-

ploma. Las alumnas proceden de los centros Amavir Alcorcón, San Agustín del Guadalix, Horta, Torrejón, Arganzuela, Cartagena, Villanueva de la Cañada, Usera, Tejina, Sant Cugat del Vallès, Puente de Vallecas y Collado Villalba. En cuanto a su categoría profesional, tres son trabajadoras sociales, tres terapeutas ocupacionales, tres psicólogas, una fisioterapeuta, una coordinadora de servicios generales, una enfermera y una técnico de RRHH. Amavir puso en marcha esta iniciativa para localizar y valorar a aquellos profesionales que, a juicio de sus directores de centro y en consenso con el comité de dirección de la compañía, se encuentren capacitados para desarrollar un plan de carrera como futuros directores y directoras de las residencias Amavir.




ACTUALIDAD

Vuelven nuestros encuentros intergeneracionales

Espacios de aprendizaje para jóvenes y mayores.

Desde el pasado mes de octubre y durante todo el curso escolar, los alumnos de secundaria del Instituto Victoria Kent, acudieron a nuestro centro para participar en los encuentros intergeneracionales que preparamos con nuestros residentes. Este proyecto tiene como objetivo promover la interacción entre ambas generaciones, acercar a los jóvenes a las residencias y desmitificar estereotipos sobre las personas mayores, descubriendo sus potencialidades, así como promocionar conductas y actitudes de respeto. Por otro lado, nuestros mayores disponen de un espacio para romper con la rutina y promover un envejecimiento activo. Las actividades planificadas no tienen un objetivo lúdico únicamente, sino que pretenden servir como espacio de aprendizaje para ambas generaciones y alcanzar objetivos terapéuticos para nuestros mayores tales como: mejora de la autoestima, refuerzo de la autonomía, fomento de las relaciones sociales, juegos tradicionales, acercamiento a las nuevas tecnologías, elaboración de un mural colectivo y debate sobre



Diversión



Aprendizaje

Risas



Complicidad



Los alumnos y nuestros mayores compartiendo momentos.

la violencia de género fueron algunas de las actividades compartidas durante el primer trimestre. Todas estas propuestas tuvieron una gran acogida por parte de todos los participantes.

Así fueron nuestras Navidades

Un año más celebramos con villancicos la visita de los Reyes Magos.

Estas Navidades contamos nuevamente con las actuaciones de villancicos del Colegio Antonio Machado y del Instituto Juan Bautista Mon negro. Bailamos al son de los grupos de baile Amanecer, Dancearte y Mamis-Kanguro. Como es tradición, celebramos nuestro famoso bingo el 22 de diciembre y como algo nuevo a destacar, contamos con la visita de la ONG Barabú Payasos. También agradecemos todas las visitas al grupo de fútbol femenino Futbol Ellas, a nuestros amigos perrunos de Sisoucan y a la más especial de todas, la de nuestros queridos Reyes Magos. Agradecemos también la colaboración de las familias a la hora de ayudar a decorar y conseguir que el color y la ilusión hayan vuelto a nuestra casa.



Nuestro particular belén viviente.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Rehabilitación y mantenimiento de las capacidades físicas y funcionales, prevención de rigideces articulares, reeducación de la marcha y manejo de ayudas técnicas, reducción de algias y rehabilitación de fracturas y daño neurológico.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, sensorial y del lenguaje, psicomotricidad, rehabilitación., mantenimiento de AVD, asesoramiento en productos de ortopedia.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes de 08:30 a 13:30 h.

Podología

Con cita previa.



HOY COMEMOS María, Departamento de Psicología

Paella de pescado

INGREDIENTES

Aceite de oliva, cebolla, pimiento verde, tomate, pescado, gambas, laurel, vino, arroz, ajo, azafrán y sal.



PREPARACIÓN

En una sartén ponemos el aceite de oliva y sofremos la cebolla. Después añadimos el pimiento verde y lo sofremos también. Tras esto, añadimos el tomate pelado y troceado. Cuando esté todo sofrito, añadimos el pescado y las gambas junto al laurel. Una vez hecho el sofrito añadimos el vino y dejamos evaporar. Después añadimos el agua (el doble de arroz) y cuando hierva, agregamos el arroz. En un mortero, hacemos un majado con ajo y azafrán y lo echamos al arroz y ajustamos de sal. Cocinamos durante 15 o 20 minutos, retiramos y dejamos reposar.

CUMPLEAÑOS



Marzo

02/03 Rosa Castillo
02/03 Amelia Méndez
03/03 Evarista Hernández
04/03 Lorenzo Vázquez
04/03 Rosario Amador
04/03 Gloria Fernández
05/03 Petra Carrera
07/03 Jesús Fernández
11/03 Adela Barragán
12/03 Juana Álvarez
12/03 Raquel Losa
13/03 Adriana Rivera
15/03 Josefa Jiménez
16/03 Faustina Pérez
17/03 Ángeles Martín
20/03 Francisco de Castro
23/03 Antonio Pérez
24/03 Teresa Moreno
26/03 Felisa Mateo
26/03 Manuel Negro
27/03 Juana Blázquez
29/03 Encarnación Rojo

Abril

04/04 Benicia López
08/04 Rosa Nieto
08/04 Dolores Pérez
09/04 Ángeles Julián
09/04 M.ª Carmen Maya
13/04 Tomasa Chamoso
13/04 Isabel Jiménez
15/04 Sacramento Abad
15/04 Ángela Gómez
15/04 Soledad Gómez
15/04 Antonia Lucas
16/04 Miguel Zapata
18/04 Genaro García
20/04 Dolores Gijón
21/04 Soledad Ramírez
22/04 Víctor Pastor
22/04 Alfonso Soto
26/04 Candelaria Camacho

SECRETOS DE MI TIERRA

Fresno el Viejo, Valladolid

Nuestra residente Evarista Hernández Pocero es natural de Fresno el Viejo, Valladolid. Evarista nos habla con entusiasmo de su pueblo y nos cuenta que se celebran varias fiestas a lo largo del año, como San Blas el 3 de febrero. Se realiza la tradicional bendición de las cintas para que nos cure la garganta y se prepara una comida en el campo. Es costumbre llevar tortilla de patata, lomo, chorizo gordo, salchichón, hornazo y flan. El 15 de mayo se celebra San Isidro con la Procesión de los cofrades de San Isidro", con un baile a mediodía y por la noche los cofrades invitan a todo el pueblo a un aperitivo en el Ayuntamiento. El Lunes del Agua, que se celebra el lunes después de Semana Santa, se reúnen para merendar en el campo. El 28 de agosto es



Vista aérea de la Iglesia de San Juan Bautista.

la Fiesta de San Agustín, la fiesta mayor con baile, juegos infantiles y la tradicional "Chalotada". En Fresno el Viejo son comidas típicas el cordero, el tostón y algunos dulces como las rosas panaderas con huevo, los bollos de manteca y las perrunillas. Si vamos a Fresno el Viejo, Evarista nos recomienda visitar la Iglesia de San Juan Bautista de mezcla románica y mudéjar, la Ermita de la Soledad y el Museo de Antaño.

AYER Y HOY

Antes

Mercedes Serrano nació en Madrid en 1930. Con 4 años perdió a sus padres y tuvo que mudarse con sus tíos. A los 14 años dejó el colegio y comenzó como aprendiz de modista, su gran afición. Con 19 años conoció a su marido y tuvieron dos hijos, Pedro y Paloma. Sus aficiones son la música, la lectura y es una gran amante del arte. Es muy cariñosa y familiar, recibe tanto cariño como el que da. Aunque ha tenido una vida difícil, considera que sabe ver todo lo bueno de la vida y está muy agradecida por ello.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Anabel Vecino



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

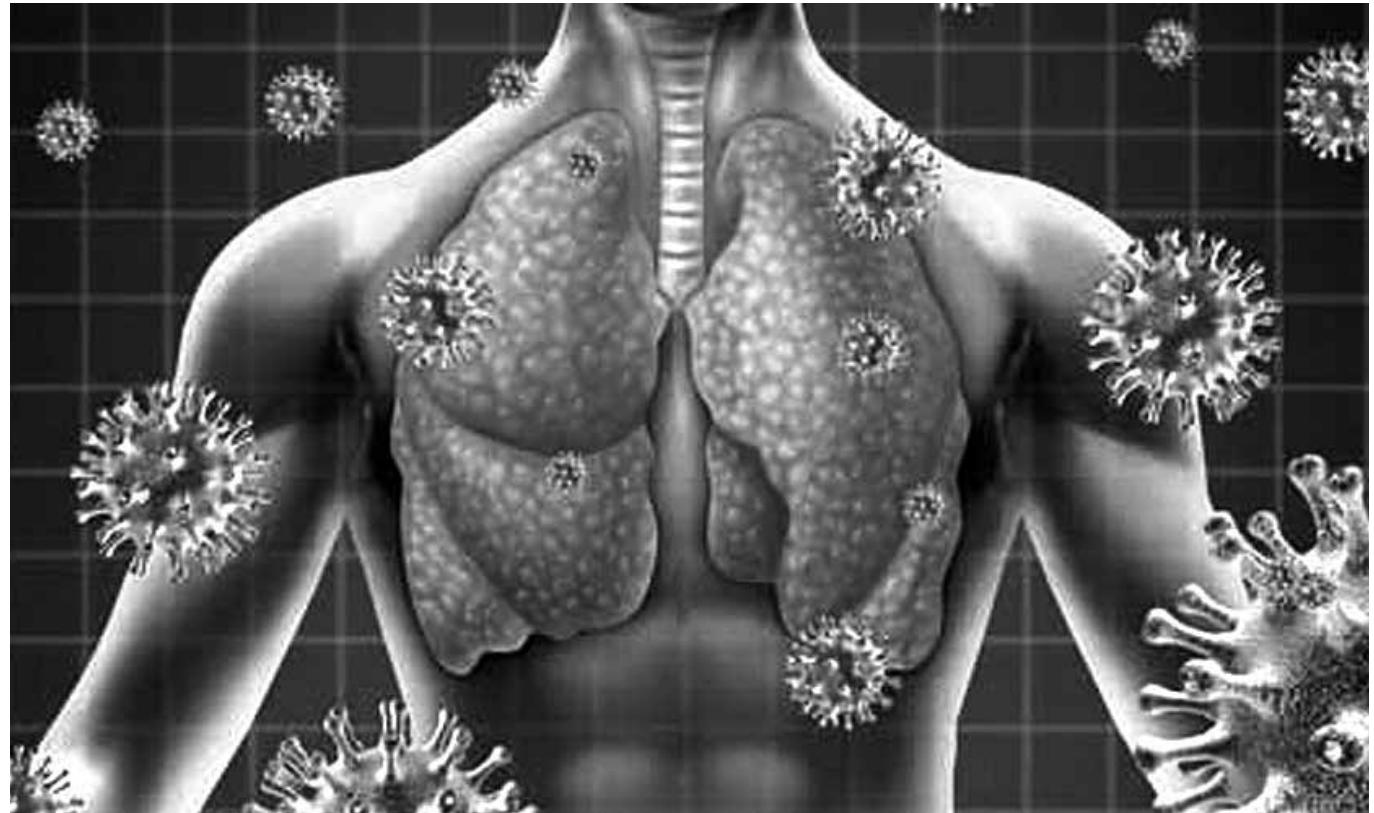
Un año más hemos disfrutado de las fiestas de Navidad y de Año Nuevo. En el centro han sido días intensos en los que hemos disfrutado de momentos juntos y en familia y de multitud de actividades que se echaban de menos y que por fin se han vuelto a hacer. Atrás quedan ya los villancicos, las actuaciones, el belén viviente, la visita de Sus Majestades los Reyes Magos que, sin duda, volverán a repetirse este año. Ahora nos encontramos ante la celebración del 18º Aniversario de Amavir Torrejón. Los días previos ya los vivimos con intensidad y entusiasmo, pues es un gran momento para compartir y hacer balance de estos dieciocho años en los que todos los residentes, usuarios de centro de día, familias y profesionales del centro somos uno con el lema: nuestra casa es tu hogar. Durante estos días hemos preparado un cronograma especial para compartir con todos vosotros que esperamos sean de vuestro agrado. Un aniversario es un momento para celebrar las alegrías de hoy, las memorias del ayer y las esperanzas del mañana. Nos marcamos nuevo retos e ilusiones y esperamos poder compartirlos con todos ustedes. Por eso quiero dar las gracias a todos y cada uno de los que nos acompañan en el día a día, trabajadores, residentes, familias... por su ayuda, sus sugerencias, por su apoyo y ánimo a todos a seguir haciéndolo, a seguir celebrando cada día como si fuera un aniversario. Espero celebrar con todos ustedes estos días tan especiales para todos nosotros. Un abrazo.

COSAS DE CASA

Las infecciones respiratorias agudas

Causantes de las infecciones y cómo prevenirlas.

Las infecciones respiratorias agudas (IRA) por definición son padecimientos infecciosos de las vías respiratorias altas con evolución menor a 15 días, causadas por diferentes tipos de agentes infecciosos y, en ocasiones, pueden condicionar y propiciar la aparición de infecciones respiratorias de vías bajas, la más común es la neumonía. Las infecciones respiratorias agudas constituyen un importante problema de salud pública, pues son las causantes del mayor número de mortalidad en el mundo, tanto en países desarrollados como en los subdesarrollados. La evolución y la gravedad de la enfermedad depende del tipo de agente causante, del estado general de salud y del estado vacunal del paciente, de ahí la importancia de las campañas de sensibilización y vacunación. Entre los factores predisponentes más importantes están la deficiente ventilación, los cambios bruscos de temperatura, la asistencia a lugares con mayor concentración de personas, el contacto con personas infectadas, el esquema



Las infecciones respiratorias agudas.

incompleto de vacunación y las carencias nutricionales o de vitaminas. La forma más efectiva de la prevención de las IRA es evitar el contacto con personas infectadas, el uso de mascarillas, beber abundantes líquidos, si

no hay contraindicación se recomienda 1,5 litros de agua al día, el lavado frecuente de las manos, abrigarse adecuadamente y ventilar adecuadamente las habitaciones o salones de estancia común de los residentes.

QUIÉN ES QUIÉN

Azahar López, auxiliar de enfermería en centro de día

La suerte de tu día depende de cómo lo afrontes desde primera hora de la mañana.

Edad: 32 años.

En Amavir desde: 2007.

Lo mejor de Amavir: Mis compañeros y los usuarios.

Virtud: Soy proactiva.

Defecto: La torpeza.

Aficiones: Bailar, hacer ganchillo y coser.

Libro: Saga En los zapatos de Valeria, de Elísabet Benavent.

Película: El diario de Noa.

Grupo de música: Juancho Marqués.

Comida favorita: La pizza.

**RECUERDOS**

Recuerdos de Piluca

Piluca recuerda la emoción que tenía de niña por la llegada de los Reyes Magos y aquella carta en los que incluía una muñeca que se llamaba Mariquita Pérez y una bicicleta. La mayor anécdota de este día es que los más mayores quisieron arrebatarse la ilusión diciéndole que los Reyes Magos eran los padres, sin embargo recuerda lo importante que era su madre para ella y los buenos consejos que le daba. Por lo que cuando esta le dijo que no hiciera caso a los comentarios porque estos eran unos envidiosos, Piluca no dudo en ningún momento y se fue a dormir muy feliz, sabiendo que los Reyes iban a ir esa noche a su casa.

El 93% de los residentes y el 88,8% de los familiares recomendarían las residencias Amavir

Así se desprende de las encuestas de satisfacción de 2022, en las que participaron un total de 4.157 personas.

Las encuestas de satisfacción llevadas a cabo durante 2022 a residentes y familiares de los centros Amavir han deparado que el 93% de los residentes y el 88,8% de los familiares recomendarían Amavir. En una nota de 0 a 10, los primeros puntuaron la residencia en la que viven con un 8,40 de media y, en los segundos, esta nota es de un 7,53. En las encuestas participaron 1.844 residentes (el 91% de los que tenían capacidad cognitiva para poder hacerlo) y 2.313 familiares (40%).

Premios y distinciones a centros y profesionales de Amavir

Un proyecto en el que participa Amavir Alcorcón resulta ganador del Premio Enfermería en Desarrollo

El proyecto de coordinación y continuidad asistencial de cuidados implantado en las residencias de mayores de Alcorcón (Madrid), entre las que se encuentra Amavir Alcorcón, ha sido galardonado en la octava edición de los Premios Enfermería en Desarrollo, uno de los más prestigiosos en el ámbito sanitario. En la experiencia llevada a cabo en Amavir Alcorcón ha participado Lourdes Domínguez, coordinadora de enfermería del centro.



Amavir Coslada, primer y tercer premio en el concurso de felicitaciones navideñas de Madrid

De entre un total de 357 trabajos presentados, nuestros compañeros de Coslada consiguieron alzarse con dos premios en este certamen. En concreto, la residente Julia Martín ganó el primer premio de felicitaciones en papel y María Mena, el tercero en la categoría de felicitaciones audiovisuales.



Edurne Galán, galardonada en los Premios AMADE

Nuestra compañera Edurne Galán, trabajadora social de Amavir Alcorcón (Madrid), recibió una mención especial en los premios de la Asociación Madrileña de Atención a la Dependencia (AMADE) por su proyecto de conciliación familiar y laboral en un centro residencial de personas mayores.



Amavir Getafe gana el tercer premio del concurso "Cultivando el huerto" de la CAM

El Director General de Atención al Mayor, Juan José García Ferrer, entregó el premio a Conrado, el residente que es el alma mater del huerto de la residencia, en el que tiene plantadas todo tipo de frutas y hortalizas que cuida con mimo todos los días del año.



Amavir Valdebernardo gana el primer premio del concurso de belenes de la Comunidad de Madrid

A este certamen se presentaban 73 residencias y centros de día de la región y, de entre todos ellos, el jurado escogió como ganador el belén de Amavir Valdebernardo. El premio fue entregado a la residencia por la Consejera de Política Social de la Comunidad de Madrid, Concepción Dancausa.



Amavir Nuestra Casa recibe el reconocimiento del Ayuntamiento de Collado Villalba por su labor durante la pandemia

La Alcaldesa del municipio, Mariola Vargas, hizo entrega del galardón a una representación de trabajadoras de la residencia, que lo recibieron con mucho agradecimiento y emoción, porque viene a reconocer el gran trabajo que llevaron a cabo durante la pandemia por garantizar el bienestar y la salud de sus residentes.



Isidoro Asurmendi, el residente de Amavir Mutilva cuya historia sensibilizó a miles de personas en toda España

El periódico El Mundo publicó el pasado mes de noviembre un extenso reportaje sobre la vida de Isidoro Asurmendi, residente que vive en Amavir Mutilva desde el año 2010. Su historia es la de muchas personas mayores que sufren la soledad en España, en su caso de manera mucho más grave, puesto que no cuenta con familia ni con personas cercanas que suelan visitarle. Esta historia de soledad sirvió para sensibilizar a muchísimas personas en toda España que se volcaron con él enviándole centenares de cartas y regalos. Isidoro se ha mostrado muy agradecido por todas las muestras de cariño que ha recibido.

Soledad. Isidoro, 12 años en la residencia sin una visita: "A veces, cuando vienen a ver a los otros, siento envidia"

PEDRO SIMÓN | JOSÉ AYMÁ (REPORTAJE GRÁFICO) | Pamplona



Renovación de la Misión, Visión y Valores de Amavir

La “Misión, Visión y Valores” es un documento de vital importancia para cualquier organización, porque resume qué es y qué hace (misión), dónde se ve en el futuro y cuáles son sus aspiraciones (visión) y los valo-

res en que quiere sustentar toda su actividad. Amavir contaba hasta ahora con su propio documento de “Misión, Visión y Valores”, aprobado por el Comité de Dirección en 2017, pero a finales de 2022 todas las empre-

sas que formamos parte del Grupo Maisons de Famille en Francia, Italia, Alemania y España aprobamos por consenso un único documento que nos represente a todo el grupo.

MISIÓN

Proporcionar cuidados y servicios personalizados de alta calidad a aquellas personas que lo necesiten, aunando una atención cercana y familiar con la profesionalidad de un equipo experto apasionado por mejorar día a día.

VISIÓN

Ser la compañía de mayor confianza a la hora de proporcionar servicios y soluciones asistenciales para ayudar a cada persona a vivir una vida más fácil, plena e inclusiva.

VALORES

- Personas
- Ética
- Positividad
- Excelencia

Jornada Amavir en Barcelona

Amavir celebra el 22 de febrero en Barcelona una nueva edición de sus jornadas de Trabajo Social bajo el título de “Los superpoderes del Trabajo Social: empatía, resiliencia y comunicación”. Se contará con las ponencias de Elsa Punset y Carlos Hernández.

Conmemoración del Día de la Violencia de Género

El pasado 25 de noviembre, como es tradición, todas las residencias Amavir organizaron numerosas actividades con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, dentro de nuestro compromiso como miembro del grupo “Empresas por una sociedad libre de violencia de género”, auspiciado por el Ministerio de Igualdad del Gobierno de España.