

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir


amavir
residencias para mayores


GROUPE
MAISONS
de FAMILLE

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.





Centro con plazas concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Navidad en nuestro centro

El espíritu navideño invade nuestra residencia durante todo el mes de diciembre.

Con la llegada de la Navidad fueron numerosas las actividades que realizamos en nuestra residencia. Un mes cargado de alegría e ilusión en el que la magia navideña estaba presente. El pistoletazo de salida fue el 19 de diciembre, día en el que dio comienzo la semana navideña y en la que realizamos torneos de parchís, dominó, cartas y taller de galletas navideñas. Este último taller tuvo una gran aceptación y valoración positiva entre los paladares más exquisitos de nuestros residentes y usuarios de centro de día. Coincidiendo con el día de la lotería celebramos el “Gran bingo”, una actividad que siempre tiene una alta participación de usuarios y que ese día no defraudo. Para finalizar esta semana, el 23 de diciembre celebramos la fiesta navideña en la que tomamos un aperitivo todos juntos y cantamos villancicos. Como ya viene siendo tradición, el penúltimo día del año a las 12:00 nos comimos las uvas y brindamos por el nuevo año que estaba por llegar. El broche final a estos días festivos lo tuvimos con la llegada de Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente con sus respectivos pajes, que nos visitaron la mañana del 5 de enero cantando villancicos y repartiendo regalos entre todos nuestros residentes y usuarios de centro de día.



Visita de los Reyes Magos en Amavir Villanueva.

Ángela Prieto, galardonada con la mención “a la Navidad de siempre”

Nuestra residente recibe el premio con su tarjeta navideña titulada “la visita mágica de los Reyes Magos”.

El pasado 19 de diciembre, nuestra residente Ángela Prieto acompañada de la terapeuta ocupacional del centro, asistió a la entrega de premios del concurso de tarjetas navideñas celebrada en Madrid. La residente recibió la mención “a la Navidad de siempre” en el concurso organizado por la Dirección General de Atención al Mayor y a la Dependencia de la Comunidad de Madrid. Ese mismo día también se celebró la entrega de premios del concurso de belenes de la Comunidad de Madrid en el que Amavir Villanueva también participó.



Ángela Prieto en la ceremonia de entrega de premios.

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

Marzo

15/03 Taller de cocina.
24/03 Salida al pueblo para tomar un aperitivo.
31/03 Celebración de cumpleaños.

Abril

05/04 Taller de torrijas.
21/04 Salida al pueblo para tomar un aperitivo.
28/04 Celebración de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes por la mañana.

Podología

Lunes por la mañana.

Misa

Viernes a las 18:45 h.

HOY COMEMOS María Paradela

Lentejas con chorizo

INGREDIENTES

Lentejas, chorizo, papada de tocino, cebolla, ajo, sal, pimiento rojo y verde, perejil, agua y una hoja de laurel.

PREPARACIÓN

Limpiamos bien las lentejas, las ponemos en la olla exprés, echamos la cebolla bien picadita junto con los pimientos y el ajo. Introducimos el chorizo y el tocino, ponemos el agua, un poquito de sal, la hoja de laurel y el perejil. Lo ponemos a cocer unos 15-20 minutos aproximadamente y después estará listo para comer. ¡Que aproveche!



CUMPLEAÑOS



Marzo

02/03 Isabel Calvo
02/03 Ventura Pérez
04/03 Juana Rodríguez
05/03 Luis Francisco Sacristán
11/03 Petra Álvarez
13/03 Carmen Cora
13/03 Manuela Vázquez
16/03 Milagros Corujo
17/03 M.^a Jesús Martínez
20/03 José Ramón Sanz
22/03 José Antúnez
23/03 Antonia Ramírez
24/03 Tomás García
28/03 Elena Rodríguez
29/03 Fernando Vizcaíno
30/03 Alfonsa Serrano

Abril

03/04 María Paradela
06/04 M.^a Juana Jiménez
10/04 Teresa Librado
11/04 María Fernández
14/04 María Gutiérrez
18/04 Perfecta Lozano
19/04 Rocío Mingot
19/04 M.^a Soledad Oriz
21/04 Pilar Vila
27/04 Fernando Moreno
28/04 Emilia Mozas
28/04 M.^a Bella Núñez
30/04 José Luis Saball

SECRETOS DE MI TIERRA



La ciudad de Cali, Colombia.

Mi historia

Soy Rosalba, nací en Cali (Colombia) y he vivido allí hasta los 54 años, hasta que vine a España. Soy una persona muy alegre, me gusta mucho bailar, nadar, viajar y pasear por sitios turísticos. Todo se vio eclipsado por un infarto que me dio hace un año y medio que se complicó en el hospital. Desde

entonces mi vida cambió radicalmente. Me siento triste por vivir esta nueva situación, pero cuando llego al centro de día me animo mucho al ver a los trabajadores como me cuidan, me atienden y me entretienen con las distintas actividades y servicios que me ofrece la residencia. Son todos muy lindos.

AYER Y HOY



Antes

Perfecta Lozano nació hace 96 años en un pueblo de Ávila llamado Mingorría. Allí solo vivió durante sus 3 primeros meses de vida porque su padre, que era ferroviario, fue trasladado en el trabajo y toda la familia se mudó a Izarra, Vitoria. Se casó con Vitorino Piriz en San Bernadino y su afición favorita siempre ha sido el punto. Ha hecho jerséis a toda la familia. Nos cuenta que tiene una gran familia, formada actualmente también por 4 bisnietos que son para ella un gran orgullo.



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Manuel Gámez de la Llana



Estimados residentes, familias y trabajadores:

Quiero aprovechar este espacio para hablaros de una de nuestras señas de identidad como filosofía de trabajo y atención a nuestros mayores, la no utilización de sujeciones físicas ni farmacológicas. Una sujeción es cualquier método o dispositivo material, físico o farmacológico que impide o limita a la persona moverse libremente reduciendo por tanto su actividad física o el acceso normal a su propio cuerpo. La Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología considera que el uso de las sujeciones tiene importantes connotaciones, ya que afecta a un derecho fundamental de las personas como la libertad, además de atentar contra valores como la dignidad y la propia autoestima personal. Recientemente la fiscalía general del Estado ha impulsado una nueva normativa con el fin de reducir o eliminar por completo el uso de sujeciones tanto físicas como farmacológicas en los centros residenciales. Todo ello con la premisa de salvaguardar su dignidad, presupuesto para el libre desarrollo de su personalidad y el ejercicio de todos los derechos y libertades que les son constitucionalmente reconocidos. Amavir Villanueva es un centro acreditado como libre de sujeciones desde el 5 de mayo de 2017. Creemos firmemente en este modelo y seguiremos apostando por el mismo, en la línea que ahora marcan desde las instituciones, con el único objetivo de preservar la máxima autonomía de nuestros residentes.

COSAS DE CASA

Buenos hábitos de sueño en las personas mayores

Coger buenas costumbres para dormir es muy importante a cualquier edad.

Los especialistas consideran que las personas mayores de 65 años tienen suficiente con dormir 5 o 6 horas por la noche, ya que gastan menos energías y no ejercen grandes esfuerzos mentales. Aún así, es necesario complementar este sueño nocturno con 2 o 3 siestas de sueño no profundo y adoptar buenos hábitos en su estilo de vida: - Crea un ambiente relajante. - Desconecta el televisor, los dispositivos móviles y los relojes. - Asegúrate de contar con un buen colchón que garantice tu comodidad y buen descanso. - Adopta una rutina del sueño. - Levántate y acuéstate a la misma hora cada día. - Prepara una cena ligera. - Termina de cenar una hora u hora y media antes de acostarte. - Evita el consumo de bebidas excitantes como el café o el alcohol. También evita el consumo de tabaco. - Mantén una buena actividad física para liberar tensiones y favorecer de manera positiva a tu descanso.



Dormir bien es clave para la salud y para mantener una buena calidad de vida.

Mínimo 30 minutos diarios. - No hagas siestas que superen los 20-30 minutos. - Utiliza la cama solo para dormir, no para ver la televisión, leer o estar con el móvil. - Pregunta a tu médico si alguno de los medicamentos que tomas puede tener como efecto secundario hipersomnia o insomnio.

QUIÉN ES QUIÉN

Paula Bordallo, técnica superior en animación sociocultural

“Los que se arriesgan ganan aunque pierdan”.

Edad: 35 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: El trabajo en equipo y las actividades con los residentes.

Virtud: Capacidad de adaptación.

Defecto: Cabezota.

Aficiones: Deporte, cine y mi perro.

Libro: El perfume, de Patrick Süskind.

Película: La vida es bella, de Roberto Benigni.

Grupo de música: Leiva, Rozalen y Viva Suecia.

Comida favorita: Espaguetis a la boloñesa.



RECUERDOS

Recuerdos de Faustina

Cuando cumplí quince años entré en un colegio de monjas interna en Ávila. Le dije a mi padre que quería ser monja y accedió a que ingresara. Tengo muchos recuerdos de mi estancia allí. Me acuerdo mucho de Sor Carmen, que nos enseñaba labores. Gracias a ella aprendí a coser. También me acuerdo de Don Antonio que, ¡nos enseñó a montar en bicicleta! No sabéis la de medias que rompí montando en bicicleta. Pero lo que más me gustaba era ayudar en la enfermería. Los domingos podíamos salir y solíamos ir a Ávila ciudad. Fue en la Fiesta del Resucitado, en Semana Santa, donde conocí al que luego sería mi esposo.

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 puntúan 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 suelen 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.