

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Amavir abre una nueva residencia en Ciudad Real, la sexta de la compañía en Castilla-La Mancha

La alcaldesa visitó el centro para conocer sus instalaciones y a sus primeros usuarios.

El pasado 1 de marzo abrió sus puertas la nueva residencia para personas mayores Amavir Ciudad Real, ubicada en la calle Tetuán 1 de esta capital castellano-manchega. La residencia dispone de 158 plazas repartidas en 113 habitaciones (68 individuales y 45 dobles). Es la segunda residencia de Amavir en esta provincia (junto a la que gestiona en Tomelloso), la sexta en Castilla-La Mancha y la número 43 en el conjunto de España. Pocos días después de la apertura, la alcaldesa de Ciudad Real, Eva María Masías, realizó una visita para conocer a los primeros usuarios y recorrer las instalaciones. La residencia se estructura en planta baja y cuatro plantas y está dividida en unidades de convivencia independientes, cada una con su propia sala de estar y comedor. Es una residencia urbana, ubicada en el centro de la ciudad, y dispone de terrazas en cada planta y de una gran terraza en la azotea para disfrute de residentes y familiares. Va a dar empleo a un centenar de personas.



A punto de terminar las obras de Amavir Santa Cruz de Tenerife

Este año está prevista también la apertura de la residencia Amavir Santa Cruz de Tenerife, de 104 plazas, cuyas obras de construcción se encuentran ya en su última fase. Será el segundo centro de Amavir en la isla de Tenerife y la cuarta residencia en las Islas Canarias.



Otros proyectos en construcción

Además del centro de Santa Cruz de Tenerife, en estos momentos están en obra otras residencias, que se irán abriendo paulatinamente en los próximos años: Amavir Ciudadcampo, Amavir Vicálvaro y Amavir La Florida (Madrid), Amavir Albacete, Amavir Jaén, Amavir Oviedo, Amavir Córdoba y Amavir Granada.

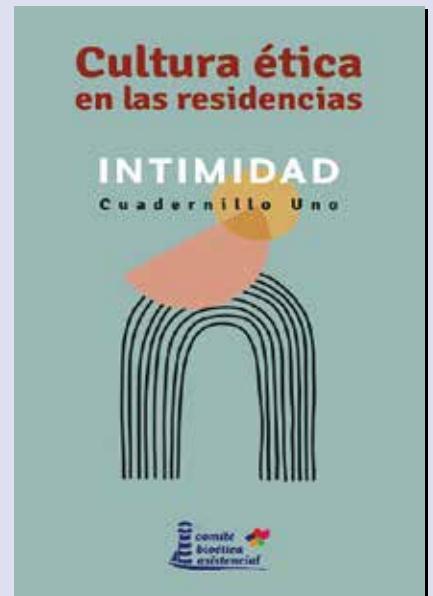
El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

El primer cuadernillo, sobre la intimidad en la tercera edad, ya está disponible en nuestra web.

El Comité de Bioética de Amavir ha lanzado su proyecto “Cultura ética en las residencias”, con el que pretende fomentar la cultura ética entre los profesionales de la compañía. Este proyecto incluye la publicación periódica de cuadernillos didácticos sobre aspectos relacionados con la bioética y la atención a las personas mayores. El primero de ellos, que está ya disponible en nuestra web, se centra en la intimidad en la tercera edad. Los próximos, que se irán publicando en los próximos meses, versan sobre edadismo, infantilización y paternalismo, y acompañamiento en el final de la vida. En todos los cuadernillos se incluye una introducción teórica y ética, un marco legal y una serie de recomendaciones prácticas para que puedan ser puestas en marcha en las residencias.

¿Qué es el Comité de Bioética de Amavir?

Este comité, creado en 2019, está formado por un equipo de personas de diferentes disciplinas cuya misión es promover, fomentar, difundir e impregnar la cultura ética de la atención en los centros de Amavir, mejorando así la calidad asistencial que se presta a sus usuarios. Cualquier usuario, familiar o profesional puede dirigir sus consultas al comité a través del formulario habilitado en nuestra página web (www.amavir.es).

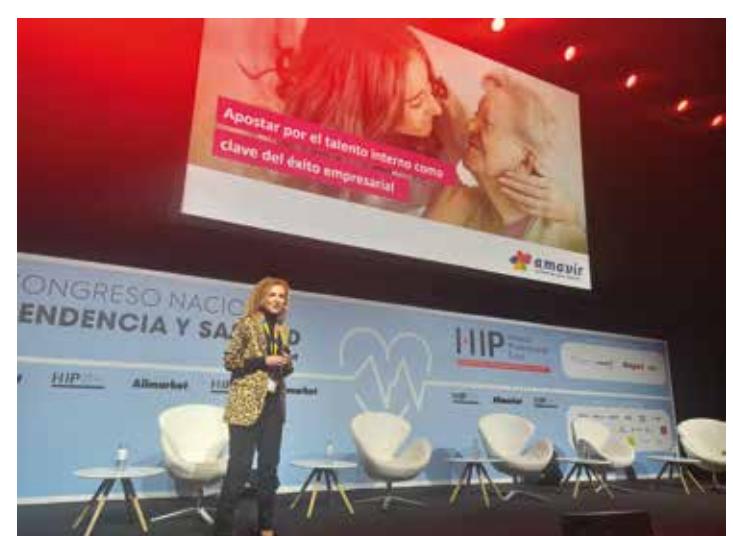


Elsa Punset, invitada a la V Jornada de Amavir en Madrid dirigida a profesionales sociosanitarios

Elsa Punset, una de las mayores expertas a nivel internacional en inteligencia emocional, será la invitada en la quinta edición de las jornadas Amavir en Madrid dirigidas a profesionales sociosanitarios, que tendrá lugar el próximo 31 de mayo en el Hospital Clínico San Carlos. El tema de esta jornada será “Relacionarnos con el sufrimiento y ser felices” y se contará también con la presencia del psicólogo clínico Juan Pedro Arzibú.

Amavir presenta su Plan de Sucesión Interna en el Congreso Nacional de la Dependencia

La directora de Recursos Humanos de Amavir, Marián Bautista, fue una de las invitadas al IV Congreso “Dependencia y Sanidad”, celebrado en IFEMA (Madrid), en el que impartió la ponencia “Apostar por el talento interno como clave para el éxito empresarial”. Bautista incidió en la importancia de apostar por el desarrollo y promoción de las plantillas, poniendo como ejemplo el Plan de Sucesión para la Detección del Talento Interno de Amavir.



**ACTUALIDAD**

Terapia con perros y una visita especial

Recibimos a la consejera Concepción Dancausa mientras realizamos la sesión con animales.

El día 3 de marzo nuestra residencia tuvo el placer de recibir a la consejera de Familia, Juventud y Política Social, Concepción Dancausa. En este día tuvo lugar una de nuestras terapias más especiales, la terapia asistida con animales. Esta mejora las funciones físicas y emocionales de nuestros residentes. La actividad se llevó a cabo con la ayuda de estos maravillosos perros llamados Risco, Blue, Margarita y Marisol. José es el encargado de adiestrar a estos perros para que puedan realizar diferentes ejercicios cognitivos como formar palabras con los residentes. Estas sesiones son muy importantes y apreciadas por nuestros mayores, ya que aparte de trabajar aspectos cognitivos y funcionales, también se trabajan otros componentes como las relaciones sociales y la parte emocional y sensorial. La consejera disfrutó de la terapia, donde pudo conocer a los perros. También visitó las instalaciones de la residencia. Acudió a la sala de fisioterapia, donde pudo conocer a algunos de los residentes mientras realizaban ejercicio físico. Además, visitó las unidades de convivencia, donde pudo observar cómo se realizaban algunas de las actividades como la sesión especial de bingo, que tiene lugar cada viernes. Fue una visita muy especial y de la que estamos profundamente agradecidos.



Aurora y Rosa usuarias de centro de día en la terapia con perros.

El entierro de la sardina

Despedimos a la sardina con un aperitivo en la terraza.

Comenzamos el mes de marzo celebrando con nuestros residentes y usuarios de centro de día nuestro famoso entierro de la sardina. También disfrutamos de un rico aperitivo junto con las familias y el equipo del centro. Días antes elaboramos una sardina de papel que por ambas caras tenía escamas de todos los colores. Este pez se llenó el día de la fiesta con los deseos de todos los presentes. Decoramos con globos el jardín y pusimos música. Nos hizo un día muy soleado que nos permitió disfrutar de la terraza. Después, cada residente escribió su deseo y lo introdujo en el pez que posteriormente quemamos dejándolo en ceniza y, con ella, todas las ilusiones y deseos para este año.



La sardina quedándose en cenizas.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Fisioterapia**

Círculo de rehabilitación, tabla de marcha, rehabilitación individual, electroterapia, tabla de gerontogimnasia y movilizaciones pasivas.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, taller de noticias, taller de reminiscencia, programa de activación física, ABVD's (Actividades Básicas de la Vida Diaria), bingo, estimulación sensorial/sensoriambiental y tabla de gerontogimnasia.

Psicología

Estimulación emocional a través de la música, taller de memoria, taller de revista, taller relajación, taller de ORL (orientación a la realidad) y reminiscencia.

Animación sociocultural

Fiestas de cumpleaños, fiestas temáticas, talleres, excursiones, charlas informativas, etc.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Mayo**

Fiesta de San Isidro.
Taller de claveles.
Día Mundial de las Abejas.
Terapia asistida con animales.
Fiestas de cumpleaños.

Junio

Excursión.
Taller especial por el Día Mundial del Medioambiente.
Cinefórum.
Fiestas de cumpleaños.

SERVICIOS**Peluquería**

De lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 15:00 a 19:00 h.

Podología

Lunes o martes alternos en turno de mañana.

Servicio religioso

Eucaristía los jueves a las 11:00 h.

HOY COMEMOS Isabel Balsset**Arroz caldoso al estilo Isabel****INGREDIENTES**

Arroz redondo, ajo, cebolla, pimiento verde y rojo, tomate, marisco, sal, pimienta y agua.

PREPARACIÓN

Sofreímos en una sartén el ajo, la cebolla y el pimiento rojo y verde. Después añadimos los calamares, el pulpo, la sepia y los mejillones. A continuación, vertemos el tomate, la sal y la pimienta. Añadimos el arroz al contenido anterior y rehogamos con todo el sofrito. Finalmente añadimos el agua para que quede caldoso. Dejamos cocinar 20 minutos y reposar otros 10 minutos. Lo servimos en el plato y ¡bon appétit!

**CUMPLEAÑOS****Mayo**

02/05 Vicenta Vaquero
03/05 Jorgelina Fernández
03/05 M.ª Teresa García Lupión
04/05 Milagros del Río
04/05 Julia Olmeda
05/05 Gloria Brea
10/05 M.ª Amparo Gutiérrez
11/05 Josefa Reina
14/05 M.ª Carmen Yanes
15/05 Concepción Plaza
16/05 Esmeralda Díaz
16/05 Juan Panadero
19/05 M.ª Piedad Santiago
21/05 Antonia Cabrera
24/05 José Antonio Ojeda
24/05 Ascensión Siguero
26/05 Francisco Calero
26/05 Mercedes López
27/05 Juan Alcarria
27/05 Luis Javier Izquierdo
30/05 Emilia Cuéllar
30/05 Fernando Ruiz

Junio

04/06 Luisa Revuelta
04/06 Josefa Riofrío
08/06 Victorina Yustas
09/06 Manuel Berzoso
11/06 Concepción Hernández
11/06 Benita Tejedor
12/06 Margarita Briones
15/06 Isabel Balsset
15/06 Antonia Mata
18/06 Ana María Delgado
23/06 Josefa Esteban
24/06 Juana Francisca Ayala
24/06 María Rosa Barroso
29/06 María Constanza Aguado
29/06 Antonia Fortúnez

SECRETOS DE MI TIERRA

La magia de Jódar



El castillo de Jódar.

Nuestro residente es madrileño, pero por cuestiones familiares, sus padres se tuvieron que mudar y desde muy pequeño pasó gran parte de su infancia y adolescencia en un pueblo de Andalucía, concretamente, en Jódar, de donde tiene muy buenos recuerdos. Señala especialmente la romería que se hacía por San Isidro en el pueblo de al lado, Fuente García. Todos iban a un paraje con la comida preparada porque les esperaba un día largo de fiesta y bailes. También recuerda la Semana Santa, cada día desde

el Miércoles Santo salían los pasos y los niños iban vestidos de nazarenos. Nuestro residente pertenecía a la Hermandad del Señor de la Humildad, el cual salía los viernes al mediodía. Llevaba una especie de tulipa en la mano con el traje morado y su capirote en la cabeza. Por último y no menos importante, también tiene recuerdos de la comida, menciona la “pipirrana”, una ensalada típica de Jaén cuyos ingredientes básicos son la cebolla, el tomate, el pimiento verde, el pepino y el atún.

AYER Y HOY

Antes

En esta ocasión, os queríamos mostrar a una residente muy querida en nuestro centro, a Felisa Liberal Bachiller, procedente de Aliseda, de la provincia de Cáceres. La foto en la que aparece nuestra residente de joven fue tomada cuando tenía 25 años. Es impactante la gran belleza de Felisa cuando era joven y lo bien que la conserva en la actualidad.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Elena García



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Mientras el buen tiempo nos acompañe, continuaremos adaptando nuestras rutinas a realizar algunas de ellas al aire libre. Para ello, aumentamos nuestras salidas, ya sean paseos cotidianos por el barrio, un rico desayuno en una terraza, hacer la compra en el supermercado, o salidas a parajes naturales con picnic incluido. A su vez, dentro del centro, disfrutaremos de algunas actividades al aire libre, como son actividades grupales, paseos y gimnasia en el jardín. Ya, por último, un poco más adelante, coincidiendo con el inicio del verano, pondremos en marcha un año más el campamento intergeneracional, en el cual acogeremos a los más pequeños de la casa durante una semana, coincidiendo con el final del curso escolar. Durante 5 días, pequeños y mayores comparten su tiempo a través diversas actividades adaptadas para ambos colectivos. Esta iniciativa dio comienzo el año pasado, resultando muy satisfactoria, por lo que esperamos que este año tengamos también el éxito asegurado. No olvidéis que, tanto familiares de residentes como del personal del centro pueden beneficiarse de este programa, que busca un doble objetivo: Por un lado, fomentar las relaciones entre ambas generaciones (niños y mayores) y, por otro, facilitar la conciliación laboral y familiar. Esperamos contar con vuestra asistencia en algunas de las actividades del centro, agradeciendo vuestra colaboración de antemano, os envío un fuerte abrazo. Como siempre, quedo a vuestra disposición para lo que necesitéis.

COSAS DE CASA

La reeducación de la marcha para disminuir el riesgo de caídas

La importancia de realizar ejercicios activos para trabajar el equilibrio.

En el paciente geriátrico es frecuente que se presenten alteraciones de la marcha. Estas alteraciones pueden venir provocadas por distintos factores como la disminución de reflejos, problemas sensoriales, tras una cirugía, un periodo largo de inmovilismo o, simplemente, por un dolor que limite la movilidad. Por ello, es necesario trabajar con talleres dirigidos a la reeducación de la marcha, para mejorar la capacidad de deambulación y prevenir el riesgo de caídas. El objetivo está en realizar ejercicios activos para trabajar tanto el equilibrio estático como el dinámico, la postura y potenciar la musculatura de los miembros inferiores. Estas actividades se realizan con la ayuda de distintos elementos como las barras paralelas, las escaleras, las rampas y diferentes tipos de obstáculos. Los residentes disfrutan mucho con este tipo de talleres, ya que les entretienen y van percibiendo cómo poco a poco mejoran su estabilidad y se sienten más seguros a la hora de caminar.



La reeducación de la marcha previene caídas.

QUIÉN ES QUIÉN

Andrea Barbero, fisioterapeuta

“Me gusta el trato cercano con los residentes”.

Edad: 31 años.

En Amavir desde: 2015.

Lo mejor de Amavir: El apoyo entre los compañeros.

Virtud: La paciencia.

Defecto: La obstinación.

Aficiones: Bailar, el cine, tomar el sol y jugar al pádel.

Libro: Un monstruo viene a verme.

Película: Shutter Island.

Grupo de música: La La Love You.

Comida favorita: Huevos rotos con gulas.

**RECUERDOS Luisa Blanco**

Cómo conseguí mi sueño

Cuando tenía 14 años empecé en una peluquería del barrio lavando cabezas a las señoras y limpiando. Conforme pasó el tiempo, fui prosperando y adentrándome en el oficio de peluquería, y cuando tenía unos 26 años, mis padres, con mucho sacrificio pagaron 25 pesetas de entrada por un local con vivienda en el barrio de la Elipa, las letras las fui pagando con los beneficios mensuales. Cuando me casé, nos fuimos a vivir a la vivienda de la peluquería, donde entre secadores y peines crecieron mis hijos y donde he podido desarrollar una profesión que siempre ha sido mi pasión.

La consejera de Política Social de Madrid visita Amavir para conocer sus programas de terapias con animales

Concepción Dancausa estuvo en nuestra residencia Amavir Ciudad Lineal durante el transcurso de una de estas sesiones.

La consejera de Familia, Juventud y Política Social de la Comunidad de Madrid, Concepción Dancausa, visitó hace unas semanas nuestra residencia de mayores Amavir Ciudad Lineal para conocer de primera mano las terapias con animales que se llevan a cabo en este y otros centros de Amavir. En este caso, las terapias se desarrollan en colaboración con la asociación MaeveNiall. Está demostrado que la compañía de los animales reporta numerosos beneficios a las personas mayores. Les anima a pasear, activando sus funciones físicas, y disminuye su nivel de estrés, lo que facilita las relaciones sociales. Además, supone un estímulo mental, al evocar recuerdos de anteriores mascotas, y aumenta su interés por comunicarse con el exterior, una situación que genera un incremento de su atención y motivación de manera espontánea. La mayoría de las mascotas utilizadas en estas sesiones son perros y gatos con características y adiestramiento específicos para convertirse en co-terapeutas.



La directora general de Amavir, invitada a un acto institucional con motivo del Día de la Mujer

El evento se celebró en la Cámara de Comercio de Madrid y contó con la presencia del alcalde de la capital.

La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, participó como ponente en el foro “Empresarias que inspiran: mirada al futuro desde el liderazgo”, organizado el pasado 8 de marzo por la Cámara de Comercio, Industria y Servicios de Madrid, en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid, con motivo del Día Internacional de la Mujer. El acto estuvo presidido por el alcalde de la capital, José Luis Martínez-Almeida. Por otro lado, y coincidiendo también con el Día Internacional de la Mujer, Amavir se ha unido un año más a la Fundación Adecco para la conmemoración de esta fecha. Este año, la entidad pone de manifiesto la vulnerabilidad de la mujer en el empleo: el 30% de las mujeres en edad laboral se encuentran en riesgo de exclusión, según datos del INE.





Así somos los trabajadores y trabajadoras de Amavir

Radiografía de las 4.372 personas que conforman la plantilla de la compañía en 2022.

En Amavir contamos con un equipo humano formado por **4.372 profesionales cualificados con una clara vocación de servicio a los mayores**, capaces de conjugar el cumplimiento de un sistema integral de

alta calidad asistencial con el cariño, la atención y el respeto hacia las personas, buscando que los residentes y sus familiares se sientan siempre como en su propia casa.

