

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Amavir, galardonada con el Premio Bienestar y Calidad de Vida de La Razón

El galardón, recogido por la directora general de la compañía, se nos ha concedido en la categoría de Mejor Atención Sociosanitaria.

Amavir ha recibido uno de los galardones de los III Premios Bienestar y Calidad de Vida del periódico La Razón. Concretamente, el Premio a la Mejor Atención Sociosanitaria. La directora de Amavir, Lourdes Rivera, fue la encargada de recibir el premio en nombre de la compañía. Rivera agradeció “este reconocimiento al esfuerzo diario y a la labor de los profesionales de la compañía, que supone un estímulo de crecimiento y mejora continua en nuestro trabajo”. El director del periódico, Francisco Marhuenda, felicitó a todos los premiados y puso en valor la preocupación por la calidad de vida de los demás como “uno de los indicadores fundamentales de una sociedad avanzada y desarrollada”.



Recibimos cinco premios en la gala por el 20º aniversario del Grupo Maisons de Famille



Amavir ha recibido un total de cinco premios de los diez que se entregaron en la gala de celebración del 20º aniversario del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos tanto Amavir como Dorea Famille (Alemania), La Villa (Italia) y Maisons de Famille (Francia). Los premios fueron en la categoría de Comunicación, Desarrollo Profesional, Efectividad financiera, Transformación digital y Medio Ambiente. El Grupo Maisons de Famille, fundado en 2003, se ha convertido en uno de los líderes europeos en la atención residencial a personas mayores, con más de 180 centros y más de 12.000 empleados.

Vulnerabilidad, humanización y conversaciones difíciles centraron la IV Jornada del Comité de Bioética de Amavir

La jornada, celebrada en el Colegio Oficial de Médicos de Madrid, contó con las ponencias de Francesc Torralba, José Carlos Bermejo y Montserrat Esquerda.

El Comité de Bioética Asistencial de Amavir celebró en octubre la cuarta edición de su Jornada de Bioética, dirigida a profesionales del sector sociosanitario. El encuentro, con más de 150 personas asistentes, tuvo lugar en la sede del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Madrid y llevó por título «Ética diaria. Pequeñas acciones que nos hacen grandes». En ella se contó con las ponencias de destacados expertos en bioética, en concreto Francesc Torralba, doctor en Filosofía, Teología, Pedagogía e Historia y catedrático de la Universidad Ramón Llull; José Carlos Bermejo, experto en humanización de la salud, duelo y bioética, director del Centro de Humanización de la Salud y Centro Asistencial San Camilo de Tres Cantos, en Madrid, y autor de numerosos libros; y Montserrat Esquerda, licenciada en Medicina y en Psicología, doctora en Medicina y máster en Bioética y



Derecho, directora general del Institut Borja de Bioética de la Universitat Ramon Llull, presidenta de la Comisión de Deontología del Consejo de Colegios de Médicos de Ca-

taluña y autora del libro “Hablar de la muerte para vivir y morir mejor”. Los interesados pueden acceder al contenido completo de sus ponencias en nuestra página web.

Amavir colabora un año más con la Alianza Mundial para la Vacunación Infantil (GAVI)

En el marco de sus políticas de responsabilidad social corporativa, Amavir vuelve a colaborar con la Alianza Mundial para la Vacunación Infantil (GAVI), sumando ya nueve años consecutivos de apoyo continuado a esta iniciativa. La Alianza Mundial para la Vacunación Infantil es un organismo internacional impulsado por las donaciones de la Fundación Gates y con sede en Ginebra. Su objetivo es la lucha

contra la mortalidad infantil en los territorios más desfavorecidos a través de la vacunación de los más pequeños. En España, la Fundación “la Caixa” decidió sumarse a este proyecto, creando en 2008 la Alianza Empresarial para la Vacunación Infantil, a través de la cual se recogen donaciones de particulares y empresas nacionales, como Amavir, para ofrecer las vacunas necesarias para la infancia.



Centro con plazas
concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

El Día de los Animales

Actividades relacionadas con las mascotas para nuestros residentes.

El 4 de octubre fue el Día de los Animales y para celebrarlo en nuestro centro se realizaron diferentes actividades. En primer lugar, queríamos actualizar el mural de las mascotas, para ello, los residentes y familias interesadas enviaron una fotografía con sus mascotas. En la avenida del trabajo podemos disfrutar de mascotas de todo tipo, como agapornis, conejos, gatos, perros, y hasta los trabajadores se animaron y quisieron participar. También, para celebrar este día tan especial, en el taller de manualidades se realizaron muchos animales con material reciclado, que se expusieron en el pasillo con un divertido juego de identificación. El juego consistía en identificar cuántos pulpos aparecen en el pasillo, así como los colores de las mariposas y cuál es el animal que más ha gustado, con el fin de entretener a los residentes entre taller y taller. Se trata de un día muy importante porque los animales son esenciales en nuestro día a día y porque “nuestros corazones están llenos de huellas”.



Taller de manualidades.

Concienciados con el planeta

Actividades sobre el medioambiente que se han realizado en el centro.

A lo largo de todo el año se han realizado diferentes actividades y talleres para concienciar, reivindicar y conocer la importancia de cuidar el medioambiente y las actuaciones que podemos hacer cada uno de nosotros. En marzo y abril, se realizó un taller para dar importancia al agua y a la madre tierra, con la creación de jardineras preciosas que están en el jardín. El junio, se celebró el Día del Medioambiente y un bingo especial sobre el reciclaje. Y, por último, en el cuarto trimestre del año hemos desarrollado un taller sobre la prevención de la capa de ozono y el uso abusivo de spray y el día tan especial de los animales. El año que viene estamos seguros de que realizaremos muchas más.



Antonio regando las jardineras.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Lunes a viernes de 10:30 a 11:30 h. Movilización en cama. Todos los días de 10:30 a 13:00 h. Tratamiento en sala y ejercicios individuales. Todos los días de 15:30 a 16:30 h. Atención a los usuarios de centro de día. Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 18:30 h. Tratamiento individual en sala o habitación. Martes y jueves de 17:00 a 18:00 h. Tratamiento individual en sala.

Terapia ocupacional

Todos los días: 08:30 h. ABVD ducha, higiene personal y vestido. De 10:30 a 13:00 h. Terapia en sala. 13:00 h. ABVD alimentación. De 15:00 a 16:30 h. Rehabilitación funcional en planta. Lunes, miércoles y jueves a las 17:00 h. Programa de laborterapia en sala de terapia ocupacional. Martes y jueves a las 17:00 h. Estimulación sensorial y cognitiva en módulo.

Terapia ocupacional centro de día

Todos los días: 10:30 h. Orientación a la realidad y lectura de periódico. 11:00 h. Geron-togimnaisa. 11:30 h. Estimulación cognitiva. 12:20 h. Paseo. 13:00 h. ABVD Alimentación Jueves a las 12:00 h. Bingo.

Psicología

Todos los días de 10:00 a 13:00 h. Actividades en grupo e individuales: estimulación cognitiva, estimulación sensorial y terapias individuales. Todos los días de 15:30 a 17:00 h. Actividades en grupo e individuales: estimulación cognitiva, estimulación sensorial y terapias individuales.

Animación sociocultural

Todos los días de 17:00 a 18:00 h. Ergoterapia y manualidades en sala de animación para los residentes que quieran. Lunes, martes, jueves y viernes de 15:45 a 16:00 h. Ludoterapia y musicoterapia para centro de día. Martes de 17:00

a 18:00 h. Juegos de mesa en sala multiusos. Jueves de 18:00 a 18:45 h. Bingo en sala multiusos. Más ludoterapia, musicoterapia y ocio y tiempo libres en todas las plantas.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

11/12 – 15/12 Realización y exposición de tarjetas navideñas.
18/12 – 22/12 Semana dedicada a la Navidad. Felicitación por las plantas de la Navidad (aguinaldo, villancicos).
Comidas especiales.
Entrega de regalitos para todos los residentes. Actuaciones.
Toma de uvas.
Cumpleaños.

Enero

Donación de alimentos.
Fiesta de Reyes Magos, entrega de regalos y chocolate con roscón.
Actuación de la Orquesta Sinfónica de Colmenar Viejo (audiofórum).
Cumpleaños.

Febrero

Vaquilla.
Decoración de San Valentín y Carnaval.
Carnaval.
Cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

Martes de 10:00 a 13:00 h.
Miércoles de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.
Jueves de 15:00 a 19:00 h.
Viernes de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.

Podología

Miércoles a las 16:30 h.

Misas

Lunes a las 17:30 h. Rezo rosario.
Sábados a las 10:45 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

02/12 Juliana Ruiz
06/12 María Teresa Mateos
07/12 Concepción Arevalillo
07/12 José Manuel Moreno
08/12 Concepción García
10/12 Dámasa García
11/12 Alejandro Gallardo
14/12 Ana Díaz
17/12 Josefa Álvarez
22/12 Paula Muriel
24/12 M.ª Jesús Martín
26/12 Natividad Ferreiro
28/12 Cesárea Blázquez
28/12 Teresa Vallejo
30/12 Manuel Colmenajero
30/12 Francisco Rodríguez

Enero

01/01 Sagrario García
02/01 Jesús Sanz
03/01 Josefa López
03/01 M.ª Rosa Quilez
05/01 María Antonia Arenas
06/01 María Floripe Muñoz
06/01 M.ª Ángeles García
07/01 Araceli Allue
07/01 Juliana del Valle
11/01 Magdalena Olivares
12/01 Juana Cueva
12/01 Amelia Miralles
12/01 José María Olalla
15/01 Valentina Marín
18/01 Manuela Henche
19/01 Eustaquio Izquierdo
19/01 Juan Antonio López
22/01 Consuelo Gómez
26/01 Aurora Blasco
26/01 Julián Valdés
28/01 Isabel de la Morena
28/01 Encarnación Soriano
29/01 Salvador Sánchez

Febrero

01/02 M.ª Presentación Caballero
02/02 Purificación Tato
04/02 Marcial Caballero
06/02 Antonio Castillo
06/02 Paula Esteban
06/02 Ángeles Mingo
07/02 Marisa de la Peña
08/02 Ascensión García-Calvillo
09/02 M.ª Luz Moreno
10/02 Felisa Paredes
12/02 Carmen Badajoz
12/02 Pilar Sanz
13/02 María Luisa Navas
13/02 Luisa Palancar
14/02 Juan Benito
14/02 Isabel Santos
15/02 Mercedes Bazaga
15/02 Paula Martínez
16/02 Manuel de los Ríos
18/02 Guadalupe Mata
22/02 Manuela Núñez
25/02 Félix José Aragón
26/02 Ángel Aznares
26/02 Luisa Largo
28/02 Jesús Molina

HOY COMEMOS Manoli

Almejas al cava

INGREDIENTES

1 kg de almejas limpias, 2 vasos de cava, media cebolla blanca, 2 dientes de ajo laminados, media guindilla y hierbas aromáticas.

PREPARACIÓN

En una sartén, rehogamos la cebolla, añadimos el ajo y la guindilla, vertemos el cava y cocemos hasta que reduzca. Agregamos las almejas y ponemos la tapa. Subimos el fuego y esperamos a que las almejas se abran. Emplatamos con hierbas aromáticas. Una receta sencilla y muy rica.



SECRETOS DE MI TIERRA



Una de las plazas de Baeza.

Baeza

Baeza es una ciudad y municipio de España en la provincia de Jaén, donde nuestra residente Ana Sánchez Anguis nació. El 3 de julio de 2003 la UNESCO declaró los conjuntos monumentales renacentistas de Úbeda y Baeza Patrimonio de la Humanidad. Además, destaca como centro de producción de aceite de oliva. Se trata de un lugar tranquilo, de esos lugares donde el silencio permite oír soplar al viento y sus calles empedradas cambian hasta el sonido de las pisadas. Está rodeada por una extensa

llanura de olivos y su laberinto de calles lleva a un casco histórico que conserva una arquitectura con siglos de historia. Casas blasonadas, iglesias, palacios y plazas entre blancas casas bajas y callejones amurallados. Las plazas de Santa María, de Santa Cruz y del Pópulo definen bien Baeza. Tres espacios que invitan a la pausa y con visitas como la Catedral o el Seminario de San Felipe Neri, en la plaza de Santa María; el Palacio de Jabalquinto, la antigua Universidad y la iglesia de Santa Cruz, en la plaza de Santa Cruz; y la fuente de los Leones o el arco de Villalar, en la plaza del Pópulo.

AYER Y HOY



Antes

Angelita Gutiérrez nació en Soria en un pueblo sencillo, Almarza, en el que existían todos los oficios básicos. Recuerda que organizaban un mercado y venían de otros pueblos porque abastecían de todo. Satisfecha del progreso en su vida y orgullosa de su marido, lo admiraba por su inquietud por aprender y el gusto por la naturaleza que compartía con sus nietos; de sus hijos a los que les han podido dar una buena carrera y de sus nietos, que son físicos y científicos.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Gutiérrez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Los últimos años nos han hecho valorar los momentos especiales y las fiestas navideñas toman por ello una mayor relevancia. Puede que existan para recordar lo verdaderamente importante. Aunque sea tópico, no puedo no acordarme de aquellos que viven en soledad. Afortunadamente, cada vez existen más alternativas para hacerle frente, como elegir vivir en un centro como el nuestro. Les propongo ideas para compartir esta festividad en familia, bajar el ritmo y disfrutar las cosas sencillas, puede ser una oportunidad para desconectar de la vida cotidiana y descansar. En el centro, con mucha ilusión, hemos planificado actividades especiales para estas fechas. Los animo a todos a que el espíritu de la Navidad nos empuje a realizar actos de cercanía y hermandad en estos días. La Navidad es una época especial que merece ser vivida y disfrutada, por lo que es de justicia darles las gracias de corazón a todos los profesionales que nos cuidan y que dejan de lado lo suyo para ocuparse de lo nuestro. No me gustaría despedirme sin dar las gracias a mis compañeros y los quiero animar a seguir en esta misma línea de trabajo y compañerismo. También quiero dar las gracias a todos los familiares. Gracias por vuestra confianza, por vuestro apoyo y por vuestra colaboración en todos los proyectos que hemos llevado a cabo para mejorar el bienestar de nuestros residentes. Por último, quiero dar las gracias a todos los residentes. Sin ellos nada de esto tendría sentido y gracias al cariño que nos transmiten hacen que nuestro trabajo sea uno de los más reconfortantes que existen.

COSAS DE CASA

Los cambios de tiempo

Afecciones musculoesqueléticas con la llegada del otoño e invierno.

Conforme nos adentramos en la época otoñal y llegamos al invierno, el cuerpo nota estos cambios como molestias o dolores, generalmente, en las articulaciones y antiguas lesiones musculoesqueléticas. Muchas veces, aparecen síntomas inclusive antes de que se produzca el cambio atmosférico y es nuestro propio cuerpo el que pronostica la meteorología. Aunque científicamente no está demostrado, estas reacciones fisiológicas se producen; apareciendo rigideces y limitación de movilidad en las articulaciones, que nos obligan a permanecer en reposo. Para minimizar los síntomas, es recomendable realizar una actividad física regular, una óptima hidratación para mantener la musculatura elástica y flexible, lavarnos con agua caliente y abrigarnos bien, conservando las articulaciones calientes y así poder afrontar el frío estando preparados para el movimiento.



Dolores articulares.

QUIÉN ES QUIÉN

Claudia Arjona, alumna en prácticas de trabajo social

“Me encanta ayudar a los demás, y más aún a los mayores”.

Edad: 24 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: El equipo multidisciplinar.

Virtud: La empatía.

Defecto: La introversión.

Aficiones: Dibujar.

Libro: Harry Potter.

Película: Amor y perjuicio.

Grupo de música: The Beatles.

Comida favorita: Alitas al horno con patatas.



RECUERDOS

Chiste navideño

Dos amigos se encuentran por la calle...

- Hombre, Manolo, ¡cuánto tiempo! Me he enterado de que te ha tocado la lotería de Navidad. ¡Qué suerte! ¿Qué se siente siendo multimillonario?

- Pues nada, no te creas, entre pitos y flautas ya me lo he gastado todo.

- ¿¿Ya?? ¡Qué rápido! ¿Y se puede saber en qué te lo has gastado?

- ¡Pues te lo estoy diciendo! ¡La mitad en pitos y la otra mitad en flautas!

La historia de amor de Esther y Rafael que ha conmovido a media España

Ella es residente de Amavir Coslada (Madrid) y participó junto con su pareja en el programa “El Hormiguero” de Antena 3 TV.

Desde hace años, Amavir viene colaborando con el programa “El Hormiguero” de Antena 3 TV para dar a conocer historias bonitas acerca de la tercera edad. Una de estas historias ha tenido como protagonista a Esther, residente en nuestro centro Amavir Coslada (Madrid), y a su novio Rafael, que va todos los días a verla a la residencia. Esther y Rafael fueron novios de jóvenes, pero sus familias se negaron a que siguieran con la relación. Tuvieron que dejar de verse y cada uno se acabó casando y teniendo su propia vida familiar. Pero cuando Esther enviudó, buscó de nuevo a Rafael, que también había perdido ya a su esposa, y es así como volvieron a encontrarse, hace unos dos años, y reiniciaron su historia de amor. Su historia, llena de ternura, despertó la admiración y el cariño de los espectadores de “El Hormiguero” y se difundió también



a gran velocidad por las redes sociales. Ambos fueron entrevistados en el programa, al que acudieron acompañados de la psicóloga de la residencia. Como decía Rafael, “Esther fue mi principio y va a ser mi final”. Una preciosa historia que nos recuerda que el amor no tiene edad.

TVE se hace eco de la iniciativa intergeneracional de Amavir Alcorcón (Madrid) con niños de una guardería

El programa “De Seda y Hierro” entrevistó al terapeuta ocupacional de la residencia y mostró cómo es esta preciosa actividad.



La residencia Amavir Alcorcón (Madrid), como otras de la compañía, viene apostando hace años por fomentar los encuentros intergeneracionales. Además de los campamentos de verano, este centro tiene un acuerdo con una guardería cercana para que, una vez por semana, se junten mayores y niños, con edades entre los 1 y los 3 años, unos días en la residencia y otros en la guardería. Juntos llevan a cabo diversas actividades y se ha creado entre ellos un vínculo emocional precioso. Todo esto es lo que reflejó el programa “De Seda y Hierro”, emitido en La 2 de TVE hace unas semanas, tomando como hilo conductor una entrevista al terapeuta ocupacional de la residencia, Luis Sánchez, así como a los mayores participantes en la experiencia.

Cruz Roja reconoce a Amavir por su participación en su Plan de Empleo

Amavir ha sido una de las empresas reconocidas por Cruz Roja por su participación en el Plan de Empleo de esta entidad dirigida a población en riesgo de exclusión social, abriendo puertas a quienes más lo necesitan y ofreciendo oportunidades que pueden cambiar sus vidas.



Amavir organiza una jornada de terapia ocupacional

Amavir ha organizado en Madrid una jornada formativa sobre Terapia Ocupacional, en colaboración con el Colegio Profesional de Terapeutas Ocupacionales de la Comunidad de Madrid (COPTOCAM), en el Día Internacional de la Terapia Ocupacional, que se conmemora cada 27 de octubre.





Lourdes Rivera, directora general de Amavir, recibe el Premio Senda al profesional del sector del año

La gala de entrega de los XIV Premios Senda, conocidos como los «Óscar» del sector, se celebró en Caixaforum (Madrid)

El pasado 3 de noviembre se celebraron los XIV Premios Senda, concedidos por el Grupo Senda, que tratan de reconocer año a año las mejores iniciativas del sector de los cuidados. Uno de estos premios, dedicado al profesional del sector del año, ha recaído en la directora general de Amavir, Lourdes Rivera, por toda su trayectoria. Tras licenciarse en Derecho y ejercer en sus primeros años la abogacía, empezó a trabajar en el sector hace más de 25 años, en enero de 1998. Lo hizo como directora del primer centro de atención a personas mayores en España con colaboración público-privada, en Leganés (Madrid). Desde esta posición trabajó con los accionistas en la estrategia que culminó en la creación de uno de los primeros grupos residenciales privados en nuestro país, que ha dado como resultado el Grupo Amavir, del que ejerce como directora general desde 2001. Además, es vicepresidenta de la patronal AESTE de atención a la dependencia y tercera edad.



Amavir recibe dos galardones en la gala anual de “Adopta un Abuelo”

La asociación “Adopta un Abuelo”, con la que Amavir viene colaborando desde hace bastantes años, ha celebrado hace unas semanas su gala anual, en la que entregó sus premios, que reconocen a personas y entidades con las que colaboran día a día. Dos de estos premios han recaído en Amavir. Uno ha sido para la terapeuta ocupacional de Amavir Arganzuela (Madrid), Gema Porras, por su compromiso intergeneracional y por su disposición a colaborar con la asociación en la puesta en marcha de sus proyectos. El segundo de los premios, en la categoría de “Premio al vídeo más viral”, ha sido para los residentes Francisco Moldes y Manuela Carpintero, de Amavir Villaverde (Madrid), que fueron dos de los protagonistas del vídeo que preparó “Adopta un Abuelo” en apoyo al colectivo LGTBI y que logró amplia repercusión.



Amavir Sant Cugat gana las olimpiadas de mayores

La residencia para personas mayores Amavir Sant Cugat (Cataluña) ha sido la ganadora de la quinta edición de las Olimpiadas Inter-residencias organizadas por el Ayuntamiento de Sant Cugat del Vallés con motivo de la Semana de las Personas Mayores.



Visita del Alcalde de Humanes de Madrid

José Antonio Sánchez visitó nuestra residencia Amavir Humanes (Madrid) con motivo de la celebración del 15º aniversario del centro, para el que se organizaron numerosas actividades.

