

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

Nuestro parque biosaludable

Instalamos un espacio con aparatos donde los residentes pueden ejercitar los diferentes grupos musculares.

En nuestro centro hemos instalado un parque biosaludable con diferentes aparatos donde los residentes pueden ejercitar los diferentes grupos musculares. La finalidad de estos parques es fomentar un nuevo estilo de vida donde puedan seguir manteniéndose en forma y, con ello, fomentar las relaciones sociales. Este parque cuenta con distintas máquinas que nos permiten ejercitar, coordinar, aumentar el equilibrio y fortalecer muscularmente tanto el miembro superior como el inferior, así como el cuerpo completo en un mismo aparato de gimnasia. Disponemos de mecanismos para trabajar el equilibrio y la marcha como las paralelas, la rampa y la escalera, para trabajar la movilidad del miembro superior las poleas, la rueda y la escalera de mano y para trabajar la movilidad conjunta tanto de ambos miem-



Disfrutando del parque biosaludable.

bros con los pedales combinados. Con el uso de cada uno de estos aparatos obtenemos distintos beneficios entre los que cabe destacar: Aumenta y mantiene la movilidad articular, mejora la fuerza muscular, mejora la función respiratoria, mantiene las capacidades cognitivas, sensoriales y motoras del cerebro. No debemos olvidar que a la hora de usar nuestro parque biosaludable tendremos que mantener un ritmo constante sin llegar a fatigarnos, realizar el ejercicio en una postura adecuada, beber agua para mantener una correcta hidratación y realizar los ejercicios sin sentir dolor. Así trabajaremos de una forma adecuada y sin que se produzcan repercusiones sobre nuestro cuerpo.

Otoño con buen tiempo

Llega el otoño y Amavir Coslada lo sabe.

Cargadito de quehaceres, nuestros residentes tuvieron un clásico otoñal: árboles marrones y hojas cayéndose. La actividad consistió en una manualidad de cartulina que pudo verse en los pasillos de la residencia. Para los amantes de la cocina, o de que les cocinen, nuestros residentes de 1ª planta hicieron un taller de cocina para darle una vuelta a las calabazas de Halloween y convertirlas en... ¡un bizcocho! Además, quedó tan bueno que lo quisieron compartir con el resto del centro. Acabamos con una tradición otoñal de nuestra residencia: la castañada, esa fiesta tan típica de la que nunca nos cansamos.



Manualidad otoñal.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Animación sociocultural

Actividades lúdicas, destreza de manualidades, actividades de ocio y tiempo libre, actividades musicales y ergoterapia, celebraciones de cumpleaños, festividades y club de lectura.

Psicología

Estimulación cognitiva con deterioro y sin deterioro, estimulación multisensorial, reminiscencia, música para despertar y alteración de conducta.

Fisioterapia

Reedición de la marcha y el equilibrio, rehabilitación funcional, movilizaciones pasivas, rehabilitación del paciente con patología aguda y psicomotricidad.

Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional, reeducación de las ABVDs, estimulación cognitiva, movilizaciones pasivas y estimulación multisensorial.

SERVICIOS

Peluquería

Jueves de 10:00 a 17:00 h.

Podología

Miércoles de 09:00 a 13:00 h.

Eucaristía

Domingo a las 12:00 h.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

- 01/12 Decoración del centro.
- 15/12 Villancicos navideños.
- 29/12 Campanadas.

Enero

- 01/01 Propósitos de Año Nuevo.
- 05/01 Día de Reyes.
- 17/01 Chocolate con churros.

Febrero

- 07/02 Día del Amigo.
- 10/02 Carnaval.
- 14/02 San Valentín.



HOY COMEMOS Josefa Ruiz Romero

Judías blancas con chorizo

INGREDIENTES

Judías blancas, hojas de laurel, pimiento rojo, cebolla, chorizo, ajo y perejil.

PREPARACIÓN

Hoy Josefa nos enseña cómo hacer unas judías blancas con chorizo. Primero dejamos en remojo las judías blancas durante toda la noche con unas hojas de laurel. Al día siguiente, picamos el pimiento rojo, la cebolla, el chorizo, el ajo y el perejil. Metemos todos los ingredientes en una olla, agregamos agua hasta cubrirlos y los cocemos. En la cocción, primeramente, lo ponemos a alta temperatura y después la reducimos hasta el mínimo, siempre revisando que las judías no se pelen y se comen al día siguiente.



Josefa picando los ingredientes.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 03/12 Francisco Díaz
- 05/12 Blanca Fernández
- 05/12 Felisa Moreno
- 06/12 Concepción Esteban
- 08/12 Esther Prada
- 09/12 M.^a Ángeles Zarza
- 10/12 Genara Encinar
- 12/12 Araceli Domínguez
- 12/12 Basilio Prieto
- 18/12 Esperanza Apesteguia
- 19/12 Alicia Montalbán
- 20/12 Manuel de la Hoz
- 20/12 Josefa Mena
- 21/12 Matilde Cañete
- 24/12 Dolores Barrones
- 25/12 Natividad Jiménez
- 28/12 Matilde García
- 28/12 Victoria García
- 28/12 Diego Moya
- 30/12 Ana Cruces

Enero

- 01/01 Eugenia Machicado
- 01/01 María Luisa Morales
- 02/01 Eloísa Roa
- 05/01 Julia Martín
- 06/01 Dositeo Gonzalo
- 10/01 Pilar Usechi
- 11/01 M.^a Carmen Vázquez
- 15/01 Anselma Luis
- 18/01 Ángel Jordán
- 21/01 Adela García
- 21/01 Encarnación Moya
- 22/01 Modesto Larriu
- 26/01 Lucio Laguna
- 29/01 Lucía Moreno
- 31/01 Santiago Izquierdo

Febrero

- 01/02 Antonio Martínez
- 01/02 M.^a Carmen Martínez
- 06/02 Criselda Flores
- 06/02 Saturnino González
- 06/02 Francisco Ocaña
- 08/02 Felisa Avellaneda
- 08/02 Victoria López
- 11/02 Piedad Anguis
- 13/02 Juliana Ascensión de Miguel
- 14/02 Ángel Cañas
- 15/02 Luisa Alfonso
- 15/02 Bienvenido Hernández
- 15/02 M.^a Pilar Nombela
- 17/02 Florencio Parra
- 18/02 Enrique Bullido
- 20/02 Benita Criado
- 20/02 José Jiménez
- 21/02 Encarnación Pérez
- 22/02 Julián Hernández
- 23/02 M.^a Dolores Rodríguez
- 25/02 M.^a Victoria Merchante
- 27/02 Agustín Eliche
- 27/02 Baldomero Ruiz
- 28/02 M.^a Ángeles Cortes

SECRETOS DE MI TIERRA

Taíde, una aldea lucense

Dositeo González, uno de nuestros residentes, nació en Taíde, una aldea perteneciente a Sarría en la provincia de Lugo, conocida por ser el punto de inicio habitual para realizar los últimos 100 kilómetros del Camino de Santiago francés. Esta aldea también es conocida como la cuna de la industria farmacéutica en Galicia. En su niñez, además de las tareas propias del campo y de cuidado del ganado, Dositeo recogía lo que en Galicia se conoce como dentón y en el resto de España como claviceps purpurea o cornezuelo del centeno; un pequeño hongo que parasitaba el trigo, el centeno y otros cereales, causante de graves intoxicaciones, pero a



Taíde, una tierra con encanto.

su vez, utilizado en medicina para ayudar a cortar las hemorragias uterinas y facilitar el parto. Normalmente eran los niños los encargados de recoger este pequeño hongo en los terrenos de labranza y después venderlo en ferias y farmacias, por lo que suponía una pequeña fuente de ingresos.

AYER Y HOY



Antes

Raimunda nació en Osa de la Vega, en la provincia de Cuenca, en una familia trabajadora en plena Guerra Civil con muchas dificultades y necesidades. Es la mayor de 6 hijos, por lo que ayudaba a su madre desde muy temprana edad en las tareas de casa y cuidando de las hermanas. Tuvo 2 amigas cercanas, Angela y Rosa. Con ellas disfrutaba de los paseos y, a pesar de ser tan pequeñas, de jugar al maquillaje juntas en casa y pasar ratos felices. Aún tiene contacto con ellas, la suelen llamar.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Hernández-Rico



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Como ya os hemos comentado en varias de nuestras publicaciones, Amavir ha adquirido un importante compromiso con el cuidado de nuestro planeta, algo que se demuestra a través de la instauración de diferentes medidas que buscan proteger y conservar los recursos naturales. Así, además de promover iniciativas y actividades de sensibilización y concienciación con residentes y familiares, en este año 2023, en nuestro centro se ha llevado a cabo la implantación de recursos como la instalación de placas fotovoltaicas en la azotea del edificio con el objetivo de transformar la energía térmica en electricidad, o 2 puntos de recarga para coches eléctricos en el parking, contribuyendo así a reducir las emisiones de CO2. Por otro lado, desde el mes de octubre, en nuestro jardín contamos con un espacio biosaludable compuesto por varios aparatos de gimnasia que permiten a los residentes, disfrutar de un lugar en el que poder realizar ejercicio al aire libre, así como con el huerto terapéutico que estamos cultivando desde el pasado verano. Sabemos que la disponibilidad de espacios verdes y recreativos suponen un impacto positivo en la salud de las personas, y es por ello por lo que, desde nuestro centro, continuaremos proponiendo actividades y mejoras aprovechando estas zonas con las que contamos, siempre teniendo presente la calidad de vida de nuestros residentes. Me despido quedando a vuestra disposición para cualquier cosa que podáis necesitar. Un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

Un espacio donde explorar nuestros sentidos

Trabajamos las sensaciones para mantener la conexión con el entorno.

En la unidad de Paseo del Mar hemos creado un espacio multisensorial para poder trabajar mediante los sentidos con residentes con un deterioro cognitivo grave. De esta forma, se puede despertar y provocar respuestas diferentes del estado habitual que tienen, o evocar respuestas del pasado. Se trabaja mediante estímulos visuales como luces, pantalla con protector de videos de paisajes, ciudades, categorías semánticas como animales u objetos cotidianos. También entran en juego los estímulos auditivos, los sonidos que acompañan las diferentes imágenes presentadas; los estímulos táctiles como cojines o sillones relajantes con vibración, masajes con diferentes texturas y por último los estímulos olfativos como la lavanda, el café, el eucalipto, el limón, la naranja... El principal objetivo de la creación de



Creando nuevas experiencias.

este espacio es mantener la conexión con el entorno y disminuir las alteraciones de conducta que en ocasiones se manifiestan en estas enfermedades neurodegenerativas.

QUIÉN ES QUIÉN

Mercedes Romero, auxiliar

“La vida es bella o triste, solo depende de cómo la queramos ver”.

- Edad: 51 años.
- En Amavir desde: 2007.
- Lo mejor de Amavir: Mis abuelas y abuelos.
- Virtud: Soy paciente y tolerante.
- Defecto: Soy perfeccionista.
- Aficiones: Andar, el karaoke y bailar.
- Libro: Memorias de una geisha.
- Película: El diario de Noa.
- Grupo de música: Estopa.
- Comida favorita: El cocido.



RECUERDOS María Niza

Días de fútbol

Siempre he tenido gran pasión por el fútbol, algo extraño en mi época. Cuando tenía 8 o 10 años mi padre tenía un equipo en el pueblo y junto con mi hermana mayor Ana, bordábamos las camisetas del equipo y cantábamos el himno. Esta afición ha durado toda mi vida, siendo forofa del Real Madrid y es que ahora, a mis 90 años, he visto un sueño cumplido: he visitado el Santiago Bernabéu gracias a Amavir y a la fundación Adopta un Abuelo. Ha sido una experiencia maravillosa que recordaré toda la vida, ¿quién se lo iba a decir a esa niña que bordaba camisetas que iba a pisar el mejor estadio del mundo?

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.

