

# 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 Ramón 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.



**ACTUALIDAD**

# Una yincana en Amavir La Gavia

## Una jornada especial de la mano de nuestros amigos de Cofinimmo.

El 19 de septiembre tuvimos la suerte de contar con la colaboración de cinco voluntarios de Cofinimmo que nos hicieron pasar una mañana diferente y divertida. La jornada comenzó en torno a las 10 de la mañana, momento en el que, los trabajadores del centro explicamos brevemente a los voluntarios en qué consistiría esta jornada tan especial. Aprovechando que era un día soleado, los residentes de la unidad de convivencia de Paseo del mar, Duero y Olmos tuvieron la suerte de disfrutar de la terraza de la primera planta y realizar unas sencillas coreografías de zumba. Más tarde, aprovechando nuestro espacio sensorial, se realizó una carrera de "bicis" en un entorno inmersivo. Nuestros residentes de la cuarta planta disfrutaron de la zona de césped jugando a la petanca, mientras los residentes de Canarios echaron una partidita de bolos en la sala polivalente. Los usuarios de Palomas estuvieron en la sala de terapia ocupacional disfrutando de una experiencia sensorial donde probaron y olieron diferentes ingredientes, tocaron diversas texturas y reconocieron varios instrumentos de percusión. Simultáneamente, en nuestro parking



Residentes, trabajadoras y voluntarios bailando en la zona del césped.

tenía lugar nuestra primera carrera de sillas de ruedas que fueron propulsadas por personal del centro y voluntarios. La jornada finalizó con la entrega de diplomas a todos los participantes, premios a los residentes más competitivos y unos bailes. Sin duda fue un día inolvidable para los residentes, voluntarios y personal.

# La huella que dejas en mí

## Un recuerdo es un regalo.

El 21 de septiembre celebramos el Día Mundial del Alzheimer y para ello llevamos a cabo una actividad en la que las familias de nuestros residentes nos mandaban recuerdos con ellos. Estos recuerdos fueron expuestos ese mismo día en las galerías de nuestra casa. Acompañados por los técnicos, los residentes fueron leyendo y escuchando esas notas tan bonitas. A través de esos recuerdos algunos de nuestros residentes pudieron reconectar con sus seres queridos, aunque fuera por unos instantes. Fue un momento emotivo para todos: residentes, familias y personal. Estos últimos también compartieron parte de sus recuerdos con aquellos que ya no pueden recordar.



Una residente emocionada al leer sus recuerdos.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional, estimulación cognitiva, reeducación en AVDs, psicomotricidad, estimulación sensorial y bingo.

#### Psicología

Estimulación cognitiva, orientación a la realidad, reminiscencia, intervención psicoafectiva/duelo, gestión alteraciones de conducta, grupo de encuentro (en proceso de formación del grupo) y estimulación sensorial.

#### Fisioterapia

Rehabilitación funcional, psicomotricidad, rehabilitación patología aguda, movilizaciones, reeducación de la marcha y equilibrio y paseos.

## SERVICIOS

#### Peluquería y Podología

Informarse en recepción de horarios y disponibilidad.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

La lotería de Navidad.  
Navidad.  
Nochevieja.  
Cumpleaños del mes.  
Taller de autocuidado.

#### Enero

Reyes.  
Aniversario del centro.  
Cumpleaños del mes.  
Taller de autocuidado.

#### Febrero

San Valentín.  
Carnavales.  
Cumpleaños del mes.



#### HOY COMEMOS Alfonsa de Lamo

## Carne en asado

#### INGREDIENTES

Carne de cordero, pimienta negra, cebolla, ajo, un vaso de vino blanco, otro de agua, perejil, aceite, sal y patatas.

#### PREPARACIÓN

Rehogamos la carne con un poco de aceite, cuando ya esté dorada echamos la cebolla, el ajo, el perejil, la sal y rehogamos todo. Con la cebolla bien pochada, añadimos el agua y el vino y dejamos cocer unos 30 minutos. Por otro lado, cortamos patatas en cuadraditos y las freímos. Al finalizar la carne, añadimos las patatas y listo para comer.



## CUMPLEAÑOS

#### Diciembre

02/12 Andrea Cubas  
03/12 Áurea Huelves  
05/12 Julia González  
07/12 Ángel Molero  
10/12 Amalia Barrabino  
10/12 Carmen Soler  
13/12 Lucía Morán  
15/12 Josefa Gamero  
17/12 Mercedes Sánchez  
19/12 Eusebio Romero  
20/12 Nieves del Pino  
22/12 Tomás Felipe Martínez  
23/12 Pilar Chico  
28/12 M.ª Luisa Quinzaños  
29/12 Lino García  
31/12 Manuela Ruiz

#### Enero

01/01 Filomena González  
05/01 Antonio Moreno  
06/01 Carmen Rodríguez  
11/01 Martin Albert Michel  
13/01 Montserrat Navarro  
15/01 Dolores Seijo  
16/01 Asunción de los Reyes  
16/01 Carmen Gómez-Pinto  
17/01 Ana Antonia Díez  
19/01 Josefa Vaquero  
23/01 Antonia Ruiz  
30/01 Lucía Fernández

#### Febrero

03/02 Hermelinda Bueno  
05/02 María Martínez  
06/02 Carmen Torrubiano  
07/02 José Antonio Ramos  
13/02 Carmen Montero  
14/02 Juan Bermejo  
15/02 Luz Divina Robles  
18/02 Máxima Martín  
20/02 Manuel Casanova  
20/02 Manuel Muñoz  
21/02 Eugenio Alcalá  
21/02 María Fernández  
23/02 María Teresa Olmo  
24/02 Ana María Miguel  
28/02 Carmen Viejo  
28/02 Fermina Encarnación Gómez

**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Tan cerca que hay que visitarlo



Torrejón de Velasco.

En los últimos pueblos de Madrid que colindan con Toledo, está Torrejón de Velasco, municipio que engloba a unos 4.685 habitantes y entre ellos, varios de nuestros residentes. El municipio posee lugares de interés turístico como la Iglesia de Protomártir, iglesia con mucha historia y mucha belleza. Otro de los

lugares que visitar es el castillo, sitio de referencia del pueblo que, sin duda, debes visitar. Aunque se encuentre en obras de manera frecuente, no te puedes ir sin verlo. Su patrón, San Nicasio, está establecido el día 11 de octubre y en torno a ese día se llevan a cabo las fiestas patronales de Torrejón de Velasco.

**AYER Y HOY**

## Antes



## Después

Encarna Gómez, más conocida en el centro como "Encarni", fue una joven modista de un taller ubicado en la Glorieta de Embajadores de Madrid, según nos cuenta su hija Ana. Abandonó esta profesión para ocuparse de sus hijos, pero más adelante, fue monitora en los cursillos de verano para niños de El Parque Sindical. Amenizaba los trayectos con canciones infantiles. Es una persona inquieta y muy familiar, ha sido una viajera incansable.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

María Vázquez Sequeiros



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Al encontrarnos en la recta final del año, les invito a reflexionar sobre este tiempo que llevamos caminando juntos. Atrás quedaron los días en los que todo eran caras nuevas, presentaciones a unos y a otros y, sobre todo, interrogantes sobre lo que empezaríamos a desarrollar en esta casa. Con el paso del tiempo, muchas horas de trabajo, y contando con la colaboración de todos ustedes, podemos ver cómo ha evolucionado el día a día de todos los que formamos Amavir La Gavia; hemos ganado en confianza mutua, y eso para nosotros es algo de gran importancia, pues nuestro objetivo principal es cuidar de la mejor forma posible a nuestros usuarios, y brindarles todo nuestro cariño y apoyo. Seguimos trabajando por mejorar, por reforzar en aquellas cosas en las que necesitamos incidir más, y sobre todo en hacer más felices día a día a nuestros residentes. Pronto llega la Navidad, son fechas entrañables en las que echamos de menos a muchas personas queridas, pero también fechas en las que tenemos la oportunidad de pasar más tiempo con quienes tenemos más cerca. Por ello, les invitamos a disfrutar de las actividades que tenemos preparadas en el centro para celebrar este tiempo, lo que nos hará seguir creciendo como familia. Espero que el próximo año nos traiga salud y buenos momentos para poder seguir disfrutando juntos del día a día de nuestra casa, Amavir La Gavia. En nombre de todo el equipo Amavir, les deseo que pasen una muy feliz Navidad.

**COSAS DE CASA**

# ¡Seguimos cosechando!

Después de la primera berenjena, nuestro huerto no para de crecer.

Tras varios meses, nuestra cosecha ha aumentado. Hemos recolectado más berenjenas y, como novedad, tenemos pimientos verdes y tomates. No ha sido tarea fácil hacernos expertos en la plantación y cultivo de estas hortalizas, pero lo hemos conseguido. Estos son los pasos que hemos seguido para que nuestro huerto sea todo un éxito: Para plantar pimientos verdes tenemos que tener en cuenta la época del año, mejor si es entre marzo y mayo. Es importante que el suelo esté bien hidratado, puedes usar sustrato nuevo, si trasplantas, humus de lombriz o compost. No se deberá plantar en el mismo sitio que hubiera habido tomates o donde hubiera pimientos anteriormente. Les gusta tomar el sol, por lo que es esencial que estén en el lugar más soleado posible. Entre plantas tendrás que dejar unos 40 centímetros. La siembra de tomates también se realiza entre finales de invierno y principios de primavera. También deberás abonar la tierra y asegurarte de que recibirá luz solar durante unas 8 horas al día. Su temperatura ideal es por encima de los 15 grados y por debajo de los 35. La separación entre plantas será de 60 centímetros o más. Las tomateras necesitan un riego regular, pero no excesivo. Y el toque maestro de la casa: amor, mucho amor.



Nuestros tomates.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Rocío Abizanda, fisioterapeuta

**“Lo mejor los mayores y el equipo”.**

**Edad:** 27 años.

**En Amavir desde:** 2023.

**Lo mejor de Amavir:** Los compañeros y los residentes.

**Virtud:** Ordenada.

**Defecto:** Maniática.

**Aficiones:** Deporte y baile.

**Libro:** La vida te está esperando.

**Película:** Cualquiera de los Vengadores o Bar Coyote.

**Grupo de música:** Melendi.

**Comida favorita:** Hamburguesa.

**RECUERDOS**

## ¡Cómo nos gusta el fútbol!

El 18 de mayo de 2003 es una fecha que nuestros residentes Sebastián Martínez (seguidor del Atleti) y Francisco Calero (Madridista forofo) recuerdan entre carcajadas y debates. Minuto 93, ganando el Atleti, se produjo un cambio en este juego tan “bonito”, según dice José Calvo: “golazo de córner de Ramos”. Hubiese sido la primera vez que el Atleti ganase la Champions, pero no fue así. Cada uno comenta una hipótesis distinta. Manuel Casanova, del Celta, mira perplejo. Las conversaciones en Palomas no siempre tienen sentido, pero sí producen risas contagiosas.

# 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.

