

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

Llegan nuevos huertos adaptados a La Marina

Se suman otras dos jardineras a las que ya están dispuestas en el jardín del centro.

Son muchos los beneficios que aporta la horticultura en un centro residencial. No solo a nivel físico, sino también a nivel psicológico y cognitivo. Con esta iniciativa de huertos adaptados se pretende que la persona se sienta útil y realizada, fomentando su autonomía personal. La mayoría de las personas mayores están familiarizadas con la jardinería, ya sea porque se criaron en un entorno rural, porque se dedicaron a ello o, simplemente, porque tuvieron su propio jardín o huerto. Por lo tanto, supone también una forma de recordar viejos tiempos, demostrándose a sí mismos que son valiosos y que la edad es solo un número. En el caso de Amavir La Marina, hemos decidido ampliar nuestro pequeño huerto con otras dos jardineras, en las cuales se han plantado diferentes tipos de verduras, hortalizas y plantas aromáticas, que se unen a las dos jardineras en las que ya hemos estado trabajando. Seguro que en primavera podremos hacernos una rica ensalada con lo que cosechemos.



Primeros brotes de nuestra cosecha.

Celebramos el Día Mundial del Correo

Retomamos la costumbre de escribir una carta.

En Amavir La Marina quisimos retomar la ya antigua tradición de escribir una carta a nuestros seres queridos. En la época en la que aún no existían las nuevas tecnologías, era la única forma en la que la gente se comunicaba y se daba a conocer cómo se encontraban sus familiares y amigos. Hoy en día, como vivimos a un ritmo frenético, no empleamos el tiempo en escribir y preferimos otros métodos como el teléfono. Por ello, de cara a celebrar el Día Mundial del Correo, desempolvamos el papel y el bolígrafo y recordamos los pasos a seguir para escribir una carta.



Escribimos a nuestros familiares.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Animación sociocultural

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Sábados alternos en horario de mañana. Sesiones de manualidades, bingo, juegos de mesa, celebración de cumpleaños y festividades.

Fisioterapia

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Tratamientos de rehabilitación, reeducación de la marcha, equilibrio, fracturas...

Terapia ocupacional

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Psicomotricidad, estimulación cognitiva y sensorial, atención centrada en la persona, eliminación de sujeciones físicas y actividades significativas.

Psicología

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Estimulación cognitiva, reminiscencia, intervención individual, gestión emocional de la adaptación y el duelo y atención a familiares.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

05/12 y 06/12 Decoración del centro.
11/12 Salida a comer fuera.
13/12 Taller de guirnaldas navideñas.
15/12 Celebración de los cumpleaños.
19/12 Taller de postales navideñas.
Terapia asistida con perros
20/12 y 21/12 Mercadillo navideño.
24/12 Cena especial Nochebuena.
25/12 Comida especial de Navidad.
31/12 Fiesta de Nochevieja. Actuación musical.

Enero

01/01 Comida especial de Año Nuevo.
04/01 Taller de cocina.
05/01 Bingo especial Reyes.
06/01 Regalo de Reyes Magos.
19/01 Celebración de los cumpleaños.
25/01 Salida al centro comercial.
Terapia asistida con perros.

Febrero

10/02 – 13/02 Carnavales.
14/02 San Valentín. Photocall y videofórum.
16/02 Celebración de los cumpleaños.
22/02 Miércoles de Ceniza. Entierro de la Sardina.
24/02 Misa especial de Ceniza.
Terapia asistida con perros.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Hortensia Francisca Pérez
04/12 Rosario Serrano
05/12 Inés Benito
07/12 Francisco Ambrosio Delgado
20/12 Isabel Lucena
24/12 Juan Pinilla
27/12 Salvador Cerro
31/12 Petra Delgado

Enero

01/01 Antonia Fernández
01/01 Martina Olmos
05/01 Emiliana Montero
06/11 Chafica Fayad
06/01 Rosario Gutiérrez
07/01 Ana Rosado
07/01 Francisca Ruiz
09/01 Zoila Muñoz
12/01 M.^a Carmen López
14/01 Hilaria Velasco
17/01 M.^a Antonia Jiménez
18/01 Petra Écija
21/01 Pablo Carrasco
21/01 Rogelio Gallego
28/01 Antonio Calvo
29/01 Martina Criado
30/01 Eulalia Hidalgo
31/01 José Calle

Febrero

02/02 Juan Prieto
05/02 Teodoro Laguna
05/02 Antonia Latorre
08/02 Consuelo Ábalos
08/02 Carlos Camuñez
08/02 Francisca Donaire
08/02 Juan de Mata Redondo
17/02 Juan Rojo
17/02 Mercedes Sevilla
19/02 M.^a Pilar Garde
20/02 Bonifacia Jiménez
21/02 Consuelo Baladrón
21/02 M.^a Rosario Vera
23/02 Florencia Jiménez
24/02 Primitiva Álvarez
24/02 Rosario Martín
25/02 Francisco Lázaro
26/02 Emilio Bordón
26/02 María León
27/02 María Reguera

SERVICIOS

Peluquería

Lunes a viernes de 09:00 a 13:00 h.

Podología

Una vez al mes y según necesidades.

Servicio religioso

Viernes de 11:00 a 12:00 h.



HOY COMEMOS Departamento de Terapia Ocupacional

Churros caseros

INGREDIENTES

250 g de harina, 250 ml de agua, 1 cucharadita de sal, azúcar y aceite.

PREPARACIÓN

Ponemos a hervir la sal y el agua. Cuando rompa a hervir echamos la harina e integramos con una cuchara de madera. Metemos la masa en una manga pastelera con boquilla de estrella. Hacemos las porciones de churros con la masa cruda sobre un paño y dejamos enfriar. Calentamos aceite y freímos los churros a fuego medio. Retiramos a una bandeja de papel y echamos el azúcar por encima.



SECRETOS DE MI TIERRA

Madrigal de las Altas Torres, lugar de nacimiento de Isabel La Católica y de Petra Eugenia Baz.

Situada en la provincia de Ávila, Madrigal de las Altas Torres, no solo es famosa por ser el lugar de nacimiento de Isabel La Católica, sino por su casco histórico protegido por una muralla de torres almenadas que data del siglo XIII y que protegían el núcleo urbano. Se conserva buena parte de esta construcción mudéjar, al igual que las cuatro puertas: Peñaranda (sur), Arévalo (este), Cantalapedra (oeste) y Medina (norte), siendo quizás la más bella la de Cantalapedra. La de Peñaranda no existe como tal, pero sí se mantienen las torres que flanqueaban este acceso. El mejor tramo que se conserva de la muralla es el meridional, desde la Puerta de Arévalo pasando



Una vista de la muralla.

Peñaranda de largo. Es allí donde es posible contemplar la zona preservada de mayor amplitud y algunas viviendas que forman parte de la propia muralla. Quizá por eso el rey Fernando IV no derribó la muralla en 1302 por emanciparse de Arévalo sin permiso. Rodear la muralla y admirar los asombrosos torreones y puertas medievales es, muy probablemente, una de las mejores cosas que se pueden hacer en Madrigal de las Altas Torres durante una visita. ¡Pero hay mucho más!

AYER Y HOY



Antes

Salvador Cerro nació un 27 de diciembre de 1933 en Torremocha (Cáceres). Aprendió el oficio de zapatero y abrió su taller de zapatería dedicado a fabricar las botas de montar de la Casa Real. Es un verdadero manitas y artesano, siendo capaz de arreglar e inventar todo tipo de herramientas y mejoras. Una de sus mayores motivaciones es aprender cosas nuevas, por ello le encanta leer, sobre todo, cosas relacionadas con la historia. ¡Puedes hablar con él de casi cualquier cosa!



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Beatriz Sosa



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos alegra compartir con vosotros que, María Bauza, directora del centro, acaba de ser mamá de una preciosa niña llamada Lola. Ambas se encuentran fenomenal y comenzando esta nueva etapa que María afronta con mucha ilusión. Tal y como ya os hemos trasladado, durante su ausencia asumiré la responsabilidad de la dirección en funciones con el apoyo de Noemí Peñas, en lo relativo a recursos humanos. Durante este periodo seguiremos dando continuidad a los proyectos del centro, en especial al desarrollado en la unidad de Paseo del Mar a través de la sala multisensorial; que-remos seguir apostando por esta interesante iniciativa, ya que nos está ayudando mucho a trabajar desde distintos enfoques. También afianzaremos la figura del “profesional de referencia” que se está implementando de manera progresiva para que, tanto residentes como familiares, podáis tener una persona de apoyo a la que acudir ante cualquier duda o cuestión que necesitéis trasladar. Esta iniciativa tiene como finalidad hacer realidad la intervención a través del modelo asistencial de Atención Centrada en la Persona que Amavir gestiona mediante el proyecto Guiados por ti. Por supuesto, no nos podemos olvidar del programa de actividades extraordinarias que ya estamos preparando con motivo de las cercanas fechas navideñas y que, esperamos, sea del agrado de todos. No faltarán las actuaciones musicales que tanto nos gustan ni las salidas a ver los bonitos belenes. También habrá tiempo para destinar nuestros talleres de manualidades a la realización de la decoración con la que todos los años engalanamos nuestro centro. Para finalizar, agradeceremos a todos vuestra colaboración y confianza en nuestro trabajo diario, que siempre venimos realizando con el máximo cariño y dedicación. Un afectuoso saludo.

COSAS DE CASA

Remedios para combatir el resfriado

Con el invierno y la bajada de las temperaturas vienen los resfriados.

¿Quién no se ha cogido un resfriado alguna vez en su vida? Prevenir es fundamental, pero, en ocasiones, no es suficiente y caemos enfermos. ¿Qué remedios hay además de las medicinas para combatir los síntomas? Os dejamos unos cuantos de ellos:

- Infusión caliente de miel y limón: el líquido caliente alivia el dolor de garganta, la mucosidad y hace que te sientas reconfortado.
- Vapor de agua con hojas de eucalipto: hierva un poco de agua con hojas de eucalipto y respira sus vapores si tienes la nariz taponada.
- Miel con leche caliente: si tienes malestar general, estornudos y un poco de dolor de cabeza.
- Infusión de jengibre: es un potente antibiótico y se puede juntar con miel para mejorar los resultados.
- Solución salina para liberarse de la congestión nasal.
- Hacer gárgaras con agua tibia y un poco de sal hace maravillas para aliviar el dolor y escozor de garganta.



Una persona con síntomas de gripe.

QUIÉN ES QUIÉN

Raquel Sarahi Gutiérrez, auxiliar de enfermería

“Venga, vamos”.

Edad: 42 años.

En Amavir desde: 2015.

Lo mejor de Amavir: Los valores y el ambiente de trabajo agradable.

Virtud: La resiliencia.

Defecto: Soy inquieta.

Aficiones: Caminar al aire libre, la cocina y salir de compras.

Libro: Tu segunda vida empieza cuando descubres que solo tienes una.

Película: La casa del lago.

Grupo de música: Maná.

Comida favorita: La paella.



RECUERDOS

Refranes invernales

- Año de nieves, año de bienes.
- El día de la Candela, invierno fuera.
- El que en invierno no trilla, en verano no come.
- Sol de invierno y amistad de yerno, no valen un cuerno.
- Un mes antes, y otro después de Navidad, es invierno de verdad.
- Por primavera el pescado; y en invierno el estofado.
- Otoño presente, invierno en la acera de enfrente.
- Ni creas en invierno claro, ni en verano nublado.
- En invierno no hay tal abrigo como un vaso de buen vino.
- Cuando el invierno primavea, la primavera invernea.

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 Porrás, 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.

