

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

Cumplimos reciclando con Ecoembes

Participamos en un juego de concienciación sobre las 3 Rs: Reduce, Recicla y Reutiliza.

Ecoembes es la organización sin ánimo de lucro que cuida del medioambiente a través del reciclaje y el ecodiseño de los envases domésticos ligeros en España. Ecoembes visitó Amavir Nuestra Casa para dar a conocer de una forma muy divertida la importante labor medioambiental que lleva a cabo como es la cadena, desde que los envases domésticos se ponen en el mercado hasta que llegan a las plantas de reciclaje, de forma que este proceso contribuye a impulsar la economía circular. El 29 de septiembre celebramos conjuntamente una divertida dinámica lúdica en la que nuestros residentes y usuarios de centro de día participaron en un juego para concienciarse con la regla de las 3 Rs: Reduce, Recicla y Reutiliza, algo en lo que nuestros mayores han sido pioneros y especialmente sensibilizados con la importancia del medioambiente. Durante la dinámica aportaron valiosos consejos relacionados con el ahorro energético, la reducción de residuos, el reciclaje mediante el uso de materiales y la reutilización basada en ideas originales. Además, los cumpleaños disfrutaron de



Uno de los grupos de residentes jugando al Eco-Bingo.

la celebración de su día con un colofón muy especial para todos, jugando al bingo del reciclaje, cuyos campeones son todos los que realizan esta importante labor medioambiental.

Prendas solidarias

Tejemos en colaboración con la Asociación La IAIA.

Como hace ya varios años, continuamos nuestra colaboración con la Asociación La IAIA, para quien no conozca nuestra colaboración con el proyecto, consiste en que nuestras usuarias tejen prendas solidarias para la asociación y esta las reparte entre personas necesitadas y campos de refugiados o personas con recursos limitados en otros países. Es para nuestras tejedoras una satisfacción ver que su trabajo continúa siendo necesario y les da un sentimiento de utilidad e integración en la sociedad activa que les beneficia emocionalmente. Si queréis colaborar con nuestro trabajo podéis donar ovillos o restos de lanas en el Departamento de Terapia ocupacional que supervisa el programa. ¡Animaros!



Un grupo de residentes realizando prendas solidarias.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Psicomotricidad, rehabilitación funcional, rehabilitación de patología aguda, reeducación de la marcha y equilibrio y movilizaciones pasivas.

Terapia ocupacional

Entrenamiento y rehabilitación en ABVD’s y AIVD’s, movilizaciones pasivas, rehabilitación funcional y estimulación cognitiva.

Psicología

Tratamiento de alteraciones conductuales y emocionales, estimulación multisensorial, estimulación cognitiva, apoyo familiar y valoraciones psicológicas.

Animación sociocultural

Ergonomía, intervención con la música y movimiento, ludoterapia, actividades de ocio y tiempo libre, cine, juegos variados, conferencias “Los viernes de la residencia”, taller de actualidad, excursiones, fiestas, celebraciones y actuaciones, etc.

SERVICIOS

Peluquería

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

Podología

Mensualmente de 10:00 a 19:00 h.

HOY COMEMOS Marina Vila

Mollejas de cordero al ajillo

INGREDIENTES

Mollejas, sal, pimienta, ajos, perejil, arroz y patatas.

PREPARACIÓN

Limpiamos las mollejas para quitar la grasa, las troceamos en pedazos, salpimentamos y sofreímos con ajos picados en una sartén hasta que se doren, añadimos las mollejas con el fuego fuerte al principio para bajar después a fuego suave hasta que se guisen lentamente. Por último, las condimentamos con perejil picado y servimos acompañadas de arroz como guarnición o patatas cocidas.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

- 05/12 Día Mundial del Suelo.
- 07/12 Conferencia “Los viernes de la residencia”.
- 11/12 Día Mundial de la Montaña.
- 12/12 Visita Colegio Everest.
- 14/12 Conferencia “Los viernes de la residencia”.
- 18/12 – 21/12 Visitas escolares navideñas.
- 22/12 Seguimiento de la Lotería de Navidad.
- 24/12 Cena de Nochebuena
- 25/12 Comida de Navidad.
- 26/12 Visita al Belén Monumental de San Lorenzo.
- 27/12 Tren de la Navidad.
- 28/12 Rondalla fin de año.
- 29/12 Preuvas. Fin de año y cumpleaños de diciembre.

Enero

- 05/01 Visita a Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente.
- 17/01 Celebración Día de San Antón, patrón de los animales.
- 19/01 y 26/01 Conferencia “Los viernes de la residencia”.
- 31/01 Celebración cumpleaños de enero.

Febrero

- 09/02 Carnaval libre: ¿Qué quieres ser?
- 14/02 Celebración de San Valentín, patrón del amor.
- 16/02 y 23/02 Conferencia “Los viernes de la residencia”.
- 29/02 Celebración cumpleaños de febrero.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 10/12 Esperanza González
- 14/12 Luisa Sánchez
- 17/12 Concepción Jabardo
- 18/12 Victoria Oviedo
- 19/12 Ana Fernández
- 19/12 Vicente Cuadrillero
- 27/12 Avelina Mejías
- 27/12 Marina Vila
- 29/12 Agustín Polo

Enero

- 01/01 Afkir El Hocein
- 01/01 Clotilde Rodríguez
- 04/01 Eugenio Benito Márquez
- 04/01 M.ª Carmen Sánchez
- 07/01 Pilar Rodríguez
- 07/01 Josefa Rodríguez
- 07/01 Manuela Sánchez-Paniagua
- 11/01 Pedro Redondo
- 12/01 Victorina Sánchez
- 18/01 Petra Écija
- 18/01 M.ª Teresa Arranz
- 20/01 Felisa Niso
- 25/01 M.ª Nieves Gómez
- 25/01 Pilar Verdejo
- 26/01 Teresa Rico
- 26/01 Ángela M.ª Agudo
- 26/01 Luisa Sánchez
- 30/01 Aurora Carrillo
- 31/01 Carmen Durán
- 31/01 M.ª Josefa Manzano

Febrero

- 06/02 Florentino Loro
- 07/02 Julián Orgaz
- 09/02 Francisco Ramírez
- 09/02 M.ª Antonia Solís
- 10/02 M.ª Carmen Arroyo
- 11/02 Lourdes Herrero
- 16/02 Isabel Candela
- 16/02 Aurea Galiñanes
- 16/02 Encarnación Gordillo
- 17/02 Mercedes Moreno
- 18/02 Paula Sánchez
- 19/02 Ilda González
- 22/02 Castora Carvajal
- 22/02 Margarita Silvano
- 23/02 Gregoria Milla
- 25/02 Julia Sarmiento
- 26/02 Porfiria García
- 27/02 Rosario Vega
- 28/02 M.ª Victoria Blasco
- 29/02 Manuel Sánchez



Marina y su hermana Luci cocinaron la receta de su querida tía Joaquina.

SECRETOS DE MI TIERRA

Josefa, una lucense muy espléndida que lo da todo de corazón

Santa María de Bóveda en Lugo vio nacer a Josefa, la tercera de diez hermanos. Hasta los siete años vivió con su abuela Josefa acompañándola en el pastoreo y disfrutando de la naturaleza. La familia se trasladó a la Cuenca minera de Turón en Asturias, juntos vivían en plena montaña. Recuerda las madreñas que usaba para bajar y subir a la carretera en pleno invierno, allí aprendió muchas recetas. Josefa se casó con 17 años y el matrimonio se fue a vivir a El Bierzo. En 1960 tuvo a su primera hija y luego llegaron tres niñas y dos niños más. Se mudaron de León a Candás, donde trabajó en la fábrica de conservas Ortiz y Calvo. En 1974, se instalaron en Alcobendas, lugar que acogió a Josefa muy bien. Trabajaba de cocinera llegando a dar hasta 1.800 comidas y todos tan contentos. Se trasladaron a Algete y concluyó su vida laboral en un colegio de la Moraleja. Siempre activa, tiene en su memoria muchas recetas de cocina asturiana,



Josefa, una bella mujer por fuera y aún más por dentro.

su especialidad son las fabes y las tortillas. Con 82 años es abuela de nueve nietos y diez bisnietos de los que se siente muy orgullosa.

AYER Y HOY



Antes

Carmen Arroyo tiene una vida de lo más interesante, ya que gran parte de su juventud vivió en algunos países de Europa como Suiza, donde residió desde niña. De este país y de esa época tiene muy buenos recuerdos. En su regreso a España se dedicó al mundo empresarial y llevó a cabo diferentes iniciativas en Madrid y Marbella. Carmen habla varios idiomas, es activa y trabajadora, también sociable y muy simpática. Gracias Carmen, eres una gran mujer de la que aprender.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Jéssica Pérez Sánchez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Me gustaría agradecer la confianza que habéis depositado en mí desde el principio, espero estar a la altura durante esta nueva etapa profesional que para mí es de gran ilusión continuar juntos. Uno de los grandes valores de este centro es la transparencia y confianza, por eso mi objetivo es fomentar la misma línea de trabajo e implicación por parte de todos los integrantes de este centro, además de contar con vuestra colaboración y dedicación que resulta decisiva para el trabajo bien realizado que supone el bienestar de nuestros mayores. Aprovecho también esta vía de comunicación para hacer mención al 22º aniversario de la residencia que celebramos en noviembre, es para todos una fecha muy especial, ya que trabajadores, residentes y familiares podemos disfrutar de una semana de actividades y momentos especiales. Tuvimos actividades extraordinarias dedicadas al cuidado del medioambiente, valor que las personas mayores nos han inculcado para hacer valer el respeto a la naturaleza. Sin duda estos 22 años de Nuestra Casa han sido una labor de todos, esperamos seguir cumpliendo años juntos por ver a nuestros mayores sonreír, el trabajo cooperativo por los residentes es, sin duda, nuestra mayor satisfacción.

COSAS DE CASA

La importancia del ejercicio físico

Nuestra Dra. M.^a Luisa Martí nos recuerda lo importante que es mantenerse activo para el bienestar físico y mental.

Las personas mayores que realizan actividad física tienen mejor coordinación y equilibrio, lo que ayuda a disminuir el riesgo de accidentes como caídas y tropezones. Otra ventaja de mantenerse activos es que se reducen los niveles de ansiedad y estrés. El estado anímico mejora enormemente, se duerme mejor y además beneficia porque se conserva y mejora la fuerza física para que puedan mantenerse más tiempo independientes. En nuestro centro tenemos en el jardín unos aparatos que se pueden utilizar para hacer ejercicio al aire libre, lo que también es muy beneficioso para las personas mayores. Probar a salir a utilizarlos sería una buena terapia para nuestros residentes, aprovechando los aparatos del jardín ganarán movilidad y mejorarán su estado físico y emocional, ya que la actividad física genera buen humor y más si es al aire libre. Ellos disfrutan interactuando con los aparatos de gimnasia y, sobre todo, moviendo el esqueleto.



Juntos nos divertimos haciendo ejercicio, incluso bailamos sentados.

QUIÉN ES QUIÉN

Isabel, terapeuta ocupacional de tarde

Una gran profesional con amplia experiencia.

Edad: 64 años.

En Amavir desde: 2020.

Lo mejor de Amavir: Jornada completa.

Virtud: Constancia, perseverancia.

Defecto: Perfeccionismo.

Aficiones: Arte y música de coro.

Libro: El Caballo de Troya.

Película: La historia interminable.

Grupo de música: The Beatles.

Comida favorita: Paella.



RECUERDOS

Chencho, querido y valorado por todos

Chencho recuerda sus juegos de niño como el “Truque”, “La pitoca”, la comba, el escondite, la rana, el burro, los cromos, las chapas, jugar a los “Bolindres”, al fútbol con una pelota hecha de trapo, al aro con la guía... y muchos juegos más en las eras de su pueblo Arroyo de San Serván (Badajoz), lo dice con mucha alegría, aunque esos juegos actualmente no se conocen, ya que eran juegos inventados por ellos mismos. Ahora los niños juegan usando las nuevas tecnologías. Le hubiera gustado dedicarse al ciclismo profesionalmente, desde niño adora la bici que usaba a diario para ir a trabajar en el campo.

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.

