

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

Celebrando el Día del Aire Limpio por un cielo azul

Un recordatorio poderoso de que todos podemos contribuir para conseguir un entorno más saludable.

En un esfuerzo por mejorar la calidad de vida de los residentes y promover la conciencia ambiental, nuestro centro promovió una iniciativa única que tuvo como objetivo concienciar sobre la importancia de un entorno saludable y sostenible para las personas mayores. Bajo un cielo despejado y radiante, los residentes de todas las edades disfrutaron de una jornada llena de actividades al aire libre, desde jardinería hasta caminatas en la naturaleza y ejercicios de respiración. Cada actividad estuvo diseñada para destacar la importancia del aire limpio y bienestar de nuestros mayores. El punto culminante del día fue una liberación simbólica de globos de color azul al cielo. Cada globo llevaba un mensaje de esperanza y compromiso con un medioambiente más limpio. Los residentes, sus familias y el personal del centro se unieron en esta emotiva actividad mostrando su apoyo a la causa. Esta celebración del Día del Aire Limpio por un cielo azul en las residencias se convirtió en un recordatorio poderoso de que todos podemos contribuir para conseguir un am-



Por un cielo azul.

biente más saludable y, al mismo tiempo, brindar momentos felices a nuestros seres queridos. Esta iniciativa demostró que, incluso en la tercera edad, la conexión con la naturaleza y el entorno sigue siendo esencial para una vida plena y enriquecedora.

Excursión al Museo Municipal de Bomberos

Aprendemos cómo actuar en caso de incendio.

El 18 de septiembre nuestros residentes realizaron una excursión al Museo de Bomberos en el distrito de Numancia. A nuestra llegada fuimos recibidos por el jefe de bomberos, quien durante la visita nos fue dando una serie de consejos sobre prevención de posibles riesgos, además de unas valiosas indicaciones sobre cómo actuar en caso de incendio. Después nuestros residentes realizaron una visita guiada donde pudieron recordar los antiguos vehículos de bomberos que se utilizaban en su época. Sintieron nostalgia al recordarlos. Fue una mañana muy amena y divertida para nuestros residentes de Amavir Pozuelo.



En el Museo de Bomberos.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

10:00 h. Fisioterapia, psicología y terapia ocupacional.
11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación sociocultural.
12:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación sociocultural.
13:00 h. Supervisión alimentación.
16:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación sociocultural.
17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación sociocultural.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Del 13 de diciembre al 5 de enero se realizarán diferentes actividades para celebrar la Navidad.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes, martes, miércoles, jueves y viernes de 10:00 a 14:00 h.

Podología

Lunes a las 14:00 h.

Misa

Viernes a las 18:00 h.



HOY COMEMOS Consolación Martínez

Cocido Maragato



INGREDIENTES

1 oreja y 1 manita de cerdo, 250 g de lacón, 2 costillas, 100 g de tocino, 1 chorizo, 500 g de reja de vaca, 200 g de garbanzos, 1 repollo, 1 cucharada de pimentón, 40 g de pan rallado, 2 huevos, 2 dientes de ajo y aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Cocemos las carnes, primero la manita de cerdo y la ternera, en segundo lugar, la reja y el tocino y en tercer lugar las costillas y el lacón. Cocemos los garbanzos, el repollo y lo aliñamos. Preparamos y freímos el relleno y servimos primero las carnes y el relleno, después los garbanzos y el repollo y por último el caldo.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 01/12 Eloísa Heras
- 02/12 Rosa Quiroga
- 03/12 Francisca Rodríguez
- 04/12 Antonia Díaz
- 09/12 Jaime Francisco
- 11/12 Antonio Gutiérrez
- 11/12 Consolación Martínez
- 15/12 Francisco de Paula Moreno
- 18/12 Juan José González
- 20/12 Luis Martín
- 21/12 Manuel de Castro
- 21/12 Tomás Herrero
- 24/12 Natividad Gonzalo
- 24/12 Ángel Hernández
- 30/12 Santiago García
- 30/12 Margaretha Sparre

Enero

- 01/01 Manuela Barba
- 02/01 M.ª del Pilar Ugalde
- 03/01 Pilar Manzano
- 05/01 Emiliana Alonso
- 07/01 M.ª del Carmen Rodríguez
- 08/01 M.ª Pilar Rufo
- 11/01 Domingo Cortés
- 11/01 Elena Orozco
- 13/01 Juana López
- 14/01 Joaquín Sobrino
- 15/01 Antonio Olivo
- 16/01 Luisa García
- 20/01 Evangelina de Francisco
- 21/01 Francisco Javier García-Guereta
- 22/01 Victoria Ramos
- 23/01 Agustina Bermejo
- 24/01 María Concepción Alcón
- 28/01 Julián Asenjo
- 29/01 Francisca Herranz
- 31/01 Rafael Cegarra

Febrero

- 01/02 Marcelina Montserrat Francisco
- 01/02 Dominica García
- 01/02 Severina García
- 02/02 María Luisa Tajada
- 03/02 Manuel Valverde
- 04/02 Joaquín Gómez
- 04/02 Marleny Santos
- 09/02 Lucentina Prado
- 10/02 José Luis Sánchez
- 12/02 Francisca Rodríguez
- 13/02 Luisa Alarcón
- 13/02 Prudencia López
- 16/02 María Carmen Alonso
- 17/02 María Mercedes de Fonseca
- 19/02 Gabino Benito
- 19/02 Saturnina García
- 20/02 Ana Mercedes Cortez
- 24/02 José Rodríguez
- 26/02 Ignacio Viada
- 28/02 Morteza Safidzadeh
- 28/02 Manuela Sanguino

SECRETOS DE MI TIERRA

El Maderal, un pueblo “muy majo”

Nací el 7 de octubre de 1930 en un pueblo llamado El Maderal, en la provincia de Zamora. Era un pueblo “muy majo” con bastantes vecinos, pero poco a poco se ha ido deshabitando. Con la llegada del verano, el pueblo se llena de vida. La gente huye de las ciudades para refugiarse en sus grandes alamedas. Concretamente en un pinar en el que se esté muy fresquito. A su vez hay zonas de baño cerca del pueblo, manantiales, donde antiguamente íbamos a lavar y fregar. Aunque no era un pueblo muy grande, contábamos con un colegio, al que me gustaba mucho ir. Aún recuerdo a mi profesora doña María, una persona muy agradable que se preocupaba muchos por sus alumnos. La patrona de El Maderal es la Virgen de la Magdalena, se celebra el 22 de julio, se llevaba a cabo una procesión por el pueblo y luego íbamos al baile que se celebraba en la plaza. En la víspera de la Magdalena se hacía una hoguera en la plaza y bailábamos alrededor de ella. Cuando terminó la guerra, con mucha pena, tuve que abandonar mi pueblo para irme a trabajar a Madri



El Maderal, Zamora.

AYER Y HOY



Antes

Marcos nació el 27 de mayo de 1943 en Villaviciosa de Córdoba, Córdoba. Tuvo tres hermanos Fermín, Manuel y Concepción. Por la profesión de su padre, vivió en distintas ciudades de España. Se casó con Isabel, con la que ha compartido su vida y a día de hoy lo sigue haciendo, ya que vive con él en nuestra residencia, Amavir Pozuelo. Trabajó en una agencia aduanera, le gusta pasear, leer y charlar. A sus 80 años, se siente afortunado por tener a su esposa a su lado y a todos los que trabajamos para hacerle feliz.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Belén Nicolás Martínez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Me complace informarles de que hemos instalado en la zona de la terraza de la sala polivalente, que comunica con nuestro gimnasio, módulo y centro de día, un espacio biosaludable. Su diseño permite ejercitar diferentes zonas del cuerpo a modo de circuito de ejercicios con máquinas de diferentes categorías, como son rueda de hombro y escalera de dedos, paralelas regulables en altura, escaleras y rampa, auto pasivo doble (opción accesible en silla de ruedas), pedal simple y sillón con pedal doble de pies y manos. Está diseñado para complementar tratamientos de rehabilitación, ayudando a combatir el envejecimiento, reduciendo problemas cardíacos, de osteoporosis, mejorando el equilibrio y aplacando dolencias en general. Por otro lado, seguimos trabajando en el programa Amavir en Familia. Estamos convencidos de la necesidad de que las familias dispongan del máximo de información, lo que se traduce en tranquilidad y, por lo tanto, en confianza en nosotros y así pueden acompañarnos para poder ofrecer la mejor calidad en la atención. Se ha desarrollado un calendario anual con sesiones grupales una vez al mes, se hará difusión del programa y de la fecha propuesta para cada sesión con la suficiente antelación. Desde este espacio me gustaría transmitir mi más sincera felicitación por su 109 cumpleaños a doña Gabriela, residente de nuestro centro desde sus 100 años. De ella hay que destacar su bondad, compañerismo y, sobre todo, su capacidad para sacar lo positivo ante cualquier traspié de la vida. Esperamos que cumpla muchos años más a nuestro lado. Un fuerte abrazo para todos.

COSAS DE CASA

Descubriendo la flamencoterapia en Amavir Pozuelo

Una innovadora forma de terapia que combina la expresión artística y la música flamenca.

En un esfuerzo continuo por mejorar la calidad de vida de nuestros residentes, en Amavir Pozuelo hemos realizado una nueva actividad, la flamencoterapia, una innovadora forma de terapia que combina la expresión artística y la música flamenca para promover el bienestar emocional y físico. Así mismo no solo se promueve el bienestar emocional, sino que también mejora la movilidad y la coordinación de los residentes. La flamencoterapia, que combina el ritmo apasionado del flamenco con ejercicios de movimiento suave, ha demostrado ser altamente efectiva para aliviar el estrés, aumentar la autoestima y mejorar la salud mental de los residentes. Esta actividad se ha llevado a cabo en colaboración con Memora y ha sido diseñada por expertos en terapia ocupacional. Los residentes participan de forma activa y con gran entusiasmo en ella, siendo para ellos una experiencia enriquecedora que fomenta la alegría en su día a día. La flamencoterapia en Amavir Pozuelo es un ejemplo inspirador de cómo la creatividad y la música pueden desempeñar un papel fundamental en el cuidado de la salud mental y emocional de los adultos mayores.



Un residente bailando con la flamenca.

QUIÉN ES QUIÉN

David Flores, fisioterapeuta

“No importa lo lento que vayas, siempre y cuando no te detengas”.

Edad: 22 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: Los compañeros.

Virtud: Soy trabajador.

Defecto: Soy desordenado.

Aficiones: El fútbol.

Libro: Harry Potter.

Película: Forest Gump.

Grupo de música: Carl Cox.

Comida favorita: Hamburguesas.



RECUERDOS Marisa Rey

Mi carrera musical

Marisa recuerda con nostalgia que todos los sábados su madre la acompañaba a radio Navarra “reketé” donde iba a cantar. Marisa, se hizo conocida en su entorno, hasta que uno de sus Amigos del Arte (el guitarrista) la propuso como candidata para un concurso de canto que se celebraba en el auditorio. Se emociona al recordar cómo el público se puso en pie y comenzó a aplaudirla. Ella solo tenía 10 años. Tras este, Los Amigos del Arte pidieron a Marisa ser la vocalista de su grupo. Marisa tenía todos los gastos pagados, pero su madre no, hecho que truncó su carrera musical.

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.

