

# 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

# Concurso de Relatos Cortos

**La escritura, una herramienta que ofrece beneficios físicos, mentales y emocionales.**

La escritura es una actividad universal que puede trascender todas las edades. En particular, en personas mayores, esta actividad puede tener un impacto profundo y beneficioso en su bienestar físico, mental y emocional. Es más que simplemente plasmar palabras en papel; es una poderosa herramienta que ofrece una amplia gama de beneficios: ofrece una vía para la expresión emocional, la estimulación mental y la creación de un legado personal. Al alentar a las personas mayores a incorporar la escritura en sus vidas, enriquecemos su bienestar y calidad de vida en esta etapa, demostrando que nunca es tarde para disfrutar de la creatividad y la expresión literaria. Es por ello que desde Amavir Puente de Vallecas fomentamos la participación en el ya tradicional Concurso de Relatos Cortos. Como todos los años, este acto generó una gran expectación entre los residentes y familiares. A través de los relatos los residentes debían reflejar vivencias del pasado, anécdotas, recuerdos o hechos ocurridos a lo largo de su



Las participantes del concurso.

vida. Voluntariamente los participantes leyeron sus relatos en público enriqueciéndonos a los espectadores con sus vivencias. Finalmente, tras una ardua deliberación, se votaron los relatos para dar lugar al ganador. Os animamos desde el centro a continuar con esta tan beneficiosa tradición.

## ¡Fuego, fuego!

**Visitamos el Museo Municipal de Bomberos porque hombre prevenido vale por dos.**

La seguridad contra incendios es de vital importancia para las personas mayores, ya que pueden ser los más vulnerables, por ello desde Amavir Puente de Vallecas quisimos hacer un pequeño recordatorio sobre la forma de actuar visitando el Museo Municipal de Bomberos. Durante la visita nos contaron diferentes medidas que se pueden tomar en casa para prevenir este tipo de accidentes, como evitar el uso de velas o braseros sin supervisión, y asegurarse de que los cables eléctricos estén en buen estado. Tras la charla nos hicie-



Visita al museo.

ron una visita guiada enseñándonos los distintos camiones que se han utilizado a lo largo del tiempo por el cuerpo de bomberos para hacer frente a los incendios.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes

10:30 h. Musicoterapia y gimnasio. 11:15 h. Ergoterapia, psicomotricidad y estimulación cognitiva. 15:30 h. Estimulación sensorial 17:00 h. Cine.

Martes

10:30h. Taller de actualidad, gimnasio y terapia ocupacional. 12:30 h. Terapia ocupacio-  
nal. 15:30 h. Estimulación sensorial. 17:00 h. Manualidades.

Miércoles

10:30 h. Charla y coloquio, bingo (CD), tera-  
pia ocupacional y gimnasio. 12:30 h. Musi-  
coterapia, taller de actualidad y estimulación  
cognitiva. 17:00 h. Gerontogimnasia y musi-  
coterapia.

Jueves

10:30 h. Musicoterapia, terapia ocupacional,  
gimnasio, charla y coloquios. 12:30 h. Estimula-  
ción sensorial, taller de actualidad y adivinanzas.  
17:00 h. Juegos deportivos (JJ.OO.).

Viernes

10:30 h. Gimnasia, manualidades (CD), taller  
de relajación y gimnasia. 12:30 h. Terapia fun-  
cional. 15:30 h. Musicoterapia. 17:00 h. Bingo.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Visitamos la Real Academia de Bellas Artes.  
Luces de Madrid, Taxiluz.  
Concierto de invierno.  
Charlas de orientación legal.  
Fiesta de cumpleaños.  
Actuaciones de los colegios Asunción, Ma-  
droño.  
Campanadas.  
Sorteo de cestas navideñas.

Enero

Nos visitan los Reyes Magos.  
Salida al museo minero.  
Celebración de cumpleaños.

Febrero

Vistamos el museo MAVA.  
Celebración de cumpleaños.  
San Valentín.

SERVICIOS

Peluquería

Martes de 10:00 a 15:00 h.

Podología

Jueves de 10:00 a 15:00 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

03/12 Susana Isabel Quiralte  
04/12 Concepción Pérez  
07/12 M.<sup>a</sup> Concepción Gil  
07/12 M.<sup>a</sup> Ángeles Medina  
10/12 Luis Illescas  
12/12 M.<sup>a</sup> Guadalupe Herrero  
12/12 Pilar Palomo  
13/12 Francisco López  
13/12 Lucía Vázquez  
15/12 Bibiana Eugenia Lequerica  
18/12 Carmelo Osteso  
21/12 Tomasa Crespo  
22/12 Concepción Bolaños  
26/12 Encarnación Árense de la Antonia  
26/12 Beatriz Rincón  
29/12 Isabel Gallego  
31/12 María Teresa Moreno

Enero

03/01 M.<sup>a</sup> Dolores García  
03/01 M.<sup>a</sup> Beatriz Hernández  
04/01 Josefa Carbonell  
04/01 M.<sup>a</sup> Josefa Salas  
04/01 Isabel Sanz  
05/01 María Jesús Izquierdo  
08/01 Celia Pérez  
09/01 Genara Heredia  
09/01 Julián Morante  
10/01 Emilio Arias  
13/01 Luis Martínez  
14/01 M.<sup>a</sup> Luz Ruiz  
15/01 Agustina Fonseca  
15/01 Cristina Murias  
16/01 Antonia Gómez  
18/01 Francisco Quesada  
18/01 Rosario Gata  
18/01 Rosa María Ibisate  
19/01 Juan Antonio Camacho  
26/01 Manuel Álvaro  
26/01 Judit Fernández  
28/01 Julia Manzano  
31/01 Julia de la Cruz  
31/01 Julia Martín

Febrero

01/02 Ignacia García  
02/02 Miguel Serrano  
06/02 Sofía Manzanegue  
07/02 Pilar Alonso  
09/02 Fernando Luis Aguilar  
09/02 M.<sup>a</sup> Carmen Gómez  
10/02 M.<sup>a</sup> Luisa Estepa  
11/02 María Manzanares  
11/02 Vicente Moreno  
12/02 Isabel Lucas  
14/02 Rosario Mansilla  
20/02 Jacinta López  
20/02 Antonia Rodríguez  
22/02 Pedro López  
23/02 Natalia Matellanes  
24/02 Amelia Huerta  
25/02 José Luis Junquera

HOY COMEMOS Elena Gallardo

Ponche navideño

INGREDIENTES

4 yemas de huevo, 260 ml de leche, 240 ml de nata  
liquida, 110 g de azúcar, 1 vaina de vainilla, ca-  
nela en rama, nuez moscada y 80 ml de Bourbon.

PREPARACIÓN

En un cazo echamos la leche, la vainilla, la canela,  
la nata montada y la nuez moscada a fuego lento  
hasta llevar a ebullición y dejamos reposar por 10  
minutos. Añadimos lentamente las yemas que he-  
mos batido con el azúcar hasta conseguir textura  
cremosa. Esta mezcla la cocemos a fuego suave  
hasta los 82° C. Una vez frío, le añadimos el Bour-  
bon y dejamos en la nevera durante 6 horas.



SECRETOS DE MI TIERRA

El matadero



Un lugar vivo.

Para celebrar el Día Internacional de las Personas de Edad visitamos la Explanada Negra de Madrid Río. Durante la visita muchos se sorprendieron del cambio que había sufrido la zona haciendo mención al antiguo matadero de Madrid. Por esa razón le dedicamos este espacio, para conocer el origen y el impacto del antiguo matadero en la sociedad. El matadero y el mercado municipal de ganado fueron un conjunto de 48 edificios dedicados a realizar funciones de matadero industrial y de mercado de ganado en la ciudad en el siglo XX. Se eligió como emplazamiento de

la dehesa de Arganzuela, al ser un prado que estaba junto al río Manzanares, donde apacentaba el ganado antes de ser sacrificado. En ocasiones, surgieron historias populares como el acaecido con una res que se escapó y causó el pánico en las calles de Madrid, acabó sacrificada en la Gran Vía por un torero. Su funcionamiento ha sido origen de platos típicos de nuestra gastronomía como son las gallinejas. En 1996 se produjo la clausura y se calificó el recinto como bien catalogado. Actualmente es un centro de arte y espacio cultural, un lugar vivo para el disfrute de todos.

AYER Y HOY



Antes

Florentina Vicente Ruiz es natural de Congosto de Valdavia (Palencia). Su padre se llamaba Salustiano y su madre María de las Mercedes. Se trasladó a Madrid con 15 años. Nos cuenta que su padre se casó dos veces y que tuvo 10 hijos, 5 con su primera mujer y 5 de la segunda. Soltera y sin hijos, Florentina ha trabajado durante 41 años en Telefónica.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

María Garrido del Río



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Como se anunció en el periódico anterior, la unidad de Paseo de Mar ya tiene en funcionamiento la instalación multisensorial que está siendo muy bien aceptada por los usuarios. Los profesionales están realizando una labor extraordinaria aplicando todas las opciones que nos ofrece esta unidad para favorecer la estimulación de los residentes que aquí habitan. En cuanto a los residentes, quería agradecer a todos la participación y predisposición que muestran en las actividades que desde el centro se crean con tanto cariño. En esta ocasión el Concurso de Relatos ha sido la actividad estrella, donde los residentes que lo han deseado han presentado las historias que con tanto amor han elaborado. Una vez realizado el concurso hemos podido recopilar todos esos relatos que estarán a disposición de todos los que deseen leerlos. Nos encontramos ya inmersos en la preparación del programa de actividades extraordinarias con motivo de las cercanas fechas navideñas, que esperamos sea del agrado de todos. Un saludo.



COSAS DE CASA

# Entre lavanderías

Avances que nos hacen la vida más fácil.

Nuestros residentes nos contestan con entusiasmo a la pregunta ¿cómo se lavaba antes? Básicamente, se sumergía la ropa, se frotaba con una tabla o una piedra para arrancar la suciedad. Primero con cenizas y luego jabón, y después se enjuagaba en el agua y se dejaba secar en la orilla. Antiguamente, cuando no existían lavadoras ni blanqueantes, nuestras abuelas quitaban el tono amarillento y las manchas colocando las prendas húmedas a la luz directa del sol y, a ser posible, sobre la hierba verde o reposando en un arbusto. Las lavadoras aparecieron a principios del siglo XIX, y en España, en 1954 la empresa Balay lanzó al mercado un modelo que ayudaba a lavar hasta 2.5 kg de ropa. La lavandería es un servicio imprescindible en nuestra residencia, para garantizar la limpieza y desin-



Blanco impoluto.

fección de todo el material textil: sábanas, mantas, colchas, toallas, mantelería, etc. Pero también es necesario para la higiene y mantenimiento de las prendas personales de los residentes. Algunos de nuestros mayores han visitado ese lugar que no se ve, pero que es tan esencial para todos, nuestra lavandería.

QUIÉN ES QUIÉN

## Maite Morote, Departamento de Lavandería

“Me considero una persona dinámica”.

- Edad: 45 años.
- En Amavir desde: 2012.
- Lo mejor de Amavir: Compañeras del departamento.
- Virtud: Positiva y trabajadora.
- Defecto: Perfeccionista.
- Aficiones: Leer.
- Libro: Entre visillos.
- Película: Cumbres borrascosas.
- Grupo de música: Metallica.
- Comida favorita: Ensaladilla rusa.



RECUERDOS

## Deseos al 2024

En este nuevo año que vamos a empezar, es necesario dedicarnos un tiempo a reflexionar sobre lo que deseamos y esperamos, ya que “nunca se es demasiado viejo para establecer un nuevo objetivo, o para soñar un nuevo sueño”, (CS Lewis). Para comenzar un nuevo proyecto como “un ser humano libre con una voluntad independiente”, (Jane Eyre) que nos haga “sentir que empieza todo de nuevo”, (León Gieco); desde la humildad y estar “dispuesto a ser un novato cada mañana”, (Meister Eckhart). Y con ello reinventarnos sin esperar al mañana.

# 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.

