

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Avanzamos en la transición energética de nuestras residencias

La empresa Helexia está instalando placas fotovoltaicas en los centros Amavir.

Amavir ha firmado un convenio con la multinacional francesa Helexia para instalar plantas fotovoltaicas para el autoconsumo solar en sus residencias, contribuyendo así al cuidado del medio ambiente. En cada centro se están instalando una media de 190 paneles. En total, sumarán más de 4.200 en toda la compañía, que producirán más de 4.000 MWh anuales. Ello supondrá un importante ahorro energético en el gasto de electricidad, a la vez que contribuirá a la reducción de emisiones de CO2 a la atmósfera, concretamente en unas 400 toneladas en conjunto, lo que equivale a plantar 16.500 árboles cada año o al consumo energético de 1.100 hogares.



Amavir consigue los primeros certificados BEEAM de construcción sostenible

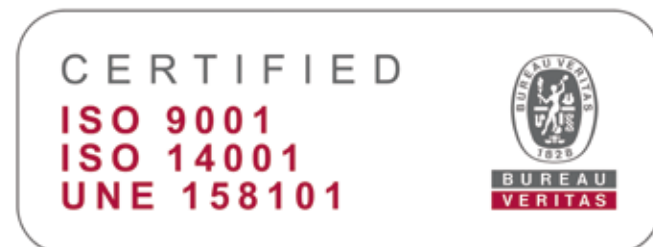


Las residencias Amavir Valle de Egués (Navarra) y Amavir Ciudad Real (Castilla-La Mancha) han obtenido el certificado BREEAM como edificios sostenibles. Ambos centros, que abrieron sus puertas en 2021 y 2023, respectivamente, dentro del plan de expansión de la compañía, son los primeros del grupo en ser reconocidos con este certificado de sostenibilidad energética. El certificado BREEAM es un método internacional que permite medir, evaluar y certificar el grado de sostenibilidad ambiental de edificios.

Renovamos la certificación medioambiental ISO 14001 y los certificados de calidad

En los últimos meses, la compañía certificadora Bureau-Veritas ha llevado a cabo un proceso de auditoría de todas nuestras residencias, tras el cual ha renovado nuestras certificaciones de calidad ISO 9001 y UNE

158101, así como la certificación medioambiental ISO 14001. Amavir sigue avanzando así en su apuesta por residencias en donde se conjugue la máxima calidad asistencial a sus usuarios con el respeto por nuestro planeta.



Amavir se adhiere a la Red Empresarial por la Diversidad e Inclusión LGTBI (REDI)

Buscamos promover que todas las personas se sientan valoradas con independencia de su identidad de género u orientación sexual.

Amavir se ha adherido a la Red Empresarial por la Diversidad e Inclusión LGTBI (REDI), una asociación compuesta por más de 200 empresas que promueve la creación de entornos laborales inclusivos



y en los que se garantice la diversidad sexual y de género. De este modo, se compromete a liderar iniciativas a favor de la igualdad en el ámbito profesional y laboral bajo el amparo de esta sólida red empresarial, promoviendo valores como la tolerancia, el respeto y la no discriminación. “Esta adhesión no solo aportará valor a Amavir, sino que además la situará en una posición desde la que seguir contribuyendo a una sociedad más respetuosa y justa y a la consolidación de un mercado laboral en el que la diversidad sea valorada y en el que la inclusión sea norma fundamental”, ha señalado Lourdes Rivera, directora general de Amavir.

Las residencias se suman un año más al Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Como cada 25 de noviembre, Amavir se sumó a los actos del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, contribuyendo así a concienciar sobre la necesidad de acabar con esta lacra social. Las residencias y centros de día de la compañía organizaron diversos actos, con la participación de mayores, familiares y profesionales: confección de carteles y murales en los talleres de terapia; charlas, conferencias, proyecciones audiovisuales y lecturas de poemas alusivos a la lucha contra la violencia de género; reparto de lazos y globos morados; participación en concentraciones convocadas por los ayuntamientos de sus municipios, etc. Amavir forma parte del grupo “Empresas por una sociedad libre de violencia de género”, auspiciado por el Gobierno de España, y colabora con distintas instituciones en la inserción laboral de mujeres que han sufrido maltrato y que quieren empezar una nueva vida lejos de sus acosadores.



Primer y segundo premio en el concurso de tarjetas navideñas de Madrid

Amavir Villanueva de la Cañada y Amavir Getafe lograron hacerse con el primer y segundo premio en este concurso promovido por la Comunidad de Madrid, en el que han participado 1.200 mayores de 139 residencias y centros de día de la región.



Nuestros campamentos intergeneracionales, galardonados en Navarra

Los campamentos intergeneracionales de las residencias Amavir, que juntan cada verano a residentes y niños de entre 6 y 12 años y que llevan por título “De acampada con mis abuelos”, han sido reconocidos con el primer accésit de los Premios Tomás Belzunegui 2023, concedidos por la Sociedad Navarra de Geriátrica y Gerontología (SNGG).



Premios en los concursos de buenas prácticas y huertos terapéuticos de la Comunidad de Madrid

Amavir ha recibido un premio y una mención en el concurso de buenas prácticas convocado por la Consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid, en concreto a sus proyectos “Unidad de confort” de Amavir Alcorcón y los campamentos intergeneracionales. Además, Amavir Alcorcón y Amavir Colmenar han sido también premiados en el concurso “Cultivando el huerto”.





ACTUALIDAD

¡Navidad, dulce Navidad!

Las actividades programadas han conseguido hacer de estas fiestas uno de los momentos más especiales para nuestros mayores.

Como cada año, disfrutamos de unas Navidades muy entrañables junto a nuestros mayores. Empezamos con la decoración del centro: luces, manualidades, árboles de Navidad. Uno de ellos lo decoramos con bolas de Navidad confeccionadas por nuestros residentes y usuarios. También tuvimos un taller de “manualidad navideña en familia” en la que los familiares confeccionaron un adorno con nosotros para las fiestas. Nos endulzamos, cómo no, con unas riquísimas truchas y galletas de Navidad elaboradas por nuestros mayores, además de la tradicional chocolatada que disfrutamos junto a las familias. ¡Para chuparse los dedos! Tuvimos un gran repertorio de villancicos navideños por parte del Coro Iris del Mar, El Coro El Cribo canta, la Murga los Tabletuos y el Grupo Tacande, que hicieron que no paráramos de cantar y bailar. Además, realizamos un taller de percusión a cargo de Karina Locourtois en el que gozamos de una mañana con mucho ritmo. Nos anticipamos a celebrar el Fin de Año a las 12:00 h con sus respectivas uvas y posterior brindis, acompañados de nuestros familiares y engalanados como la ocasión se merecía. La cita más especial la tuvimos con Papá Noel y el Rey Melchor que repartieron regalos y mucha alegría e ilusión, tal y como lo hicieron los alumnos del



Varias actividades de Navidad.

CEIP La Garita, el CEIP San Juan y el IES de Haría que nos visitaron para cantarnos sus villancicos y obsequiarnos con tarjetas de felicitación, haciendo de estas fiestas uno de los momentos más especiales y entrañables del año.

Proyecto Audaces, nueva iniciativa de huertos intergeneracionales

La unión de dos generaciones a través de la agricultura ecológica.

La asociación Papa Cría lleva a cabo el proyecto Audaces, una iniciativa de huertos intergeneracionales en diferentes municipios en conjunto con centros escolares y de mayores. Concretamente, en Haría lo están realizando con nuestro centro y con el IES Haría. Este proyecto tiene como objetivo unir a dos generaciones a través de la agricultura ecológica de una forma sencilla, divertida y diferente. El proyecto se divide en varias sesiones. La primera tuvo lugar el 18 de diciembre. Constó de una parte teórica donde se les dieron conocimientos básicos sobre huertos ecológicos a nuestros residentes, y posteriormente, se llevará a cabo la parte práctica para la realización de un agro-libro en el huerto del centro.



Primera sesión del proyecto Audaces.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional y psicología.

11:00 h. Gerontogimnasia de centro de día.

12:00 h. Talleres de animación sociocultural.

13:00 h. Almuerzo.

15:00 h. Gerontogimnasia de centro de día.

16:00 h. Ludoterapia.

17:00 h. Merienda.

17:30 h. Gerontogimnasia de residencia y talleres de terapia.

18:30 h. Gerontogimnasia de residencia y talleres de terapia.

20:00 h. Cena.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

Fiesta de bienvenida de la primavera.

Festividad de Semana Santa.

Abril

Feria de Abril.

SERVICIOS

Peluquería

Los lunes de 10:30 a 12:00 o los miércoles de 17:30 a 19:30 h.

Podología

Los martes de 10:00 a 13:30 h.



CUMPLEAÑOS



Marzo

09/03 Francisca Bonilla

12/03 Laureano Bailón

13/03 Aurora Betancort

19/03 Eliberto Perera

26/03 José Cedres

28/03 Lourdes Camarasa

Abril

15/04 M.^a Dolores Berriel

16/04 Pilar López-Molina

18/04 Benito Gopar

26/04 Nicolás de San Ginés

HOY COMEMOS Francisca Martín

Sancocho de corvina fresca

INGREDIENTES

Corvina, cilantro, comino sal, ajo, batatas y papas.

PREPARACIÓN

Picamos las batatas y las papas y las ponemos a guisar en un caldero con agua. Una vez esté el pescado desalado lo echamos al caldero unos minutos después. Para hacer el mojo, machacamos cilantro, le echamos comino, sal, ajo, aceite de oliva y vinagre para quien quiera añadirlo una vez el plato esté servido.



SECRETOS DE MI TIERRA



Momentos de Carnavales hace años.

Ya no hay Carnavales como los de antes

Florencio Rocío nos cuenta que cuando él era joven no se hacían disfraces para los Carnavales como hoy en día, sino que uno cogía lo que encontraba por casa, ya fuera ropa de la abuela o zapatos de tu madre, con imaginación cualquier cosa valía para hacerse un disfraz. Recuerda con nostalgia cómo se hacían los disfraces y se iban a casa de los vecinos a festejar todos juntos. Hoy en día se echa de menos esa familiaridad y ese sentimiento de comunidad. Por otro lado, Tito Rosa nos comenta también que a veces

con una simple sábana que te amarrabas, ya tenías el disfraz perfecto para ir visitando a la gente y preguntándoles la conocida frase de “¿Me conoces mascarita?”. También recuerdan que por esas fechas era típico hacer torrijas de postre, y Florencio cuenta que su madre las hacía de batata y que no había otras como esas. Por supuesto, no podía faltar en una celebración como la del Carnaval ir a los ventorrillos a comer carne de cochino y a tomarse unos vinos. ¡Eso sí que eran unos buenos Carnavales!

AYER Y HOY



Antes



Después

Aquí tenemos el antes y el después de Francisca M.^a Lobato Jiménez, conocida como Paqui, y que es natural de Málaga. Lleva con nosotros desde diciembre de 2023, y en estas fotos se puede observar cómo, a pesar de los años, sigue conservando esa simpatía y desparpajo que la caracterizan como buena andaluza que es.

CARTA DE LA DIRECTORA

Sandra Llorente



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

En esta ocasión quiero hablarles sobre el Comité de Bioética formado por un equipo de personas procedentes de distintas disciplinas, donde existe representación de todos los perfiles profesionales presentes en nuestras residencias. El Comité de Bioética tiene como finalidad orientar y asesorar sobre posibles conflictos éticos que puedan derivarse de la relación asistencial, social, psicológica o espiritual en nuestros centros. El comité se reúne de forma mensual, y cuando la situación lo requiere, se convocan reuniones extraordinarias. Nos pueden ofrecer asesoramiento y orientación sobre diversos temas relacionados con la competencia y la capacidad de decisión (internamientos forzados, firmas inducidas...), la adecuación terapéutica al final de la vida (uso de sondas, hidratación, control del dolor...), el uso de restricciones físicas o químicas, la autonomía (infantilización, paternalismo, ocultación de información...), la intimidad, la afectividad, la sexualidad o los cuidados dignos, entre otros. Las consultas a este comité las podemos realizar todos, tanto trabajadores como familiares y residentes. Para hacerlo hay que acceder a través de correo electrónico comitedebioetica@amavir.es. Todas las consultas son estrictamente confidenciales. Tras la valoración del comité se recibirá un informe con la respuesta. Os animo a poder hacer uso del mismo cuando lo consideréis oportuno.

COSAS DE CASA

Nueva incorporación en el Departamento de Enfermería

Marianna Teresa Ravarino Páez, nueva enfermera de Amavir Haría.

En el pasado mes de septiembre, Marianna Ravarino Páez se incorporó al equipo de Amavir Haría como nueva enfermera con el objetivo de reforzar el Departamento de Enfermería, compuesto actualmente por dos enfermeros más. Su función principal es el apoyo en la gestión del Departamento Sanitario, conformado por la enfermera Yanira Hernández, y el enfermero Josué Martín, realizando diferentes tareas, tales como el reparto de medicación, la toma de constantes vitales, curas de heridas, así como otro tipo de gestiones administrativas. Con esta nueva incorporación se proporciona una atención básica al paciente tanto en el turno de mañana como en el de tarde, desempeñando las tareas básicas de enfermería y complementando, de esta manera, el servicio de atención sanitaria a residentes, cuyo objetivo principal trata de velar por la salud de los mayores a través de la atención centrada en la persona con estándares de calidad.



Marianna en el despacho de enfermería.

QUIÉN ES QUIÉN

Jorge Aythami Machín Hernández, conductor

“Lo mejor de mi trabajo es el trato con los residentes en el furgón y en la residencia”.

Edad: 25 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: El compañerismo.

Virtud: Soy responsable y cariñoso.

Defecto: Un poco olvidadizo.

Aficiones: Jugar al fútbol y coger olas.

Libro: A 22 pasos del éxito, de Enrique Moris.

Película: Poseidón.

Grupo de música: Los Morochos.

Comida favorita: La paella.



RECUERDOS

Cantares y refranes de antes

La virgen María salió de la aldea,
subió por el monte de la Galilea.

Una cardelina cantaba en la rama de un naranjal
a dónde camina la pura doncella.

La Virgen responde por pura y por bella
al pie de un camino había un naranjal cubierto
de naranjas.

La Virgen cogió una sola y el niño como era
niño cogió hasta tres.

M.^a Candelaria Pérez

En las patas de una mosca,
vamos a hacer unos calzones,
en las alas la leva,
y en los ojos los botones.

Jacinto Fernández

Me quisiste, yo te quise,
me olvidaste, yo te olvidé,
los dos tuvimos la culpa,
ni por cuánto ni por qué.

Ramón Parrilla

Amavir celebra su I Día del Voluntariado

Los trabajadores de las oficinas centrales se han trasladado hasta las residencias para estar con compañeros y residentes y colaborar con ellos en varias actividades.



El pasado 5 de diciembre, con motivo del Día Internacional del Voluntariado, Amavir lanzó la primera edición de su Día del Voluntariado Amavir, que nace con vocación de continuidad. Los trabajadores y trabajadoras de las oficinas centrales, repartidos en grupos de cinco personas, se trasladaron a las residencias de la compañía para participar en diversas actividades con las personas mayores. Hubo gymkanas, talleres de cocina y repostería, excursiones, bingos, participación en terapias, colaboración en actividades diarias de las residencias, colocación de árboles y decoración navideña... En total, participaron 14 residencias: 2 en Navarra, 1 en Castilla-La Mancha y 11 en Madrid.

REFORZAMOS EL VOLUNTARIADO CORPORATIVO CON GRANDES EMPRESAS

Amavir viene apostando en los últimos años por la colaboración con grandes empresas para realizar entre sus empleados labores de voluntariado corporativo en nuestras residencias de mayores. Son muchas las compañías que se acercan hasta nuestros centros para compartir momentos con las personas mayores, especialmente en estas fechas navideñas. Estas pasadas navidades hemos recibido la visita de voluntarios de Mondelēz International, Delaviuda, La Caixa, Iberdrola, Amazon, Allianz, Sofftek, Reale Seguros o Telefónica, entre otras compañías.

Puesta la primera piedra de nuestra nueva residencia en Granada



La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, asistió el pasado 17 de noviembre a la colocación de la primera piedra de la nueva residencia que la compañía gestionará en Huétor Vega (Granada), con 126 plazas, el 90% de ellas en habitaciones individuales. Al acto asistieron también el alcalde del municipio y el director general de Healthcare Activos, propietario del inmueble. Será el tercer centro de Amavir en Andalucía, tras el de Jaén, que abrirá en próximas fechas, y el que se está construyendo en Córdoba.

Participación en el certamen "Arte mayor"

Una veintena de usuarios de Amavir, con edades entre los 75 y los 99 años, han participado en el concurso "Arte mayor", promovido por la plataforma "Cultura Inquieta" para fomentar la creatividad y visibilizar las habilidades artísticas en la tercera edad.

Colaboramos un año más en el programa "Tu historia de verdad importa"

Este proyecto de voluntariado intergeneracional pone en contacto a personas mayores con jóvenes escritores, que se encargan de escribir libros con sus biografías. La entrega de los libros de este año, entre los que había tres de residentes de Amavir, contó con la asistencia del cantante Raphael.

Apoyamos campañas navideñas solidarias

Un año más, Amavir ha vuelto a colaborar estas navidades con el proyecto "Ningún mayor sin regalos" de la Asociación MIMA Mis Mayores, que reparte regalos entre personas mayores que se encuentran hospitalizadas durante esas fechas. Por otra parte, hemos participado también en la iniciativa "Una carta para un abuelo", de la fundación Adopta un Abuelo, que busca paliar la soledad de los mayores sin familia.



Javier Urrea y Montserrat Esquerda hablarán sobre gestión de conflictos en la V Jornada Amavir de Barcelona

El 28 de febrero se celebra la V Jornada Amavir de Barcelona, bajo el título de «Vivir y gestionar los conflictos. Claves para crecer en momentos de adversidad», que contará con la participación de Javier Urrea y Montserrat Esquerda. El evento, dirigido a profesionales sociosanitarios, se celebrará en la Casa de Convalecència de Barcelona, ubicada dentro del emblemático recinto del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau. Javier Urrea, doctor en Psicología, profesor, escritor, conferenciante y asiduo colaborador en medios de comunicación, fue el primer Defensor del Menor. Por su parte, Montserrat Esquerda, doctora en Medicina y máster en Bioética, es directora General del Institut Borja de Bioética de la Universitat Ramon Llull.



Elsa Punset, en la jornada Amavir de Navarra

Elsa Punset y Carlos Hernández fueron los ponentes de la jornada Amavir de Navarra, celebrada el pasado 24 de noviembre bajo el título “Volver a lo esencial en un mundo incierto: el cuidado como motor que nos mueve”, que contó con la asistencia de más de 150 personas.

“¿Nos echamos una pata?”, un precioso proyecto con perros de acogida en nuestra residencia de Valladolid



La residencia de mayores Amavir El Encinar del Rey, en Valladolid, ha puesto en marcha “¿Nos echamos una pata?”, una iniciativa para que los usuarios del centro convivan con animales en situación de acogida hasta que le encuentren

un hogar definitivo. Se trata de un proyecto pionero, puesto en marcha en diciembre de 2023, y fruto de un acuerdo de colaboración entre la residencia y el Centro de Protección Animal del Ayuntamiento de Valladolid. Durante estos primeros meses de experiencia, los mayores han tenido la oportunidad de convivir y compartir momentos entrañables con Agus, un beagle de un año muy bueno y cariñoso, y con Barry, un mestizo de bulldog de nueve meses, también muy sociable y amistoso. Los profesionales del Centro de Protección municipal son los encargados de elegir perros óptimos para la convivencia en la residencia. Deben ser tranquilos, de tamaño medio (ni muy grandes ni muy pequeños para que no supongan un obstáculo ni un peligro para los residentes), que se adapten bien a las personas y sean relativamente tranquilos. A través de esta iniciativa se pone en práctica una terapia bidireccional tanto para los residentes como para el propio animal, puesto que ambos se benefician de su mutua compañía.