

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 Egüés (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 conjuga 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 concientiar 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 Geriatría 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 en Las Hazas

Terminamos y empezamos el año con buen pie.

Nuestros residentes pasaron unas Navidades muy especiales cargadas de actividades desde el día 19 de diciembre hasta el 6 de enero. Entre ellas destacan el taller de tarjetas navideñas, el belén viviente, el bingo musical, una de sus actividades favoritas, y el taller de cocina, entre muchas otras. También contamos con actuaciones, rondallas, bailes de sevillanas, etc. Además, aprovechamos para realizar varias salidas. La comida de Navidad tampoco faltó en nuestro centro. Por supuesto, tenemos que hacer mención de nuestra tradicional Gala de Nochevieja, en la que disfrutaron de un delicioso aperitivo y de numerosas actuaciones realizadas por nuestro equipo técnico. Los artistas interpretados fueron Rocío Jurado, Raffaella Carrà, Isabel Pantoja y Mariah Carey. No pudo ser más divertido. Y para culminar con la Navidad recibimos la visita de Sus Majestades los Reyes Magos que llegaron cargaditos de regalos. También hemos celebrado San Valentín con diferentes talleres y actividades conjuntas. Por no hablar del Carnaval, los residentes estaban guapísimos y se pegaron unos buenos bailes. Además, se animaron a hacerse muchísimas fotos en nuestro photocall.



Nuestros residentes disfrutando de las actividades navideñas.

San Reventón

Febrero sabe a chocolate.

Ni es un santo, ni es una festividad, pero tiene que ver con un tránsito entre dos ritos festivos como es el Carnaval y la Cuaresma. Como cada año, para nosotros es tradición celebrar San Reventón. Nuestros residentes esperan ansiosos y con ilusión la llegada de este día, ya que es una tradición muy antigua. Este día realizamos una salida con muchos residentes a una de las churrerías típicas de Hellín desde que se inauguró la residencia para probar este delicioso manjar que gusta a todos los paladares. En todas las panaderías del pueblo vemos fritillas con chocolate.



Poniéndose las botas con las ricas fritillas.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Terapia ocupacional

Psicomotricidad, estimulación multisensorial, rehabilitación funcional, sala multisensorial, rehabilitación y tratamiento de ABVD's y AIVD's y estimulación cognitiva.

Animación sociocultural

Atención individualizada, ocio y tiempo libre, ludoterapia, ergoterapia e intervención con la música.

Psicología

Atención individualizada, programa de estimulación cognitiva con y sin deterioro cognitivo y programa de reminiscencia.

Fisioterapia

Rehabilitación funcional, rehabilitación de la patología aguda, reeducación de la marcha y equilibrio, movilización pasiva y psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

Día Internacional de la Mujer.
Equinoccio de primavera.
Día de la Cruz.
Día del Padre.
Taller de cocina.

Abril

Semana Santa.
Feria de Abril.
Día Europeo de la Solidaridad y Cooperación entre generaciones.
Día Internacional de la Danza.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles a partir de las 10:00 h.

Podología

Martes a partir de las 10:00 h.

Eucaristía

Jueves a las 18:00 h.

Cafetería

De lunes a domingos de 09:00 a 19:45 h.



CUMPLEAÑOS



Marzo

01/03 Amelia Hernández
03/03 Ana Lorenzo
04/03 Rosendo Benavent
04/03 Josefa Fernández
05/03 Amparo Fernández
06/03 Antonio Molina
13/03 María Jesús Deltell
13/03 María Dolores García
14/03 María Francisca Sánchez
15/03 Consuelo del Ramo
19/03 José Antonio Villanueva
23/03 María Magdalena Gandía
23/03 María Guerrero
26/03 Esperanza Sánchez
27/03 Pedro Tobarra
27/03 Joaquín Verdú
29/03 Ascensión Ochoa

Abril

03/04 José Manuel Lázaro
06/04 Adela Rubio
08/04 Dolores Mas
09/04 Benita Martínez
13/04 Rosario Urrea
14/04 Cándida Valero
15/04 María Martínez
25/04 Carmen de la Rosa

HOY COMEMOS Dolores Marín

Fritillas

INGREDIENTES

2 vasos de agua, medio paquete de levadura, harina y aceite para freír.

PREPARACIÓN

Disolvemos la levadura en agua y la vertemos en un bol. Vamos añadiendo la harina hasta que la masa no se pegue a los dedos. La dejamos reposar unos 10 minutos tapada con un paño y después hacemos bolitas con la masa, la aplastamos con la mano y la estiramos con un rodillo. Debe quedar como una torta pequeña. La freímos en la sartén con el aceite bien caliente. Le damos la vuelta rápido y dejamos enfriar.



SECRETOS DE MI TIERRA

El pueblo de Tobarra.

Tobarra, el pueblo de Fernando

En esta ocasión el pueblecito del que os vamos a hablar se llama Tobarra. Fernando, nuestro residente de centro de día lleva viviendo allí desde que nació. Nos cuenta que le gustaba mucho ir a la escuela y juntarse en el parque con sus amigos y amigas. Cuan-

do era pequeño había cine y le encantaba ver películas. La Semana Santa de Tobarra también es muy conocida y gusta mucho a todos los tobarreños. A Fernando también le gusta darse una vuelta por los puestos cuando llegan las fiestas de San Roque.

AYER Y HOY

Antes

Ella es María Josefa García, residente del centro de día. Cuando era pequeña, después de la escuela, siempre iba a ayudar a su padre a repartir leche. Uno de sus hobbies era pintar óleo. Se casó con 22 años, tuvo cinco hijos y en la actualidad tiene cinco nietos maravillosos. En la residencia le encanta asistir a todas las actividades que se realizan como la gimnasia, las manualidades e ir a talleres de terapia ocupacional. A la izquierda aparece ella junto con su hermano con 9 años y a la derecha en la actualidad.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Sonia Romero



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos quedan muchos meses por delante y como siempre, muchos retos que afrontar. Durante este año continuaremos trabajando en la consolidación de nuestro modelo de atención a nuestros mayores, implantando de manera definitiva la ACP (Atención centrada en la persona), y que nuestra seña de identidad sea el proyecto "Guiados por ti". Con este modelo buscamos priorizar la calidad de vida de las personas mayores. Trabajamos en un enfoque donde la persona es el eje central y se trabaja para afrontar los cuidados profesionales, el respeto a la dignidad y los proyectos vitales de las personas mayores. Para ello, necesitamos la colaboración de familiares, residentes y profesionales con el fin de conocer facetas que seguramente sabréis, con intención de trabajar según sus gustos y deseos. Para consolidar este modelo, necesitamos conocer la historia de vida de cada uno de los residentes y usuarios de centro de día, así como sus gustos y preferencias, con el fin de poder abordar los cuidados que necesitan desde un ámbito más amplio y personalizado. Quiero agradecer la implicación de muchas familias en nuestro día a día, el tiempo dedicado a su familiar para convertir un día normal en algo especial al tenerles cerca. Gracias por construir y mejorar su casa a nuestro lado, ya que entre familiares, trabajadores y residentes todo cobra sentido.

COSAS DE CASA Miriam, trabajadora social

La historia de Pinki

Una alegría para nuestros días.

Este es Pinki. Todos los días acompaña a Ángel, su dueño, a nuestra residencia. Pinki tiene una historia como la de otros tantos perritos que son encontrados en la calle. Aunque los animales no puedan acceder al centro, Pinki nos alegra siempre que viene esperando pacientemente a que Ángel termine la visita que realiza a diario a uno de nuestros residentes. Mientras tanto, es capaz de sacarnos una sonrisa a trabajadores, residentes y familiares con su cariño y simpatía. Pinki fue encontrado hace unos años por unos usuarios de otro centro de Hellín. Al llegar la pandemia, no podía estar en su lugar de origen, por lo que tuvo que buscar otro hogar. Fue Ángel, voluntario de ese centro quien decidió que Pinki lo acompañase en este camino tan bonito que es la vida. Cuando Ángel nos contó su historia, su frase final nos llamó poderosamente la atención: "Al venirse conmigo le hice una promesa. Mientras estuviese a mi lado, nunca le faltaría de nada". Por eso nos gustaría dedicarles este espacio a esos animales



Pinki esperando en la puerta.

que como Pinki que hacen que las personas mayores tengan a su lado un ser especial y fiel que nunca les fallará y que los acompaña en lo que conocemos como soledad no deseada. Por muchos días más saliendo a saludarte, Pinki.

QUIÉN ES QUIÉN

Juan Antonio López, trabajador

"Me encanta trabajar para nuestros mayores, ellos son lo más importante".

Edad: 29 años.

En Las Hazas desde: 2023.

Lo mejor de Las Hazas: Su equipo y sus residentes, una gran familia.

Virtud: Mi actitud.

Defecto: Hablo demasiado.

Aficiones: La fotografía, cantar y la música me hacen el más feliz del mundo.

Libro: Sweeney Todd.

Película: Harry Potter y la orden del fénix.

Grupo de música: SNSD.

Comida favorita: La pasta.



RECUERDOS

Juegos infantiles de nuestros mayores

Nuestros abuelos y abuelas no tenían teléfonos móviles, ni tablets, ni consolas como tenemos ahora. La imaginación era su mejor compañera de juego y todos los niños y niñas salían a la calle a jugar. Una niña traía las canicas, un niño la cometa... ¡Y entre todos pasaban la tarde! Algunos de estos juegos tan entrañables, seguro que los recordáis o habéis oído hablar de ellos: La rayuela, las canicas, la cometa, la matraca, el trompo o peonza, el yo-yo o las muñecas de trapo. Ahora te suenan, ¿verdad? Sigamos compartiendo estos juegos con nuestros abuelos.

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 Urra 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 Urra 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 Urra, 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 Ramón 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.