Nº30 Marzo - Abril 2024

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 conjugue la máxima calidad asistencial a sus usuarios con el respeto por nuestro planeta.

CERTIFIED
ISO 9001
ISO 14001
UNE 158101
BUREAU VERITAS

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 LTGBI (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 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".

amavir residencia de tías

Cabildo de Lanzarote · Gobierno de Canarias

ACTUALIDAD

Visitas llenas de ilusión y magia

Papá Noel, el Rey Mago y su paje real reparten alegría y muchos regalos.

La Navidad trajo consigo dos visitas especiales que nos hicieron crear recuerdos bonitos y que disfrutamos en esta época especial del año. También aprovechamos para visitar los belenes de Arrecife, Tías y Yaiza. A ver el belén de Arrecife fuimos en compañía de Amavir Haría, con quienes disfrutamos también de un refrigerio y la visita al pequeño mercadillo navideño que estaba situado en los alrededores. La visita al belén de Yaiza y Tías la realizamos en compañía de algunos familiares que quisieron aprovechar el paseo tan especial para hacerlo junto a nosotros. Además, y como cada año en Navidad, hay dos fechas que son, si cabe, los días más especiales, la visita de Papá Noel y la del Rey Mago junto a su paje real. La ilusión en esos días estuvo a flor de piel. Aunque para ellos su ilusión es la de recibir el regalo, para nosotros lo son sus sonrisas y sus miradas llenas de emoción. Qué importante es no perder la inocencia del niño que llevamos dentro y celebrar junto a ellos con estos pequeños detalles.

Las actividades de Navidad.

Actividades navideñas

El mes de diciembre contamos con actuaciones de diferentes grupos musicales.

Además de visitas especiales, en estas Navidades también contamos con diferentes grupos musicales, jóvenes que nos respaldarán en un futuro. Desde el comienzo, las diversas actividades que nos acompañaron en el transcurso del mes fueron cuanto menos enriquecedoras, divertidas y entrañables. El cariño y alegría con la que nos acompañaron los jóvenes de nuestro pueblo, del IES Tías y del CEO de Argana Alta, fue transmitido en las sinfonías y cánticos con los que nos deleitaron los diferentes grupos que vinieron a visitarnos y a colaborar en nuestra diversión. También elaboramos diversos obsequios y adornos para el mercadillo navideño que ofrecimos para recaudar fondos a favor de asociaciones con situación de necesidad.

Actividades con los grupos.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

09:00 h. Desayuno.
09:30 h. Grupo de buenos días y lectura de periódico.
09:30 h. Rehabilitación - fisioterapia/terapia funcional - terapeuta ocupacional/estimulación cognitiva - psicología.
11:00 h. Estimulación sensorial - terapeuta ocupacional/ludoterapia - animación sociocultural.
13:00 h. Almuerzo.
14:00 h. Ergoterapia y animación sociocultural.
16:00 h. Intervención con la música - animación sociocultural/terapia funcional - terapeuta ocupacional/rehabilitación - fisioterapia.
17:00 h. Merienda.
17:30 h. Estimulación sensorial - psicología/ocio y tiempo libre - animación sociocultural/gerontogimnasia grupal - ffisioterapia.
20:00 h. Cena.

Sábado y domingo

11:00 h. Ludoterapia.
14:45 h. Ergoterapia/intervención con la música.
17:30 h. Ocio y tiempo libre.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

12/03 Salida al centro comercial Open Mall.
08/03 Celebración del Día Internacional de la Mujer.
19/03 Celebración del Día del Padre.
26/03 Visita al parque de bomberos.

Abril

15/04 Taller de manualidades especial por el aniversario del centro.
16/04 Taller de cocina y merienda especial.
17/04 Proyección de imágenes y vídeos de momentos del año en Amavir.
18/04 Celebración del 17º aniversario de Amavir Tías.

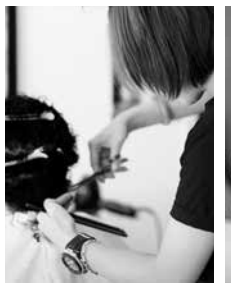
SERVICIOS

Podología

2 días alternos al mes.

Peluquería

2 días alternos al mes.



CUMPLEAÑOS

Marzo

04/03 Miguel Acosta
04/03 Rogelio Pérez
04/03 Felisa Villaverde
11/03 Calixta Ambria
11/03 Ángeles Muñoz
15/03 Irene Lemes
16/03 Rafael Hernández
17/03 Leopoldina García
17/03 Alicia Ramírez
19/03 Antonia Dávila
25/03 Antonio Hernández
26/03 Manuela Rodríguez

Abril

05/04 Reyes Hernández
09/04 Juana Elva
10/04 Luis Martín
10/04 José Regueiro
11/04 María Silverman
12/04 Concepción Álvarez
12/04 Laureano Martín
15/04 Pilar Rodríguez
15/04 Dolores Pérez
16/04 Carmen Acosta
19/04 Josefa Vega
20/04 Andrés Expósito
25/04 Fátima Fadili
26/04 Agustina Valdivia
29/04 Bárbara Rodríguez
30/04 Agustín Miranda

HOY COMEMOS Soledad Vargas

Puchero mexicano

INGREDIENTES

Aceite de oliva, carne de vaca, chambarete (carne típica mexicana), garbanzos, elote (millo), papas, cebolla, 1 cabeza de ajo, zanahoria y col.

PREPARACIÓN

En una olla que calentaremos a fuego medio echamos un chorrito de aceite de oliva. Cuando esté caliente, no demasiado, ponemos la carne de vaca y el chambarete. Cuando ya esté parcialmente guisada, echaremos los garbanzos y 5 minutos después, el agua, la cual deberá cubrir media olla. Tras unos 15 minutos de cocción, echaremos el elote, las papas, la cebolla, los ajos, la zanahoria y la col. Finalmente dejaremos que todo se guise a fuego medio.

SECRETOS DE MI TIERRA

La tradicional romería de los Dolores

Existe una festividad importante en la isla de Lanzarote y es la celebración de Nuestra Señora de los Dolores, así nos cuenta doña Carmen Hernández. Esta romería no solo es importante para los lanzaroteños, sino para todos los canarios. Ella recuerda que los abuelos les relataban historias acerca de una niña llamada Juana Rafaela a quién se le apareció la Virgen y le pidió que le construyeran en Mancha Blanca una ermita y así ella, la Virgen, finalizaría la erupción del volcán. Cuando la ermita fue construida, la lava que descendía por las montañas arrasando pueblos enteros y amenazando al pueblo de Tinajo y al de Mancha Blanca, de repente se frenó a los pies de la ermita. La lava retrocedió y terminó la erupción del Timanfaya. A partir de entonces, cada 15 de septiembre los canarios asisten a la romería de los Dolores. Familias completas parten desde cualquier punto de la isla caminando o en carrozas, donde le llevan ofrendas a la Virgen como agradecimiento. Con sus trajes tradicionales caminan hacia la ermita durante el día, cantando alegremente con el acompañamiento de timples, yembés y guitarras llegando al anochecer a los pies de la Virgen de los Dolores o Virgen de los Volcanes.

Foto antigua de la romería de los Dolores.

AYER Y HOY

Antes

Después

Carmen Hernández nació en Arrecife. Fue a la escuela en el antiguo Mercado de Abastos La Recova, donde finalizó el graduado escolar. Cuidó de sus dos hermanos menores. Relata que su padre le hizo una banqueta para llegar a la pila y lavar la ropa. De niña fue costurera para ayudar a la economía familiar. Tuvo 7 hijos y sacó adelante sola a su familia, pues su marido falleció con 47 años. Trabajó en el antiguo Gran Hotel de Arrecife y en la fábrica de conservas de Garavilla.

CARTA DE LA DIRECTORA

Sandra Llorente Sánchez

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 forzosos, 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

Actividades para estimular a nuestros residentes

Los talleres de lectura, la terapia con animales y el huerto terapéutico ayudan a socializar, aprender y favorecen el mantenimiento de habilidades.

Imágenes de las actividades realizadas.

En Amavir Tías estamos llevando a cabo diferentes actividades extraordinarias que se realizan una vez a la semana con el fin de socializar, aprender y relacionarse de diferentes formas. Entre ellas, contamos con el taller de lectura en familia, donde las familias voluntarias leen cuentos, fábulas o leyendas con temáticas según la época en la que nos encontremos inmersos. Esta actividad corre a cargo del familiar, quien puede realizarla como quiera y escoger la lectura que desee. Está siendo una actividad enriquecedora, acercando la lectura de una forma diferente y entretenida en familia. Por otro lado, Elisa y Rofe, su perro, llevan unos meses realizando intervenciones asistidas con animales. La gran iniciativa parte de querer realizar diferentes actividades con nuestros usuarios, para estimularles tanto física como cognitivamente. Sin duda alguna, está siendo un programa muy positivo a nivel anímico para ellos. Asimismo, otra de nuestras actividades es el huerto terapéutico del centro, que ha sido acondicionado junto a las familias y residentes dado sus beneficios para el desarrollo y mantenimiento de las habilidades cognitivas para los usuarios. Contamos con diferentes hortalizas y plantas aromáticas que una vez crecen en los semilleros, se trasplantan a la zona destinada para finalizar su crecimiento y posterior recogida. Dichos proyectos están siendo muy satisfactorios y positivos para todo aquel que participa.

QUIÉN ES QUIÉN

Mauri Martínez, gerocultor

"Lo mejor de Amavir es poder plasmar mi vocación".

Edad: 47 años.
En Amavir desde: 2022.
Lo mejor de Amavir: Me deja plasmar mi vocación.
Virtud: El sentido del humor.
Defecto: Soy muy sarcástico.
Aficiones: El deporte y la playa.
Libro: La rebelión de Atlas.
Película: American History X.
Grupo de música: Dead by April.
Comida favorita: Pulpo a la gallega.

RECUERDOS

De punta a punta de España

Mari Paz nació en Coruña (Galicia), pero por motivos laborales de su padre tuvieron que mudarse a Madrid. Una vez instalados, no pasó mucho tiempo hasta que comenzó la Guerra Civil, debido a esto sus padres decidieron mandarla a ella con sus hermanos de 12, 10, 9 y 8 años, siendo ella la más pequeña, a vivir a Valencia. En Valencia acudió a la escuela hasta que tuvo edad para trabajar, se dedicó a ser modista. Cabe mencionar que quedó enamorada de la Comunitat y se quedó a vivir en ella hasta 2020, que tras fallecer su marido y necesitar de ayuda se mudó a Lanzarote.

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 Convalescència 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.