

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir

  
amavir  
residencias para mayores

  
GROUPE  
MAISONS  
de FAMILLE

## Más de 300 niños y niñas han participado en los campamentos intergeneracionales de verano de Amavir

«De acampada con mis abuelos» se ha celebrado en un total de 33 de las 43 residencias de mayores de la compañía.

Amavir ha celebrado un verano más sus campamentos intergeneracionales de verano “De acampada con mis abuelos”. Se trata de una experiencia pionera en la que, durante una semana, las personas mayores conviven en las propias residencias con niños y niñas de entre 6 y 12 años, realizando numerosas actividades conjuntas, como gimnasia y terapias, yincanas, excursiones, talleres creativos y juegos deportivos, entre otras muchas. En esta edición han organizado campamentos un total de 33 de las 43 residencias de la compañía, con la participación de más de 300 niños. La mayoría de los campamentos tuvieron lugar durante la última semana de junio, aunque algunos centros los han celebrado a finales de agosto y principios de septiembre. Los niños y niñas que participan en estos campamentos son nietos y bisnietos de los residentes de Amavir, así como hijos de los trabajadores, de tal manera que constituyen también una medida de conciliación laboral y familiar para la plantilla. Los horarios de los residentes son respetados en todo momento para su descanso y normalidad, sin embargo, contar con la alegría de los más pequeños durante unos días supone, para todos, una



experiencia inolvidable. Está demostrado que las personas mayores implicadas en actividades intergeneracionales se sienten más felices que otros mayores de su misma edad. Además, compartir con los más pequeños su jornada diaria incrementa su actividad física, cognitiva y social, promoviendo el envejecimiento activo y saludable. Para los más pequeños, estas actividades son también una lección de vida, de la que aprenden las experiencias de los mayores y sus historias de juventud.

## Celebramos el II Día del Voluntariado Amavir

Los trabajadores de la central se trasladan a las residencias a compartir momentos con sus compañeros y residentes.

Coincidiendo con los Campamentos Intergeneracionales de verano, Amavir organizó la segunda edición de su Día del Voluntariado. El objetivo de esta iniciativa es que la plantilla de las oficinas centrales, tanto de Madrid como de Pamplona, se acerque al día a día del trabajo de las residencias y participe del cuidado que prestamos a las personas mayores que viven con nosotros, que es nuestra razón de ser. Los trabajadores y trabajadoras de las oficinas centrales, repartidos en grupos de unas cinco personas, se trasladaron a varias residencias de la compañía para participar en diversas actividades con las personas mayores y los niños y niñas de los campamentos.



# Nuevas ediciones de las jornadas de Amavir dirigidas a profesionales sociosanitarios

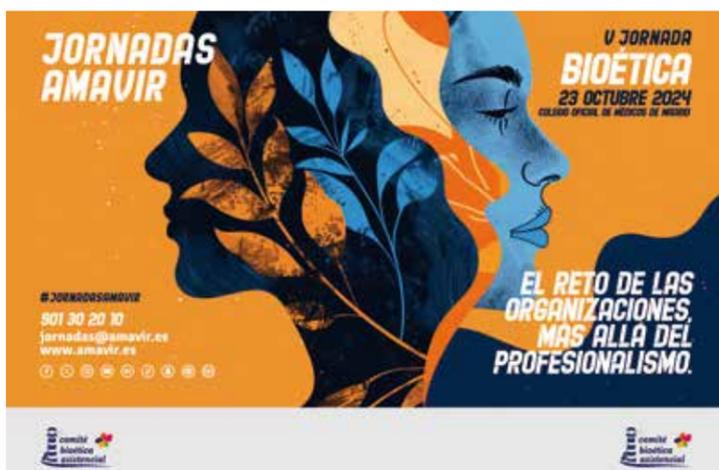
El 29 de septiembre se celebra la II Jornada en Valladolid y el 23 de octubre la V Jornada de nuestro Comité de Bioética.

Desde nuestra creación, Amavir ha apostado por la celebración de jornadas formativas dirigidas a profesionales sociosanitarios, con los que mantiene relación en su día a día en la atención a personas mayores y dependientes. Las temáticas de estas jornadas, que se celebran en Madrid, Barcelona, Pamplona y Valladolid, están seleccionadas en función de las demandas que realizan los propios asistentes a estos cursos, buscando que sean de la máxima utilidad para su trabajo diario y propiciando también dar visibilidad y apoyo a sus requerimientos. Hemos contado con ponentes de primer nivel como Luis Rojas Marcos, Elsa Punset, Mario Alonso Puig, Víctor Küppers, Emilio Duró y Javier Urra, entre otros. La próxima jornada se celebrará el 29 de septiembre en Valladolid y lleva por título “Comunicar desde la esencia”. Intervendrán como ponentes los expertos Juan Pedro Arbizu y Carlos Hernández.



La asistencia a ambas jornadas es gratuita y la inscripción se realiza a través de nuestra página web: [www.amavir.es/jornadas-amavir/](http://www.amavir.es/jornadas-amavir/)

## Jornada del Comité de Bioética



Por otro lado, el Comité de Bioética Asistencial de Amavir desarrolla a lo largo del año distintas acciones formativas dirigidas tanto a los propios profesionales de la compañía como a personas externas. En este contexto, organiza anualmente sus Jornadas de Bioética, abiertas a todo tipo de público, que tratan de poner en valor la importancia de este tipo de cuestiones en la atención a las personas mayores y dependientes. Su próxima jornada, la quinta ya, se celebrará el 23 de octubre en el Colegio de Médicos de Madrid. Con el título “El reto de las organizaciones más allá del profesionalismo”, contará con las intervenciones de Begoña Román, presidenta del Comité de Ética de Servicios Sociales de Cataluña; Julio César de la Torre, profesor e investigador; y M.<sup>a</sup> Carmen Hernández, miembro del Comité de Bioética de Amavir y profesora universitaria.

## Patrocinamos un congreso internacional de Trabajo Social celebrado en Madrid

Amavir ha sido una de las entidades patrocinadoras del Simposio Anual de la Asociación Internacional de Trabajo Social con Grupos (IASWG). Este congreso internacional lleva celebrándose anualmente desde 1978 y es la primera vez que se ha hecho en España, concretamente en Madrid. Congrega a los principales especialistas de todo el mundo de trabajo social, con la finalidad de promover la intervención y el aprendizaje, el debate entre todos los participantes y generar enriquecimiento profesional a través de experiencias compartidas sobre el trabajo en grupo. De este modo, Amavir sigue mostrando su apoyo y compromiso con el trabajo social y con la promoción de la formación y la reflexión entre especialistas, colaborando en la organización de este encuentro.





Centro con plazas concertadas con  
  
**Comunidad de Madrid**

**ACTUALIDAD**

# Actividades veraniegas

En los meses de julio y agosto contamos con diferentes actividades adaptadas al periodo estival.

Durante los meses calurosos y para amenizar los días de verano, organizamos los Juegos Olímpicos 2024 donde colaboramos en equipos con el fin de ganar medallas y conseguir la mayor puntuación en juegos como: tira al cesto, vóley-silla, atrapa el cono y ¡pasa las bolas! Sin duda alguna disfrutamos también con los relevos en los que tratamos de llevar la antorcha hasta el pebetero procurando que siguiese encendida la llama hasta el próximo año. Además, durante estos meses, realizamos diferentes salidas. Primero, la salida cultural al museo arqueológico de nuestra localidad, donde contemplamos los dinosaurios y, posteriormente, con la salida a la piscina municipal. Por supuesto, no pudo faltar la celebración del Día del Abuelo en la que contamos con la visita de muchos de los familiares y nietos de nuestros residentes y usuarios de centro de día. Juntos pasamos una mañana muy divertida y única jugando al bingo, picoteando y haciéndonos fotos. Para dar por terminado el verano, celebramos La Paloma entre mantones y claveles y, como cada mes del año, festejamos los cumpleaños con las adoradas actuaciones.

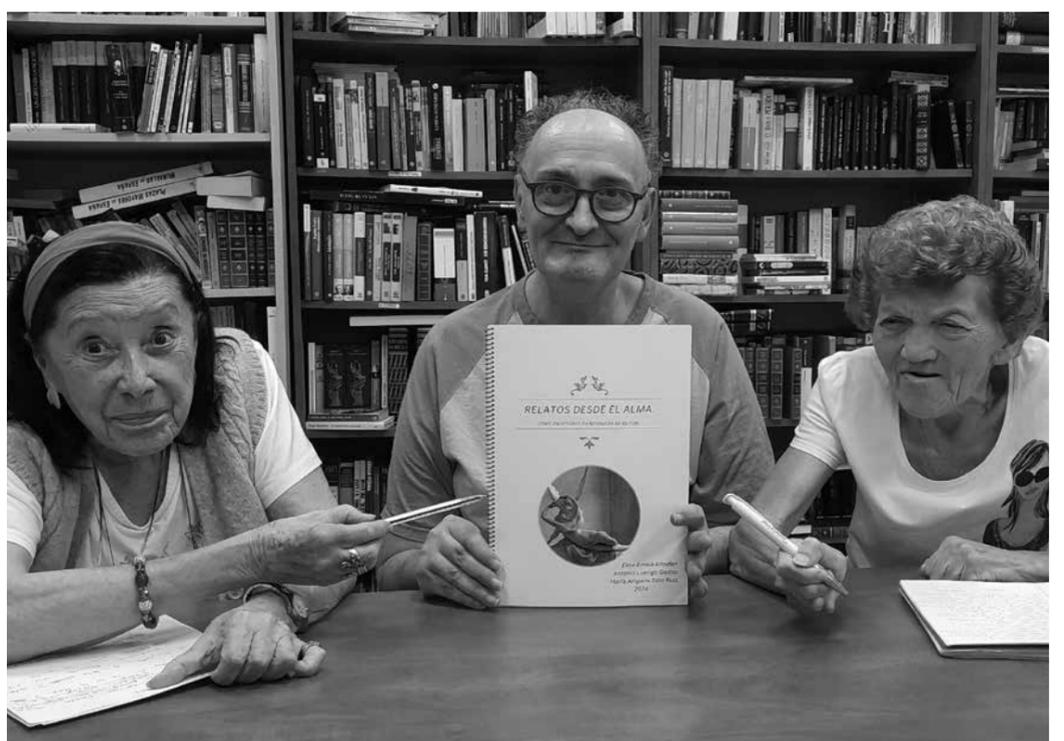


Juegos Olímpicos 2024.

## Nos animamos con un concurso nacional de relatos

**Tres de nuestros residentes participan con la obra "Relatos desde el alma" en un concurso nacional.**

Tres de nuestros residentes, Elise Knodler, Amparo Soto y Antonio Luengo, se han presentado a la XVI edición del concurso de relatos escritos por personas mayores que organiza la fundación "La Caixa", en colaboración con RNE. A través de 12 escritos en forma de relato o microrrelato, estos veteranos escritores, cada uno con un estilo propio muy marcado, comparten con sus lectores momentos vividos en primera persona que nos hacen viajar a otros tiempos y lugares de especial significado para ellos. Desde estas líneas les deseamos que "Relatos del alma" encuentre un editor que haga que estos textos tan sentidos lleguen a más personas.



Amparo Soto, Antonio Luengo y Elise Knodler.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Circuito de rehabilitación, electroterapia, movilizaciones asistidas, gerontogimnasia, asesoramiento en productos de apoyo, etc.

#### Terapia ocupacional

Intervención en actividades de la vida diaria, estimulación cognitiva, rehabilitación funcional, psicomotricidad, asesoramiento en productos de apoyo etc.

#### Animación sociocultural

Fiesta de cumpleaños del mes, bingo, ludoterapia, etc.

#### Psicología

Valoración, asesoramiento e intervención con usuarios y familiares, etc.

#### Trabajo social

Asesoramiento en recursos y ayudas sociales.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes a viernes de 10:00 a 15:00 h.

#### Podología

Lunes y miércoles alternos a las 16:00 h.



### HOY COMEMOS Rosa Ten

## Migas

#### INGREDIENTES

Sandía, tomate, pimiento verde, ajo, pan duro, agua, aceite y vinagre.

#### PREPARACIÓN

Lavamos todo bien y cortamos. Primero batimos los tomates, los pimientos y el ajo. Después, añadimos el pan previamente reblandecido en agua, la sandía y un toque de vinagre y batimos de nuevo. Sazonamos, echamos el aceite y le damos por última vez a máxima potencia durante cinco minutos. Dejamos que se enfríe bien y ya tenemos nuestro fresquito gazpacho de sandía.



### CUMPLEAÑOS



#### Octubre

01/10 Esperanza Hidalgo  
02/10 Rosario López  
06/10 José Miguel Gómez  
06/10 Sebastián Rodríguez  
08/10 Ignacia Daganzo  
11/10 M.<sup>a</sup> Carmen Martín  
12/10 Pilar Fraile  
12/10 José Pardo  
16/10 Francisca Herrero  
17/10 Santiago Córdoba  
19/10 Rosina Bermejo  
24/10 Rosario García  
25/10 Justa Agudiez  
29/10 Carmen Sánchez

#### Noviembre

01/11 Isidora Casanova  
01/11 Carolina Córdoba  
03/11 José Luis Cogollor  
05/11 Francisca Rabazas  
07/11 Francisca Martínez  
07/11 Emilia Recover  
08/11 Teresa Álvarez  
08/11 Efigenio Cuchillo  
10/11 Andrés Casa  
13/11 M.<sup>a</sup> Luz Arias  
13/11 Ángeles Asenjo  
14/11 Benita Díaz  
14/11 Antonia Domínguez  
15/11 Agustina Cuesta  
15/11 Concepción Sáez  
17/11 Carmen Hidalgo  
17/11 Concepción Marín  
18/11 Laura Cerrada  
20/11 Victoria Sotoca  
21/11 Presentación Pinel  
28/11 Milagros López  
29/11 Concepción González

**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Camiguín, la isla nacida del fuego



Camiguín, Filipinas.

Lydia nació y vivió muchos años en Filipinas, en concreto en la isla Camiguín, donde vivió encima de un volcán inactivo, entre otros tantos activos en la misma isla, albergando esta un total de 13 volcanes. Es la isla que contiene mayor concentración de volcanes por kilómetro cuadrado en comparación con cualquier otra región del mundo. Lydia creció en una

casita hecha de madera junto a una playa de aguas cristalinas y turquesas, con numerosas tormentas tropicales y calor durante todo el año. La llamada “isla nacida del fuego” está plagada de cascadas, piscinas naturales y mucha vegetación. También se puede encontrar el cementerio Sunken, hundido hace más de cien años debido a las erupciones de los volcanes.

**AYER Y HOY**



## Antes

Carmen nació el 22 de abril de 1941 en Alcalá de Henares. Empezó a trabajar a los 13 años de niñera y en una fábrica de calzado. Ha trabajado de conserje en dos portales hasta que se jubiló a los 70 años. Se casó con Antonio y tuvieron 3 hijos; Ana Isabel, Antonio y Yolanda. Desde que se quedó viuda ha estado cuidando de toda su familia. Ha vivido toda su vida en Alcalá y su grupo de amigas, con las que ha viajado por toda España, siguen visitándola todos los domingos en la residencia.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Sandra Guerrero Yáñez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ponemos fin a una de las estaciones que más gustan a muchos por lo que significa el verano: días más largos, vacaciones, más tiempo libre para disfrutar con familia y amigos y para hacer cosas que nos gustan. Durante estos meses, en Amavir Alcalá también hemos disfrutado de cosas que solo suceden en verano, como el Campamento Intergeneracional, la celebración del Día del Abuelo, los Juegos Olímpicos, salidas a la piscina... y una que llenó el corazón de muchas de las personas que día a día conviven dentro de estas paredes: el Día Internacional del Auxiliar de Enfermería. Una fecha, el 14 de julio, que nos recuerda que su función es esencial, pues su labor está profundamente ligada a las más íntimas necesidades de atención de las personas mayores. Y no solo de sus cuidados físicos, sino de cuestiones tan importantes como la protección, la comprensión, el apoyo, el interés y el afecto. Por todo ello, en Amavir Alcalá nos hemos sumado a esta celebración para agradecer su trabajo, su vocación, su entrega y su profesionalidad, que aportan mayor calidad y calidez a todas las personas mayores que nos han confiado sus cuidados. Residentes y usuarios de centro de día participaron activamente en esta jornada, regalándoles a cada uno de los profesionales de esta categoría un llavero con forma de corazón formado por dos manos entrelazadas, que ellos mismo moldearon y pintaron. Un pequeño homenaje que espero quede en el recuerdo de cada uno de nosotros.

## COSAS DE CASA

# Beneficios del ejercicio al aire libre

**Realizar ejercicio al aire libre mejora nuestra salud en muchos aspectos.**

No solo mejora la salud física, sino que también contribuye significativamente al bienestar mental y emocional. A continuación, mencionamos algunos de los beneficios más importantes. En primer lugar, mejora el estado de ánimo. El contacto con la naturaleza y la luz natural puede reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, promoviendo una mayor sensación de bienestar. El entorno exterior estimula la motivación evitando la monotonía de los espacios cerrados. En segundo lugar, conocemos una nueva variedad de terrenos y desafíos. Al hacer deporte al aire libre se pueden encontrar diferentes tipos de terrenos, lo que implica un desafío adicional para el cuerpo y ayuda a mejorar la coordinación, el equilibrio y la fuerza. También, contribuye a la conexión social. Suele ser una oportunidad para socializar y conocer personas con intereses similares, lo que favorece las relaciones interpersonales. Mejora la función cognitiva. Se ha demostrado que estar en la naturaleza mejora la concentración, la creatividad y la memoria, que se potencia aún más combinándolo con el ejercicio físico. Por otro lado, posee



Aprovecha y disfruta del deporte al aire libre.

beneficios cardiovasculares. Al estar en espacios abiertos generalmente se respira aire más limpio, lo que favorece la función cardiovascular y pulmonar durante el ejercicio. El ejercicio al aire libre no solo revitaliza el cuerpo, sino que también enriquece la vida convirtiéndose en una fuente de energía y alegría en esta etapa dorada.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Bernardina Moreno, auxiliar

**“Lo mejor de Amavir es la armonía entre compañeros”.**

**Edad:** 60 años.

**En Amavir desde:** 2021.

**Lo mejor de Amavir:** Una buena armonía entre compañeros y superiores.

**Virtud:** Valentía.

**Defecto:** Tímida.

**Aficiones:** Viajar.

**Libro:** El niño que se enfadó con la muerte.

**Película:** Lo que el viento se llevó.

**Grupo de música:** Laura Pausini.

**Comida favorita:** Paella.



## RECUERDOS

## Las adivinanzas de mi vida

Entre todos los recuerdos que Jesús conserva, sus preferidos son las adivinanzas, nos cuenta algunas: Mil rubíes encerrados llevo en esta caja roja, si la rompes y se cae, ya no hay quien los recoja. (Respuesta: La granada).

De emperatriz es mi nombre, soy de procedencia China, si me pelas y me comes verás que soy cosa fina. (Respuesta: La mandarina).

Mis patas delgadas, mi pico largo, hago mi casa en el campanario. (Respuesta: La cigüeña).

Jesús nos hace partícipes de estos recuerdos, alegrándonos el día y sorprendiéndonos con algunas adivinanzas algo complicadas de resolver.

# Amavir renueva el convenio con el Gobierno de España para la inserción laboral de mujeres víctimas de violencia de género

La compañía forma parte de la red “Empresas por una sociedad libre de violencia de género”.

Amavir ha renovado el convenio de colaboración con el Ministerio de Igualdad del Gobierno de España para promover la sensibilización y concienciación social de la violencia de género y fomentar la inserción de mujeres víctimas de violencia de género. A través de esta medida, el grupo reafirma su compromiso con la red “Empresas por una sociedad libre de violencia de género”, de la que forma parte desde su constitución, y está incluida en el listado de empresas comprometidas con la inserción laboral de mujeres víctimas de violencia de género. El convenio, que tendrá una duración de dos años con posibilidad de prórroga, ha sido rubricado por la titular de la Secretaría de Estado de Igualdad y para la Erradicación de la Violencia contra las Mujeres, Ana María Calvo, y la directora de Recursos Humanos de Amavir, Marian Bautista. «Gracias a la renovación de este acuerdo, desde Amavir seguimos reafirmando nuestro compromiso para erradicar la violencia de género, fomentar la concienciación y esta-



blecer acciones de inserción socio-laboral de las mujeres víctimas de violencia de género. Consideramos que campañas de sensibilización como estas son primordiales para contribuir a crear una sociedad sin discriminación por género, y que abogue por acabar con cualquier manifestación de desigualdad, subordinación, trato de poder y violencia contra las mujeres”, ha destacado Bautista.

## Amavir, invitada por la Cámara de Comercio Franco-Española a una jornada sobre Silver Economy



La Cámara de Comercio Franco-Española, entidad fundada en 1894, organizó el pasado mes de junio la jornada «Explorando la Silver Economy: oportunidades y desafíos del mercado senior», una ocasión para descubrir todas las oportunidades de desarrollo e innovación que se abren para atender y cubrir las necesidades de los consumidores mayores de 50 años. En la jornada intervino nuestro director de comunicación, comercialización y desarrollo corporativo, Roberto Rodríguez, que compartió con los asistentes los diferentes servicios que están a disposición de las personas mayores y dependientes en nuestro país y cómo evolucionarán en el futuro.

## Visitas institucionales a las residencias

En estas últimas semanas hemos recibido varias visitas institucionales en las residencias Amavir. La consejera de Asuntos Sociales de Navarra, M<sup>a</sup> Carmen Maeztu, visitó a nuestros compañeros de Amavir Oblatas (Pamplona) para celebrar con ellos el 21º aniversario de la apertura del centro. Y, por otro lado, la alcaldesa de Guadalajara, Ana Guarinos, acompañó a los trabajadores y personas mayores de la residencia El Balconcillo en los actos que organizaron con motivo de las fiestas patronales de la ciudad.





# Todo listo para la próxima apertura de cuatro nuevas residencias Amavir

Están ubicadas en Madrid, Santa Cruz de Tenerife, Reus y Jaén.

En las próximas semanas está prevista la apertura de cuatro nuevas residencias de Amavir en distintos puntos de la geografía española, en el marco del plan de expansión de la compañía. Estas nuevas residencias son

Amavir Vicálvaro, en Madrid (con 132 plazas), Amavir Santa Cruz de Tenerife (104), Amavir Reus, en Tarragona (143) y Amavir Jaén (160). Con esta última, la compañía estará presente por primera vez en Andalucía.

Además de ampliar la oferta de plazas para atender a las personas mayores y dependientes de estos municipios, la apertura de estos centros servirá también para generar más de 300 puestos de trabajo.



Ctra. de Vicálvaro a Estación de O'Donnell 29, 28032 - Vicálvaro (Madrid)



Calle Carles Riba 12-14-16, 43204 - Reus



Calle Particular de Padrón 11, 38003 - Santa Cruz de Tenerife



Ronda de Marroquíes bajos 16, 23009 - Jaén

## ¡Nos vamos de boda!

El pasado 20 de junio la residencia El Balconcillo (Guadalajara) vivió un momento muy especial. Dos de sus residentes, Osvaldo (97 años) y Theresa (77), naturales de Argentina y Ecuador, respectivamente, y casados por lo civil desde hace muchos años, quisieron contraer matrimonio eclesiástico y decidieron hacerlo en la capilla de la residencia, en presencia de sus familiares y de los trabajadores y residentes del centro. Fue una boda muy emotiva con la quisieron seguir mostrando al mundo su amor.

