

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.





ACTUALIDAD

Terapia con animales para mayores

Los beneficios de este tipo de iniciativas con animales son muy notables.

Las terapias con animales son realizadas por profesionales de la educación y la salud con el objetivo de mejorar el bienestar de los residentes, trabajando y promoviendo la mejoría física, cognitiva, emocional y/o relacional con la persona. Son muchos los beneficios obtenidos, en memoria y aprendizaje, en actividad física, motricidad, capacidades cognitivas, inteligencia emocional y relaciones sociales. Los perros de terapia mejoran la autoestima de los mayores al demostrar su afecto. Los juegos realizados con mascotas atraen su atención y estimulan su mente, tales como aprender el nombre del animal, la raza, la edad, realizar tareas de cuidado como alimentación, cepillado, jugar con ellos... En definitiva, las terapias con animales en residencias mejoran de forma notable el estado de ánimo de las personas mayores que



Una de las sesiones de terapia con animales de Amavir Argaray.

participan en ellas, potenciando la expresión emocional, facilitando las relaciones interpersonales, la colaboración con los demás y disminuyendo los niveles de ansiedad.

Actividades en familia

Recuerdos del verano.

Ya estamos a las puertas del otoño y si echamos la vista atrás, ha sido un verano lleno de actividades, actuaciones y grandes momentos compartidos. Hemos tenido yincanas, jornadas solidarias, celebración de San Fermín con todas sus actuaciones, realización de marcos personalizados e incluso una insuperable clase de zumba de la mano de nuestras fisioterapeutas. Todos y cada uno de estos momentos los quisimos compartir con las familias, logrando que residentes y familiares cumplieren retos y sobre todo, generasen momentos para atesorar. El otoño también vendrá cargado de nuevas iniciativas y actividades. Esperamos seguir compartiendo con todos vosotros momentos felices en familia.



Residentes bailando en una de las actividades.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Grupo 1

Lunes. Terapia ocupacional, psicología, animación sociocultural y fisioterapia. Martes. Terapia ocupacional y fisioterapia. Miércoles. Psicología, animación sociocultural y fisioterapia. Jueves. Fisioterapia. Viernes. Fisioterapia, animación sociocultural, psicología y terapia ocupacional.

Grupo 2

Lunes. Terapia ocupacional, psicología, animación sociocultural y fisioterapia. Martes. Terapia ocupacional y fisioterapia. Miércoles. Psicología, animación sociocultural y fisioterapia. Jueves. Fisioterapia. Viernes. Fisioterapia, animación sociocultural, terapia ocupacional y psicología.

Grupo 3

Lunes. Fisioterapia. Martes. Terapia ocupacional y fisioterapia. Miércoles. Animación sociocultural y terapia ocupacional. Jueves. Animación sociocultural, psicología, terapia ocupacional y fisioterapia. Viernes. Animación sociocultural y fisioterapia.

Grupo 4

Lunes. Psicología, animación sociocultural y fisioterapia. Martes. Terapia ocupacional. Miércoles. Terapia ocupacional. Jueves. Psicología y animación sociocultural. Viernes. Terapia ocupacional.

Grupo 5

Lunes. Terapia ocupacional y fisioterapia. Martes. Animación sociocultural y fisioterapia. Miércoles. Terapia ocupacional y psicología. Jueves. Animación sociocultural. Viernes. Terapia ocupacional.

Grupo 6

Lunes. Animación sociocultural. Miércoles. Terapia ocupacional y fisioterapia. Jueves. Psicología. Viernes. Terapia ocupacional y animación sociocultural.

Actividades de ocio tardes

Lunes. Reminiscencia// laborterapia. Martes. Juegos de mesa (ludoterapia). Miércoles. Dados y juegos dinámicos (ocio y tiempo libre). Jueves. Bingo (ludoterapia). Viernes. Cine.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Actividades de otoño.
Actuaciones.
Talleres especiales.
Celebración de días mundiales.
Festejos de cumpleaños de octubre y noviembre.
Viernes de cine.
Bingo especial familias.
Terapias con animales.
Aniversario Argaray.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes y jueves de 09:30 a 18:00 h.

Podología

Miércoles a las 10:00 h (quincenal).

Misa

Martes, miércoles, jueves a las 18:30 h.
Domingos 11:15 h.

Rosario

Martes, miércoles y jueves a las 18:15 h.
Domingos 11:00 h.

CUMPLEAÑOS



Octubre

01/10 Felisbina Nieto
02/10 Ángeles Ciriza
03/10 Ramón Argandoña
05/10 Andrés Ávila
09/10 José Lorenzo Pérez
10/10 Teresa Igal
12/10 Marcelino Andueza
12/10 Pilar Martínez
17/10 Pilar Prades
24/10 Gloria Villoldo
27/10 Manuela Nieto
29/10 Fermín Carrera
30/10 Mercedes Saldaña

Noviembre

01/11 María Santos Rojas
07/11 Juana Redín
08/11 Dolores García
09/11 María Rosario Larrea
11/11 Sagrario Toro
16/11 Cornelio Murillo
19/11 Ana María Galbete
19/11 Blanca Alicia Loaiza
23/11 Rufina Arrizabalaga
25/11 Luisa Martos
28/11 M.^a Milagros Jiménez

HOY COMEMOS Ramona Saenz

Patatas a la riojana

INGREDIENTES

Patatas, ajos, sal, agua, laurel y chorizo de guisar o chistorra un poco picante.

PREPARACIÓN

Pelamos, lavamos y troceamos las patatas. Las cubrimos bien de agua en el recipiente que vayamos a utilizar para la cocción. Añadimos los dientes de ajo, 2 o 3 hojas de laurel y sal. Dejamos hervir durante 20-25 minutos. Freímos el chorizo o la chistorra en una sartén y lo agregamos a la cocción de las patatas. Dejamos hervir la mezcla un minuto y listo para degustar.



SECRETOS DE MI TIERRA



Una de las Palomeras de Etxalar.

Día de las Palomeras

Enormes bandadas de palomas cruzan el cielo pirenaico de Etxalar durante los meses de octubre y noviembre y, con ellas, retorna también la actividad cinegética. Por ello, el tercer domingo de octubre se celebra el Día de las Palomeras, una ocasión excepcional para disfrutar del singular sistema de caza con red, que se remonta al siglo XV. Por la mañana, la gente se reúne en torno a las palomeras, ocultas

entre los robles y las hayas de la zona. Si las condiciones lo permiten, se imparte toda una lección de caza: cuando las bandadas se acercan, se lanzan unas paletas al aire para simular aves de presa y así hacerlas descender. Después, las redes hacen su trabajo atrapándolas. Al llegar la tarde, la diversión se traslada a las calles de Etxalar con una verbena y el tradicional sorteo de palomas vivas y otros regalos.

AYER Y HOY



Antes

Tenemos el gusto de presentaros a Mercedes Sánchez-Guardamino, mujer de 88 años y natural de San Sebastián, que tiene una vida increíblemente interesante de escuchar, y de la cual, haremos un breve resumen. Trabajó como enfermera en varias causas sociales (Cruz Roja, hospital militar, dispensarios) de forma totalmente altruista y destacada. Disfrutaba entre fogones. Junto a su marido reformó una casa en Villamayor de Monjardín, lugar donde pasaría los veranos en familia y al que le encanta regresar.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Belén Mateo Esteban



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Me presento como la nueva directora de Amavir Argaray. Es un honor formar parte de este equipo de profesionales que trabajan para favorecer que las personas estén bien atendidas, con una atención adecuada. El objetivo principal de nuestro trabajo es conseguir acompañar en esta etapa de la vida a las personas que viven en Argaray, promover su bienestar y adaptarnos en la medida posible a sus necesidades. Nuestro objetivo es dejar una huella positiva, amable y respetuosa durante la estancia de nuestros residentes y, para ello, nos vamos a organizar como equipo para compartir esta meta de humanización de los cuidados y poner en valor lo importante de nuestro trabajo. Es importante conocer bien los gustos y preferencias de las personas a las que atendemos, adaptarnos a los cambios y personalizar el trato. Ver nuestro trabajo como una oportunidad día a día de aprendizaje y fomentar la participación de las familias y de los residentes en la vida diaria del centro. Con sus propuestas y opiniones podremos ir acercando el trabajo de todos y ayudar a nuestros residentes. Espero poder dar continuidad al trabajo y esfuerzo de mi antecesora Susana Cano, que me ha acogido y ha dado las bases para dar calidez y calidad al trabajo que los profesionales realizan con cariño y profesionalidad. Todos contribuimos con nuestro esfuerzo y hacemos de nuestro trabajo un instrumento para servir a las personas a las que atendemos y ayudar a sus familias. Sinceramente, espero poder aportar a este proyecto mi experiencia e ilusión para liderar a este equipo y contribuir a humanizar la atención.

COSAS DE CASA

Reorganización y limpieza del centro

Creando entornos.

Con el inicio de la primavera, la llegada de las buenas temperaturas y el aumento de las horas de luz, desde el centro quisimos ofrecer a todas las personas residentes y sus familias un entorno de armonía y tranquilidad para disfrutar de las visitas. Por ello, a partir de mayo, todo el equipo de Amavir Argaray nos pusimos manos a la obra con la limpieza del patio interior y aprovisionamiento de un espacio seguro y agradable. Se colocaron dos pérgolas centrales para favorecer un espacio de disfrute en las horas donde se alcanzan las temperaturas más elevadas del día. También, y como habitualmente se hace, se llevó a cabo la limpieza de los cristales de la residencia y posteriormente, la colocación de papeles vinílicos que redujesen la temperatura en el interior del centro. Por otro lado, y a modo de mejora de nuestras instalaciones, se realizó la colocación de un cargador de batería en el parking dispo-



Disfrutando del patio interior del centro.

nible para coche eléctrico. También, en el parking durante la primavera, se realizó la reparación y posterior pintura de las barandillas y verjas.

QUIÉN ES QUIÉN

Miren Murguiondo, psicóloga

Preguntándome siempre qué hacer para mejorar el día a día de las personas.

Edad: 27 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: El equipo.

Virtud: Alegre y enérgica.

Defecto: Ser cabezona.

Aficiones: Leer sobre ciencia y hacer deporte.

Libro: La paciente silenciosa.

Película: Inside out.

Grupo de música: Zetak, Ed Sheeran e Imagine Dragons.

Comida favorita: Cualquier cosa con trufa.



RECUERDOS

Los recuerdos de Loli Goñi

Loli Goñi nació en Pamplona, en el barrio de la Rotxaepa. Tiene 74 años y fue hija única. En su casa, tenía un perro y un gato, ya que le gustan mucho los animales. Durante su juventud salía con sus amigas a discotecas y de “poteo” por las calles de Pamplona. Durante las vacaciones iba a la playa donde disfrutaba bañándose o paseando por la orilla. Le sigue gustando salir a pasear y así lo hace todas las mañanas. De este modo, como dice ella, le da el sol que tanto le gusta y mantiene el moreno. Aquí está muy contenta porque sale a pasear, disfruta bajando al patio a tomar un café y a escuchar las noticias en su radio.

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^a 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.

