

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/

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.^a 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



ACTUALIDAD

Así ha sido nuestro verano

La época estival ha estado llena de actividades variadas que hemos disfrutado en compañía de familiares y amigos.

Este verano en nuestro centro ha sido una temporada llena de actividades emocionantes y momentos inolvidables. Hemos disfrutado de eventos como el bingo de San Fermín, donde la suerte y la diversión se unieron para celebrar esta tradicional fiesta. Nuestros residentes también tuvieron la oportunidad de participar en talleres con la Guardia Civil, aprendiendo de manera interactiva y fortaleciendo lazos con la comunidad. Además, no hemos dejado de celebrar los cumpleaños del mes, un momento especial en el que cada residente ha recibido el cariño de todos, con tartas, música y mucha alegría. El compromiso con el medioambiente también estuvo presente en nuestro taller de reciclaje, donde los mayores aprendieron y compartieron ideas sobre cómo contribuir a cuidar nuestro planeta. Las olimpiadas en Betelu fueron otro punto culminante del verano, con juegos y competencias que llenaron de energía y entusiasmo a todos los participantes. Ahora, con la llegada del otoño, estamos preparados para seguir en esta línea, manteniendo el espíritu de comunidad y diversión que ha caracterizado a nuestras actividades. Estamos entusiasmados por lo que nos depara esta nueva estación, sabiendo que continuaremos creando momentos especiales para todos.



Un momento del bingo celebrado con motivo de las fiestas de San Fermín.

En sintonía con nuestro planeta

Conscientes de la importancia de cuidar el entorno que nos rodea, hemos realizado un taller de manualidades con materiales reciclados.

En nuestro centro la conciencia ambiental está muy presente y nuestros residentes lo demuestran cada día con pequeños actos que nos ayudan a cuidar del medioambiente. Este verano, sin ir más lejos, entre las diferentes actividades que hemos tenido, se llevó a cabo un taller de manualidades utilizando materiales reciclados. Una actividad que no solo resultó

creativa y entretenida, sino que también fue muy educativa. Durante el taller, los residentes transformaron objetos cotidianos en hermosas creaciones, recordándonos la importancia de cuidar del planeta. Estamos orgullosos de su compromiso con el medioambiente y de cómo, a través de estas actividades, contribuyen a un futuro más sostenible.



Residentes durante el taller de manualidades.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Psicología.
Fisioterapia.
Animación sociocultural.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Octubre

Cumpleaños del mes.

Noviembre

Día Internacional de la Eliminación de la
Violencia contra la Mujer.
Cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería

Una vez a la semana.

Podología

Una vez al mes.



CUMPLEAÑOS



Octubre

06/10 Juan José Otamendi
07/10 Marcelo Saldaña
12/10 Josefa Eguinoa
21/10 José Miguel Barbería
26/10 José Javier Herrera

Noviembre

21/11 M.^a Pilar García
25/11 José Vera

HOY COMEMOS Receta colectiva

Carrilleras de cerdo al vino tinto

INGREDIENTES

8 carrilleras de cerdo, 2 cebollas, 2 zanahorias, 2 dientes de ajo, 500 ml de vino tinto, 250 ml de caldo de carne, 1 hoja de laurel, sal y pimienta y aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Sellamos las carrilleras en una cazuela con aceite. Retiramos, y en la misma cazuela sofreímos la cebolla, la zanahoria y el ajo, picados. Añadimos las carrilleras, el vino tinto, el laurel y el caldo. Cocinamos a fuego lento 2 horas hasta que estén tiernas. Agregamos sal y pimienta antes de servir.



SECRETOS DE MI TIERRA

Plazaola, el camino escondido hacia la magia de Izkier

La Vía Verde del Plazaola es un precioso recorrido que sigue el antiguo trazado del tren que unía Pamplona con San Sebastián. Este sendero, que atraviesa los verdes paisajes de Navarra y Gipuzkoa, es ideal para senderistas y ciclistas, ofreciendo tramos llenos de naturaleza y encanto rural. Uno de los puntos más destacados de esta ruta, es la ruta a la cascada de Izkier, desvío de la vía verde que te lleva a uno de los rincones más mágicos del recorrido. Para acceder a la cascada, debes tomar un pequeño sendero señalizado que se desvía de la ruta principal. A medida que avanzas, el sonido del agua te guía hasta la cascada, rodeada de frondosa vegetación. Es un lugar perfecto para una pausa y disfrutar de la tranquilidad del entorno. Este tramo es relativa-



Imagen de la cascada de Izkier.

mente fácil, adecuado para todas las edades y niveles, lo que lo convierte en una excelente opción para una excursión en familia. La belleza de la cascada de Izkier, y la serenidad del entorno, hacen que esta ruta sea una de las joyas escondidas de la Vía Verde del Plazaola, ofreciendo a los visitantes un respiro natural en plena naturaleza.

AYER Y HOY



Antes

Belén Baztarrica es una tolosarra que, desde el pasado mes de junio, forma parte de nuestra pequeña gran familia. Administrativa de profesión y ahora pensionista, nos ha compartido su alegría por estar en Betelu, destacando la cercanía de la gente y su entusiasmo por las actividades que realiza con Eleni, nuestra animadora sociocultural. Belén, una mujer activa y sociable, ha encontrado en Betelu un nuevo hogar lleno de amigos. ¡Bienvenida, Belén!



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Laia Lora Moreno



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Quiero aprovechar mi carta de este mes para hacer un repaso de las actividades tan especiales que hemos compartido durante este verano. Ha sido una temporada llena de buenos momentos que nos hacen sentir orgullosos de esta pequeña gran familia que es el centro. Empezamos con nuestro tradicional bingo, que como siempre, nos brinda diversión y entretenimiento. La celebración de los sanfermines también fue un éxito rotundo, con su alegría característica llenando cada rincón de la residencia. Además, pudimos disfrutar del toldo que el Ayuntamiento de Betelu colocó en la zona exterior de la residencia. Este espacio fue un respiro para todos, permitiéndonos disfrutar del aire libre con mayor comodidad, algo que ha sido muy valioso en estos meses de calor. Quiero expresar mi profundo agradecimiento a todos ustedes por la paciencia y comprensión que han demostrado cuando se ha producido alguna incidencia. Sé que no siempre es fácil, pero su apoyo es fundamental para que podamos seguir adelante con nuestro trabajo. Finalmente, me gustaría poner en valor el esfuerzo y la dedicación de todos los profesionales que forman parte de esta residencia. Su compromiso y entrega son la base sobre la que construimos cada día un entorno de cuidado y bienestar para nuestros residentes. Espero seguir trabajando juntos con la misma ilusión y la idea de mejorar día a día, siempre con el objetivo de ofrecer lo mejor para nuestros mayores. Con afecto y gratitud, reciban un cordial saludo.

COSAS DE CASA

Feliz, feliz en tu día

Una de las actividades que más nos gusta es la relacionada con los cumpleaños que, todos los meses, celebramos con música y alegría.

La celebración de los cumpleaños es un evento que esperamos con gran ilusión, por ser un momento especial que no solo conmemora un año más de vida, sino que también refuerza el sentido de comunidad y pertenencia que tanto valoramos. Cada mes, organizamos una fiesta en honor a nuestros cumpleañoseros, y siempre que es posible, nos esmeramos en incluir alguna actuación en directo. La música es un elemento esencial en nuestras celebraciones, ya que sabemos lo mucho que se disfruta. Las coplas, las rancheras y, por supuesto, las jotas navarras son los géneros que más nos alegran y emocionan. Además, cada cumpleañosero recibe un pequeño obsequio que simboliza nuestro cariño y aprecio hacia ellos. Por supuesto, la celebración no estaría completa sin una merienda especial. Siempre preparamos algo delicioso, ya sea una tarta o un rico chocolate, para que todos puedan disfrutar y compartir juntos este momento tan dulce. Estas celebraciones no solo son una manera de festejar un día importante, sino que también son una oportunidad para que nuestros residentes se sientan valorados y queridos. Sabemos que estos



Festejando los cumpleaños.

momentos de alegría y compañía son esenciales para su bienestar, y por eso ponemos todo nuestro empeño en hacer de cada cumpleaños un día inolvidable.

QUIÉN ES QUIÉN

Ainhoa García, fisioterapeuta

“Sigo haciendo o repitiendo las cosas hasta que salgan bien”.

Edad: 36 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: Familiaridad.

Virtud: Minuciosa.

Defecto: Cabezota.

Aficiones: Escultura, pintura y trekking.

Libro: Papillon y El código da Vinci.

Película: Alien y Hasta el último hombre.

Grupo de música: Greenday y Linkin Park.

Comida favorita: Paella mixta y chocolate.



RECUERDOS

Remedios caseros para la afonía

La afonía, pérdida temporal de la voz, puede aliviarse con varios remedios caseros. Beber infusiones de jengibre con miel y limón ayuda a calmar la garganta irritada. Gárgaras con agua salada tibia pueden reducir la inflamación y aliviar el dolor. También es útil inhalar vapor de agua caliente para hidratar las cuerdas vocales. Evita los irritantes como el tabaco y el alcohol, y descansa la voz tanto como sea posible. Estos sencillos pasos pueden ofrecer alivio mientras te recuperas de la afonía.

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.

