

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

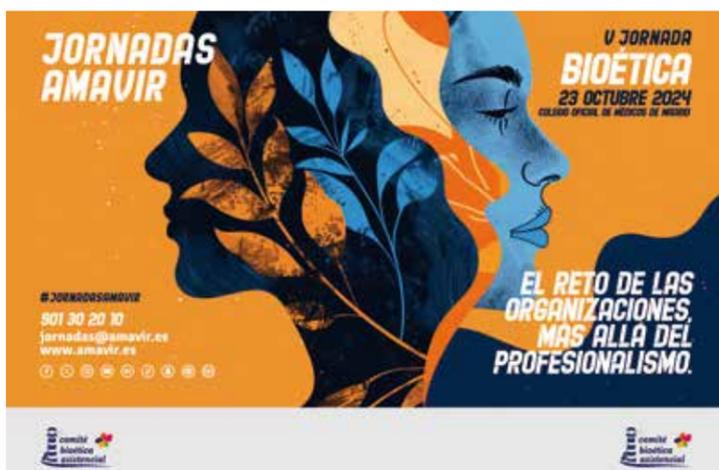
El 29 de septiembre se celebra la II Jornada en Valladolid y el 23 de octubre la V Jornada de nuestro Comité de Bioética.

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

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

El 18º aniversario del centro llega con mucha ilusión

Amavir Cenicientos está de celebración tras sumar un año más en su gran recorrido.

Los residentes, familiares y el equipo de profesionales disfrutaron de una jornada llena de actividades y sorpresas. La fiesta comenzó dos días antes con divertidos juegos y concursos, donde los mayores demostraron su agilidad mental y todo tipo de habilidades. El día del aniversario, como es tradición, se celebró una eucaristía. Posteriormente, hubo un taller de maquillaje, donde las residentes se pusieron guapas para la celebración, y un concurso de dardos. Se disfrutó también de un almuerzo especial preparado con mucho cariño. La tarde estuvo amenizada por la música del cantante Jesús Espinosa, quien deleitó a todos los presentes con sus canciones. Para finalizar, se sirvió una merienda con diversas delicias. Fue un día inolvidable y agradecemos a todos los que hicieron posible esta celebración, especialmente a nuestros residentes y a sus familias. Amavir Cenicientos en este tiempo se ha consolidado como un referente en la atención a personas mayores en la zona, ofreciendo una amplia gama de servicios y tratos personalizados.



Estamos de aniversario.

Llega la esperada salida a la piscina

Darse un chapuzón es una excelente manera de promover la salud física y emocional.

El 30 de julio, nuestros residentes disfrutaron de una esperada salida a la piscina municipal de La Adrada, cerca de Cenicientos. Pasamos un día agradable de baño, comida y buen ambiente. Esta actividad acuática ofrece múltiples beneficios, tanto físicos como emocionales. Al ser de bajo impacto, permite a los mayores ejercitarse sin esfuerzo excesivo, mejorando así su movilidad. Además, el agua crea un entorno relajante que ayuda a reducir el estrés y la ansiedad. La socialización que se fomenta en este tipo de actividades es crucial para elevar el estado de ánimo y promover la salud mental. ¡Esperamos repetir esta experiencia la próxima temporada!



Nuestros mayores disfrutando del primer baño del día.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Programa de movilizaciones pasivas, psicomotricidad, reeducación de marcha y equilibrio, rehabilitación de patología aguda y rehabilitación funcional.

Terapia ocupacional

Programa de entrenamiento en actividades básicas de la vida diaria (ABVDs), rehabilitación funcional, estimulación multisensorial y estimulación cognitiva.

Psicología

Programa de estimulación cognitiva, estimulación multisensorial, atención individualizada en trastornos psicoafectivos, intervención en alteraciones de conducta, intervención en duelo, reminiscencia-atrapa mis recuerdos.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Octubre

10/10 Tradicional pisada de la uva.
18/10 Salida al mercadillo del municipio.
25/10 Celebración de cumpleaños del mes.
29/10 Calbotada.

Noviembre

15/11 Salida al mercadillo.
20/11 Chocolatada.
29/11 Celebración de cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes de 09:30 a 13:00 h. Martes de 09:30 a 13:00 y miércoles de 11:30 a 13:00 h. Previa petición de cita.

Podología

Mensualmente por derivación del equipo de enfermería.



CUMPLEAÑOS



Octubre

01/10 Ángela Álvarez
04/10 Manuela Soriano
06/10 Natividad Herrero
10/10 Carmen Delgado
12/10 Joaquín Rivas
20/10 Paula Retamosa
20/10 Irene Moreno
26/10 Luis Escobar
28/10 Dolores Guijarro
29/10 M.^a Mercedes Ramos

Noviembre

01/11 Miguel Romero
07/11 Josefa Álvarez
18/11 Pedro Jiménez
22/11 Margarita Díaz
26/11 M.^a Teresa Astudillo
29/11 José Ramón Ramírez

HOY COMEMOS

Granizado de limón

INGREDIENTES

4 limones, 1 taza de azúcar o edulcorante, 4 tazas de agua, 4 tazas de hielo, ralladura de limón (opcional).

PREPARACIÓN

Lavamos y rallamos un limón. Exprimimos los limones y colamos el zumo. Disolvemos el azúcar en el agua y una vez en la licuadora, mezclamos el zumo de limón, el agua azucarada, el hielo y la ralladura. Licuamos hasta obtener una textura granizada. Servimos inmediatamente y decoramos con rodajas de limón o menta.



SECRETOS DE MI TIERRA

Mi pueblo es mi vida

Soy Lorenzo Rodríguez, tengo 89 años y soy natural de Cencientos, Madrid. Durante mi infancia y juventud trabajé en el campo, sobre todo, en las viñas, pero los años pasaron y pensé que tenía que irme a Madrid a buscar un trabajo menos duro. Me marché del pueblo a los 30 años, más o menos, y trabajé primero en una tienda de comestibles y después en un hospital. Conocí a Ino, mi mujer, y nos marchamos a vivir a Alcorcón, donde hemos estado hasta hace unos meses. A pesar de la distancia, en invierno y en verano todos los domingos venía a Cencientos para trabajar en mi viña. Me ha gustado mantener



Vista general de Cencientos, Madrid.

el contacto con la gente del pueblo y venir en las fiestas en honor de la Virgen del Roble, de la que soy muy devoto. De mi pueblo me gusta todo: el paisaje, el ambiente, la gente, etc.... Por eso, en cuanto ha sido posible nos hemos venido a Amavir Cencientos mi esposa y yo para disfrutar de él gracias a las vistas tan estupendas que tenemos desde la residencia y a las salidas que hacemos para ver a la familia.

AYER Y HOY



Antes

Me llamo Inocencia García, tengo 87 años y nací en Aranda de Duero. Vine a la residencia con mi marido Lorenzo el pasado mes de julio. Él es de Cencientos y hemos venido con mucha frecuencia al pueblo durante toda la vida. En la foto más antigua tenía 11 años y el muchacho que me acompaña es mi hermano pequeño Adrián. Ese día hicimos la Primera Comunión.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Herresánchez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Con inmensa alegría y gratitud, queremos compartir con vosotros que nuestra residencia cumple 18 años de servicio ininterrumpido. A lo largo de estas casi dos décadas, hemos tenido el privilegio de acompañar a cientos de personas en una etapa tan importante de sus vidas. Desde nuestros inicios, hemos trabajado incansablemente para crear un hogar cálido y seguro donde nuestros residentes se sientan valorados y cuidados. Hemos evolucionado constantemente, adaptándonos a las necesidades cambiantes y a los avances en el cuidado de las personas mayores. Nuestro equipo, compuesto por profesionales altamente capacitados y con una vocación de servicio excepcional, se ha formado y crecido junto a la residencia, siempre buscando la excelencia en todo lo que hacemos. Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos aquellos que han formado parte de esta gran familia: nuestros residentes y sus familias, nuestro personal, nuestros voluntarios, nuestros colaboradores y a la comunidad en general. Gracias a todos ustedes, hemos podido cumplir nuestra misión de brindar una vida plena y feliz a nuestros residentes. En este nuevo capítulo de nuestra historia, reafirmamos nuestro compromiso por seguir ofreciendo los mejores servicios y seguir siendo un referente en el cuidado de las personas mayores. Desde aquí os mando un abrazo y mi más sincero agradecimiento.

COSAS DE CASA

Micosis cutánea, ¿de qué se trata?

Conocemos más acerca de este hongo de la piel tan frecuente en verano.

La micosis cutánea es una infección de la piel causada por hongos como dermatofitos, levaduras y mohos. Se manifiesta en diversas formas, como tiña, candidiasis cutánea y pitiriasis versicolor, afectando zonas como pies, ingles, uñas y cuero cabelludo. Factores como el clima cálido, la mala higiene, un insuficiente secado de pliegues y un sistema inmunológico debilitado aumentan el riesgo. El tratamiento incluye antifúngicos tópicos o sistémicos, dependiendo de la gravedad. Para prevenirla, se recomienda mantener la piel seca, usar ropa transpirable, acudir a las piscinas públicas con calzado adecuado, revisar que no se tengan lesiones en los pies y no compartir objetos personales. Revisar la piel es fundamental para detectar zonas de enrojecimiento, descamación, heridas... Es importante consultar al médico para no confundir la micosis con un eccema, que causa sequedad en la piel, sarpullido, prurito y descamación. Tienen tratamientos distintos. Las lesiones micóticas cutáneas presentan frecuentemente un borde más eritematoso con centro más claro. Es habitual que surjan lesiones satélites, más pequeñas, en torno a la principal. No son muy pruriginosas. Sospechemos cuando aparece eritema que no cede en zonas de pliegues cutáneos, interdigitales, axilas, región periestomal, etc... y tratemos siempre en verano de evitar humedad prolongada.



Es importante prestar atención a nuestra piel en verano.

QUIÉN ES QUIÉN

Ángela Yohanna Nieto, gerocultora

“Me gusta el trato con los residentes”.

Edad: 45 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: El ambiente laboral con los compañeros.

Virtud: Valentía.

Defecto: Ingenuidad.

Aficiones: Viajar, hacer senderismo, editar.

Libro: Cómo hacer que te pasen cosas buenas.

Película: Saga “El Señor de los Anillos”.

Grupo de música: Los Delincuentes.

Comida favorita: Salmón.



RECUERDOS

Vivan las fiestas patronales de los pueblos

Cenicientos celebra sus fiestas grandes en honor a la Virgen del Roble a mediados de agosto y está próximo a pueblos con fiestas interesantes: Almorox, en las mismas fechas que Cenicientos. Sotillo de la Adrada, del 5 al 8 de septiembre. San Martín de Valdeiglesias y Villa del Prado, en la primera y segunda semana de septiembre. Cadalso de los Vidrios comienza de fiestas el 13 de septiembre. Con el tiempo, las fiestas no son exactamente como hace años, pero la finalidad es la misma: alegría, diversión y reencontro con familiares y amigos.

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.

