

# 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

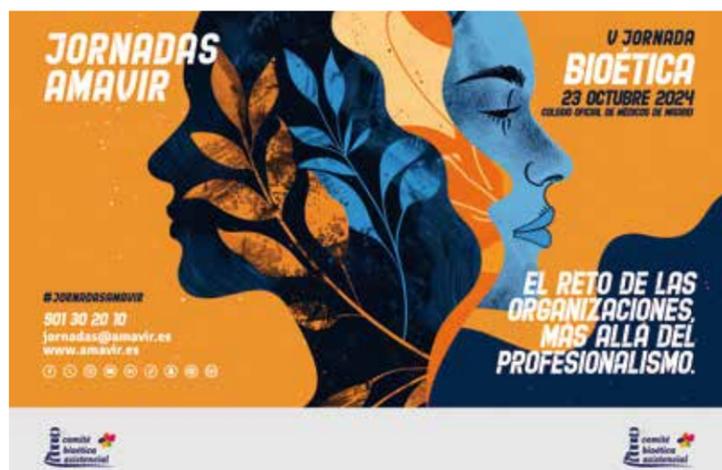
El 29 de septiembre se celebra la II Jornada en Valladolid y el 23 de octubre la V Jornada de nuestro Comité de Bioética.

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

# Aportando nuestro granito de arena

## Bolsas de tela recicladas para disminuir el uso de plástico.

Las bolsas de plástico contribuyen significativamente a la contaminación de los océanos, ya que estas se rompen y se convierten en micro plásticos que afectan a la vida marina y, a largo plazo, a la salud humana, ya que la fauna marina se alimenta de esos plásticos y nosotros nos alimentamos de estos animales. Por esto, y con el fin de dar a conocer el Día Internacional Libre de Bolsas de Plástico, creamos una actividad que se alargó en el tiempo. Durante meses, en el taller de ergoterapia se realizaron bolsas de tela a partir de materiales reciclados. Para ello, fue necesario recortar los trozos de tela, diseñar las bolsas, coserlas y, por último, pintarlas con rotuladores de tela con divertidos refranes conocidos por todos nosotros. El objetivo de esta actividad fue facilitar y vender en el mercadillo del centro bolsas de tela para contribuir a disminuir el uso de bolsas de plástico. Nos gustaría dar las gracias por la buena acogida que tuvieron las bolsas de tela en el mercadillo del aniversario, muchas gracias.



El bonito resultado de unas bolsas de tela hechas con cariño.

# Amavir en familia

## Continuamos con el proyecto.

Amavir en familia es un proyecto que surge de la iniciativa de incluir a las familias en las necesidades y preferencias del centro. Para ello, desde el equipo técnico se han realizado charlas y conferencias dirigidas a las familias, ya sea para entender el proyecto Guiados por ti o conocer más sobre aspectos como las medidas alternativas a la sujeción o ergonomía postural para intentar ayudar a nuestros familiares a llevar una postura más saludable. Todavía nos quedan más conferencias por realizar, pero de momento solo han asistido los residentes. Os animamos a participar y a colaborar en este proyecto.



Uno de los momentos durante la charla de Eva.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Lunes a viernes de 10:30 a 11:30 h. Movilización en cama. Todos los días de 10:30 a 13:00 h. Tratamiento en sala y ejercicios individuales. Todos los días de 15:30 a 16:30 h. Atención a los usuarios de centro de día. Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 18:30 h. Tratamiento individual en sala o habitación. Martes y jueves de 17:00 a 18:00 h. Tratamiento individual en sala.

#### Terapia ocupacional

Todos los días. 08:30 h. ABVD ducha, higiene personal y vestido. De 10:30 a 13:00 h. Terapia en sala. 13:00 h. ABVD alimentación. De 15:00 a 16:30 h. Rehabilitación funcional en planta. Lunes, miércoles y jueves a las 17:00 h. Programa de laborterapia en sala de terapia ocupacional. Martes y jueves a las 17:00 h. Estimulación sensorial y cognitiva en módulo.

#### Terapia ocupacional de centro de día

Todos los días. 10:30 h. Orientación a la realidad y lectura de periódico. 11:00 h. Geronogimnasia. 11:30 h. Estimulación cognitiva. 12:20 h. Paseo. 13:00 h. ABVD Alimentación. Jueves a las 12:00 h. Bingo.

#### Psicología

Todos los días de 10:00 a 14:00 h. Terapias individuales. Todos los días de 17:00 a 19:00 h. Actividades en grupo e individuales: estimulación cognitiva, estimulación sensorial y terapias individuales.

#### Animación sociocultural

Todos los días, ludoterapia, ocio y tiempo libre y musicoterapia en plantas 0, 1 o 2. Todos los días taller de ergoterapia y labores en sala

de terapia-animación para todos los interesados. Lunes, martes, jueves y viernes talleres de animación en centro de día. Jueves de 18:00 a 18:50 h. Bingo en sala multiusos.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Octubre

04/10 Día Mundial de los Animales.  
10/10 Día Mundial de la Salud Mental.  
27/10 Cumpleaños con cine.  
30/10 Decoración de Halloween.  
31/10 Huesitos y buñuelos de todos los santos y celebración de Halloween.

#### Noviembre

02/11 Día de Todos los Santos.  
03/11 Sala multisensorial.  
09/11 Misa especial por el Día de la Almudena.  
20/11 Preparación de la felicitación navideña y concurso de felicitaciones.  
24/11 Cine por cumpleaños.  
24/11 Tarta de cumpleaños y entrega de regalos.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Martes de 10:00 a 13:00 h.  
Miércoles de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.  
Jueves de 15:00 a 19:00 h.  
Viernes de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.

#### Podología

Miércoles a las 16:30 h.

#### Misa

Lunes a las 17:30 h rezaremos el Rosario.  
Sábados a las 10:45 h.

### CUMPLEAÑOS



#### Octubre

01/10 José Antonio Arrizubieta  
01/10 Julia Navas  
08/10 Gregorio García  
12/10 Luis del Valle  
12/10 Jesús Piña  
14/10 Dolores Mora  
14/10 Felipe Rancaño  
17/10 José Luis Gómez  
21/10 M.<sup>a</sup> Teresa García  
21/10 Juan Rey  
23/10 Ana M.<sup>a</sup> Pelegri  
24/10 Martín Fraile  
28/10 Valentina Madrid  
30/10 Concepción Rodríguez

#### Noviembre

04/11 Felisa Bartolomé  
04/11 Teresa Rueda  
06/11 Antonia García  
09/11 Antonio Herrero  
11/11 Petra Olivares  
13/11 Consuelo Barranco  
14/11 Ana María Barranco  
14/11 Victorio Collado  
14/11 Máxima Izquierdo  
15/11 M.<sup>a</sup> Victoria Martín  
17/11 Teodoro Maroñas  
19/11 Rufina Adriana Rivas  
22/11 Concepción Salas  
28/11 Antonio González  
28/11 Asunción Sigüenza  
30/11 Lucía García

### HOY COMEMOS Manuela Núñez

# Sopa Castellana

#### INGREDIENTES

Ajo, un huevo por persona, pan duro, jamón serrano, caldo de carne, pimentón dulce y aceite.

#### PREPARACIÓN

Pelamos y fileteamos los ajos y salteamos hasta que comiencen a coger un color dorado. Añadimos el jamón cortado en trozos pequeños. Agregamos 6 rebanadas de pan duro y espolvoreamos con el pimentón dulce. Añadimos el caldo a fuego bajo y finalmente rompemos los huevos para echarlos a la sopa.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Miajadas, Cáceres



Conociendo Miajadas.

Miajadas es el pueblo donde nació nuestra residente Felisa Martínez. Es un municipio español situado en el sur de la provincia de Cáceres. Este, formado por la villa de Miajadas, Alonso de Ojeda y Casar de Miajadas, cuenta con un total de 9.359 habitantes (dato de 2023). El Día de Todos los Santos es costumbre visitar los campos santos y probar platos típicos como las castañas asadas. En los últimos años, la festividad se

ha extendido durante todo el puente con la incorporación de la fiesta de “Halloween”, donde los más pequeños van casa por casa pidiendo caramelos y disfrutan de numerosas actividades, como la casa del terror más grande de la región, organizada cada año por los vecinos del barrio Pozo Vela, en el edificio del albergue. Anteriormente, esta particular casa del terror era situada al aire libre, en un parque del barrio.

**AYER Y HOY**



## Antes

Presentación Caballero nos da una enseñanza de serenidad, adaptación y positivismo. Nos cuenta que, en la vida, nos pasan cosas buenas y cosas malas, pero nos recuerda que tenemos que hacerles frente y seguir viviendo porque: “En la juventud aprendemos, y en la vejez entendemos”.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Raquel Gutiérrez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ha finalizado una vez más la etapa estival, no sin sus altibajos, en la que pudimos compartir momentos especiales como el aniversario, el campamento urbano en el que participaron niños de trabajadores, así como de residentes, disfrutamos de los descansos oportunos y nos pusimos en marcha de cara a una nueva etapa para seguir creando páginas en la historia de nuestra residencia. Continuamos en la lucha por ofrecer la mejor atención a los mayores. Por ello, no cesamos en realizar actividades nuevas y formar constantemente a nuestro personal. De cara al fin de este año, tenemos preparadas diversas actividades que esperamos que agraden a nuestros residentes y que nos permitan pasar unas jornadas alegres. Me gustaría aprovechar este espacio para volver a animar a los familiares a la participación en todas estas iniciativas, tan importantes para vuestros seres queridos. Por otra parte, quiero dar la bienvenida a la doctora Miledy, que se incorporó el pasado mes de mayo tras la marcha del doctor Arthur, por su gran profesionalidad y aplomo. Me despido con un fuerte abrazo, agradeciéndos vuestro apoyo diario para poder seguir trabajando en este sector tan bonito como es el de las personas mayores, que tantas cosas buenas nos dan.

## COSAS DE CASA

# Vuelta al trabajo

Finalización del periodo estival.

Al finalizar el periodo estival, y ya dando fin a las vacaciones, llega la hora de regresar a las rutinas. Para evitar la llamada “depresión postvacacional”, se recomiendan unos días de descanso previos a la incorporación laboral; en los cuales, ir retomando de manera progresiva los horarios de las obligaciones. Además, es conveniente tener siempre actividades que podamos desarrollar a diario como aliciente para volver al trabajo, para disfrutar de nuestro tiempo libre sin echar tanto de menos las vacaciones. De este modo, vamos evitando añorar todo lo que hemos hecho durante las vacaciones y que suelen ser actividades más complicadas de compaginar con el día a día. Así, seremos capaces de volver a la rutina sin que nuestro estado anímico baje y aprovecharemos cada minuto, fuera de las obligaciones, con alegría. Igualmente, es importante retomar una dieta e hidratación ordenada para limpiar los excesos del verano.



Consejos para la vuelta a la rutina.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Miledy Silva, médica

**La locura es hacer las mismas cosas esperando resultados diferentes.**

**Edad:** 31 años.

**En Amavir desde:** 2024.

**Lo mejor de Amavir:** Buen ambiente laboral.

**Virtud:** Paciente.

**Defecto:** Perfeccionista.

**Aficiones:** Cine, cocinar y dibujar.

**Libro:** La bien amada.

**Película:** La propuesta.

**Grupo de música:** Andrea Bocelli.

**Comida favorita:** Pastiche.



## RECUERDOS

## Gloria Auxiliar

En el rincón de Amavir, brilla una estrella,  
Gloria, con su luz, la vida destella.

Con manos de oro y un corazón sincero,  
teja cada día un mundo entero.

Entre estudios y trabajo, danza sin cesar,  
su esfuerzo y dedicación nos hacen soñar.  
Agradecemos tu entrega, tu risa y tu calma,  
eres un faro que ilumina el alma.

Gracias, Gloria, por ser inspiración,  
tu labor es un canto, una hermosa canción.  
En cada gesto tuyo hay amor y verdad,  
en este poema va nuestra gratitud en realidad.

# 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.

