

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

Jornada de convivencia de familiares en Amavir Usera

Residentes, familiares y trabajadores comparten momentos en la vida de la residencia.

Este verano se desarrollaron actividades como los Sanfermines, fiestas de cumpleaños y, en especial, una gran jornada de convivencia que se ha convertido en tradición en nuestro centro donde participaron residentes, familiares, amigos y trabajadores. Comenzamos la mañana con gerontogimnasia, y nuestros usuarios disfrutaron con alegría de la actividad física que se llevó a cabo en las salas correspondientes ya que el tiempo así lo requería. Después, se llevaron a cabo actividades como los bolos, el vóley adaptado o la petanca. También se realizó un bingo con regalos especiales donde participaron residentes y familiares. Para la hora de comer, el menú elegido se dividió en dos partes. Primero, disfrutaron de unos entrantes compuestos por sándwiches variados, tortilla de patatas, empanadillas y croquetas y, como segundo plato, disfrutamos de una rica barbacoa con chorizo, morcilla, panceta y chuletas. Ofrecimos también refrescos, agua fresquita y una rica sangría para hacer más llevadero el calor del día. Para cerrar el menú, ¡unos deliciosos profiteroles de nata con sirope de chocolate!



Manuel junto a su esposa disfrutando del día.

Para chuparse los dedos. Para finalizar el día, disfrutamos de la actuación especial de nuestra invitada María Gracia, a la que tenemos un cariño especial, tan cercana y agradable como siempre. Disfrutamos de un repertorio estelar de canciones de época con gran elegancia e impresionante voz. Nos regaló momentos muy divertidos e interactuó con los residentes y sus familiares animando en todo momento.

Taller de pintura al óleo

Sacamos al artista que llevamos dentro.

El pasado 24 de mayo se realizó un taller de pintura al óleo en nuestro centro. Esta actividad fue organizada por la Fundación Grandes Amigos junto con la empresa Aegón. Durante una hora, nuestros residentes fueron dirigidos por dos talleristas que prepararon todo el material necesario; lienzos con el boceto, caballete, paleta de colores necesarios y pinceles. Acompañados por un voluntario, nos pusimos manos a la obra. Con esta actividad, además de trabajar las habilidades manuales y de motricidad fina, trabajamos las habilidades sociales y relaciones intergeneracionales. Al finalizar la actividad todos tomamos un picoteo y nos hicimos una foto para el recuerdo.



Algunos de nuestros artistas y su resultado final.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Gerontogimnasia

Se realiza de lunes a viernes entre los Departamentos de Fisioterapia y Terapia ocupacional.

Fisioterapia

Cinesiterapia, reeducación de la marcha, mecanoterapia, termoterapia, prevención del síndrome del encamado, tratamiento neurológico, electroterapia, propiocepción y kinesiotaping.

Psicología

Psicoestimulación cognitiva y sensorial, taller de prensa e intervención individual.

Terapia ocupacional

Supervisión/reeducación de ABVD (vestido, aseo y alimentación), reentrenamiento de AIVD, rehabilitación funcional, estimulación multisensorial, movilizaciones pasivas, psicomotricidad y estimulación cognitiva.

Animación sociocultural

Ergoterapia, ludoterapia, ocio y tiempo libre, intervención con la música, estimulación sensorial, animación estimulativa, taller de coro, Street View, bingo, bingo musical y taller de nuevas tecnologías.

HOY COMEMOS Rosa Ramos

Fréjoles con arroz

INGREDIENTES

Fréjoles, arroz, cebolla, ajo, pimiento verde, huevo, sal y aceite.

PREPARACIÓN

Cocemos los fréjoles y el arroz en la misma cazuela. Por otro lado, cocemos los huevos. Preparamos un sofrito con la cebolla, el ajo y el pimiento verde. Añadimos los fréjoles y el arroz cocido al sofrito. Y, por último, cortamos el huevo duro en trocitos y lo agregamos justo antes de servir para que no se deshaga mucho. ¡Listo y al plato!

ACT. EXTRAORDINARIAS

Octubre

Actividades especiales por Halloween.
19/10 Actividad especial por el Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama.
24/10 Actividad por el Día Mundial contra el Cambio Climático.
25/10 Fiesta de cumpleaños.

Noviembre

15/11 La castañera .
19/11 Concurso de tarjetas de Navidad de la comunidad de Madrid. Taller de tarjetas.
25/11 Actividad especial por el Día Mundial de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.
26/11 Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles desde las 10:00 h.

Podología

Tres veces al mes. Preguntar en recepción.

CUMPLEAÑOS



Octubre

04/10 Marcelina Gala
05/10 Milagros Musulen
08/10 Carmen Almarza
09/10 Eduardo Mochales
11/10 Felisa Padilla
13/10 José Antonio Santos Olmos
14/10 Agustín Fresno
15/10 José Antonio Blanco
15/10 Rosalía Trujillo
22/10 Purificación Tena
24/10 Manuel Francisco Baquero
28/10 Adelaida Diaz
29/10 Brígida Gutiérrez

Noviembre

03/11 Alicia Nuevo
08/11 Victoriano Martín
09/11 Felisa López
12/11 Gloria Aurelia García
14/11 Antonia Solera
16/11 Francisco Martínez
17/11 Celestino Suja
18/11 María Martín
19/11 Magdalena Argüelles
19/11 Isabel Valencia
20/11 M.^a Luisa Aparicio
21/11 Pedro Gamonal
25/11 Mariana Molina
26/11 Jesús Fernández
27/11 Dolores Bellón



Rosa nos prepara sus fréjoles con arroz.

SECRETOS DE MI TIERRA



Campos manchegos.

De la mancha manchega, es Valdepeñas, el pueblo de Alfonso Cerros

Nuestro querido residente comienza diciéndonos que en España hay tres Valdepeñas, pero este Valdepeñas es el del buen vino, mucho pan, mucho aceite y mucho tocino, el de la Mancha, concretamente de la provincia de Ciudad Real. Alfonso, nos cuenta que, muy a su pesar, tuvo que irse con 14 años de su pueblo. Sin embargo, ha seguido volviendo al lugar que lo vio nacer y reconoce que ha crecido muchísimo. Actualmente cuenta con 30.000 habitantes. Recuerda ir al colegio de la calle

Bataneros, que pertenecía al Ayuntamiento. Le gustaba mucho estudiar y es allí donde aprendió a leer y a escribir, pero sólo estuvo dos años. Era el mayor de sus hermanos y tenía que trabajar. Aún rememora cómo jugaban al escondite alrededor de la ermita “La virgen de la Cabeza”. Pero coincidimos en que lo mejor de Valdepeñas es la comida, las migas con uvas, las gachas con su chicha y sus mantecados y cortadillos. Os invitamos a que vayáis a probar estas delicias si no lo habéis hecho ya.

AYER Y HOY



Antes

Nuestra residente María Rosa nació en diciembre de 1928, en Madrid. Siendo la mayor de ocho hermanos, dedicó gran parte de su tiempo a cuidarlos junto con su madre. Su vida laboral se centró en trabajar en una empresa de taquigrafía y mecanografía. Se casó con su marido, con quien tuvo dos hijos; Alberto y María del Mar, a quien llaman Mariola. Actualmente, tiene 6 nietos y 2 bisnietos. Con 95 años, María Rosa dedica su tiempo libre a realizar crucigramas, leer y jugar a las cartas.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Catrola



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

En primer lugar, esperamos que hayáis disfrutado de las vacaciones de verano y de la compañía de familiares y amigos. Tras el descanso estival, comenzamos una nueva etapa en la que entre todos podemos desarrollar las mejores ideas y propuestas de actividades de ocio y tiempo libre para dinamizar el día a día de nuestra residencia. En septiembre, pondremos en marcha uno de nuestros objetivos para este año 2024; implantar el programa Amavir en familia, que se ejecutará en sesiones grupales una vez al mes. Las charlas las impartirán profesionales del centro abordando temáticas que nos permitirán conocer al equipo multidisciplinar y su trabajo diario con nuestros residentes. Cada experto nos hablará de un tema concreto, publicitándolo a través de carteles en el centro y también os enviaremos un correo. Aprovecho la ocasión para informaros de que en julio se jubiló nuestro compañero Santos Eudaldo Valencia, gerocultor de segunda planta. Quiero destacar su trabajo a lo largo de todos estos años. Siempre tenía una sonrisa para alegrarnos el día y le deseamos todo lo mejor en esta nueva etapa. Por otro lado, quiero dar la bienvenida a Sheila Martín, fisioterapeuta, y a Raquel Torralbo, terapeuta ocupacional, que se han incorporado al equipo de Amavir Usera. María Muro, coordinadora de SSGG, estará de baja unos meses, le deseamos una pronta recuperación. En este periodo, Rosa Olivera cubrirá su baja. Por último, en el equipo de coordinación de gerocultores se incorpora Elda Claros, a la que ya conocéis como gerocultora del turno de tarde.

COSAS DE CASA

Centenarios en Amavir Usera

Ramos de flores para conmemorar un día importante como es cumplir 100 años.

En Amavir Usera, durante este año 2024, estamos obsequiando con un ramo de flores a todos nuestros residentes que cumplen 100 años, y los que pasan esta cifra, que también los hay. Sólo en este mes de agosto, cuatro de nuestros mayores inauguraron su marcador de las tres cifras de edad. En España, en la actualidad un 0,03% de la población (uno de cada 3000 españoles) tiene más de 100 años. El pasado mes de agosto en nuestro centro contamos con un total de nueve personas. La más longeva de ellas, es una mujer de 102 años. Nuestro centro es un claro ejemplo de las estadísticas obtenidas en diciembre del 2023, en el que se coloca a España como el primer país de la Unión Europea con mayor esperanza de vida, actualmente en los 84 años. En Amavir Usera, de 180 residentes que viven en nuestro centro, más de 140 personas superan la cifra de los 84 años. Siendo en su mayoría mujeres. Vivimos más tiempo que nunca, pero tenemos menos tiempo que antes, los tres secretos de esta longevidad son: comer la mitad, andar el doble y reírnos el triple.



Una de nuestras residentes centenarias con su bonito ramo.

QUIÉN ES QUIÉN

Sheila Martín, fisioterapeuta

“Eres dueño de tu destino.”

Edad: 23 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: Compartir tiempo con los residentes.

Virtud: Responsabilidad.

Defecto: Perfeccionismo.

Aficiones: Patinar y gimnasio.

Libro: La grieta del silencio.

Película: Charlie y la fábrica de chocolate.

Grupo de música: Melendi.

Comida favorita: Tortilla de patata.



RECUERDOS

Vacaciones en la playa

Nuestra querida Milagros recuerda los días de vacaciones en la playa de Benidorm con sus padres y su hermano. Era el año 1934, dos años antes de la guerra. Nos cuenta que era un pueblecito de pescadores. Sólo había un edificio de apartamentos y un hotel, el resto era todo playa, nada que ver con el Benidorm de ahora. Se alojaron en el único hotel que había entonces. Ya en aquella época existía la Nivea, pero sin protección solar. También nos cuenta que, en las playas de Alicante en los años 50, las mujeres podían llevar bañador, pero que en el norte de España tenían que ponerse faldita.

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.

