

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir

**amavir**  
residencias para mayores

GRUPE  
**MAISONS**  
de **FAMILLE**

## Los centros Amavir consiguen la certificación medioambiental ISO 14001

La compañía sigue dando pasos en su política de apostar por la sostenibilidad y el cuidado del planeta.

Amavir ha arrancado el año 2022 con la obtención, por primera vez, de la certificación ISO 14001, norma de Sistemas de Gestión Ambiental (SGA).

Esta certificación supone ampliar el compromiso de la compañía con la sostenibilidad y la preservación de nuestro planeta, reduciendo

nuestra huella contaminante y las emisiones de CO<sub>2</sub> a la atmósfera, apostando en mayor medida por el reciclaje, potenciando el uso de energías renovables (solar, térmica y biomasa), siendo responsables en el consumo energético y de agua, concienciando a nuestros públicos sobre la importancia de adoptar pequeños gestos que contribuyan a reducir la contaminación.

Esta certificación implica también que se reduzca la posibilidad de que ocurran ciertos riesgos ambientales, como podrían ser emisiones de gases nocivos, derrame de sustancias tóxicas, uso de productos no aptos para el consumo humano, etc.

### Indicadores de medio ambiente de Amavir en 2021



ELECTRICIDAD

**3.425**

kWh/usuario



GAS NATURAL

**5.661**

kWh/usuario



GAS PROPANO

**1.804**

kWh/usuario



GASOIL

**3.416**

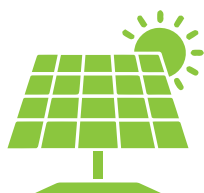
kWh/usuario



BIOMASA

**11.157**

kWh/usuario



SOLAR TÉRMICA

**1.138**

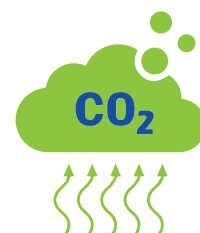
kWh/usuario



AGUA

**61,4**

m<sup>3</sup>/usuario



EMISIONES CO<sub>2</sub>

**8.777** >>>> **8.690**

Toneladas

Toneladas

⌆  
DATO  
2020

⌆  
DATO  
2021



# Amavir impartió 30.495 horas de formación a la plantilla durante 2021

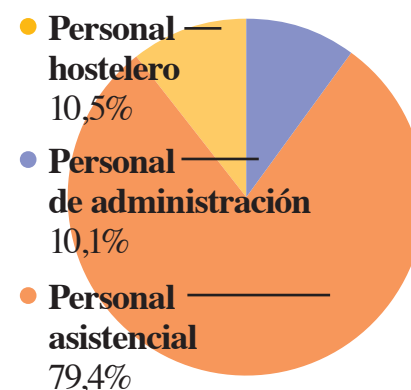
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

Una de las tareas principales del Departamento de Recursos Humanos de Amavir es procurar formación a sus profesionales para que puedan actualizar sus conocimientos, lo que redundará directamente en una mejor atención a las personas mayores.

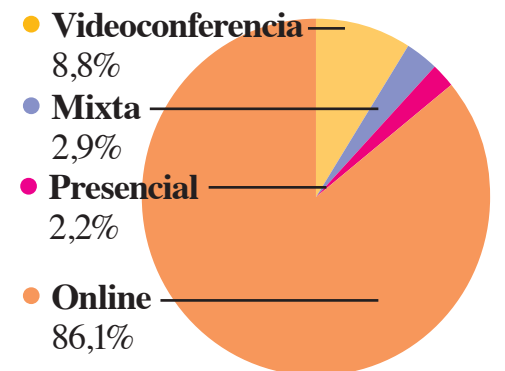
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36% más que el año anterior (que fue 4,77). El 86% de la formación fue online.

Amavir puso en marcha en 2020 una nueva propuesta de oferta formativa que posiciona a las personas como centro del proceso, empoderándolas para que la formación se convierta en un valor añadido. Esto se sustanció en la puesta en marcha de la “Escuela Amavir”, que permite que los profesionales decidan su propio itinerario formativo. Dentro de esta escuela hay 66 acciones formativas que incluyen cursos de formación obligatoria, formación técnica y desarrollo de habilidades.

## Horas de formación impartida por categoría profesional



## Horas de formación impartida por modalidad



## Indicadores de formación 2021

**INVERSIÓN**  
**307.121**  
euros

**OFERTA**  
**152**  
cursos impartidos

**DEDICACIÓN**  
**30.495**  
horas de formación

**PARTICIPACIÓN**  
**4.715**  
asistentes

**PROMEDIO**  
**6,47**  
horas de formación recibidas por cada asistente

# Lanzado el Plan de Sucesión para la Detección del Talento Interno

El objetivo de este programa es el de localizar y valorar a aquellos profesionales que se encuentran capacitados para desarrollar un plan de carrera como futuros directores y directoras de las residencias de la compañía.

Amavir ha puesto en marcha la primera edición del Plan de Sucesión Amavir para la Detección del Talento interno. El objetivo principal de esta iniciativa es localizar y valorar a aquellos profesionales que, a juicio de sus directores de centro y en consenso con el comité de dirección de la compañía, se encuentren capacitados para desarrollar un plan de carrera como futuros directores y directoras de las residencias Amavir.

Como detalla Marián Bautista, directora de Recursos Humanos de Amavir, “la compañía se encuentra actualmente en un ambicioso plan de expansión que nos llevará a la apertura de nuevos centros en los próxi-



mos años, que requerirá el nombramiento de nuevos directores, unido a la cobertura de las vacantes que se produzcan por rotación natural. Este es el contexto en el que lanzamos este Plan de Sucesión, para afrontar con garantías el próximo futuro de la organización, contar con los mejores profesionales para las direcciones y fomentar la promoción interna y el desarrollo de nuestros empleados”.

Los candidatos, que podrán ser un máximo de 15, deberán contar con una titulación universitaria y experiencia igual o superior a dos años dentro de la compañía.





Centro con plazas  
concertadas con  
  
Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

# Nuestras grandes artistas de Arganzuela

**Una exposición en nuestra sala multiusos en homenaje a las habilidades de nuestras residentes.**

En nuestro centro tenemos grandes artistas que, aun no siendo reconocidas, nosotros queremos darles la importancia y el reconocimiento que merecen. A lo largo de sus vidas, aparte de ser amas de casa, madres, abuelas y algunas trabajar fuera de casa, han tenido tiempo para sí mismas y para desarrollar habilidades que necesitaban expresar de diferentes formas. Inés Conde utiliza técnicas de estaño, silicona en tres dimensiones, cuadros pintados en corteza de pino y vidrieras, entre otros. Rosario Trigueros es una gran pintora al óleo de paisajes con una realidad increíble, Teresa Merino hace maravillas con cuadros espectaculares de petit point, Mercedes Aguilera es una maestra del Carey (sobre todo con las peinetas), cuadros en tres D y manualidades con goma Eva. A Concepción Martín es un privilegio verla trabajar realizando manualidades y moldear el estaño. Ellas son las artistas de las que esperamos no sea la última exposición. Nuestro deseo es que se unan más residentes y que quieran que mostremos las habilidades que poseen en cualquier ámbito.



Algunas de las obras de Inés Conde.

## 22 de abril, Día Mundial de la Madre Tierra

**Cuidamos de nuestro planeta bajo el lema “ciudades verdes”.**

Gaylord Nelson instauró por primera vez en 1969 este día para crear conciencia a los problemas de la población, contaminación y la conservación de la biodiversidad, para proteger nuestro gran planeta Tierra. La reivindicación de este día es conservar los diferentes ecosistemas de los que consta nuestro planeta y con ellos también el mantenimiento de todos

los seres vivos que la habitamos. Uno de los lemas más importantes de este día es “ciudades verdes”, el cual quiere decirnos que es muy importante la vegetación en nuestros entornos, ya que la vegetación es el pulmón de todos nosotros. Este día es tan importante que tiene su propio himno musical, el Himno a la tierra, de Abhay Kumar.



Nuestros mayores respirando aire limpio.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes

11:00 h. Estimulación cognitiva. 15:30 h. Movilizaciones. 18:00 h. Juegos populares.

Martes

11:00 h. Ocio y gerontogimnasia. 12:00 h. Tertulia literaria. 17:00 h. Cine.

Miércoles

12:00 h. Entrenamiento de la memoria. 15:30 h. Actividades musicales.

Jueves

11:00 h. Estimulación sensorial. 15:30 h. Gimnasia virtual. 17:30 h. Actividades propositivas.

Viernes

10:15 h. Actividades lúdicas. 15:30 h. Ocio y tiempo libre. 17:30 h. Bingo.

Todos los días

Entrenamiento de las ABVD. Programa de vida activa. Programa de comunicación con familias.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

San Isidro.  
Aniversario de Amavir Arganzuela.  
Salida a Casa de Campo.  
Cumpleaños.

Junio

Fiesta del verano.  
Salida de compras.  
Taller de frutas.  
Cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes a partir de las 10:00 h.

Podología

Dos jueves al mes a partir de las 10:00h.

Eucaristía

Sábados a las 18:00 h.

Cafetería

De lunes a domingo de 09:00 a 19:45 h.

CUMPLEAÑOS

Mayo

- 01/05 Ascensión Gutiérrez
- 03/05 Basilisa Aparacio
- 05/05 Isabel Cobos
- 05/05 Purificación de los Mártires
- 05/05 Agustín Molina
- 05/05 Milagros Torres
- 09/05 María Ovejero
- 11/05 Juan López
- 12/05 Domingo García
- 13/05 Isabel Mármol
- 13/05 M.ª Luisa Rizo
- 15/05 Francisca Garrido
- 16/05 Carmen Gómez
- 18/05 Arminda Fernández
- 20/05 Bernardina Marco
- 20/05 M.ª Carmen Rodríguez
- 22/05 M.ª Luz Martínez
- 24/05 Concepción Martínez
- 24/05 Ana María Sáenz
- 26/05 Ascensión Morán
- 27/05 Mercedes Aguilera
- 29/05 Enriqueta Huerta
- 30/05 Práxedes Sánchez
- 31/05 Flora Ferrera

Junio

- 03/06 Clotilde Tejada
- 05/06 Carmen Martín
- 06/06 Justo Cercas
- 07/06 Rafaela Mantecón
- 08/06 José Cifuentes
- 12/06 José Hitado
- 12/06 Paloma Valls
- 13/06 Antonia Gil
- 14/06 Ana Ciruelos
- 14/06 Casimiro García
- 16/06 Ángela Ramírez
- 17/06 María Gil
- 18/06 José Luna
- 20/06 Rosario Buero
- 20/06 Pilar Cubedo
- 20/06 Amelia Pérez
- 21/06 Luisa López
- 24/06 Juana Morales
- 26/06 Rogelia Rodríguez
- 27/06 Araceli Ordad
- 28/06 Julia Hernández
- 28/06 Francisco Javier Rico



HOY COMEMOS Concepción Martín

Merluza a la Bilbaína

INGREDIENTES

Merluza, aceite de oliva, pimientos de piquillo, cebolla, ajo, pimienta blanca, harina, media cuchara pequeña de pimentón dulce y vino blanco.

PREPARACIÓN

Rehogamos la cebolla, el ajo y el pimiento, añadimos el pimentón y mezclamos con el vino. Por último, rebozamos en harina la merluza y la cocemos diez minutos.



Nuestra cocinera Concepción.



SECRETOS DE MI TIERRA



El río Tiétar al pasar por El Balconcillo.

El Balconcillo del Valle del Tiétar en Pedro Bernardo

Carmen Santamaría es oriunda de este precioso pueblo de la provincia de Ávila, conocido como El Balconcillo del Valle del Tiétar. Desde sus calles se alcanzan a ver preciosas vistas de los Montes de Toledo y el curso del río Tiétar. El curioso gentilicio de sus gentes es el de “cuchareros”, se cree que proviene de su habilidad para fabricar estos utensilios hechos de madera. Carmen destaca la belleza de su Iglesia de San Pedro y sus dos ermitas. Recuerda con cariño la vida ganadera del pueblo y cómo su familia regentaba el bar en la Plaza de las Cuatro Fuentes. Allí

preparaban sus mejores productos, y cuando el pastor Lucio les hacía una visita, sus padres, Andrés y Marina, asaban carne para comer todos juntos. Es un pueblo que merece la pena visitar en cualquier época del año por su enclave natural, pero sin duda, Carmen nos recomienda no perdernos sus fiestas patronales que se celebran el 16 de agosto. Se honra a San Roque, fecha en la que el pueblo entero engalana sus calles y recibe la visita de mucha gente dispuesta a disfrutar de sus bailes, juegos, toros y vaquillas y se come el tradicional pote o caldero de patatas.

AYER Y HOY



Antes

Vicente y Palmira llevan más de sesenta años juntos. Como podemos imaginar, tiene que haber mucho amor, respeto y paciencia para continuar juntos. Dicen que el amor todo lo puede, y este matrimonio es un claro ejemplo de que así es. Penas y alegrías, risas y llantos que culminan en una unión que permanecerá hasta el fin de sus días. ¡Que viva el amor!



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Laura Egea



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Me complace escribir en este apartado de nuestro periódico sobre el enorme cambio que se va produciendo en cuanto a la situación vivida tras la COVID-19. Aún debemos de estar en alerta, pero nada tiene que ver la realidad que vivimos ahora con la que hemos pasado. Por fin, hablamos de grupos de terapias más numerosos, más salidas al exterior, materiales manipulativos compartidos, fiestas en las que asisten residentes de diferentes plantas y familias, etc. El día a día se ha normalizado y con ello las visitas y salidas de nuestros residentes, paseos por los jardines, comidas en el exterior y estancias con sus familiares. Hay un cambio radical en la actitud y en la motivación de nuestros residentes, las ganas de participar en todo lo que se les propone, hacer nuevas actividades y vivir nuevas experiencias. Esperemos poder seguir así mucho tiempo, recuperando poco a poco todo aquello que hemos dejado de lado y volver a disfrutar de vuestra compañía. Recordaros que, como siempre, quedo a vuestra disposición para cualquier sugerencia o problema que pueda resolver. Un abrazo.



## COSAS DE CASA

# 17º aniversario de Amavir Arganzuela

## Preparativos con mucha ilusión para una fiesta sin igual.

Como siempre, cuando se acerca esta época del año, nos juntamos todos con ilusión para preparar el aniversario de nuestra residencia Amavir Arganzuela. Esta vez en conmemoración a los 17 años que cumple. Este año no es que sea más especial que los demás, pero sí queremos que sea uno de los mejores. En estos tiempos que corren, nos gustaría que, por un día, o más bien por una semana, nuestros residentes y nuestros trabajadores puedan olvidar todo lo que hay fuera y volcar toda su ilusión en esta semana de fiesta compartiendo tiempo juntos. Prepararemos todo tipo de actividades innovando durante los primeros días de la semana y culminaremos el aniversario el último día con una celebración por todo lo alto. Luciremos nuestras mejores galas para celebrar este 17º aniversario con la misma ilusión con la que celebramos el primero y esperando que el tiempo nos permita disfrutar del evento en nuestros jardines al aire libre.



Celebrando el aniversario del año pasado.

## QUIÉN ES QUIÉN

### Jessica Oropeza, gerocultora

**“Disfrutar todos los momentos es lo más importante”.**

**Edad:** 43 años.

**En Amavir desde:** 2016.

**Lo mejor de Amavir:** Los residentes.

**Virtud:** El cariño.

**Defecto:** La perfección.

**Aficiones:** Estar con mis residentes.

**Libro:** El Quijote.

**Película:** Las películas de guerra.

**Grupo de música:** Camilo Sesto.

**Comida favorita:** Ceviche.



## RECUERDOS

### Por María del Valle Mula...

Nacida en Villaverde Alto, recuerda haber tenido una infancia y una juventud muy feliz. Fue al colegio situado en el Paseo de El Prado hasta los 15 años. A los 16 comenzó a trabajar en una fábrica en el polígono de Marconi. Hicieron un periódico en dicha fábrica, en el que fue la primera en salir. Le preguntaron que qué quería hacer y ella dijo “conocer Nueva York”. Vivió en el paseo de las Delicias y allí tenía unas vecinas que, desde el año 1939 hasta la actualidad, han sido amigas suyas.



# Celebramos el Día Internacional de la Mujer

Además de actividades en las residencias, hemos apoyado la campaña “Empleo para todas” de la Fundación Adecco.

Un año más, las residencias de mayores de Amavir se unieron el 8 de marzo a la celebración del Día Internacional de la Mujer.

Se organizaron diversas actividades en todos los centros para conmemorar este día tan importante para nosotros, ya que más

del 80% de nuestros empleados y más del 70% de nuestros residentes son mujeres. Lo son también 33 de los 41 directores de las residencias.

Esta apuesta nos llevó a aprobar hace ya unos años nuestro Plan de Igualdad y Diversidad. Y es ya una tradición que nos sumemos a iniciativas que reivindican el papel de la mujer en la sociedad. Este año ha sido el caso, por ejemplo, de nuestro apoyo a la campaña “Empleo para todas” de la Fundación Adecco, que pretende crear conciencia sobre la dificultad del acceso al mercado laboral para las mujeres expuestas a la pobreza y a la exclusión social, un sector especialmente cruel con las mujeres mayores de 45 años desempleadas de larga duración, con discapacidad, con responsabilidades familiares no compartidas y/o víctimas de la violencia de género.

Por otro lado, desde Amavir participamos también en un vídeo que se elaboró por parte del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos, junto a nuestros compañeros de Francia, Italia y Alemania, en el que se ponía en valor el importante papel de las mujeres en nuestra compañía.

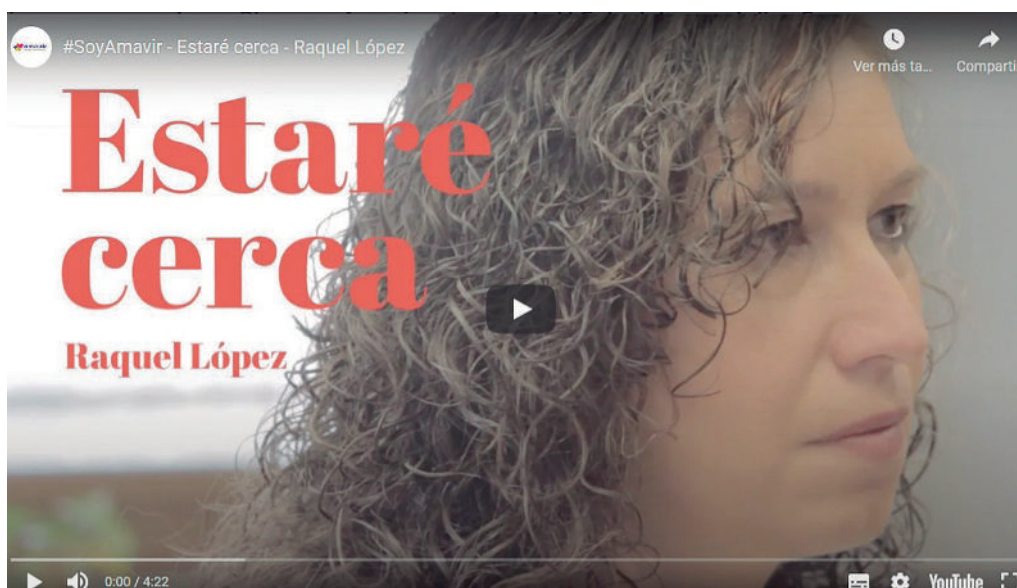


## Nuevos vídeos de las series “Así se cocina” y “Soy Amavir”

Estas últimas semanas hemos publicado en nuestra página web y redes sociales nuevos vídeos. En la sección de “Así se cocina”, en la que nuestros mayores nos deleitan con ricas recetas, Pilar Delgado Blanco, de la residen-

cia Amavir Alcalá de Henares (Madrid), nos enseña a preparar leche frita. Por su lado, en la sección “Soy Amavir”, creada para conocer a nuestros profesionales, nos acercamos a la trayectoria y vivencias de nuestra com-

pañera Raquel López, técnico de Calidad de Amavir, que ha participado como psicóloga en emergencias como los atentados del 11-M en Madrid o el accidente de avión de Spanair en Barajas.







# Presentamos los nuevos proyectos de residencias Amavir a los alcaldes de Oviedo y Ciudad Real

La directora general de la compañía se reunió con ambos ediles para presentarles los nuevos centros.

La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, se ha reunido recientemente con los alcaldes de Oviedo y Ciudad Real, Alfredo Canteli y Eva María Masías, respectivamente, para presentarles los proyectos de nuevas residencias que Amavir desarrolla en ambas ciudades. La nueva residencia de Ciudad Real, ubicada en la explanada del Qui-

jote Azteca de esta capital, se encuentra actualmente en la última fase de construcción y abrirá sus puertas en los próximos meses. Dispone de 158 plazas y se estructura en planta baja y cuatro plantas. La nueva residencia, la sexta de Amavir en Castilla-La Mancha, dará empleo a unas 95 personas.

En el caso de Oviedo, la residencia estará ubicada en el barrio de Montecerrao. Dispondrá de 144 plazas distribuidas en cinco unidades de convivencia, y la finalización de obras está prevista para el cuarto trimestre de 2023. Será la primera residencia de Amavir en el Principado de Asturias y dará empleo a unas 85 personas.

## OVIEDO



Proyecto de Oviedo.



Encuentro con el alcalde de Oviedo.

## CIUDAD REAL



Proyecto de Ciudad Real.



Visita a la alcaldesa de Ciudad Real.

# Nueva jornada Amavir “Claves para seguir adelante con ilusión, energía y confianza”

El próximo 9 de junio se celebrará en Madrid la jornada Amavir, dirigida a profesionales de los servicios sociales, y que podrá seguirse presencialmente o a través de Internet. El lema de esta jornada es “Claves para seguir adelante con ilusión, energía y confianza” y se contará con la presencia de dos destacados ponentes. El prime-

ro, Mario Alonso Puig, médico y fellow en cirugía por Harvard University Medical School, y el segundo, Carlos Hernández, doctor en Ciencias Sociales y máster en Recursos Humanos, licenciado en sociología y periodismo y diplomado en Trabajo Social. La información de la jornada está disponible en nuestra página web.



Cartel ilustrativo de de la jornada.