

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 CO₂ 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

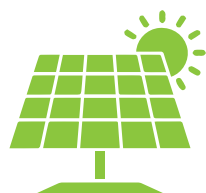
kWh/usuario



BIOMASA

11.157

kWh/usuario



SOLAR TÉRMICA

1.138

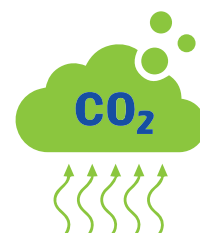
kWh/usuario



AGUA

61,4

m³/usuario



EMISIONES CO₂

8.777

Toneladas

⌆
DATO
2020

8.690

Toneladas

⌆
DATO
2021



Amavir impartió 30.495 horas de formación a la plantilla durante 2021

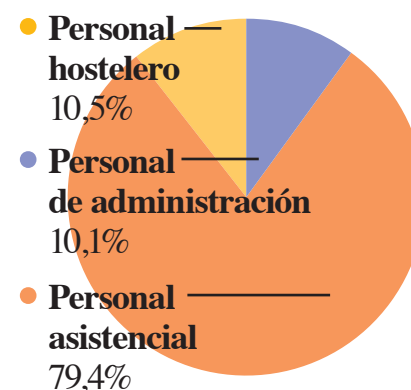
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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.

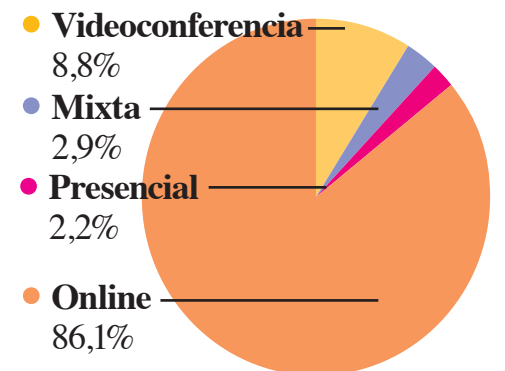
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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

Carnavales en Amavir Coslada con disfraces hechos a mano

Hemos disfrutado de una magnífica fiesta bajo el lema “Paz y Amor”.

Una de las fiestas populares que se celebran en España los días antes de la Cuaresma es el Carnaval. Se caracteriza por el uso de disfraces y máscaras coloridas, así como por los bailes, desfiles y comparsas con música. En nuestra residencia disfrutamos de una magnífica fiesta de Carnaval bajo el lema “Paz y Amor”. Nuestros residentes colaboraron en la elaboración de los disfraces haciendo coronas de flores, chalecos con distintos elementos característicos de la época y collares con el símbolo hippie. Para su elaboración usaron diferentes tipos de materiales: cartulinas, folios o bolsas de basura. Colorearon y recortaron cada uno de los dibujos que se pusieron en los trajes y dedicaron su tiempo cuidando cada detalle. También añadimos a estas manualidades un photocall representando la parte central de una caravana hippie. Después celebramos una gran fiesta, donde nuestros residentes pudieron lucir los trajes que habían confeccionado. Además, gracias a Lola del Moral disfrutamos de una gran actuación en directo con la que reímos, bailamos y cantamos. Para culminar esta fiesta tradicional celebramos el Entierro de la Sardina. Tras una procesión encabezada por la sardina salimos al patio y procedimos a quemar la sardina para enterrarla y con ello dar fin a este Carnaval presidido por el lema “Paz y Amor”.



Fiesta hippie de Carnaval.

El 8M conmemoramos el Día de la Mujer

La importancia de las mujeres a lo largo de la historia, una exposición informativa.

Para el Día Internacional de la Mujer preparamos la exposición “La importancia de las mujeres en la historia”. Nuestros residentes pintaron cuadros protagonizados por mujeres. El taller nos dio la oportunidad de conocer a

muchas mujeres desconocidas para nosotros como Jocelyn Bell (teoría de la evolución estelar), Mae Jemison (astronauta), Alicia Sintes (física española) y también para recordar a mujeres más reconocidas como Gloria Fuertes, Marie Curie o Coco Chanel. Fue una actividad que además ha servido para empoderarnos y aprender que todas nosotras tenemos algo que ofrecer a la sociedad y al mundo por pequeño que sea.



Mujeres poderosas de la historia.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Reeducación de la marcha y el equilibrio, rehabilitación funcional, movilizaciones pasivas, rehabilitación del paciente con patología aguda y psicomotricidad.

Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional, reeducación de las ABVDs, reeducación de las AIVDs, estimulación cognitiva, movilizaciones pasivas y estimulación multisensorial.

Psicología

Estimulación cognitiva con deterioro y sin deterioro, estimulación multisensorial, reminiscencia, música para despertar y alteración de conducta.

Animación sociocultural

Ludoterapia, actividades de ocio y tiempo libre, actividades musicales y ergoterapia.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

- 15/05 Día de San Isidro.
- 17/05 Día Mundial del Reciclaje.
- 18/05 Día de los Museos.

Junio

- 17/06 Día de la Tapa.
- 20/06 Yellow Day, el día más feliz del año.

SERVICIOS

Peluquería

Jueves de 10:00 a 17:00 h.

Podología

Miércoles de 09:00 a 13:00 h.

Eucaristía

Domingos a las 12:00 h.



CUMPLEAÑOS



Mayo

- 01/05 Peregrina Allende
- 02/05 Pedro Casco
- 02/05 Inés María Cortijo
- 06/05 Remedios Pastor
- 10/05 Antonia Pradillos
- 10/05 Marcelino Verdejo
- 12/05 Carmen Campuzano
- 13/05 María Martín
- 15/05 Isidra González
- 15/05 Dolores Ramírez
- 15/05 Simona Vivar
- 16/05 María del Pilar González
- 17/05 Cleto Vargas
- 19/05 María Dolores López
- 22/05 Sixta Gómez
- 23/05 Milagros González
- 28/05 María del Milagro Morales
- 29/05 María Fernández
- 29/05 Francisco González
- 30/05 Stelian Sotir

Junio

- 01/06 Encarnación Hidalgo
- 03/06 Ovidio Martín
- 07/06 María Dolores González
- 08/06 Juana León
- 11/06 Concepción Sánchez
- 16/06 Margarita Julia Marcos
- 20/06 Alberto Saz
- 21/06 María del Carmen Gallego
- 21/06 Teodora Mansilla
- 23/06 María Mercedes López
- 24/06 Juana Mercedes Alonso
- 26/06 Sotero Arce
- 29/06 Leandro Astilleros
- 29/06 Gregoria Díez

HOY COMEMOS Valle Egea

Salmorejo de Écija

INGREDIENTES

Tomates, pan, ajo, vinagre, sal, aceite de oliva, jamón y huevo cocido.

PREPARACIÓN

Se lavan los tomates y se ponen en el vaso de una batidora eléctrica con el pan remojado escurrido y medio ajo. Luego se baten bien y se le echa vinagre, la sal y el aceite de oliva. Más tarde se sigue batiendo hasta que todo quede muy fino y se sirve muy frío, para luego añadir jamón y huevo cocido en el momento de servirlo.



Valle de cocinillas.

SECRETOS DE MI TIERRA Alegría Díaz



La Iglesia parroquial de Nuestra Señora de Gracia en Ribera del Fresno.

Ribera del Fresno, un pueblito de Badajoz

Alegría Díaz Barroso nació y vivió en Ribera del Fresno, un pequeño pueblo de Badajoz. Se siente muy orgullosa de su pueblo y actualmente lo echa mucho de menos. Recuerda con cariño la casa grande donde ella vivía, una finca de 1000 m² con piscina. La parte de atrás daba al río Valdemedel y la parte de delante a la Plaza de España. En su casa siempre era bien recibida

la gente del pueblo y los amigos, con los que pasaban muy buenos ratos. Desde los balcones de su casa veían las carrozas de Carnaval, a la gente disfrazada y las procesiones, que llegaban hasta la plaza. La procesión más importante para ella es la de “Nuestra señora de la Soledad” y también es importante el Domingo de Resurrección, con la Virgen de los Dolores.

AYER Y HOY



Antes

Margarita nació en San Miguel de Bernuy, Segovia. Vino a la edad de 14 años a Madrid y se quedó en casa de una tía suya. Enseguida se puso a servir hasta que conoció a su marido Pepe. Pepe era mucho mayor que ella, pero eso no les impidió vivir un amor profundo y lleno de felicidad. Tuvieron 3 hijos junto a otros dos que tenía Pepe. Al jubilarse, viajaron mucho, tanto dentro como fuera de España.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Hernández-Rico



Estimados residentes, familiares y trabajadores:
¡Por fin llegó la primavera! y con ella, el popular dicho “la primavera, la sangre altera”, pero ¿qué hay de cierto en este refrán? La llegada de la primavera favorece la liberación de diferentes tipos de hormonas como la serotonina, la dopamina o la oxitocina, son hormonas relacionadas con la felicidad, el placer y el alivio del estrés. Todo ello es consecuencia del aumento de la luz y de la temperatura. Nuestro metabolismo sufre ajustes, haciendo que nuestro cuerpo reaccione con cierta hiperactividad que puede influir positivamente en nuestro estado de ánimo. Cabe decir también que, en otros casos, la primavera puede provocar tristeza, fatiga o insomnio, esto es, la llamada “astenia primaveral”. En este periodo, al tener más energía, se produce un incremento de la actividad, mientras que el aumento de las horas de luz y de temperatura, conlleva a que se pase más tiempo fuera de casa y se emplee un vestuario más ligero y desenfadado. Asimismo, también se ve acrecentado nuestro interés por relacionarnos con otras personas. Por todo ello, el hecho de sentirnos más vitales, de mejor humor y con más ganas de hacer cosas cuando llega la primavera, tiene su fundamento científico. Aprovechemos entonces, esa nueva energía para hacer planes en espacios abiertos. Llevemos a cabo esas actividades que hemos tenido aparcadas y que nos permiten disfrutar de los bonitos paisajes que nos brinda esta estación del año. Feliz primavera y un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

El hogar de Curry, nuestra gatita

Entre todos los residentes le fabricamos una casa a Curry.

En el mes de marzo de 2020, coincidiendo con la pandemia y las malas noticias llegó a nuestra residencia una gata que, tras muchos nombres todos la conocemos como Curry. Ascensión de Miguel, nuestra residente segoviana tiene una relación especial con Curry, ya que anteriormente tuvo un gato y le encantan los animales. Siempre le da de comer, la visita todos los días a las 13:30 h y se preocupa cuando no la ve correteando por el patio. Fue la primera residente a la que le dijimos que le íbamos a hacer una casa, así podía tener un refugio donde cobijarse cuando lloviese, y no paraba de preguntar cuándo le tocaba pintar a ella. Lo hizo con sus manos de 97 años y llenas de dolores. Cuando vio la casa que, entre compañeros y trabajadores, le fabricamos, se emocionó, ya que para ella esta actividad era muy significativa.



Curry en su nueva casita.

QUIÉN ES QUIÉN

Almudena Monge, terapeuta ocupacional

“No eres lo que logras, eres lo que superas”.

Edad: 30 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: Los residentes y mis compañeros.

Virtud: La empatía.

Defecto: El perfeccionismo.

Aficiones: Leer, pintar y la playa.

Libro: Sinuhé el Egipcio.

Película: El señor de los Anillos.

Grupo de música: Volbeat.

Comida favorita: Tortilla de patatas sin cebolla.



RECUERDOS Amparo Canet

Amparo y su gata Morita

Mi padre era militar y, por ello le destinaban a diferentes lugares de España, por lo que nos mudábamos frecuentemente. Recuerdo que cuando vivíamos en Melilla, me encariñé de una gatita negra con ojos verdes, la llamamos Morita. Morita enfermó de la cabeza y entonces mi padre y un pescador la llevaron al rompeolas en una bolsa y la tiraron al mar. Yo me quedé llorando sin parar en brazos de mi madre, cuando, de pronto, escuchamos un maullido en la puerta. Era Morita. Empapada regresó y, milagrosamente, no solo se curó, sino que se puso preciosa.

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.