

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## 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.

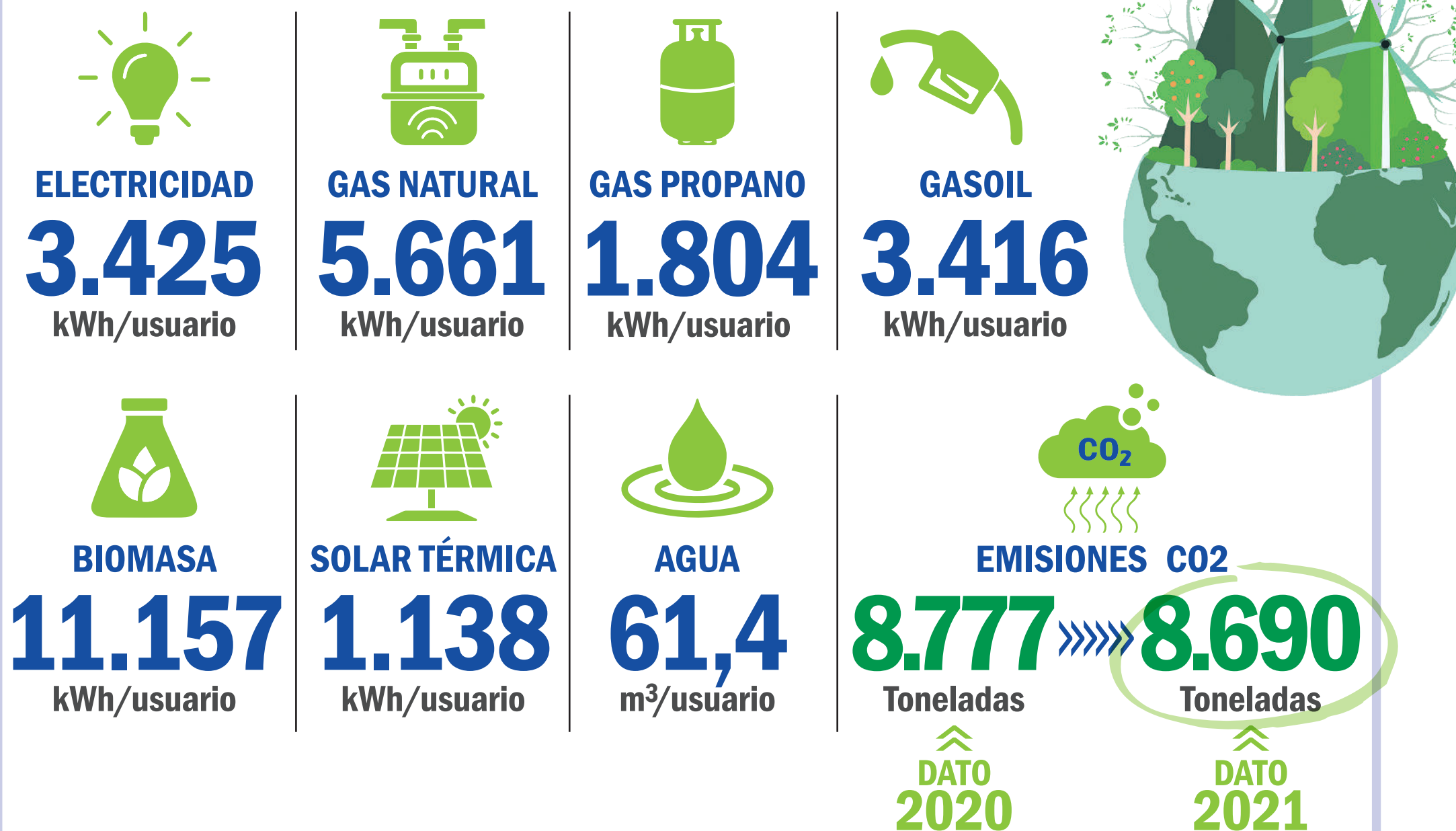
Amavir ha arrancado el año 2022 con la obtención, por primera vez, de la certificación ISO 14001, norma de Sistemas de Gestión Ambiental (SGA).

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



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

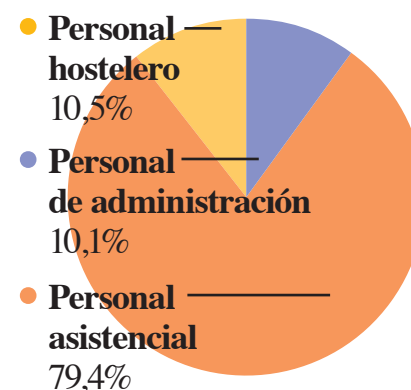
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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.

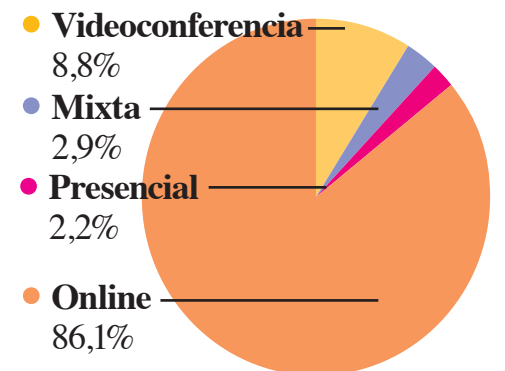
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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

## ACTUALIDAD

# Una nueva amiga llamada Tara

**Tara, la labradora de Sara Gómez, terapeuta especializada, se suma a la sesión de Terapia Canina.**

Una vez al mes nos visitan en la residencia la preciosa labradora Tara y su dueña Sara Gómez. Tara es una perra adiestrada para el trabajo con personas mayores mediante sesiones en grupo de Terapia Asistida con Animales. Este tipo de terapias tiene grandes beneficios para las personas a las que les gustan los animales, ya que les permite disfrutar de la compañía temporal de un animal sea cual sea su estado de salud y, además, se establece un vínculo muy especial, en este caso, con Tara. Tara es muy cariñosa y ya conoce a los residentes participantes a los que saluda efusivamente cuando los ve. Con ellos realiza diferentes actividades como musicoterapia, distintos juegos y has-



Tara y los participantes de la terapia.

ta bingo perruno. Algunos beneficios son la mejora de la autoestima, la mejora del estado de ánimo, la atracción del interés, la

reducción del estrés, la estimulación de la mente, el fomento de la actividad física y la estimulación social.

## Preparando el huerto para la primavera

**El amplio jardín de la residencia permite que los residentes tengan una zona para sus propias plantas.**

Como cada año, cuando llega el buen tiempo, nuestros residentes comienzan a preparar su huerto y su colorida zona de flores. Ellos se encargan de elegir el vivero que quieren, de sembrar y de cuidar sus plantas. Dependiendo de los participantes, algunos prefieren plantas con flores coloridas, otros aromáticas y a otros les hace mucha ilusión ver crecer tomates y pimientos que puedan luego recolectar y



Nuestra zona del huerto.

degustar. Es una actividad que, además de muy gratificante, tiene grandes beneficios para ellos, porque les permite continuar con sus

aficiones de siempre, evocando los recuerdos que les producen el tocar la tierra, los olores y el seguir sintiéndose útiles.



AGENDA

ACT. ORDINARIAS

De lunes a viernes

Taller de buenos días: orientación a la realidad, taller de prensa y gerontogimnasia.

Terapia ocupacional

Actividades de la vida diaria, estimulación sensorial y cognitiva, taller de memoria y motricidad.

Psicología

Reminiscencia, habilidades sociales, estimulación cognitiva y sensorial y terapias grupales.

Fisioterapia

Electroterapia, terapia respiratoria, mecanoterapia, cinesiterapia y reeducación de la marcha.

SERVICIOS

Farmacia

De lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 h.

Peluquería

Martes, miércoles, jueves y viernes de 09:30 a 13:30 y de 16:30 a 19:00 h.

Podología

Lunes con frecuencia quincenal.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

Feria de Abril.  
Salida de San Pedro.  
Fiesta de San Pedro Regalado.

Junio

Salida al Campo Grande.  
Comida en el jardín. Bienvenida al verano.

CUMPLEAÑOS

Mayo

- 01/05 M.<sup>a</sup> Ángeles Campelo
- 03/05 Alejandro González
- 06/05 Milagros Machado
- 10/05 Nicolás García
- 13/05 Mercedes Pérez
- 17/05 Aureliana Rivera
- 18/05 Ángeles Manrique
- 21/05 M.<sup>a</sup> Josefa Ramos
- 22/05 José Ramón de Francisco
- 26/05 Manuela Merino
- 27/05 Julia Núñez
- 30/05 Felisa Hernández
- 31/05 María Orusco

Junio

- 02/06 Pedro García
- 02/06 Carmen Serrano
- 05/06 Ezequiel Juárez
- 09/06 Robustiano Bueno
- 12/06 Rafael Aguilar
- 14/06 M.<sup>a</sup> Antonia Fernández
- 16/06 Trinidad Lobato
- 20/06 M.<sup>a</sup> Luisa Alonso
- 25/06 Nicesia Lorenzo
- 25/06 Sara M.<sup>a</sup> Luisa Simón
- 27/06 Socorro Gutiérrez
- 30/06 Elvira Fraile

HOY COMEMOS Victoria Álvarez

Cagadas de gato

INGREDIENTES

Medio kilo de manteca, medio kilo de azúcar, 1 vaso de vino blanco, 1 kilo de harina, ralladura y zumo de limón.

PREPARACIÓN

Se ponen todos los ingredientes, salvo la harina, en un cuenco y se mezclan bien. A continuación, se empieza a incorporar la harina a cucharadas y se va mezclando. Terminada la masa, se deja reposar unos 15 minutos y se puede empezar a moldear haciendo bolas que estiraremos haciendo unos churros y que luego se cerrarán. Lo metemos en el horno a 180 grados.





SECRETOS DE MI TIERRA



El jardín botánico del barrio de la Victoria.

El barrio de la Victoria

La Victoria es un barrio de Valladolid situado en el norte de la ciudad, que limita al norte y al oeste con el Canal de Castilla y al sur con el río Pisuerga. Allí vivió y creció Isabel Calvo, nuestra residente. Trabajaba en la desaparecida fábrica de bombones Uña situada en este mismo barrio. En él se encontraba el Hospital de San Bartolomé fundado en 1555 en unas

casas particulares y el Monasterio Franciscano de los Mínimos o de Nuestra Señora de la Victoria, que estuvo situado en el entorno del Camino del Cabildo, actual comisaría de Policía Municipal. Actualmente es un barrio en plena expansión y en el que se puede pasear por las orillas del canal y disfrutar de la naturaleza en el espléndido jardín botánico.

AYER Y HOY



Antes

Rosario Valdivieso nació en 1928 y a los 3 años se fue con sus tíos. Tuvo una infancia con muchas comodidades. Junto con su marido Antonio tuvieron 14 hijos y cuando él falleció, Rosario tomó las riendas de la familia. Su facilidad de palabra y orientación, sus dotes culinarias, su memoria, su alegría, su predisposición a la novedad y su capacidad de lucha la han hecho enfrentarse a los peores momentos. Después de que todos sus hijos volaran del nido se dedicó a lo que le gustaba: conocer cosas y viajar con sus amigas.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Luz M.ª Pelayo



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

No es la primera vez que alguien que reside en Amavir El Encinar del Rey cumple 100 años o más, hasta 107 años hemos celebrado. Aunque sí es la primera vez desde el inicio del periódico, por lo que queremos dedicar unas líneas para felicitar a todos aquellos que se hacen centenarios con nosotros. La entrañable residente Eulogia Zamora ha sido la última en poder celebrarlo, con una ilusión que nos ha contagiado a todos y uniéndose así a la otra centenaria que hay actualmente en la residencia: su gran amiga de siempre, Ignacia Rodríguez. Sí, porque así es la vida, se trata de dos antiguas y buenas amigas de juventud que se han reencontrado en nuestra residencia y que han podido festejar con nosotros este cumpleaños tan especial. Nos encanta celebrar cosas bonitas, que ya estamos cansados de penas. Después de todo lo vivido, llegar a los 100 y que puedas celebrarlo con los compañeros, que te canten “las mañanitas”, repartir bombones al personal y recibir a tu familia, aunque sea por partes y por poco rato, nos emociona de manera muy especial. Ojalá podamos preparar muchos más cumpleaños centenarios y que todos los veamos.



## COSAS DE CASA

# Sobremesas en la cafetería

En las zonas comunes de la residencia es donde se realizan las distintas actividades. Si hay un punto de encuentro por excelencia, es la cafetería.

La cafetería de Amavir El Encinar del Rey siempre ha sido un lugar de encuentro de residentes, familiares y trabajadores a la hora del almuerzo, a la hora de las visitas. Es de gran importancia para la relación entre los residentes. Es una zona con amplios ventanales y salida directa al jardín. Prueba de ello son las grandes celebraciones de cumpleaños que allí hacían los residentes de apartamentos antes de la pandemia, y que esperamos que pronto vuelvan a realizarse, o las reuniones para ver los mejores partidos de fútbol. Y, sobre todo, las tertulias de sobremesa que diariamente, después



Una de las tertulias de la cafetería.

de comer, realizan el grupo de usuarias del centro de día, al que se unen otras compañeras de residencia y apartamentos. For-

man una pandilla de lo más divertida en la que la charla, las anécdotas y las risas están garantizadas.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Sandra Martín, recepcionista

**“Nunca dejas de aprender al escuchar a los residentes”.**

**Edad:** 26 años.

**En Amavir desde:** 2017.

**Lo mejor de Amavir:** Se aprende mucho de las personas mayores.

**Virtud:** La empatía.

**Defecto:** La timidez.

**Aficiones:** Viajar y salir con amigos.

**Libro:** El Principito.

**Película:** El diario de Noa.

**Grupo de música:** Juancho Marqués.

**Comida favorita:** La tortilla de patata.



## RECUERDOS

## Los vocablos de Julia González

En el término “centrifugados” todas las letras son diferentes y ninguna se repite. En “aristocráticos” cada letra aparece dos veces. El término “corrección” tiene dos letras dobles. Las palabras “ecuatorianos” y “aeronáuticos” poseen las mismas letras en diferente orden. El vocablo “reconocer” se lee igual de izquierda a derecha que de derecha a izquierda. El vocablo “cinco” tiene a su vez cinco letras, coincidencia que no se registra en ningún otro número. La palabra “oía” tiene tres sílabas en tres letras.



# 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.