

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

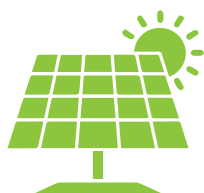
kWh/usuario



BIOMASA

11.157

kWh/usuario



SOLAR TÉRMICA

1.138

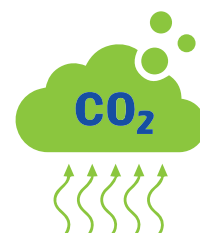
kWh/usuario



AGUA

61,4

m³/usuario



EMISIONES CO₂

8.777 >>>> 8.690

Toneladas

Toneladas

⌆
DATO
2020

⌆
DATO
2021



Amavir impartió 30.495 horas de formación a la plantilla durante 2021

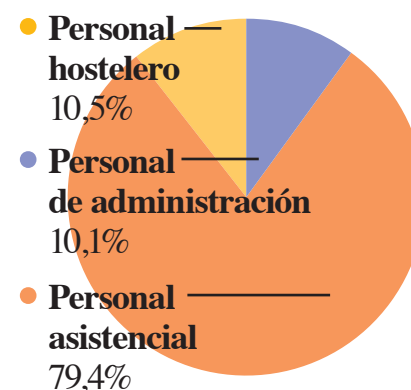
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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.

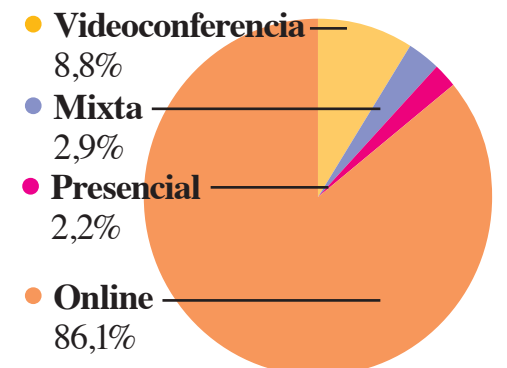
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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



ACTUALIDAD

15 años de sonrisas, cuidado y dedicación

Celebramos el aniversario de nuestro centro Amavir Horta.

El pasado sábado 19 de marzo tuvimos el orgullo de celebrar en nuestra residencia Amavir Horta 15 años de dedicación y cuidado a nuestros mayores. Podríamos decir, que han sido unos años repletos de vivencias, anécdotas, emociones y cambios. Unos años, que han hecho que estas etapas vitales de nuestros residentes formen parte de nosotros. Por este motivo, siempre decimos que somos una gran familia. Y como nos encanta celebrar la vida, no hemos podido dejar escapar este gran acontecimiento que hizo que los mayores disfrutasen de una jornada única y especial. Para dicha celebración, la residencia organizó una comida especial y acogió la actuación ofrecida por Áltima, de la mano del cantante Marc donde, respetando todas las medidas de seguridad, los residentes pudieron disfrutar de una buena tarde de música y baile en la sala de actos de la residencia. Además, tuvieron una buena merienda, incorporando ese toque dulce a la celebración. Esta celebración hizo que nuestros abuelos y abuelas movieran el esqueleto al ritmo de la rumba, la copla, el bolero, el Rock and Roll, etc. Y, para aquellos más jóvenes, alguna bachata también. Fue un día completo, lleno de alegría, diversión y afecto. Queremos reiterar en esta publicación nues-



Nuestros mayores disfrutando del aniversario de nuestro centro.

tro agradecimiento a todas las familias durante estos 15 años, ya que gracias a la confianza en nosotros estamos donde estamos a día de hoy. Y, sobre todo, agradecer que nos dejen cuidar de sus seres más preciados. ¡A por muchos más!

Sin ellas no hay nosotras

Día Internacional de la Mujer, un día de reivindicación y no de celebración.

El Día Internacional de la Mujer conmemora la lucha de la mujer por su participación en la sociedad, en pie de emancipación y en su desarrollo íntegro como persona. Es un momento para reflexionar acerca de los avances y reivindicar la valentía y la determinación de las mujeres que han jugado un papel clave en la historia. Para poder involucrar a nuestros residentes con la situación, elaboramos un vídeo al grito de ¡Ay, Mamá! Este fue nuestro homenaje a todas aquellas mujeres luchadoras con las que convivimos y nos sirven de ejemplo. Gracias a las mujeres, abuelas, madres, hermanas, hijas, esposas y amigas, que desde Amavir cantaban: ¡Vivan las ma-ma-ma-ma-ma-ma-ma-má!



Homenaje al 8M.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes

10:30 h. Rehabilitación, terapia cognitiva y taller de memoria. 11:15 h. Estimulación multisensorial, terapia cognitiva y terapia funcional. 12:15 h. Gerontogimnasia, terapia cognitiva, ejercicios dirigidos (gimnasia en planta) y taller de memoria. 13:00 h. AVD (alimentación). 15:00 h. Atención médica: Dra. Ruiz y música para despertar. 15:30 h. Rehabilitación. 16:00 h. Rehabilitación de la marcha y juegos de mesa. 18:10 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta).

Martes

08:00 AVD (higiene/vestido). 10:30 h. Rehabilitación, taller de noticias, ludoterapia y laborterapia. 11:15 h. Atención médica: Dra. Ruiz y taller de memoria. 12:00 h. Juegos de estimulación. 13:00 h. AVD (alimentación). 15:00 h. Atención social y rehabilitación. 15:30 h. Música para despertar y taller psicosocial. 16:00 h. Atención médica: Dra. Ruiz, taller ocupacional y ludoterapia. 17:00 h. Tratamientos individualizados. 18:10 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta).

Miércoles

09:00 h. Orientación temporal. 10:30 h. Rehabilitación, estimulación cognitiva y terapia funcional. 11:15 h. Atención médica: Dra. Ruiz, estimulación multisensorial y bingo. 12:15 h. Taller de memoria, estimulación multisensorial y ejercicios dirigidos (gimnasia en planta). 13:00 h. AVD (alimentación). 15:30 h. Rehabilitación. 16:00 h. Bingo, tratamientos individualizados y atención médica: Dra. Ruiz. 17:00 h. Reminiscencia. 18:10 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta).

Jueves

08:00 h. AVD (higiene/vestido). 10:30 h. Rehabilitación, taller de noticias, gerontogimnasia, estimulación cognitiva y AVD (Higiene de manos). 11:15 h. Atención médica: Dra. Ruiz, estimulación cognitiva, ludoterapia, estimulación multisensorial y terapia funcional. 12:00 h. Juegos de estimulación, reminiscencia y grupo calidad de vida. 13:30 h. AVD (alimentación), planificación y gestión del tiempo. 15:30 h. Rehabilitación. 16:00 h. Programa de HHSS y comunicación. 17:00 h. Tratamientos individualizados. 18:10 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta).

Viernes

08:00 h. AVD (higiene/vestido). 10:30 h. Reha-

bilitación, estimulación cognitiva y música para despertar.11:30 h. Atención médica: Dra. Ruiz, gerontogimnasia y estimulación multisensorial. 12:00 h. Misa, higiene postural, terapia funcional y taller de memoria. 13:00 h. AVD (alimentación). 15:30 h. Reeducación en la marcha. 16:00 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta) y cinefórum. 17:00 h. Tratamientos individualizados. 18:10 h. Ejercicios dirigidos (gimnasia en planta).

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

Visita cultural por Barcelona y/o asistencia a una representación teatral, cine o concierto, según disponibilidad y preferencia.
Taller de cocina.
Día Mundial del Reciclaje.
Todos los viernes, cinefórum.

Junio

Barbacoa de “bienvenida al verano”.
Taller de cocina.
Celebración de Sant Joan.
Salida cultural al Centro Cívico de Horta.
Todos los viernes, cinefórum.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles de 10:00 a 18:00 h.

Podología

Jueves de 10:00 a 14:00 h cada 15 días.

Misa

Viernes a las 12:00 h en planta -2.

CUMPLEAÑOS

Mayo

01/05 Pascuala Ansón
01/05 Manuela Doral
02/05 Nuria Zapater
05/05 Juana López
06/05 Esther Romaña
08/05 Ángel Ruiz
11/05 Josefa Altes
12/05 Josefa Castañeda
13/05 Enrique Álvarez
16/05 Honorato Frías
16/05 Gregorio Martínez
17/05 Domingo Alloza
17/05 Jesusa González
17/05 Pere Planas
18/05 Dolores Mulero
22/05 Rita Mate
23/05 Fernando Gracia
24/05 Milagros Santana
28/05 Ana Martín
28/05 Elisa García Mantes
28/05 Dolores Mata
29/05 Juana López
31/05 Antonia Nebot

Junio

03/06 Adoración Molina
09/06 Vicenta Rustarazo
13/06 Jaime López
15/06 Simeona Estilita Maurín
17/06 Concepción Campillo
17/06 Carmen Ibáñez
18/06 Montserrat Comas
18/06 Carmen Gómez
19/06 María Paz Sáez
25/06 Álvaro Francisco Jiménez
30/06 Josefa Mato

HOY COMEMOS Lola Bermejo

Patatas a la importancia

INGREDIENTES

Patatas, huevo, harina, aceite, ajos, perejil, agua y sal.

PREPARACIÓN

Pela las patatas y córtalas en rodajas de 1 centímetro aproximadamente. Pasa las patatas por huevo batido y harina. Fríelas brevemente en una sartén con aceite y escúrrelas

en un plato. Pela y trocea los ajos y el perejil. Pon un poco de aceite en una olla, añade 1 cucharada de harina, agrega el ajo y el perejil y mezcla bien. Coloca las patatas y cúbre las con agua. Cocínalas a fuego suave durante 15-16 minutos, removiéndolas de vez en cuando. Ponlas a punto de sal y espolvoréalas con perejil picado.

SECRETOS DE MI TIERRA Maurilio Di Giovanni, fisioterapeuta



Uno de los increíbles paisajes de Andorra.

Andorra, tierra de colores

Andorra es tierra de montañas, ríos, bosques y caminos. Los paisajes colorados en primavera y las pistas blancas en invierno son las bellezas de este lugar que, desde hace unos pocos años se ha convertido en mi segunda casa. Allí tengo un hermano que voy a ver en cuanto puedo, tanto por el afecto familiar como para poder disfrutar de este país tan ex-

tremo en todos los sentidos. No siendo nada amante del frío, intento olvidarlo para gozar de las fotografías que me regala Andorra cada vez que exploro sus montañas y caminos. Es un paraíso del deporte, siempre estás ocupado buscando nuevas aventuras y superando tus límites. Andorra siempre es una buena opción para disfrutar de la vida.

AYER Y HOY



Antes

La protagonista de nuestra edición de abril es Purificación Castillo. Nuestra residente va camino de hacer 92 años, nueve décadas regalando sonrisas a los que más quiere. Nació en Valencia, donde vivió hasta los 17 para posteriormente mudarse a Barcelona. Es amante del baile. Se casó a los 27 con el que desde entonces se convertiría en su marido y, a su vez, en su mejor compañero de baile. Juntos ganaron varias copas en competiciones de bailes de salón. ¡Viva el baile y viva la música!



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Manel Vates



Estimados residentes, familiares y trabajadores: Desde la dirección me complace observar cómo nuestro centro mantiene esta progresiva “normalidad”. A pesar de los contratiempos que van surgiendo, puesto que, la COVID-19 sigue estando presente, desde los diferentes departamentos vamos haciendo del día a día de nuestros mayores una montaña rusa de actividades y celebraciones, así como iniciativas creativas que mantienen activo el cuerpo y la mente. Algunos ejemplos son, la celebración del Carnaval con una temática salvaje en la que los más manitas elaboraron unas máscaras y un photocall muy llamativo y, también, el aniversario Amavir, con sus 15 años de trayectoria, donde recordamos a todas aquellas personas que nos han acompañado a lo largo de este gran viaje juntos. Asimismo, hay que destacar cómo la educadora social y la terapeuta ocupacional quisieron apoyar el Día de la Mujer junto a nuestras residentes con la creación de un video, enorgulleciendo la gran lucha de todas aquellas mujeres que han abierto camino a las nuevas generaciones. ¡Ay, mamá! se hizo viral con nuestras abuelas en portada. Seguiremos dando sorpresas, porque en el centro Amavir Horta siempre trabajamos para poder mejorar y evolucionar. Por este motivo, en primicia, les explicamos que habrá una mejora de los jardines que nos rodean, para facilitar y ofrecer un mejor servicio. Finalmente, y una vez más, agradecer la aportación incalculable, el apoyo, la confianza y la entrega durante estos 15 años. No solo porque es nuestro deber profesional, sino por dejarnos crear vínculos que van más allá de lo profesional. ¡Gracias y salud!

COSAS DE CASA

Manualidades de Sant Jordi 2022

En nuestra parada de artesanía, este año los bestseller han sido los cojines con ilustraciones de la leyenda de Sant Jordi.

En Horta arrancamos, desde bien temprano, los motores de nuestros talleres de laborterapia y terapia creativa para tenerlo todo a punto para nuestra tradicional paradeta de artesanía de Sant Jordi. Durante esta primavera, nuestros residentes han elaborado diferentes manualidades y decoraciones con material reciclado bajo la supervisión de nuestra educadora social y nuestra terapeuta ocupacional. Muchas veces puede que tengas unas botellas de cristal, unos periódicos viejos o tapones de metal, y aunque lo más habitual es que acaben en el contenedor correspondiente, otro modo de sacarles partido es reciclarlos a través de las manualidades. A continuación, les describimos las actividades que hemos organizado: para la decoración de nuestra recepción, hemos elaborado un mural representando la leyenda de Sant Jordi y un photocall. Según cuenta la leyenda, Sant Jordi salvó a su princesa matando al dragón de cuya sangre brotó un rosal. Es por eso que algunos la consideran el San Valentín catalán, porque se dice que Sant Jordi es, por excelencia, el patrón de los enamorados en Cataluña. En



La leyenda de Sant Jordi.

nuestra parada de artesanía, este año los bestseller han sido los cojines con ilustraciones de la leyenda de Sant Jordi. También hemos elaborado unos colgadores de puerta con doble función. Lo pueden utilizar para identificar la puerta de su habitación o para marcar la página de su libro favorito.

QUIÉN ES QUIÉN

Pablo Heredero, fisioterapeuta

Nuestro nuevo fisioterapeuta, nos explica con mucha ilusión, la gratitud que le demuestran los residentes durante las terapias.

Edad: 29 años.

En Amavir desde: 2022.

Lo mejor de Amavir: Sus instalaciones y jardines.

Virtud: Perseverancia.

Defecto: Falta de paciencia.

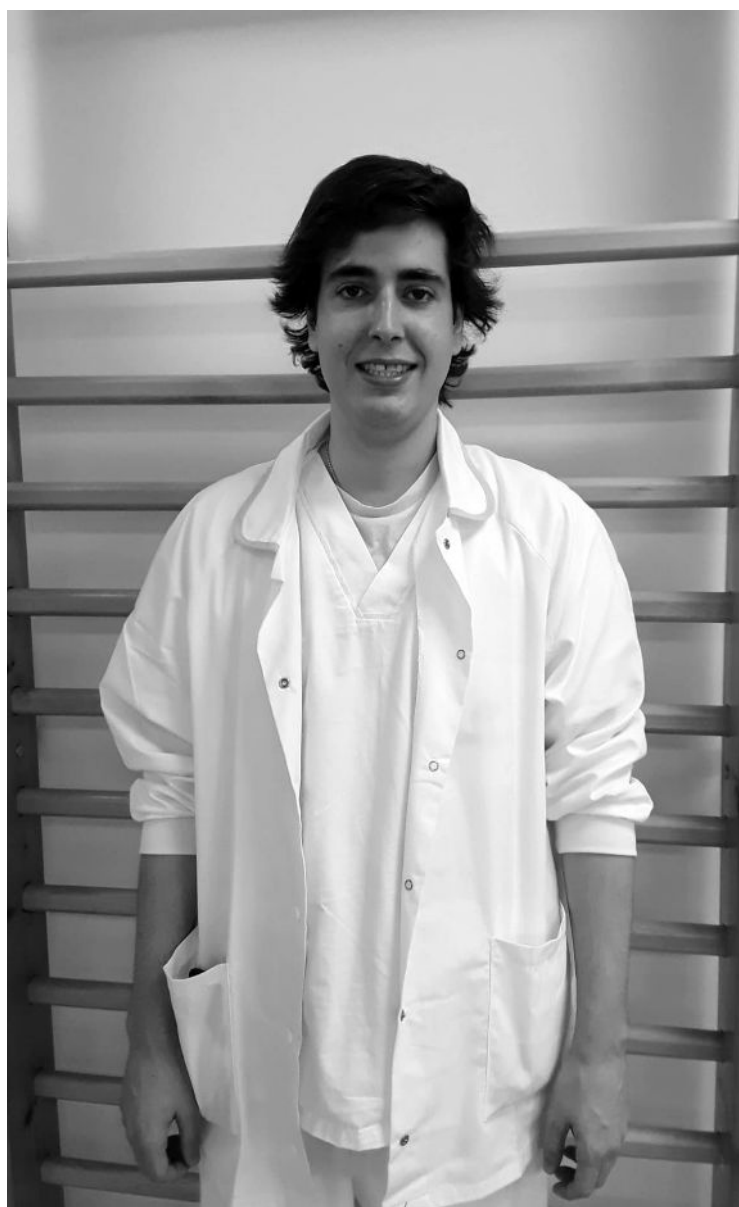
Aficiones: Hacer deporte, pasear por la montaña, ver series en TV.

Libro: The expanse, de James S.S. Corey.

Película: Un domingo cualquiera.

Grupo de musica: Red Hot Chilli Peppers.

Comida favortita: La fondue y la barbacoa.



RECUERDOS

El farolero

Cuando no existía la iluminación eléctrica el farolero era la persona encargada de encender los faroles de una población y mantenerlos en buen estado. A cada farolero se le adjudicaba un determinado número de faroles y de calles. Debía encenderlos a la hora que la luna les señalara. Acudían al amanecer a por aceite y mechas para proveer a los faroles y mantenerlos limpios. Para realizar su trabajo, los faroleros estaban provistos de un chuzo, un pito, una linterna, una escalera, una alcuza y paños. Respondían del estado de los faroles que tenían asignados debiendo pagar los daños que les causaran.

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.

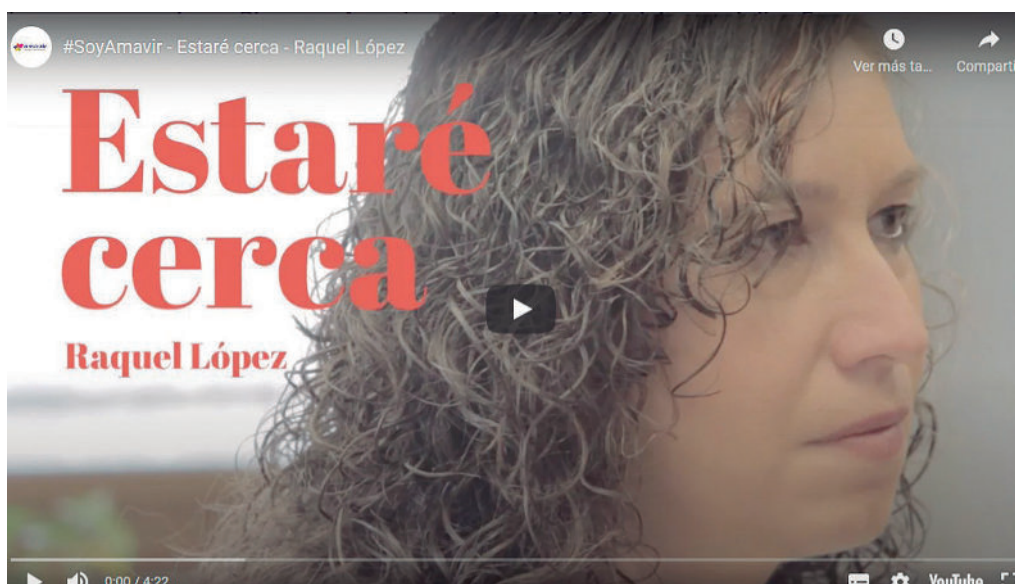


Nuevos vídeos de las series “Así se cocina” y “Soy Amavir”

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.