

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.

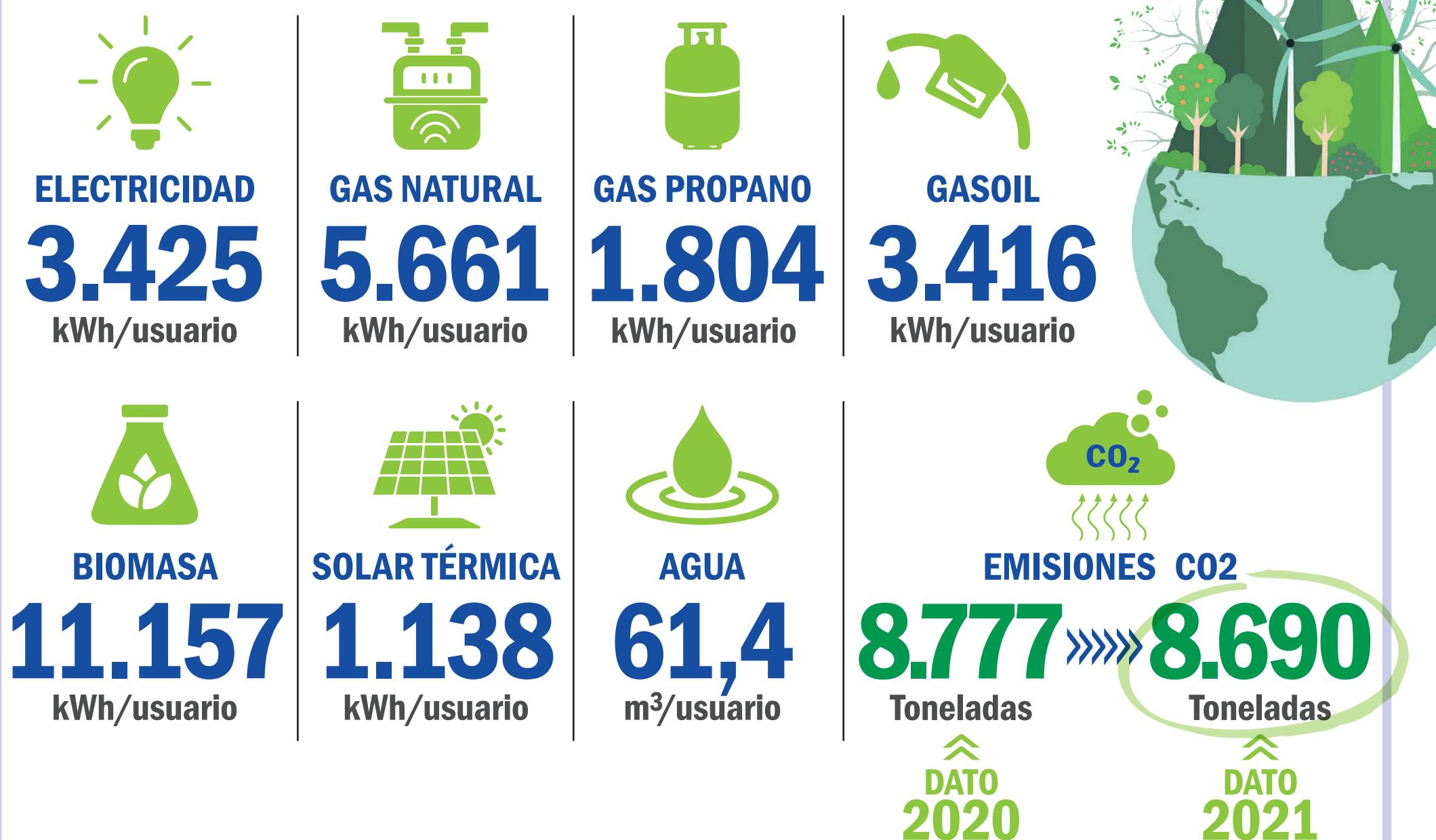
Amavir ha arrancado el año 2022 con la obtención, por primera vez, de la certificación ISO 14001, norma de Sistemas de Gestión Ambiental (SGA).

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 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



Amavir impartió 30.495 horas de formación a la plantilla durante 2021

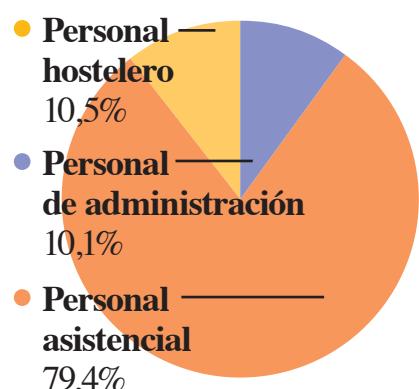
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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 redunda directamente en una mejor atención a las personas mayores.

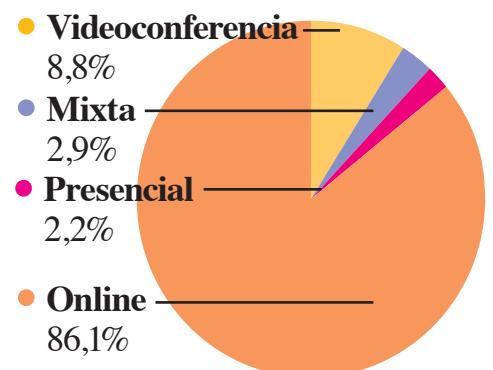
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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

Intergeneracionalidad, una experiencia para jóvenes y mayores

Actividades enmarcadas en las relaciones estrechas entre personas de diferentes generaciones.

El propósito de los programas intergeneracionales es juntar a jóvenes y mayores compartiendo experiencias enriquecedoras para ambos colectivos. Este tipo de interacciones promueven los vínculos afectivos y el intercambio cultural entre personas de distintas generaciones. Contribuye a mantener el bienestar y la seguridad de las generaciones fomentando beneficios, tanto individuales como sociales. Los programas intergeneracionales posibilitan experiencias de relación y cooperación entre personas de diferentes edades orientadas a favorecer la transmisión e intercambio de conocimientos, competencias y valores y que, además de posibilitar el enriquecimiento personal y grupal, pueden contribuir activamente a la cohesión y desarrollo comunitarios. El objetivo es fomentar las relaciones entre personas de



Actividad intergeneracional.

diferentes generaciones. La evidencia demuestra que este tipo de actividades tiene beneficios en la repercusión de la salud y en el bienestar subjetivo de las personas que participan en ellas, así como

en el desarrollo de habilidades sociales, empatía o asertividad entre quienes comparten experiencias y conocimientos con personas que pertenecen a generaciones diferentes a la suya.

Carnavales 2022: una fiesta de disfraces y máscaras

Un año más disfrutamos de la celebración con música de la época de nuestros mayores.

El pasado día 24 de febrero, con motivo del Carnaval, se realizó una fiesta de disfraces y máscaras para nuestros residentes. En la fiesta pudieron disfrutar de la música de su época y de canciones más actuales. Además, el centro ofreció un aperitivo especial para todos los asistentes. En la celebración participaron tanto residentes como usuarios de centro de día, integrando de manera activa a nuestros mayores y al personal del centro. Resultó una jornada muy enriquecedora y agradable para todos.



Nuestros mayores disfrutando de la celebración de Carnaval.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Psicomotricidad**

Actividad realizada por los Departamentos de Terapia Ocupacional y Fisioterapia.

Fisioterapia

Tratamiento de rehabilitación, tabla de marcha, electroterapia y movilizaciones.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, funcional y sensorial y programa de ABVD y AIVD.

Psicología

Intervención individual, grupal e intervención con familias.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Mayo**

Taller de cocina.

Fiesta de San Isidro.

Celebración de cumpleaños.

Junio

Excursión programada.

Celebración de cumpleaños.

SERVICIOS**Peluquería**

Miércoles y jueves de 09:30 a 18:30 h.

Podología

1 vez al mes.

**HOY COMEMOS** Eva Fernández

Yogur con frutos rojos

INGREDIENTES

Yogur griego, frutos rojos y hojas de hierbabuena.

PREPARACIÓN

Para preparar los vasitos individuales, echamos el yogur en el fondo. A continuación, echamos los frutos rojos, se pueden sustituir por mermelada de frutos rojos, y decoramos con unas hojitas de hierbabuena. Se pueden reservar en el frigorífico.

**CUMPLEAÑOS****Mayo**

01/05 Ángela Valderas
06/05 María Jesús Muñoz
08/05 Anselma Rodríguez
12/05 Ascensión Alcázar
16/05 Dolores Rivas
18/05 María Aparicio
24/05 Josefa Gutiérrez
27/05 Antonia García
27/05 Ascensión Gregorio
29/05 Carmen Olalla

Junio

03/06 Antonia Acosta
04/06 Clotilde Atienza
06/06 M.ª Carmen Rodríguez
08/06 Matilde López
11/06 María Antonia Olea
12/06 Milagros Arenas
12/06 María del Carmen Hernández
14/06 Josefa Valls
15/06 Trinidad Hernando
17/06 Felisa Cillero
24/06 María del Carmen Alonso
24/06 Josefa Merino
24/06 Francisco Muñoz
25/06 Juana Bazaga
27/06 Mariano Vega
29/06 Francisca Morante
30/06 Josefa López

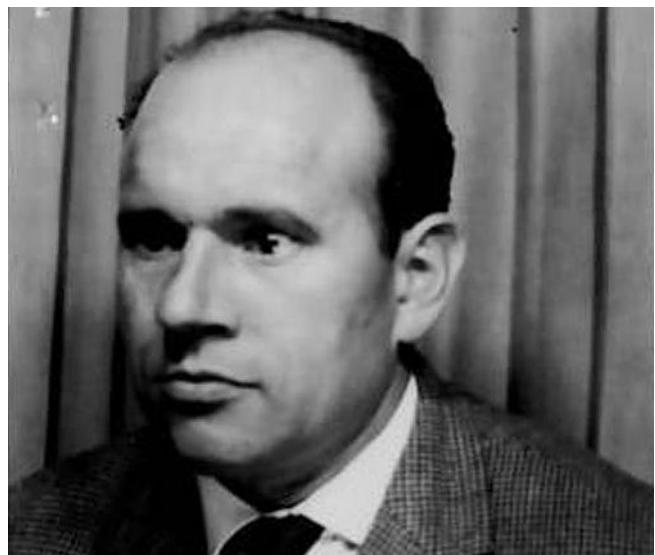
SECRETOS DE MI TIERRA

Celebración del Día de Santa Juana.

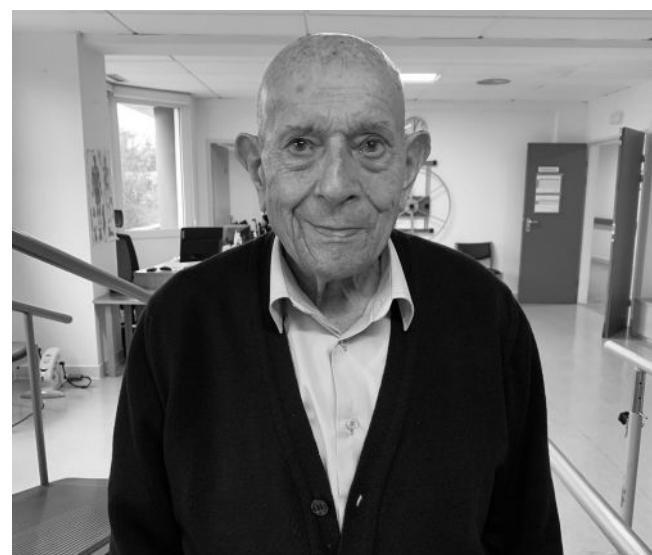
La fiesta de la tortilla

En Fuenlabrada, el día 9 de marzo, se celebra el día de Santa Juana, conocido popularmente como el Día de la Tortilla. Si hay una tradición popular arraigada en Fuenlabrada, es este día. Hay años que cae en festivo y volverá a ser una jornada en la que miles de fuenlabreños acuden con sus amigos y familiares a la pradera de Valdeserrano y a otras zonas verdes para comer tortilla acom-

pañada del pan de libreta, creado por las panaderías de la ciudad expresamente para el evento. Además, hay atracciones para niños y jóvenes, actuaciones de grupos musicales y rutas por los distintos bares. Esta fiesta viene a raíz de una parada que realizaban los peregrinos procedentes de otras comunidades y que venían al convento de Santa M.^a de la Cruz en Cubas de la Sagra.

AYER Y HOY**Antes**

Edelmiro nació en Lugo en 1930. Sus padres se llamaban Manuel y Marcelina, tuvo 8 hermanos. Con 18 años se trasladó a León a trabajar en las minas de carbón durante 15 años. Allí conoció a M.^a Teresa. Se casaron y tuvieron 2 hijos, Nelly y José. Posteriormente se fue vivir a Suiza donde estuvo 7 años trabajando en una empresa de níquel. Ya con cuarenta años se vino a Madrid. Lleva con nosotros desde junio del 2021, donde se ha adaptado muy bien. Le gusta mucho jugar al tute con sus compañeros.

**Después****CARTA DE DIRECTOR**

Sergio García Álvarez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ya está aquí la primavera, las flores y los días más largos. Un intercambio de días entre el calor, lluvias y días frescos. Las personas mayores deben de tener cuidado en esta época del año, ya que su sistema inmunológico es especialmente delicado, algo que se ha visto reflejado especialmente en esta pandemia. Con la primavera, también llegan las visitas a los amigos y a las familias, no nos olvidemos. Las residencias de personas mayores notan especialmente en esta época, cómo aumentan las visitas en tiempo, ya que hay más horas de luz y apetece más salir a pasear al exterior durante más tiempo con nuestros mayores. Este año es especial, tanto para ellos como para las familias y trabajadores, ya que después de dos años de pandemia que llevamos, estamos deseando que finalice. La población se encuentra vacunada en un alto porcentaje y los residentes tienen ya la tercera dosis suministrada. Esto hace que todos estemos mucho más felices de que nos podamos juntar, pero siempre respetando las medidas de seguridad. Tras lo visto en la sexta ola, lo más importante en esta pandemia es la vacunación y estar siempre con la mascarilla bien colocada, tapando nariz y boca. Para nosotros, el propósito que cobra más fuerza y el más importante, es el de seguir cuidando, protegiendo y queriendo a nuestros residentes, ya que todos los que formamos parte del centro sentimos que somos una gran familia. Me gustaría despedirme agradeciendo, como siempre, la confianza que depositan en nosotros al permitir que cuidemos de sus mayores. Un abrazo.

COSAS DE CASA

Medidas alternativas a las sujeciones

Se retoma el programa de retirada de medidas de sujeción y contención.

Tras la pandemia, es hora de retomar la retirada de las sujeciones físicas o contenciones mecánicas en residencia. Las sujeciones físicas deben ser prescritas por el médico y además es imprescindible el consentimiento y autorización por parte de los familiares. Se entiende por sujeción física o contención, el uso de cualquier dispositivo que restringe y/o limita los movimientos o los impide en su totalidad con el objetivo de prevenir aquellas actividades que pueden poner en situación de riesgo o de peligro al propio residente o a otras personas de su entorno. Las personas sometidas a sujeciones pueden presentar lesiones como abrasiones, fracturas por el forcejeo y alteraciones de conducta como la inquietud o la agresividad al percibir estas medidas como elementos extraños y restrictivos. Aumenta el riesgo de que se produzcan úlceras por la presión por disminución de la movilidad, un aumento de infecciones, un aumento de incontinencia, disminución del apetito, pérdida de fuerza y tono muscular, etc. El programa pretende reducir el uso de sujeciones en nuestros residentes, debido a que el beneficio obtenido no supera el perjuicio físico y emocional que se podría producir en el mayor. Antes de retirar cualquier sujeción o contención, es necesario realizar una valoración individualizada y ver la posibilidad de utilizar una medida alternativa menos restrictiva.



Medidas de sujeción.

QUIÉN ES QUIÉN

María Rodríguez, administrativa

“Me gusta el trato con los residentes”.

Edad: 58 años.

En Amavir desde: 2006.

Lo mejor de Amavir: El compañerismo.

Virtud: La prudencia.

Defecto: La paciencia.

Aficiones: Leer y hacer senderismo.

Libro: El clan del oso cavernario.

Película: Lo que el viento se llevó.

Grupo de música: El Tiempo.

Comida favorita: La paella y las natillas.

**RECUERDOS**

Las vivencias de Juan José

Juan José Mota es natural de Villahermosa, Ciudad Real y tiene 91 años. Lleva con nosotros desde noviembre de 2021. Nos cuenta que, a los siete años, comenzó a trabajar de pastor en el pueblo, en Villahermosa, hasta los 40 años. Lo recuerda como una profesión dura y muy esclava. A los 40 años se trasladó a vivir a Madrid y comenzó a trabajar de portero de finca en la zona del retiro. De esta época guarda muy buen recuerdo, ya que, además, dice que todos los vecinos se portaron muy bien con él. Trabajó allí hasta que se jubiló a los 65 años, aproximadamente.

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.

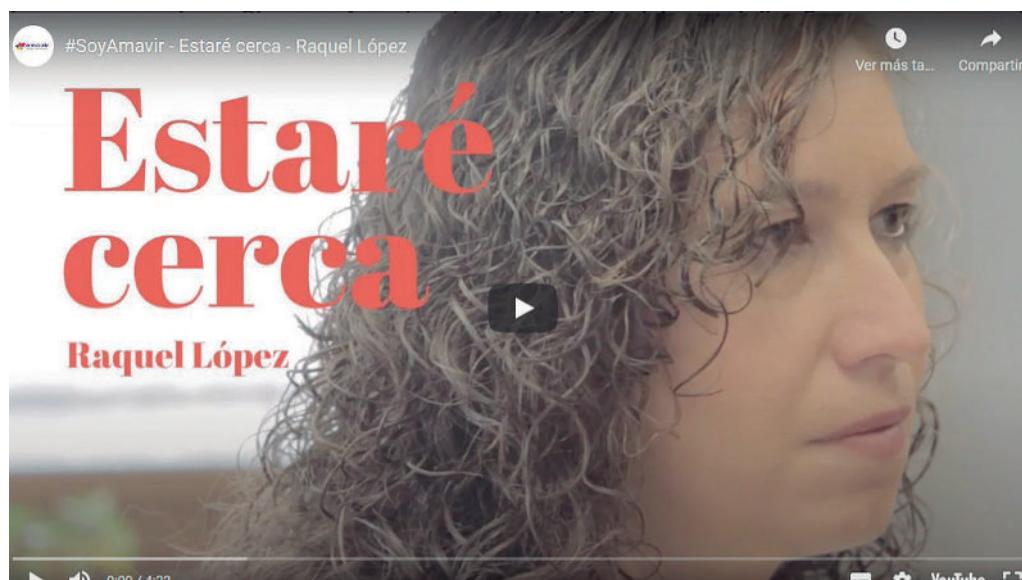
Por otro lado, desde Amavir participamos también en un vídeo que se elaboró por parte del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos, junto a nuestros compañeros de Francia, Italia y Alemania, en el que se ponía en valor el importante papel de las mujeres en nuestra compañía.

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.

CIUDAD REAL



Proyecto de Ciudad Real.



Encuentro con el alcalde de Oviedo.



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 la jornada.