

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.

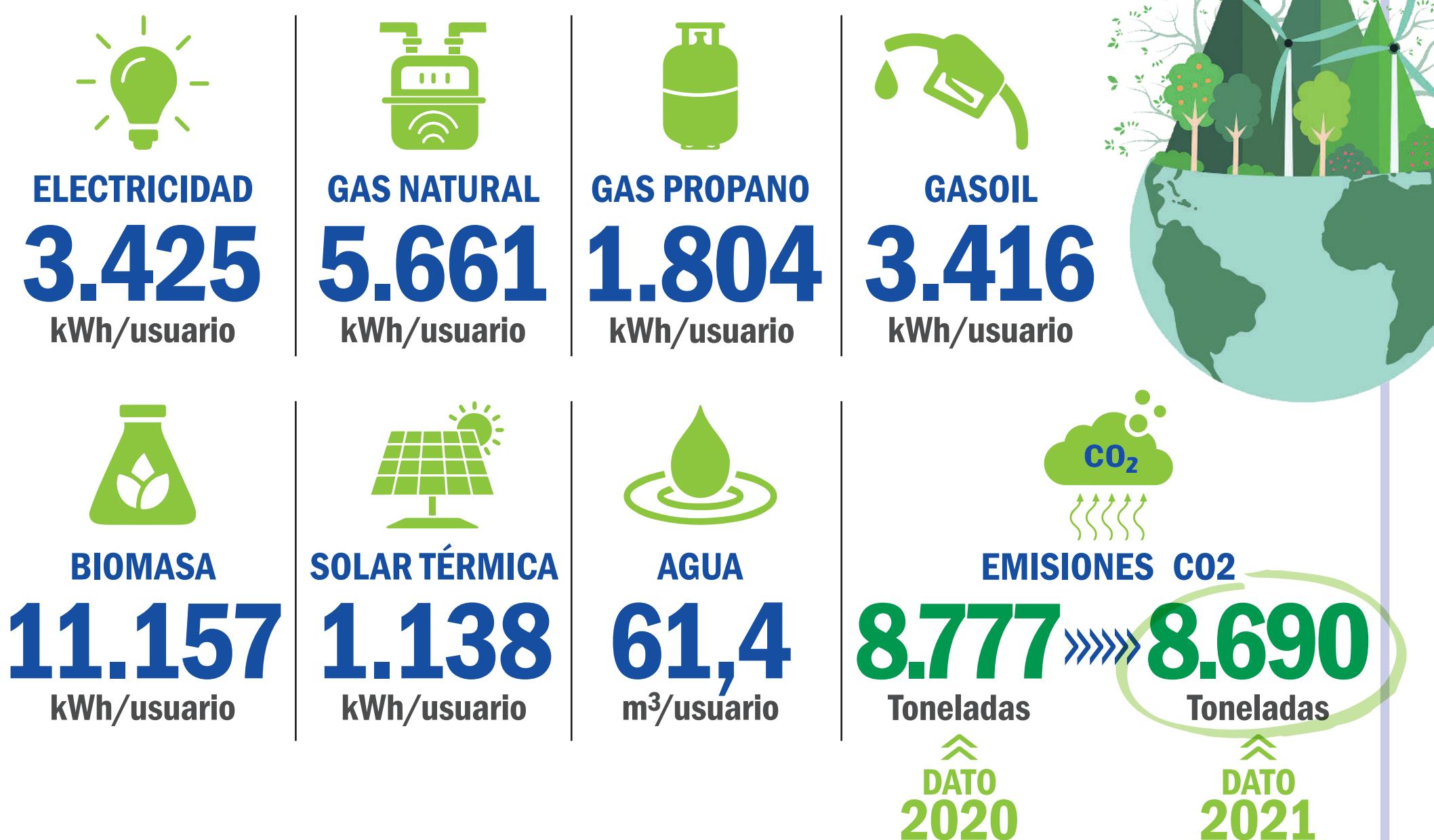
Amavir ha arrancado el año 2022 con la obtención, por primera vez, de la certificación ISO 14001, norma de Sistemas de Gestión Ambiental (SGA).

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

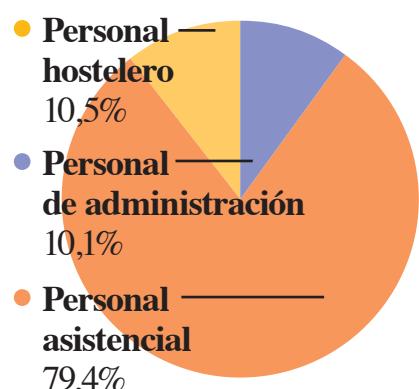
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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.

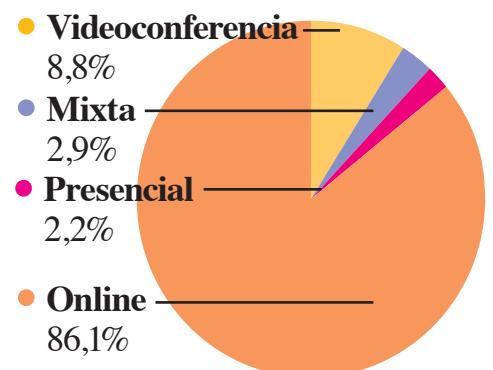
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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

Celebramos la fiesta de Carnaval con temática de Masterchef, Egipto, hippie y circense

Carrozas hechas por nuestros residentes y trabajadores para celebrar la fiesta.

El martes 1 de marzo, el día anterior al Miércoles de Ceniza, se celebró en el centro por segundo año consecutivo la fiesta de Carnaval. La idea es ofrecer a los residentes una actividad diferente que les resulte motivante, entretenida y en la que participen activamente. Ellos intervienen en la preparación de los elementos necesarios para la ejecución de las carrozas y se disfrazan acorde a la temática escogida por cada grupo. Este año, se crearon 4 carrozas y las temáticas giraron sobre distintos conceptos. Una carroza representó a Masterchef, vistiéndose todos como expertos cocineros y con unos fogones en los que había grandes cazuelas. En otra se introdujo en el misterio del Antiguo Egipto, que fue representado tanto por la carroza como por los residentes que participaban vestidos de faraones. Tuvimos también una que recordaba la época Hippie con un autobús y residentes ataviados como en aquella época. La cuarta recreó el espectáculo circense. Se construyó un circo y estuvo acompañado por nuestros residentes que representaban a los artistas que lo conforman. Los trabajadores participantes elaboraron un vídeo sobre su carroza y sobre la comparsa que los acompañó. Posteriormente, estos vídeos se enviaron a todas las familias para que



Celebrando los carnaavales.

votasen y se implicasen en las vivencias de sus familiares, comentando con ellos su participación. Ya estamos pensando en ideas para el año que viene.

Amavir Oblatas cumple 19 años

Una celebración y homenaje por el aniversario de nuestra residencia.

Son ya 19 años de andadura los que lleva nuestra residencia Amavir Oblatas. Desde ese primer día en que abrimos nuestras puertas hasta hoy, hemos compartido momentos únicos. La ilusión de un nuevo proyecto, los nervios y la llegada de los primeros residentes, bienvenidas y despedidas, cumpleaños, fiestas, celebraciones... Sin duda, el momento más difícil para todos nosotros fue la llegada de la COVID-19 y todas las consecuencias derivadas como la enfermedad, los confinamientos o las restricciones. Pero aún con todo ello, hemos avanzado y seguido adelante. Desde estas líneas queremos agradecer a los residentes y familiares la confianza depositada en nosotros y, a nuestros trabajadores, su compromiso y profesionalidad.



Vista de nuestra residencia desde el río.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Programa de estimulación de la marcha, programa de reeducación de la marcha y equilibrio, programa de reeducación postural y programa de movilizaciones activo-asistidas.

Animación sociocultural

Programa de ergoterapia, programa de ludoterapia, programa de intervención con la música y programa de ocio y tiempo libre.

Psicología

Programa de buenos días, programa de información y formación COVID-19 a usuarios, programa de estimulación cognitiva, programa de habilidades sociales en el comedor, programa de alteraciones de conducta y programa de trastornos afectivos.

Terapia Ocupacional

Programa de buenos días, programa de rehabilitación y readiestramiento de actividades básicas de la vida diaria, programa de rehabilitación y readiestramiento de actividades instrumentales de la vida diaria, programa de rehabilitación funcional y programa de psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

Videoconferencia club de lectura.
Salida socio-cultural.
26/05 Patios de Córdoba.
28/05 Celebración de cumpleaños: merienda, tarta y entrega de regalos.

Junio

05/06 Celebrado el 03/06, Día del Medio Ambiente.
Videoconferencia club de lectura.
24/06 Noche mágica de verano y celebración de cumpleaños: merienda, tarta y entrega de regalos.
30/06 Aniversario del centro.

SERVICIOS

Peluquería

Martes y jueves.

Podología

Miércoles cada 15 días.

Misa

Domingos.



CUMPLEAÑOS

Mayo

01/05 Pedro Rodríguez
02/05 Ana M.ª Echegaray
08/05 José Sánchez
09/05 Milagros Corella
11/05 Victoria Remírez
13/05 Alicia González
19/05 Joaquina Rodríguez
20/05 Francisco Nieto
21/05 Teresa Ollo
21/05 M.ª Asunción Sanz
22/05 M.ª Nieves Urrutia
24/05 Concepción González
26/05 Marcelina El Busto
27/05 Rafael Lucía
29/05 Manuela Alaminos
31/05 Miguel Ángel Navaridas

Junio

01/06 M.ª Paz Carrascón
02/06 Juana Goñi
03/06 Julia Amillo
04/06 Obdulia Rodríguez
08/06 Miguel Ángel Mainz
08/06 Ana M.ª Martínez
10/06 Pilar Iglesias
13/06 Pablo Cruz
14/06 Margarita Cardeli
19/06 M.ª Jesús Zúñiga
20/06 Begoña Irurzun
21/06 Fermina Arozarena
24/06 Charo Goñi
27/06 Encarnación Ostiz
27/06 M.ª Jesús Samanes
28/06 Isaac Santesteban
28/06 Isabel Urbina

HOY COMEMOS Patxi Pérez

Migas de pastor

INGREDIENTES

50 g de sebo de cordero, 150 g de manteca de cerdo, media cabeza de ajos, 150 g de jamón serrano en taquitos, 250 g de tomate triturado, una taza de agua y pan cabezón cortado en lascas.

PREPARACIÓN

Derretimos la manteca de cerdo y el sebo de cordero en la sartén. Salteamos los ajos sin pelar junto al jamón. Cuando esté dorado añadimos el tomate triturado, el agua y se deja hervir durante 15 minutos. Incorporamos las migas de pan y removemos continuamente hasta que se vean sueltas y jugosas.



SECRETOS DE MI TIERRA

Acueducto para la conducción de agua potable a la ciudad de Pamplona en el siglo XVIII.

La historia del Acueducto de Noáin

En 1699 Pamplona tenía un grave problema, no había agua corriente y la gran sequía podía favorecer la aparición de epidemias. Se decidió la construcción de una traída de aguas. Tras fracasar varios proyectos, se contrató al ingeniero Ventura Rodríguez, que tenía una gran fama en Madrid. El agua salía del manantial de Subiza y luego iba por unos conductos subterráneos hasta que llegaba al Valle de Elorz. El Acueducto se construyó para que el agua salvase el desnivel entre las sierras de El Perdón y de Tajonar. El acueducto medía 1.250 metros y tenía 97 arcos. Los mayores arcos medían 18

metros de alto y 8,5 de ancho. En 1858 se unieron dos arcos derribando un pilar. Se hizo así un arco más grande para dejar pasar al tren, ya que debía atravesar el Valle. Se creyó que las vibraciones acabarían por resquebrajar el acueducto, pero afortunadamente esto no ocurrió. En 1895 se empezó a llevar agua a Pamplona desde Arteta, con lo que el Acueducto perdió su protagonismo. Hace poco, con motivo del II Centenario de su construcción, fue declarado Bien Cultural. Esto garantiza que se conservará y reparará, porque es una obra característica de la arquitectura neoclásica en Navarra.

AYER Y HOY

Antes



Después

En esta ocasión dedicamos este espacio a Luisa Sagarra Aran, una de nuestras veteranas que lleva desde el año 2007 viviendo en nuestra casa. Luisa es natural de Mequinenza en la provincia de Aragón, aunque lleva muchos años siendo hija adoptiva de Pamplona. Mujer luchadora y trabajadora, que desprende buen humor y picardía por los cuatro costados y que es muy querida en nuestro centro. Aquí la vemos en una foto de hace unos años, guapísima en el ayer y en el hoy.

CARTA DE LA DIRECTORA

Azucena Salvador



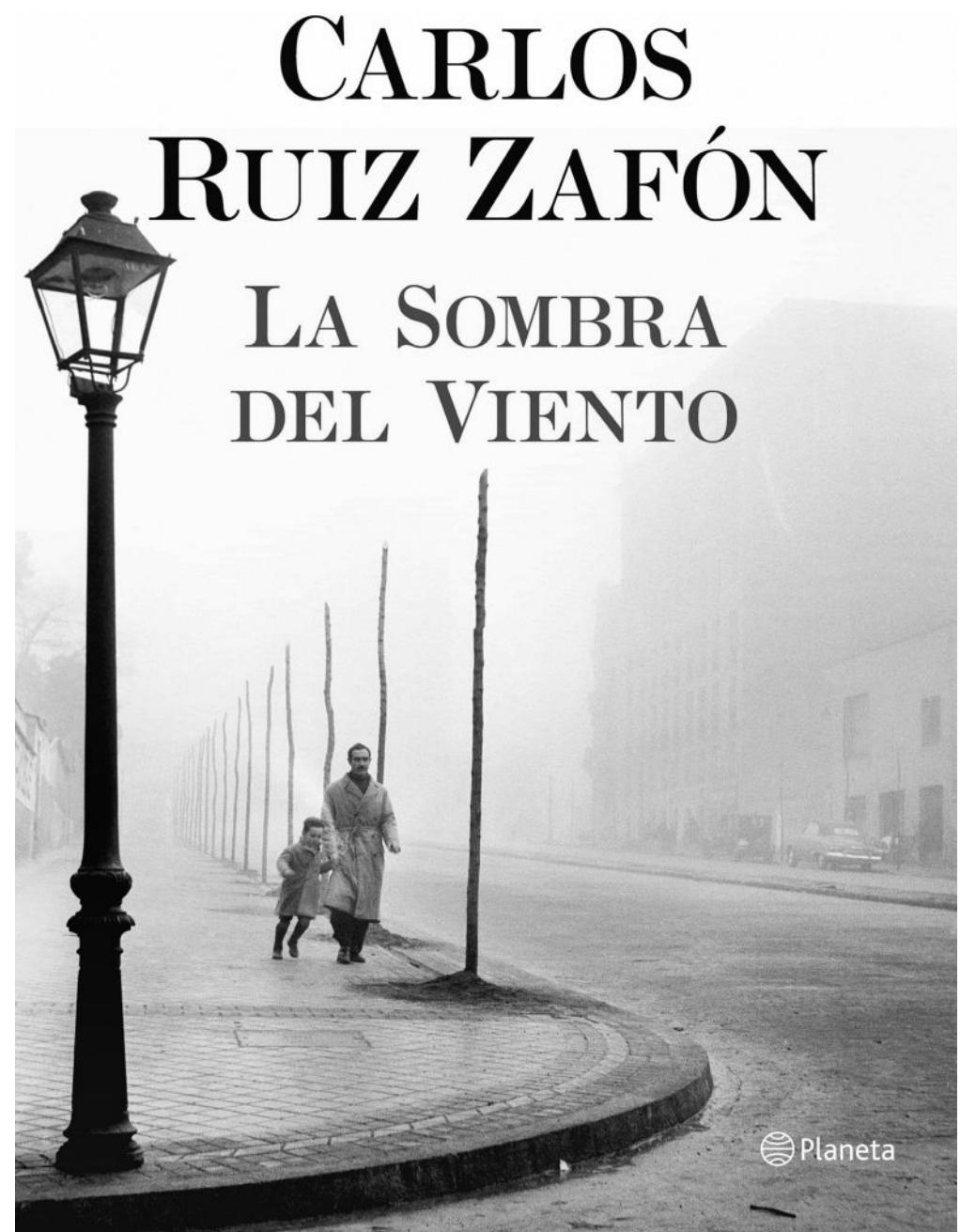
Estimados residentes, familiares y trabajadores: Nuestro principal objetivo continúa en la atención centrada en la persona y así poder mejorar la calidad de vida de nuestros residentes. Para ello, desde el Departamento de Animación, Beatriz Caballero, motiva y estimula al grupo de personas mayores al cual se dirige. Esto lo consigue implicando a las personas y haciendo que participen de forma activa en las distintas actividades de ocio, de manera que consigan un mejor desarrollo personal, una mejor cooperación entre residentes y una mejor adaptación al entorno sociocultural en el que viven. No hay que ver la animación sociocultural como un mero entretenimiento, sino que hay que entenderla como una herramienta para mejorar su bienestar. Un programa de actividades de animación sociocultural aporta numerosos beneficios. Ayuda a disminuir la pasividad de los residentes mediante su participación. Mejora la vida social de los participantes favoreciendo la relación entre ellos y evitando así el aislamiento y la soledad. Aporta un beneficio físico y psicológico. Es un buen aliado para prevenir la desorientación, tanto temporal como espacial. Hace que los residentes olviden sus problemas y situación personal. Para la residencia, impartir programas de animación sociocultural también es positivo, ya que se genera un entorno de felicidad y optimismo que es contagioso tanto para trabajadores como para las personas mayores que viven en la residencia. Con todo esto crean vínculos más fuertes y hacen que los que pasan sus días allí se sientan como en una gran familia. Gracias a todos. Un saludo.

COSAS DE CASA

Club de lectura Amavir Oblatas

Actividad iniciada en 2021 que continúa siendo un buen aliciente para sus participantes.

Hace alrededor de un año, Amavir Oblatas, en colaboración con la asociación “Adopta un abuelo”, junto con la participación de voluntarios de Atresmedia y la colaboración de Edición Planeta inició un nuevo proyecto de Club de lectura, dirigido a los mayores que residen en el centro. En el taller de lectura, participan grupos reducidos de cinco residentes que reciben un libro para leer e ir comentando en las reuniones mensuales del Club. Las reuniones están dirigidas por Bea, la animadora de Oblatas junto con una voluntaria de Atresmedia, Paloma. Esta se conecta mediante videollamada a la reunión para intercambiar impresiones y reflexiones acerca del libro con los residentes. El primer libro del taller fue “El tiempo entre costuras” y, actualmente están leyendo el libro “La sombra del viento”. Este Club proporciona gran satisfacción a sus participantes, ya que, a través de la cultura y el intercambio de experiencias, favorece la interacción social, mejora el lenguaje y la capacidad de expresión de todos los integrantes.



Portada del libro La sombra del viento.

QUIÉN ES QUIÉN

Marisol Morán, psicóloga

“Si de noche lloras por el sol, no verás las estrellas”, Tagore.

Edad: 62 años.

En Amavir desde: 2004.

Lo mejor de Amavir: Es una luz para muchas personas mayores y familias.

Virtud: La constancia.

Defecto: Flaqueo ante una buena comida.

Aficiones: Viajar, leer, andar, charlar y debatir.

Libro: Me gustan los de intriga.

Película: Cualquiera que me haga pasar un buen rato y me deje una reflexión.

Grupo de música: Variedad: “Imagine”, la Jota a S. Fermín, “La chica yeje”, las mexicanas.

Comida favorita: Cigalas, hongos y una buena tortilla de patata.

**RECUERDOS**

El juego de la rana

Hace unas décadas no había un bar o taberna que no contara con este preciado y tradicional tesoro, el juego de la rana. Típico también de fiestas de los pueblos, ideal para jugar al aire libre, con amigos o en familia. ¿Quién no ha jugado a este divertido juego? Hoy en día, sin embargo, los más jóvenes no lo conocen. Este juego está formado por una mesa metálica o de madera, la figura de la rana, y una serie de agujeros con obstáculos para introducir las fichas. Se necesitan grandes dosis de precisión y puntería a la hora de lanzar unas fichas metálicas y conseguir introducirlas en la boca de la rana.

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.

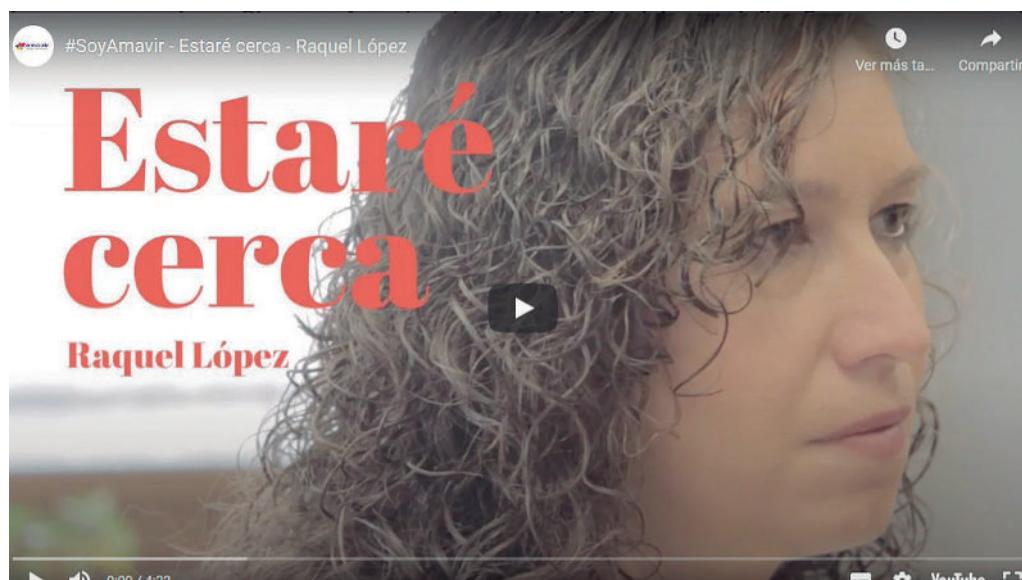
Por otro lado, desde Amavir participamos también en un vídeo que se elaboró por parte del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos, junto a nuestros compañeros de Francia, Italia y Alemania, en el que se ponía en valor el importante papel de las mujeres en nuestra compañía.

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.