

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



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

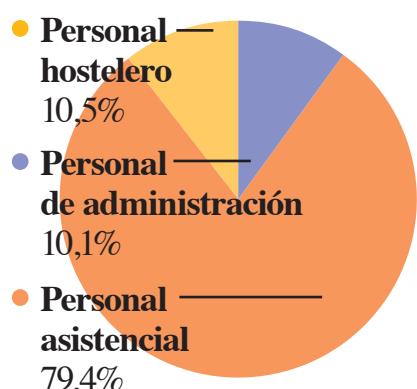
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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 redunda directamente en una mejor atención a las personas mayores.

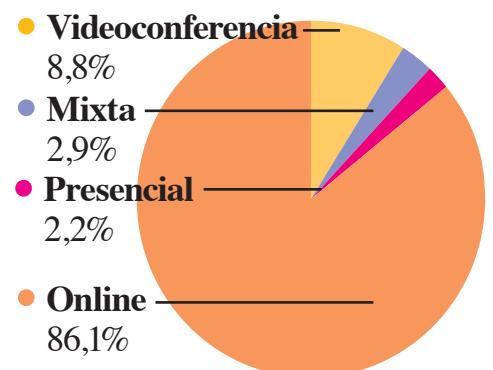
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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



Centro con plazas concertadas con



Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Amavir Torrejón con Ucrania

Nos sumamos a ayudar a Ucrania como centro de recogida.

Desde nuestro centro Amavir Torrejón de Ardoz nos hemos sumado a la red de ayuda humanitaria que se está dando a los ciudadanos ucranianos para la recogida de alimentos no perecederos, medicamentos de primera necesidad (tiritas, antibióticos...), ropa y enseres de todo tipo que pudieran necesitar, así como alimentos y pañales para bebés. Con este pequeño granito que cada persona aporta conseguimos que muchos seres humanos tengan un aliciente en medio del desastre que provoca la guerra. También queremos agradecer a todos nuestros familiares, residentes, usuarios de centro de día y trabajadores la solidaridad y la colaboración que han brindado ante esta iniciativa que se ha llevado a cabo desde nuestro centro. También agradecer a los vecinos de Torrejón por su gran aportación y a nuestros compañeros de otros centros Amavir por apoyarnos en esta iniciativa y prestarnos su ayuda. ¡No a la guerra!



Punto de recogida para ayudar a Ucrania.

Puntos de encuentro

Convivencia y ocio.

Nos complace informar de la existencia de dos puntos de encuentro situados en la primera y segunda planta, entre los módulos de convivencia de Ebro y Duero (primera planta) y Jazmines y Rosas (segunda planta). Estos puntos están destinados tanto a residentes como a familiares y cuyo objetivo es la realización de actividades lúdicas y culturales. Aquí pueden encontrar juegos de mesa, una pequeña biblioteca que se amenizan con un hilo musical. Los animamos a que hagan uso de ellas, ¡disfrútenlos!



Punto de encuentro de la segunda planta.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Rehabilitación y mantenimiento de las capacidades físicas y funcionales. Prevención de rigideces articulares. Reeducación de la marcha y manejo de ayudas técnicas. Reducción de algias. Rehabilitación de fracturas y daño neurológico.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, sensorial y del lenguaje. Psicomotricidad. Rehabilitación. Mantenimiento de AVD. Asesoramiento en productos de ortopedia.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes de 08:30 a 13:30 h.

Podología

Cita previa.



HOY COMEMOS Ana Heredia, DUE

Rancho Aragonés

INGREDIENTES

Cebollas, pimientos rojos, pimientos verdes, tomates maduros, paletillas de cordero, conejo, costilla de cerdo fresca, costilla de cerdo adobada, congrio seco o rancio, ajos, patatas, arroz, agua, aceite de oliva, sal, azafrán, colorante, tomillo y pimienta.

PREPARACIÓN

Se suele hacer en una cazuela de hierro o ranchera sobre un trípode de fuego, si es posible con leña y si no, con gas butano. Primero se hace un buen sofrito con las verduras. Se va añadiendo la carne hasta que esté dorada y después se añaden las patatas y el arroz con el agua hasta que esté todo bien mezclado en la cazuela y bien cocido y condimentado.



ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

- 04/05 Feria de Abril.
 - 16/05 San Isidro.
 - 27/05 Fiesta de cumpleaños.
- Junio**
- 04/06 Salida al Parque Europa.
 - 16/06 Barbacoa.
 - 30/06 Fiesta de cumpleaños

CUMPLEAÑOS



Mayo

- 02/05 Julio Cabello
- 02/05 Encarnación García
- 04/05 Julia Olmeda
- 06/05 Juan Gutiérrez
- 08/05 Magdalena Valiente
- 09/05 Samuel Plaza
- 11/05 Vicente Cruz
- 11/05 Encarnación Gómez
- 11/05 Flora Gómez
- 15/05 Sebastiana Leiva
- 16/05 Américo Lamela
- 17/05 Ramón Serrano
- 19/05 Ana García
- 23/05 Adelina Caballero
- 25/05 Adelina Guerra
- 26/05 Gonzalo Martín
- 26/05 Francisco Rodríguez
- 27/05 Josefina Cortés
- 29/05 Teodosio Ávila
- 31/05 Agustina Becerra

Junio

- 02/06 Antonio Arrebola
- 02/06 Isaac Sacristán
- 06/06 M.^a Francisca Sánchez
- 07/06 Encarnación Martínez
- 09/06 María Peromingo
- 10/06 Basilides Santos
- 16/06 Antonia Mendiola
- 16/06 Amparo Montejano
- 16/06 Lourdes Sáenz
- 19/06 Félix Mariano Moral
- 21/06 M.^a Luisa Chaves
- 23/06 Felisa López
- 24/06 M.^a Josefa Lara
- 26/06 M.^a del Pilar Fernández
- 26/06 Trinidad Merino

SECRETOS DE MI TIERRA

Tortilla torrejonera.

Día de la Tortilla

El día 3 de febrero celebramos en nuestra residencia Amavir Torrejón el tradicional “Día de la Tortilla”. El comienzo de la celebración de esta fiesta es muy antiguo, data del siglo XV y tiene origen agrícola. Se celebraba inicialmente en el paraje del “Olivar”. Es tradición que, todos los años en esta fecha, todos los torrejoneros, disfruten de un día de campo en

familia, siendo el plato imprescindible, como no, la tortilla de patata. En otras localidades este día se celebra coincidiendo con el primer jueves de Carnaval, también llamado jueves Lardero, pero por algún motivo que desconocemos en Torrejón se decidió fijar esta fecha. ¿Será que los torrejoneros no podían esperar?

AYER Y HOY**Antes**

Luisa Perales nacida en Villanueva de los Infantes, Ciudad Real, se vino a Madrid hace más de 30 años tras casarse con Juan Villafranca con el que tuvo sus tres hijos. Después de casarse se dedicó al cuidado del hogar y de sus hijos, aunque su profesión era de sastrera. Sus principales aficiones son pintar, la lectura y la escritura, a esto último aprendió cuando tenía 40 años. Se considera una persona sociable a la que le gusta relacionarse con sus compañeros de centro de día y con el personal auxiliar.

**Después****CARTA DE LA DIRECTORA**

Anabel Vecino



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Hace ya diecisiete años que, con toda nuestra ilusión y sentido de responsabilidad, abrimos las puertas de este centro para dar la bienvenida a los primeros residentes y a sus familiares, tratando de conseguir que todos ellos se sintiesen en casa. Desde entonces, han sido muchos los que han elegido vivir en esta casa compartiendo su vida con todos los que formamos Amavir Torrejón. Esperamos haber alcanzado las expectativas que cada uno de ustedes trae al dirigirse a nosotros. Les aseguro que todos nuestros profesionales día a día ponen su esfuerzo y dedicación al servicio de nuestros residentes y usuarios del centro de día, procurando atenderles con mucho cariño y responsabilidad. Tengo la oportunidad de dar las gracias en nombre del equipo al que represento por la confianza que depositan en nosotros en esta etapa tan importante de sus vidas, por tantas cartas de reconocimiento a lo largo de estos años, así como por todos los gestos de agradecimiento que nos regalan a diario. Con el mismo entusiasmo y satisfacción con el que en el equipo de Amavir vivimos nuestra profesión cada día, los animamos a que entre todos hagamos de este un lugar agradable en el que compartir experiencias, recuerdos, ideas y sugerencias y, de este modo, aumentar la calidad de vida de nuestros mayores y la de quienes compartimos el día a día con ellos. Muchas gracias.

COSAS DE CASA

Las vitaminas

La importancia y beneficios de las vitaminas en nuestro organismo.



Vitaminas y alimentación.

El estado nutricional ejerce un poder supremo sobre todos los procesos de la vida del ser humano, pero ¿qué evidencia clínica actual tenemos de la implicación de las vitaminas en el proceso de curación de las heridas? ¿Se pueden usar como instrumentos naturales en la prevención y tratamiento de las heridas? Las vitaminas más estudiadas han sido la A, C, E y D y las menos estudiadas el complejo B y la K.

Se investiga por igual en suplementación mixta como en el aporte exclusivo de una vitamina. Existe un consenso general desde antaño sobre la influencia del estado nutricional y su rol en el proceso de la prevención y curación de las heridas, al igual que en las complicaciones locales de la misma como la infección. Están fuertemente correlacionadas. En ocasiones, la nutrición es una herramienta económica y eficiente.

caz, olvidada en la terapéutica clínica diaria. Avanzamos tecnológicamente y científicamente y no consideramos intervenciones tan simples como una dieta equilibrada. Estados nutricionales precarios o deficiencias nutricionales retrasan y/o impiden los procesos que permiten la progresión de las diferentes etapas de la cicatrización e, incluso, pueden favorecer la aparición de nuevas lesiones.

QUIÉN ES QUIÉN

Nuria Robles, trabajadora social

Alegre y divertida.

Edad: 35 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: Nuestros residentes.

Virtud: La simpatía.

Defecto: Soy demasiado confiada.

Aficiones: La naturaleza, viajar, estar con la familia y amigos.

Libro: Emocionarte, de Carlos del Amor.

Película: El Señor de los Anillos.

Grupo de música: Izal.

Comida favorita: La tortilla de patata de mi madre.

**RECUERDOS Luisa Blanco**

Mi primer trabajo

A los catorce años comencé a trabajar de aprendiz en una peluquería situada en la calle Narváez para aprender el oficio. Durante el primer año estuve sin sueldo y mi función era “lavar cabezas y barrer pelos”. Despues estuve seis años como oficiala y cobrando un sueldo de 10pts/semana. Luego estuve trabajando en dos peluquerías más. Cuando tenía veintiocho años, con la ayuda de mis padres, conseguí abrir mi propia peluquería hasta mi jubilación. A día de hoy la tengo alquilada. He sido muy feliz trabajando y dedicándome a lo que verdaderamente me gusta, la peluquería.

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.

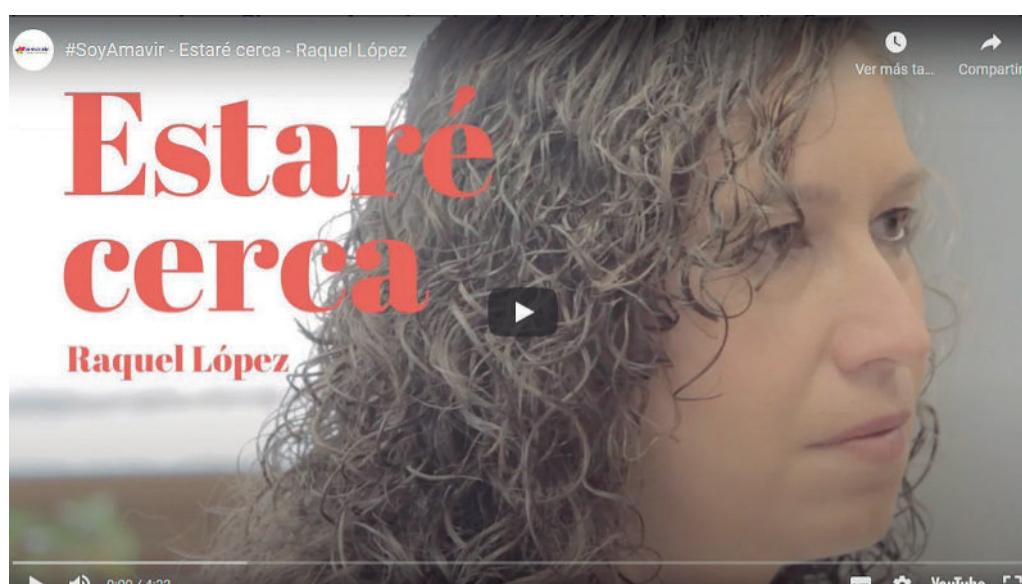
Por otro lado, desde Amavir participamos también en un vídeo que se elaboró por parte del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos, junto a nuestros compañeros de Francia, Italia y Alemania, en el que se ponía en valor el importante papel de las mujeres en nuestra compañía.

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.