

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

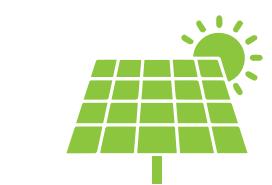
kWh/usuario



BIOMASA

11.157

kWh/usuario



SOLAR TÉRMICA

1.138

kWh/usuario



AGUA

61,4

m³/usuario



EMISIONES CO2

8.777

Toneladas

DATO 2020

8.690

Toneladas

DATO 2021

Amavir impartió 30.495 horas de formación a la plantilla durante 2021

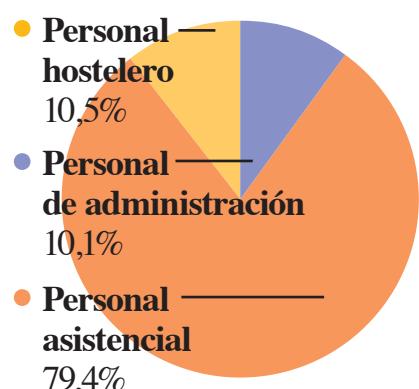
Esto supone un 9% más que el año anterior, pasando de 4,77 a 6,47 horas de formación por asistente.

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.

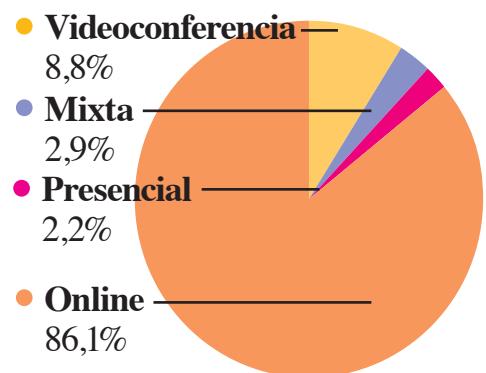
Durante el año 2021, este plan de formación se sustanció en un total de 152 cursos y 30.495 horas impartidas, que son un 9% más que el año anterior. La inversión total realizada en este plan ascendió a 307.121 euros y la media de horas de formación por asistente a los cursos se situó en 6,47, un 36%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

**ACTUALIDAD**

“Tu cara me suena” llega a Amavir Valdebernardo por Carnaval

Nuestros residentes sacaron al artista que llevan dentro e interpretaron canciones populares.

En Carnaval todo es una fiesta, y así lo hemos vivido en nuestro centro. En esta ocasión, tocó imitar a personajes famosos al estilo del programa de televisión “Tu cara me suena”. Para ello, nuestros residentes se ataviaron con sus propios trajes y complementos para llevar a cabo la gran actuación musical. No pudieron faltar artistas como las folclóricas, con nuestras residentes y trabajadoras dándolo todo en cada canción al más puro arte español. Otros como la reina de las rancheras al más estilo mexicano o “Los del Río”, que con sus bailarinas animaron la fiesta con la mítica canción de “La Macarena”. También tuvimos artistas nacionales como Julio Iglesias e internacionales como Marilyn Monroe. Para terminar la gran fiesta cantaron “Las chicas Yeyes” y, como no podía de ser de otra manera, quisimos agradecer con gran emoción con el “Gracias por



Todo nuestro elenco de artistas.

venir” de Lina Morgan. Tanto residentes y trabajadores disfrutamos de la gran fiesta, donde todos los asistentes fueron también protagonistas de los bailes y de tantos y tantos recuerdos que a nuestras mentes vinieron para rememorar etapas de nuestras vidas. Queremos agradecer todo el es-

fuerzo y las ganas que han puesto nuestros residentes y trabajadores por hacer que poco a poco volvamos a la normalidad. Los eventos de esta índole hacen que recuperemos toda la alegría de la que hemos estado privados desde que comenzó la pandemia. ¡Hasta la próxima!

Celebramos el Día de la Mujer

Todos juntos por la igualdad con la lectura de un manifiesto y bailes.

Como todos los 8 de marzo, celebramos el Día Internacional de la Mujer. Tras las lecturas del manifiesto sobre la importancia del por qué celebramos un día así, trabajadores y residentes lucieron camisetas rosas para realizar una actividad saludable como es el baile, y que además nos alegra y divierte. Todas las mujeres y hombres del centro nos unimos por esa igualdad, por ese apoyo mutuo para hacerlo visible al mundo y vivirlo juntos, en unión. Gracias por compartir día a día y esa igualdad a la que hemos hecho referencia.



Nuestros residentes orgullosos de lucir las camisetas.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Terapia Ocupacional**

Terapia manipulativa, estimulación cognitiva, estimulación sensorial, entrenamiento de AB-VDs, habilidades domésticas (AIVDs), taller de reminiscencias, deporte terapéutico y taller de cinefórum.

Animación Sociocultural

Terapia musical, estimulación sensorial, vida activa, actividad artística, gerontogimnasia, bingo, orientación a la realidad, prensa, ocio y tiempo libre, cine, escuela de adultos, juegos de habilidad mental, taller de costura, deporte terapéutico, arreglo personal, entre tú y yo, paseos, fiestas de cumpleaños, actividades extraordinarias y otros festejos.

Fisioterapia

Mantenimiento funcional, bipedestación y reeducación de la marcha, termoterapia, control de la marcha, cinesiterapia activa y pasiva, control postural y tratamientos de pacientes agudos.

Psicología

Estimulación cognitiva para deterioro leve, moderado y severo, estimulación sensorial, programa de actividades cotidianas e intervenciones individuales.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Mayo**

XVI Aniversario de la residencia con actividades diversas.
San Isidro: chotis, Taller de cocina...
Fiesta de cumpleaños.

Junio

Día Mundial del Medio Ambiente: actividad conmemorativa.
Salida cultural.
Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS**Peluquería**

Viernes de 10:00 a 19:30 h.

Podología

Miércoles de 10:00 a 14:00 h.

Misa

Domingos a las 11:00

HOY COMEMOS Dolores Cháñez

Rosquillas de la abuela

INGREDIENTES

3 huevos, 500 g harina, 6 cucharadas de azúcar, ralladura de un limón, anís, levadura, aceite y azúcar.

PREPARACIÓN

En un bol grande ponemos los huevos, el azúcar, la ralladura de limón, el anís, el aceite y lo batimos bien. Mezclamos bien y vamos incorporando la harina poco a poco y la levadura tamizada. Amasamos bien la mezcla y hacemos bolitas con un agujero en el centro. Vamos echando a la sartén las rosquillas y cuando están listas se rebozan en azúcar.



Como cocina la abuela, ¡no cocina nadie!

CUMPLEAÑOS**Mayo**

02/05 Felipa Piñeiro
13/05 Isabel Barjola
15/05 Elena Gómez
15/05 Isidra Peña
16/05 Baltasar Martínez
17/05 Dolores Morales
17/05 Gregoria Rivera
19/05 Prudencia Lerma
23/05 M.ª Rosario Bravo
24/05 Amparo Vicenta Pérez
27/05 M.ª Paz Delgado
27/05 María López
29/05 M.ª Margarita Ardavin
31/05 Marcelina Martín

Junio

02/06 Leonor Rivera
05/06 Juan Manuel Sánchez
06/06 Isabel Barbé
07/06 Aurelia Salazar
07/06 Emérita Trigo
08/06 Azucena Ardavin
10/06 M.ª Margarita González
10/06 Antonia Hueros
11/06 Ángela Crespo
13/06 Eduarda Jaén
16/06 José M.ª López
16/06 Asunción San Julián
20/06 M.ª Gloria Vila
21/06 Feliciano Contreras
25/06 Mari Luz Sánchez
25/06 Ángeles Martín
27/06 Fernando Pérez
29/06 Purificación Usano
30/06 Julia Salvador

SECRETOS DE MI TIERRA

Ajofrín, mi pueblo

Domi, como le gusta que la llamen, nació en Ajofrín, provincia de Toledo y desde muy joven trabajó mucho dedicando su vida a su familia y teniendo que buscar un futuro mejor, como tantos emigrantes. En otras tierras, concretamente en Suiza, estuvo trabajando con su marido para ahorrar dinero suficiente y asentarse en España. Y así fue, cuando quedó embarazada de su segundo hijo volvió a su pueblo y aprendió a coser realizando diversos trabajos para residencias, hoteles y tiendas. Una de sus hermanas, de cinco que son, le enseñó la fabricación de jabones y ella misma como autodidacta ha ido aprendiendo a sus 81 años, con tutoriales de YouTube, a realizar jabones de todo tipo, como el de percarbonato o sal de lavavajillas, del que saca 19 litros para echarle a la lavadora y blanquear la ropa. Ha sido siempre una autodidacta con mucha creatividad e imaginación, tanto así que un día se puso a hacer la Iglesia Parroquial de su pueblo con ganchillo, una réplica de gusto meticoloso y exquisito que será expuesta en la misma iglesia ante la admiración de todos los



Domi, que con sus manos ha realizado la Iglesia de su pueblo a ganchillo.

paisanos y visitantes del pueblo. Es todo un ejemplo de esfuerzo y abnegación para estos momentos que corren. ¡Enhorabuena!

AYER Y HOY

Antes

Herminio y Gregoria llevan casi 70 años casados compartiendo momentos, aprendiendo juntos y conociendo rincones. Cuando se conocieron, quedaban para bailar en la verbena de San Antonio y los dos recuerdan que solo deseaban bailar el uno con el otro. Desde ese momento y tras toda una vida juntos, Herminio no tiene ninguna duda, “Gregoria es la mujer de mi vida, eso no ha cambiado”.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Alba García



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Tras unos meses complicados, en estos tiempos que nos ha tocado vivir, parece que todo ello va quedando atrás, y una vez más, ha sido posible gracias a la implicación de todo el personal para que los residentes estén siempre lo mejor posible, gracias a las familias por vuestra confianza y apoyo en todo momento y, por supuesto, a nuestros residentes que han vuelto a demostrar su fortaleza una vez más. Me alegra escribirlos para informaros que hemos comenzado a reanudar actividades grupales, como sabéis, se están celebrando actuaciones y celebraciones, donde los residentes han disfrutado mucho. Ver sus caras de alegría ha sido una gran satisfacción para nosotros, era algo muy necesario para su día a día. Aprovechando el buen tiempo y la mejora de la situación, iremos realizando más salidas al exterior, las que hemos ido haciendo han tenido gran éxito entre nuestros residentes. En el mes de mayo llega nuestro 16º aniversario, os iremos informando de todas las actividades extraordinarias que realizaremos para poder celebrarlo. Una vez más reitero mi agradecimiento a todo el equipo de Valdebernardo, residentes y familiares por vuestra implicación y respeto. Podéis contar conmigo para todo aquello que necesitéis, estaré encantada de recibiros.

COSAS DE CASA

Caminatas por Valdebernardo

Una actividad muy saludable tanto física como emocionalmente

Con la llegada de la primavera y el buen tiempo, hemos iniciado nuestro “Taller de Paseos Saludables”, con el que desde el Departamento de Terapia Ocupacional y Fisioterapia nos hemos propuesto como objetivo fomentar las capacidades funcionales y así evitar el sedentarismo. Cada semana daremos un paseo por las inmediaciones del centro, promoviendo el envejecimiento activo y saludable, fomentando la participación activa y la integración social con el resto de residentes, para mejorar la forma física general, favorecer la capacidad respiratoria y, con todo esto, posibilitar la realización de ejercicio físico al aire libre. Nuestros residentes han acogido este taller con mucho entusiasmo y ganas, ya que comenzamos a retomar actividades que habíamos dejado de lado a consecuencia de la pandemia. ¡Solo esperamos que el buen tiempo nos acompañe cada semana y poder disfrutar al aire libre!



Nuestros residentes disfrutando del buen tiempo.

QUIÉN ES QUIÉN

Maty Palomino, conductora de ruta

“Cree en ti y todo será posible”.

Edad: 59 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: El cariño que recibes de los mayores.

Virtud: La generosidad.

Defecto: El perfeccionismo.

Aficiones: Viajar, bailar y la cocina.

Libro: El secreto.

Película: Titanic.

Grupo de música: Raphael.

Comida favorita: Arroz con conejo.

**RECUERDOS**

¡No a la guerra!

Durante estos meses nos han venido a nuestra memoria los tiempos tan duros que vivimos durante la Guerra Civil. Cuando creíamos que ya no había sitio para un conflicto así, hemos visto cómo en Ucrania están viviendo una situación terrorífica. Familias, niños y mayores son ahora víctimas de algo trágico, pero no nos ha impedido ponernos en su lugar para ayudarles. Desde nuestro centro nos hemos movilizado para prestar toda la ayuda necesaria. Residentes, familiares y trabajadores hemos puesto nuestro granito de arena donando de todo corazón productos de primera necesidad. ¡Gracias!

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.

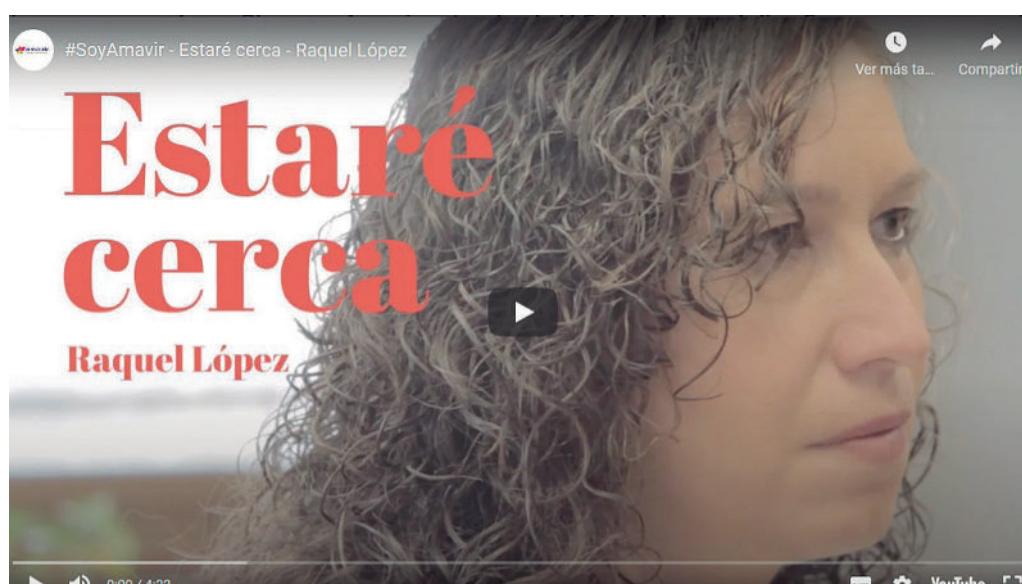
Por otro lado, desde Amavir participamos también en un vídeo que se elaboró por parte del Grupo Maisons de Famille, al que pertenecemos, junto a nuestros compañeros de Francia, Italia y Alemania, en el que se ponía en valor el importante papel de las mujeres en nuestra compañía.

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.