

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Amavir abre una nueva residencia en Ciudad Real, la sexta de la compañía en Castilla-La Mancha

La alcaldesa visitó el centro para conocer sus instalaciones y a sus primeros usuarios.

El pasado 1 de marzo abrió sus puertas la nueva residencia para personas mayores Amavir Ciudad Real, ubicada en la calle Tetuán 1 de esta capital castellano-manchega. La residencia dispone de 158 plazas repartidas en 113 habitaciones (68 individuales y 45 dobles). Es la segunda residencia de Amavir en esta provincia (junto a la que gestiona en Tomelloso), la sexta en Castilla-La Mancha y la número 43 en el conjunto de España. Pocos días después de la apertura, la alcaldesa de Ciudad Real, Eva María Masías, realizó una visita para conocer a los primeros usuarios y recorrer las instalaciones. La residencia se estructura en planta baja y cuatro plantas y está dividida en unidades de convivencia independientes, cada una con su propia sala de estar y comedor. Es una residencia urbana, ubicada en el centro de la ciudad, y dispone de terrazas en cada planta y de una gran terraza en la azotea para disfrute de residentes y familiares. Va a dar empleo a un centenar de personas.



### A punto de terminar las obras de Amavir Santa Cruz de Tenerife

Este año está prevista también la apertura de la residencia Amavir Santa Cruz de Tenerife, de 104 plazas, cuyas obras de construcción se encuentran ya en su última fase. Será el segundo centro de Amavir en la isla de Tenerife y la cuarta residencia en las Islas Canarias.



### Otros proyectos en construcción

Además del centro de Santa Cruz de Tenerife, en estos momentos están en obra otras residencias, que se irán abriendo paulatinamente en los próximos años: Amavir Ciudadcampo, Amavir Vicálvaro y Amavir La Florida (Madrid), Amavir Albacete, Amavir Jaén, Amavir Oviedo, Amavir Córdoba y Amavir Granada.

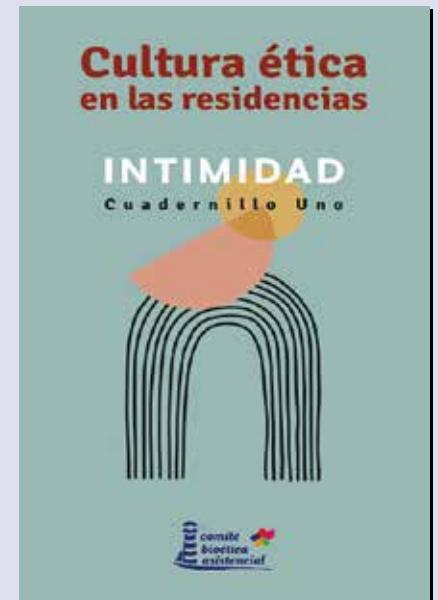
# El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

El primer cuadernillo, sobre la intimidad en la tercera edad, ya está disponible en nuestra web.

El Comité de Bioética de Amavir ha lanzado su proyecto “Cultura ética en las residencias”, con el que pretende fomentar la cultura ética entre los profesionales de la compañía. Este proyecto incluye la publicación periódica de cuadernillos didácticos sobre aspectos relacionados con la bioética y la atención a las personas mayores. El primero de ellos, que está ya disponible en nuestra web, se centra en la intimidad en la tercera edad. Los próximos, que se irán publicando en los próximos meses, versan sobre edadismo, infantilización y paternalismo, y acompañamiento en el final de la vida. En todos los cuadernillos se incluye una introducción teórica y ética, un marco legal y una serie de recomendaciones prácticas para que puedan ser puestas en marcha en las residencias.

## ¿Qué es el Comité de Bioética de Amavir?

Este comité, creado en 2019, está formado por un equipo de personas de diferentes disciplinas cuya misión es promover, fomentar, difundir e impregnar la cultura ética de la atención en los centros de Amavir, mejorando así la calidad asistencial que se presta a sus usuarios. Cualquier usuario, familiar o profesional puede dirigir sus consultas al comité a través del formulario habilitado en nuestra página web ([www.amavir.es](http://www.amavir.es)).



## Elsa Punset, invitada a la V Jornada de Amavir en Madrid dirigida a profesionales sociosanitarios

Elsa Punset, una de las mayores expertas a nivel internacional en inteligencia emocional, será la invitada en la quinta edición de las jornadas Amavir en Madrid dirigidas a profesionales sociosanitarios, que tendrá lugar el próximo 31 de mayo en el Hospital Clínico San Carlos. El tema de esta jornada será “Relacionarnos con el sufrimiento y ser felices” y se contará también con la presencia del psicólogo clínico Juan Pedro Arzibú.

## Amavir presenta su Plan de Sucesión Interna en el Congreso Nacional de la Dependencia

La directora de Recursos Humanos de Amavir, Marián Bautista, fue una de las invitadas al IV Congreso “Dependencia y Sanidad”, celebrado en IFEMA (Madrid), en el que impartió la ponencia “Apostar por el talento interno como clave para el éxito empresarial”. Bautista incidió en la importancia de apostar por el desarrollo y promoción de las plantillas, poniendo como ejemplo el Plan de Sucesión para la Detección del Talento Interno de Amavir.



**ACTUALIDAD**

# Amavir Ciudad Real realiza sus primeras actividades y celebraciones

## La festividad del Día del Padre, nuestra primera celebración conjunta.

Poco a poco, en Amavir Ciudad Real estamos comenzando a crear nuestra pequeña gran familia con la que, estamos seguros, pasaremos grandes ratos de actividades y celebraciones. Sin ir más lejos, la primera de las festividades que hemos querido celebrar ha sido San José, por ser una de las fechas más especiales donde se homenajea y se pone en valor una figura tan importante como es la de los padres. Por ello, realizamos un taller con nuestros residentes consistente en elaborar unas bonitas flores simbólicas donde, en cada pétalo, se podía leer una palabra que definiera lo que para ellos significa ser padre. Con esta actividad pasamos una jornada de lo más agradable recordando bonitos



Nuestros residentes durante la actividad por el Día del Padre.

momentos y escuchando música propuesta por nuestros residentes, por lo que no faltaron buenas coplas y pasodobles de la época, que consiguieron trasladarnos a aquellas diverti-

das verbenas de verano con las que tanto disfrutaron en su juventud. En el centro, seguiremos apostando por este tipo de actividades que tanta alegría nos producen.

## Jornada de bingo en el centro

### Una de las actividades lúdicas que más gusta a los residentes.

En Amavir Ciudad Real ya hemos estrenado nuestro bingo. Para finalizar el mes con diversión y energía, el pasado 27 de marzo disfrutamos de una agradable mañana jugando todos al bingo, una de las actividades lúdicas que más gusta a nuestros residentes. Este momento nos permite, además, trabajar algunas capacidades cognitivas como son la atención, la concentración y el reconocimiento numérico y también diferentes funciones motoras como, por ejemplo, la movilidad de manos. Todo ello de una manera divertida. Sin duda, este ha sido el primero de muchos bingos.



Nuestros residentes durante el bingo organizado en el centro.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Trabajo social

Atención social y familiar durante el proceso de estancia en el centro, desde su adaptación. Asesoramiento en tramitaciones y gestiones administrativas para la solicitud de ayudas técnicas o prestaciones económicas vinculadas al servicio.

#### Psicología

Programas de estimulación cognitiva, reminiscencia e intervenciones en función de las necesidades de atención como son, programa de atención individualizada en trastornos psicoafectivos, de intervención en alteración de conducta y de intervención en duelo.

#### Fisioterapia

Programas de psicomotricidad, gerontogimnasia en planta, tratamientos individuales en sala de rehabilitación, reeducación de la marcha y equilibrio, movilizaciones pasivas y supervisión del programa de paseos.

#### Terapia ocupacional

Programas de terapia funcional, psicomotricidad, estimulación cognitiva, laborterapia, entrenamiento en actividades de la vida diaria, estimulación sensorial y actividades de juego, ocio y tiempo libre.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

Día de la Madre.  
Bingo especial.  
Cumpleaños y Día de Castilla-La Mancha.

#### Junio

Día Mundial de los Océanos.  
Taller especial de manualidades.  
Bingo especial.  
Cumpleaños y fiesta del verano.

## SERVICIOS

#### Peluquería

Horario pendiente de confirmar (preguntar en la recepción).

#### Podología

Horario pendiente de confirmar (preguntar en la recepción).



## CUMPLEAÑOS



#### Mayo

25/05 Adela Martínez

#### Junio

07/06 Rosa Carrasco

## HOY COMEMOS Pilar Herrero Pérez

# Arroz a la marinera

#### INGREDIENTES

350 g de arroz, 1 sepia fresca, mejillones, gambas, camarones, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1 tomate, 1 pimiento verde, perejil y aceite de oliva.

#### PREPARACIÓN

En una sartén rehogamos en aceite la cebolla, el ajo, el tomate y el pimiento picados. Una vez dorados, añadimos la sepia, las gambas, los camarones, sal y dejamos sofreír. Aparte, hervimos los mejillones y echamos ese caldo a la sartén. Cuando comience a hervir añadimos el arroz, los mejillones y lo dejamos 15 minutos.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Ciudad Real, una bonita ciudad para descubrir

Ciudad Real es una de las capitales de provincia menos conocidas y turísticas, pero con grandes posibilidades para poder disfrutar de la belleza de sus calles, que se pueden recorrer a pie sin problema. Entre los lugares que no deben perderse por ser visita obligada, se encuentra la Plaza Mayor que alberga la Casa del Arco con el reloj de carillón en que Don Quijote y Sancho Panza cantan una jota manchega cada hora en punto. La ciudad tiene también varias iglesias bonitas como la catedral gótica de Santa María del Prado, la iglesia de San Pedro con un retablo de azulejos de Talavera de la Reina y la Iglesia de Santiago, una iglesia-fortaleza gótica. Otro lugar de visita imprescindible es la Puerta de Toledo, formada por seis arcos y único vestigio que



Vista de la Plaza Mayor de Ciudad Real.

se conserva del Real Alcázar de Ciudad Real. También es interesante pasear por el Parque Gasset, una zona verde que, además, alberga el Museo del famoso hidalgo Don Quijote de La Mancha. Otro de sus atractivos turísticos es su estupenda gastronomía, como su pisto manchego o su fritada de verduras, platos que hacen las delicias de todo el que los prueba. Si aún no conoces nuestra hermosa ciudad, ¡a qué esperas para visitarnos!

**AYER Y HOY**

## Antes



## Después

Josefina Lara nació en Almodóvar del Campo el 26 de abril del 1947. Tiene una hermana mayor, Carmen y una gemela que se llama Pilar. Conoció al que fue su marido, Ramón, en la verbena de las fiestas de su pueblo y tienen 3 maravillosas hijas que también viven en Ciudad Real. De pequeña, aprendió a tocar el violín y, entre sus aficiones también destacan la costura, la cocina y viajar. Siempre sonriente y educada, es un placer tenerla con nosotros.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Carolina Avilés Caminero



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Mi nombre es Carolina Avilés Caminero y desde el 1 de marzo de 2023 tengo el placer de dirigir este centro acompañada por un gran equipo de profesionales con los que inicio este gran proyecto con muchísima ilusión. Desde hace diez años he tenido la suerte de poder trabajar con personas mayores, las cuales me han dado lecciones de vida y me han enseñado a valorar cada momento compartido como si fuera el último. Personas con un valor incalculable y una gran sabiduría y experiencia. Ahora es el momento de crear una residencia con nombre propio, Amavir Ciudad Real, de la que todos formamos parte, además de conseguir ser un referente de calidad asistencial en la región, trabajando con el modelo de atención centrada en la persona “Guia-dos por ti” y siendo un centro libre de sujeciones. Por último, quiero agradecer a nuestros primeros residentes y a sus familiares su buena aceptación, comprensión y confianza en estos primeros pasos que estamos dando juntos, al igual que al resto de profesionales que forman parte de la gran familia Amavir, que nos están acompañando en nuestro primer vuelo. Un afectuoso saludo.

**COSAS DE CASA**

# Cómo comunicar correctamente una incidencia

**Conocer a quién dirigirse para solventar las incidencias puntuales que puedan generarse, favorece el buen funcionamiento del centro.**

Hace pocas semanas que en Amavir Ciudad Real, residentes, familiares y trabajadores comenzábamos juntos y con muchas ganas esta nueva aventura de crear un hogar seguro y confortable para todos. Como cualquier nuevo lugar que comienza, su puesta en marcha puede conllevar dudas sobre el funcionamiento de determinados servicios, siendo importante saber a quién dirigirse para poder resolverlas. En nuestra sección de Cosas de Casa intentaremos ofrecer toda la información que pueda ayudar a aclarar todas estas cuestiones. En esta ocasión, nos gustaría centrarnos en el mantenimiento de habitaciones y espacios. Por eso, cualquier trabajador, residente o familiar que detecte alguna incidencia relacionada con este servicio, puede dar aviso en la recepción del centro donde el personal se encargará de registrarla de forma telemática y así, notificarlo correctamente al departamento de mantenimiento, para que



Nuestra compañera Belinda García en la recepción del centro.

se pueda resolver con rapidez y eficacia. Muchas gracias a todos por vuestra colaboración.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Higinio Moreno, auxiliar de enfermería

**“Me considero una persona alegre, empática y cariñosa. Mi propósito es sacarles una sonrisa a los residentes.”**

**Edad:** 34 años.

**En Amavir desde:** 2023.

**Lo mejor de Amavir:** El equipo que hemos creado.

**Virtud:** Soy muy empático.

**Defecto:** Nervioso.

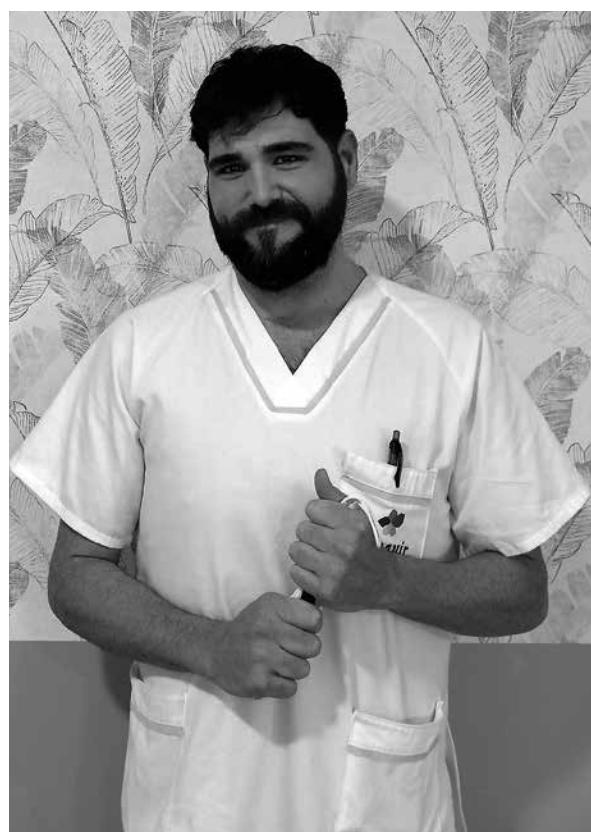
**Aficiones:** El cine y las series.

**Libro:** El Principito.

**Película:** La Bella y la Bestia.

**Grupo de música:** Ana Mena.

**Comida favorita:** La paella.

**RECUERDOS**

## Refranes de primavera y verano

- Agua de primavera, si no es torrencial, llena la panera.
- No hay primavera sin flores, ni verano sin colores.
- Golondrina anticipada, primavera templada.
- La primavera la sangre altera.
- Tiempo de verano, capote con el amo.
- Tan malo es para los niños el verano, como el otoño para el anciano.
- Una golondrina no hace verano, ni una sola virtud bienaventurado.
- Flores de mayo tarde o temprano hallo.
- Cuando al sapo veas andar, agua primaveral.
- Dos primaveras en un año, ríete que es puro engaño.
- Tarde o temprano, por San Juan es verano.

# La consejera de Política Social de Madrid visita Amavir para conocer sus programas de terapias con animales

Concepción Dancausa estuvo en nuestra residencia Amavir Ciudad Lineal durante el transcurso de una de estas sesiones.

La consejera de Familia, Juventud y Política Social de la Comunidad de Madrid, Concepción Dancausa, visitó hace unas semanas nuestra residencia de mayores Amavir Ciudad Lineal para conocer de primera mano las terapias con animales que se llevan a cabo en este y otros centros de Amavir. En este caso, las terapias se desarrollan en colaboración con la asociación MaeveNiall. Está demostrado que la compañía de los animales reporta numerosos beneficios a las personas mayores. Les anima a pasear, activando sus funciones físicas, y disminuye su nivel de estrés, lo que facilita las relaciones sociales. Además, supone un estímulo mental, al evocar recuerdos de anteriores mascotas, y aumenta su interés por comunicarse con el exterior, una situación que genera un incremento de su atención y motivación de manera espontánea. La mayoría de las mascotas utilizadas en estas sesiones son perros y gatos con características y adiestramiento específicos para convertirse en co-terapeutas.



# La directora general de Amavir, invitada a un acto institucional con motivo del Día de la Mujer

El evento se celebró en la Cámara de Comercio de Madrid y contó con la presencia del alcalde de la capital.

La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, participó como ponente en el foro “Empresarias que inspiran: mirada al futuro desde el liderazgo”, organizado el pasado 8 de marzo por la Cámara de Comercio, Industria y Servicios de Madrid, en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid, con motivo del Día Internacional de la Mujer. El acto estuvo presidido por el alcalde de la capital, José Luis Martínez-Almeida. Por otro lado, y coincidiendo también con el Día Internacional de la Mujer, Amavir se ha unido un año más a la Fundación Adecco para la conmemoración de esta fecha. Este año, la entidad pone de manifiesto la vulnerabilidad de la mujer en el empleo: el 30% de las mujeres en edad laboral se encuentran en riesgo de exclusión, según datos del INE.





# Así somos los trabajadores y trabajadoras de Amavir

Radiografía de las 4.372 personas que conforman la plantilla de la compañía en 2022.

En Amavir contamos con un equipo humano formado por **4.372 profesionales cualificados con una clara vocación de servicio a los mayores**, capaces de conjugar el cumplimiento de un sistema integral de

alta calidad asistencial con el cariño, la atención y el respeto hacia las personas, buscando que los residentes y sus familiares se sientan siempre como en su propia casa.

