

# 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.

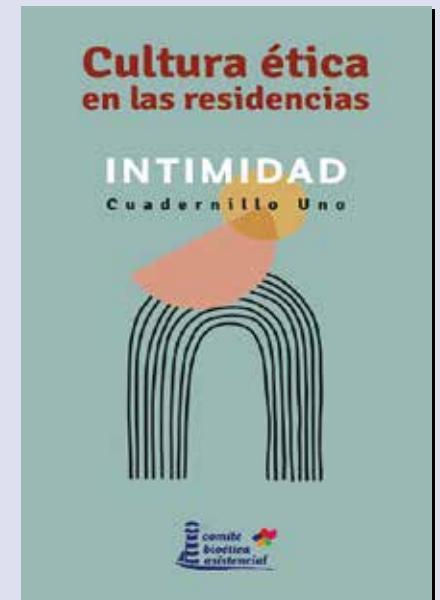
# El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

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.



**ACTUALITAT**

# Carnaval, Carnaval

Una festa que sempre celebrem a finals de febrer.

Aquest any, la celebració del Carnaval va tenir lloc el passat dimecres 22 de febrer a la tarda. Vam acomiadar el mes de febrer amb una festa amb música i disfresses. Durant les setmanes anteriors havíem estat pintant i retallant corones de flors que volien fer referència a l'època hippie per lluir el dia de la festa. La veritat és que eren molt senzilles i alhora molt vistoses, tothom en volia una, i tothom volia una foto amb la disfressa. Vam riure una estoneta mentre esperàvem l'actuació. El bon gust del Jordi, el solista i teclista que ens va amenitzar la tarda, a l'hora d'escol·lir cançons i les ganes de passar-ho bé de tots nosaltres van ser la millor combinació perquè la tarda fos tot un èxit. Vam aplaudir amb ganes, vam cantar a ple pulmó i també ens va caure la llagrimeta en alguns moments, quan la música fa que les emocions es desbordin. Però, sobretot, vam ballar tant com vam poder i més! Vam acabar fent la conga al mig de l'escenari! Una tarda rodona. Fins l'any que ve, Carnaval!



Que bé que ho passem!

# Día Internacional de la Mujer en Diagonal

**El 8 de marzo es un símbolo para las mujeres de todo el mundo.**

El pasado 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer, en el centro nos sumamos a la celebración. Durante la mañana realizamos una actividad especial que ponía el foco en las mujeres. A través de imágenes, hicimos un paseo a lo largo y ancho de la historia recordando a mujeres que por distintos motivos han sido relevantes. Curiosamente, una de las que más nos llamó la atención a todos fue Marian Donovan, una norteamericana con tres hijos que inventó los primeros pañales desechables.



Una jornada muy interesante para conocer a mujeres relevantes históricamente.

**AGENDA****ACTIVITATS ORDINÀRIES****Educadora social**

Estimulació cognitiva, estimulació multisensorial, ludoteràpia, habilitats socials i comunicació.

**Fisioteràpia**

Grups de gimnàstica de manteniment, grup pal·liatiu/síndrome d'immobilització, grup de manteniment o estimulació de la marxa guiada o assistida, grup de manteniment o estimulació de la bipedestació o equilibri estàtic i rehabilitació individualitzada en casos aguts de traumatologia o neurologia.

**Psicologia**

Estimulació multisensorial, estimulació cognitiva, atenció al dol i reminiscències.

**Teràpia ocupacional**

Reentrenament AVDs, habilitats manuals, psicomotricitat, grup antiàlgic, adaptacions de suports tècnics en casos individuals, mobilitzacions passives i recomanacions A.T.

**ACT. EXTRAORDINÀRIES****Maig**

Celebració dels 20 anys del centre.

Celebració d'aniversaris.

**Juny**

Celebració de Sant Joan.

Celebració d'aniversaris.

**SERVEIS****Perruqueria**

Tardes de dimarts, dijous i divendres.

**Podologia**

Dijous de matí.

**ANIVERSARIS****Maig**

01/05 Montserrat Ferres

03/05 M.ª Cruz García

18/05 Antonia Vime

20/05 Francisca Salvat

22/05 Asunción Sanz

25/05 María Molina

27/05 Ángel Sole

28/05 M.ª Dolores Saladrígues

30/05 Ángela Casals

30/05 Ángel Casasín

31/05 Montserrat Arbolet

31/05 Gregorio Bautista

**Juny**

01/06 Carmen Ferreruela

05/06 Marta Vergés

07/06 Elena Creixans

07/06 Eugènia Franch

16/06 Aurora Alonso

20/06 Lola Caballero

22/06 Joan Guinó

24/06 Juana Espías

24/06 Manuela Fernández

25/05 Alfonso Romero

25/06 Justa Antonia Sáez

27/06 Ascensión Moya

27/06 Julia Palomar

28/05 Conchi González

29/06 Teresa Alfaro

29/05 Rosario Martínez

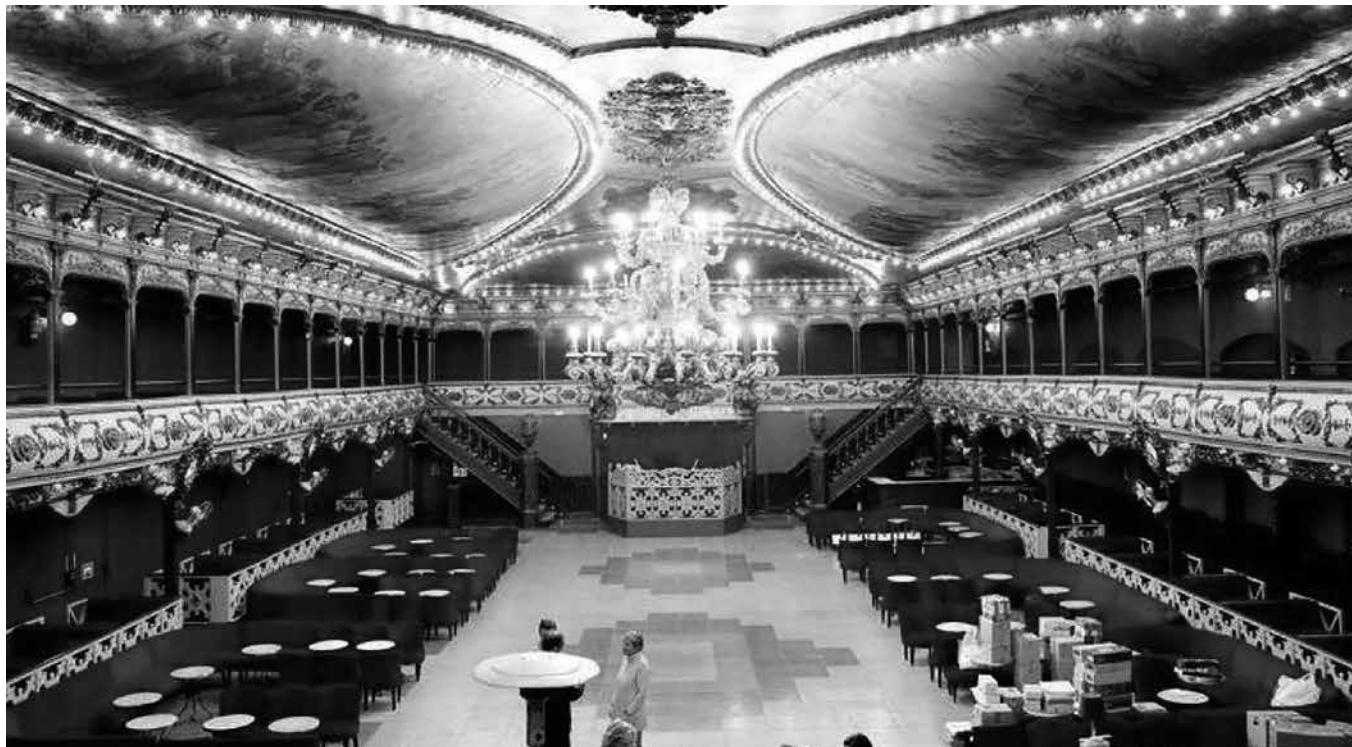
**HOY COMEMOS Receta colectiva****Coliflor al horno con bechamel****INGREDIENTES**

Coliflor, leche, mantequilla, harina, sal, pimienta, nuez moscada y queso rallado.

**PREPARACIÓN**

Cortamos la coliflor en ramaletas y la hervimos. Para la bechamel, llevamos la leche a ebullición y retiramos del fuego. En una sartén fundimos la mantequilla, añadimos la harina y tostamos durante 2 minutos, removiendo siempre. Retiramos del fuego, añadimos la leche y removemos energicamente. Volvemos a poner al fuego y cocinamos unos 3 minutos, siempre removiendo, hasta que tome consistencia. Añadimos la sal, la pimienta y la nuez moscada. Mezclamos la bechamel con la coliflor, espolvoreamos queso rallado y gratinamos al horno.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

La sala de La Paloma nos trae muchos recuerdos.

**La Paloma**

La Paloma ha sido una de las salas de fiesta más emblemáticas de la Barcelona del siglo pasado, situada en la calle del Tigre 27, una travesía de la Ronda de San Antonio en el distrito del Raval. Fue inaugurada en 1903 y desde sus comienzos consiguió que fuera aceptada por dos tipos de público muy diferentes, los carrozas que iban a bailar los bailes más agarrados y la juventud que llenaba el local

por las noches con actuaciones en directo de los grupos más ruidosos y famosos. Los boleos, la rumba, el chachachá y la disco animaron las noches de La Paloma durante más de un siglo. Este emblemático espacio del Raval lleva cerrado desde finales del 2006, cuando tuvo que bajar la persiana porque incumplía la normativa municipal que regula el ruido. Desde esta pasada Nochevieja, La Paloma ha estado reabriendo de forma intermitente, y tiene previsto volver definitivamente.

**AYER Y HOY****Antes**

La Isabel Segura és filla del Poblenou amb molt d'orgull. De la infància recorda que els pares li deien Isabelín i els jocs al passatge de Tànger amb els amics del barri. Sempre ha sigut molt xerraire i amiga de tothom. Sempre disposada a fer un favor a qui ho necessités. És una balladora excepcional, s'apunta a un bombardeig. Durant uns anys, va treballar de dependenta als Encants Nous i en guarda bon record. Viu molt orgullosa dels dos fills, David i Elisabet.

**Después****CARTA DE LA DIRECTORA**

Alexandra Caballero Fernández



Estimats residents, familiars i treballadors:

Ja ha arribat la primavera i això vol dir que comencem a donar la benvinguda a dies més llargs i temperatures més agradables. És per això que ja pensem en activitats a l'exterior i sortides culturals fora del centre, com la del passat mes de març, una visita a la biblioteca del barri. A més, aquest any celebrem el 20è aniversari del centre. Serà el pròxim mes de maig, així que desitgem que tots i totes pugueu gaudir de les diverses activitats i tallers planificats i organitzats per tot l'equip amb tota la il·lusió per celebrar-ho. Tan aviat com sigui possible, us mantindrem informats del programa que oferirem. Com ja sabeu, una de les novetats d'aquest mes d'abril és el canvi de proveïdor de cuina. El nostre objectiu és millorar sempre les possibles deficiències que poden haver-hi en el servei, i és per això que s'ha pres aquesta decisió. Desitgem que a poc a poc l'àrea de restauració millori i que es pugui oferir una millor qualitat en els àpats. Bona primavera a tots. Salutacions i fins a la propera edició.

**COSES DE CASA**

# Consells sobre vestuari

**És important vestir-se amb peces de roba còmodes i adaptables que contribueixin a vestir-se i desvestir-se amb facilitat.**

No sempre és fàcil posar-se un jersey, aconseguir que els pantalons no s'abaixin o que no molestin mentre s'està assegut en una cadira molta estona. El primer consell és que la roba sigui ampla i confortable per poder moure's amb comoditat i per poder vestir-se i desvestir-se més fàcilment. Les gomes a la cintura, que substitueixen altres sistemes de cordat, són mes pràctiques. Per una banda, doten de més autonomia la persona i, d'altra banda, faciliten l'ajuda que pugui necessitar. També és important tenir en compte que les costures siguin planes, ja que el freqüent continu pot causar irritacions. El segon consell és que la roba sigui de cotó. Aquest teixit produceix menys al·lèrgies i reaccions a la pell, cada cop més delicada. Per últim, cal recordar que les peces de roba han de ser aptes per a bugaderies industrials, és a dir, que puguin anar a l'assecadora i que no siguin de teixits tipus llana o qualsevol altre que enconeix.



Anar còmodes és primordial.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Alba Pueyo, psicóloga

**¡Bienvenida al equipo!**

**Edad:** 25 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** El clima de trabajo.

**Virtud:** La creatividad.

**Defecto:** El desorden.

**Aficiones:** El patinaje y la pintura.

**Libro:** 1984, de George Orwell.

**Película:** Volver, de Pedro Almodóvar.

**Grupo de música:** David Bowie.

**Comida favorita:** Pastel de queso.

**RECORDS**

## Les Planes

La inauguració de l'estació de les Planes l'any 1916 va influir en el fet que els amants de passar un dia a l'aire lliure anessin substituint Montjuïc per aquest indret de Collserola. Quan no hi havia massa diners per passar bé un dia de festa, molta gent solia anar amb el dinar preparat a les àrees de pícnic que s'hi van instal·lar. També s'hi podia portar la carn per fer-la a la brasa, perquè gairebé totes aquestes zones disposaven de fogons. Fins i tot, es podia arrodonir el dia ballant una bona estona.

# 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.

