

# 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 Arzibu.

## 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.







residencia para mayores  
las hazas



ACTUALIDAD

# Llega el buen tiempo

Por fin viene el calorcito y llega cargadito de actividades.

Tras despedirnos del frío invierno, por fin llega el buen tiempo que tanto nos gusta. En la residencia celebramos nuestra famosa Semana Santa, donde nos visitaron diferentes cofradías como La Hermandad de la Verónica, El Paso Gordo o La Clemencia. También realizamos una excursión al museo para ver los diferentes pasos y, por supuesto, celebramos la tradicional tamborrada de Hellín. Posteriormente festejamos la Feria de Abril, donde nos visitaron diferentes artistas locales. Confeccionamos flores y abanicos para decorar la residencia y nos pegamos unos buenos bailes. Un año más tuvimos en nuestra capilla a la Virgen del Rosario. Con este tiempo apetece salir, así que hicimos una excursión por el Día de la Cruz al centro social de Mingogil. Calentando motores para el verano y, como a nuestros residentes les apetece refrescarse, celebraremos la fiesta del agua en nuestros grandes jardines. Por supuesto, no faltarán las excursiones a la piscina municipal y las salidas a la heladería que tan bien nos sientan. Como veis, una estación llena de actividades.



La asociación de tamborileros y nuestros residentes compartiendo una pasión.

# Recibimos el equinoccio de primavera

Concienciación, cuidado y respeto por el medioambiente son tres valores que nos definen.

El pasado 20 de marzo se celebró el equinoccio de primavera y, para darle la bienvenida, nos desplazamos al centro social de Mingogil, una pedanía de Hellín donde pasamos un día estupendo con aperitivo y comida incluidos, disfrutando de una jornada muy entretenida y llena de actividades. Además, paseamos para conocer los diferentes rincones del pueblo, recordando la importancia de cuidar el entorno que nos rodea para poder seguir disfrutando de él y de sus beneficios. Nos lo pasamos en grande. ¡Menuda entrada en la nueva estación del año!



Nuestros residentes celebrando el equinoccio de primavera.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Terapia ocupacional

Psicomotricidad, estimulación multisensorial, rehabilitación funcional, sala Snoezelen, rehabilitación y tratamiento de ABVD’s y AIVD’s y estimulación cognitiva.

Animación sociocultural

Atención individualizada, ocio y tiempo libre, ludoterapia, ergoterapia e intervención con la música.

Psicología

Atención individualizada, programa de estimulación cognitiva con y sin deterioro cognitivo y programa de reminiscencia.

Fisioterapia

Rehabilitación funcional, rehabilitación de la patología aguda, reeducación de la marcha y equilibrio, movilización pasiva y psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

Excursión por el Día de la Cruz.  
Celebración cumpleaños.  
Visita de la Virgen del Rosario.

Junio

Día Mundial del Medioambiente.  
Excursión a la heladería.  
Celebración de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles a partir de las 10:00 h.

Podología

Martes a partir de las 10:00 h.

Eucaristía

Jueves a las 18:00 h.

Cafetería

Lunes a domingos de 09:00 a 19:45 h.



CUMPLEAÑOS

Mayo

- 02/05 Vicenta Landete
- 02/05 Antonio Sánchez
- 09/05 Soledad Valverde
- 11/05 Teodora Rodríguez
- 14/05 Carmen García
- 17/05 Dolores Rodríguez
- 18/05 María Sánchez
- 21/05 Consolación Hernández
- 24/05 José García Parras
- 27/05 Elina Hartacho
- 27/05 Fernando Pinar
- 30/05 Ángel Martínez

Junio

- 02/06 Miguel Cerdá
- 04/06 Ana Pantoja
- 11/06 Francisco García Cantero
- 11/06 Antonio Vela
- 12/06 Ángeles Gallar
- 12/06 Antonio Hernández
- 14/06 Lourdes Martínez
- 19/06 María López Rodríguez
- 20/06 Antonio Oliva
- 23/06 Francisco Ramón
- 24/06 Juana Callejas
- 26/06 Francisco Moreno

HOY COMEMOS Manuela Palacios

Salmorejo

INGREDIENTES Para 6 personas

200 g de pan de hogaza, 150 g de aceite de oliva, 1 diente de ajo, sal al gusto y 1 kg de tomate.

PREPARACIÓN

Colocamos el pan y lo cubrimos con el puré de tomate. Dejamos que se impregne durante unos 10 minutos. Lavamos el tomate e incorporamos el ajo. Trituramos bien con la batidora. Después añadimos el aceite y mezclamos hasta que nuestro salmorejo sea uniforme. Colocamos sobre su superficie los tradicionales tropezones de guarnición con los que decoraremos cada ración. Una receta fresquita y saludable.





SECRETOS DE MI TIERRA



El pueblo de Letur.

Mi infancia en La Dehesa

En esta ocasión vamos a hablar de La Dehesa, una pedanía de Letur en la que nació Amparo, quien nos cuenta que se encuentra limitando con la población de Yeste y que está situada en medio de un paisaje natural espléndido, entre la sierra del Regalí y el río Segura, que crea el arroyo de Letur y sus múltiples cascadas. Ella tenía una finca con

muchos animales y le gustaba mucho pasar tiempo allí con sus primos y su familia. También le gustaba jugar por las calles con sus amigos y disfrutar de los maravillosos paisajes que le rodean. Algo que destaca y que están bien ricos son las toñas y los suspiros típicos de allí. Sin duda, Letur esconde rincones maravillosos, pero no tanto como su gente.

AYER Y HOY



Antes

Ella es María López Rodríguez, nació en Elche de la Sierra, pero cuando se casó se fue a vivir a Valencia durante 25 años, allí fue muy feliz. Durante toda su vida ha trabajado en el reparto y contabilidad de una tienda de comestibles. A María le gusta mucho participar en las actividades y talleres que se realizan en el centro. En la foto de la izquierda tenía 33 años y se la tomaron en su pueblo y a la derecha vemos a María actualmente, como veis, siempre con una sonrisa.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Sonia Romero



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Un año más recibimos el verano y a los familiares de buen agrado que, haciendo uso de algunos de sus días de descanso tienen oportunidad de compartir más tiempo con los residentes, lo que a ellos les reporta satisfacción y bienestar. Además, también las persona que trabajamos en el centro disfrutamos de unos días de vacaciones, necesarias para renovar energía y volver al trabajo con mayor entusiasmo y dinamismo. Por ello, echaremos de menos a algunas personas, al tiempo que recibimos a nuevas incorporaciones. Me consta que, por quienes compartimos el día a día de la residencia, compañeros, residentes y familiares, estas personas que se incorporan a nuestros equipos van a tener una buena acogida, comprensión y la ayuda de todos para facilitar su adaptación a sus puestos de trabajo. Tendrán que hacerlo al mismo tiempo que van conociendo a nuestros residentes y usuarios, sus costumbres, gustos y preferencias, las instalaciones, el orden y el lugar del material de trabajo. Afortunadamente, ese esfuerzo que las personas veteranas hacemos con quienes están recién llegados se ve recompensado con el entusiasmo y la energía que nos trasmiten y obtiene su fruto cuando somos capaces de transmitirles la vocación por nuestro trabajo y nuestra motivación; el bienestar de nuestros residentes y usuarios. Así pues, mi agradecimiento a todos, a los trabajadores que se van a descansar, a los que ya volvieron de su descanso, a quienes se incorporan al equipo de la residencia Las Hazas, a quienes son parte de él desde hace tiempo y, siempre, a nuestros residentes y usuarios y a sus familias que, con su cariño hacen las cosas más fáciles.

## COSAS DE CASA

# La importancia de realizar actividades al aire libre en primavera

**Hacer ejercicio en el exterior tiene numerosos beneficios.**

La primavera llegó y se hace notar en las flores, en los colores y en el clima. El sol acaricia las ciudades y nos invita a disfrutar de su resplandor en armonía con la naturaleza. Realizar actividades en el exterior nos puede traer beneficios considerables para la salud. Si bien la contaminación del aire, un conflicto frecuente en la actualidad, puede desencadenar alergias, asma y otras enfermedades respiratorias, quizá sorprenda saber que las concentraciones de contaminantes del aire en interiores suelen ser de dos a cinco veces superiores a las del exterior. De este modo, pasar más tiempo en espacios verdes naturales podría ayudar a reducir el riesgo de problemas respiratorios. Las radiaciones solares son esenciales para la buena salud y desempeñan una función vital en la producción de vitamina D, que fortalece los huesos y el sistema osteomuscular, además de reducir el estrés. También tiene efectos positivos sobre el bienestar físico y mental, por ejemplo, en la concentración y en el estado de ánimo. Así que, ¡aprovechemos los espacios abiertos!



Una tarde en los jardines.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Andrea Tomás, trabajadora social

**“Me encanta mi trabajo y estoy muy contenta con nuestro equipo y residentes”.**

**Edad:** 23 años.

**En Las Hazas desde:** 2022.

**Lo mejor de Las Hazas:** La hospitalidad de los residentes y trabajadores.

**Virtud:** La templanza.

**Defecto:** Soy impaciente.

**Aficiones:** La cocina.

**Libro:** Los renglones torcidos de Dios.

**Película:** 100 metros.

**Grupo de música:** Morat.

**Comida favorita:** Gazpacho manchego.



## 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, riéte 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.

