

# 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.

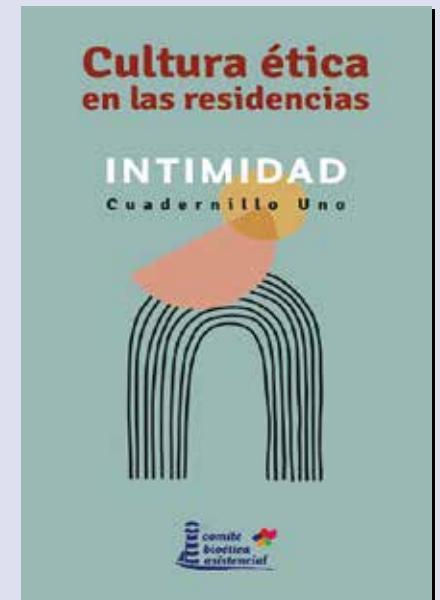
# El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

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**

# Nuestros Carnavales de 2023

**Un año más nos disfrazamos y festejamos con la alegría de nuestras terapeutas.**

No podíamos perder la oportunidad de celebrar Carnaval en nuestro centro y disfrutar de una semana divertida y original. Estas fechas siempre son un buen motivo para cantar, bailar y reír. Durante todo el mes de febrero los usuarios y usuarias de centro de día realizaron la sardina de Carnaval en el taller de ergoterapia, que posteriormente quemaríamos al terminar las fiestas. En la mañana del día 16 de febrero, ataviados con nuestras mejores pelucas y complementos carnavalescos, hicimos un divertido taller de cocina donde elaboramos unas deliciosas máscaras de hojaldre decoradas al gusto de cada consumidor. Unos le pusieron azúcar, otros chocolate, coco rallado o almendra crocante. En nuestra sesión de ABVDs, por la tarde, nuestros residentes también quisieron darle un toque de humor a la sesión, haciéndonos reír mientras realizábamos las tareas. Nuestras terapeutas ocupacionales se acicalaron durante estos días de hadas, princesas, una rehén de la casa de papel y hasta de faraona egipcia, repartiendo sonrisas por el centro. Además, el lunes día 27 se llevó a cabo la despedida de nuestra sardina, sacándola en procesión hasta el parking,



**Disfraces para todos y ricas máscaras de hojaldre.**

donde se incineró al llanto de las plañideras. El miércoles, nuestro párroco nos visitó para realizar la Misa de Imposición de Ceniza; facilitando la asistencia debido a las limitaciones de aforo, realizamos dos pases a lo largo de la mañana. Una semana muy especial, llena de alegría y diversión.

# El Día Internacional de la Mujer

Debatimos sobre diversos temas relacionados con el 8M.

Como cada 8 de marzo, celebramos el Día Internacional de la Mujer. Por la mañana nuestros usuarios participaron en una charla debate moderada por las terapeutas, en el que trataron temas como la brecha salarial, la orientación laboral de los jóvenes, la diferencia entre mujer y hombre a la hora de ser y comentaron la vida de mujeres relevantes en la historia. También se realizó una exposición que se mantuvo durante todo el mes de marzo, donde pudimos ver fotos de mujeres importantes decoradas con lavandas de papel elaboradas en el taller de ergoterapia. Al final de la exposición, un gran 8M decorado con fotos de algunas de nuestras residentes puso el broche final a este día.



**Marta nos habla de la importancia del 8M.**

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

**Psicomotricidad:** A diario, según módulo, a las 10:30 h. **Programa de rehabilitación funcional:** A diario, según módulo.

**Reeducación de la marcha y equilibrio:** Martes a las 15:30 h. **Tratamiento individual de fisioterapia:** A diario, a las 10:15 h. **Taller de AIVDs:** Lunes y miércoles a las 11:00 h.

**Taller de ABVDs:** A diario, según módulo. **Terapia funcional:** Martes y jueves desde las 10:30 h. **Taller de ergoterapia:** Lunes a las 15:30 h. **Taller de ocio autónomo:** Martes a las 16:15 h. **Bingo:** Viernes a las 17:30 h.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

- 02/05 Día de la Comunidad de Madrid.
- 15/05 Celebración de San Isidro
- 17/05-19/05 Celebración 18º aniversario del centro.
- 25/05 Fiesta de cumpleaños.

#### Junio

- 01/06 Día del Medioambiente: taller de reciclaje.
- 15/06 Salida al mercadillo.
- 23/06 Día de San Juan: quema de deseos.
- 30/06 Fiesta de cumpleaños.

## SERVICIOS

### Peluquería

Lunes a viernes de 09:30 a 14:30 h.



### Podología

Carácter quincenal.

### Eucaristía

Jueves a las 18:00 h.

**HOY COMEMOS** Diego, nuestro alumno en prácticas

# Tarta de queso

### INGREDIENTES

350 g de queso crema, 2 huevos, 175 g de nata para montar, 150 g de azúcar, 40 g de harina de trigo.



### PREPARACIÓN

Lo primero que tenemos que hacer es engrasar el molde con mantequilla poniendo papel de hornear encima. Seguidamente precalentamos el horno a 200º C. En un bol añadimos todos los ingredientes para después batirlos hasta que no queden grumos. Vertemos la mezcla en el molde e introducimos en el horno durante 45 minutos a 200º C.

## CUMPLEAÑOS



#### Mayo

- 01/05 Francisco Fernández
- 01/05 Isabel Marín
- 02/05 Juana Serrano
- 03/05 Pilar Ortiz
- 07/05 Carmen Borrego
- 08/05 María Ángeles Pastor
- 10/05 Juan Puigmitja
- 10/05 Enrique Rioja
- 11/05 Mariana Cervantes
- 12/05 Francisca Laguna
- 15/05 Carmen Pascual
- 15/05 Concepción Vaquero
- 16/05 Juana Risaldes
- 19/05 Rosario Bello
- 20/05 M.ª Carmen Ramírez
- 23/05 José Lara
- 25/05 Teresa García
- 25/05 José Martínez
- 25/05 Ascensión Pinilla
- 29/05 Santiago Montesinos
- 30/05 Magdalena Lorenzo

#### Junio

- 01/06 Encarnación Carracedo
- 03/06 Ignacio Benito
- 03/06 Soledad López
- 04/06 Rosa María Pascual
- 04/06 Saturnina Sánchez
- 07/06 Paula Díaz
- 07/06 José Hernanz
- 09/06 Tomás Tercero
- 12/06 Guillermo Rodríguez
- 14/06 M.ª Pilar Cabestrero
- 15/06 M.ª Julia González
- 21/06 Pilar Catena
- 22/06 Casimira Mayoral
- 24/06 Mercedes Sotillos
- 27/06 Dolores Torres
- 29/06 Purificación Quintano

**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Celia Rangel nos invita a Extremadura

Extremadura se sitúa en el centro-oeste de la Península Ibérica, limitando con Portugal. Su nombre deriva del latín, Extrema Dorii, que quiere decir “en el otro extremo del Duero”. La forman las dos provincias más extensas de España, Cáceres y Badajoz, siendo esta última el lugar de origen de nuestra residente Celia Rangel, concretamente del municipio Oliva de la Frontera. La región tiene su capital en Mérida. Extremadura es una de las regiones europeas con el sistema natural menos degradado del continente europeo. La cruzan montañas, bosques, lagos y reservas, entre las que destacan el Parque Nacional de Monfragüe, y el Parque Natural de Cornalvo, en los que se pueden observar



**El teatro romano de Mérida.**

todo tipo de aves salvajes. Posee además tres lugares que han sido declarados Patrimonio de la Humanidad, como la ciudad vieja de Cáceres, que alberga un gran legado renacentista, el conjunto arqueológico de Mérida, formado por ruinas romanas de la Colonia Augusta Emerita, y el real Monasterio de Nuestra Señora de Guadalupe. Además, Badajoz cuenta con el mayor recinto amurallado de España, y con la mayor alcazaba de Europa.

**AYER Y HOY**

## Antes



## Después

Puri acude diariamente a nuestro centro de día desde el pasado mes de febrero. Es natural de Soria, aunque vivió también en Bilbao, en Barakaldo y finalmente en Madrid. A día de hoy reside en la localidad de San Agustín. Es viuda, tiene un hijo y un nieto. Puri trabajó hasta que se casó. Fue entonces cuando se dedicó a ser ama de casa, cuidando a la familia y su hogar. Mantiene buenas amistades en el pueblo, ya que es una persona muy sociable, activa y a la que le gusta estar ocupada haciendo crucigramas y pasear.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Nuria Méndez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Me gustaría aprovechar este espacio para los que a día de hoy no he tenido el placer de conocer y presentarme. Mi nombre es Nuria Méndez y desde el mes de abril ocupo el puesto de directora en la residencia Amavir San Agustín. Una empresa que no es desconocida para mí, pues llevo formando parte de ella desde hace más de veinte años, donde hasta ahora ejercía como fisioterapeuta en Amavir Nuestra Casa. Lo cierto es que esta nueva etapa profesional comenzó hace un año al formar parte de la primera promoción del Plan de Sucesión para la detección del Talento Interno de Amavir. Durante estos años he ido creciendo tanto a nivel personal como profesional y de esto son responsables todas las compañeras y compañeros, cada uno de los usuarios y sus familias a quienes he tenido el placer de conocer y que, sin ellos, este camino no habría sido posible. Es por todo esto que empiezo esta nueva andadura personal y profesional con mucha ilusión y sabiendo que todas y cada una de las personas que forman el centro Amavir San Agustín, familias, usuarios y profesionales, me ayudareis a seguir creciendo a nivel personal y profesional. Porque estoy segura de que, con la unión y el apoyo de todos, conseguiremos el objetivo principal de dar bienestar y calidad de vida a nuestros mayores. Por todo ello, quisiera daros las gracias por hacer de este centro un lugar especial y recordaros que me encuentro a vuestra total disposición. Me gustaría finalizar agradeciendo a Dinah su labor en este centro, de donde se ha llevado lo mejor de cada uno de vosotros. Le deseo lo mejor en su nuevo proyecto laboral. Un saludo a todos.

**COSAS DE CASA**

# Cocina con Diego

**Diego, nuestro alumno en prácticas sociales, nos visita los miércoles para enseñarnos una cosa nueva cada semana.**

Este curso hemos recibido a Diego, un estudiante de la Universidad Francisco de Vitoria que está cursando el Doble Grado de Administración y Dirección de Empresas junto con Gastronomía. A día de hoy, las universidades obligan a realizar unas horas lectivas de prácticas en responsabilidad social y Diego escogió nuestro centro para llevarlas a cabo. Estas prácticas tienen como fin contribuir a la formación de universitarios socialmente responsables que busquen la promoción de la justicia social y el bien común mediante la experiencia de encuentro con la persona necesitada. Aprovechando sus estudios en gastronomía, Diego nos deleita cada miércoles con talleres de cocina, catas de productos especiales o charlas sobre alimentos diferentes para nuestros usuarios como la soja o el polen en el uso culinario. Sin duda, los talleres de cocina son los preferidos de nuestros participantes. Por ello, hemos decidido titular esta actividad como “Cocina con Diego”. En este taller se llevan a cabo recetas sencillas, pero muy sabrosas con un toque gourmet, ya que Diego hace su formación en la



**Algunos de los talleres con Diego.**

prestigiosa escuela “Cordon Bleu”. Hasta hoy hemos elaborado platos tan ricos como galletas americanas, tartas de queso, buñuelos, hojaldres de jamón y queso o pizzas. Una actividad que, sin lugar a dudas, nos alegra el alma y llena el estómago.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## M.<sup>a</sup> Clotilde Lourenço, gerocultora

**“Los residentes son las mejores personas que conozco”.**

**Edad:** 63 años.

**En Amavir desde:** 2019.

**Lo mejor de Amavir:** Los residentes.

**Virtud:** La paciencia.

**Defecto:** Soy impulsiva cuando me enfado.

**Aficiones:** Ver telenovelas y estar con mis gatitos.

**Libro:** Mujer frente al espejo, de Pedro Peñuela.

**Película:** Cualquiera de Jean-Claude Van Damme.

**Grupo de música:** Chayanne, Sebastián Yatra...

**Comida favorita:** La paella y las lentejas.

**RECUERDOS Julio Paños**

## Chistes cortos

Nuestro residente, Julio Paños, siempre que puede nos ameniza con su colección de chistes cortos que tiene para compartir con todos sus compañeros, al igual que lo hace con los trabajadores.

“Este es un hombre tan alto, tan alto, que tenía siempre la cabeza en las nubes”.

“Un matrimonio gitano va ante un tribunal y le dice la gitana al juez: “señor juez, somos honrados!” y dice el juez: “somos”, responde la gitana: “¡ah!, ¿usted también??””.

“Este es un hombre tan bajo, tan bajo, que siempre olía a pies”.

# 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.

