

# 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.

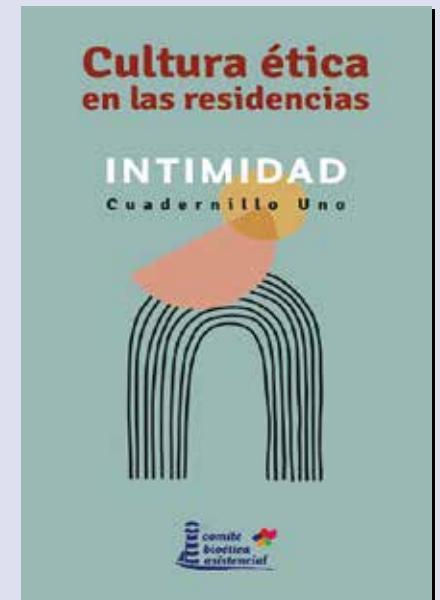
# El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

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.

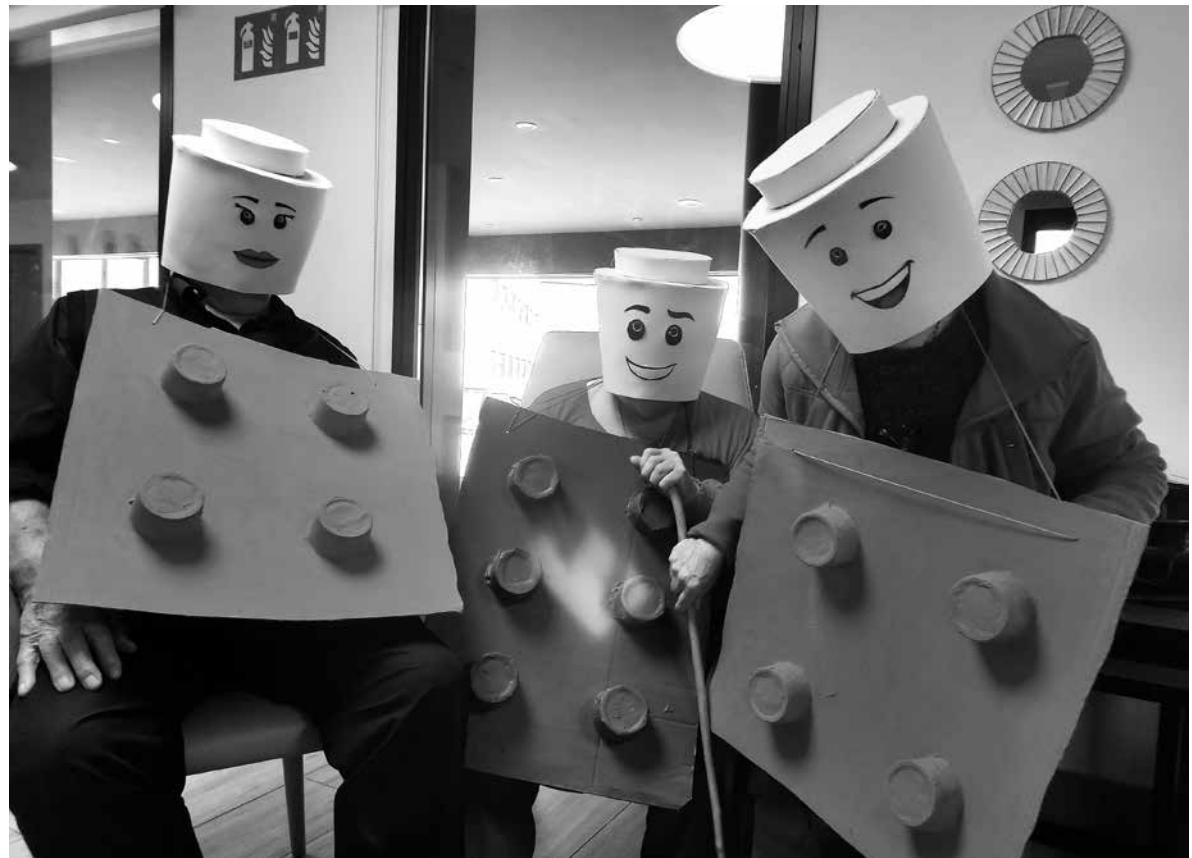


**ACTUALIDAD**

# ¡¡Carnaval, Carnaval!!

## **La temática de este año fueron las piezas de LEGO.**

Qué día más bonito de Carnaval pasamos en Amavir Valle de Egüés. Tuvimos fiesta, disfraces, música y un gran photocall. El viernes 24 de febrero, nuestros mayores fueron desfilando hacia la cafetería para disfrazarse de pieza de LEGO. Las había de varios colores: rojas, azules, verdes, más grandes, más pequeñas... Ellos mismos decidían la pieza que querían y la careta con la que querían posar en las fotos. Se miraban y se reían. Sus caras reflejaban ilusión entre otras cosas. Fue una actividad muy gratificante para ellos, ya que, durante varias semanas, nuestros mayores se dedicaron a pegar vasos sobre los cartones, a encollarlos con papel, y así posteriormente, empezar a pintarlos con pincel en el taller de manualidades. Este día vieron que todo esfuerzo tiene su recompensa. También colorearon diferentes antifaces que otros residentes se colocaron en la celebración. No faltó la música ni el baile, y tampoco las fotos. Todos



Tres residentes disfrazados durante la fiesta de Carnaval.

quisieron pasar por nuestro photocall para fotografiarse, e incluso algunos familiares se animaron. No hay duda de que fue una intensa jornada de celebración con la que se dio rienda suelta a la alegría y a la diversión, ¡y que no falte nunca!

## En compañía de los más pequeños

### **Esta actividad tiene múltiples beneficios como mejorar la empatía y fomentar las relaciones intergeneracionales.**

Estas semanas hemos disfrutado de nuevas experiencias en nuestro centro. Los niños de 5 años del colegio Uriz Pi vinieron de visita para realizar con nosotros actividades para salir un poquito de la rutina. Se trata de un encuentro intergeneracional en la que los mayores comparten tiempo y disfrutan de la compañía de los pequeños. La primera semana realizamos un taller de lectura, en el que juntos nos contamos libros y compartimos anécdotas y experiencias. La segunda semana, realizaron un pequeño teatro, con mucha ilusión y disfrazados de animales. Y, por último, la última semana tocaba taller de manualidades, en el que con cartulinas y papel realizamos unas flores preciosas.



Una niña le lee un cuento a un residente.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### De lunes a viernes

Fisioterapia, terapia ocupacional y psicología.

#### Lunes

Entrenamiento en las ABVD's, rehabilitación patologías agudas, estimulación cognitiva, rehabilitación funcional (TO), estimulación multisensorial, rehabilitación funcional (FT) y reeducación de la marcha y el equilibrio.

#### Martes

Entrenamiento en las ABVD's, rehabilitación patologías agudas, estimulación cognitiva, rehabilitación funcional (TO), reeducación de la marcha y el equilibrio, rehabilitación funcional (FT) y estimulación multisensorial.

#### Miércoles

Entrenamiento en las ABVD's, rehabilitación patologías agudas, entrenamiento AVD's instrumentales, estimulación multisensorial, rehabilitación funcional (TO), reeducación de la marcha y el equilibrio y rehabilitación funcional (FT).

#### Jueves

Entrenamiento en las ABVD's, estimulación cognitiva, rehabilitación funcional (TO), reeducación de la marcha y el equilibrio, rehabilitación patologías agudas, psicomotricidad, rehabilitación funcional (FT), reeducación de la marcha y el equilibrio y taller de reminiscencia.

#### Viernes

Entrenamiento en las ABVD's, rehabilitación patologías agudas, estimulación cognitiva (bingo), rehabilitación funcional (TO), estimulación multisensorial y rehabilitación funcional (FT).

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

05/05 Manualidad por el Día de la Madre.

17/05 Día Mundial del Reciclaje.

19/05 Primer campeonato de parchís.

#### Junio

05/06 Día Mundial del Medioambiente.

Última semana junio: Campamento intergeneracional.

## SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes, martes y miércoles de 15:30 a 19:30 h

#### Podología

Una vez al mes.

#### Oficio religioso

Martes a las 11:00 h.



## CUMPLEAÑOS



#### Mayo

03/05 M.<sup>a</sup> Cruz Ortigosa

09/05 Cosme Abrego

10/05 M.<sup>a</sup> Carmen Abete

13/05 M.<sup>a</sup> Ascensión Azpiroz

16/05 M.<sup>a</sup> Dolores Bermejo

17/05 Ildefonso Leiva

20/05 Ángel González

21/05 Ángel Arrarás

24/05 M.<sup>a</sup> Carmen Uterga

30/05 M.<sup>a</sup> Fernanda Osés

#### Junio

01/06 Regina Marchueta

02/06 Mercedes Aguerri

05/06 Jesús Pereda

06/06 M.<sup>a</sup> Carmen Álvarez

09/06 Juan Antonio Chacartegui

09/06 M.<sup>a</sup> Jesús Urra

13/06 Antonia Fernández

19/06 María Isabel Miguelena

24/06 Natividad Legarda

27/06 Emilia Carrascosa

29/06 Petra Asurmendi

## HOY COMEMOS Rosario Adot

# Cardo a la navarra

#### INGREDIENTES

Cardo, cebolla, sal, jamón y harina.

#### PREPARACIÓN

Pelamos, limpiamos y cortamos el cardo en trozos pequeños. Después hervimos en agua el cardo con un chorro de aceite y un poco de harina hasta que quede al punto. A continuación, escurrimos y guardamos un poco de caldo para la salsa. Para la salsa pochamos la cebolla, echamos el jamón e incorporamos el cardo con el caldo guardado y un poco de harina. Removemos (sin cuchara) hasta que la salsa se espese un poco y listo. ¡Buen provecho!



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Las Bardenas Reales



El Cabezo Castildetierra de las Bardenas Reales.

Las Bardenas Reales de Navarra constituyen un paraje semidesértico de 41.845 ha que se extiende por el sureste de Navarra. Ostenta las figuras de reserva natural y reserva de la Biosfera y constituye un territorio singular, en cuanto a su composición geológica como a su propiedad y administración. El enclave, hace referencia a un espacio territorial que fue patrimonio de la corona real de Navarra y ahora es patrimonio de la corona española, con un uso y aprovechamiento de sus recursos regulado, que se ha mantenido hasta nuestros días y que

es gestionado por la Comunidad de Bardenas Reales formada por las 22 entidades congozantes. Desde 1999 la mayor parte de las Bardenas Reales se encuentra protegida mediante la figura de un parque natural de 39.274 ha y desde el año 2000, el conjunto fue declarado reserva de la Biosfera. Paisajísticamente se diferencian tres áreas distintas, que de norte a sur son El Plano, donde hay cultivos de cereal y está el embalse de El Ferial, La Bardenas Blancas, la zona más desértica, y La Bardenas Negras, formada por pinares y monte bajo de matorral.

**AYER Y HOY****Antes****Después**

Josefina Jimeno nació en Cabanillas. Sus padres, Esteban y Florencia, tuvieron 9 hijos (6 chicas y 3 chicos). Con 20 años dejó el pueblo, donde conoció a su marido Ignacio. Al tiempo, fueron a vivir a Pamplona. Se casó cuando cumplió los 26. Tuvieron dos hijos y una hija. Toda su vida se ha dedicado a cuidar del hogar y de la familia, además de trabajar como cocinera. Hace unos meses, ella decidió venir a nuestro centro para recibir los cuidados necesarios para su salud, y estar mejor atendida.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Olaia Arbizu Albéniz



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Quiero aprovechar estas líneas para agradecer especialmente el trabajo que está realizando nuestra terapeuta Isabel Sádaba, a la hora de gestionar todo el tema de animación, colaboraciones de voluntariado y proyectos vinculados a los diferentes colegios que nos rodean. Está haciendo un gran esfuerzo y lo mínimo es agradecer y reconocer su gran trabajo y buen hacer. Agradecemos enormemente a la asociación Profesionales solidarios y a todas las personas que la componen. Vienen personas voluntarias a acompañar a nuestros residentes y compartir con ellos su tiempo, su alegría y sus vivencias, ayudando a que nuestro día a día sea más fácil. De igual forma, quiero mencionar al Colegio Santa María la Real Maristas, con el que tenemos varios proyectos activos. Los niños de 6º de primaria están colaborando activamente en nuestro día a día con diferentes proyectos, cartas individualizadas a los residentes, festival de teatro de Navidad en Maristas, visitas al centro y, actualmente, estamos colaborando en un proyecto de medioambiente, consumo de agua y reciclaje, con lo que tengo que agradecer personalmente a Javier Trías (6º D), por su presentación del proyecto y a los alumnos de 16 años que vienen por las tardes a participar en juegos de mesa con nuestros mayores. Con el Colegio Público Hermanas Uriz Pi, también trabajamos mano a mano, en este caso, con alumnos de 5 años. Han estado viniendo a leer cuentos con los abuelos y a hacer actividades. En la última visita grabamos un video conjunto de la actividad de lectura y manualidades. Finalmente, me queda mencionar al Colegio Salesianos, que también han colaborado con nosotros.

**COSAS DE CASA**

# Inauguramos una nueva planta

**La segunda planta, al ser la más alta del centro, es una de las más luminosas gracias a los grandes ventanales.**

En Amavir Valle de Egüés contamos con tres plantas, llenas de habitaciones para que las personas mayores vengan a nuestra casa. Poco a poco, cada vez vamos siendo más residentes y vamos formando una familia mayor, por lo que durante este último mes hemos podido dar paso a la inauguración de la segunda planta. Esta segunda planta se encuentra dividida en tres módulos, Rosas, Jazmines y Amapolas. Cada uno de ellos tiene capacidad para alojar y dar atención a una veintena de residentes. Desde el equipo de trabajadores, tenemos como prioridad abordar todas y cada una de las necesidades de los residentes y de sus familias de la mejor manera posible para garantizar su bienestar y su calidad de vida. Se trabaja con el objetivo de conseguirlo y por ello, es importante que en cada unidad puedan estar residentes con condiciones y características de salud similares,



**La sala de estar de Jazmines.**

favoreciendo así una mejor adaptación, atención y seguimiento a cada uno de ellos. Estamos muy contentos de que cada día seamos más en esta gran familia y podamos seguir llenándonos de alegría con sus experiencias y su compañía.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Maite Blanco, recursos humanos

**“Me gusta el trato con las personas”.**

**Edad:** 45 años.

**En Amavir desde:** 2017.

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

**Virtud:** La paciencia.

**Defecto:** No quiero decir que no.

**Aficiones:** El campo y la lectura.

**Libro:** Reina Roja, de Juan Gómez.

**Película:** La saga de Regreso al Futuro

**Grupo de música:** Shakira.

**Comida favorita:** La paella.

**RECUERDOS**

## Bonitos momentos

Raquel Fernández recuerda cuando habla con sus amigas por teléfono cómo disfrutan rememorando los momentos que pasaban jugando en el pueblo cuando eran jóvenes y sin gastar dinero, no como pasa ahora. Ríe mucho haciendo memoria de los momentos en los que no les apetecía estar con los chicos, y se iban a un pajar que había a las afueras de su pueblo. Allí jugaban a los columpios que ellas mismas hacían con una cuerda y una tabla de madera, hasta que iban los chicos a buscarlas para ir al baile del pueblo.

# 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.

