

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Abre sus puertas la residencia Amavir Santa Cruz de Tenerife

Es el cuarto centro de la compañía en Canarias y el número 47 a nivel nacional.

El pasado 9 de abril abrió sus puertas la nueva residencia para personas mayores Amavir Santa Cruz de Tenerife, que cuenta con 104 plazas en 58 habitaciones individuales y 23 habitaciones dobles, distribuidas en siete unidades de convivencia. La plantilla estará compuesta por unos 75 profesionales de distintos ámbitos para ofrecer una atención integral a los usuarios. La residencia será el primer centro sociosanitario de Canarias con un proyecto específico de inserción laboral de personas con discapacidad/diversidad funcio-

nal. Con esta nueva apertura, Amavir gestiona ya 47 residencias y 40 centros de día en 8 comunidades autónomas (Madrid, Cataluña, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Navarra, Murcia, Andalucía y Canarias, en esta última región cuenta con un centro más en Tenerife, en Tejina, y dos en Lanzarote). En el conjunto de España, suma 7.091 plazas residenciales y 1.340 de centro de día, y una plantilla de 5.000 profesionales, siendo así uno de los principales operadores del sector a nivel nacional.



## La consejera de Inclusión Social de la Junta de Andalucía y el alcalde de Jaén inauguran Amavir Jaén

El pasado 25 de febrero tuvo lugar la inauguración oficial de la residencia Amavir Jaén, nuestro primer centro en Andalucía, que abrió sus puertas a finales de octubre. Dispone de 160 plazas, distribuidas en seis unidades de convivencia, y dará empleo a un centenar de personas. En la inauguración, la consejera de Inclusión Social de la Junta de Andalucía, Loles López Gabarro, expresó que los mayores “se van a sentir en este centro como en su hogar, acompañados, felices y cuidados, para vivir lo mejor posible”.



## Amavir se suma a la alianza empresarial “Terceros en edad, primeros en reciclar” de Ecoembes

Esta iniciativa pretende fomentar el reciclaje entre las personas mayores como vía para cuidar el medioambiente y alcanzar un futuro sin residuos.

Amavir se ha integrado en la red empresarial “Terceros en edad, primeros en reciclar”, un proyecto de Ecoembes que pretende conectar con las personas mayores, acercándoles el reciclaje desde sus necesidades, gustos e intereses, haciéndoles partícipes y reafirmando su rol fundamental en el reto común de cuidar el medioambiente a través del reciclaje. Para

llevar a cabo este proyecto, Ecoembes entregará más de 1.700 cubos y papeleras amarillas -para los envases de plástico, metálicos y briks-, y azules -para los envases de papel y cartón-, entre los cerca de 500 centros participantes de distintas compañías, además de realizar formaciones a sus profesionales, imprescindibles para llevar a cabo este proyecto, sobre separación de residuos. A la entrega de medios para que los mayores puedan reciclar, se le suma que también se facilitarán un paquete de actividades lúdicas y formativas en las que se promoverá la correcta separación de residuos y se concienciará sobre la importancia de la circularidad.

## Presentado el Informe sobre el Estado de Información no Financiera de Amavir correspondiente al año 2024



Estado de información no financiera consolidado 2024

El Consejo de Administración de Amavir ha aprobado el Informe sobre el Estado de Información no Financiera de la compañía correspondiente al ejercicio 2024, que resume los principales indicadores de actividad durante el pasado año en todos los ámbitos (económico, recursos humanos, calidad, medioambiente, comunicación, seguridad de la información, proveedores...). Es la séptima edición de este informe, que comenzó a publicarse en 2018. Ha sido auditado por Deloitte y está a disposición de todos los públicos de la compañía a través de nuestra página web.

## Colaboramos con la Universidad Pontificia Comillas

Amavir colabora con el Máster de Trabajo Social en el ámbito sanitario de esta universidad, ofreciendo prácticas a sus estudiantes en nuestras residencias. Estas prácticas están tutorizadas por nuestros profesionales, quienes también imparten un módulo formativo dedicado a explicar las funciones, competencias y habilidades del Trabajo Social en las residencias de mayores.

## Participamos en el VI Congreso “Dependencia y sanidad” de Alimarket

La directora de RRHH de Amavir, Marián Bautista, participó en una mesa redonda sobre captación y retención del talento en el sector sociosanitario. Asimismo, la directora adjunta de Operaciones de Amavir, Laura Egea, y la responsable asistencial, Eva Ochoa, presentaron el modelo de atención de la compañía “Guiados por ti”. Este congreso se ha constituido en el evento de referencia de todo el sector de atención a la dependencia.

## Presentamos “Guiados por ti” en el Senior Care Summit de Sevilla

El director de Operaciones de Amavir, Julio González, participó en la sesión de apertura de este evento, junto al viceconsejero de Inclusión Social de Andalucía y el fundador de Inforesidencias. Durante su intervención, habló del auge de nuevos modelos de convivencia, como el cohousing o el senior living, y detalló cómo trabajamos en Amavir con nuestro modelo de atención residencial “Guiados por ti”, que pone al residente en el centro de su propio cuidado.



## ACTUALIDAD

# “El libro de mi vida”, un proyecto del Grupo Amavir

**Este proyecto conecta a los residentes de Amavir Colmenar con sus historias y recuerdos.**

Desde hace tiempo, Amavir Colmenar está comprometido con la intervención centrada en la persona a través del proyecto “Guiados por ti”. Esta iniciativa busca conocer y valorar la vida de nuestros residentes. En esta ocasión, estamos llevando a cabo una iniciativa especial llamada “El libro de mi vida”. En este proyecto, el equipo técnico de Amavir Colmenar se dedica a reflejar la vida de cada residente en un libro que incluye diversos apartados: “Sobre mí”, “Niñez y juventud”, “Mi trabajo”, “Vida laboral”, “Mi vida adulta”, “Jubilación y vejez”, “Intereses y aficiones”, y “Momento actual”. Además, el libro cuenta con secciones como “Mi proyecto de vida” y “Carta a los míos”, donde los residentes pueden expresar sus pensamientos y mandar mensajes a sus familias. Este libro supone un tesoro lleno de historias y anécdotas personales que capturan la esencia de cada residente y cada una de sus páginas es una ventana a sus vivencias, sus sueños y sus logros, creando un recuerdo que perdurará en el tiempo. Todo el equipo técnico está disfrutando de la oportunidad de acercarse más a los residentes y ponerse en sus zapatos al conocer sus historias de vida. Este proyecto no solo fortalece los lazos entre los residentes y el equipo, sino que también enriquece la convivencia y el entendimiento mutuo.



Una de nuestras residentes lee “El libro de mi vida”.

# Amavir Colmenar y la Asociación de la Patrona de la Salud unen fuerzas por la comunidad

**Esta colaboración con el grupo Acutis persigue brindar apoyo espiritual y compañía a los residentes.**

Amavir Colmenar ha iniciado una colaboración con la Asociación de la Patrona de la Salud, a la cual pertenecen tres parroquias del grupo Acutis, en honor al joven Santo contemporáneo Carlo Acutis. Gracias a esta colaboración, cada sábado el párroco de una de las parroquias, acompañado por tres jóvenes voluntarios, visita nuestro centro para brindar apoyo espiritual y compañía a los residentes.

Esta iniciativa, posible gracias al compromiso y dedicación del párroco, ha sido muy bien recibida. Próximamente, la Asociación de la Patrona de la Salud tiene previsto realizar una serie de actividades y actos en nuestro centro. Estas actividades permitirán a los residentes disfrutar de la compañía de los voluntarios y compartir sus creencias religiosas, creando momentos de reflexión y conexión espiritual.



Una de las misas que se realizan en el centro.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Lunes a viernes de 10:30 a 11:30 h. Movilización en cama. Todos los días de 10:30 a 13:00 h. Tratamiento en sala y ejercicios individuales. Todos los días de 15:30 a 16:30 h. Atención a los usuarios de centro de día. Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 18:30 h. Tratamiento individual en sala o habitación. Martes y jueves de 17:00 a 18:00 h. Tratamiento individual en sala.

#### Terapia ocupacional

Todos los días: 08:30 h. ABVD ducha, higiene personal y vestido. De 10:30 a 13:00 h. Terapia en sala. 13:00 h. ABVD alimentación. De 15:00 a 16:30 h. Rehabilitación funcional en planta. Lunes, miércoles y jueves a las 17:00 h. Programa de laborterapia en sala de terapia ocupacional. Martes y jueves a las 17:00 h. Estimulación sensorial y cognitiva en módulo.

#### Terapia ocupacional de centro de día

Todos los días: 10:30 h. Orientación a la realidad y lectura de periódico. 11:00 h. Gerontogimnasia. 11:30 h. Estimulación cognitiva. 12:20 h. Paseo. 13:00 h. ABVD Alimentación. Jueves a las 12:00 h. Bingo.

#### Psicología

Todos los días de 10:00 a 14:00 h. Terapias individuales. Todos los días de 17:00 a 19:00 h. Actividades en grupo e individuales: estimulación cognitiva, estimulación sensorial y terapias individuales.

#### Animación sociocultural

Todos los días, ludoterapia, ocio y tiempo libre y musicoterapia en plantas 0, 1 o 2. Todos los días taller de ergoterapia y labores en sala de terapia-animación para todos los interesados. Lunes, martes, jueves y viernes talleres de animación en centro de día. Jueves de 18:00 a 18:50 h. Bingo en sala multiusos.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

06/05 Actuación de M.ª Jesús y su acordeón. 08/05 Taller de cocina. 15/05 San Isidro. Taller de cocina, rosquillas. 15/05 Día mundial de las familias. Merienda. 17/05 Día mundial del reciclaje. 17/05 Excursión al punto limpio. 20/05 Día mundial de las abejas. Taller de manualidades. 31/05 Cine cumpleaños y palomitas.

#### Junio

21/06 Cinefórum. 20/06 Llegada del verano. Columna de las estaciones. 25/06 Pregón y aperitivo de aniversario. 25/06 Mercadillo aniversario. 26/06 Bingo especial. 26/06 Gran paellada. 27/06 Concurso de croquetas con las familias. 27/06 Excursión Plaza de toros de CV. 27/06 Merienda y regalos de cumpleaños.

## SERVICIOS

#### Peluquería

**Martes** de 10:00 a 13:00 h.  
**Miércoles** de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.  
**Jueves** de 15:00 a 19:00 h.  
**Viernes** de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.

#### Podología

Miércoles a las 16:30 h.

#### Misa

Lunes a las 17:30 h rezaremos el Rosario.  
Sábados a las 10:45 h.

## CUMPLEAÑOS

#### Mayo

01/05 Luis Manuel Pascual  
02/05 Carmen Gutiérrez  
06/05 Eugenio Blasco  
07/05 Augusta Ovejero  
10/05 Carmen Nieto  
12/05 M.ª Antonia García  
15/05 Luis Audubert  
16/05 Carmen Aponte  
16/05 María Villa Vera  
19/05 Juan Menéndez  
21/05 Amelia Sanz  
24/05 Mercedes Ballesteros  
24/05 Antonia González  
24/05 Alicia Martínez  
24/05 Manuel Reyes  
28/05 Juan Sánchez  
29/05 Maximiano Martínez

#### Junio

01/06 Juana Vega  
03/06 Ana Sánchez  
07/06 José Antonio Gutiérrez  
08/06 M.ª de los Ángeles Carrasco  
09/06 Luis Antonio Díez  
09/06 Isabel Alonso Gutiérrez  
09/06 Andrea Leal  
09/06 Damián Sánchez  
12/06 M.ª del Carmen Pérez  
16/06 José Carlos Cabaleiro  
16/06 Julia Josefa Chivato  
16/06 Alfonso Gallego  
18/06 Gloria Ayensa  
18/06 Mayu Pinomaki  
23/06 Rosa Pedrosa  
24/06 Juana Mateo  
27/06 Eva González  
30/06 Emiliana Hernández

## HOY COMEMOS Manoli Chivato

# Judías pintas de Colmenar Viejo

#### INGREDIENTES

Judías pintas, media cebolla, 1 o 2 ajos, chorizo, panceta, morcilla, sal y 1 hoja de laurel.

#### PREPARACIÓN

Primero, la noche anterior, pon en remojo las judías pintas. Luego, en una olla con agua,

cuece el chorizo, la panceta y la morcilla. Mientras tanto, en una sartén, fríe la cebolla picada y el ajo. Una vez estén dorados, agrégalos a la olla junto con las judías. Cocina todo a fuego lento durante 2 horas.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Sevilla tiene un color especial

Nuestra residente María Luisa Pellón nos habla de su querida Sevilla, el lugar donde nació y en el que pudo disfrutar de maravillosos rincones y del aroma a azahar. María Luisa recuerda con especial cariño la Catedral de Sevilla, la catedral gótica más grande del mundo, donde puedes visitar a la Virgen de los Reyes, Patrona de la ciudad, cuya fiesta se celebra el 15 de agosto. Pasear por la calle Mateos Gago en el casco antiguo es una experiencia única. Caminando, vas dejando atrás la majestuosa Giralda hasta llegar al barrio de Santa Cruz, todo un espectáculo si el recorrido lo haces al atardecer. María Luisa se emociona al recordar a su querida Virgen de la Macarena, motivo de orgullo



La Torre del Oro, en Sevilla.

para todos los sevillanos. Y, por supuesto, también recuerda su querida Feria, donde la alegría, la manzanilla, los montaditos y las sevillanas te invitan a regresar una y otra vez y donde el arte se palpa en cada rincón de sus maravillosas calles y gentes.

**AYER Y HOY**

## Antes

Lucía García, nacida en Puertollano, comenzó a trabajar a una edad muy temprana, con tan solo 11 años. Cada mañana, lo primero que hacía era ir a recoger carbón y leña en las escombreras de una mina para calentar la casa. Después, se dedicaba a sembrar pinos. Lucía recuerda recoger olivas incluso en días nevados, protegiendo sus dedos del frío con "dedines" hechos de bellotas. Su vida ha sido un ejemplo de trabajo duro y perseverancia, valores que ha querido transmitir a sus hijos, algo de lo que se siente muy satisfecha: "¡Es un orgullo tener hijos!"



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Raquel Gutiérrez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos encontramos ya inmersos en plena primavera, una estación que nos recuerda la importancia de la renovación, el crecimiento y la esperanza. En este contexto de cambio y florecimiento, en Amavir Colmenar seguimos comprometidos con hacer de nuestro hogar un espacio cálido, donde cada persona se sienta valorada, escuchada y acompañada. Los meses que acabamos de pasar han sido muy especiales, ya que hemos celebrado momentos que nos unen, como la Semana Santa, el Día del Libro y diversas actividades que fomentan la convivencia y el bienestar. Quiero aprovechar este espacio para agradecer a todos los profesionales que cada día ponen su esfuerzo y corazón en el cuidado de los residentes. Vuestro compromiso y dedicación son el motor que hace posible que nuestro centro sea un verdadero hogar. Además, me gustaría informarles sobre algunos cambios en nuestro equipo. Como muchos ya saben, la doctora Mily ha emprendido nuevos retos profesionales, y en su lugar se ha incorporado el doctor Lenin. Asimismo, Cristina, nuestra nueva animadora sociocultural, ha sustituido a Práxedes, quien ha comenzado una nueva etapa como madre. Sigamos construyendo juntos un ambiente de respeto, alegría y cariño. Espero que disfruten de este nuevo número de nuestro periódico. Un afectuoso saludo.

**COSAS DE CASA**

# Los efectos de la primavera en nuestro organismo

**Los cambios que trae consigo esta estación influyen en el bienestar de los residentes.**

Con la llegada de la primavera, nuestro centro experimenta una serie de cambios que afectan tanto a residentes como a trabajadores. Y es que esta estación, aunque hermosa, trae consigo ciertos desafíos físicos y psicológicos que debemos abordar para mantener nuestro bienestar. La astenia primaveral es una condición que puede manifestarse en cambios de humor e insomnio, debido al cambio de hora y a las alteraciones en los ritmos circadianos. A continuación, detallamos algunos de los efectos más comunes y cómo podemos mitigarlos:

- Efectos psicológicos: El desajuste en los ritmos circadianos puede provocar cansancio. Para combatirlo, es recomendable realizar ejercicio, participar en actividades al aire libre y dedicar tiempo a la relajación.
- Efectos físicos: Con el inicio de la polinización, las



**La primavera trae consigo cambios físicos y psicológicos que nos afectan.**

alergias se vuelven más comunes. Para minimizarlas, es aconsejable mantener las ventanas cerradas. Un estilo de vida saludable que favorezca el sistema inmunitario puede ayudar a prevenir resfriados. La alteración en el descanso nocturno puede causar debilidad, por ello, es crucial no utilizar la cama para leer o ver la televisión y descansar entre 6 y 8 horas diarias.

- Consejos para una buena alimentación: Las cenas deben ser ligeras y realizarse al menos una hora antes de ir a dormir. Evitar los excitantes a partir de las 15:00 horas. Las siestas no deben exceder de los 20-30 minutos.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Charo López, trabajadora social

**“El tiempo vuela... cierra la ventana”.**

**Edad:** 55 años.

**En Amavir desde:** 2024.

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

**Virtud:** La paciencia.

**Defecto:** Demasiado confiada.

**Aficiones:** El deporte y la cocina.

**Libro:** El alquimista.

**Película:** La vida es bella.

**Grupo de música:** The Beatles.

**Comida favorita:** Pulpo a la gallega.

**RECUERDOS**

## Poema de los deseos

Un árbol que reposa a las afueras de una casa.

Mis padres.

Una silla que se mece.

Las sábanas bien puestas.

La libertad de pensar y decidir el movimiento frágil de mis manos, que añoran la oportunidad de escribir.

Mirarme al espejo y sentir la ternura del cuerpo, de una piel que resiste a la estrechez del mundo

y todo lo que alguna vez alguien desconocía.

Mirar los fantasmas a los ojos para volver a mirarse, acariciarse, hablarse.

Quizás, envejecer con dignidad sea tocar tanto el tiempo, sin romperlo.

Quizás, envejecer sea no perder el nombre, la palabra, el amor.



## La 'Escuela Amavir' impartió 39.197 horas de formación a la plantilla durante 2024

El presupuesto destinado a formación alcanzó los 337.028 euros, un 2 % más que el año anterior, y se han impartido 4,40 horas de formación por asistente.

Amavir continúa consolidando su apuesta por la formación como eje estratégico en su modelo de atención, a través de la «Escuela Amavir», un proyecto iniciado en 2020 con el objetivo de poner a las personas en el centro del proceso formativo. Amavir ha incrementado su inversión en formación, alcanzando los 337.028 euros en 2024, lo que supone un crecimiento del 2 % con respecto al año ante-

rior. También se ha registrado un notable aumento en las horas de formación, con un total de 39.197 horas impartidas (un 52 % más que en 2023) y 8.903 asistencias (un 83 % más), lo que representa 4,40 horas de formación por asistente. Por categorías profesionales, el área asistencial ha sido la que más horas de formación ha recibido, con 28.292 horas (un 40 % más que en 2023), seguida del área hostelera (7.328 horas) y de administración (3.577). En cuanto a la modalidad formativa, el 89 % de las horas impartidas se han desarrollado en formato online, favoreciendo la accesibilidad y flexibilidad.

## Lanzamos el “Proyecto Utopía” para diseñar cómo serán las residencias del futuro

En este proyecto, lanzado desde el Grupo Maisons de Famille, se busca la participación de los profesionales de Amavir.



El Grupo Maisons de Famille, al que pertenece Amavir, ha lanzado el “Proyecto Utopía”, una iniciativa que busca que el personal del grupo defina cómo van a ser las residencias en el futuro para satisfacer las nuevas demandas de la sociedad. Se trabajará en primer lugar en cada país y, después, las conclusiones se elevarán a un grupo de trabajo internacional. En la iniciativa podrán participar todos los profesionales de Amavir que sean menores de 35 años y que lleven al menos dos años en la compañía. Si estás interesado, comunícalo por favor a dirección de tu residencia.



## Colaboramos en la exposición artística “Arte frente al olvido”

En esta exposición, celebrada en Pamplona, han participado cerca de 80 artistas que han aportado un total de 67 obras de pintura, escultura, collage, fotografía, ilustración, grabado, cerámica, poesía... El tema central de esta muestra era hacer un homenaje a las personas con Alzheimer.



## Patrocinamos la Gala del Trabajo Social de Madrid

Amavir ha sido una de las entidades colaboradoras de la VIII Gala de Trabajo Social del Colegio Oficial de Trabajo Social de la Comunidad de Madrid, celebrada el 21 de marzo en el Espacio Pablo VI de Madrid.

## Jornada sobre la capacidad jurídica en personas con discapacidad

Amavir ha organizado una jornada en su residencia de Ciudad Real, dirigida a profesionales sociosanitarios, centrada en las medidas de apoyo para el ejercicio de la capacidad jurídica de las personas con discapacidad. La ponencia estuvo a cargo de la directora jurídica de Amavir, María José Rodríguez Becedas, quien analizó figuras como la guarda de hecho, la curatela asistencial y representativa, la autocuratela, y los poderes y mandatos preventivos.



## Acogemos la presentación del proyecto “Memoria del mañana” en Lanzarote

Esta iniciativa pretende involucrar a la tercera edad en la preservación del patrimonio cultural de la isla.

La residencia de mayores Amavir Tías acogió el pasado 19 de febrero la presentación del proyecto “Memoria del mañana”, puesto en marcha por el Cabildo de Lanzarote junto a la Fundación Juan Brito y la Fundación La Caixa. Se trata de una iniciativa innovadora que busca mejorar la calidad de vida de las personas mayores de la isla que viven en residencias a través de actividades culturales y de preservación del patrimonio. Entre las actividades que se llevarán a cabo se incluyen talleres folclóricos, de cerámica, roseta, jabonería, tintes naturales y empleitas de palma, además de encuentros intergeneracionales, exposiciones y visitas a espacios de interés cultural de la isla. A través de la participación en estos talleres, las personas mayores podrán desarrollar sus funciones cognitiva y motriz, al tiempo que fomentarán la creatividad y autoexpresión, aumentarán su autonomía y reducirán el aislamiento social. Asimismo, también se prevé lograr otro objetivo fundamental que es preservar el patrimonio, las costumbres y las tradiciones insulares, fomentando el sentido de comunidad.



## Amavir renueva las certificaciones de calidad y de medioambiente

Las auditorías han sido llevadas a cabo por la firma Bureau-Veritas.

Amavir ha culminado 2024 con la renovación de sus certificaciones de calidad para sus residencias y centros de día y también para sus oficinas centrales. Así, todos los centros han renovado las certificaciones de calidad ISO 9001:2015 y la UNE 158101. Las auditorías han sido realizadas por Bureau-Veritas. Esta misma auditora se ha encargado también de renovar nuestra certificación medioambiental ISO 14001, que garantiza que la compañía trabaja para preservar el medioambiente y luchar contra el cambio climático.



## Amavir participa en la primera Jornada Profesional de Recursos Humanos en el sector del cuidado del adulto mayor

Organizada por Foro Técnico de Formación en colaboración con el Colegio Oficial de Psicología de Madrid y el Grupo Senda, en ella se trató de seguir avanzando en la profesionalización y la mejora en la gestión de los recursos humanos en nuestro sector. Una de las invitadas fue nuestra directora de RRHH, Marian Bautista, que habló de los valores en los que se sustenta nuestra política en este ámbito.



## Recibimos a la alcaldesa de Cartagena

Amavir Cartagena ha estado presente con un stand en la Feria de Mayores de la ciudad, un evento clave para el bienestar de las personas mayores. Por allí pasó la alcaldesa del municipio, Noelia Arroyo, que se interesó por la residencia y sus servicios.