

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.



Centro con plazas
concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Celebramos el Día Internacional de la Mujer en Amavir San Agustín

Residentes y usuarios compartieron opiniones y experiencias sobre la lucha por la igualdad.

El 8 de marzo sigue siendo un recordatorio de la importancia de continuar trabajando por una sociedad más equitativa. En Amavir San Agustín, conmemoramos el Día Internacional de la Mujer y la lucha por su participación en la sociedad y su desarrollo íntegro como persona, en plena igualdad con el hombre. Este año, la celebración fue especialmente significativa ya que desde el inicio de marzo expusimos imágenes y biografías de mujeres influyentes, reconocidas históricamente por su trabajo, dedicación y aportes en la lucha por la igualdad. La exposición se planteó como un espacio de reflexión y admiración, donde residentes y visitantes podían conocer más sobre estas figuras inspiradoras. Además, tanto usuarios como residentes participaron en una sesión especial en la que se proyectó un documental sobre el Día Internacional de



Nuestros residentes, comprometidos con la igualdad.

la Mujer, haciendo un recorrido histórico por las reivindicaciones y luchas por la igualdad de las mujeres. Esta proyección fue seguida de un animado debate, en el que todos compartieron sus opiniones y experiencias, alzando sus voces sobre la relevancia de esta fecha para la sociedad actual. La jornada estuvo llena de momentos emotivos y reflexivos en los que la participación activa de residentes y usuarios fue fundamental para el éxito de esta conmemoración.

Celebramos el amor por San Valentín

Disfrutamos de un taller de cocina, preparando deliciosas palmeritas y fresas con chocolate.

Una de las historias más fascinantes sobre el origen de la festividad de San Valentín se remonta al siglo III en Roma. En esa época, el emperador Claudio II había prohibido los matrimonios, creyendo que los hombres solteros eran mejores soldados. Sin embargo, el sacerdote San Valentín desafiaba esta prohibición y casaba a las parejas enamoradas en secreto. Inspirados por esta historia, en Amavir San Agustín decidimos celebrar San Valentín de una manera especial: organizamos un taller de cocina donde preparamos deliciosas palmeritas y fresas con chocolate, celebrando así el amor propio y la alegría de compartir. Al taller asistieron residentes y sus familias, y todos pusieron en práctica sus habilidades culinarias. La sesión de cocina estuvo llena de risas y momentos entrañables. Las recetas resultaron ser un verdadero éxito, dejando a todos con ganas de más.



Una residente decora unas fresas en el taller de cocina.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Psicomotricidad a diario, según unidad, a las 10:30 h. Programa de rehabilitación funcional a diario, según unidad. Reeducación de marcha y equilibrio los martes a las 15:30 h. Tratamiento individual de fisioterapia a diario, a las 10:15 h. Programa de AIVDs los lunes y miércoles a las 11:15 h. Programa de ABVDs a diario, según unidad. Terapia funcional los martes y jueves desde las 10:30 h. Ergoterapia los lunes a las 15:30 h. Huerto los miércoles a las 15:30 h. Programa de nuevas tecnologías los miércoles a las 15:30 h en la biblioteca. Programa de ocio autónomo los miércoles a las 16:15 h. Bingo los viernes a las 17:30 h.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

02/05 Día de la Comunidad de Madrid.
15/05 Celebración de San Isidro.
Del 12/05 al 18/05 Celebración de nuestro 20.º aniversario.
29/05 Fiesta de cumpleaños.

Junio

05/06 Día Mundial Medioambiente.
13/06 Día Global del Viento.
23/06 Día de San Juan: quema de deseos.
Del 23/06 al 27/06 Campamento intergeneracional.
27/06 Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

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

Podología

Carácter quincenal.

Acto litúrgico

Jueves a las 18:00 h.



HOY COMEMOS Departamento de terapia ocupacional

Potaje de Semana Santa

INGREDIENTES

1 cebolla, 1 puerro, 3 dientes de ajo, pimentón dulce, 15 ml de aceite, 300 gr de bacalao desmigado, 500 ml de caldo de pescado, 1 hoja de laurel, 300 gr de garbanzos cocidos, 1 manojo de espinacas cortadas, 2 huevos cocidos y sal.

PREPARACIÓN

Pocha la cebolla, el puerro y los ajos con el pimentón durante 10 minutos. Tritura el sofrito y agrega el bacalao, el caldo de pescado y la hoja de laurel, dejando que hierva. A continuación, añade los garbanzos y las espinacas, y cocina 5 minutos más. Para acabar, incorpora los huevos cocidos.



CUMPLEAÑOS



Mayo

- 01/05 Francisco Fernández
- 03/05 Pilar Villafruela
- 05/05 Juana Moreno
- 05/05 Ángel Villalba
- 07/05 Carmen Borrego
- 09/05 Ascensión Merino
- 09/05 Encarnación González
- 10/05 Enrique Rioja
- 10/05 Vidalina Matos
- 11/05 Mariana Cervantes
- 12/05 Francisca Laguna
- 13/05 Luciana García
- 15/05 Concepción Vaquero
- 16/05 Juana Risaldes
- 19/05 Rosario Bello
- 20/05 M.ª Carmen Ramírez
- 25/05 Teresa García
- 26/05 Victoria Redondo
- 30/05 Aurora Fernández
- 30/05 Alonso Coronado
- 30/05 Magdalena Lorenzo

Junio

- 01/06 Encarnación Carracedo
- 03/06 Ignacio Benito
- 04/06 Saturnina Sánchez
- 06/06 Sagrario Díaz
- 06/06 Claudia García
- 07/06 José Hernanz
- 09/06 M.ª Pilar Esteban
- 14/06 M.ª Pilar Cabestrero
- 20/06 Gerardo López
- 21/06 Pilar Catena
- 22/06 Olvido Abad
- 22/06 Casimira Mayoral
- 27/06 Dolores Torres
- 30/06 Paula Valcárcel

SECRETOS DE MI TIERRA

Recuerdos y raíces de Vidalina Mateos

Sitrama de Tera, pueblo natal de Vidalina Mateos, ha sido parte de la comarca de Benavente desde mediados del siglo X. Esta pintoresca localidad se encuentra a orillas del río Tera, donde nuestra residente recuerda con cariño los días de su infancia, cuando solía nadar en sus aguas cristalinas. Sitrama es tierra de viñedos y, además de producir vino, cuenta con una encantadora playa fluvial a pocos metros del pueblo, que junto a la majestuosa Iglesia de San Miguel, son los principales atractivos de la localidad. En el pueblo se cuenta una leyenda que perdura hasta estos días: hubo un violento huracán que azotó la península en el año 1941. En Sitrama, el huracán arrancó árboles y tejados, y ni siquiera la gran encina, que había resistido guerras, sequías y otros desastres durante siglos, pudo soportar el vendaval. La historia de esta encina legendaria, que daba nombre a una de las calles principales del pueblo, es siempre recordada por los vecinos de Sitrama.



Iglesia de Sitrama de Tera.

AYER Y HOY



Antes

Teresa nació en La Carolina, en Jaén. Con el paso de los años, se mudó a Madrid, donde encontró el amor y se casó con Felipe. Juntos, formaron una hermosa familia con tres hijos: Mari Carmen, Mónica y Antonio. Antes de casarse, Teresa trabajó como auxiliar en el Hospital Puerta del Hierro. Ya casada, continuó su labor en el ámbito del cuidado. Una de sus grandes pasiones ha sido el bordado a máquina, una habilidad que dominaba con destreza, aunque hoy día le cuesta manejar el bastidor con la misma facilidad. Teresa es una mujer sociable y activa, que participa con entusiasmo en todas las actividades que le proponemos en el centro de día.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Isabel Menéndez Calvo



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Es un placer dirigirme a vosotros una vez más a través de estas líneas de nuestro periódico. Como habréis podido observar, estamos poniendo en marcha nuestro modelo “Guiados por ti”. La base y el objetivo de este modelo es dejarnos guiar por los deseos y preferencias de los residentes, para poder realizar un cambio de mirada que nos permita conocer en profundidad a cada persona. Con esta guía, buscamos saber qué les agrada, qué les incomoda, qué les inquieta, y que ellos sean los protagonistas del día a día. Este modelo lo estamos trabajando con las figuras de profesional de referencia y técnico de referencia. Su objetivo es velar por una atención más personalizada, tomando conciencia de lo que realmente aporta bienestar a cada una de las personas de nuestro centro. Nosotros, los trabajadores, nos centraremos en cambiar nuestra mirada y adaptarnos al máximo a estas necesidades para ponerlas en práctica. La colaboración de las familias es fundamental para ayudarnos a que el proyecto se materialice. Ya hemos contado con la participación de varios de vosotros en el taller de “Historia de vida”, en el que, junto a vuestros familiares, habéis comenzado a escribir el “Libro de mi vida”. Esta actividad es nuestro gran proyecto y nos encantaría que todos participais. Agradezco la confianza que habéis depositado en nosotros y os reitero mi compromiso de ofrecer un cuidado que valore la dignidad y calidad de vida de los residentes. Un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

Recomendaciones para cuidar la salud de tu espalda

Os proponemos algunos consejos para mantener una columna vertebral fuerte y saludable.

En nuestra sección “Cosas de casa”, nos encanta compartir consejos y actividades que promuevan el bienestar de los residentes. Hoy queremos hablar sobre un tema muy importante: la salud de la columna vertebral, especialmente en personas mayores, quienes tienen mayores probabilidades de sufrir patologías en esta parte del cuerpo. Por eso, os damos algunas recomendaciones para mantener una espalda fuerte y libre de dolores:

- Mantenerse activo: el sedentarismo afecta negativamente a nuestra espalda. Por eso, es fundamental caminar y realizar ejercicios de forma periódica, fortaleciendo la musculatura y disminuyendo el peso que debe soportar la columna vertebral.
- Cuidar la higiene postural: las posturas que adoptamos a lo largo del día y la forma en la que ejecutamos las tareas cotidianas influyen en la salud de nuestra columna. Es importante evitar pasar mucho tiempo sentados. Para sentarnos correctamente, la espalda debe per-



Una mujer camina con dolor de espalda.

manecer recta junto al respaldo. Al levantarnos de la cama, debemos colocarnos de lado, echar las piernas fuera de la cama y usar la mano libre para impulsarnos.

- Reforzar la masa ósea: una baja densidad ósea incrementa la posibilidad de sufrir fracturas. Por ello, debemos cuidar nuestra alimentación, consumiendo alimentos ricos en calcio y vitamina D, y tomar el sol para fortalecer nuestros huesos.

QUIÉN ES QUIÉN

Jossie Alejandra Querales, terapeuta ocupacional

“Siempre hay que tratar con respeto, empatía y afecto a las personas mayores”.

- Edad:** 39 años.
En Amavir desde: 2024.
Lo mejor de Amavir: Los residentes.
Virtud: La paciencia.
Defecto: Demasiado perfeccionista.
Aficiones: La música, viajar y comer.
Libro: Lazos de amor.
Película: Juego de tronos.
Grupo de música: Coldplay y Rawayana.
Comida favorita: Las arepas y la pasta.



RECUERDOS

Dichos y refranes

En esta sección nos encanta compartir las memorias y curiosidades que forman parte de la vida de los residentes. Hoy queremos destacar algunos dichos y refranes que tienen su origen en la Semana Santa y que aún resuenan en nuestro vocabulario cotidiano.

- La Semana Santa por abril hace el año gentil.
- Semana Santa mojada, cuartilla de trigo colmada.
- Todos su cruz llevan, unos a rastras y otros a cuestas.
- Lavarse las manos como Poncio Pilatos.
- De Pascuas a Ramos.
- Ponerle la cruz a alguien.
- Estar más contento que unas pascuas.
- Llorar como una Magdalena.
- En menos que canta un gallo.
- Otro gallo cantaría.
- La procesión va por dentro.



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 cognitivas y motoras, 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 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.

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.

