

## Amavir renueva su Plan de Igualdad

El objetivo es seguir fomentando la conciliación entre la vida laboral y personal de la plantilla y la protección frente al acoso y a las víctimas de violencia de género.



Amavir ha firmado con los sindicatos mayoritarios UGT y Comisiones Obreras (CC.OO.) el II Plan de Igualdad de la compañía, con el que pretende seguir avanzando en la conciliación de la vida personal, familiar y laboral de la plantilla, garantizar la igualdad entre hombres y mujeres en todos los ámbitos (salarial, oportunidad de acceso, desarrollo profesional y condiciones laborales) y afianzar que todas las personas trabajadoras se sientan valoradas con independencia de su identidad de género u orientación sexual, así como profundizar en la tolerancia cero frente al acoso y en la protección a víctimas de violencia de género. En palabras de Marián Bautista, directora de Recursos Humanos de Amavir, “queremos consolidarnos como una empresa socialmente responsable en materia de igualdad, integración y diversidad”. Las principales líneas del plan son las siguientes:

- **Conciliación de vida familiar y laboral:** cambio de centro de trabajo por conciliación; permisos retribuidos para tratamientos de reproducción asistida; cobertura del 100% de permisos por maternidad, excedencia por cuidado de familiares o reducciones de jornada.
- **Protección frente a la violencia de género:** actividades de concienciación, acuerdos institucionales para fomentar la contratación de víctimas, permisos especiales por traslado, atención psicológica, cambio de centro de trabajo.
- **Prevención del acoso:** aplicación de protocolo de acoso sexual y por razón de sexo o género, acciones de sensibilización, colaboración con la Red Empresarial por la Diversidad e Inclusión LGTBIQ+ (REDI).
- **Formación y promoción interna:** acciones formativas, apuesta por la promoción interna.

# Amavir y Endesa instalan cargadores para coches eléctricos en las residencias

Están a disposición de visitantes y empleados y para usarlos tan solo habrá que descargarse la aplicación de recarga de Endesa.

Como continuación de las medidas que está desarrollando la compañía en el marco de la protección del medio ambiente, Amavir se ha unido a Endesa, compañía eléctrica líder en España y la segunda de Portugal, para promover la movilidad eléctrica en nuestro país y facilitar la recarga a los usuarios. Han contado para ello con la ayuda del programa MOVES III (Movilidad Eficiente y Sostenible) de la Unión Europea, con fondos del Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía (IDAE) y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER). De este modo, el 80% de las residencias que Amavir tiene en nuestro país cuentan ya con cargadores de coche eléctrico. En total, ya están disponibles para su uso 80 plazas de aparcamiento totalmente electrificadas con cargadores de 7,4 kW. En cuanto al proceso de recarga, el uso y el pago del servicio se podrá realizar de forma ágil y sencilla a través de la App de recarga de Endesa. Los usuarios tan solo tienen que descargarse la App en su móvil y contratar la tarifa que mejor se ajuste a sus necesidades. Los centros de Amavir que cuentan con la nueva infraestructura de recarga son: 20 de Madrid (Arganzue-



la, Colmenar, Puente de Vallecas, Coslada, Humanes, Valdebernardo, Alcorcón, Villanueva, Pozuelo, Usera, Nuestra Casa, Cenicientos, Ciudad Lineal, Villaverde, Alcalá de Henares, Getafe, La Marina, San Agustín, Torrejón y La Gavia), 4 de Cataluña (Teià, Vilanova, Horta y Sant Cugat), 4 de Navarra (Mutilva, Argaray, Oblatas y Valle de Egüés), 3 de Castilla-La Mancha (El Pinar, El Balconcillo y Las Hazas), 3 de Canarias (Haría, Tías y Tejina) y 2 en Castilla y León (uno para la residencia El Encinar del Rey de Valladolid y otro para el complejo de apartamentos junto a esta residencia).

## Participamos un año más en el reto “Healthy Cities” de Sanitas para fomentar estilos de vida saludables y sostenibles

El año pasado, los empleados de Amavir conseguimos andar 48.370 kilómetros, lo que permitió plantar 183 árboles.



Amavir se ha unido a la 19ª edición de “Healthy Cities” de Sanitas, una iniciativa sostenible que persigue promover mejores hábitos de vida entre la población e impulsar entornos urbanos más saludables. El principal objetivo de esta campaña es que los profesionales que trabajan en Amavir caminen 6.000 pasos al día y dejen el coche en casa al menos un día a la semana. El reto comenzó el pasado 1 de mayo y finaliza el 30 de junio y participan un total de 250 empresas. Este es el segundo año que Amavir participa en este reto saludable. El año pasado se plantaron un total de 183 árboles en el Bosque de los Zaragozanos. Los participantes de Amavir recorrieron 48.370 kilómetros en total, equivalentes a 65,4 millones de pasos, unos 294 kilómetros de media por usuario (6.534 pasos por usuario al día).



## ACTUALIDAD

# Celebramos el 17º aniversario de Amavir Haría

Una semana llena de festejos.

La primera semana de mayo estuvimos de celebración en Amavir Haría. ¡Nuestra residencia cumplió nada más y nada menos que 17 años! Empezamos la semana el 2 de mayo con la actuación del coro de la escuela de música de Haría, el cual no dudó en acudir al centro y deleitarnos con sus canciones, haciendo pasar una tarde amena y diferente a nuestros residentes. El día 3 de mayo, nuestros mayores fueron partícipes de la terapia asistida con animales organizada por parte del grupo Mémora. Una mañana muy agradable donde disfrutaron de la compañía de Eli y Rofe. El 6 de mayo disfrutamos con la presencia del grupo de folclore de la escuela de música de Haría, ofreciéndonos sus mejores bailes y pasando una buena tarde de lunes. ¡Y por fin llegó el día tan esperado! El martes 7 de mayo tuvo lugar la gran fiesta por el 17º aniversario del centro. Hicimos los preparativos en el patio interior colocando las carpas, mesas y sillas que nos cedió el ayuntamiento de Haría, y nos encargamos de decorarlo con la temática elegida para tal ocasión. También, preparamos una mesa de lo más dulce. La fiesta comenzó con la actuación de la solista Mariola Ferrer, quien, acompañada por su piano, amenizó el acto consiguiendo que más de uno se animara a cantar con ella. Haciéndonos pasar un rato de los más agradable. Para finalizar la semana de actividades, contamos con la presencia el día 8 de mayo del grupo musical El Cribo, el cual siempre está dispuesto a amenizar la tarde de nuestros residentes.



Recuerdos de los festejos del XVII aniversario.

## Invitados de honor a la VI edición del Festival de Teatro Escolar CEIP Las Mercedes

**Disfrutamos en primera fila de los ensayos abiertos del Colegio de Educación Infantil y Primaria Las Mercedes.**

El 10 de abril nuestros residentes fueron partícipes de manera exclusiva del montaje escénico en el que se encontraba trabajando el CEIP Las Mercedes para la obra Engañados, donde nos hacían ver la influencia que tienen las nuevas tecnologías en los menores. Además, el día anterior nuestros mayores pudieron disfrutar del taller de teatro y movimiento en el propio centro. La finalidad de la actividad era fortalecer la confianza del alumnado ofreciendo al público la posibilidad de conocer de primera mano el trabajo creativo que están desarrollando. Una experiencia enriquecedora y fascinante que no nos ha dejado indiferentes. ¡Gracias!



Residentes y usuarios de centro de día disfrutando del ensayo.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Lunes a viernes

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional y psicología.

11:00 h. Gerontogimnasia de centro de día

12:00 h. Talleres de animación.

13:00 h. Almuerzo.

15:00 h. Gerontogimnasia de centro de día.

16:00 h. Ludoterapia.

17:00 h. Merienda.

17:30 h. Gerontogimnasia de residencia y talleres de animación.

18:30 h. Gerontogimnasia asistida de residencia y talleres de animación.

20:00 h. Cena.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

Excursión a Puerto del Carmen.

Visita al muelle de Órzola.

#### Agosto

Barbacoa de Verano.

Visita a la Iglesia de San Ginés.

#### Septiembre

Visita a los Dolores.

Bienvenida al otoño.

## SERVICIOS

### Peluquería

Los lunes de 10:30 a 12:00 h.

o los miércoles de 17:30 a 19:30 h.

### Podología

Los miércoles o jueves de 10:00 a 13:30 h.



## CUMPLEAÑOS



### Julio

09/07 Monserrat Reyes

20/07 Nieves Berriel

25/07 Adelaida Brito

30/07 José Perdomo

### Agosto

07/08 Benita Miranda

09/08 Francisco Cabrera

10/08 Natividad González

16/08 Agustín Pérez

18/08 Joan Hendry

24/08 Petra Pérez

27/08 José Vicente García

29/08 Teodomira Lemes

31/08 Pino Rodríguez

### Septiembre

04/09 Elisa Sosa

09/09 Josefa Dorta

10/09 Francisco González

14/09 José Codorníu

18/09 Carmen Cedrés

21/09 M.<sup>a</sup> del Carmen Hernández

## HOY COMEMOS Francisca Diaz López

# Potaje de judías blancas

### INGREDIENTES

1/2 bote de judías blancas, 1 tomate, 1 cebolla, 1 cabeza de ajo, 1 pastilla de avecrem, entre 4-5 patatas, 1 zanahoria, 1 apio, 1 morcilla, corteza de tocino, hueso y ¼ de carne.

### PREPARACIÓN

En primer lugar, ponemos las judías a remojo en agua tibia y una vez blandas las añadimos a la olla y le ponemos nuevamente agua. Añadimos el tomate, la cebolla, una cabeza de ajo, una pastilla de avecrem, la carne, la zanahoria, el apio y las patatas. Tapamos y cuando el pito empieza a girar la dejamos durante unos 10-15 minutos para que termine de hacerse.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Hogueras de San Juan

M.<sup>a</sup> Candelaria cuenta que, cuando fue a la romería, trajeron a los camellos desde las montañas del fuego hasta la Iglesia de San Juan en la Plaza de Haría donde había mucha gente. Algunos estaban vestidos de romeros y repartían comidas para las personas que más lo necesitaban. Conchi nos canta una canción original de Bertín Osborne sobre San Juan que escuchaba en los años 80. “Cuentan las leyendas que, en las noches de San Juan, los gitanos se reúnen a cantar, faldas de colores y camisas de algodón. Carrromatos de madera y de cartón que viajan en procesión. Son hijos del sol y de las estrellas del amor, son nómadas que no van a ningún lugar, son gente orgullosa que tienen un gran corazón. Si me ves con ellos y compartes su



Imagen de las hogueras de San Juan.

ilusión se convierten en hermanas y te aceptarán a cantar con ellos en San Juan”. A su vez, Paco comenta que cuando estuvo con su madre en la Gomera, tiraban por la ladera del barranco bolas de aulagas incendiadas de las cuales salían chispas y se veía muy bonito. Ese día se reunían las familias en las casas a comer y se amasaba pan y bollos en hornos de leña. También recuerdan que el San Juan de antes era más participativo y se reunían más las familias. Hoy en día más bien se festeja con verbenas.

**AYER Y HOY**



## Antes

Aquí tenemos el antes y el después de Francisca Díaz López, usuaria del centro de día desde febrero de 2024. Natural de Algeciras, nos muestra cómo, a pesar del paso de los años, sigue conservando ese poderío algecireño que la caracteriza, además de su arte y salero por los cuatro costados.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Sandra Llorente



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Quiero hablarles sobre varios de los proyectos en los que estamos trabajando con diferentes colectivos. El primero de ellos se trata de un proyecto llevado a cabo en colaboración con el Área de la Reserva de la Biosfera y la Consejería de Agricultura Del Cabildo de Lanzarote, con quien se desarrolla la plantación de flora autóctona en los centros de Amavir. Su objetivo principal es la protección del medioambiente y se desarrollan diversas actividades como la plantación de flora autóctona, la limpieza de jardines y charlas formativas. En segundo lugar y en la línea del medioambiente, quiero destacar la colaboración también con el C.A.S Pastinaca, en este caso enfocado a flora y fauna marina de nuestra isla de Lanzarote. Con ellos se llevarán a cabo diversas charlas formativas e informativas tanto en los centros como en las playas con los residentes, así como una actividad posterior de observación de la orografía costera a través de la realización de snorkel. Por otro lado, con la Fundación Adsis se realizarán acciones de aprendizaje con el objetivo de llevar a cabo actividades dirigidas al fomento y a la integración social de las personas en situación de exclusión y/o vulnerabilidad social. Para ello contaremos con un grupo de voluntarios que acudirán a los centros para participar en diversas actividades físicas, cognitivas y lúdicas. Finalmente, con Fundación la Caixa también se está colaborando desde principios de año con la participación de voluntariados en actividades mensuales como las fiestas de cumpleaños del centro. Mi más sincero agradecimiento a todos ellos por contar con nuestra participación en estos proyectos tan bonitos y gratificantes.

## COSAS DE CASA

# Departamento de mantenimiento

Un servicio encargado de velar por el buen mantenimiento de todas las instalaciones.

Amavir Haría dispone de un departamento de mantenimiento a cargo de José Esteban Martín Eugenio, el cual presta sus servicios en el centro de lunes a viernes en turno de mañana. Este servicio se encarga de velar por el buen mantenimiento de todas las instalaciones, así como de llevar a cabo las pequeñas reparaciones que sean necesarias en el centro. Por otro lado, él actúa como nexo de unión con las empresas externas que se encargan de realizar las reparaciones más laboriosas. Así mismo, también se encarga de realizar de manera diaria los controles necesarios para que todo funcione de la manera correcta o bien detectar si hay algún fallo en alguno de los sistemas con los que cuenta el centro para poder arreglarlo lo antes posible. Todo residente, familiar o trabajador que observe un elemento en mal estado o el daño del mismo, debe avisar a la recepción del centro, para que realice el parte oportuno. Dicho parte le llega a nuestro compañero de mantenimiento, el cual procede a revisar de qué se trata para poder arreglarlo lo antes posible, o bien derivarlo a la empresa encargada de su reparación. Una vez esté resuelta la incidencia, se cierra el parte.



José, encargado del mantenimiento de nuestro centro.

## QUIÉN ES QUIÉN

### María Anabel de León González, recepcionista

“Es muy bonito el vínculo que acabamos creando con los mayores”.

**Edad:** 28 años.

**En Amavir desde:** 2023.

**Lo mejor de Amavir:** El ambiente familiar.

**Virtud:** Capacidad organizativa.

**Defecto:** Demasiado perfeccionista.

**Aficiones:** Leer y cuidar mis plantas.

**Libro:** Todavía quedan islas con playas de color Azafrán de Ico Toledo.

**Película:** Juntos y Revueltos.

**Grupo de música:** Coldplay.

**Comida favorita:** Paella.



## RECUERDOS Juan Pablo Curbelo

### Refrán Carta de Perenciano Labativa

Hoy es tanto del tanto del mil novecientos tanto, distinguida y queridísima señorita, tomo el atrevimiento y la decisión de dirigirme a estas líneas para ponerle al corriente de mis deseos: hoy hace 14 siglos y 13 años que leí en el anuncio de un periódico que usted deseaba un buen chico con buena carrera y aquí me tiene don Perenciano Labativa, natural de Conchinchina, soy ebanista, electricista, hago lentes para ciegos, peines para calvos y botas sueltas para cojos. ¿Cree que con esto podré darle gusto a usted? Y en espera de su simpática y laborable contestación, beso sus pies si no los tiene sucios.

# Preparándonos para el verano

Excursiones a la piscina o a la playa y actividades en el exterior, entre lo más demandado por los mayores en esta época del año.

Con la llegada del buen tiempo, los mayores pueden disfrutar de numerosas actividades de ocio al aire libre, siempre tomando las oportunas medidas de precaución ante las altas temperaturas. Los centros para mayores Amavir ya tienen activado el protocolo de climatización para garantizar una correcta temperatura en los centros, cumpliendo lo establecido por la administración. Además, han organizado numerosas actividades durante la época estival para que los residentes puedan disfrutar de planes que promuevan la vida activa. Por ejemplo, los jardines de las residencias muestran su máximo esplendor en estas fechas gracias a la labor realizada durante la primavera para cultivar flores y plantar los huertos. Las actividades de terapia y fisioterapia se trasladan también a los exteriores de las residencias en la medida de lo posible, así como las actividades de animación. Además, se organizan excursiones y visitas a lugares de interés, que permiten a los usuarios conocer nuevos lugares, historias y curiosidades. Se ha planificado igualmente la celebración de las numerosas fiestas que se festejan en esta época del año. Y una de las actividades más demandadas son las salidas a la piscina o la playa, que permiten también hacer sesiones de ejercicio acuático. Hay que recordar que, en estas fechas, conviene ventilar las habitaciones por la mañana y, durante el día, dejar las ventanas cerradas y las persianas



bajadas, para que no entre el calor. Además, no hay que exponerse al sol en las horas de más calor, protegerse la piel, ponerse gorro o sombrero, hidratarse y tener cuidado con los contrastes térmicos.

## Conciertos de “María Jesús y su acordeón” en 16 residencias Amavir



La compañía de servicios de alimentación Aramark, una de las que Amavir tiene contratadas para proporcionar el servicio de catering a sus residencias, ha tenido la iniciativa de organizar en 16 de ellas conciertos de la célebre “María Jesús y su acordeón”. Los conciertos han tenido una excelente acogida en todos los centros, por la cercanía y cariño con los que María Jesús se ha relacionado con residentes, familiares y trabajadores. Además de sus célebres «Los pajaritos», ha ofrecido un variado repertorio de canciones populares, adaptándolas también a cada una de las regiones en las que estaba. Los residentes han cantado y bailado, recordando sintonías y letras de épocas pasadas que les han hecho recordar muy buenos recuerdos.

## Amavir, presente en el Breaking Barriers Congress de Barcelona

La responsable asistencial del grupo, Eva Ochoa, participó en este evento sobre tecnologías de apoyo y eliminación de barreras para explicar nuestro proyecto “Emociones con sentido”, cuya base es proporcionar una mejor calidad de vida a usuarios con enfermedades neurodegenerativas a través de la estimulación multisensorial.



## Participamos en el maratón solidario “Ruta 70 y pico”



Amavir Puente de Vallecas (Madrid) fue una de las paradas de la carrera solidaria «Ruta 70 y pico»,

que recorrió en total siete centros de mayores y centros especializados de la Comunidad de Madrid con el objetivo de recaudar fondos para fomentar el acompañamiento a este colectivo en residencias. El atleta Álvaro Trigo y otros corredores solidarios corrieron más de 70 kilómetros para esta causa.



# Todo listo para los campamentos intergeneracionales de verano en Amavir

Esta iniciativa reúne durante una semana a mayores y niños en los propios centros.

Ya tenemos todo listo para celebrar los tradicionales campamentos intergeneracionales de verano. Niños y niñas con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años disfrutarán durante una semana de diferentes actividades educativas y de ocio junto a las personas mayores que residen en Amavir. Compartir desayunos y comidas, gimnasia, participar en gymkanas, bingos, excursiones, talleres creativos o juegos deportivos, son ejemplos de las muchas actividades que se han organizado. Está demostrado que las personas mayores implicadas en actividades intergeneracionales se sienten más felices que otros mayores de su misma edad. Además, compartir con los más pequeños su jornada diaria incrementa su actividad física, cognitiva y social, promoviendo el envejecimiento activo y saludable. Para los más pequeños, estas actividades son también una lección de vida, de la que aprenden las experiencias de los mayores y sus historias de juventud. Los niños y niñas que participan en la actividad son nietos y bisnietos de nuestros residentes y, principalmente, hijos de los trabajadores, de tal manera que estos campamentos son también una medida de conciliación laboral y familiar para nuestra plantilla durante la última semana de junio, en la que ya no hay colegio y aún no han empezado los campamentos de verano.



## ¿Quieres recibir más información de Amavir? Apúntate a nuestro newsletter

En su apuesta por la transparencia, Amavir pone a disposición de sus residentes, familiares y trabajadores distintas herramientas de comunicación, como este periódico, la página web y las redes sociales. Ahora, acabamos de lanzar un newsletter, que tendrá periodicidad mensual, y que se remite por correo electrónico. Si estás interesado en recibirlo, entra en nuestra página web, en la sección de Actualidad, e inscríbete.

## Gran éxito de la VI Jornada Amavir en Madrid, con las ponencias de Javier Urra y Lary León

**JORNADAS AMAVIR**

VI JORNADA AMAVIR MADRID  
14 JUNIO 2024 · CAIXAFORUM

**EL OPTIMISMO COMO ANTÍDOTO PARA UNA SOCIEDAD CAMBIANTE Y COMPLEJA**

901 30 20 10  
jornadas@amavir.es  
www.amavir.es

JAVIER URRA  
LARY LEÓN

amavir  
residencias para mayores

El pasado 14 de junio se celebró en Caixaforum la VI Jornada Amavir Madrid dirigida a profesionales del sector sociosanitario, que tuvo por título “El optimismo como antídoto para una sociedad cambiante y compleja”. Hubo casi 300 asistentes, que escucharon atentamente las ponencias de Javier Urra, que fue el primer Defensor del Menor, y Lary León, periodista y gerente de la Fundación Atresmedia.

amavir  
residencias para mayores

901 30 20 10

Número 1  
Mayo 2024

**Noticias Amavir**

Apostando nuevamente por la transparencia con nuestros públicos internos y externos, en Amavir estamos muy contentos de enviaros este primer número de nuestro newsletter informativo.

Esta herramienta de comunicación nace con el objetivo de que podáis estar al día de todas las actividades, eventos y noticias que desarrollamos en nuestra compañía, y es complementaria a la información que solemos difundir a través de nuestro periódico interno, página web y redes sociales.

Esperamos que os guste y, sobre todo, que os resulte útil.

¡Gracias por confiar en nosotros!

Lourdes Rivera  
Directora General de Amavir