

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

17º aniversario de Amavir Tías

Celebramos otro año más compartido con todos ustedes.

El pasado 18 de abril celebramos con gran emoción el aniversario número 17 de nuestra residencia en Lanzarote, Amavir Tías. Sin duda han sido años de trabajo arduo y desafíos diarios superados con el esfuerzo y la dedicación de cada uno de los miembros de nuestra gran familia Amavir. En este día nos acompañaron familiares de los residentes y usuarios del centro de día, así como la plantilla de trabajadores y directivos, todos dispuestos una vez más a dar el 100 % de sí mismos y brindarles un fabuloso día para recordar a nuestros mayores. El día amaneció con un maravilloso sol canario, por lo que nos refrescamos con bebidas y comimos deliciosos canapés de acuerdo a los gustos y necesidades de nuestros residentes.

Además, como la música no puede faltar en las festividades, los encargados de amenizar en esta ocasión la celebración fueron el espectacular grupo musical Amalgama, quienes nos deleitaron con su alegría a todos, los residentes, trabajadores y familiares, quienes bailaron cada una de sus canciones. Todos estos momentos alegres compartidos este día quedaron plasmados en fotos, pero también en nuestra memoria. Las sonrisas, los bailes y toda la alegría reflejada en los rostros de cada uno de nuestros residentes permanecerán en nuestros corazones un año más y nos servirá de motor para seguir trabajando con entereza día a día buscando mejorar la calidad de vida de nuestros mayores. ¡Feliz 17º aniversario!



Celebración de nuestro 17º aniversario.

Participación de nuestros residentes en el festival de teatro escolar

Pudimos disfrutar de la magia del teatro.

Tuvimos el honor de participar en el festival de teatro escolar. Festival organizado por la compañía Cuerpo Teatro junto al Área de Cultura del Cabildo de Lanzarote. Pudimos pasar una jornada agradable en el Teatro Municipal de Tías donde los alumnos del IES Yaiza nos regalaron un espectáculo teatral como unos auténticos profesionales. ¡Felicidades chicos! Para completar el acercamiento de las artes escénicas a nuestros residentes, tuvimos un “Taller de teatro y movimiento” donde Vicki Dos Santos nos ofreció una serie de actividades en las que nuestros mayores fueron todos unos auténticos artistas donde demostraron todas sus cualidades.



Disfrutando de una actividad llena de arte.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

09:00 h. Desayuno.

09:30 h. Grupo de buenos días y lectura de periódico.

09:30 h. Rehabilitación - Fisioterapia / Terapia funcional - Terapeuta ocupacional / Estimulación cognitiva - Psicología.

11:00 h. Estimulación sensorial - Terapeuta ocupacional / Ludoterapia - Animación.

13:00 h. Almuerzo.

14:00 h. Ergoterapia - Animación.

16:00 h. Intervención con la música - Animación / Terapia funcional - Terapeuta ocupacional / Rehabilitación - Fisioterapia.

17:00 h. Merienda.

17:30 h. Estimulación sensorial - Psicología / Ocio y tiempo libre - Animación / Gerontogimnasia grupal - Fisioterapia.

20:00 h. Cena.

Sábado y domingo

11:00 h. Ludoterapia.

14:45 h. Ergoterapia / Intervención con la música.

17:30 h. Ocio y tiempo libre.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

03/07 Taller de lectura en familia.

08/07 Taller de cocina "Mojitos sin alcohol".

10/07 Salida a la playa.

24/07 Día Mundial de los abuelos.

Agosto

07/08 Taller de lectura en familia.

08/08 y 22/08 Salida a la playa.

20/08 Cine de verano.

28/08 Taller de cocina "hojaldre de manzana".

Septiembre

13/09 Visita a la Virgen de los Dolores y feria de artesanía.

18/09 Salida al centro comercial.

21/09 Día Mundial del Alzheimer.

26/09 Taller de cocina "hojaldre salado".

SERVICIOS

Podólogo

2 días alternos al mes.

Peluquería

2 días alternos al mes

HOY COMEMOS Carmen Díaz

Mojo picón

INGREDIENTES

1 cabeza ajo, 2 pimientas piconas, 1 cucharilla de cominos en grano, 1 cucharilla de pimentón, 4 cucharadas de vinagre, 15 cucharadas de aceite de oliva y sal gorda al gusto.

PREPARACIÓN

En un mortero majamos los ajos pelados y picamos los cominos, las pimientas limpias de granillas y la sal gorda hasta que formen una pasta suave. Añadimos el pimentón y lentamente el aceite y el vinagre resultando una pasta espesa. Esta pasta se pueda aligerar al gusto con una tacita de agua.



CUMPLEAÑOS



Julio

07/07 Alfredo Gómez

13/07 María Rodríguez

16/07 Margarita Martín

17/07 Dolores Cejudo

23/07 José Manuel Betancort

25/07 Dolores González

26/07 Ana Torres

29/07 Carmen García

Agosto

04/08 Genaro Morales

05/08 Nieves Acosta

09/08 Marta Toledo

11/08 Isabel Heredia

11/08 Patricia Horwell

24/08 Pilar Zurita

Septiembre

04/09 Tobías Fontes

07/09 Clemente Rodríguez

09/09 Gregoria Mancebo

09/09 Felipe Villalba

10/09 Onelia Sánchez

14/09 María Montelongo

15/09 Carmen Díaz

19/09 José Luis Moreno

21/09 Concepción García

24/09 Mercedes Curbelo

25/09 Úrsula Eva Schurheck

29/09 Esther Rosmarie Bachmann

29/09 Dolores Rodríguez

SECRETOS DE MI TIERRA



Nuestras más míticas leyendas.

Mitos y supersticiones de mi tierra

Todos hemos crecido escuchando historias maravillosas de nuestros abuelos, algunas con más o menos tinte mágico que otras. Doña María del Carmen nos habla de las curanderas de Canarias muy conocidas en esa época por sanar diferentes males como el mal del vientre. Quienes se quejaban de este mal, eran lle-

vados a una de las tres curanderas existentes en la isla para que por medio de la imposición de las manos, masajes y plegarias al creador, desaparecieran sus dolencias y que eran absorbidas mágicamente por la curandera desde el cuerpo del enfermo hacia el suyo, expulsándolo definitivamente a través de su propia saliva.

AYER Y HOY



Antes

José María Franquiz nació en Pájara, Fuerteventura, trasladándose con 7 años a Lanzarote tras el fallecimiento de su padre, ya que su madre era conejera. Relata que fue al colegio de Santa Coloma, el Benito Pérez Tarajano, hasta quinto de primaria. Comenzó a trabajar de jardinero para el mantenimiento de los jardines de hoteles y casas. Su pasión por la música fue tan importante que terminó dedicándose por completo a ello, realizando espectáculos musicales por los hoteles de la isla.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Sandra Llorente Sánchez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

En esta ocasión 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, donde se desarrolla la plantación de flora autóctona en los centros de Amavir. Su objetivo principal es la protección del medioambiente y para ello se desarrollan diversas actividades como la plantación de flora autóctona, limpieza de jardines y charlas formativas a familiares y residentes. 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 en los centros y en las playas con los residentes. Además, con la Fundación ADSIS se realizarán acciones de aprendizaje con el objetivo de realizar actividades dirigidas al fomento y a la integración social de las personas en situación de exclusión social y/o vulnerabilidad social. Contaremos con un grupo de voluntarios que acudirán a los centros para participar en diversas iniciativas físicas, cognitivas y lúdicas que se harán con los residentes. Mi más sincero agradecimiento a todos ellos por contar con nuestra participación en estos proyectos tan bonitos y gratificantes para todos los que colaboramos.

COSAS DE CASA

Dejando huella

La intervención asistida con animales y su magia.

Eli y Rofe son un dúo particular y entrañable. Esta terapeuta ocupacional, junto a su perro de intervención, vienen mensualmente a nuestra residencia para compartir sus conocimientos y brindarnos la magia de las intervenciones asistidas con animales. Como cada miércoles, Eli y Rofe aparecen por las puertas de la residencia llenándola de alegría y entusiasmo, animados de volver a encontrarse con nuestros mayores para empaparse con sus experiencias y sabiduría. Dispuestos a compartir y trabajar con nuestros mayores, comienzan la jornada reuniendo a aquellos que estén dispuestos a compartir su tiempo con ellos. En sus intervenciones se trabajan múltiples y diversas funciones y capacidades, tanto cognitivas como físicas, entre las cuales encontramos la memoria, la atención, la fuerza o la marcha, con las que se pretende principalmente dar tiempo y calidad de vida a nuestros mayores.



Nuestros queridos amigos Eli y Rofe.

QUIÉN ES QUIÉN

Isaac Mateo Henao Ahumada, enfermero

“Me gusta el trato cercano con los residentes”.

Edad: 26 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: El trato con los residentes.

Virtud: Paciencia.

Defecto: Inquietud.

Aficiones: La música y el tenis.

Libro: El lobo estepario Herman Hesse.

Película: Cadena perpetua.

Grupo de música: Nirvana.

Comida favorita: Sancocho colombiano.



RECUERDOS

Mientras sea sentada...

Nuestra usuaria de centro de día, Bárbara Rodríguez Déniz nos cuenta que nació en La Vega, concretamente en Yuco, siendo ella la cuarta de diez hermanos. Acudía todos los días al colegio, aunque su padre de vez en cuando le decía que ese día no tocaba ir y ayudar en los trabajos del campo junto con sus hermanos. Recuerda muy bien cuando tocaba colgar el tabaco para ponerlo a secar, aunque lo que más le gustaba era despalillarlo y hacer manillas ya que eran dos acciones que podía hacer cómodamente sentada, por lo que no le importaba estar el tiempo que fuera necesario.

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