

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Preparando la Navidad

Las residencias ultiman estos días los preparativos para celebrar por todo lo alto estas fiestas tan entrañables.

Ante la proximidad de las fiestas navideñas, las residencias de Amavir están preparando ya un amplio programa de actividades para que los residentes puedan celebrar estos días en compañía de sus familiares. Los propios mayores han venido trabajando en los talleres de terapia ocupacional y animación en la elaboración de adornos navideños con los que engalanar las residencias. No faltarán los belenes y los árboles de Navidad y, por supuesto, los regalos de Papá Noel y los Reyes Magos, sin olvidarnos del Olentzero en las residencias de Navarra y del Caga Tió en Cataluña. Se están ultimando también los menús especiales navideños, así como el programa de eventos, visitas de colegios y de grupos de voluntarios, concursos, conciertos de villancicos, excursiones a los centros de los municipios para ver las luces de navidad y la decoración y otras muchas cosas más. Como en años anteriores, tendremos también ocasión estas fechas de volver a mostrar nuestra solidaridad, por ejemplo, ayudando al programa “Ningún mayor sin regalos”, que lleva regalos de Navidad a las personas mayores que tienen que pasar estos días hospitalizadas.



Celebrando Halloween... sin olvidarnos del Día de Todos los Santos

Con el paso de los años, Halloween ha ido ganando terreno en nuestro país. Esta fiesta, típicamente americana, es cada vez más celebrada en España y, por supuesto, también la festejamos en las residencias, donde mayores y profesionales dan muestras de una gran creatividad a la hora de decorar los centros y de disfrazarse para la ocasión. Pero ello no quita para que también hayamos celebrado en las residencias la fiesta religiosa del Día de Todos los Santos, de gran tradición en nuestro país.

La Consejera de Asuntos Sociales de Madrid visita nuestra residencia Amavir Ciudad Lineal el Día del Mayor

Estuvo acompañada por la Directora General de Amavir, Lourdes Rivera, y el Director General del Mayor de Madrid, Óscar Álvarez.

La Consejera de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid, Ana Dávila, visitó hace unas semanas la residencia Amavir Ciudad Lineal con motivo de la celebración del Día Internacional del Mayor. Durante la visita, la Consejera recorrió todas las instalaciones del centro, conociendo las actividades que se llevan a cabo en su día a día y hablando con residentes, familiares y trabajadores. Así, pudo ver los programas de fisioterapia y rehabilitación, la terapia con animales, las actividades del centro de día y de terapia ocupacional, la elaboración de los menús o el funcionamiento del comité de representación de usuarios, entre otros asuntos, además de conocer *in situ* el modelo asistencial de Amavir “Guiados por ti”. La Consejera quiso agradecer a la compañía la labor que viene realizando en las residencias



que gestiona en la Comunidad de Madrid, la mayor parte de ellas concertadas con su Consejería, demostrando la idoneidad de la

colaboración público-privada para dar solución a la demanda de plazas para personas mayores y dependientes en la región.

Amavir Colmenar, premiado en el concurso de jardines de la CAM



Nuestros compañeros de Amavir Colmenar han recibido el tercer premio del concurso “Decorando el jardín”, convocado por la Consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid entre todas las residencias de la región. Esta iniciativa pretende fomentar el envejecimiento activo de las personas mayores que viven en residencias, animándolas a participar en la decoración de los jardines de los centros en los que viven.

Participamos en la II Feria del Mayor de Castilla-La Mancha

Amavir ha estado presente en la II Feria del Mayor de Castilla-La Mancha, celebrada en Albacete, y en la que participaron más de 4.000 personas. Nuestras compañeras Sonia Romero y Estela Suárez, directoras de residencias Amavir, atendieron en el stand de la compañía al Alcalde de Albacete, Manuel Serrano López, a la Concejala de Mayores del Ayuntamiento de Albacete, Gala de la Calzada, y a la Consejera de Bienestar Social y Directora General de Mayores de la Junta de Castilla-La Mancha, Bárbara García Torijano y Alba Rodríguez Cabañero, respectivamente.



ACTUALIDAD

Emotiva fiesta de jubilación a Ana, nuestra enfermera

Celebramos el fin de la vida laboral de una de las figuras más queridas en el centro.

El pasado 4 de octubre, Amavir Horta fue el escenario de una celebración especial: la jubilación de Ana Vázquez, una de las enfermeras más queridas por residentes, familiares y compañeros. Tras años de dedicación en el cuidado de las personas mayores, Ana concluye su etapa laboral, dejando una huella difícil de olvidar. Desde su llegada a Amavir Horta, Ana ha destacado por su cercanía y profesionalidad, convirtiéndose en un apoyo indispensable para cada residente. Con su empatía y entrega, para muchos, Ana ha sido más que una enfermera; una amiga en quien confiar, siempre dispuesta a escuchar y a compartir una palabra amable. La celebración de su jubilación tuvo lugar en el salón del centro de día, decorado especialmente para la ocasión. Compañeros, residentes y familiares compartieron recuerdos y anécdotas, creando un ambiente cálido y lleno de gratitud. Las palabras de despedida reflejaron el cariño y respeto que Ana ha cultivado durante todos estos años. “Ana siempre ha sido una inspiración para nosotros, y su calidez humana seguirá guiando nuestro trabajo”, comentó uno de sus compañeros. Ana, gracias por tus años y que sepas que aunque ya no estés en el día a día, siempre serás parte de la familia de Amavir Horta. ¡Feliz jubilación!



Ana Vázquez, enfermera.

Terapia con perros

Celebramos el Día Mundial de los Animales con sesiones que promueven el bienestar integral.

En Amavir Horta, seguimos llevando a cabo sesiones de terapia asistida con perros, una actividad que ha demostrado ser altamente beneficiosa para nuestros residentes. En conmemoración del Día Mundial de los Animales, destacamos esta conexión única con los perros, que no solo mejora el bienestar emocional y físico de nuestros mayores, sino que también refuerza nuestro compromiso de promover actividades con conciencia medioambiental. Estas sesiones fomentan la socialización y crean un ambiente de cercanía, reafirmando nuestra misión de cuidar el bienestar integral de nuestros residentes.



Los residentes disfrutan de la terapia asistida con perros.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Reeducación de la marcha, tratamiento del dolor, mantenimiento, potenciación de la bipedestación y transferencias, psicomotricidad, tratamientos individualizados, tratamiento de encamados, refuerzo muscular, equilibrio y coordinación.

Educación social

Programa socioeducativo basado en arteterapia (manualidades), talleres de orientación a la realidad, actividades creativas, lectura de prensa, terapia Montessori, cine, gerontogimnasia, musicoterapia, juegos de mesa y estimulación cognitiva y sensorial.

Psicología

Psicoestimulación severa, psicoestimulación moderada, psicoestimulación leve, taller de nuevas tecnologías, taller de buenos días, terapia Montessori, relajación, historia de vida, estimulación sensorial, intervención a familias y tratamiento individualizado.

Terapia ocupacional

Taller funcional, gerontogimnasia, estimulación sensorial, psicomotricidad, terapia cognitiva y taller de diario.

HOY COMEMOS Modesta Márquez

Pestiños

INGREDIENTES

250 g de harina, 50 ml de aceite de oliva, 50 ml de vino blanco, 1 cucharadita de anís, azúcar, canela al gusto y una pizca de sal.

PREPARACIÓN

Mezcla la harina con la sal en un bol. Calienta el aceite y agrégalo junto con el vino y el anís, y amasa hasta obtener una masa suave. Divide en porciones, estira en triángulos y fríe en abundante aceite caliente hasta que estén dorados. Finalmente, escurre los pestiños y rebózalos en azúcar y canela. ¡Listos para disfrutar!



ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Visita sorpresa navideña.
Bingo especial de Navidad.
Sorteo lote de Navidad.

Enero

Día Mundial de la Energía Limpia.
Terapia asistida con perros.
Celebración de cumpleaños de mes.

Febrero

Celebración de Carnaval.
Terapia asistida con perros.
Celebración de cumpleaños de mes.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles de 10:00 a 18:00 h.

Podología

Jueves de 10:00 a 14:00 h. (Cada 15 días).

Misa

Viernes a las 12:00 h. Planta-2.

CUMPLEAÑOS



Diciembre

03/12 Juana Sospedra
09/12 Conchita Romero
10/12 Pedro Medina
10/12 María Balaer
12/12 Juliana González
12/12 Leonor Magrià
23/12 Ángeles Molinero
24/12 Carmen Tornay
26/12 Jordi Solà
28/12 Rosario Plaza

Enero

01/01 Juan Flinch
03/01 Mercè Reyes
04/01 José Mª Alloza
08/01 Núria Puertolas
13/01 María Gómez
16/01 Benito Luis Moreno
19/01 Benedicta Fernández
20/01 Soledad Lostal
21/01 Josefa Soler
27/01 Clara Centelles
27/01 Encarnación González
28/01 Nuria Palomo
31/01 María Sánchez

Febrero

02/02 Purificación Oca
03/02 Ángel Panizo
03/02 Amelia Pou
04/02 Juan Antonio Pérez
04/02 María Socias
05/02 Enrique Iserte
05/02 Elena Blanco
09/02 Francisco López
10/02 Montserrat Ferrer
10/02 Núria Olivé
10/02 Carmen Vázquez
12/02 Pilar Pérez
14/02 Adelina Luque
22/02 Felisa Baselga
24/02 Nina Negosheva
25/02 Delfina López
27/02 Enriqueta Ferrer
27/02 Pau Mora

SECRETOS DE MI TIERRA

Vista de la Mezquita-Catedral y el puente romano.

Córdoba, una fiesta para los sentidos

Hoy, en “Secretos de mi tierra”, viajamos a Córdoba, la ciudad natal de nuestra querida residente Sacramento Castillo. Esta joya andaluza, rica en historia y cultura, es un tesoro en el corazón de España. La Mezquita-Catedral, símbolo de Córdoba, deslumbra con su arquitectura única y sus arcos de herradura que mezclan las tradiciones islámicas y cristianas. Pasear por su barrio judío entre calles estrechas y patios floridos es como

adentrarse en otro tiempo. Córdoba es una fiesta para los sentidos: sus tabernas ofrecen delicias como el salmorejo, un refrescante puré de tomate o crujientes flamenquines, auténticos sabores a Andalucía. A pesar de que es una ciudad que siempre resulta encantadora, cada mayo, la ciudad se llena de color con el Festival de los Patios ya que los vecinos abren sus corrales decorados y floridos para que todos puedan disfrutarlo.

AYER Y HOY**Antes****Después**

Josefa Alberola nació el 12 de marzo de 1940 en Xeresa, un pueblo de Valencia. Más tarde, se trasladó a Barcelona, al barrio de Horta, donde comenzó a trabajar como interna en una casa. Fue en ese entorno donde conoció a su esposo, Miguel, con quien se casó justo antes de cumplir 22 años. Juntos formaron una hermosa familia, siendo padres de cuatro hijos y abuelos de cuatro nietos. A lo largo de su vida, Josefa se dedicó a ser ama de casa, pero también trabajó para otra familia. En la actualidad, disfruta de su estancia en Amavir Horta paseando por el jardín y jugando al parchís.

CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Navarro Estévez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nos preparamos para recibir con entusiasmo la Navidad y el Año Nuevo 2025, unas fechas que, sin duda, nos invitan a compartir y disfrutar en comunidad. Todo nuestro equipo está dedicando sus esfuerzos para que estas celebraciones sean entrañables. En otro orden de cosas: en las últimas semanas, celebramos juntos la Fiesta de la Castañada, en la que un animado mercadillo reunió a residentes, familias y trabajadores en un ambiente cálido y festivo. Este otoño también marca el inicio de una colaboración especial con Volies, una empresa social centrada en el acompañamiento a personas mayores. En una de sus iniciativas, siete residentes de nuestro centro y de Amavir Diagonal participaron en el podcast Batallitas, grabado en las oficinas de Allianz, donde compartieron sus recuerdos navideños de infancia. Fue una experiencia emotiva y enriquecedora, que esperamos repetir en el futuro. Recientemente, organizamos una jornada de Masterchef junto a voluntarios de la Fundación FDI y acudimos a las sesiones de Amavir en Familia, un lugar de encuentro y aprendizaje que refuerza el sentido de comunidad. En cuanto a mejoras, hemos realizado inversiones importantes en las áreas de cocina y lavandería, y hemos incorporado un televisor nuevo para enriquecer las actividades de entretenimiento y estimulación para los residentes. A todos nuestros residentes, usuarios del centro de día, familiares y colaboradores, les deseamos unas felices fiestas y mucha salud para el 2025. Gracias por formar parte de esta gran familia que construimos cada día juntos.

COSAS DE CASA

Avanza el programa Amavir en Familias

Este ciclo de ponencias fortalece la comunicación entre residentes y familiares.

El programa Amavir en Familias sigue avanzando con actividades centradas en el bienestar de nuestros residentes. Recientemente, nuestros fisioterapeutas ofrecieron ponencias sobre el uso de sujeciones, enfocándose en prácticas seguras y alternativas que promueven la autonomía de nuestros mayores. Este tipo de formación es esencial para que las familias comprendan las mejores maneras de apoyar a sus seres queridos en su día a día. Además, se llevó a cabo una charla informativa sobre el rol del educador social en la residencia, donde se detallaron sus funciones y su impacto en la calidad de vida de los residentes. Estas iniciativas permiten a las familias conocer mejor el entorno y los recursos disponibles para sus seres queridos, facilitando así un



Una charla informativa en un auditorio.

cuidado más integral y personalizado. En el futuro, tenemos programadas charlas con el equipo médico, la coordinación de gerocultores y la dirección del centro, que aportarán información valiosa y reforzarán el vínculo entre la residencia y las familias. Estos encuentros son una oportunidad para fomentar una mayor colaboración y comprensión entre todos los implicados en el cuidado de nuestros mayores.

QUIÉN ES QUIÉN

Mirna Vázquez, auxiliar del Centro de Día

Presentamos a la nueva auxiliar del Centro de Día.

Edad: 34 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: El personal del centro.

Virtud: La paciencia.

Defecto: Extremadamente sensible.

Aficiones: El patinaje y el senderismo.

Libro: Orgullo y prejuicio.

Película: El perfume.

Grupo de música: Luis Miguel.

Comida favorita: Las popusas.

**RECUERDOS**

Adivina adivinanza

1. Tu buena amiga te respalda, y aunque tiene patas no anda, ¿qué es?
2. Más alto que un pino, y pesa menos que un comino, ¿qué es?
3. Una boca muy grande, solo con un diente, y desde arriba llama a la gente, ¿qué es?
4. Lo compro negro, lo uso rojo y cuando lo tiro es gris, ¿qué es?
5. El que lo fabrica no lo quiere, el que lo compra no lo usa, y el que lo usa no lo ve, ¿qué es?
6. Una cajita chiquita, blanca como la cal, todo el mundo la sabe abrir, pero nadie la sabe cerrar, ¿qué es?
7. El padre en el mar y el hijo a rezar, ¿Quiénes son?

Amavir participa en un proyecto de la Universidad Complutense de Madrid para acercar el conocimiento científico a las personas mayores

La iniciativa “Ciencia en Residencia” consiste en un conjunto de actividades y experimentos en residencias de mayores para suscitar el interés y el aprendizaje científico de los residentes.

Varias residencias de Amavir están participando en el programa “Ciencia en residencia” puesto en marcha por la Unidad de Cultura Científica e Innovación de la Universidad Complutense de Madrid, con el que pretende acercar el conocimiento científico a las personas que viven en centros de mayores. La iniciativa se está llevando a cabo durante todo el 2024 en diferentes centros residenciales de Madrid. De esta manera, los profesores universitarios interesados en participar voluntariamente en esta actividad están acercando la ilusión y el asombro por la ciencia a la tercera edad, proponiendo actividades y experimentos científicos atractivos y adaptados a sus necesidades particulares, y promoviendo, en definitiva, la divulgación científica entre toda la ciudadanía, así como la transferencia de conocimiento.



Amavir estrena un nuevo portal de empleo

Desde la web de Amavir se podrá acceder a esta aplicación con nuestras ofertas de empleo.



Amavir ha lanzado hace unas semanas un nuevo portal de empleo, al que se accede desde la página web de la compañía y también a través del enlace empleo.amavir.es. Esta aplicación supone un salto cualitativo con respecto a la que se venía utilizando hasta ahora, porque permite dar una información más detallada de las ofertas de empleo que pone a disposición la compañía en todas sus residencias, además de habilitar nuevas posibilidades para la recepción y tratamiento de currículos de las personas interesadas en trabajar con nosotros.

Amavir, contra la violencia de género

Como todos los 25 de noviembre, las residencias Amavir han querido conmemorar la celebración del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer con numerosas actividades, con las que seguir llamando la atención de la sociedad para luchar contra esta lacra.

Jornada de la Sociedad Madrileña de Geriatría

Amavir ha estado presente en el XXV Congreso de la Sociedad Madrileña de Geriatría y Gerontología (SMGG), celebrado el 21 de noviembre en el Hospital Universitario Infanta Sofía. Además del stand que la compañía habilitó para esta ocasión, varios profesionales de Amavir participaron en las sesiones.

Amavir Sant Cugat, en la Bienal Manifesta 15

Nuestros compañeros de Amavir Sant Cugat (Barcelona) han participado, a través del proyecto “¿Y tú qué cuidas?”, en Manifesta 15, la bienal nómada europea que este año se ha celebrado en Barcelona hasta el 24 de noviembre. El principal objetivo de esta iniciativa es dar visibilidad a las personas mayores con Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas.



La exalcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, visita el huerto de Conrado en Amavir Getafe



La exalcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, visitó hace unas semanas nuestra residencia Amavir Getafe para conocer de primera mano el huerto de Conrado, un residente que se encarga del mantenimiento de este espacio, y que ha sido merecedor ya de distintos premios y reconocimientos. La visita vino propiciada por el programa de televisión "Aquí la Tierra", que se emite todos los días en la primera cadena de Televisión Española (TVE). Este espacio da especial protagonismo a iniciativas que propician el cuidado del medio ambiente y el contacto con la vida rural y la naturaleza. Podéis consultar el vídeo de la visita en nuestra página web (www.amavir.es).

Residencias de Amavir se unen al proyecto intergeneracional de botánica terapéutica de Kantos Naconi



Las residencias para personas mayores de Amavir en Ciudad Lineal, Usera, Puente de Vallecas y La Gavia se han unido al proyecto intergeneracional de Kantos Naconi, un programa que busca promover el bienestar emocional y el desarrollo personal a través de la botánica y el cuidado de las plantas como eje vertebrador. La iniciativa, titulada «¡Sorpréndelos con flores y una buena historia!», une a niños en edad escolar y a personas mayores, incluyendo aquellos con Alzheimer, en una serie de talleres mensuales donde ambos grupos exploran el mundo vegetal en un ambiente enriquecedor y compartido para afianzar su desarrollo personal, su propio bienestar e incentivar la comunicación entre ambas generaciones.

Una usuaria de Amavir Alcorcón cumple su sueño de visitar el Bernabéu

La fundación "Adopta un abuelo" se dedica a cumplir sueños de personas mayores. En esta ocasión, y con la colaboración de BMW, pudo cumplir el de Antonia Llanos, usuaria de 99 años de Amavir Alcorcón, que era volver a ver un partido del Real Madrid en el Santiago Bernabéu, como hacía de joven con sus hijos, y dedicárselo especialmente a uno de ellos, fallecido hace unos años.



Ya han abierto sus puertas Amavir Jaén y Amavir Reus

Amavir tiene dos nuevas residencias operativas, Amavir Jaén (que abrió sus puertas el pasado 21 de octubre) y Amavir Reus (que hizo lo propio el 18 de noviembre). Ambos centros ya acogen a sus primeros usuarios. En las próximas semanas se producirán las aperturas de Amavir Santa Cruz de Tenerife y Amavir Vicálvaro, en Madrid.

Exposición de arte de una residente de Amavir Villanueva de la Cañada

Ángela Prieto, de 99 años, ha visto cumplido su sueño de organizar una exposición con sus cuadros en la propia residencia, abierta a todo el público. Las cámaras del programa "Madrid Directo" de Tele Madrid se acercaron hasta el centro para hablar con ella y difundir esta magnífica exposición.



Encuestas de satisfacción

Estas semanas hemos realizado las encuestas anuales de satisfacción, tanto a la plantilla Amavir como a los residentes, usuarios de centro de día y familiares. Estas encuestas son muy importantes, porque nos permiten identificar áreas de mejora y, con ello, desarrollar medidas y planes para seguir potenciando la calidad de nuestros centros desde el punto de vista asistencial pero también como lugar de trabajo.