

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Amavir entrega sus primeros premios anuales para reconocer el trabajo de las residencias de la compañía

El acto de concesión de estos galardones tuvo lugar a mediados de diciembre en Madrid.

Amavir ha entregado los galardones de la primera edición de los Premios Amavir, instaurados en 2024 para reconocer el trabajo que llevan a cabo las residencias de la compañía en distintas áreas, encaminadas todas ellas a buscar la excelencia en la gestión de los centros. En total, había seis categorías, en cada una de las cuales se entregó un primer premio y dos accésits, que fueron para los siguientes centros:

- **Premio Mejor Innovación Asistencial:** Amavir Torrejón (Madrid), segundo premio Amavir Patones (Madrid) y tercer premio Amavir El Encinar del Rey (Valladolid).
- **Premio Medio Ambiente:** Amavir Patones (Madrid), segundo premio Amavir Haría (Lanzarote) y tercer premio Amavir Diagonal (Barcelona).
- **Premio Mejor Gestión del Personal:** Residencia El Balconcillo (Guadalajara), segundo premio Amavir Pozuelo (Madrid) y tercer premio Amavir Alcorcón (Madrid).



- **Premio Mejor Eficiencia Financiera:** Amavir Sant Cugat (Barcelona), segundo premio Amavir Usera (Madrid) y tercer premio Amavir Colmenar (Madrid).
- **Premio a la Mejor Comunicación:** Amavir Tejina (Tenerife), segundo premio Amavir Colmenar (Madrid) y tercer premio Amavir Coslada (Madrid).
- **Premio Residencia Mejor Valorada:** Residencia El Balconcillo (Guadalajara), segundo premio Amavir Tías y Amavir Haría (Lanzarote) y tercer premio Amavir Patones (Madrid).



Abren sus puertas las residencias Amavir Reus, en Tarragona, y Amavir Vicálvaro, en Madrid

La compañía continúa con su plan de expansión para ampliar su presencia por todo el territorio nacional. La residencia Amavir Reus (Tarragona), próxima al Hospital Universitari Sant Joan de Reus, abrió sus puertas el pasado 18 de noviembre y cuenta con 142 plazas. Por su parte, Amavir Vicálvaro, ubicada en el distrito del mismo nombre de la ciudad de Madrid, abrió sus puertas el pasado 25 de febrero y dispone de 132 plazas.

Amavir recibe el Premio La Razón de la Comunidad de Madrid a la empresa líder en atención a personas mayores y dependientes

La directora general, Lourdes Rivera, dedicó el galardón a todos los trabajadores y trabajadoras de la compañía y a las miles de familias que han confiado en Amavir a lo largo del tiempo.

Amavir ha sido galardonada en la categoría de empresa líder en atención a personas mayores y dependientes de los Premios La Razón de la Comunidad de Madrid. Como destacó el periódico, «a lo largo de casi tres décadas, Amavir ha tejido una historia de compromiso con el bienestar de las personas mayores. Con 45 residencias y 40 centros de día repartidos en ocho comunidades autónomas, esta empresa se ha consolidado como uno de los referentes en el sector de la atención a la tercera edad». Recogió el premio la directora general de la compañía, Lourdes Rivera. «Muchas gracias a La Razón -dijo en su discurso- por habernos concedido este premio, que es un reconocimiento a todos los trabajadores y trabajadoras de la empresa y al esfuerzo que ponemos día a día en dar la



mejor atención a las personas mayores que viven en nuestras residencias y a sus familias, que confían en nosotros para cuidar a los que más quieren. Gracias por esa confianza y sigamos reivindicando el gran trabajo que hacen las residencias en este país». La consejera de Asuntos Sociales de Madrid,

Ana Dávila, quiso también felicitar a Amavir. «La Comunidad de Madrid -escribió en sus redes sociales tras la gala- cuenta con los mejores aliados para alcanzar la excelencia en el cuidado y asistencia a personas mayores. Enhorabuena a Amavir y a su directora general Lourdes Rivera por este premio».



Otros premios y reconocimientos a Amavir

Amavir consigue cinco de los diez premios convocados por el Grupo Maisons de Famille entre las compañías que forman parte del mismo. Los galardones han sido en las categorías de comunicación, desarrollo del talento, transformación, fomento del espíritu de equipo y cooperación con otros países.

Amavir Humanes y Amavir Alcorcón ganan el primer y tercer premio en el concurso de belenes de la Comunidad de Madrid. Además, Amavir Usera y Amavir Getafe se llevaron también una mención especial en la categoría de tarjetas navideñas.

Marta Gómez, responsable de Enfermería de Amavir, recoge en representación de todos los trabajadores y trabajadoras del sector el **Premio Senda** al profesional del año.

Nuestra compañera Resurrección Iriarte, animadora de Amavir Mutilva (Navarra), **premiada por la Fundación Profesionales Solidarios.**

Nuestra compañera Gema Porras, terapeuta de Amavir Arganzuela (Madrid), premiada en el **concurso de fotografía del Colegio Oficial de Terapeutas Ocupacionales de Madrid.**



Centro con plazas
concertadas con



Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Una Navidad mágica en Amavir Cenicientos

Hemos disfrutado de una programación especial con actividades muy diversas.

En Amavir Cenicientos, la Navidad ha estado cargada de alegría, emoción y momentos entrañables gracias a una programación muy especial. Una de las actividades más esperadas fue la terapia con animales edición “Especial Navidad”. Nuestros amigos de cuatro patas, equipados con atuendos navideños, nos visitaron, trayendo con ellos toda la ternura y el cariño de siempre. Otra de las actividades destacadas fue el mercadillo artesanal, un evento organizado con un trasfondo solidario. Para ello, las residentes crearon auténticas maravillas como adornos navideños, pinturas y manualidades muy originales. Para culminar estas celebraciones, disfrutamos de una deliciosa comida navideña fuera del centro, que nos permitió compartir una jornada de convivencia especial. Además, no faltaron las



Puri, acompañada de nuestros amigos de cuatro patas.

actuaciones musicales con los tradicionales villancicos y las esperadas visitas de Papá Noel y los Reyes Magos, quienes hicieron sonreír a grandes y pequeños. Queremos agradecer de corazón a todos los que han hecho posible que esta Navidad haya sido tan memorable: al personal, a las familias y, por supuesto, a los residentes, que son el alma de nuestro hogar. ¡Gracias por hacer de estas fiestas algo tan especial!

Disfrutamos de una salida a San Martín de Valdeiglesias

Residentes de Amavir Cenicientos disfrutan de una jornada festiva en un restaurante cercano.

El pasado mes de diciembre, nuestros residentes disfrutaron de una salida especial como parte del programa navideño de este año. En esta ocasión, viajaron a San Martín de Valdeiglesias, una localidad cercana, para celebrar la Navidad en un restaurante local, donde pudieron disfrutar de un delicioso menú. Los residentes aprovecharon el tiempo hasta la comida para realizar compras personales en un centro comercial cercano. Otros optaron por disfrutar de un pequeño pincho en un bar local, lo que permitió a todos disfrutar de un rato de socialización antes de la comida. La comida fue un verdadero festín, y estuvo acompañada de charlas amenas



Los residentes disfrutan de un delicioso menú.

y risas. La sobremesa se alargó hasta por la tarde, momento en el que regresamos al centro.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Programa de movilizaciones pasivas, psicomotricidad, reeducación de marcha y equilibrio, rehabilitación de patología aguda y rehabilitación funcional.

Terapia ocupacional

Programa de entrenamiento en actividades básicas de la vida diaria (ABVDs), rehabilitación funcional, estimulación multisensorial y estimulación cognitiva.

Psicología

Programa de estimulación cognitiva, estimulación multisensorial, atención individualizada en trastornos psicoafectivos, intervención en alteraciones de conducta, intervención en duelo, reminiscencia-atrapa mis recuerdos.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

05/03 Entierro de la Sardina.
10/03 Día Internacional de la Mujer.
21/03 Salida al mercadillo del municipio.
28/03 Celebración de cumpleaños de mes.

Abril

09/04 Salida a la Ermita del municipio.
25/04 Salida al mercadillo del municipio.
30/04 Celebración de cumpleaños del mes.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes de 09:30 a 13:00 h. Martes de 09:30 a 13:00 y miércoles de 11:30 a 13:00 h. Previa petición de cita.

Podología

Mensualmente por derivación del equipo de enfermería.



CUMPLEAÑOS



Marzo

01/03 Francisco Antonio Díaz
03/03 María Carvajal
05/03 Cristina Bonilla
08/03 Clara García
15/03 Eli Sierra
22/03 Petra Lago
23/03 Enrique de Pablo

Abril

04/04 Emilio Rodríguez
07/04 Esperanza Díaz
07/04 Carmelo Muñoz
21/04 José Lago
21/04 Mariano Jiménez
21/04 Honorio López
23/04 Jesús Urrutia
26/04 Adelaida Montero
29/04 Aurora Rincón
30/04 Francisca García

HOY COMEMOS Pilar Fernández

Orejas de Navidad

INGREDIENTES

250 g de harina de trigo, 50 g mantequilla, 25 ml de licor de anís, 100 ml de agua tibia, 1 huevo, ralladura de medio limón y azúcar glas.

PREPARACIÓN

Mezcla la mantequilla derretida con el anís y el agua. Agrega el huevo y la ralladura de limón, luego incorpora la harina y amasa hasta obtener una masa suave. Deja reposar una hora, estira fina la masa y córtala en rectángulos. Fríe en aceite caliente hasta dorar, escurre sobre papel absorbente y espolvorea con azúcar glas.



SECRETOS DE MI TIERRA

Vuelta a Bruselas: un sueño pendiente

Somos Paca y Paco, de 84 y 88 años. Nacimos en Castillo de Tajarja y Cacín, municipios de la provincia de Granada. Tras casarnos, emprendimos juntos una nueva vida en Bruselas, donde vivimos diez años y nacieron nuestros hijos, Francisco Javier y Doris. Nos fuimos para encontrar un futuro mejor, pero siempre con la certeza de que regresaríamos. Los primeros tiempos fueron duros: no conocíamos el idioma y nos sentimos solos, pero poco a poco encontramos nuestro lugar. Paco trabajaba en una empresa de perfiles de plástico y yo en una empresa de costura. Nuestra fe nos llevó a una parroquia donde hicimos grandes amigos y fuimos acogidos con cariño. Con esfuerzo, logramos vivir humilde y dignamente, y pudimos ahorrar



El Atomium, en la ciudad de Bruselas, Bélgica.

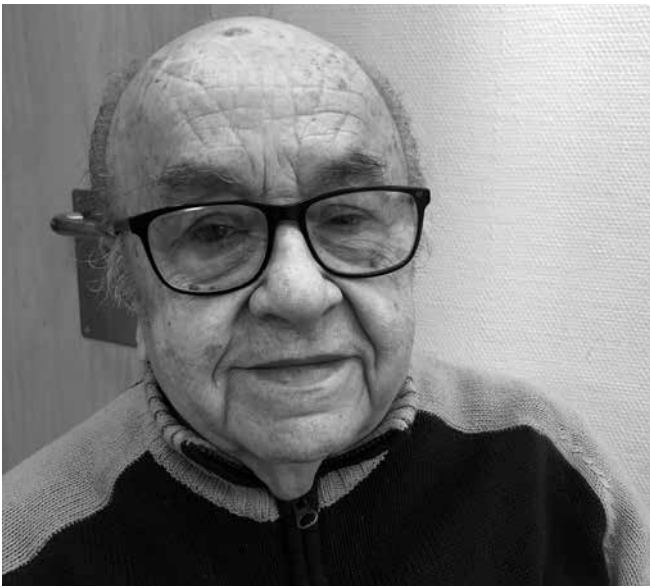
para nuestro regreso. Bruselas nos dejó recuerdos inolvidables: nos encantaba pasear por los alrededores del Atomium, recorrer sus pasadizos y disfrutar de sus parques. No hemos vuelto desde entonces, pero nos gustaría regresar algún día. Es un sueño pendiente.

AYER Y HOY



Antes

Me llamo Antonio Gil Mulero y llevo casi cuatro años en Amavir Cenicientos. A lo largo de mi vida he vivido muchas experiencias, pero hay recuerdos que siempre guardo con especial cariño. En la primera foto que comparto, debía tener unos veintitantos años: esa fotografía se sacó una tarde entrañable en casa de la hija de mi jefe, rodeado de amigos, charlando y disfrutando de un buen rato. Por aquel entonces, acababa de dejar el fútbol profesional en Segunda División por problemas de salud. Después de aquello empecé a trabajar en una farmacia en la calle General Ricardos. Tengo un buen recuerdo del que entonces fue mi jefe.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Herresánchez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Quiero dirigirme a todos ustedes con ilusión y el firme propósito de seguir construyendo, juntos, un hogar donde cada día se viva con alegría y bienestar. En Amavir Cenicientos trabajamos para fortalecer los lazos que nos unen y garantizar la mejor atención y calidad de vida a nuestros residentes. Creemos en la importancia de mantenernos activos, compartir momentos enriquecedores y disfrutar de cada experiencia con entusiasmo. Por ello, hemos diseñado un amplio programa de actividades que incluyen talleres de memoria, gimnasia suave, salidas culturales y multitud de celebraciones especiales. Nuestro objetivo es que cada residente se sienta protagonista de su propia historia, en un entorno donde la calidez, el respeto y el cariño sean la esencia del día a día. Nuestro equipo de profesionales, altamente cualificado y comprometido, sigue trabajando con dedicación para ofrecer una atención cercana y personalizada, adaptada a las necesidades de cada persona. Con este compromiso constante de mejora, seguimos avanzando para que Amavir Cenicientos sea un lugar acogedor, estimulante y lleno de vida. Gracias por formar parte de esta gran familia. Reciban un afectuoso abrazo.

COSAS DE CASA

Cómo prevenir infecciones respiratorias

Algunos pequeños hábitos que ayudan a prevenir infecciones y mejorar la salud respiratoria.

En nuestro centro, la salud siempre es una prioridad. Para mantener nuestro sistema respiratorio en óptimas condiciones y prevenir infecciones, es fundamental seguir una serie de cuidados diarios. La prevención es clave, y pequeños hábitos pueden marcar la diferencia en nuestro bienestar. Aquí damos alguno de ellos:

- Lavarse las manos con agua y jabón al volver de la calle, antes de comer y después de ir al baño.
- Ventilar bien los espacios que habitamos para renovar el aire.
- Usar mascarilla en centros sanitarios, ante la presencia de irritantes ambientales o si presentamos síntomas de resfriado.
- Estornudar y toser cubriéndose con el codo o con un pañuelo desechable.
- No automedicarse, especialmente impidiendo el uso de antibióticos sin prescripción.
- Vacunarse en las campañas contra la gripe, el neumococo y la covid-19.
- Mantenerse bien hidratado, ya que el agua ayuda a fluidificar las secreciones.



El lavado de manos es fundamental para prevenir enfermedades.

- Descansar lo suficiente para fortalecer el sistema inmunológico.
- Protegerse de cambios bruscos de temperatura y abrigarse adecuadamente.
- Llevar una alimentación equilibrada, incluyendo cítricos que refuercen las defensas.
- Practicar ejercicio con regularidad para mejorar la salud cardiopulmonar.

QUIÉN ES QUIÉN

Jennifer Sierra, enfermera

“Soy muy perfeccionista en mi trabajo”.

- Edad:** Es un misterio para toda la plantilla.
En Amavir desde: 2023.
Lo mejor de Amavir: El equipo de trabajo y su amor por los abuelos.
Virtud: Empatía.
Defecto: Muy perfeccionista.
Aficiones: Me gusta viajar.
Libro: A orillas del río de Piedra me senté y lloré, de Paulo Coelho.
Película: Novia fugitiva.
Grupo de música: Ha Ash y Jesse & Joy.
Comida favorita: La paella, la pizza... me gusta todo.



RECUERDOS

Algunas rimas carnavalescas

Disfrazados y riendo,
desfilamos sin estruendo,
con el ritmo desbordando,
¡el carnaval celebrando!

Serpentinas y colores,
confeti, risas, tambores,
la fiesta ya se avecina,
¡y la alegría nos anima!

Máscaras y antifaces,
comparsas y mil disfraces,
en este jolgorio audaz,
¡que la música no cese jamás!

¿Disfraz para disfrazarse?
¿Para disfrazarse, disfrazarse?
¿Quién se atreve a cambiar?
Si me lo pongo, puedo soñar:
ser payaso, superhéroe...
¡y lo que quiera imaginar!

Residentes y familiares puntúan las residencias Amavir con un 8,42 y un 7,60, respectivamente

En las encuestas de satisfacción de 2024 han participado un total de 2.578 familiares y 2.278 usuarios, tanto de residencia como de centro de día.

Durante el último trimestre del año pasado, se llevaron a cabo las encuestas anuales de satisfacción entre usuarios y familiares. En las correspondientes a las residencias, participaron 2.387 familiares y 1.863 residentes. Estos últimos han puntuado con una nota de un 8,42 sobre 10 los servicios que reciben, habiendo aumentando la nota con respecto al año anterior (que fue de un 8,08). En cuanto a las familias, se ha pasado de un 7,35 en 2023 a un 7,60 en 2024. Los servicios mejor valorados por los residentes han sido psicología, recepción, fisioterapia, trabajo social, animación y personal gerocultor. Por su parte, las familias otorgan las mayores notas a recepción, trabajo social, enfermería y personal gerocultor. Las principales áreas de mejora son alimentación y lavandería, aunque han mejorado las notas con respecto al año pasado (alimentación pasa de un 6,78 a un 6,97 en residentes y de un 6,57 a un 6,72 en familias). En cuanto al centro de día, en cuyas encuestas han participado 415 usuarios y 191 familiares, los usuarios han otorgado una puntuación de 9,01 y los familiares de 8,81.

	Residentes	Familiares
Dirección	8,51	7,76
Medicina	8,44	7,77
Enfermería	8,57	7,96
Personal gerocultor	8,60	7,91
Fisioterapia	8,87	7,74
Coordinación	8,30	7,64
Recepción	8,92	8,75
Trabajo Social	8,73	8,04
Terapia ocupacional	8,58	7,57
Psicología	8,94	7,68
Podología	7,87	7,52
Entorno	8,62	7,99
Confort	8,73	8,00
Respeto, atención y cuidados del personal	8,65	7,87
Actividades terapéuticas	8,65	7,43
Peluquería	8,31	7,80
Lavandería	7,80	6,85
Limpieza	8,68	7,95
Alimentación	6,97	6,72
Animación	8,61	7,49
Información sobre la salud de los usuarios	8,21	7,46

Celebramos el III Día del Voluntariado Amavir



Coincidiendo con la proximidad de las navidades, Amavir organizó la tercera edición de su Día del Voluntariado. El objetivo de esta iniciativa es que la plantilla de las oficinas centrales, tanto de Madrid como de Pamplona, se acerque al día a día del trabajo de las residencias y participe del cuidado que prestamos a las personas mayores que viven con nosotros, que es nuestra razón de ser. Los trabajadores y trabajadoras de las oficinas centrales, repartidos en grupos de unas cinco personas, se trasladaron a varias residencias de la compañía para participar en diversas actividades navideñas con las personas mayores.



Amavir colabora un año más (y ya van diez) con la Alianza Mundial para la Vacunación Infantil (GAVI) que, desde sus orígenes, ha ayudado a vacunar a más de 10 millones de niños en 10 países, luchando así contra la mortalidad infantil.



La Consejera de Asuntos Sociales de Madrid ha visitado nuestra residencia Amavir Villaverde para conocer los sistemas de estimulación sensorial implantados por la compañía. Además, compartió un desayuno con las personas mayores y profesionales del centro que elaboraron el belén de la residencia.



Jesús Vidal y Mar Romera, protagonistas de las jornadas de Amavir de este año en Madrid y Barcelona

Estos eventos, dirigidos a profesionales sociosanitarios y con acceso gratuito, se celebran el 12 de marzo en Barcelona y el 12 de junio en Madrid.



Desde nuestra creación, en Amavir hemos apostado por la celebración de jornadas formativas dirigidas a profesionales sociosanitarios. Hasta el momento hemos contado con ponentes de primer nivel como Luis Rojas Marcos, Elsa Punset, Mario Alonso Puig, Víctor Küppers, Emilio Duró y Javier Urra, entre otros. Y este año los protagonistas serán Jesús Vidal y Mar Romera, que estarán el 12 de marzo en la jornada de Barcelona y el 12 de junio en la de Madrid. El

actor Jesús Vidal conquistó al público tras ganar el Goya a Mejor Actor Revelación por la película Campeones, convirtiéndose en símbolo de visibilidad e inclusión. Pese a tener una discapacidad visual del 90 % y una ceguera total en un ojo, nunca buscó paternalismos. Licenciado en Filología Hispánica y con un máster en periodismo, trabajó en la sección de deportes de la agencia EFE. En 2014 dejó el periodismo para dedicarse de lleno a la interpretación, formándose en prestigiosas escuelas y en el Centro Dramático Nacional. Por otro lado, Mar Romera es una destacada experta en educación e inteligencia emocional, con más de 30 años de experiencia docente en todas las etapas del sistema educativo español. Licenciada en Pedagogía y Psicopedagogía, cuenta con másteres en Inteligencias Múltiples e Innovación Educativa. Es directora de máster en Florida Universitaria y creadora del modelo pedagógico «Educar con tres Ces: capacidades, competencias y corazón», una referencia clave en la educación emocional y el desarrollo integral de los estudiantes.



La jefe médica de Amavir, Sara González, ha participado como ponente en la jornada “Salud mental y supercentenarios”, en la que se abordaron los desafíos emocionales y psicológicos de las personas mayores para identificar las claves para una longevidad saludable.



La residencia Amavir La Gavia (Madrid) organizó un filandón literario en el que participaron la escritora y periodista Nieves González, residente del centro, junto a la filóloga y editora Inmaculada Carretero, la novelista Maite Cabrerizo y la ilustradora Mariví Arriola.

La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, nueva presidenta de la Asociación de Empresas de Servicios para la Dependencia (AESTE)

Esta patronal representa a 18 compañías, con más de 62.500 profesionales, 500 residencias y 300 centros de día, además de servicios de atención a domicilio y teleasistencia.



La Asociación de Empresas de Servicios para la Dependencia (AESTE) renueva su presidencia. Lourdes Rivera, directora general de Amavir, releva en el cargo a la hasta ahora presidenta Natalia Roldán, de Eulen, quien ha estado al frente de la patronal desde 2021. Lourdes Rivera es licenciada en Derecho por la Universidad Complutense de Madrid y cuenta con más de 25 años de experiencia en el sector. Inició su trayectoria en enero de 1998 como directora de Desarrollo en Geroplan. En diciembre de 2001 pasó a ocupar el puesto de directora general de Adavir y, desde noviembre de 2016, viene desempeñando el puesto actual en el grupo Amavir. La nueva presidenta asume el cargo en AESTE “con responsabilidad” y con la mirada puesta en tres retos fundamentales para el sector de los cuidados: el déficit de profesionales; la imprescindible coordinación con las administraciones públicas para caminar hacia un pacto de Estado de los Cuidados, y la necesaria y urgente toma de decisiones para afrontar en toda Europa el envejecimiento de la población y la creciente demanda de servicios.