

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

Celebramos el Año Nuevo con las preuvas vallecanas

Disfrutamos de un evento lleno de alegría y acompañados de residentes, familiares, trabajadores y algunos niños del campamento de verano.

El Año Nuevo es una festividad celebrada en todo el mundo para marcar el comienzo de un nuevo ciclo, simbolizando el final de uno anterior y la expectativa de cosas mejores por venir. Es un momento para cerrar capítulos, dejar atrás lo negativo y comenzar con esperanza renovada. El pasado 31 de diciembre, en Amavir Puente de Vallecas, nos reunimos todos para celebrar nuestras tradicionales preuvas vallecanas. Esta actividad reunió a trabajadores, familiares, residentes y, en esta ocasión, a los niños que nos acompañaron durante el campamento de verano. Juntos, comimos las doce uvas y compartimos los últimos minutos del viejo año, recibiendo el 2025 en compañía de esta gran familia que somos. Durante la celebración, también recordamos con cariño a todos aquellos que en algún momento han formado parte de nuestro día a día. La fiesta fue amenizada por Miguel, un artista del barrio, quien nos deleitó con su bonita voz y actuó como maestro de



Dos personas dan la bienvenida a un nuevo año.

ceremonias, haciéndonos bailar y cantar, y asegurando que todos pasáramos un gran momento. La alegría y el espíritu de comunidad fueron palpables, creando recuerdos inolvidables para todos los presentes.

Éxito en el mercadillo navideño

Recaudamos fondos para distintas causas solidarias con artesanía hecha a mano.

Como cada Navidad, en Amavir Puente de Vallecas hemos organizado nuestro tradicional mercadillo solidario, un evento muy esperado por todos. Este año, nuestros residentes y personal laboral han puesto todo su cariño y dedicación en la creación de una variedad de artículos artesanales, desde llaveros, gorros, bufandas y patucos, hasta imanes para la nevera. Cada pieza ha sido elaborada con esmero, logrando un nivel de calidad que podría competir con las mejores tiendas de Madrid. Con este proyecto, además de mostrar todo el talento y creatividad que existe en nuestro centro, hemos colaborado en la recaudación de fondos de distintos proyectos solidarios que buscan mejorar la vida de los demás. La respuesta fue abrumadora y estamos muy agradecidas por el apoyo recibido. Esperamos seguir contando con este espíritu solidario en futuras ediciones.



El puesto de Navidad.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Lunes**

10:30 h. Musicoterapia y gimnasio. 11:15 h. Ergoterapia, psicomotricidad y estimulación cognitiva. 15:30 h. estimulación sensorial. 17:00 h. Cine.

Martes

10:30 h. Taller de actualidad, gimnasio y terapia ocupacional. 12:30 h. Terapia ocupacional. 15:30 h. Estimulación sensorial. 17:00 h. Manualidades.

Miércoles

10:30 h. Charla y coloquio, bingo (CD), terapia ocupacional y gimnasio. 12:30 h. Musicoterapia, taller de actualidad y estimulación cognitiva. 17:00 h. Gerontogimnasia y musicoterapia.

Jueves

10:30 h Musicoterapia, terapia ocupacional, gimnasio, charla y coloquios. 12:30 h estimulación sensorial, taller de actualidad y adivinanzas. 17:00 h Gerontogimnasia y musicoterapia.

Viernes

10:30 h. Gimnasia, manualidades (CD), taller de relajación y gimnasia. 12:30 h. Terapia funcional. 15:30 h. Musicoterapia. 17:00 h. Bingo.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Marzo**

Celebración del Día del Padre.
Celebración del Día Internacional de la Mujer.
Aniversario Amavir Puente de Vallecas.
Celebración de cumpleaños del mes.
Excursiones.

Abril

Conmemoración del Día del Parkinson.
Celebración de la Feria de Abril.
Celebración del Día del Árbol.
Celebración de la Semana Santa.
Celebración de cumpleaños del mes.
Excursiones.

SERVICIOS**Peluquería**

Martes de 10:00 a 15:00 h.

Podología

Jueves de 10:00 a 15:00 h.

**HOY COMEMOS****Delicioso brownie de chocolate****INGREDIENTES**

200 g de chocolate negro, 150 g de mantequilla, 250 g de azúcar, 3 huevos, 100 g de harina, una pizca de sal.

PREPARACIÓN

Primero, derrite el chocolate y la mantequilla a fuego lento. En un bol, bate los huevos con el azúcar hasta que estén espumosos. Luego, agrega la mezcla de chocolate derretido y mezcla bien. Incorpora la harina y la sal, y mezcla hasta que estén integrados. Vierte la mezcla en un molde engrasado y hornea a 180º C durante 25-30 minutos. Finalmente, deja enfriar, corta en cuadrados y disfruta de estos irresistibles brownies.

**CUMPLEAÑOS****Marzo**

01/03 Concepción Camacho
03/03 Amelia García
04/03 Francisca Plaza
04/03 Carmen Ruiz
06/03 José Luis Lacorte
06/03 Luis López
10/03 Concepción Hidalgo
11/03 Mercedes Revuelta
11/03 Concepción Sacristán
14/03 Victoria Fonseca
14/03 Agapita Franco
14/03 Presentación Rico
15/03 Emérita M.ª Valdiviezo
15/03 Felisa Vara
16/03 Agapito Novillo
17/03 Juliana Revilla
19/03 Catalina Moreno
23/03 Julia Orbegosa
23/03 Ramón Asensio
26/03 Manuela Calderón
27/03 Ana López
27/03 Brígida Párralo
29/03 Manuela Trigueros

Abrial

01/04 Isabel Jiménez
02/04 María Nava
05/04 Inocencia Velayos
11/04 Dolores Gómez
12/04 Natividad Torremocha
13/04 Pascual Iglesias
15/04 Juliana Herrero
16/04 Josefa Fernández
17/04 Carmen López
18/04 Crescencia Sánchez
23/04 Clementina García
25/04 M.ª Luz Bejarano
26/04 Lázaro Benito
27/04 M.ª Teresa Hidalgo
29/04 Carmen Cubillo
30/04 Carmen del Valle

SECRETOS DE MI TIERRA

El Cerro del Tío Pío



Captura aérea del Parque del Cerro del Tío Pío.

En Puente de Vallecas, Madrid, se encuentra uno de los parques más queridos y emblemáticos: el Cerro del Tío Pío, también conocido cariñosamente como “el de las siete tetas”. Este parque ofrece unas vistas espectaculares de la ciudad, gracias a sus colinas de diferentes alturas y pendientes. Sus extensas praderas y largas alineaciones de árboles en los paseos lo convierten en un oasis verde en el sur de la ciudad.

El Cerro del Tío Pío es un lugar perfecto para realizar deporte, pasear en bicicleta o simplemente disfrutar de un momento de tranquilidad. En la zona más alta, hay un quiosco con terraza y mirador, ideal para reunirse con amigos y disfrutar de una bebida mientras se contempla el paisaje. Este rincón especial de Madrid es también un lugar romántico, perfecto para celebrar San Valentín o cualquier ocasión especial.

AYER Y HOY

Antes



Después

José Murillo, nacido en Badajoz, es un residente de 87 años que llena nuestros días con sus fascinantes historias. Con una vida dedicada al servicio de la Guardia Civil, a José le encanta rememorar sus años de servicio y compartir con sus compañeros las hazañas y anécdotas profesionales que vivió. Casado con María, a quien agradece cada día por haberle regalado sus tres tesoros: sus hijas Catalina, M.^a Dolores y Ana Luisa, José encuentra en su familia una fuente constante de alegría y orgullo.

CARTA DE LA DIRECTORA

Belén Lago Estrela



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Quisiera recordar en el primer número del periódico todas las actividades navideñas que disfrutamos juntos. Durante esas fechas tan especiales, tuvimos la oportunidad de participar en diversos talleres de manualidades junto a los niños de los colegios del distrito, disfrutar de las actuaciones de Nochebuena y Nochevieja, y recibir la visita tan especial de sus majestades los Reyes Magos. Vamos avanzando con 2025 y, por ello, quiero compartir con vosotros algunos de nuestros propósitos para seguir mejorando y creando un entorno acogedor y positivo en nuestro centro, Amavir Puente de Vallecas. Nos comprometemos a promover la salud y el bienestar de nuestros usuarios y residentes, así como a fortalecer nuestra comunidad mediante actividades que fomenten lazos más fuertes entre residentes, familias y trabajadores. Además, continuaremos innovando en los cuidados que ofrecemos, con el objetivo de mejorar la atención y el bienestar de todos nuestros usuarios, asegurando que reciban el mejor cuidado posible. Por supuesto, también seguiremos ofreciendo oportunidades de formación y desarrollo profesional para nuestro personal, para que puedan seguir creciendo y mejorando en sus tareas. Quiero agradecerlos a cada uno de vosotros vuestro apoyo continuo y por ser parte de nuestra gran familia. Estamos entusiasmados por lo que el futuro nos traerá y por las oportunidades de seguir creciendo juntos. Con mucho cariño, Belén.

COSAS DE CASA

Ventilación y enfermedades respiratorias

Algunos consejos para mantener un ambiente saludable en nuestro centro.

En esta edición de “Cosas de casa”, queremos destacar la importancia de la ventilación en la prevención de enfermedades respiratorias en nuestro centro. Mantener un ambiente saludable y bien ventilado es crucial para el bienestar de todas las personas. Muchos gérmenes, como los virus y las bacterias, se transmiten a través de gotas respiratorias, conocidos como aerosoles, que se generan al hablar, toser o estornudar. Estos aerosoles pueden permanecer en el aire durante un tiempo, aumentando el riesgo de contagio en espacios cerrados. Por eso, una ventilación adecuada es esencial para diluir estos aerosoles y reducir el riesgo de transmisión de enfermedades víricas y bacterianas. Para asegurarnos de que nuestros espacios están bien ventilados, utilizamos medidores de la concentración de CO₂. Estos dispositivos nos ayudan a determinar si el aire necesita ser renovado. Si la concentración de



La ventilación es esencial para evitar enfermedades.

CO₂ supera las 1.000 partes por millón, es necesario incrementar la ventilación. Esto se puede lograr abriendo ventanas y puertas hasta que los valores disminuyan a niveles seguros. Es importante colocar los medidores en la zona peor ventilada de la habitación, preferiblemente en la pared opuesta a las ventanas. En cualquier caso, siempre debemos seguir las recomendaciones de uso del fabricante. Al tomar la lectura, es recomendable hacerlo con rapidez y pasar el menor tiempo posible junto al calibrador para evitar que detecte el CO₂ que exhalamos.

QUIÉN ES QUIÉN

Maider, terapeuta ocupacional

“¡Muy feliz de unirme a este gran grupo!”.

Edad: 24 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: El compañerismo.

Virtud: La empatía.

Defecto: Demasiado carácter.

Aficiones: El montañismo.

Libro: La sombra del viento.

Película: El curioso caso de Benjamin

Button.

Grupo de música: ALT-J.

Comida favorita: La tortilla.

**RECUERDOS**

Reflexiones para el futuro

Después de pasar una tan bonita Navidad, es momento de hacer balance del año pasado y reflexionar sobre el futuro y, para ello, nos vamos a ayudar de la sabiduría popular: “Alegrías y pesares, te vendrán sin busques”. Por eso, “el que adelante no mira, atrás se queda”, lo que nos recuerda la importancia de “observar el porvenir, mirando el pasado”. Una vez valorado de dónde partimos, podemos construir las acciones venideras, ya que “el futuro comienza hoy, no mañana”. Este futuro es el lugar donde pasaremos el resto de nuestras vidas y depende de lo que hacemos en este momento, en el presente. Por ello, debemos ser proactivos para “salir adelante, no importa qué tan difícil parezca”. Es fundamental buscar nuestro objetivo, porque “no está en las estrellas mantener nuestro destino, sino en nosotros mismos”.

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



Coinciendo 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.



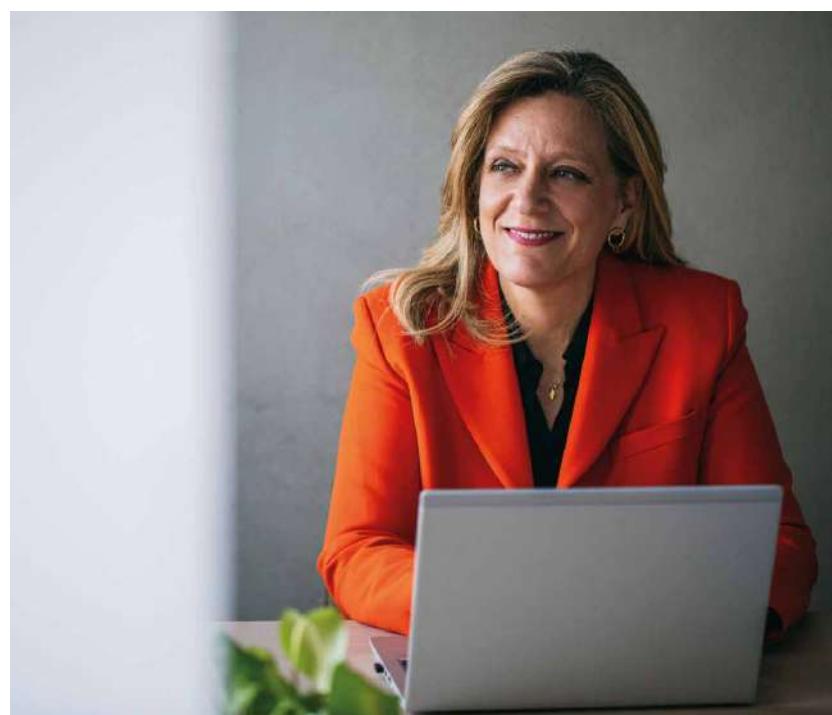
La jefe médica de Amavir, Sara González, ha participado como ponente en la jornada “Salud mental y supercentenarios”, en la que se abordaron los desafíos emocionales y psicológicos de las personas mayores para identificar las claves para una longevidad saludable.



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 Cabrero y la ilustradora Mairiví 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 Geroplán. 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.