

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Todo listo para celebrar la Navidad



Las residencias de Amavir ultiman estos días los preparativos para vivir 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 las personas mayores 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, y celebrando mercadillos solidarios en las residencias en favor de distintas ONGs y fundaciones.

## Reafirmamos nuestro compromiso contra la violencia de género

Un año más, el 25 de noviembre todos los centros de Amavir se vuelcan con la celebración de numerosas actividades con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, reafirmando así nuestro compromiso con la eliminación de esta lacra social. Amavir forma parte del grupo “Empresas por una sociedad libre de violencia de género”, liderado por el Ministerio de Igualdad, y colabora con distintas administraciones y entidades sociales facilitando oportunidades laborales a mujeres víctimas.



## Barcelona acoge la VI Jornada del Comité de Bioética de Amavir

Se celebró en el salón de actos de la residencia Amavir Horta, con más de un centenar de asistentes.

El Comité de Bioética Asistencial de Amavir ha celebrado la sexta edición de sus Jornadas de Bioética en Barcelona, bajo el título “Nuevas miradas sobre el sentido de la vida: desafiando estigmas”. La cita reunió a destacadas voces del ámbito de la bioética, la filosofía y la gerontología para reflexionar sobre el valor del cuidado, la responsabilidad y la dignidad en una sociedad marcada por la fragilidad humana.

La jornada contó con la participación de Montserrat Esquerda, decana de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna-URL y presidenta de la Comisión de Deontología del Consejo de Colegios de Médicos de Cataluña;



Francesc Torralba, catedrático de la Universitat Ramon Llull y director de la Cátedra de Pensamiento Cristiano del Obispado de Urgell y de la Cátedra Ethos de Ética Aplicada; y Mónica Ramos Toro, doctora en Antropología Social y especialista en envejecimiento y género.

Con esta sexta edición, Amavir reafirma su compromiso con la reflexión ética y humanista en el ámbito de los cuidados, promoviendo espacios de pensamiento que ponen en el centro la dignidad, la responsabilidad y la atención a las personas en todas las etapas de la vida.



## Celebramos la III Jornada Amavir de Terapia Ocupacional

Centrada en los productos de apoyo y las ayudas para la autonomía personal.

Amavir celebró hace unas semanas su III Jornada de Terapia Ocupacional, un encuentro dirigido a profesionales del ámbito sociosanitario con el objetivo de actualizar conocimientos sobre productos de apoyo y recursos disponibles para mejorar la calidad de vida de las personas mayores y dependientes.

El evento, desarrollado en colaboración con Sociosani y RehaGirona, y celebrado en la residencia Amavir Vicálvaro, contó con la participación de destacadas terapeutas ocupacionales como Ara Isabel Barradas, Silvia Checa y Guadalupe López, quienes compartieron su experiencia y conocimiento en materia de atención y rehabilitación.

Centro con plazas  
concertadas conJunta de  
Castilla y León

## ACTUALIDAD

# Regando raíces

**El proyecto 'Guiados por ti' pretende acercar a los residentes a sus barrios o pueblos en colaboración con las familias.**

Cuando charlamos con nuestros mayores, siempre nos hablan con añoranza de sus pueblos o barrios, de la zona donde pasaron su juventud, donde vivieron o donde formaron su familia. Sus pueblos, sus barrios, siempre están presentes en sus recuerdos, con nostalgia y añoranza. Por eso, este año hemos querido lanzar un proyecto que acerque a nuestros mayores a sus raíces, llevando a quienes estén interesados a sus pueblos y barrios. Los residentes, en colaboración con las familias, son los protagonistas de la jornada y pueden, si así lo desean, invitar a sus compañeros más cercanos de la residencia para compartir estos instantes. Este es un proyecto de emociones, de compartir y de recordar los momentos que nos han alegrado el corazón. 'Guiados por ti' también tiene en cuenta a los residentes que no se pueden desplazar, bien porque sus raíces están lejos o bien porque su estado de salud no se lo permite. Para ellos, se realizará una visita virtual, apoyándonos en las nuevas tecnologías, en la que puedan activar sus recuerdos y contarnos a todos dónde están sus raíces.



Los residentes viajando a su pueblo en tren.

# Pasándolo de cine

**Los residentes de Amavir El Encinar del Rey disfrutaron de una tarde cinematográfica.**

Aprovechando la promoción Cine Senior, nos hemos desplazado hasta los cines de un Centro Comercial cercano y hemos disfrutado de una tarde fantástica, con la película "Romería" y, por supuesto, con palomitas. Algunos de los asistentes hacía 40 años que no habían ido al cine. Otros no conocían las nuevas instalaciones y quedaron sorprendidísimos de la amplitud y comodidad de los asientos. Esta actividad nos ha resultado muy gratificante, ya que nos estimula mentalmente, nos hace pasar un rato entretenido y, además, fomenta la socialización entre los residentes, al poder después conversar sobre la película.



Residentes disfrutando frente a la gran pantalla.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

Taller de buenos días: orientación a la realidad y taller de prensa. Taller de buenas tardes: bingo, juegos de mesa y arteterapia.

Terapia ocupacional

Actividades de la vida diaria, estimulación sensorial y cognitiva, taller de memoria y motricidad.

Psicología

Reminiscencia, habilidades sociales, estimulación cognitiva y sensorial y terapias grupales.

Fisioterapia

Electroterapia, terapia respiratoria, mecano-terapia, cinesiterapia, reeducación de la marcha y gerontogimnasia.

Jueves

18:00 h. Club de lectura.

Primer martes del mes

17.30 h. Caninoterapia.

Tercer lunes y viernes del mes

Yoga en familia.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Fiesta de la matanza castellana.  
Cabalgata de los taxis.  
Visita de Papá Noel.  
Concierto de Navidad.

Enero

Fiesta del Año Nuevo.  
Cabalgata de Reyes.

Febrero

Celebración de las Aguedas.  
Fiesta de disfraces.  
Entierro de la Sardina.

SERVICIOS

Farmacia

De lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h.

Peluquería

De lunes a viernes, de 09:30 a 14:30 y de 15:00 a 18:00 h.

Podología

Dos veces al mes.

Servicios religiosos

Sábados a las 18:00 h.

Cafetería

De lunes a domingo, de 10:00 a 15:00 y de 17:30 a 20:30 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Jesús Gangoso  
03/12 M.ª Cruz Casado  
04/12 Jesusa Julia Alcain  
04/12 Eloísa Carbajo  
05/12 Concepción Diez  
08/12 Purificación Blanco  
09/12 Concepción del Pozo  
09/12 Luis Pérez  
17/12 Benita Fajardo  
20/12 Severina Fernández  
29/12 Manuel Hidalgo  
30/12 Jesús Villar

Enero

01/01 M.ª Elena Barquín  
01/01 M.ª Mercedes Aguado  
01/01 Mari Gascón  
03/01 Socorro Negro  
04/01 M.ª Teresa Margotón  
11/01 Carlos Solís  
13/01 Carmen Martín  
14/01 Pelegrín Rodríguez  
14/01 Siro Sánchez  
17/01 Carmen Garrido  
20/01 Emilia San José  
26/01 Pablo Martín  
26/01 M.ª Dolores Martín  
26/01 Teresa Rubio  
28/01 M.ª Jesús González

Febrero

02/02 Eloy García  
04/02 Adolfa Martínez  
05/02 Carmen Carro  
05/02 M.ª Ángeles Izquierdo  
07/02 Tita Cilleruelo  
08/02 Lourdes González  
08/02 Teresa González  
09/02 Francisca Carrera  
11/02 Rosario Conde  
11/02 Petra Marchena  
11/02 Lourdes Yagüe  
12/02 M.ª Consolación Álvarez  
16/02 Aurora Hernández  
16/02 Encarnación Fuente  
17/02 Julia Callejas  
17/02 Ana Mª Domínguez  
18/02 Félix García  
21/02 Josefa Fortín  
22/02 Delfina Álvarez  
23/02 Mercedes Rivera  
26/02 Juliana González  
26/02 Eusebia Martín  
28/02 Carmen Medina

HOY COMEMOS Socorro Moyano

Carne guisada

INGREDIENTES

Carne para guisar, cebolla, ajo, perejil, vino tinto, pimiento rojo, pimentón, agua, aceite y sal.

PREPARACIÓN

En una cazuela con aceite se sella la carne. En ese aceite se rehoga cebolla, ajo, y se añade el pimiento. Se echa el pimentón, el perejil y la carne, y se cubre con el vino dando vueltas hasta que reduzca. Se añade agua y se mete 30 minutos en la olla a presión. Ideal para acompañar con patatas fritas.



SECRETOS DE MI TIERRA

# Villán de Tordesillas

Teodoro Díez recuerda su pueblo, Villán de Tordesillas, como una pequeña localidad que fue de las primeras en tener frontón donde se jugaba a pelota mano. Era un pueblo agricultor y ganadero, y Teodoro el único herrero. Se cree que la toponimia de Villán de Tordesillas pudo derivar de los señores plebeyos o ‘villanos’ que dependían del señorío de Tordesillas. Las fiestas grandes del municipio se concentran en mayo, en honor a San Urbano y San Isidro Labrador, con verbenas, comidas populares, juegos tradicionales y un curioso concurso de habilidad con el tractor.



Iglesia de San Miguel.

AYER Y HOY



## Antes

Carmen Medina nació en Arévalo, pero siendo muy pequeña se fue a Medina del Campo. De padre ferroviario y madre ama de casa, Carmen fue la mayor de 3 hermanos, y estudió para modista, que fue siempre su oficio. Siguió cosiendo tras casarse con su marido, con el que siempre estuvo muy unida, y ella misma cosía la ropa de sus hijos Eva y Ángel, incluso sus trajes de comunión. Aunque le hubiera gustado viajar más con su marido, actualmente su mayor ilusión son sus nietas Lucía y Julia.



## Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Luz M.<sup>a</sup> Pelayo



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Desde Amavir El Encinar del Rey nos gusta colaborar con distintas asociaciones, fundaciones y ONGs, cuyos fines o valores consideramos que se alinean con los nuestros. Este año estamos entusiasmados de poder colaborar con Fast España. Esta Fundación se dedica a la investigación y tratamiento de niños y niñas que tienen síndrome de Angelman, que es una condición de causa genética que afecta al sistema nervioso, y cuya incidencia estimada es de un caso por cada 15.000 a 30.000 nacimientos. Durante esta colaboración, realizaremos distintas actividades para dar a conocer la Fundación y habrá un mercadillo solidario en el que entre otras cosas se venderán manualidades realizadas por nuestros residentes y se sorteará una cesta de Navidad. Todo lo recaudado irá destinado a la Fundación, que necesita cuanto más recursos mejor para poder avanzar en la investigación y conseguir tratamientos que mejoren la calidad de vida de estos niños y niñas. Agradecemos de antemano vuestra confianza y disposición a colaborar con ellos.

## COSAS DE CASA

# El libro de mi vida. Me gustaría contarte...

**Seguimos avanzando en nuestro modelo Guiados por ti.**

Durante los últimos meses algunos de nuestros residentes han estado realizando “El libro de mi vida, me gustaría contarte...”, dentro del proyecto Guiados por ti. Poco a poco lo irán realizando el resto de residentes hasta que tengan su libro. Este documento en el que colaboran los residentes con los departamentos de psicología, terapia ocupacional y las familias es una preciosa actividad en la que se trabaja la memoria, y que muchos residentes están haciendo con mucho cariño, para que puedan guardarlo de recuerdo sus familias en un futuro. Este libro hace un recorrido escrito y fotográfico de la vida de cada persona desde su infancia, juventud, vida adulta y etapa actual, con un espacio para hablar de su proyecto de vida y para escribir una carta



Residentes nos muestran sus libros.

a su familia. Sin duda, un emotivo trabajo que nos acerca a todos al interior de nuestros residentes.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Guillermo Aldana, recepcionista

**Todo llega a su debido tiempo.**

**Edad:** 25 años.

**En Amavir desde:** 2025.

**Lo mejor de Amavir:** Ambiente positivo y cercano.

**Virtud:** Compromiso con los demás.

**Defecto:** Inseguridad.

**Aficiones:** La tecnología.

**Libro:** La divina comedia.

**Película:** Titanic.

**Grupo de música:** Hombres G.

**Comida favorita:** Las poposas, un plato tradicional de El Salvador.



### RECUERDOS Ana M.<sup>a</sup> Domínguez

## El juego de las tabas

Las tabas tradicionalmente eran los huesos de las articulaciones de animales como lechazos, que se pintaban de colores para jugar, aunque con los años comenzaron a fabricarlas de plástico. Las tabas se cogían en las manos y se lanzaban, dejándolas caer al suelo. Hay cuatro posiciones: hoyos, rey, tripa y verdugo. Se juega con 5 tabas, ganando una o cuatro unidades apostadas si quedan las partes salientes del hueso hacia abajo, o perdiendo otras tantas si quedan las partes hundidas en la cara superior.

# Abre sus puertas Amavir Albacete, la residencia número 48 de la compañía

El pasado 29 de octubre abrió sus puertas la residencia Amavir Albacete, de 181 plazas. Con esta nueva apertura, la compañía suma ya en Castilla-La Mancha siete residencias. A nivel nacional, el grupo gestiona un total de 48 centros residenciales y 41 centros de día en 8 comunidades autónomas (Madrid, Cataluña, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Navarra, Murcia, Canarias y Andalucía), con mas de 8.000 plazas entre residenciales y de centro de día, y una plantilla de 5.000 trabajadores, siendo así uno de los operadores líderes del sector a nivel nacional. Amavir forma parte del grupo internacional Maisons de Famille, que opera en Francia, Alemania, Italia y España.



## Amavir, distinguida en los Premios Supercuidadores

Nuestros compañeros de Amavir Santa Cruz (Tenerife) han sido distinguidos con el primer accésit en los Premios Supercuidadores 2025, por su proyecto «Cuidar con propósito: integración, sostenibilidad y bienestar para una sociedad más justa». Amavir Santa Cruz optaba a estos premios con el propósito de visibilizar su modelo integral de cuidado centrado en las personas, la sostenibilidad y la ética. En su candidatura, se presentaba una estrategia transversal de Responsabilidad Social Corporativa, cuyo punto fuerte es el ser el primer centro sociosanitario a nivel nacional en convertirse en centro especial de empleo.



## Tres residentes y una profesional de Amavir, galardonadas en los Premios «Adopta un Abuelo»

Las residentes Toñi Alcázar (90 años), Alejandra Gómez (88) y Teresa Venegas (102) y la animadora sociocultural Marta Maceira, todas ellas de Amavir Coslada (Madrid), fueron premiadas en la cuarta edición de los premios de la ONG “Adopta un abuelo”, por su colaboración con esta entidad, cuyo objetivo es unir generaciones en torno al voluntariado.



## Residencias de Amavir fomentan el ejercicio físico con competiciones deportivas

Amavir Alcorcón (Madrid) ha celebrado la quinta edición de su “Milla de Oro”, que consiste en varias competiciones de carreras alrededor de la residencia en las que participan residentes, trabajadores y familiares en varias categorías. Por otro lado, Amavir Tejina (Tenerife) ha celebrado la primera edición de su “Prueba atlética intergeneracional” en colaboración con el IES Antonio González.



# La patronal AESTE presenta un estudio sobre las personas centenarias que viven en residencias

Destaca que el 41 % de ellas están cognitivamente bien o tienen un deterioro cognitivo leve.

La Asociación de Empresas de Servicios para la Dependencia (AESTE), a la que pertenece Amavir, ha presentado el informe “100 años de vida, 100 años de legado”, para el que se ha contado con la información de 1.146 personas centenarias que viven en las residencias asociadas, 116 de ellas en los centros Amavir.

Es una evidencia que cada vez hay más centenarios en nuestro país. Según el INE, en 2024 había 16.902 y hoy se estima que son unas 19.190, lo que supone un aumento del 76 % en la última década.

El estudio destaca que el 41 % de ellas están cognitivamente bien o tienen un deterioro cognitivo leve, lo que contradice la idea extendida de que llegar a los 100 años implica una pér-

dida severa de capacidades. Esto demuestra que “los cuidados continuados en residencias contribuyen a que estas personas centenarias estén bien cuidadas, se sigan manteniendo activas, relacionadas socialmente y con actividad física”. Un 86,3 % son mujeres y, en términos de autonomía, un 33,16 % tiene dependencia total, pero un 9,43 % conserva independencia completa. El estudio también refleja una diversidad de perfiles: el 20,2 % carece de estudios formales, el 58,37 % tiene estudios básicos y el 10,19 % estudios superiores. En cuanto a la participación en actividades, el 37,5 % se involucra en talleres, el 31,4 % en terapia ocupacional y el 31,5 % en fisioterapia. “Son cifras altas para este rango de edad y demuestran que las actividades son un eje fundamental incluso para las personas mayores de 100 años”.



## Volvemos a colaborar con el programa “El Hormiguero”

Desde hace años, este programa de Antena 3, presentado por Pablo Motos, trata de ofrecer una imagen positiva de las personas mayores, para lo que suele pedir colaboración a nuestras residencias. En este caso, varios residentes de Amavir fueron invitados a poder “hablar” con sus “yo” del pasado, a través de la recreación de fotos antiguas suyas mediante inteligencia artificial.

## El presidente del Cabildo de Lanzarote visita la residencia Amavir Haría

El presidente del Cabildo de Lanzarote, Oswaldo Betancort, acompañado por el consejero de Bienestar Social del Cabildo, Marci Acuña, acudieron al centro para conocer el programa de cuidado de la salud mental y desarrollo emocional con apoyo animal, a través de intervenciones asistidas con perros.

## Entrevista a nuestra residente Amparo Soto, que dio voz a Dorothy de “Las chicas de oro”

Se acaba de cumplir el 40 aniversario del estreno de la mítica serie de televisión “Las chicas de oro”. Por este motivo, el telediario de TVE se desplazó hasta nuestra residencia Amavir Alcalá para entrevistar a Amparo Soto, actriz de doblaje, que vive en este centro y que fue la que prestó su voz a Dorothy, una de las protagonistas de la serie.

## Mucho cuidado con las estafas por teléfono móvil

La Policía Nacional vuelve a insistir a las personas mayores que tengan mucha precaución ante los intentos de estafas a los que pueden verse expuestas a través de los teléfonos móviles, desgraciadamente cada vez más frecuentes. No se deben compartir datos personales ni facilitar los números de la tarjeta o de la cuenta bancaria.



## Participamos en una jornada de Cruz Roja sobre cualificación profesional

El Departamento de Recursos Humanos de Amavir ha participado en la jornada “El desafío de cualificar el sector sociosanitario”, organizada por Cruz Roja. En ella se abordaron cuestiones como la necesidad de mejorar la cualificación profesional, fomentar la empatía y el trabajo en equipo, y avanzar hacia modelos de atención más humanizados.

## Encuestas de satisfacción a usuarios y familiares

Estas semanas se están cumplimentando las encuestas de satisfacción a las personas mayores usuarias de las residencias y centros de día de Amavir y sus familiares. Estas encuestas son muy importantes para conocer la opinión acerca de los servicios que prestamos en los centros y detectar áreas de mejora. Animamos a todos a la máxima participación.