

# 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 Sociosan 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.

**ACTUALIDAD**

# 21.º aniversario de Amavir Getafe

## Celebramos a lo grande un año más de nuestra residencia.

El pasado 1 de octubre preparamos una deliciosa barbacoa para nuestros residentes y usuarios de centro de día. Como era una fiesta con temática hawaiana, tanto trabajadores como residentes nos pusimos atuendos acordes a la ocasión: faldas, collares y pulseras de flores y mucho color. La comida tuvo lugar en la planta baja, donde nuestros residentes disfrutaron al ritmo de buena música de un primer aperitivo que consistía en croquetas, empanadillas, tortilla de patata y ensaladilla rusa. Estaba todo buenísimo y, aunque ya alguno se empezaba a llenar, hubo que advertirles que se reservaran para el plato estrella: ¡La carne! Todos se chuparon los dedos al probar las brochetas de pollo, el chorizo y la morcilla. Tras reponer fuerzas, la tarde se llenó de música y baile con la actuación de María La Cordobesa, con quien pudimos disfrutar de música de todas las épocas. La segunda jornada de celebración comenzó con una yincana de intercentros, en la que contamos con la presencia de Amavir Torrejón, Amavir Villaverde y Amavir



Celebrando la deliciosa barbacoa.

Humanes. Entre las actividades realizadas, destacaron los puzzles gigantes, encestar, el 'memory' y recoger papel con los pies, todo un reto al que nuestros residentes se enfrentaron con valentía. Estos días de celebración nos hicieron revivir todos los bonitos recuerdos que hemos ido guardando en nuestra memoria durante estos 21 años juntos. ¡Por muchos años más!

# Visita al parque Europa de Torrejón

## Nos acercamos a esta localidad madrileña para ver una exposición.

El pasado mes de octubre, hicimos una visita al parque Europa de Torrejón de Ardoz, lugar que es conocido por las réplicas de los diferentes monumentos del mundo. Pero esta vez nos acercamos al precioso parque para ver de primera mano una exposición temporal dedicada al videoclub, donde exponían figuras y réplicas de películas como 'Regreso al futuro', 'Superman', 'Jurassic Park', todas de los años 80 y 90. Son películas que antiguamente alquilábamos en los videoclubs para disfrutar en casa y que nuestros mayores recuerdan con añoranza.



Exposición parque Europa.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, rehabilitación funcional, entrenamiento en ABVD's, entrenamiento en actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD), estimulación sensorial, psicomotricidad y laborterapia, donde realizamos diferentes talleres de costura, pintura, repostería, etc.

#### Fisioterapia

Gerontogimnasia, circuito de rehabilitación, psicomotricidad, tratamientos individuales, fisioterapia respiratoria y electroterapia.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

01/12 Talleres de decoración navideña.  
11/12 Salida cultural.  
18/12 Celebración de cumpleaños.  
24/12 Cena especial de Nochebuena.  
25/12 Comida especial de Navidad.  
31/12 Evento de campanadas.

#### Enero

06/01 Visita de los Reyes Magos.  
15/01 Salida cultural.  
29/01 Celebración de cumpleaños.

#### Febrero

12/02 Fiesta de Carnaval.  
18/02 Celebración del Miércoles de Ceniza.  
24/02 Salida cultural.  
26/02 Celebración de cumpleaños.

## SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes y miércoles de 9:30 a 13:30 h. y de 14:30 a 18:30 h. y los viernes de 9:30 a 13:30 h.

#### Podología

El servicio de podología es cada 15 días atendiendo las necesidades de nuestros residentes, ya sea por petición propia, familiar o de pauta médica.

#### Misa

Sábados a las 17:30 h.

## HOY COMEMOS Departamento de Fisioterapia

# Arepa Reina Pepiada

#### INGREDIENTES

2 tazas de harina de maíz, 2 ¼ de tazas de agua, 1 cucharada de sal, pechuga de pollo cocida y desmechada, cilantro, ajo, cebolla, aguacate y cucharadas de mayonesa.

#### PREPARACIÓN

Mezcle el agua, sal y la harina y amase hasta estar suave. Divida la masa en bolas y aplástela entre las manos. Cocine las arepas por ambos lados a fuego medio alto en la sartén, retirar y dejar reposar. Abra la arepa y rellene con la mezcla del pollo desmechado, aguacate, sal, ajo, cebolla, mayonesa y cilantro.



## CUMPLEAÑOS

#### Diciembre

02/12 María Jiménez  
02/12 Juana Muñoz  
05/12 Carmen Osma  
05/12 Julio Esteban  
07/12 Pilar Zamarra  
11/12 Pilar Martínez  
11/12 Daniela Reyes  
15/12 M.ª Dolores Rodríguez  
15/12 Ángel Poza  
16/12 Concepción Izquierdo  
17/12 Luis Alcalde  
18/12 Teresa Laguna  
20/12 Julia García  
24/12 Carmen Mateos  
25/12 Lorenzo Jesús Sánchez  
26/12 Carmen España

#### Enero

01/01 M.ª Luisa Mayo  
01/01 Vicente López  
01/01 Juana Jiménez  
04/01 Eusebia Sánchez  
05/01 Eduardo Martínez  
06/01 M.ª de los Santos Reyes  
08/01 Carmen Díaz  
09/01 Manuela San Román  
10/01 Ramona Neila  
11/01 Francisco Reyes  
13/01 Vicente Díaz  
13/05 Joaquín Zapata  
14/01 Juliana Rubio  
15/01 Conrado Villarreal  
15/01 Carmen Saborido  
17/01 M.ª Ángeles Muñoz  
19/01 M.ª Cruz Muñoz (M.ª Dolores)  
20/01 M.ª del Carmen Sánchez  
26/01 Pilar Iba  
28/01 Braulio González

#### Febrero

01/02 Carmen Serrano  
05/02 Julia Muñoz  
07/02 Alfonso Martín  
08/02 Consuelo Ramos  
11/02 María Villarubia  
11/02 María Torralba  
13/02 Francisca Romero  
15/02 M.ª Cristina Tolbaños  
16/02 Marcelino Rey  
18/02 Ángel Martínez  
20/02 Carmen Armengol  
22/02 Teresa Díez  
22/02 Natividad Gómez  
22/02 Remedios Manito  
23/02 Gabriel García  
23/02 Gregorio Carrero  
23/02 Mariano Higuera  
24/02 Antonia Corpas  
26/02 Alejandra Rocha

**SECRETOS DE MI TIERRA** Isabel Gómez Muñoz

# Navalvillar de Pela (Badajoz)

Navalvillar de Pela es un bonito pueblo de Badajoz, de unos 4.345 habitantes, que forma parte de la mancomunidad de La Serena – Vegas Alta, cuya historia data de 1418. En él nació nuestra amiga Isabel, el 20 de Octubre de 1931. Isabel vivió allí hasta los 23 años, cuando se casó y se marchó a trabajar junto a su marido a Villanueva de la Serena. Isabel recuerda las verbenas, las recogidas de aceituna, las huertas y los encinares que rodeaban su pueblo. Cuenta que le gustaba mucho ir al cine con su marido, y también recuerda que disfrutaba mucho yendo a misa. Isabel dice que desde hace muchos años no ha vuelto a ir a su pueblo, pero que siempre lo recordará con mucho cariño.



Navalvillar de Pela.

**AYER Y HOY****Antes**

Hoy hablamos de nuestra querida Irma Caballero. Irma lleva con nosotros tres años, nació en Mérida, pero se siente más madrileña que extremeña. Irma es muy risueña, le gusta mucho viajar, una afición de la que disfrutó mucho en su juventud, y recuerda con especial cariño su viaje a Argentina. También le gusta mucho pintar, sobre todo con acuarelas, un pasatiempo que compaginaba con el cuidado de sus siete hijos, logrando incluso que se expusieran sus cuadros en galerías de arte. Sin duda, Irma es una mujer de mundo.

**Después****CARTA DE LA DIRECTORA**

Alba García García



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Desde nuestra residencia quiero compartir con todos vosotros la alegría con la que hemos celebrado recientemente el aniversario de nuestro centro, una fecha muy especial para toda la familia que formamos aquí: residentes, familiares y profesionales. Este año organizamos una jornada festiva en la que no faltaron momentos entrañables. Disfrutamos de una barbacoa, pensada para todos nuestros residentes, adaptada a sus necesidades y con mucho cariño. Fue emocionante ver cómo compartían risas y recuerdos, en un ambiente tan familiar y cercano. Contamos también con diversas actuaciones musicales que llenaron el día de alegría, color y emoción. Además, tuvimos el placer de recibir a otros centros en un bonito encuentro intercentros que fortaleció la convivencia y permitió a nuestros mayores establecer nuevos vínculos. Con esta energía positiva, damos la bienvenida a la Navidad, una época especialmente emotiva para nuestros residentes y sus familias. En nuestra residencia ya se respira ese ambiente cálido y entrañable, lleno de ilusión, recuerdos y esperanza. Sabemos lo importante que es esta época del año, y por eso trabajamos con todo el corazón para que nuestros mayores la vivan con plenitud, acompañados, escuchados y valorados. Gracias a todos los que hacéis posible que cada día sea especial. Como siempre, podéis contar conmigo para todo aquello que necesitéis, ya que estaré encantada de recibiros.

**COSAS DE CASA**

# Día Mundial del Alzheimer

**El día 21 de septiembre celebramos este acontecimiento con nuestros residentes y usuarios del centro de día.**

El pasado 21 de septiembre celebramos el Día Mundial del Alzheimer, una fecha dedicada a concienciar sobre esta enfermedad que vivimos tan de cerca y que no solo afecta a los que la padecen, sino a los familiares y cuidadores. Con motivo de este día, quisimos renovar el mural que tenemos al lado de recepción, que simboliza los recuerdos compartidos. Por ello, pedimos a los familiares de los residentes y usuarios que nos enviaran fotografías junto a sus seres queridos. Recibimos muchas imágenes de momentos especiales, llenas de amor y cariño que, desde ese día, dan más significado a nuestro mural. Además, elaboramos un dibujo de una mujer con flores representando los recuerdos y la identidad más allá del olvido. Una de nuestras residentes, Irma Caballero, a la que le apasiona la pintura, dio color al dibujo con sus acuarelas. Fue un día lleno de emoción y creatividad, donde afloraron sentimientos y emociones que nos unieron aún más.



Mural de los recuerdos.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Nina Gonenashvili, médico

**Nuestra nueva coordinadora médica y compañera con la que estamos encantados.**

**Edad:** 42 años.

**En Amavir desde:** 2024.

**Lo mejor de Amavir:** El cariño de nuestros residentes.

**Virtud:** Soy muy alegre.

**Defecto:** Soy exigente conmigo misma.

**Aficiones:** Me gusta leer, aprender idiomas y pasear.

**Libro:** Orgullo y prejuicio.

**Película:** Origen.

**Grupo de música:** The Rasmus.

**Comida favorita:** Patatas fritas.

**RECUERDOS**

## Mi gran amor

Valentín Castey Herranz recuerda con cariño el día que conoció a su mujer, a la que considera el gran amor de su vida. Tenían 18 años y coincidieron en una fiesta del pueblo de él, mientras sonaba un pasodoble español. Desde aquel momento nació entre ellos un amor basado en la sinceridad, respeto y comprensión. Se casaron en 1947 en Santa María de la Alameda y formaron una familia con dos hijos, construyendo una vida llena de amor. Su mujer falleció, pero la mantiene presente en su memoria cada día.

## 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 más 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”.

## 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.



## 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 Bienes-  
tar 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.

## 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.