

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 con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Celebramos el Día de la Hispanidad con música, baile y sabores de Latinoamérica

Disfrutamos de una jornada festiva con bailes folklóricos de México, Argentina, Chile y Paraguay y una degustación de platos típicos preparados por el propio personal.

Anticipándonos unos días, en Amavir La Marina hemos celebrado el Día de la Hispanidad con una jornada llena de color, alegría y música. Para esta ocasión, el centro contó con la visita de un grupo de bailes folklóricos latinos, que ofreció un animado espectáculo con danzas tradicionales de países como México, Argentina, Chile y Paraguay. Gracias a ellos, nuestros residentes han podido meterse de lleno en la cultura de estos países al paso de La Galopera, el Malambo, la Zamba o La Cueca. Tras las actuaciones, residentes y trabajadores compartieron un aperitivo muy especial: una degustación de comidas típicas de los distintos países de origen del personal del centro. Los propios trabajadores elaboraron los platos en sus casas, aportando así un toque casero y auténtico a la celebración. Durante el aperitivo, también se celebró un sorteo de una cesta, que puso el broche final a una jornada marcada por la convivencia y el buen ambiente. Desde La Marina, queremos agradecer a todos los participantes por su entusiasmo y dedicación, que hicieron posible disfrutar de un Día de la Hispanidad inolvidable.



Un día cargado de actividades.

Vente a nuestro Mercadillo Benéfico Navideño

La semana del 15 al 21 de diciembre podrás aprovechar para comprar detalles de cara a las fiestas.

Del 15 al 21 de diciembre se celebrará el I Mercadillo Benéfico de La Marina, en el que los residentes pondrán a la venta algunas de las manualidades que han elaborado con mucha ilusión durante los últimos meses. Todo lo recaudado irá a parar a una ONG o Asociación aún por decidir. Familiares, trabajadores y amigos están invitados a participar y aprovechar la oportunidad para adquirir regalos y detalles únicos para las fiestas, hechos a mano y con mucho cariño. ¡No te lo pierdas! Ven a compartir el espíritu navideño y colabora con esta bonita iniciativa solidaria.



Quedas invitado al mercadillo.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Animación sociocultural

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana. Sábados alternos en horario de mañana. Sesiones de manualidades, bingo, juegos de mesa, celebración de cumpleaños y festividades.

Fisioterapia

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Tratamientos de rehabilitación, reeducación de la marcha, equilibrio, fracturas, etc.

Terapia ocupacional

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Psicomotricidad, estimulación cognitiva y sensorial, atención centrada en la persona, eliminación de sujeciones físicas y actividades significativas.

Psicología

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Estimulación cognitiva, reminiscencia, intervención individual, gestión emocional de la adaptación y el duelo, atención a familiares.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a Viernes de 9:00 a 13:00 h.

Podología

Una vez al mes y según necesidades.

Servicio religioso

Viernes de 11:00 a 12:00 h..



ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

02 al 05/12: Decoramos el centro.
11/12: Taller de Navidad.
12/12: Ponte guapa.
15-21/12: Mercadillo navideño.
23/12: Coro de Navidad
26/12: Misa de Fin de Año. Celebración cumpleaños. Merienda especial y entrega de regalos.
29/12: Fiesta Fin de Año. Actuación Musical. Terapia asistida por perros especial Navidad.

Enero

01/01: Comida especial de Año Nuevo.
02/01: Bingo especial Reyes.
05/01: Regalo de Reyes Magos.
17/01: Salida al centro comercial.
30/01: Celebración de los cumpleaños. Terapia asistida con perros.

Febrero

05/02: Taller de cocina.
13/02: San Valentín. Photocall y Video fórum.
12-17/02: Carnavales
27/02: Celebración de los cumpleaños.
Fecha por concretar: Salida fuera del centro. Terapia asistida con perros.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Hortensia Francisca Pérez
04/12 Rosario Serrano
05/12 Inés Benito
06/12 Concepción Velasco
07/12 Francisco Ambrosio Delgado
09/12 Joaquina Morillo
09/12 Carmen Martínez
15/12 Benita Pino
19/12 Rafael Medrán
19/12 Agustina Monasterio
20/12 Isabel Lucena
23/12 Isabel Galindo
24/12 Juan Pinilla
27/12 Julia Blat
27/12 Salvador Cerro
27/12 Ángela Torices
31/12 Petra Delgado

Enero

01/01 Teresa García
01/01 Antonia Fernández
01/01 Bernarda Martín
07/01 Ana Rosado
07/01 Francisca Ruiz
09/01 Dolores Gallego
12/01 M.ª Carmen López
15/01 Juana Pérez
17/01 M.ª Antonia Jiménez
22/01 M.ª Teresa Puente
27/01 Eulalia Canora
28/01 Luisa Ballesteros
28/01 Antonio Calvo
30/01 Eulalia Hidalgo
31/01 José Calle

Febrero

05/02 Antonia La Torre
08/02 Francisca Donaire
08/02 Juan de Mata Redondo
17/02 Mercedes Sevilla
19/02 M.ª Pilar Garde
20/02 Bonifacia Jiménez
21/02 Consuelo Baladrón
21/02 M.ª Rosario Vera
23/02 Florencia Jiménez
23/02 M.ª Teresa López
24/02 Primitiva Álvarez
24/02 Rosario Martín
26/02 María León
27/02 María Reguera

HOY COMEMOS Departamento de Animación Sociocultural

Buñuelos de viento

INGREDIENTES

1 taza de harina, agua, 50 g. de mantequilla, sal, azúcar, huevos, aceite y azúcar glas.

PREPARACIÓN

Calentar el agua y la mantequilla la sal y el azúcar. Cuando hierva agregar la harina y mezclar bien, retirar del fuego y enfriar. Añadir los huevos uno a uno e ir mezclando. Calentar el aceite en la sartén. Toma porciones de masa pequeñas y fríelas. Espolvorear con azúcar glas antes de servir.



SECRETOS DE MI TIERRA

Ciudad Real, la capital manchega que vio nacer a Juana Rodríguez

Ciudad Real está situada en la comarca de Campo de Calatrava y al borde de un extenso territorio que presenta la particularidad del relieve y los fenómenos volcánicos. Cuenta actualmente con unos 75.000 habitantes. La ciudad fue fundada en 1255 por Alfonso X el Sabio, que otorgó a la aldea llamada Pozuelo de Don Gil el estatus de “villa” pasando así a llamarse Villa Real. El cambio de nombre a Ciudad Real se produjo posteriormente en 1420, cuando Juan II le concedió el título de ciudad. Uno de los enclaves más significativos de Ciudad Real es la Catedral de Nuestra Señora del Prado. Es la única catedral de España que cuenta con una sola nave en su interior, aunque lo más significa-



Imagen del Ayuntamiento de Ciudad Real.

tivo es su retablo que data del año 1616. Juana recuerda con mucho cariño las fiestas en honor a la Virgen del Prado, que se celebran a mediados del mes de agosto, así como otras festividades como la Pandorga o la romería en honor a la Virgen de Alarcos. Respecto a la gastronomía del lugar, destacan platos como las migas, pisto manchego, caldereta, tiznao, asadillo, gachas de harina de almortas, flores, arrope, duelos y quebrantos, gachas y sus quesos de leche pura de oveja.

AYER Y HOY



Antes

Me llamo Rafael Medrán, nací el 19 de diciembre de 1929 en Dos Torres, Córdoba. Soy el mayor de 7 hermanos, y empecé a trabajar en el campo a los 9 años. Con 26 me case con Ángela y tuvimos 3 hijos, Juan José, M.^a Carmen y Rafaela. En los 60 fui a trabajar a Alemania, donde estuve 4 años. Después, mi mujer y yo tomamos la decisión de trasladarnos a Madrid, donde trabajé en la construcción hasta mi jubilación. Desde hace 15 meses vivo en Amavir La Marina.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Belén Lago Estrela



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Es un verdadero placer dirigirme a vosotros como nueva directora de esta residencia Amavir La Marina. Asumo este cargo con mucha ilusión, respeto y compromiso, sabiendo que pasaré a formar parte de una gran familia. Me gustaría, en primer lugar, dar las gracias a María por todos estos años de trabajo y dedicación prestados en la residencia. Mi objetivo es dar continuidad a la labor que ha realizado durante todo este tiempo y seguir construyendo un entorno donde todos nos sintamos cuidados, escuchados y valorados. Creo firmemente en el valor del trabajo en equipo, en la cercanía y en la importancia de mantener en todo momento una comunicación abierta tanto con residentes como familiares y profesionales. Durante las próximas semanas me iré presentando a todos personalmente, compartiendo ideas para mejorar y trabajar juntos. Muchas gracias por la cálida acogida que ya he estado recibiendo en estos días. Estoy aquí para acompañaros, aprender de vosotros y aportar lo mejor de mí. Un afectuoso abrazo.

COSAS DE CASA

Nuevo taller de ganchillo en la residencia

El taller se realiza en el salón de Jazmines los lunes y miércoles por la mañana.

En nuestro centro Amavir La Marina estamos muy ilusionados de anunciar la inauguración de nuestro nuevo taller de ganchillo, un espacio pensado para fomentar la creatividad, mantener activas las manos y la mente y crear momentos de convivencia entre residentes y usuarios de las diferentes unidades de convivencia. El taller, que se lleva a cabo en el salón de Jazmines los lunes y miércoles a partir de las 11:00 h, está abierto a todos los residentes que quieran acercarse a participar o aprender, sin importar el nivel o la experiencia. Si nunca has cogido una aguja ¡este es el momento perfecto para empezar! Y si ya tienes práctica, podrás enseñar tus trucos y ayudar a los demás. Te esperamos con muchas ganas, buena compañía y un montón de lanas e hilos de colores.



El ganchillo engancha.

QUIÉN ES QUIÉN

Angelis González, auxiliar de enfermería

“Aquí he tenido la oportunidad de tener mi primer empleo en residencia”.

Edad: 29 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: He aprendido mucho de mis compañeros.

Virtud: Aprendo rápido y tengo iniciativa.

Defecto: Soy muy directa.

Aficiones: Escuchar música.

Libro: Las Crónicas de Narnia.

Película: El conjuro.

Grupo de música: Romeo Santos.

Comida favorita: Cualquiera que ya venga hecha.



RECUERDOS

Refranero

- Más vale un toma que dos te daré.
- A buena hambre, no hay pan duro.
- A falta de pan, buenas son tortas.
- Helada blanca, buena para el campo y mala para la garganta.
- El que cava y no siembra, ni come ni sueña.
- El que no escucha consejo, no llega a viejo.
- Quien tiene buen vecino, tiene tesoro divino.
- Por San Sebastián el frío muerde y no da pan.
- Bienaventurados los borrachos, que verán a Dios dos veces.
- Echar por el atajo no siempre ahorra trabajo.
- A todo cerdo le llega su San Martín.
- Cada día que amanece, el número de tontos crece.

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.