

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

¡Viva la Feria!

Como todos los años, con motivo de la celebración de la feria, llevamos a cabo en la residencia un programa especial de actividades, para el disfrute de nuestros mayores.

Un año más se ha celebrado con gran entusiasmo la Feria en nuestra ciudad en honor a nuestra patrona, la Virgen del Rosario. En la residencia, se han organizado diversas actividades pensadas para el disfrute de los residentes. Entre los momentos más destacados se encuentran las actuaciones de Jesús y su órgano, que amenizó la fiesta de cumpleaños, y de las rondallas Olivo y Esparto y la del Centro de Mayores, que llenaron de música y tradición las jornadas festivas. Además, como todos los años, un grupo de residentes acompañados por trabajadores de la residencia, realizaron una salida especial a la feria con motivo del Día del Mayor. Todos juntos disfrutamos de una buena comida para después ir a la carpa Alma para disfrutar del espectáculo que el ayuntamiento de Hellín



Grupo de residentes y trabajadores en la Feria.

organiza todos los años para los mayores de la localidad. Un año más artistas locales amenizaron la tarde con sus coplas para el disfrute de nuestros mayores. La programación se completó con divertidos bingos y juegos de feria dentro de la residencia, logrando que todos los asistentes vivieran una feria inolvidable. Sin duda, han sido unas jornadas entrañables, cargadas de emoción y recuerdos, que han permitido a nuestros mayores vivir la feria con intensidad y felicidad. Aprovechamos estas líneas para dar las gracias a todas las personas que todos los años hacen hueco en estos días tan importantes en nuestra ciudad para mostrar un pedacito de feria a nuestros mayores, ellos también lo agradecen de corazón.

Terror y diversión en Halloween: la residencia se llena de actividades temáticas

Cuando comenzamos a celebrar esta fiesta, a nuestros mayores les parecía extraña, pero ahora les gusta y se muestran participativos.

La Hazas ha vivido un Halloween especial, lleno de actividades pensadas para el disfrute de los residentes. Este año, hemos incluido un taller de cocina creativa con recetas terroríficas y deliciosas. Además, se han realizado lecturas sobre las tradiciones y orígenes de Halloween, fomentando la curiosidad y el aprendizaje cultural. Este año repetimos escape room temático, que convertirá la residencia en un escenario de misterio y entretenimiento. Para cerrar con broche de oro,



Celebrando Halloween.

se ha celebrado una gran fiesta de cumpleaños con disfraces. Un Halloween diferente, lleno de alegría, creatividad y espíritu comunitario.

AGENDA**ACT. ORDINARIAS****Terapia ocupacional**

Psicomotricidad, estimulación multisensorial, rehabilitación funcional, sala Snoezelen, rehabilitación y tratamiento de ABVD's y AIVD's, estimulación cognitiva.

Animación sociocultural

Atención individualizada, ocio y tiempo libre, ludoterapia, ergoterapia, intervención con la música.

Psicología

Atención individualizada, programa de estimulación cognitiva con y sin deterioro cognitivo, programa de reminiscencia.

Fisioterapia

Rehabilitación funcional, rehabilitación de la patología aguda, reeducación de la marcha y equilibrio, movilización pasiva y psicomotricidad.

ACT. EXTRAORDINARIAS**Diciembre**

Actividades navideñas.
Actuaciones de artistas locales.
Excursiones.
Fiesta fin de año.
Celebración de los cumpleaños.

Enero

Visita de los reyes magos.
Celebración cumpleaños.
Día de la paz.
Visita a San Antón.

Febrero

San Valentín.
Celebración de cumpleaños.
Carnaval.
San Reventón.
Día Mundial contra el Cáncer.
Día Mundial de la Radio y de la Televisión.

CUMPLEAÑOS**Diciembre**

02/12 Concepción Ortúñoz
04/12 Estrella García
05/12 Rosa Olmos
05/12 Antonio Muñoz
07/12 José Manuel Duque
08/12 Francisco Guerrero
09/12 Palmira García
19/12 Josefina Moreno
19/12 Matías Ibáñez
20/12 Consuelo Dominga Martínez
22/12 José Hermosa
24/12 Avelina Teruel
26/12 Rosario Catalán
26/12 Carmen Márquez
26/12 Purificación Navarro
29/12 Rafael Villote
31/12 Dolores Fernández
31/12 Antonia Pastor

Enero

02/01 Antonia Moya
03/01 Dolores González
05/01 Juana García
06/01 M.ª Josefina López
14/01 Carmen Docón
14/01 Indalecia Cozar
14/01 M.ª Josefina García
14/01 Ignacia Sánchez
14/01 Josefina Tomás
17/01 Ana Conejero
17/01 Antonio Vázquez
17/01 Rosario Verdú
21/01 Milagros Martínez
22/01 María López Rodríguez
28/01 Candelaria Juárez
28/01 M.ª del Carmen Sánchez
30/01 María Rodríguez García
31/01 Antonio Lindo

Febrero

03/02 Manuela Sánchez
04/02 Carmen Calvillo
04/02 Miguel Martínez
07/02 M.ª del Pilar Baguena
08/02 Santos Herrero
08/02 Manuela Palacios
09/02 Andrés Navarro
11/02 Ruperto Alfaro
12/02 Tomás Aguado
14/02 Antonia López
15/02 María Sánchez
17/02 Josefina Marín
21/02 Soledad Alfaro
22/02 Jesús Navarro
26/02 Ángeles Lázaro
27/02 María Alsina
28/02 Rogelia Amat

SERVICIOS**Peluquería**

Miércoles a partir de las 10:00 h.

Podología

Martes a partir de las 10:00 h.

Eucaristía

Jueves a las 18:00 h.

Cafetería

De lunes a domingos de 09:00 a 19:45h.

HOY COMEMOS Carmen Callado**Costillas con ñoras****INGREDIENTES**

Costillas, pan, almendras, sal, pimienta, aceite de oliva, ñoras y ajo.

PREPARACIÓN

Adobar las costillas un día antes y las ñoras se dejan a remojo. En el aceite hacemos picatostes y freímos las costillas. En un mortero picamos el resto de los ingredientes. En la olla ponemos las costillas con el picado, medio vaso de vino y dos de agua. Calentamos unos 20 minutos.



SECRETOS DE MI TIERRA

El esparto en Hellín

**Utensilios hechos de esparto.**

Las fábricas de picado de esparto en Hellín tuvieron su auge en el siglo XX, siendo una actividad económica fundamental para la subsistencia de la zona, especialmente antes y durante la Guerra Civil, con empresarios pioneros como Bartolomé Ruiz Marín y los hermanos Tornero Escribano, quienes crearon estructuras industriales para producir y comercializar hilados y trenzados de esparto con el fin de competir con

el trabajo manual. La tradición del esparto en Hellín es muy antigua y constituyó la base de la economía local. El trabajo consistía en limpiar las “atochas” y preparar el esparto para su uso, una tarea que requería muchas horas y era fundamental para la subsistencia. Actualmente poco queda de esa época, pero en Hellín seguimos teniendo muy presente que el esparto en su día fue muy importante.

AYER Y HOY

Antes



Después

Manuela es natural de Elche de la Sierra y está con nosotros desde el año 2017. Durante su vida laboral se ha dedicado a las labores del hogar y a cuidar de sus hijos. Actualmente le gusta participar en todas las actividades que realizamos en la residencia. Es una persona alegre y cariñosa. En la primera foto la podemos ver con 14 años, y en la segunda foto la vemos en la actualidad con 72.

CARTA DE LA DIRECTORA

Estela Suárez García



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Es un placer volver a casa. Aquí aprendí casi todo lo que sé sobre atención de calidad a mayores, atención centrada en la persona, empatía y, sobre todo, trabajar en equipo con un fin común, intentar que los residentes sean felices. Por ello, mi objetivo en esta dirección que comienzo a ejercer es trabajar para mantener dicho fin, que los trabajadores tengan todo aquello que necesiten para trabajar de la forma más eficaz y ofrecer la mejor atención para garantizar la satisfacción de todos. Poco a poco, estoy intentando conocerlos, pero no es tarea fácil. Han pasado 5 años desde que me trasladé, pero espero pronto poder tener un conocimiento total del centro para poder ofrecer respuestas a las cuestiones que se me planteen. Estamos trabajando para mantener el ritmo de actividades extraordinarias que tanto gustan y también ofrecer actividades atractivas que nos motiven en el día a día. No nos olvidamos del programa Guiados por ti, que vamos implantando paulatinamente. Hemos celebrado también la comida de familiares, un encuentro donde disfrutamos de una jornada festiva de una forma distendida en la cual se reforzaron lazos existentes entre trabajadores, familiares y residentes. Gracias de corazón a todos por vuestra confianza y a los trabajadores vuestro esfuerzo y dedicación. Estoy a vuestra disposición para resolveros cualquier duda, escuchar propuestas y todo aquello que me queráis comentar. Un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

Beneficios de las salas de estimulación multisensorial

La sala de estimulación multisensorial representa un recurso valioso para mejorar la calidad de vida y promover experiencias sensorial positivas.

Las salas de estimulación multisensorial son espacios diseñados para ofrecer experiencias controladas que activan los sentidos mediante luz, sonido, aromas, texturas y estímulos táctiles o visuales. En una residencia de mayores, estos entornos representan una herramienta terapéutica valiosa que contribuye al bienestar físico, cognitivo y emocional de los residentes. Su principal beneficio es favorecer la estimulación cognitiva y sensorial, ayudando a mantener las funciones mentales activas y retrasar el deterioro asociado al envejecimiento o a enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer. Además, promueven la relajación y reducen la ansiedad, el estrés y la agitación, generando un estado de calma y confort. A nivel emocional, fomentan sentimientos de seguridad, autoestima y conexión con el entorno, especialmente en personas con dificultades comunicativas o deterioro cognitivo severo.



Imagen de una sala de estimulación.

También mejoran la interacción social, al permitir actividades grupales adaptadas que fortalecen los lazos entre residentes y cuidadores. Desde el punto de vista físico, favorecen la movilidad, la coordinación y el equilibrio mediante ejercicios sensoriales suaves. En conjunto, una sala multisensorial en una residencia de mayores potencia la calidad de vida, estimula la mente, el cuerpo y las emociones, y transforma el cuidado en una experiencia más humana, placentera y significativa.

QUIÉN ES QUIÉN

Ana Soriano, psicóloga

“Disfruto ver los frutos de mi labor en la residencia, especialmente cuando contribuyo al bienestar y la calidad de vida de los mayores”.

Edad: 27 años.

En Las Hazas desde: 2025.

Lo mejor de Las Hazas: La cercanía.

Virtud: Empatía.

Defecto: Perfeccionismo.

Aficiones: Senderismo.

Libro: Pan de limón con semillas de amapola.

Película: Antes del amanecer.

Grupo de música: Extremoduro.

Comida favorita: La carne.

**RECUERDOS**

Tradiciones de la provincia de Albacete

Los recuerdos de la matanza en los pueblos de Albacete y otras localidades evocan la tradición familiar de sacrificar un cerdo para obtener alimentos como morcillas y embutidos, un proceso que implicaba tareas comunitarias, la elaboración de comidas especiales como el “ajo de matadero”, el uso de la sangre para las morcillas y la grasa para conservar otras carnes y hacer chicharrones o jabón. Esta práctica, que antes era anual y obligatoria para muchas familias en pueblos agrícolas, ha ido disminuyendo, pero se mantiene viva a través de celebraciones populares.

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.