

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.



Centro con plazas concertadas con



Comunidad de Madrid

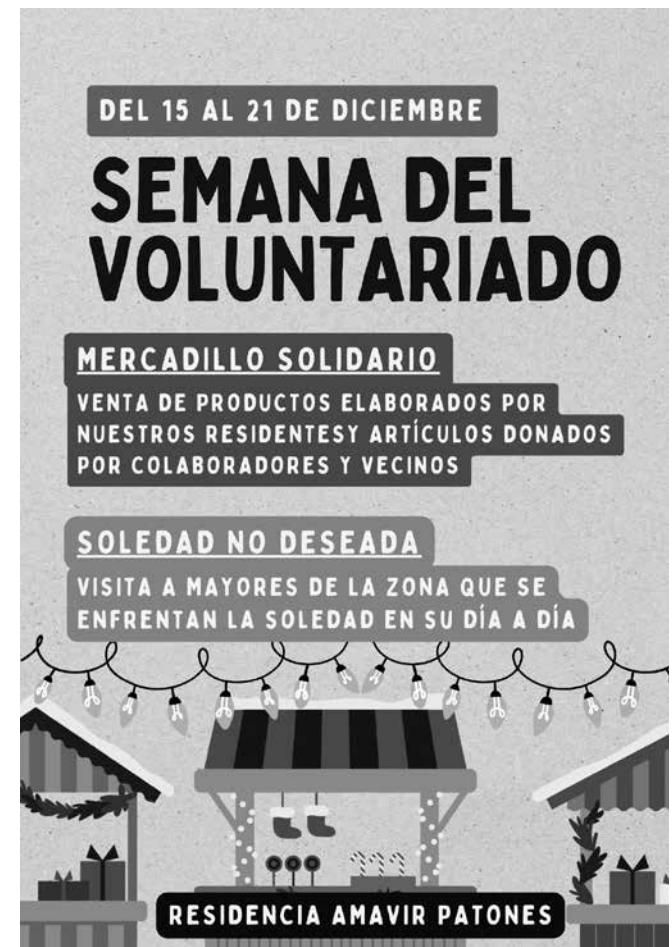
ACTUALIDAD

Del 15 al 21 de diciembre, vive la Semana del Voluntariado en nuestra residencia

Realizamos diversas actividades para ayudar a quienes más lo necesitan.

Del 15 al 21 de diciembre, nuestra residencia celebra la Semana del Voluntariado con diversas actividades solidarias que buscan apoyar a la comunidad local. Entre las iniciativas más destacadas se encuentra un mercadillo solidario, donde se pondrán a la venta productos elaborados por nuestros residentes, así como artículos donados por colaboradores y vecinos. Todo lo recaudado será destinado una ONG aún por confirmar, con el fin de aportar ayuda a quienes más lo necesitan. Además, se llevará a cabo una actividad de voluntariado bajo el lema "Soledad no deseada", que consistirá

en visitar a personas mayores que viven solas en nuestra zona. Esta iniciativa busca brindar compañía, apoyo y mejorar la calidad de vida de quienes enfrentan la soledad en su día a día. Con estas acciones, la residencia reafirma su compromiso social y promueve valores como la solidaridad, el respeto y la empatía. Invitamos a toda la comunidad a sumarse a esta causa, ya sea colaborando con donaciones para el mercadillo o participando en las visitas a los mayores. La Semana del Voluntariado es una oportunidad para demostrar que, juntos, podemos hacer la diferencia.



Cartel de la Semana del Voluntariado.

Amores que dejan huella

Una jornada llena de complicidad, ternura y juegos con nuestros perros de terapia, que convierten el centro en un espacio aún más cercano y acogedor.

En Amavir Patones celebramos una nueva sesión de terapia asistida con animales. Nuestros residentes disfrutaron de la compañía de Marisol, Risco, Kenia, Paquito y Bertín, fortaleciendo el bienestar emocional y la interacción social. Estas terapias tienen numerosos beneficios: la presencia de los perros ayuda a reducir la ansiedad y el estrés, mejora el estado de ánimo y facilita la expresión de emociones. Además, anima a participar a personas más retraídas, favoreciendo que se relacionen con otros residentes y con el equipo profesional. Las caricias, el juego y las órdenes que se dan a los animales contribuyen a mantener la



Nuestros residentes durante la sesión con animales.

movilidad, la atención y la coordinación. En definitiva, es una actividad que deja huella, llenando el centro de sonrisas y momentos especiales.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Tratamientos rehabilitadores, gerontogimnasia, reeducación de la marcha, tratamientos individualizados según patologías, electrotterapia, movilizaciones en cama, programa de paseos en planta.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, psicomotricidad, estimulación sensorial, rehabilitación funcional, laborterapia, entrenamiento ABVD (apoyo y estimulación en comedores.) Movilizaciones pasivas y estimulación sensorial en planta de mayor dependencia.

Psicología

Estimulación cognitiva en deterioro cognitivo, atención individualizada y grupal en trastornos psicoafectivos, resolución de conflictos en la convivencia, estimulación sensorial, estimulación cognitiva grupo sin deterioro cognitivo, coordinadora de centro de día.

Animación sociocultural

Bingo semanal, excursiones, celebración mensual de cumpleaños, organización de fiestas populares y actuaciones, cine fórum, coordinación con ayuntamiento del programa intergeneracional. Actividades indirecta semanales, quincenales y mensuales.

SERVICIOS

Peluquería

Todos los viernes de 10:00 a 15:00 h. Cambiará al jueves si se planifica salida para el viernes.

Podología

Una vez al mes, ampliable si existe mayor necesidad de los usuarios.

Eucaristía

Visita del sacerdote los viernes a las 18:00 h.

Servicio de etiquetado

Sistema de termosellado. El coste es el siguiente: 25 Etiquetas 23 €. 50 etiquetas 45 €. 100 etiquetas 90 €.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Fiesta de cumpleaños con Bingo.
Manualidades con niños del colegio.
Cinefórum.
Terapia asistida con animales.
Taller de cocina.
Taller de salud y bienestar.
Visitas a Belenes.
Excursión aún por determinar (posiblemente: salida al centro comercial).
Salida al mercadillo.
Programa especial de Navidades.
Mercadillo solidario.
Voluntariado "Soledad no deseada".

Enero

Celebración del año nuevo: comida especial.
Visita de los Reyes Magos.
Salida a tomar el vermut.
Terapia asistida con perros.
Cinefórum.
Fiesta de cumpleaños.
Bingo.
Salida a mercadillo.

Febrero

Fiesta de las Candelas.
Bingo.
Terapia asistida con perros.
Fiesta de Carnaval.
Taller de salud y bienestar.
Cinefórum.
Fiesta de cumpleaños.
Manualidades con niños del colegio máscara de carnaval.
Salida a tomar el vermut.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

05/12 Josefa Herrera
05/12 M.ª Pilar Sánchez
14/12 Saturnino Ramón Fernández
18/12 Concepción García
18/12 M.ª José Obeso
21/12 Tomás Gómez
21/12 Juana González

Enero

01/01 Jesús García
03/01 Genoveva Expósito
06/01 Juana Sánchez
07/01 M.ª Luz Arroyo
08/01 Rosalía Gómez
08/01 Dolores Hernández
12/01 Victoriana Melones
14/01 Sara Brioso
24/01 M.ª Paz David
31/01 Julia Hernanz

Febrero

03/02 María Gómez
04/02 Eugenio Canelada
05/02 Manuela Peira
06/02 Ángel Enguita
20/02 Joaquina Fernández
22/02 Marina Martínez
24/02 Milagros Amparo Martínez
28/02 Victoria García

HOY COMEMOS Blanca

Trufas de chocolate navideñas

INGREDIENTES

200 g. de chocolate negro, 100 ml. de nata (crema para batir), 1 cucharada de mantequilla, fideos de colores o cacao en polvo.

PREPARACIÓN

Calienta la nata y la mantequilla. Añade el chocolate troceado y mezcla hasta derretir. Deja enfriar en la nevera 1 hora. Forma bolitas y rebózalas en fideos o cacao.



SECRETOS DE MI TIERRA

Casarrubios del Monte en la vida de María

María Villaseca Juzgado nació hace 90 años en Casarrubios del Monte, Toledo. Creció entre caminos de tierra, campos de cultivo y casas de piedra. De jovencita emigró a Madrid para trabajar sirviendo. La familia narra recuerdos que les transmitía la residente acerca de la necesidad que vivieron cuando su padre estuvo en la guerra. Entre los detalles más significativos para ella son el Castillo y la Torre Mocha, además de que tiene muy presentes las calles empedradas y la iglesia Santa María, donde se casó con Jose. Las fiestas patronales en honor a la



El pueblo de Maruchi.

Virgen de Gracia eran un momento especial, la misa, las procesiones, música y bailes en la plaza, los encierros, etc. Aunque ella no disfrutaba mucho de los toros, sí que le gusta verlos por la televisión. Desde julio de 2022, Maruchi vive en la residencia Amavir Patones.

AYER Y HOY

Antes



Después

M.^a Luz Arroyo nació hace 87 años en Pozoblanco (Córdoba). Sus padres se trasladaron después a Rute, del que guarda bonitos recuerdos. A los 18 años vino a Madrid, donde formó su familia y aprendió el oficio de modista junto a su hermana Clari, confeccionando sus vestidos y cosiendo. Le ha encantado también hacer punto, y a sus hijos les hacía jerséis y bufandas. Desde el año 2024 reside en Amavir Patones, rodeada de cariño y es feliz paseando por el pueblo cuando su familia viene frecuentemente a visitarla.

CARTA DE LA DIRECTORA

Paloma Martín Jiménez



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Llega la Navidad, tiempo de encuentros, de pausa y de emociones compartidas. En nuestra residencia, estas fechas cobran un sentido especial: son días que despiertan recuerdos y sentimientos, pero también oportunidades para crear nuevos momentos de alegría, compañía y ternura. Este diciembre, como cada año, hemos preparado un programa de actividades navaideñas con mimo y dedicación, buscando que cada residente se sienta parte activa y protagonista. Villancicos, talleres, visitas especiales y celebraciones pensadas para generar vínculos y mantener viva la ilusión. Invitamos a las familias a acompañarnos, a hacer de estas fechas un punto de encuentro entre generaciones. Seguimos firmes en nuestro compromiso con la atención centrada en la persona. Cuidar no es solo atender, es respetar deseos, reconocer trayectorias de vida y construir un entorno donde cada uno conserve su identidad y dignidad. Contamos con el impulso de todos para seguir avanzando en este camino. Gracias por vuestra confianza y por formar parte de esta gran familia. Que esta Navidad nos abrace con serenidad y que el nuevo año llegue lleno de esperanza compartida. Un afectuoso saludo.

COSAS DE CASA

Carta abierta de una residente agradecida de Amavir Patones

La residente ha solicitado escribir en el periódico, por lo que en esta edición este apartado de cosas de casa se lo hemos ofrecido a ella.

Me llamo Simona y desde el año 2019 tengo la suerte de vivir en una pequeña gran residencia: Amavir Patones, en Patones de Abajo. Digo “gran” porque, aunque el lugar sea modesto en tamaño, está lleno de algo mucho más valioso: personas que forman una verdadera familia. Con esta carta quiero dar un gracias gigante, desde el respeto, el cariño y el profundo agradecimiento, a todas aquellas personas que cada día llegan donde yo no puedo llegar. Gracias a quienes me cuidan, a quienes me quieren, a quienes están a mi lado a todas horas, con una palabra amable, una mano tendida o una sonrisa que lo cambia todo. No quiero nombrar a nadie en particular, porque sería injusto dejar a alguien fuera. Todos y todas deberían estar aquí, con nombres y apellidos. Pero no quiero hacer de esta carta una lista interminable. Lo que sí quiero dejar claro es que, desde recepción hasta dirección, pasando por auxiliares, enfermeras, limpieza, cocina, mantenimiento, fisioterapeuta, psicóloga, terapeuta ocupacional, médicos, etc., todos merecen este reconocimiento. Después de seis años aquí, puedo decirlo con certeza: me siento como en casa. Gracias de todo corazón.

Simona, residente en Amavir Patones. Octubre de 2025.



Nuestra residente Simona.

QUIÉN ES QUIÉN

Laura Rodríguez, gerocultora

“Cada paso en el camino es un paso al destino”.

Edad: 23 años.

En Amavir desde: 2025.

Lo mejor de Amavir: Los compañeros.

Virtud: Contagiar la alegría.

Defecto: Confiar muy pronto en la gente.

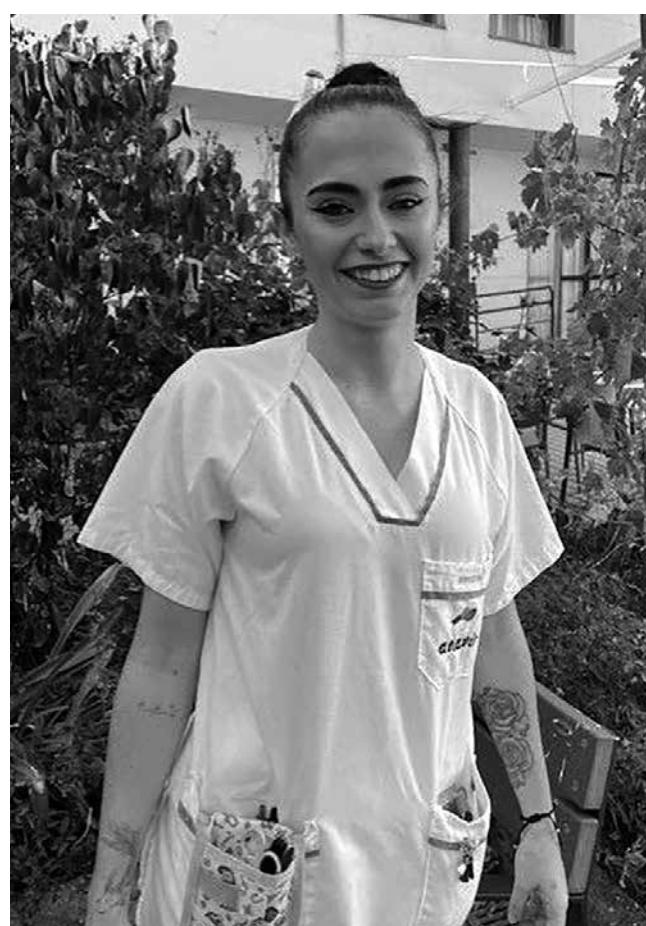
Aficiones: Leer, pasar tiempo con mis amigos.

Libro: Saga de Harry Potter.

Película: Beetlejuice.

Grupo de música: Melendi.

Comida favorita: Cocido madrileño.

**RECUERDOS**

La caja de galletas metálica

¿Se acuerdan de aquellas cajas metálicas de galletas de mantequilla? Eran populares en muchos hogares y, una vez vacías, solían reutilizarse como costureros, cajas de botones, hilos o documentos. Su diseño colorido y resistente las hacía ideales para guardar “tesoros” del día a día. Más que un simple envase, se convirtió en un símbolo de hogar y cuidado. Un objeto humilde, pero cargado de historias. Muchas veces se abrían en secreto, con la esperanza de encontrar algo dulce. Sin embargo, casi siempre estaban llenas de hilos o alfileres.

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 ani-mal, 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 entre-vistar 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 perso-nas 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.