

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

Visitamos la Feria de Artesanía y asistimos a la misa en honor a la Virgen de los Dolores

Participamos en la jornada que incluyó además un almuerzo junto a otros centros.

La visita de los residentes y usuarios del centro, junto al resto de centros de la isla, a la Feria de Artesanía y la fiesta de la Virgen de los Dolores ya es tradición. Los diferentes centros de la isla se organizaron para desplazarse hasta el recinto ferial, que se encontraba junto a la iglesia, entre puestos coloridos y risas. Se dejó ver la imaginación de cada uno: telas, cerámica y cuadernos decorados, y muchos se animaron a comprar algún detalle para llevárselo a casa. Además, este año la feria contaba con juegos tradicionales en el que los residentes pudieron disfrutar de ellos y jugar en lo que les apetecía. Una vez visitada, todos los centros se reunieron en el escenario principal para disfrutar del grupo folclórico y degustar del tradicional gofio. La parroquia convocó a una misa al aire libre en honor a la Virgen de los Dolores, donde los diferentes centros pudieron disfrutarla y hacer su ofrenda a la Virgen. Después del acto religioso, todos se dirigieron al restaurante de Los Dolores, donde compartieron un almuerzo junto a otros centros de la zona. El rato fue una charla relajada, algunas anécdotas de otros años y un brindis por la buena convivencia. Una buena forma de poner el broche final al día tan especial.



Imágenes realizadas durante la actividad.

Actividades de ocio didácticas y participativas en nuestro centro

Se desarrollan diferentes trabajos que fortalecen, entretienen, expresan y dan sentido a cada uno de nuestros usuarios.

En los últimos meses, nuestra residencia ha desarrollado una serie de actividades didácticas y participativas para el bienestar de cada uno de nuestros mayores. Hemos recibido a los vecinos del municipio de Yaiza, que nos hicieron disfrutar de su playback, una experiencia emotiva que promovió convivencia y autoestima. En el taller de cocina, se elaboró

un hojaldre de manzana, que luego se degustó en la merienda. También realizamos un taller de arteterapia que dio como resultado un mural de las emociones. Además, hemos vuelto al huerto comunitario de Tegoyo, en el que decoramos troncos y aprendimos sobre la jardinería. Asimismo, visitamos al CBAL del proyecto de la Fundación Juan Brito.



Imágenes de las actividades.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

09:00 h. Desayuno.
 09:30 h. Grupo de Buenos Días y lectura de periódico.
 09:30 h. Rehabilitación - Fisioterapia / Terapia Funcional - Terapeuta Ocupacional / Estimulación Cognitiva – Psicología.
 11:00 h. Estimulación sensorial – Terapeuta Ocupacional / Ludoterapia Animación.
 13:00 h Almuerzo.
 14:00 h. Ergoterapia - Animación.
 16:00 h. Intervención con la música - Animación / Terapia Funcional - Terapeuta Ocupacional / Rehabilitación – Fisioterapia.
 17:00 h. Merienda.
 17:30 h. Estimulación Sensorial - Psicología / Ocio y tiempo libre– Animación / Gerontogimnasia grupal – Fisioterapia.
 20:00 h. Cena.

Sábado y domingo

11:00 h. Ludoterapia.
 14:45 h. Ergoterapia / Intervención con la música.
 17:30 h. Ocio y tiempo libre.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

01/12 Inauguramos la decoración navideña del centro.
 09/12 al 31/12 Actuaciones de grupos invitados, del IES Tías y diferentes actividades.
 24/12 y 25/12 Visita de Papa Noel y celebración de la Nochebuena y Navidad, con menú especial.
 31/12 Fiesta de Fin de Año. Tomaremos las uvas acompañadas de cotillón y brindis a las 12:00 h.

Enero

03/01 Cine navideño.
 05/01 Visita de SS.MM. los Reyes Magos.
 14/01 y 21/01 Taller de lectura en familia.
 22/01 Salida cultural / paseo al Centro Comercial.

Febrero

01/02 Comienzo de la elaboración de los disfraces de Carnaval.
 14/02 Celebramos San Valentín.
 24/02 al 05/03 Actuaciones de las murgas.
 24/02 Elección del Rey y Reina del Carnaval 2026.
 27/02 “Entierro” de la sardina.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

01/12 Manuela Avero
 05/12 Josefa Corujo
 12/12 Eusebio Corujo
 15/12 Eduardo Cabrera
 20/12 Domingo González
 21/12 Francisco Javier Morín
 21/12 Tomás Cabrera
 21/12 Manuel Poyato
 22/12 Christian Guadalupe
 26/12 Patricia González

Enero

07/01 Hipólito Rojas
 15/01 Isabel Godoy
 15/01 Santiago Machín
 15/01 Amparo Delgado
 20/01 Carmen Batista
 20/01 Marta Veiga
 21/03 Yolanda Partida
 23/01 Marcelino Sucas
 23/01 Mirna Guzmán
 30/01 José Antonio Suárez

Febrero

06/02 Lynn Fearn
 12/02 Micaela Betancor
 16/02 Juan Carlos González
 18/02 Arcargelo Lama
 20/02 Otilia Brito
 21/02 Sixto Bolaños
 22/02 Chander Chatlani
 24/02 Reyes Rojas

SERVICIOS

Podología

2 días alternos al mes.



Peluquería

2 días alternos al mes.

HOY COMEMOS Soledad Vargas

Potaje Navidad

INGREDIENTES

Bacalao, patatas, huevos, ajo, cebolla, perejil, harina, garbanzos, espinacas, judías, pimientos, tomate y aceite.

PREPARACIÓN

Hervir el bacalao, escurrir, templar y desmenuzar sin piel ni espinas. Cocer patatas, machacarlas y mezclar con bacalao, huevos, ajo, cebolla, perejil y harina hasta formar una masa. Hacer bolitas y freír. Cocer garbanzos y judías remojadas con laurel y ajo asado. Añadir pimientos, tomate y aceite. Cuando las legumbres estén tiernas, incorporar las pelotas y espinacas. Cocer unos minutos, ajustar sal y reposar antes de servir.



SECRETOS DE MI TIERRA

Fiestas de Las Nieves

El 5 de agosto es una gran fecha para los lanzaroteños ya que es el Día de las Nieves, patrona de la isla desde el siglo XVIII. Se dice que, desde el 17 de marzo de 1725, el cabildo de Lanzarote se reunió en Villa de Teguise y, a través de la elección por votos, proclamó como patrona de la isla a la Virgen de las Nieves, según consta en documentos del cabildo. Es así como a partir de 1936 la iglesia se encarga de organizar cada 5 de agosto la procesión que se concentra en Teguise, donde se encuentra su ermita. En diálogo con nuestros residentes, nos cuentan que desde la época de sus padres se encomiendan a la Virgen de la Nieves y a la Virgen de los Dolores (copatrona de la isla) y participan de festi-



Virgen de Los Dolores.

vidades culturales que se llevan a cabo, como las romerías que parten desde Haría hasta Teguise, municipios que comparten esta tradición y piden su intercepción en épocas de sequía y para ahuyentar catástrofes o calamidades. Para ello los lugareños llevan con gran fervor sus ofrendas hasta las puertas de la iglesia y a continuación se inicia el festejo con acompañamiento musical de las parrandas tradicionales de la isla.

AYER Y HOY**Antes**

Josefina Domínguez, nacida en Tías, se trasladó siendo una bebé a Arrecife. A los 20 años se casó profundamente enamorada y dedicó su vida a su familia y tres hijos. Habil en el bordado a máquina y mujer de profunda fe, impartió clases de catequesis con gran entrega y recuerda que encontraba la alegría ayudando a los demás. Hoy vive una nueva etapa en Amavir Tías, donde disfruta de la convivencia diaria y de las actividades, compartiendo momentos agradables con compañeros y trabajadores.

**Después****CARTA DE LA DIRECTORA**

Noelia Villalba Clavijo



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Aprovecho la oportunidad que me brinda este espacio para presentarme, ya que mi incorporación a la dirección es reciente y quiero compartir con ustedes la ilusión que me hace asumir este reto profesional. He sentido una gran acogida y tengo la enorme suerte de contar con un gran equipo de profesionales que destacan por su calidad humana y gran implicación en el desempeño de su labor. A ellos me uno para sumar esfuerzos y aportar mis años de experiencia, dedicados a la atención de personas de diferentes colectivos vinculados al área sociosanitaria, empezando desde el escalón más bajo de la jerarquía y ascendiendo por méritos propios con esfuerzo y con vivencias que marcaron mi personalidad, forjaron mi camino profesional, siempre disfrutando de mi trabajo y fiel a mis principios y valores éticos. Mis objetivos son realistas acerca de lo que está a mi alcance, y estoy convencida de que cada aportación positiva, por pequeña que sea, impulsa un cambio en beneficio de todos. No duden en usar las vías que ya conocen para compartir conmigo sus inquietudes y propuestas que nos ayuden a obtener los mejores resultados en el desarrollo de nuestro trabajo diario.

COSAS DE CASA

Manualidades, animales y lectura

Talleres y actividades de todo tipo en el centro.

Se ha continuado trabajando junto a la Fundación Juan Brito. En esta ocasión se realizaron diferentes sesiones de cerámica y de tintes, donde los residentes pudieron sacar a relucir sus destrezas en estas disciplinas de manualidades. Con mucha diversión y un poco de desastre, se vivieron buenos momentos y se marcaron buenos recuerdos. Como sucede cada mes, acude Eli y su Border Collie, llamado Rofe, para realizar las sesiones de terapia con animales. Estas sesiones son un momento de encuentro, donde se observa el cariño y el aprecio por los animales, y cómo estas interacciones generan esa reminiscencia en los residentes, de cuando cuidaban a sus mascotas en casa. Rofe además es un perro muy bien amaestrado, con el que se puede trabajar de muchas formas y maneras, y Eli es capaz de sacar a relucir sus cualidades como perro



Residentes durante el taller de tintes.

de terapia. Otro de los talleres que solemos repetir mensualmente es el de lectura, en el que se crea un espacio de tranquilidad y entendimiento. Así, se busca un libro de interés común, y suele acudir un familiar para ayudar en la dinámica. Se trata de un momento en el que los residentes son capaces de abrir su mente, trabajar lo cognitivo a través de la lectura y compartir con los demás la lectura que se está realizando.

QUIÉN ES QUIÉN

Daniela Arias, auxiliar de enfermería

“La vida es mejor cuando sonrías”.

Edad: 21 años.

En Amavir desde: 2024.

Lo mejor de Amavir: Los residentes.

Virtud: Empatía.

Defecto: Impaciente.

Aficiones: Escuchar música, ver series, salir, etc.

Libro: Por 13 razones.

Película: Toda la vida es un año.

Grupo de música: Anuel.

Comida favorita: Marisco.

**RECUERDOS**

El pozo

Nuestro usuario Julio Peña, originario de Cuba, nos cuenta que recuerda mucho cuando, de pequeño, solía ir junto a su padre y sus hermanas a un pozo a recoger agua con una rastra de dos patas y una pila para llevar a casa. Era un recorrido de unos 2 kilómetros durante el que disfrutaba mucho. Se iban por todo el camino cantando, poniéndole a los árboles los nombres de sus vecinos, contando chistes. Al llegar al pozo, ayudaban a su padre a llenar la pila de agua, y de regreso lo hacían con mucho cuidado, evitando que se derramara el agua por los baches que se encontraban en el camino.

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 importan-tes 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.