

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



Amavir incorpora dos nuevas residencias en Canarias y Madrid

Se trata de los centros Benedicta Ojeda (Las Palmas) y El Encinar (Leganés).

La familia Amavir sigue creciendo con dos nuevas residencias. En Gran Canaria, el centro sociosanitario Benedicta Ojeda, titularidad del Cabildo Insular, y ubicado en el barrio de Tamaraceite de Las Palmas. Este centro, que abrió sus puertas el pasado 9 de febrero, cuenta con 105 plazas de residencia, 30 de salud mental y 21 de centro de día. Y en Madrid, se incorpora a Amavir la residencia El Encinar de Leganés, abierta en 1996 y que dispone de 132 plazas de residencia y 30 de centro de día, todas ellas concertadas con la Comunidad de Madrid.

Estas incorporaciones coinciden con la finalización de la gestión por parte de la compañía de las residencias Amavir Ibañeta y Amavir Betelu, en Navarra, que han sido traspasadas a los ayuntamientos respectivos. Con todo, Amavir gestiona actualmente 48 residencias y 41 centros de día en 8 comunidades autónomas, con casi 9.000 plazas y una plantilla de 5.300 trabajadores. En próximas fechas abrirán dos nuevos centros en Madrid (Ciudalcampo) y Andalucía (Granada).



Amavir recibe el “Premio Foro de Recursos Humanos del Sector del Cuidado” al Mejor Plan de Formación

Amavir ha sido distinguida con el “Premio Foro de Recursos Humanos del Sector del Cuidado” en la categoría de Mejor Plan de Formación, un galardón que reconoce su firme apuesta por la capacitación, el desarrollo del talento y la mejora continua de sus profesionales. Estos premios están impulsados por Foro Técnico de Formación.



Amavir entrega sus premios anuales para reconocer el trabajo de las residencias

Además, la compañía ha recibido tres de los premios internacionales del Grupo Maisons de Famille.

Amavir ha entregado la segunda edición de sus premios, cuyo objetivo es reconocer anualmente el trabajo que llevan a cabo las residencias de la compañía en distintas áreas, encaminadas todas ellas a buscar la excelencia en la gestión de los centros. En total, había seis categorías, en cada una de las cuales se entregó un primer premio y dos accésits, concediéndose además un premio especial del jurado. Por otra parte, en esta misma gala se entregaron también los tres premios que hemos recibido del Grupo Maisons de Famille.



Premio a la Mejor Innovación Asistencial: primer premio Amavir Ciudad Lineal (Madrid), segundo premio Amavir La Gavia (Madrid) y tercer premio Residencia El Balconcillo (Guadalajara).

Premio Medio Ambiente: primer premio Amavir Tejina (Tenerife), segundo premio Amavir Diagonal (Barcelona) y tercer premio Amavir Ciudad Real.

Premio Mejor Gestión del Personal: primer premio Amavir Pozuelo (Madrid), segundo premio Amavir Tejina (Tenerife) y tercer premio Amavir La Marina (Madrid).

Premio Mejor Eficiencia Financiera: primer premio Amavir Jaén, segundo premio Amavir Tejina (Tenerife) y tercer premio Amavir Villanueva de la Cañada (Madrid).

Premio Residencia Mejor Valorada: primer premio Residencia El Balconcillo (Guadalajara), segundo premio Residencia Don Quijote (Tomelloso, Ciudad Real) y tercer premio Amavir Patones (Madrid).

Premio a la Mejor Comunicación: primer premio Amavir La Gavia (Madrid), segundo premio Residencia El Balconcillo (Guadalajara) y tercer premio Amavir Ciudad Real.

Premio Especial del Jurado: Amavir Santa Cruz, por su proyecto de integración laboral, que la ha convertido en el primer centro sociosanitario de España en ser centro especial de empleo.

Premios del Grupo Maisons de Famille: al proyecto «El libro de mi vida», al programa de evaluaciones de riesgos psicosociales a la plantilla y a la excelencia en la trayectoria personal al director de Comunicación de Amavir, Roberto Rodríguez.



Resuelto el concurso “Tengo una idea” para reconocer propuestas de mejora de la plantilla

Estos premios buscan reconocer las propuestas de mejora presentadas por los trabajadores y trabajadoras de la compañía en ámbitos clave para la organización.

El primer premio, en la categoría de calidad asistencial, ha recaído en Miguel Ángel Nador, animador sociocultural de la residencia El Balconcillo (Guadalajara), por su proyecto “Marcha-paseo por el envejecimiento activo”. El segundo premio, en compromiso con el medio ambiente, ha sido para Sergio León, de las oficinas centrales de Amavir, por su proyecto “Guardianes del planeta”. Por su parte, el tercer premio, en la categoría de bienestar laboral, ha reconocido a Patricia Amezcua, trabajadora social de Amavir Argaray (Navarra), por su proyecto “Dinámicas grupales”. Cada uno de los premiados ha recibido un diploma y la cuantía de 800, 600 y 400 euros, respectivamente.



Centro con plazas
concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Amavir Colmenar quiere el primer premio

Con entusiasmo, ganas y mucha participación, Amavir inicia este nuevo reto convencida de que, juntos, este puede ser el año de la victoria.

Nuestro centro vuelve a sumarse, un año más, al Concurso de Decoración de Jardines de la Comunidad de Madrid, y esta vez lo hace con un objetivo claro y compartido: alcanzar el primer premio. Tras tres años consecutivos participando con excelentes resultados (logrando menciones especiales y un tercer premio), este año la ilusión, el compromiso y la ambición son mayores que nunca. El proyecto de decoración del jardín se plantea como una iniciativa participativa y comunitaria, en la que se anima a colaborar activamente tanto a residentes como a familias, convirtiendo el proceso creativo en una experiencia enriquecedora, intergeneracional y llena



Concurso de jardines de la CAM.

de ilusión. La implicación de todos será clave para transformar el jardín en un espacio lleno de vida, color y significado. Además, hay que destacar que adquiere un valor añadido el utilizar materiales reciclados para seguir trabajando en las tres R del reciclaje: Reducir, reciclar y reutilizar.

Historias narradas y “A mi yo de ayer”

Desde el equipo técnico estamos trabajando con ilusión en el proyecto “Guiados por ti”, que pone en el centro la voz y la historia de nuestros residentes.

Nuestro objetivo es dar más espacio a relatos personales, recuerdos y vivencias narradas en primera persona. Queremos que sus historias sigan vivas y sean compartidas con toda la comunidad del centro. Dentro de esta iniciativa nace un nuevo cartel titulado “A mi yo de ayer”. En él se combinará una fotografía de juventud con una imagen actual de los residentes. Ambas imágenes estarán unidas por una reflexión muy especial: ¿Qué le diría hoy a su yo de ayer? Este proyecto busca emocionar, conectar generaciones y dar valor a la experiencia de vida porque cada residente tiene una historia que merece ser contada y escuchada.



Imagen de un cartel de “A mi yo de ayer”.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Lunes a viernes: 10:30 a 11:30 h., moviliza-
ción en cama. Todos los días: 10:30 a 13:00 h.,
tratamiento en sala y ejercicios individuales.
Todos los días: 15:30 a 16:30 h., atención a
los usuarios de CD. Lunes, miércoles y vier-
nes: 17:00 a 18:30 h., tratamiento individual
en sala o habitación. Martes y jueves: 17:00 a
18:00 h., tratamiento individual en sala.

Terapia ocupacional

Todos los días: 8:30 h., ABVD ducha, higiene
personal y vestido. 10:30 a 13:00 h., terapia
en sala. 13:00 h., ABVD alimentación. 15:00
a 16:30 h., rehabilitación funcional en planta.
Lunes, miércoles y jueves a las 17:00 h., pro-
grama de laborterapia en sala de TO. Martes
y jueves a las 17:00 h., estimulación sensorial
y cognitiva en módulo.

Terapia ocupacional centro de día

Todos los días: 10:30 h., orientación a la rea-
lidad y lectura de periódico. 11:00 h., geron-
togimnasia. 11:30 h., estimulación cognitiva.
12:20 h., paseo. 13:00 h., ABVD Alimenta-
ción. Jueves a las 12:00 h., bingo.

Psicología

Todos los días de 10:00 a 14:00 h., terapias
individuales. Todos los días, de 17:00 a 19:00
h., actividades en grupo e individuales: esti-
mulación cognitiva, estimulación sensorial y
terapias individuales.

Animación sociocultural

Todos los días, ludoterapia, ocio y tiempo li-
bre y musicoterapia en plantas 0, 1 o 2. Lunes,
martes, jueves y viernes, taller de ergoterapia
de 17:00 a 18:00 h. Lunes, martes, jueves y
viernes, talleres de animación en centro de

día. Martes de 18:00 a 18:50 h., bingo musical
en sala multiusos. Jueves de 18:00 a 18:50h.,
bingo en sala multiusos.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

Día Mundial de la Eficiencia Energética.
Día de la Mujer.
Taller de cocina.
Llegada de la primavera.
Cine cumpleaños y palomitas.

Abril

Visita al vivero.
Decoración Feria de Abril.
Taller de cocina, aperitivos de la Feria de
Abril.
Fiesta Feria de Abril.

SERVICIOS

Peluquería

Martes de 10:00 a 13:00 h.
Miércoles de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.
Jueves de 15:00 a 19:00 h.
Viernes de 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h.

Podología

Miércoles a las 16:30 h.

Misas

Lunes a las 17:30 h. Rezo rosario.
Sábados a las 10:45 h.

HOY COMEMOS Antonio González

Empanada gallega

INGREDIENTES

Harina de fuerza, AOVE, agua, sal,
levadura fresca, cebolla, pimiento rojo y
verde, bonito del norte, tomate, leche.

PREPARACIÓN

Primero hay que hacer el sofrito con to-
das las verduras, añadimos tomate y el
bonito. Para la masa, hay que mezclar la
harina, levadura y sal. Añadimos aceite del sofrito y agua tibia hasta mezclar bien. Dejar reposar
una hora. Extender la masa y rellenar con el sofrito y bonito, cerrar con otra masa y dejar un
agujero en el medio para que respire.



CUMPLEAÑOS



Marzo

- 02/03 Jesús León
- 03/03 Antonia Berbel
- 06/03 Josefa Díaz
- 06/03 Rosa M.ª Fernández
- 07/03 Francisco Anguiano
- 07/03 Alfonso Camarmol
- 08/03 Desamparados López
- 10/03 M.ª del Carmen Martín
- 10/03 Adoración Morales
- 13/03 Luisa García
- 18/03 Rodolfo Merino
- 21/03 Rafaela Martínez
- 25/03 Anunciación Cuartero
- 26/03 Antonio Valera
- 27/03 Antonia Fernández
- 30/03 Alfonsa Serrano

Abril

- 01/04 Emilia Martínez
- 03/04 M.ª Isabel de la Concha
- 04/04 Eugenia Barrio
- 07/04 Manuela Ariza
- 07/04 Rosario González
- 09/04 Petra López
- 10/04 Elisa González
- 15/04 Juana Senise
- 20/04 Felisa Martínez
- 24/04 Francisco de Navas
- 24/04 Leonardo González
- 25/04 Soledad Ávila
- 25/04 Josefa Revilla
- 26/04 Marcelina Agudo
- 27/04 Jaime Aceña
- 27/04 Concepción García
- 30/04 María Guzman

SECRETOS DE MI TIERRA



Imagen de la ciudad de Cáceres.

Cáceres, la ciudad que te devuelve al pasado

Pasear por Cáceres es como volver a la época del medievo, en especial al pasar por el Arco de la Estrella , donde sus piedras, colocadas de forma oblicua, dan paso a su zona monumental. Paseando por sus callejuelas de piedra llegas a la Concatedral de Santa María. Seguimos caminando y llegamos a la Plaza de San Jorge con su escalinata, donde a mano derecha y a través de una calle muy estrecha nos adentra-

mos en el Barrio Judío. Coronando dicho barrio, se encuentra el Museo del Aljibe y la Plaza de San Mateo. La belleza de su muralla, que rodea toda la ciudad monumental, nos invita a celebrar el primer domingo de mayo la fiesta de su patrona, la Virgen de Montaña y, si el bolsillo lo permite, degustar los manjares de su famoso Hotel-Restaurante Atrio, único en Extremadura con tres estrellas y tres llaves Michelin.

AYER Y HOY



Antes

Los Reyes solían traer una naranja, caramelos, una pastilla de jabón y, si podían, traían algún juguete, una muñeca de trapo o de cartón, un coche de hojalata, un balón de goma o hecho de trapos, una peonza. Todo se recibía con alegría porque era un día que se esperaba con mucha ilusión. ¡Eso no ha cambiado! Lo veo en nuestros nietos, es un día lleno de magia. Ahora los regalos son otros y el valor que se les da también ha cambiado. Nosotros los cuidábamos entonces como un tesoro.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Gutiérrez



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

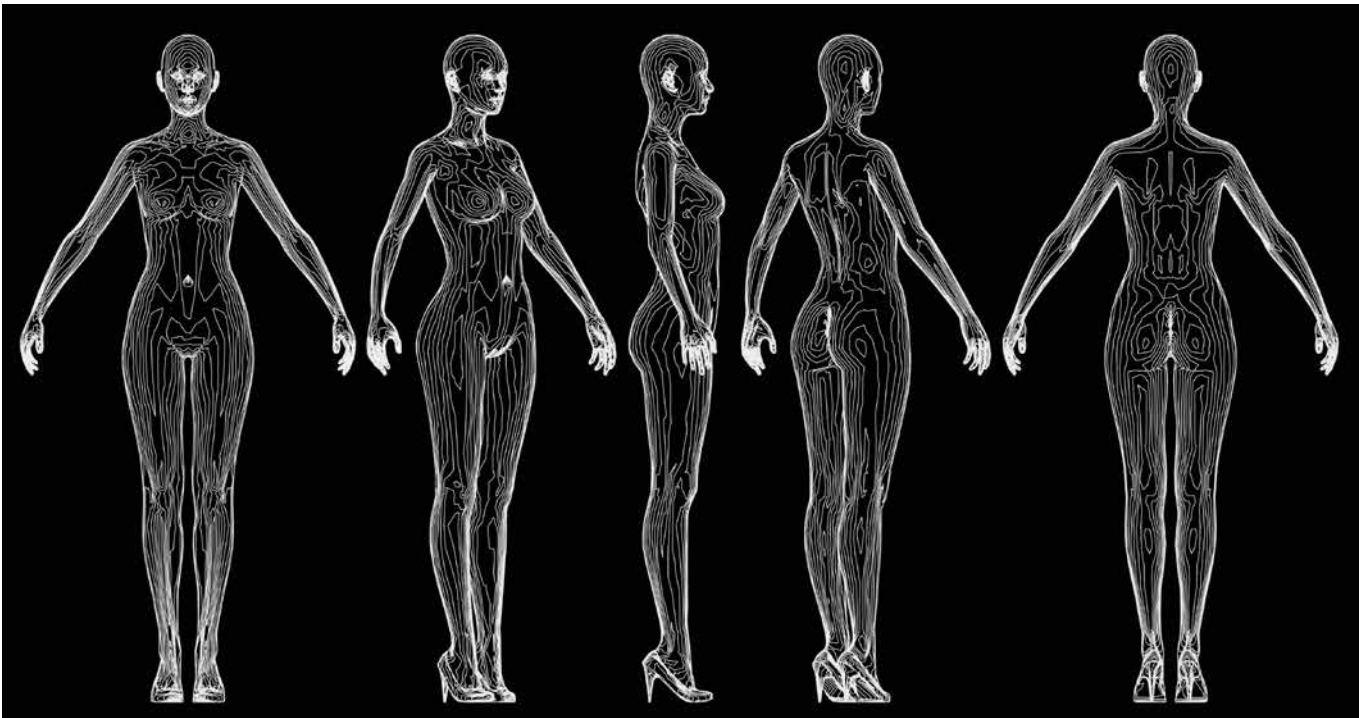
Febrero: el valor de amar. Febrero llega cada año recordándonos algo esencial que, sin embargo, a menudo dejamos en segundo plano: el amor. Coincidiendo con el Día de San Valentín, las calles se llenan de gestos, palabras y símbolos que celebran el cariño entre personas. Pero más allá de una fecha concreta, el amor es una actitud que merece ser practicada los 365 días del año. Hablar de amor no es hablar solo de parejas. Es hablar de respeto, de empatía, de compromiso con los demás y con la comunidad que compartimos. Es el amor el que sostiene a las familias en los momentos difíciles, el que impulsa la solidaridad cuando más se necesita y el que da sentido al trabajo bien hecho, al esfuerzo diario y a la vocación de servicio. Desde este periódico creemos firmemente que el amor también se expresa a través de la información responsable, del respeto a la verdad y de la escucha a todas las voces. Amar es interesarse por lo que ocurre a nuestro alrededor, preocuparnos por el bienestar común y contribuir, desde nuestro espacio, a construir una sociedad más justa y humana. En un mundo que avanza deprisa y en el que no faltan motivos de preocupación, febrero nos ofrece una oportunidad para detenernos y mirar al otro con más comprensión, para agradecer, para reconciliarnos, para cuidar los pequeños gestos que fortalecen los grandes vínculos. Que este mes del amor nos invite a practicarlo en todas sus formas: en la palabra amable, en el apoyo silencioso, en la responsabilidad compartida y en el compromiso con nuestra comunidad. Gracias por seguir acompañándonos y por formar parte de esta historia que escribimos juntos cada día.

COSAS DE CASA

Nuestras defensas

Para evitar la aparición de distintas enfermedades es importante mantener un sistema de defensas óptimo.

Al igual que la alimentación es determinante para lograr un sistema inmunológico fortalecido, hay situaciones que lo afectan, como el estrés y la ansiedad. Por ello, debemos aprender a manejar los acontecimientos del día a día para que no nos influyan negativamente en nuestras defensas. Algunos síntomas que nos pueden alertar de que están debilitadas son: infecciones o resfriados recurrentes, alergias, enfermedades simples que duren más de lo normal, se demoren en curarse o se agraven, cansancio habitual, náuseas y vómitos, diarreas, manchas en la piel, caída del cabello... Es recomendable acudir a nuestro médico para solicitar una analítica de control



Mantener las defensas es fundamental.

para conocer si hay algún parámetro fuera de rango que pudiera justificar lo que sentimos. Nuestro estilo de vida también afecta de manera directa a nuestras defensas. Se recomienda un estilo de vida activo y saludable, es decir, no consumir alcohol, no fumar, te-

ner una alimentación rica en fibra, minerales y vitaminas, realizar actividad física regular, exponernos al sol unos 30 minutos diarios, tener un sueño reparador y mantener una higiene corporal adecuada lavando las manos de manera frecuente.

QUIÉN ES QUIÉN

El Sadday Aponte, médica

“Si lo puedes soñar, lo puedes lograr”.

- Edad: 30 años.
- En Amavir desde: 2025.
- Lo mejor de Amavir: La gente.
- Virtud: Comprensiva.
- Defecto: Perfeccionista.
- Aficiones: Leer.
- Libro: Los cuatro acuerdos, de M.A. Ruiz.
- Película: Origen, de Christopher Nolan y con Leonardo Di Caprio.
- Grupo de música: Danny Ocean.
- Comida favorita: Arroz.



RECUERDOS

Poesía

En la residencia Amavir, hay luz y esperanza, donde el tiempo es un amigo y la vida danza. Cada arruga cuenta historias de amor y de esfuerzo, cada mirada refleja sabiduría en su universo. Hoy, más que nunca, brillan vuestras sonrisas, porque en vuestros corazones nunca apagan las prisas. Que la alegría los acompañe, que el camino nunca falte, y que el sol siempre brille, como un abrazo en el aire.

Recaudamos más de 15.000 euros en la primera edición de la Semana Solidaria

Los residentes vendieron productos elaborados por ellos mismos en terapia y decidieron a que entidad donar los fondos.

Coincidiendo con la Navidad, Amavir puso en marcha la primera edición de su Semana Solidaria, una iniciativa a través de la cual se ha querido contribuir a distintas causas sociales a través de recogida de fondos. Cada residencia de la compañía ha celebrado un mercadillo solidario, en el que se han puesto a la venta productos realizados por los propios residentes, como bufandas, marcapáginas, llaveros, adornos navideños, carteras, marcos de fotos, broches, gorros, pulseras y collares... Han sido ellos mismos quienes han decidido también, en colaboración con los trabajadores, la entidad a la que querían donar el dinero recaudado. En total, se ha alcanzado la cifra de 15.600 euros.

Además, durante la Semana Solidaria se promovió también en algunas residencias la recogida de juguetes para niños en situación vulnerable, en colaboración con parroquias, ayuntamientos y ONGs. Y la compañía se sumó un año más a la campaña «Ningún Mayor sin Regalos» de la Asociación Benéfico Geriátrica (ABG), que lleva regalos navideños a personas mayores que pasan esas fechas hospitalizadas en la Comunidad de Madrid.



Celebramos el V Día del Voluntariado

Amavir ha celebrado la quinta edición de su Día del Voluntariado, una iniciativa que empezó en 2023 y que consiste en que los trabajadores y trabajadoras de las oficinas centrales de la compañía, tanto de Madrid como de Pamplona, dedican esta jornada a actividades de voluntariado corporativo.

En ediciones anteriores, este día se desarrolló en las propias residencias de Amavir, pero para esta quinta edición, que ha llevado por título «Conectando realidades», hemos querido ampliar el alcance de nuestro voluntariado y, por primera vez, hemos realizado estas actividades en entidades externas que trabajan en fines sociales, como el apoyo a personas con discapacidad, personas sin hogar, familias sin recursos y asociaciones de protección animal.



Reconocimiento de la Diputación de Jaén a Amavir

La residencia Amavir Jaén ha recibido esta distinción por su contribución al fomento del empleo entre colectivos en riesgo de exclusión, en el marco del Programa Experiencias Profesionales impulsado por la Junta de Andalucía.

Colaboración con la Fundación Pasqual Maragall

Amavir se ha sumado un año más a la campaña “Comercios inolvidables” de la Fundación Pasqual Maragall para apoyar la investigación sobre el Alzheimer y su programa en favor de los cuidadores.

Finalistas en los premios de la Sociedad Madrileña de Geriatria

Los cuadernillos del Comité de Bioética de Amavir han resultado finalistas en estos premios anuales. Estas publicaciones sirven para extender la cultura ética en las residencias de la compañía y han abordado temas como intimidad, edadismo, acompañamiento en final de vida y afectividad.



Nos sumamos en Navarra al proyecto intergeneracional LOTURA

Esta iniciativa está impulsada por Fundación Caja Navarra y Fundación la Caixa, con el apoyo del Gobierno de Navarra, y trata de conectar generaciones a través de la innovación social. Se están desarrollando diferentes talleres en nuestros centros navarros.



Residentes y familiares puntúan las residencias Amavir con un 8,51 y un 7,98, respectivamente

En las encuestas de satisfacción de 2025 han participado un total de 2.849 familiares y 2.440 usuarios, tanto de residencia como de centro de día.

Durante el último trimestre del año pasado, se llevaron a cabo las encuestas anuales de satisfacción entre usuarios y familiares. En las de residencia, los residentes han puntuado los servicios que reciben con una nota media de 8,51 sobre 10 (el año anterior fue un 8,42) y los familiares con un 7,98 (frente a un 7,60 del año anterior). Los servicios mejor valorados por los residentes han sido psicología, fisioterapia y recepción. Por su parte, las fa-

milias otorgan las mayores notas a recepción, trabajo social y psicología. Las principales áreas de mejora son alimentación y lavandería (con un 7 y un 7,5), aunque ambas han mejorado la nota con respecto al año pasado.

En cuanto al centro de día, los usuarios han otorgado una puntuación de 8,87 (frente a 9,01 del año anterior) y los familiares de 8,44 (frente a 8,81).

La comunidad Amavir en redes sociales sigue creciendo

En el marco de nuestra apuesta por la transparencia con nuestros públicos, las redes sociales de Amavir siguen creciendo en número de usuarios. Hemos cerrado 2025 con un total de 161.027 seguidores, con un crecimiento de más de 40.000 con respecto al año anterior. La red en la que contamos con mayor audiencia es Facebook, seguida de TikTok y YouTube. Durante 2025 publicamos un total de 3.105 mensajes en nuestras redes sociales.

Evolución seguidores redes sociales

2023		107.265
2024		120.481
2025		161.027

REDES SOCIALES	SEGUIDORES
Facebook	61.370
X	5.974
Instagram	12.152
LinkedIn	15.507
YouTube	21.090
Tik Tok	44.721
Pinterest	36
Snapchat	126
Bluesky	51



Premiados en los concursos de belenes y tarjetas navideñas de Madrid

La residencia Amavir Getafe se ha alzado con el segundo premio de este concurso, en el que Amavir Alcorcón ha conseguido también una mención especial. Por su parte, la residente Ángela Prieto, de Amavir Villanueva de la Cañada, ha ganado otra mención en el concurso de tarjetas navideñas.

Inauguración de Amavir Santa Cruz

La inauguración oficial de la residencia, que abrió sus puertas el pasado 9 de abril, contó con la presencia del viceconsejero de Igualdad y Diversidad del Gobierno de Canarias y las directoras generales de Mayores y Discapacidad.



Visita del arzobispo de Tarragona a Amavir Reus

Monseñor Joan Planellas i Barnosell acudió a la residencia con motivo del primer aniversario de su apertura, oficiando una misa y departiendo con residentes y trabajadores.

Menciones en el certamen “Decorando el jardín” de Madrid

Las residencias Amavir Colmenar y Amavir Humanes han sido distinguidas con una mención especial en este concurso, en el que participaban 65 residencias de toda la región y más de 2.200 personas mayores.

