

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

Visita de los Reyes Magos

El día 5 de enero contamos con la visita de Sus Majestades en nuestro centro, en una mañana cargada de regalos, sonrisas y buena música.

Durante la mañana del 5 de enero, pudimos disfrutar en nuestro centro de la especial visita de los Reyes Magos que, junto a los dos ángeles anunciadores y al ritmo de buena música, fueron repartiendo regalos a todos nuestros mayores. Hicieron todo un recorrido pasando por todas las plantas y por el centro de día para hacer que ninguno de nuestros mayores se quedase sin su especial regalo de Reyes. Fue una mañana muy emotiva y se pudo disfrutar la ilusión de los mayores y la gran alegría que les ocasionó ver a los Reyes dándoles un regalo. Además, los más pequeños que se encontraban en el centro también pudieron disfrutar de ver a los Reyes en acción en nuestro centro. Un evento ideal para finalizar esta temporada de festividades, en un mes en el que, a pesar de las medidas sanitaria contra la gripe adoptadas, pudimos disfrutar de actividades especiales para estas fechas como, por ejemplo, un bingo musical, recorrido en furgoneta para ver las luces de Navidad, visita a los belenes de Alcalá, visita de Papá Noel y los Reyes, entre otras.



Los tres Reyes de Amavir Torrejón.

Taller de actividades instrumentales de la vida diaria

Todas las semanas realizamos un taller de AIVD que nos permite trabajar para continuar con nuestra autonomía.

Desde el departamento de Terapia Ocupacional, realizamos un taller semanal de AIVD que nos permite trabajar actividades habituales en nuestra vida diaria como el manejo de dinero, el uso del transporte o manejo de nuevas tecnologías. Además de entrenar estas actividades, estos talleres nos permiten trabajar las relaciones sociales y la resolución de conflictos que surgen a la hora de realizar compras. Ir a comprar a tiendas, supermercados o a una cafetería son algunas de las actividades que realizamos en estas salidas. Disfrutamos mucho con estos talleres, ya que nos permiten salir y hacer cosas tan cotidianas como ir a comprar comida o ver tiendas de ropa en un centro comercial.



Participantes del taller de AIVDS.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Rehabilitación y mantenimiento de las capacidades físicas y funcionales, prevención de rigideces articulares, reeducación de algias y rehabilitación de fracturas y daño neurológico.

Terapia ocupacional

Estimulación cognitiva, sensorial y del lenguaje, psicomotricidad, rehabilitación, mantenimiento de AVD y asesoramiento en productos de ortopedia. Psicología: Terapias tanto individuales como grupales, estimulación cognitiva, sensorial y del lenguaje y acompañamiento en duelo.

Trabajo social

Asesoramiento sobre servicios y trámites administrativos de la Comunidad de Madrid.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Marzo

- 10/03 Salida cultural.
- 19/03 Día del Padre.
- 26/03 Mañanas de cine.
- 31/03 Fiesta de cumpleaños.

Abril

- 08/04 Salida cultural.
- 23/04 Día del Libro.
- 28/04 Mañanas de cine.
- 30/04 Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes a viernes de 08:30 a 13:30 h.

Podología

Cita previa a través de enfermería.

Eucaristía

Todos los lunes a las 11:00 h.

Rosario

Todos los miércoles a las 18:00 h.

CUMPLEAÑOS

Marzo

- 02/03 Rosa Castillo
- 02/03 Ana M.ª Puertas
- 03/03 Evarista Hernández
- 03/03 M.ª Amparo Ramos
- 04/03 José Arjonilla
- 04/03 Gloria Fernández
- 06/03 M.ª Isabel Olivera
- 07/03 Jesús Fernández
- 09/03 Javier García
- 11/03 Áurea López
- 12/03 Juana Álvarez
- 12/03 Raquel Losa
- 13/03 Lucía Cobo
- 15/03 María Clemente
- 16/03 Juan José Perera
- 16/03 Catalina Campos
- 19/03 Dolores Redondo
- 20/03 Francisco de Castro
- 21/03 Encarnación Sánchez
- 22/03 Rosa Martín
- 22/03 Esteban Simón
- 24/03 Teresa Moreno
- 25/03 Jaime Bello
- 26/03 Alicia Fernández
- 26/03 Eugenia Consuelo Ugarte
- 27/03 Juana Blázquez
- 28/03 Carmen Jiménez
- 29/03 Carmen Galán
- 29/03 Victoriano Julián García
- 30/03 Montserrat Vara

Abril

- 03/04 María Maroto
- 08/04 Dolores Pérez
- 09/04 M.ª Dolores Quirós
- 09/04 Cristina Rodríguez
- 09/04 Trinidad San Miguel
- 13/04 M.ª Luz de Frutos
- 13/04 Eufemia Cacigal
- 13/04 Isabel Jiménez
- 15/04 Sacramento Abad
- 16/04 Luisa Grijota
- 16/04 Francisco Mimbrero
- 17/04 Félix Toledano
- 21/04 Ana M.ª Marín
- 21/04 Marisol Ramírez
- 21/04 Julia Serrano
- 24/04 Amparo Izquierdo
- 24/04 Fructuoso Martín

HOY COMEMOS Stefania TS

Aguardentaos murcianos

INGREDIENTES

Harina, azúcar, aguardiente, aceite de oliva, anís y canela.

PREPARACIÓN

Vertemos el aceite en un cazo, lo calentamos y añadimos el anís. En un bol, tamizamos la harina y agregamos el azúcar, canela, ralladura de limón y sal. Vertemos el aguardiente y mezclamos. Añadimos el aceite y removemos. Tapamos el bol y dejamos reposar 30 min. Estiramos la masa hasta dejarla con un grosor de 1 cm aprox. Las cortamos con un cortapastas. Colocamos las piezas en una bandeja y horneamos durante 25-30 min.



SECRETOS DE MI TIERRA

Never Oporta (Nicaragua)



La mona de la leyenda.

Es un pueblo agricultor y ganadero. Cuenta la leyenda que en este pueblo hay señoras viudas o solteras que, por la falta de recursos, se meten al ocultismo. Dicen que rezan oraciones al diablo que les permiten adoptar el cuerpo de un animal, que puede ser una mona, un perro, un lobo. Van a la orilla del río y al lado del tronco de un árbol empiezan a rezar sus oraciones y se quitan el cuerpo de humano y adoptan el de mona. Eso les permite ir a robar a las fincas ganaderas que-

so, cuajada, maíz, arroz y otros productos básicos. La gente dice: “Hay que estar pendiente de la mona por si viene a robar y tener un puñado de sal para cuando venga la mona tirárselo, porque ella tiene que recoger grano por grano y si mientras recoge los granos de sal llega el alba, queda convertida para siempre en mona y la gente puede ir a la vega del río a ver cuál es el cuerpo de la persona que se hizo mona”. De momento nunca han descubierto a nadie...

AYER Y HOY



Antes

Rufino es de toda la vida de Torrejón de Ardoz y conoce su historia como pocos. Hace poco, en una excursión en una Volkswagen Transporter de hace 50 años, fue contando cómo era el Torrejón de antes. Recuerda que por la calle Enmedio corría un riachuelo, y cuenta numerosas anécdotas de su trabajo como mecánico de mercancías pesadas. Hoy, en la residencia, sus historias llenas de experiencia, que relata con gran pasión, su risa y su actitud positiva hacen que siempre sea fácil escucharlo.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Anabel Vecino



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:
Tras las fechas navideñas y el comienzo de un nuevo año, quiero dirigirme a vosotros para agradeceros la confianza, el cariño y la cercanía mostrados durante estas semanas tan especiales. Lo primero de todo gracias por comprender y entender las medidas preventivas contra la gripe adoptadas en el centro para garantizar la salud de todos nosotros. A pesar de ello, las festividades ha sido un tiempo de encuentros y momentos compartidos que refuerzan el valor de la convivencia y del cuidado mutuo. Gracias a la participación de residentes, familias y profesionales, hemos podido vivir estas celebraciones con calidez y respeto. Quiero hacer una mención especial a nuestro mercadillo solidario durante el mes de diciembre dónde recogimos un total de 860 € destinados al comedor social de la localidad, así como la donación de grandes cantidades de mantas y ropa que han sido de gran ayuda en esta época. Iniciamos el año con ilusión renovada y el compromiso de seguir ofreciendo una atención cercana, humana y de calidad, trabajando siempre por el bienestar y la tranquilidad de nuestros mayores. Gracias al equipo del centro por su dedicación diaria y a las familias por su colaboración constante.

COSAS DE CASA

El cambio de sueño con la edad

Con los años, se va modificando de forma gradual.

A nivel fisiológico, uno de los cambios más relevantes es la disminución en la secreción de melatonina, hormona encargada de regular los ritmos circadianos. Esta reducción puede asociarse con dificultades para conciliar el sueño, así como con despertares nocturnos más frecuentes. Otros factores importantes incluyen cambios hormonales, variaciones en la temperatura corporal y también la sensibilidad a estímulos ambientales como la luz o los ruidos. En paralelo, hábitos como la alimentación, el consumo de cafeína, alcohol o determinados medicamentos también pueden interferir con el sueño, especialmente en adultos mayores. Sabemos que la alimentación juega un papel crucial. Nutrientes como el triptófano, presente en pescados, huevos y frutos secos, sirven de precursores para la síntesis de serotonina y melatonina, facilitando que conciliemos el sueño. El magnesio



Cambios de sueño con la edad.

y la vitamina B6, por su parte, también contribuyen en la regulación de los neurotransmisores mencionados como implicados en el descanso. Los antioxidantes y polifenoles presentes en frutas y verduras ayudan a reducir el estado oxidativo y la inflamación, factores también asociados a una menor calidad del sueño.

QUIÉN ES QUIÉN

Sandra Rodríguez, trabajadora social

“Todo pasa por algo”.

- Edad: 26 años.
- En Amavir desde: 2025.
- Lo mejor de Amavir: Las compañeras.
- Virtud: Muy perfeccionista.
- Defecto: Impaciente.
- Aficiones: Juegos de mesa.
- Libro: La asistente, de Freida McFadden.
- Película: Coco.
- Grupo de música: Aitana.
- Comida favorita: Paella.



RECUERDOS

Recuerdos de la Navidad de Raquel

Disfruté de mi infancia en los años 90. Vivía en una casa muy grande en mitad del campo con mi familia, mi abuela, tíos y primos. Éramos 8 niños y 6 adultos en la misma casa, además de perros, gatos, conejos, ocas, gansos, etc. Recuerdo las mañanas de los Reyes Magos, cuando hacíamos cola en la puerta del salón, esperando que llegaran todos los adultos antes de abrir la puerta y ver los regalos. Mis primos mayores iban a sacar de la cama a los adultos, mientras los pequeños intentábamos ver algo a través del vidrio de la puerta. Nunca abrimos la puerta antes de que llegaran los adultos.

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.

