

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Abren sus puertas las residencias Amavir Ciudadalcampo (Madrid) y Amavir Granada

Con estos nuevos centros, la compañía suma 50 residencias y 41 centros de día en 8 comunidades autónomas, con 9.117 plazas en total y 5.400 trabajadores.



Residencia Amavir Granada.



Residencia Amavir Ciudadalcampo.

La residencia Amavir Ciudadalcampo, ubicada en la urbanización de este mismo nombre situada al norte de la ciudad de Madrid, abrió sus puertas el pasado 6 de abril. Cuenta con 153 plazas, todas ellas privadas. Por su parte, Amavir Granada, ubicada en el municipio de Huétor Vega, a escasos minutos de la capital, inició su funcionamiento el 27 de abril y dispone de 120 plazas. Ambos centros cuentan con plantillas formadas por profesionales de diferentes disciplinas socio-sanitarias y de servicios de hostelería para ofrecer una atención integral a los usuarios que satisfaga todas sus necesidades. Ofrecen estancias permanentes y también estancias temporales (para respiro de familiares, convalecencia o rehabilitación). Desde el punto de vista arquitectónico, se han extremado las medidas de diseño y materiales para conseguir la máxima eficiencia energética.

## Amavir obtiene el certificado ISO 27001:2022 de seguridad de la información

Aplica a todos los procesos de las oficinas centrales de la compañía.

Esta ISO, concedida por Bureau-Veritas, es un reconocimiento internacional que acredita la implantación de un sólido Sistema de Gestión de la Seguridad de la Información dentro de Amavir. Se garantiza así un control estructurado de riesgos, protegiendo datos críticos y reforzando el compromiso con la mejora continua en ciberseguridad. Todos estos asuntos son especialmente importantes en una compañía como Amavir, en la que tratamos con información altamente sensible, como expedientes médicos de sus usuarios, datos de empleados y documentación corporativa.



# Celebración del 20.º aniversario de la residencia Don Quijote de Tomelloso (Ciudad Real)

Asistieron el vicepresidente y la consejera de Bienestar Social de la Junta de Castilla-La Mancha y el alcalde del municipio.



La residencia de mayores Don Quijote, ubicada en el municipio de Tomelloso (Ciudad Real), ha celebrado recientemente su 20.º aniversario con un acto institucional en el que se ha puesto en valor la trayectoria del centro desde su apertura y su compromiso con el bienestar de las personas mayores. Al acto asistieron el vicepresidente segundo de la Junta de Castilla-La Mancha, José Manuel Caballero; la consejera de Bienestar Social, Bárbara García; y el alcalde de Tomelloso, Javier Navarro, entre otras autoridades. Tras realizar una visita al centro, se hizo un reconocimiento a las dos personas residentes más veteranas, que llevan viviendo en él desde su apertura: Pedro López de Pablo (de 71 años) y María Juana Sánchez-Choque (89 años). La residencia Don Quijote, de titularidad pública y gestionada por Amavir, cuenta con 120 plazas residenciales y 30 de centro de día, todas ellas concertadas.

## La consejera de Asuntos Sociales de Madrid visita el taller de elaboración de torrijas de Amavir Pozuelo

La consejera de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid, Ana Dávila, visitó en Semana Santa la residencia Amavir Pozuelo, en Pozuelo de Alarcón, para participar junto a sus usuarios en un taller de elaboración de torrijas realizado por los propios residentes. Esta actividad, enmarcada en los programas de envejecimiento activo, tenía como objetivo acercar la Semana Santa a los mayores y fomentar su participación.



## El alcalde de Pamplona visita Amavir Oblatas para felicitar a una residente centenaria

El alcalde de Pamplona, Joseba Asiron, ha felicitado recientemente a la centenaria Ángela Caño por su 101 cumpleaños. El primer edil acudió a la residencia de mayores Amavir Oblatas, donde reside desde diciembre de 2024, para transmitirle su felicitación y entregarle personalmente un ramo de flores, un pin y el pañuelo con el escudo de la ciudad, a modo de homenaje. Tras el acto, el alcalde visitó las instalaciones de la residencia y pudo departir con otros usuarios, así como con la plantilla del centro.

### Otras visitas institucionales

- F. 1 El Director General del Mayor de la Comunidad de Madrid visita Amavir Humanes.
- F. 2 El alcalde de Torrejón de Ardoz (Madrid) visitó Amavir Torrejón para celebrar el 21.º aniversario de la residencia.
- F. 3 La alcaldesa de San Sebastián de los Reyes (Madrid) visita Amavir La Marina para participar en el homenaje al residente Manuel Caro.
- F. 4 El concejal de Mayores del Ayuntamiento de Teià (Barcelona) visita Amavir Teià.





Centro con plazas  
concertadas con



## ACTUALIDAD

# La importancia de una buena nutrición e hidratación en el adulto mayor

**Es algo fundamental para mantener su calidad de vida, funcionalidad y salud cognitiva.**

Una dieta adecuada, rica en proteínas, previene la sarcopenia y la fragilidad, manteniendo la capacidad funcional. La hidratación adecuada mejora el rendimiento cerebral, evitando la confusión aguda, mareos y somnolencia, síntomas comunes de deshidratación. Una correcta alimentación reduce el riesgo de padecer enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión o problemas cardiovasculares, y ayuda a controlar el peso. Una buena hidratación y nutrición es vital para prevenir la aparición y que se agrave el estado de úlceras por presión. El aporte adecuado de fibra y líquidos ayuda a combatir el estreñimiento, y una buena nutrición fortalece el sistema inmunológico, reducido en la vejez. Debido a que la sensación de sed disminuye con la edad, no se debe esperar a que el residente pida agua. Se recomienda ofrecer líquidos regularmente, incluyendo infusiones, caldos y frutas. Es común la pérdida de piezas dentales o la dificultad para tragar (disfagia), por lo que se deben adaptar las texturas. Dado que el gusto y olfato disminuyen, se deben usar especias para hacer la comida más apetecible. Comer en compañía y en un



La hidratación, fundamental para todos.

ambiente agradable mejora el apetito y la salud emocional. Es crucial realizar evaluaciones periódicas del estado nutricional para detectar riesgos de desnutrición a tiempo. La nutrición e hidratación no son solo necesidades básicas, sino el primer nivel de atención médica para prevenir infecciones, mejorar la movilidad y mantener la dignidad del adulto mayor en el entorno residencial

## El día a día en los centros

**El movimiento en todos los aspectos es fundamental, y las actividades y talleres dan movimiento y vida.**

El día a día en un centro puede parecer desde fuera monótono y en parte lo es porque las personas mayores lo necesitan. Pero la realidad es que todos los días hay talleres que realizan todas y todos los profesionales del centro y además acuden alumnos de diferentes institutos a darnos vida e inundar el centro de energía juvenil. También vienen diferentes grupos de cantantes y bailarines a impregnar el centro de arte con sus voces y movimientos. A todas aquellas personas que vienen a hacernos pasar un buen rato queremos agradecerles el rato que nos regalan.



Actuación de Belén Hervás.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Grupo 1

Lunes: Terapia Ocupacional(TO), Psicología (PSI), Animación Socio C. (ASC), Fisioterapia (FIS). Martes: TO, FIS. Miércoles: PSI, ASC, FIS. Jueves: FIS. Viernes: FIS, ASC, PSI, TO.

#### Grupo 2

Lunes: TO, PSI, ASC, FIS. Martes: TO, FIS. Miércoles: PSI, ASC, FIS. Jueves: FIS. Viernes: FIS, ASC, TO, PSI.

#### Grupo 3

Lunes: FIS. Martes: TO, FIS. Miércoles: ASC, TO. Jueves: ASC, PSI, TO, FIS. Viernes: ASC, FIS.

#### Grupo 4

Lunes: PSI, ASC, FIS. Martes: TO. Miércoles: TO. Jueves PSI: ASC. Viernes: TO.

#### Grupo 5

Lunes: TO, FIS. Martes: ASC, FIS. Miércoles: TO, PSI. Jueves: ASC. Viernes: TO.

#### Grupo 6

Lunes: ASC. Miércoles: TO, FISIO. Jueves: PSI. Viernes: TO, ASC.

### Actividades de ocio tardes

Lunes: Reminiscencia/laborterapia. Martes: Juegos de mesa (Ludoterapia). Miércoles: Dardos y juegos dinámicos (Ocio y tiempo libre). Jueves: Bingo (Ludoterapia). Viernes: Cine.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

Excursión Batán Villava.  
Visita catedral.  
Rondalla Jus la Rocha.  
Joselito el Mariachi.  
Encuentro entre residencias.

## SERVICIOS

### Peluquería

Lunes, martes, miércoles y jueves de 10:00 a 17:30 horas..

### Podología

Viernes por la tarde. (quincenal).

### Misa

Martes, miércoles, jueves a las 18:30 h. Domingos 11:00 h.



## CUMPLEAÑOS

### Mayo

04/05 Cecilia Barandiarán  
09/05 Miguel Ángel Huarte  
10/05 Enrique Izquierdo  
10/05 Pilar de la Era  
10/05 Francisca Viguria  
13/05 María Dolores Guindano  
15/05 Isidro Urban  
15/05 Rosario Barrera  
17/05 María Carmen Molina  
18/05 Heradio Molinero  
20/05 M.<sup>a</sup> Teresa Ruiz  
21/05 Julia Iraceburu  
21/05 Trinidad Melero  
23/05 Miguel Ángel Sola  
25/05 Isaac Mundiñano  
26/05 Blanca Gil  
26/05 María Fe Jurío  
31/05 Miguel Echeverría

### Junio

01/06 M.<sup>a</sup> Luz Bernechea  
03/06 Oliva Gil  
05/06 Crispín Gazo  
08/06 Corpus Martínez  
08/06 Carlos Redín  
11/06 Jesús Urdaci  
14/06 Félix Agorreta  
14/06 Antonio Irigoyen  
19/06 Petra Valor  
22/06 Luis Azcune  
22/06 Piedad Cruchaga  
26/06 Jesús Goñi  
26/06 Juana Malo  
28/06 Pedro Gómez  
29/06 Adelidio González  
29/06 Pedro Ramírez

## HOY COMEMOS Carmen Larrea

# Torrijas

### INGREDIENTES

Pan, leche, canela, harina, azúcar y huevo.

### PREPARACIÓN

Cortamos el pan en rebanadas y lo ponemos a remojo en un recipiente con leche y una rama de canela. Lo dejamos hasta que empape bien. Pasamos las rebanadas por harina y huevo y las freímos en una cazuela. Una vez que ya se han enfriado, las espolvoreamos con azúcar y canela en polvo.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# San Isidro Labrador en Aras

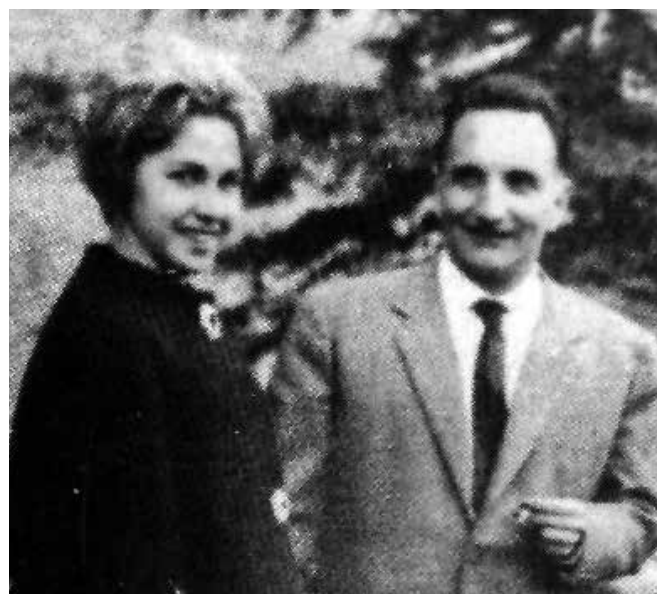


San Isidro Labrador en Aras.

El 15 de mayo se celebran las fiestas de San Isidro Labrador, el patrón de los agricultores. La celebración comienza con una romería a la ermita de San Isidro, donde la comunidad se reúne en un ambiente de festividad y respeto. Este acto simboliza no solo un peregrinaje físico, sino también un viaje espiritual, llevando a los fieles hacia un lugar de significado histórico y religioso. En la ermita, se celebra una misa en honor a San Isidro y, tras la misa, el ayuntamiento ofre-

ce un aperitivo a los asistentes. Este gesto de hospitalidad fortalece el sentido de comunidad y proporciona un espacio para la convivencia y el compartir entre los vecinos. Además, dependiendo de cómo caiga el 15 de mayo, se forman cuadrillas que se reúnen para compartir una comida. Las cuadrillas, formadas por amigos, familiares o vecinos, disfrutan de una jornada de convivencia y festividad, reflejando la importancia de la comunidad en estas celebraciones.

**AYER Y HOY**



## Antes

Compartimos la historia de Carmen Mauleón a través de dos momentos especiales de su vida. En la primera fotografía aparece junto a su esposo durante su viaje de novios. Se casaron en Estella, Navarra, la tierra que vio crecer a Carmen y a la que siempre recuerda con mucho cariño. Carmen siempre ha disfrutado cuidando de los suyos, dedicándoles tiempo y cariño. Su historia es reflejo de una vida marcada por el amor, la familia y los recuerdos que siguen vivos en cada conversación y cada visita.



## Después

**CARTA DEL DIRECTOR**

Pablo Argaiz Iglesias



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Con la llegada de la primavera retomamos este pequeño espacio de encuentro a través del periódico. Encantado nuevamente de saludar a las personas residentes, a sus familias y a todo el equipo de profesionales que formáis parte de esta casa. Después del invierno, la primavera suele traer consigo una sensación de renovación. Los días se alargan, la luz cambia y poco a poco en Amavir Argaray volvemos a disfrutar más de los estupendos espacios exteriores que tenemos, de los paseos y actividades que nos permiten compartir tiempo juntos, de otra manera. Y eso se nota en el ambiente. Quiero compartir con ustedes el trabajo realizado durante estos meses, en el que hemos ido introduciendo pequeños o importantes cambios, con mayor o menor agilidad y/o acierto, pero siempre con el objetivo que guía nuestra labor diaria: que esta residencia sea, ante todo, un lugar donde las personas se sientan cuidadas, respetadas y acompañadas. Agradezco el reconocimiento que nos expresan muchas personas residentes y familias. También las sugerencias y opiniones; aprendemos con ellas y nos retan para seguir trabajando por mejorar, por florecer. Agradezco la paciencia y la comprensión. Os envío un saludo afectuoso y mis mejores deseos para esta nueva etapa del año, que seguiremos recorriendo juntos.

## COSAS DE CASA

# La primavera llega a nuestra residencia

Los días se alargan y el buen tiempo nos invita a disfrutar más del aire libre.

En nuestra residencia aprovechamos esta estación para pasar más tiempo fuera y compartir momentos agradables en compañía. Contamos con varios espacios que hacen que esta época sea todavía más especial. Nuestro jardín, con zona de gimnasio y parque infantil para las visitas, se convierte en un lugar ideal para pasear, hacer ejercicio suave y disfrutar de la naturaleza. También el patio interior es un espacio muy agradable donde residentes y profesionales pueden reunirse, conversar y relajarse al sol. Durante estos meses trasladamos muchas de nuestras actividades al exterior. Juegos, talleres y momentos de ocio se realizan al aire libre siempre que el tiempo lo permite. Una de las actividades favoritas es



Residentes haciendo gimnasia en el patio.

el bingo en el jardín, donde además de jugar y divertirnos, aprovechamos el sol y el ambiente primaveral. La primavera nos anima a mantenernos activos, a disfrutar de los espacios compartidos y, sobre todo, a seguir creando momentos de alegría y convivencia en nuestra residencia.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Ana Isabel Soto, coordinadora de enfermeras

Llegada desde Colombia, es una amante de los animales.

**Edad:** 40 años.

**En Amavir desde:** 2025.

**Lo mejor de Amavir:** Las actividades y talleres que se realizan con los residentes.

**Virtud:** Compromiso.

**Defecto:** Perfección.

**Aficiones:** Senderismo.

**Libro:** La enfermedad como camino.

**Película:** Juego de tronos.

**Grupo de música:** Electrónica o rock.

**Comida favorita:** Sushi.



## RECUERDOS

## Los recuerdos de Ana Usieto

Nació en Villava. Tiene 76 años y cuando era joven le gustaba jugar a la brisca con sus amigas, M.<sup>a</sup> Jesús y Elvirita. Recuerda que era muy rebelde y se casó con vestido corto. Aunque tiene pena porque su gran amor fue José Antonio y la dejó muy pronto, tiene los mejores recuerdos de su vida junto a él. Tiene dos hijas, Cris y Maite, y dos nietos, Gainca y Ariz, que los quiere mucho. En la actualidad disfruta yendo a las fiestas de Villava donde cada año la pasa muy bien. En el centro disfruta de las actividades diarias y cada vez que hay música le encanta bailar y cantar.

## Irene Villa y Fernando Tobías, protagonistas de la VII Jornada Amavir Barcelona para profesionales sociosanitarios

El evento se celebró en la Casa de la Convalescència de la Ciudad Condal bajo el título de “Fortaleza interior y confianza plena”.

Alrededor de 150 profesionales del ámbito sociosanitario asistieron a la VII Jornada Amavir Barcelona, cuyo objetivo fue ofrecer herramientas prácticas para mejorar el bienestar emocional, la resiliencia y la confianza en un entorno marcado por la exigencia y el acompañamiento a personas vulnerables. Irene Villa compartió su experiencia de superación tras el atentado de ETA que sufrió en su infancia. Destacó la importancia de la actitud ante la vida, el poder del perdón y la capacidad de transformar la adversidad en oportunidades. Por su parte, Fernando Tobías abordó la falta de concentración en la sociedad actual y los problemas que ello comporta. Estas jornadas, que vivirán su próxima edición en Madrid el 21 de mayo, reflejan el compromiso de Amavir con la formación continua de los profesionales sociosanitarios, ofreciendo contenidos útiles y contando con reconocidos expertos como ponentes.



## Amavir aborda la atención oncológica en su II Jornada de Ciudad Real dirigida a profesionales sociosanitarios

Amavir ha celebrado su II Jornada Amavir Ciudad Real, un encuentro dirigido a profesionales del sector sociosanitario que se ha llevado a cabo en colaboración con la Asociación de Familias de Niños con Cáncer de Castilla-La Mancha (AFANION). Al encuentro han asistido trabajadores sociales, educadores sociales y psicólogos de ayuntamientos, hospitales y centros de salud. Bajo el título “Intervención psicosocial en oncología pediátrica: acompañamiento integral a menores y familias”, el objetivo de esta jornada ha sido ofrecer un espacio de formación y reflexión sobre la atención integral a menores con cáncer y a sus familias, abordando la intervención psicosocial y el acompañamiento en todas las etapas de la enfermedad.

### Inclusión laboral de estudiantes con necesidades educativas especiales

Amavir ha firmado un convenio de colaboración con el Centro de Educación Especial Isterria de Pamplona para



favorecer que su alumnado de Formación Profesional realice actividades formativas y prácticas en las residencias de la compañía en Navarra.

### Presentación del IX Observatorio de la Mujer Trabajadora

La directora de Recursos Humanos de Amavir, Marián Bautista, participó en una mesa redonda de este foro, una referencia nacional en igualdad de género.



### Profesionales de Amavir, en puestos directivos de colegios profesionales

Laura Remírez, enfermera de Amavir Oblatas, como vocal de la junta directiva del Colegio de Enfermería de Navarra,



y las trabajadoras sociales Libertad Álvarez y Erkuden Trejejo como vocales en las comisiones deontológicas de los colegios de Trabajo Social de Madrid y Navarra.

### Participación en el Congreso Nacional de Estudiantes de Terapia Ocupacional

Nuestra compañera Eva María García, terapeuta de Amavir Coslada (Madrid), ha participado en este congreso con la ponencia “Sexualidad y vejez: retos desde la terapia ocupacional”.



### El Hospital Universitario de Torrejón se interesa por nuestra política de eliminación de sujeciones

Un equipo de este hospital visitó nuestra residencia Amavir Torrejón para conocer de cerca cómo hemos trabajado la eliminación de sujeciones en nuestros centros.





## Una investigación desarrollada en Amavir prueba los efectos beneficiosos de los encuentros intergeneracionales para las personas mayores

El proyecto ha sido presentado en la feria internacional «I Giovani e le Scienze» de Milán.

Un grupo de estudiantes de Bachillerato del IES Biurdana de Pamplona ha viajado hasta Milán para participar en la feria internacional «I Giovani e le Scienze», en la que han presentado un proyecto de investigación desarrollado en



Amavir que demuestra los efectos de las actividades intergeneracionales para mejorar el bienestar de las personas mayores. Este proyecto se llevó a cabo durante el pasado curso académico y ha sido también reconocido con un certificado de la American Psychological Association (APA). La investigación se basó en un experimento de cuatro meses para analizar el efecto de las actividades intergeneracionales en personas residentes de los centros geriátricos de Amavir, con el apoyo del servicio de geriatría del Hospital Universitario de Navarra. Los resultados obtenidos son concluyentes: las actividades intergeneracionales mejoran de forma notable el bienestar emocional de las personas mayores y, en menor medida, su estado cognitivo. De este modo, el estudio plantea una alternativa no farmacológica eficaz para mejorar la calidad de vida en la tercera edad.

## Amavir destinó en 2025 más de 300.000 euros a formación

Se impartieron 116 cursos a la plantilla, con más de 41.000 horas de formación.

La Escuela Amavir impartió el año pasado un total de 116 cursos y 41.232 horas de formación. El número de asistentes a estos cursos fue de 9.020, alcanzando una media de 4,57 horas de formación por asistente (un 4 % más que en 2024). La partida presupuestaria destinada a formación alcanzó en 2025 los 303.410 euros. El mayor esfuerzo formativo se realizó entre el colectivo asistencial.

## Aplicar la tecnología para el bienestar de las personas mayores



Nuestro director de Sistemas, Ibor Rodríguez, participó en una mesa redonda sobre tecnología en el sector de los cuidados en el marco del VII Congreso Nacional Dependencia y Sanidad de Alimarket. Presentó cuál es el ecosistema digital de Amavir y cómo estamos incorporando

la tecnología para mejorar nuestros procesos y hacer más fácil y eficaz el día a día: digitalización de historias clínicas, data centers, sistemas paciente-enfermera, fibra óptica, portales de información para plantilla y familias, sistemas de estimulación multisensorial...

### Participación en un proyecto europeo de innovación social

Profesionales de Amavir han participado en el III Encuentro del proyecto europeo TRANSIS LAB, una iniciativa de innovación social que tiene el objetivo de transformar el modelo de cuidados en entornos rurales, abordando desafíos como la soledad no deseada, la dependencia o los problemas de salud mental.



### Colaboración con el Laboratorio de Longevidad de la Universidad de Navarra

Amavir está participando en el Laboratorio de Longevidad impulsado por esta universidad, un proyecto académico y social en el que 87 estudiantes del Grado en Diseño están desarrollando soluciones innovadoras ante los principales retos del cuidado de las personas mayores.

### Patrocinamos la Gala de Trabajo Social de Madrid

Un año más, Amavir ha sido uno de los patrocinadores de la Gala del Trabajo Social del Colegio Oficial de Trabajo Social de Madrid, en la que se concedieron los Premios 2026 de esta entidad.



### Premio de la Fundación Canaria para el Fomento del Trabajo para Amavir Santa Cruz

Este premio se ha otorgado por su labor de fomento de la empleabilidad de personas con discapacidad.