

# 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



Comunidad de Madrid

## ACTUALIDAD

# Día Internacional de la Mujer: un clásico en nuestro centro

**Como cada año, nuestros mayores protagonizaron una jornada cultural en la que se caracterizaron como destacadas mujeres de la historia.**

El pasado mes de marzo, celebramos una original jornada cultural con motivo del Día Internacional de la Mujer, en la que los usuarios y residentes se transformaron en mujeres influyentes de distintas épocas históricas. La iniciativa tuvo como objetivo reforzar la autoestima, la memoria y el trabajo en equipo a través de la caracterización y la interpretación. Para nosotros es una fecha entrañable, ya que tenemos la suerte de contar con una alta colaboración de nuestros mayores. Como cada año, seleccionamos a varias mujeres célebres de distintas épocas y nos disfrazamos de ellas. Entre las figuras representadas no faltaron referentes como Marie Curie, pionera en el ámbito científico, o Frida Kahlo, símbolo de creatividad y superación. Cada participante expone



Los participantes, al finalizar la actividad.

algún aspecto representativo de la historia personal del personaje que encarna y, entre todos, debemos descifrar quién es quién. Risas, memoria y trabajo en equipo se mezclan en una actividad que pone en valor el legado femenino. ¡Ya estamos deseando que llegue el próximo año para repetir la experiencia!

## Manteniendo tradiciones culturales y religiosas

**La vecina cofradía del Cristo de Medinaceli volvió a invitarnos en su día grande.**

El viernes 6 de marzo, tuvimos el placer de ser invitados a la celebración de la misa en honor al Cristo de Medinaceli de Cadalso de los Vidrios. Un pequeño grupo de residentes disfrutaron de la solemne misa celebrada en la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción. La visita se enmarcó dentro del programa de actividades culturales que la residencia organiza periódicamente, pero no podría haberse llevado a cabo sin la colaboración de nuestros vecinos, quienes siempre nos facilitan el acceso y prestan ayuda necesaria para que nuestros mayores puedan disfrutar de tan emotivo evento. Tras la celebración de la misa, los mayores que lo deseaban pudieron realizar el besapiés del Cristo.



Honrando al Cristo de Medinaceli.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Programa de movilizaciones pasivas, psicomotricidad, reeducación de marcha y equilibrio, rehabilitación de patología aguda y rehabilitación funcional.

#### Terapia ocupacional

Programa de entrenamiento en actividades básicas de la vida diaria (ABVDs), rehabilitación funcional, estimulación multisensorial y estimulación cognitiva.

#### Psicología

Programa de estimulación cognitiva, estimulación multisensorial, atención individualizada en trastornos psicoafectivos, intervención en alteraciones de conducta, intervención en duelo, reminiscencia-atrapa mis recuerdos.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes de 09:30 a 13:00 horas, martes de 09:30 a 13:00 y miércoles de 11:30 a 13:00 h. Previa petición de cita.

#### Podología

Mensualmente por derivación del equipo de enfermería.



### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

14/05 Fiesta de San Isidro.  
22/05 Salida al mercadillo del municipio.  
29/05 Celebración de cumpleaños del mes.  
Fecha por determinar: terapia con animales

#### Junio

19/06 Salida al mercadillo del municipio.  
26/06 Celebración de cumpleaños del mes.  
Fecha por determinar: terapia con animales.

### CUMPLEAÑOS



#### Mayo

12/05 Carmen Sánchez  
13/05 Rufino Rúa  
16/05 Amparo Díaz  
22/05 Pedro Frontelo  
25/05 Concepción Crespo  
26/05 Elena Paz  
27/05 Luisa de la Ascensión Gálvez

#### Junio

01/06 Antonia Pardo  
04/06 Emiliano Basoco  
06/06 Antonio Gil  
06/06 María Nieves Jiménez  
09/06 Guillermo Fraile  
13/06 Daniel Huete  
18/06 Domingo Herrero  
25/06 Guillermo Jiménez  
26/06 Juana Sánchez  
28/06 Víctor Vedia  
28/06 Encarnación Expósito  
29/06 Soledad Vico

### HOY COMEMOS

# Rebujito andaluz

#### INGREDIENTES

100 ml. de vino Manzanilla, 200 ml. de refresco de lima-limón tipo SevenUp, 5 hojas de hierbabuena, hielo.

#### PREPARACIÓN

En un vaso ancho pon el hielo muy picadito, añade el vino manzanilla que previamente has dejado macerar con la hierbabuena fresca. Pon unas 3 o 4 hojas de hierbabuena en el vaso y añade el refresco gaseoso de lima-limón. Remueve con una cuchara de coctelería y coloca otra hoja de hierbabuena por encima, y listo para disfrutar.



**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Valle de Mena y mi infancia

Soy Luis Salazar Muga, tengo 75 años y estoy en el Centro de Día Amavir Cenicientos desde diciembre del año 2025. Me gustaría hablar sobre la zona que me vio crecer hasta los 10 años, cuando nos trasladamos a Madrid. Valle de Mena está en Burgos, en la comarca de las Merindades y cerca de Álava, Vizcaya y Cantabria. Nací en Bóveda (Álava), pero he pasado de niño muchas temporadas en casa de unos tíos maternos que vivían en un pueblecito llamado Leciana de Mena, del que tengo un recuerdo maravilloso porque he disfrutado mucho allí recogiendo fresas silvestres pequeñas muy ricas y también salíamos a coger unas setas. Recuerdo las fiestas de los pueblos de alrededor en las que tocaban el tamboril, el saxofón y, sobre todo, el acordeón. Se



Imagen del bonito pueblo.

celebraban en verano y en el mes de agosto había mucho ambiente porque venían los paisanos que vivían fuera de la comarca. Volvíamos allí, al menos, una vez al año porque nos gustaba mucho ver a la familia y a los amiguetes. Mi padre era de un pueblo cercano, Lastras de Teza, donde tenemos una casa con terreno muy grande. A pesar del tiempo, lo sigo considerando un lugar inolvidable para mí porque me transporta a la infancia en la que fui muy feliz.

**AYER Y HOY**



## Antes

Mi nombre es María Ibérica Villar y llevo seis meses viviendo en el centro de Amavir Cenicientos. En la foto de mi juventud tengo 19 años de edad y me la hice en Madrid para tener un bonito recuerdo de aquellos años de juventud. La foto actual me la han tomado aquí en el centro, un lugar en el que estoy tan a gusto que siempre digo a todo el mundo que de aquí no me echan ni con agua caliente.



## Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Patricia Herresánchez



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

A menudo hablamos de que nuestra residencia es un hogar, y como tal, no solo debemos cuidar de quienes habitan dentro de estas paredes, sino también del entorno que nos rodea. Hoy me dirijo a ustedes con una ilusión renovada para compartir el nuevo rumbo que hemos tomado: el de la sostenibilidad y el respeto por el medio ambiente. Cuidar de nuestro planeta es, en esencia, un acto de gratitud hacia la vida. Muchos de ustedes, que han trabajado la tierra o han visto crecer nuestras ciudades, saben mejor que nadie que la naturaleza tiene sus tiempos y que, si no la protegemos, perdemos nuestra raíz. Pequeños gestos, grandes cambios. Esta “apuesta verde” no es solo una declaración de intenciones, sino una realidad que ya estamos viviendo a través de energía limpia, reducción de residuos y el huerto terapéutico. Es un legado para los que vienen. A veces me preguntan: ¿Por qué ahora? La respuesta es sencilla: por legado. Queremos que sus nietos y bisnietos, cuando vengan a visitarlos, disfruten de un aire limpio y de jardines llenos de vida. Ustedes nos han enseñado el valor del esfuerzo y la importancia de dejar un mundo mejor del que encontraron. Nosotros solo seguimos su ejemplo. Les invito a sumarse a este proyecto, ya sea participando en los talleres de reciclaje creativo, sugiriendo ideas para ahorrar agua etc. Gracias por confiar en nosotros y por ayudarnos a convertir este centro en un ejemplo de convivencia no solo entre personas, sino también con nuestra madre naturaleza.

## COSAS DE CASA

# El cuidado de las vías respiratorias

Para mantener en óptimas condiciones nuestro sistema respiratorio y minimizar el riesgo de infecciones, tenemos que tener bien presentes algunos cuidados.

- Lavado de manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico al volver de la calle, antes de comer y tras acudir al baño.
- Ventilar bien los ambientes que habitamos.
- Disminuir el hábito tabáquico o no fumar en absoluto si es posible.
- Evitar ambientes donde haya humo o muchas partículas en suspensión.
- Usar mascarilla ante un exceso de irritantes pulmonares ambientales, si acudimos a un centro sanitario o si presentamos síntomas de catarro.
- No automedicarse, sobre todo no tomar antibióticos sin prescripción médica porque son inefectivos en cuadros virales.
- Vacunarse frente a gripe, neumococo y COVID en campaña.
- Estornudar y toser cubriendo la boca con la flexura del codo o un pañuelo de papel que luego se desecha.
- Reposar lo suficiente.
- Mantenerse bien hidratado, beber abundante agua fluidifica las secreciones.
- Minimizar contacto con personas infectadas y usar mascarilla si es inevitable.
- Abrigarse bien, conforme a la temperatura ambiental.



- Evitar cambios bruscos de temperatura.
- Realizar ejercicio, que mejora la salud cardiopulmonar.
- Alimentación saludable.
- Incrementar ingesta de cítricos.
- Usar eucalipto, menta y romero como anticongestivos si es preciso.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Amapola Alfonso, trabajadora social

“Las intervenciones de trabajo social son muy importantes en las residencias”.

**Edad:** 42 años.

**En Amavir desde:** 2010.

**Lo mejor de Amavir:** El equipo de Cenicientos.

**Virtud:** Espero que la bondad, no sé si será cierto.

**Defecto:** Mal carácter, algo obsesiva y un poco insegura.

**Aficiones:** Viajar.

**Libro:** Los ángeles perdidos, de Manuel Leguineche.

**Película:** La trilogía de “Fuego, Tierra y Agua”.

**Grupo de música:** Extremoduro.

**Comida favorita:** Sopa de pescado de mi madre.



## RECUERDOS

## La botica de la abuela

Hoy vamos a recordar dos recetas de la abuela útiles para esta época. Infusión de tomillo para los resfriados de primavera. Hierve una taza de agua. Añade una ramita de tomillo seco. Deja reposar cinco minutos y añade una cucharadita de miel y unas gotas de limón. Vaho de eucalipto y manzanilla para los estornudos y picor de ojos en las alergias primaverales. Hierve 1 litro de agua en una olla. Retíralo del fuego y añade un puñado de eucalipto y otro de manzanilla. Coloca la olla sobre una mesa estable y cúbrete la cabeza con una toalla. Inhala el vapor suavemente durante 5 o 10 minutos.

## 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.



