

# 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

# 21.º aniversario de Amavir Torrejón

El día 15 de febrero nuestro centro cumplió años y por ello se organizaron una serie de actividades para celebrarlo.

Para dar el pistoletazo de salida a nuestro gran día de celebración, pudimos contar a primera hora de la mañana con la visita de Alejandro Navarro, alcalde de Torrejón de Ardoz y Ana Verónica González, concejala de mayores de la localidad, que pasaron un agradable rato con nuestros mayores. Durante la mañana, tuvo lugar un encuentro intercentros, donde contamos con la visita de Amavir Getafe. En este encuentro se realizaron diferentes pruebas similares a las del examen de conducir (teórico, psicotécnico y práctico), donde nuestros mayores tuvieron que sacar sus mejores tácticas para conseguir como premio la L de novel y el carnet de conducir de Amavir Torrejón, acabando con un divertido concurso final dónde



Celebramos el aniversario de la residencia.

teníamos que competir por equipo para adivinar el significado de las señales de tráfico que aparecían en el proyector. Además, tuvimos una comida especial para ese día y pudimos disfrutar de una deliciosa ensaladilla rusa de primero, unas carrilleras de segundo y unos

profiteroles de postre. Para poner el broche final a este día, contamos con la actuación de la compañía flamenca Raúl Pulido, que al son de sevillanas y buena música nos deleitaron con sus bailes maravillosos. Desde luego un gran día para el recuerdo de todos nosotros.

## Terapia de Aceptación y Compromiso

Esta actividad ayuda a manejar mejor las emociones y el día a día.

La Terapia de Aceptación y Compromiso ayuda a manejar pensamientos y emociones difíciles a través de la aceptación, la atención en el momento presente y el compromiso con pequeñas acciones que dan sentido a nuestro día a día. Algunos beneficios que pueden observarse en los residentes son: Mejor manejo emocional, aceptando emociones desagradables;

menor ansiedad y rumiación, tomando distancia de los pensamientos negativos; afrontamiento del dolor crónico; mayor sensación de propósito, conectando con valores personales; mayor presencia y disfrute, mediante ejercicios de atención plena. Todo ello favorece una vejez más flexible, significativa y emocionalmente equilibrada.



Caricatura de ATC en residencia.

## 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

#### Mayo

04/05 Día de la Madre.

14/05 Salida cultural.

26/05 Mañanas de cine.

#### Junio

04/06 Salida cultural.

Todos los miércoles: "Vaya, vaya, aquí no hay playa".

23/06 Mañanas de cine.

### 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.

**HOY COMEMOS** Pilar Aguilera Lazareno

## Filetes en salsa

#### INGREDIENTES

Se necesitan filetes de ternera, aceite, sal, pimentón, harina, 2 hojas de laurel, ajo machacado, azafrán en rama, vino blanco, un bote de guisantes y patatas.

#### PREPARACIÓN

Primero se fríen los filetes en aceite muy caliente hasta que queden dorados. Se echa aceite, los filetes, un poco de harina, pimentón y el vaso de vino. Se echa azafrán, ajo, sal y el bote de guisantes. Mientras, se fríen las patatas en dados y se junta todo en la cacerola.



## CUMPLEAÑOS



### Mayo

01/05 Laura Badía

03/05 Aurora de Marco

07/05 Engracia Chamorro

08/05 Vitar Martín

08/05 Emilia Pedraza

11/05 Vicente Cruz

13/05 Luis Monzón

14/05 Juan Padilla

15/05 Sebastiana Leiva

16/05 Ángel Gómez

19/05 Ana García

21/05 Josefa Fernández

21/05 M.<sup>a</sup> Soledad Verde

23/05 Adelina Caballero

30/05 Fernanda Pascual

30/05 Tosimo Corraliza

### Junio

01/06 Lourdes Sáenz

02/06 Antonio Arrébola

04/06 Catalina Gómez

04/06 Dolores Martínez

06/06 Mari Sánchez

09/06 Emilia Molero

10/06 Basilides Santos

13/06 Mercedes Serrano

15/06 Rosa M.<sup>a</sup> González

16/06 Antonia Mendiola

16/06 Amparo Montejano

16/06 Eulogio Santos-García

19/06 María Blanco

21/06 Asterio Bernal

21/06 M.<sup>a</sup> Luisa Chaves

23/06 Dolores Almendro

26/06 M.<sup>a</sup> Pilar Fernández

26/06 Florinda Ramírez

29/06 Petra Ballesteros

29/06 Julián Muñoz

30/06 Carmen Lozano

30/06 Elena Rojo

## SECRETOS DE MI TIERRA



Imagen de una iglesia en Caballar.

## Caballar (Segovia)

Caballar es un pueblo tan pequeño como bonito. En él he disfrutado de momentos inolvidables durante mi infancia y adolescencia, y yo lo denomino con mucho cariño “el paraíso”. Además de la Iglesia de la Asunción, una iglesia románica preciosa y bien conservada, se puede dar un tranquilo paseo para

conocer sus fuentes, que son en realidad manantiales que abastecen de agua a Caballar y un pueblo vecino. Las más conocidas son la Fuente Fresneda, la Fuente Redonda y la Fuente Santa. A esta última se realiza una romería el último domingo de septiembre para adorar a los santos mártires Valentín y Engracia. Además, es tradición sumergir los cráneos de estos santos cuando hay períodos largos de sequía para pedirles que llueva.

## AYER Y HOY



### Antes

Lorena nació en Torrejón de Ardoz. A los 10 años empezó a jugar a fútbol sala con chicos hasta los 14, cuando lo tuvo que dejar porque en Torrejón todavía no había ningún equipo femenino. Actualmente, juega en un equipo femenino de Torrejón y están en la fase de ascenso para subir de liga. Es defensa y no es que meta muchos goles pero, según dice, sí que evita muchos en contra. No sabe cuánto tiempo seguirá jugando, pero sí que es algo que recordará con cariño toda la vida.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Belén Vecino Fraile



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Con la llegada de los meses de mayo y junio queremos compartir con vosotros un mensaje muy especial. Durante el pasado mes hemos celebrado con gran ilusión nuestro 21.º aniversario como centro. Fue una jornada llena de música, recuerdos y emociones compartidas, que nos permitió mirar atrás con orgullo y agradecer el camino recorrido. Gracias a quienes habéis confiado en nosotros a lo largo de estos años, a las familias por su cercanía constante, y, por supuesto, a nuestro equipo humano por su dedicación diaria. Cumplir 21 años significa seguir creciendo, adaptándonos a nuevas necesidades y renovando nuestro compromiso de cuidado y respeto. Cada persona que forma parte de esta residencia es esencial en esta historia común. Miramos ahora hacia junio, mes en el que nuestra localidad celebra sus fiestas. Desde la residencia nos sumaremos con actividades especiales, fomentando la participación, la alegría y el sentimiento de comunidad. Queremos que estas fechas sean una nueva oportunidad para convivir, compartir y seguir creando momentos significativos juntos. Recibid un afectuoso saludo.

## COSAS DE CASA

# La primavera va por dentro

**Muchos padecen la astenia primaveral, un conjunto de síntomas cuyas causas se desconocen.**

La primavera es la estación del cambio, de la renovación. Todos los organismos reviven tras el frío y oscuro período invernal, y los humanos no somos una excepción. Muchas personas se sienten más alegres, más activas, más optimistas... Pero una parte muy importante de la población experimenta justamente lo contrario: les invade una sensación de desánimo y falta de energía. Es lo que popularmente se conoce como “astenia primaveral”. La astenia primaveral no es ninguna enfermedad, sino un simple período de molestias leves y pasajeras, cuyas causas exactas se desconocen. Los científicos sugieren que puede deberse a una sensibilidad especial tanto al aumento de horas de luz solar como al descenso de hormonas como la



La alergia es un molesto síntoma en primavera.

serotonina. También puede resultar de utilidad tomar suplementos adecuados de vitaminas y minerales ya que una carencia de éstos, aumentaría la sensación de cansancio.

## QUIÉN ES QUIÉN

## María Moratalla, prácticas de trabajo social

**“Hay que vivir con intención, no por costumbre”.**

**Edad:** 26 años.

**En Amavir desde:** 2025.

**Lo mejor de Amavir:** El equipo de trabajo y los residentes.

**Virtud:** Empática.

**Defecto:** Impaciente.

**Aficiones:** Leer y estar con mis amigas.

**Libro:** “El barracón de las mujeres”, de Fermina Cañaveras.

**Película:** Shrek.

**Grupo de música:** San Senra.

**Comida favorita:** Huevos fritos con patatas.



## RECUERDOS

## La flor que me regaló Roma

Recuerdo cuando viajé a Roma para visitar la tumba de Benedicto XVI, enterrado bajo la Basílica de San Pedro, en la Ciudad del Vaticano. Su tumba, sencilla y de mármol claro, estaba rodeada de hermosas rosas y lirios blancos que transmitían una profunda paz. Me quedé contemplándolas con ilusión, deseando llevarme una como recuerdo, pero no quería hacer nada indebido ni arrancarla sin permiso. Cuando ya me marchaba un poco triste, apareció un sacerdote que, como si hubiera leído mi pensamiento, me regaló una flor, convirtiendo aquel instante en un recuerdo verdaderamente inolvidable.

## 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.