

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

Carnaval, música y encuentros intergeneracionales llenan de vida la residencia

Residentes, familiares, voluntarios y jóvenes del barrio comparten talleres, música y celebraciones en una semana marcada por la convivencia.

La residencia vivió en los últimos meses una intensa programación de actividades con motivo del carnaval, en la que residentes, familiares y voluntarios compartieron momentos de creatividad, música y convivencia. Entre las propuestas más participativas destacó el taller de elaboración de máscaras venecianas, en el que residentes y familiares trabajaron juntos para diseñar y decorar sus propios antifaces, inspirados en la tradición del carnaval de Venecia. Las creaciones formaron parte posteriormente del atrezo con el que los residentes celebraron la fiesta de carnaval. Además, disfrutamos de una exposición muy colorida de pelucas y antifaces venecianos. La música tuvo un papel protagonista con la celebración de un animado bingo musical de carnaval, combinamos juego, canciones populares y mucho humor entre los participantes. Disfrutamos de los cumpleaños del mes de febrero en una fiesta amenizada por la Rondalla Bangüila, que animó a todos a cantar y acompañar con palmas. Uno de los momentos más emotivos fue el encuentro intergeneracional con los Boy Scout del



Residentes participando en las actividades.

barrio de San Fermín. Los jóvenes compartieron la jornada con los residentes cantando, jugando al bingo y conversando, creando un espacio de acompañamiento y aprendizaje mutuo. La programación se completó con un taller de decoración de galletas organizado junto a la ONG Grandes Amigos, que volvió a demostrar el valor de la colaboración y la participación para fomentar el bienestar y la vida social en el centro.

Nuevas actividades en Amavir Usera

Cine Fórum los viernes cada 15 días y un campeonato de dominó al mes son las actividades novedosas que organiza en 2026 el departamento de Animación Sociocultural.

Un campeonato de dominó es una excelente forma de fomentar la competitividad, la estrategia y las relaciones entre los residentes. El dominó requiere atención y memoria para recordar las fichas que se han jugado, promueve la socialización y el juego en sí puede ser una forma de relajación y diversión. El cine fórum es una actividad súper enriquecedora, no solo es una forma de entretenimiento, sino que también fomenta la interacción, la reflexión y el intercambio de ideas entre los residentes. Ver películas y discutir sobre ellas puede ayudar a mantener la mente activa. Campeones, Cartas y Julieta y Lo nunca visto son los títulos de las 3 películas proyectadas hasta el momento.



Momentos de las divertidas actividades desarrolladas.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Gerontogimnasia

Se realiza de lunes a viernes entre los departamentos de fisioterapia y terapia ocupacional.

Fisioterapia

Cinesiterapia, reeducación de la marcha, mecanoterapia, termoterapia, prevención del síndrome del encamado, tratamiento neurológico, electroterapia, propiocepción y kinesiología.

Psicología

Psico estimulación cognitiva y sensorial, taller de prensa, intervención individual.

Terapia ocupacional

Supervisión/reeducación de ABVD (vestido, aseo y alimentación), reentrenamiento de AIVD, rehabilitación funcional, estimulación multisensorial, movilizaciones pasivas, psicomotricidad, estimulación cognitiva.

Animación sociocultural

Ergoterapia, ocio y tiempo libre, ludoterapia, Intervención con la música, bingo, bingo musical, Street View.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Mayo

12/05 Salida con voluntarios de La Caixa.
26/05 Salida con voluntarios de La Caixa.

IX Jornada de Convivencia Familiar (fecha a determinar).

26/05 Fiesta de cumpleaños mayo.

Junio

05/06 Actividad Día Mundial del Medio Ambiente.

18/06 Fiesta de cumpleaños junio.

23/06 Actividad especial: Hogueras de San Juan.

22/06-26/06 Campamento intergeneracional.

SERVICIOS

Peluquería

Miércoles desde las 10:00 h.

Podología

Tres veces al mes. Preguntar en recepción.



HOY COMEMOS Antonio Olmo

Filetes de pavo al horno con guarnición de patatas panaderas y calabacín

INGREDIENTES

Filetes de pavo, patatas, calabacín, aceite de oliva, especias y sal.

PREPARACIÓN

Pelamos las patatas y las cortamos en rodajas finas. Las distribuimos por la bandeja de horno. Agregamos el aceite, las especias y la sal al gusto y las horneamos a 180° hasta verlas doradas. A continuación, ponemos los filetes



por encima y los cocinamos durante 15-20 minutos. En los últimos 10 minutos, añadimos un calabacín en rodajas. Servimos caliente y ya estaría listo para comer.

CUMPLEAÑOS



Mayo

02/05 Daniel Fernández

02/05 Antonia González

07/05 Antonia Serrano

08/05 Bartolomé Garrido

11/05 Elena García

12/05 M.^a Rosa Ruiz

15/05 M.^a Ascensión Galán

17/05 Pilar Martín

19/05 Matilde Mendoza

23/05 Basilia Rosario Benito

25/05 Julián Pérez

30/05 Fernando Barjola

31/05 Celia Santiago

Junio

02/06 Marcelino Maqueda

02/06 Luis Victoria

11/06 Elisa Crespo

11/06 Luisa Parreño

14/06 José Luis Vargas

15/06 M.^a Carmen Vera

16/06 Julia Lázaro

17/06 Beatriz Pelaz

18/06 Ángeles Revuelta

19/06 Isabel Moreno

20/06 Luisa Zamorano

21/06 Luisa Colorado

22/06 Rosa Rubio

24/06 Eloísa Martín

29/06 Juan Miguel Madrid

30/06 M.^a Paz Grande

30/06 Pilar López

SECRETOS DE MI TIERRA

Exploración por la tierra de Valdehúncar

Eloisa es extremeña y nos cuenta que nació en un pequeño pueblo de Extremadura llamado Valdehúncar, que significa “valle de juncos”. Fue fundada en la segunda mitad del siglo XIV por pastores trashumantes abulenses de la Meseta. Situado en la comarca de Campo Arañuelo, en la provincia de Cáceres, el pequeño municipio conserva una identidad marcada por la vida rural, la ganadería y una historia que se remonta a la prehistoria. El pueblo se encuentra cerca del río Tajo y del embalse de Valdecañas, en un entorno de dehesas y paisajes graníticos característicos de Extremadura. Las costumbres de Valdehúncar están estrechamente ligadas a la vida rural y a la convivencia vecinal típica de los



Puente sobre el embalse de Valdecañas.

pueblos pequeños de Extremadura. Las fiestas más importantes son las del Ángel y Santa María Magdalen, que es la patrona del pueblo. En estas celebraciones es donde se degustan unos dulces típicos llamados las floretas. Lugares de interés para visitar son La Iglesia de Santa María Magdalena, del siglo XVI; Cancho Castillo, que es una formación granítica testimonio de la ocupación medieval, y la Muralla, que son restos de ocupación desde la Edad del Bronce hasta la Edad Media.

AYER Y HOY



Antes

María Magdalena Escobar nació en 22 de julio de 1924 en Madrid. Fue profesora de corte y confección y trabajó en ello por unos años. Es viuda, con cuatro hijos: Germán, José María, Juan Carlos y Santiago. Apasionada por la costura, es la cuidadora de toda la familia y le encanta leer, pasear y las fotografías. Tiene guardadas las fotos de su infancia hasta la actualidad, de su familia y de sus amistades. Hoy en día tiene una familia grande con nietos y un bisnieto y disfruta mucho de su compañía.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Catrola



Estimados residentes, familiares y profesionales del centro:

Uno de los aspectos que con mayor frecuencia nos trasladan las familias es la importancia de mantener una comunicación fluida y directa con el equipo técnico del centro. Entendemos que es fundamental poder solicitar información y conocer con detalle diferentes aspectos relacionados con el día a día de nuestros residentes y usuarios, tales como su proceso de adaptación, el seguimiento de su estado general, las actividades en las que participan u otras incidencias que pueda surgir. Con el fin de facilitar esta comunicación y poder atenderos de la manera más adecuada posible, os recordamos que el equipo técnico del centro está formado por diferentes profesionales que trabajan de manera coordinada. Este equipo está compuesto por: médico, enfermería, fisioterapeuta, trabajadora social, la terapeuta ocupacional, psicóloga y animación. Por ello, cuando necesitéis información o resolver cualquier duda, os pedimos que lo comunicuéis en la recepción para que puedan gestionar el contacto con el profesional correspondiente. Así podremos ofrecer una respuesta más precisa y adecuada a cada situación. Aprovechando la llegada de la primavera, queremos animaros a hacer un mayor uso de los espacios exteriores del centro, que contribuye de manera muy positiva al bienestar de nuestros residentes. Para que todos podamos seguir disfrutando de estos espacios en las mejores condiciones, os pedimos vuestra colaboración para mantener en buen estado el mobiliario, respetando su ubicación y haciendo un uso adecuado. Un beso muy fuerte para todos.

COSAS DE CASA

Alerta por el polen primaveral

Cómo mejorar la calidad de vida ante estas molestias estacionales.

La alergia al polen, o rinitis alérgica estacional, es muy frecuente durante la primavera por el aumento de la polinización de árboles y plantas. Los niveles de polen se elevan entre marzo y junio, especialmente de gramíneas, plátano de sombra y olivo. Los síntomas más comunes son estornudos repetidos, picor en la nariz y los ojos, congestión nasal, lagrimeo, tos seca y, en algunos casos, sensación de fatiga o dificultad para respirar si existe asma asociada. Ante estas señales, se recomienda acudir al centro de salud para una valoración médica. Los profesionales pueden confirmar el diagnóstico mediante pruebas alérgicas y prescribir antihistamínicos, corticoides nasales u otros tratamientos específicos.

Como medidas de prevención tenemos:

- Ventilar la casa a primera hora del día o por la noche para evitar que entre demasiado polen.
- Evitar salir en horas de mayor concentración, ya que los niveles de polen suelen ser más altos por la mañana y al atardecer.
- Usar gafas de sol, estos ayudan a proteger los ojos del contacto con



Los antihistamínicos deben ser vigilados por el médico.

el polen. En días con mucha concentración también puede ser útil usar mascarilla.

- Mantener las ventanas del coche cerradas, usando el aire acondicionado con filtros para evitar que entre polen del exterior.
- Realizar una ducha y cambiarse de ropa al llegar a casa con el fin de eliminar restos de polen.
- Y cómo no, seguir el tratamiento y los consejos del médico.

QUIÉN ES QUIÉN

Ana M.^a Céspedes, gerocultora

Bondad y dedicación.

Edad: 58 años.

En Amavir desde: 2025.

Lo mejor de Amavir: El trato directo con el residente.

Virtud: La capacidad de dar cariño a los demás.

Defecto: Soy muy directa a la hora de decir las cosas.

Aficiones: Salir a caminar.

Película: Memorias de una Geisha.

Grupo de música: DJ Bobo.

Comida favorita: Los espaguetis.



RECUERDOS

Remedios caseros para males comunes

Para el dolor de garganta mezcla miel y limón con agua caliente y tómallo. Para el dolor de cabeza aplicar un paño frío en la frente y bebe un té de manzanilla. Para el dolor de estómago, bebe un té de menta o hierbabuena después de las comidas. Para el dolor de muelas aplica un clavo de olor en la muela dolorida. Para el insomnio bebe un vaso de leche caliente con miel antes de dormir. Para la diarrea, bebe un té de manzanilla y come arroz blanco. Para la fiebre: beber un té de sauco y aplicar un paño frío en la frente. Son ejemplos de remedios caseros que nos cuentan nuestros residentes.

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.