

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Amavir recibe 3,9 millones de fondos europeos para mejora de infraestructuras y proyectos de calidad asistencial en la Comunidad de Madrid

Estas subvenciones, adjudicadas por la Consejería de Política Social, forman parte de los fondos Next Generation UE.



La Consejería de Política Social de la Comunidad de Madrid ha concedido subvenciones a 18 residencias de Amavir en la región, por un importe de 3.888.736,13 euros, en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia financiado por la Unión Europea (Next Generation UE). Los 18 centros son Alcalá de Henares, Alcorcón, Arganzuela, Cenicientos, Ciudad Lineal, Colmenar, Coslada, Getafe, Humanes, La Marina, Pozuelo, San Agustín del Guadalix, Torrejón, Usera, Valdebernardo, Puente de Vallecas, Villanueva de la Cañada y Villaverde. La mayor parte de la cuantía (2.864.600 euros) va destinada a la instalación de sistemas de comunicación paciente-enfermera, que per-



Plan de Recuperación,  
Transformación  
y Resiliencia



Financiado por  
la Unión Europea  
NextGenerationEU

mitirán dar un impulso a la transformación digital de las residencias y mejorar la calidad asistencial. Se colocarán pantallas táctiles en las habitaciones para que los profesionales puedan visualizar los principales datos clínicos del residente y ejecutar las tareas. Se destina también una partida de 269.428,68 euros a la instalación de sistemas multisensoriales en las residencias. Por otro lado, se crearán espacios biosaludables en los jardines para el desarrollo de actividades físicas en el exterior

(225.487,08 euros) y se implementarán huertos y jardines terapéuticos (36.676,86 euros), además de continuar la implantación del programa de ejercicio físico y de movilidad “Paseos por la Naturaleza” (36.000 euros). Por último, se avanzará en la instalación de WiFi en los centros (214.000 euros), adquisición de camas ultrabajas para facilitar la eliminación de sujeciones (193.278,60 euros) y colocación de pérgolas, toldos, vallado y sectorización de comedores (49.264,91 euros).

# Todo listo para la celebración de los campamentos intergeneracionales de verano en las residencias Amavir

Este año se han sumado 30 residencias a la iniciativa, que reúne durante una semana a mayores y niños en los propios centros.

Un total de 30 residencias de Amavir tienen ya todo listo para celebrar los tradicionales campamentos intergeneracionales de verano. Aproximadamente 15-20 niños y niñas por cada centro, con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años, disfrutarán durante una semana de diferentes actividades educativas y de ocio junto a las personas mayores que residen en Amavir. Compartir desayunos y comidas, gimnasia, participar en yincanas, bingos, excursiones, talleres creativos o juegos deportivos, son ejemplos de las muchas actividades que se han organizado. Está demostrado que las personas mayores implicadas en actividades intergeneracionales se sienten más felices que otros mayores de su misma edad. Además, compartir con los más pequeños su jornada diaria incrementa su actividad física, cognitiva y social, promoviendo el envejecimiento activo y saludable. Para los más pequeños, estas actividades son también una lección de vida, de la que aprenden las experiencias de los mayores y sus historias de juventud. Los niños y niñas que participan en la actividad son nietos y bisnietos de nuestros residentes y, principalmente, hijos de los trabajado-



res, de tal manera que estos campamentos son también una medida de conciliación laboral y familiar para nuestra plantilla durante la última semana de junio, en la que ya no hay colegio y aún no han empezado los campamentos de verano.

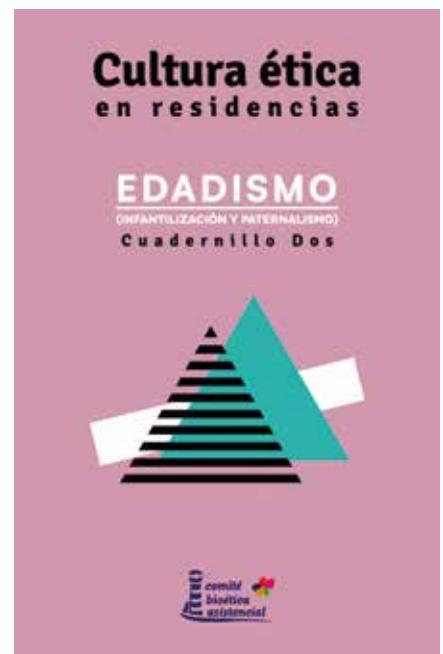
## Amavir publica su Memoria 2022

Amavir ha publicado ya en su página web el Informe sobre el Estado de Información no Financiera (EINF) de la compañía correspondiente al año pasado, estando así a disposición de todos sus públicos. En esta memoria se da cuenta con la máxima transparencia de toda la actividad de la compañía en numerosos ámbitos: económico, recursos humanos, asistencial, medioambiental, social...



## Publicado el segundo cuadernillo del Comité de Bioética Asistencial

Esta iniciativa busca fomentar la cultura ética entre los profesionales de la compañía. El primero de estos cuadernillos trató sobre la intimidad en la tercera edad y en este segundo se aborda el tema del edadismo, la infantilización y el paternalismo. Los cuadernillos están disponibles en nuestra página web y siguen siempre una estructura muy sencilla para favorecer la consulta, con ejemplos prácticos.




**ACTUALIDAD**

# Un recorrido por las actividades más destacadas de los últimos meses

**Actuaciones musicales, talleres de envejecimiento saludable o salidas fuera del centro, numerosas han sido las actividades que hemos disfrutado durante los primeros seis meses del año.**

La época estival acaba de llamar a nuestra puerta y, en el centro, estamos preparados para disfrutar de un verano que, a buen seguro, estará lleno de grandes momentos, tantos como los que hemos vivido estos meses que dejamos atrás, donde ha habido cabida para multitud de actividades. Entre las más destacadas, las actuaciones musicales en directo que tanto nos gusta recibir y que siempre cuelgan el cartel de aforo completo como, por ejemplo, el grupo de sevillanas de uno de los centros de mayores de la ciudad. Hemos aprovechado nuestro tiempo disfrutando de gimnasia en el patio y también de una estupenda sesión de yoga donde se han trabajado diferentes aspectos de relajación y respiración, así como ejercicios de movilidad adaptados a las posibilidades de los participantes. También hemos tenido tiempo para acudir a un vivero cercano



**Nuestros residentes comprando las flores y plantas para el centro.**

para elegir las flores y plantas con las que decorar la residencia y darle así un ambiente colorido, florido y hermoso. Para finalizar, hemos sido los protagonistas de uno de los vídeos de la serie “¿Qué hacemos hoy?” con una de nuestras salidas a tomarnos un rico chocolate con churros y que puede verse en el canal de YouTube de Amavir.

# Seguimos con las plantas aromáticas

## Formamos un gran rincón aromático.

Como comentamos en el periódico anterior, ya hemos puesto en marcha el “Rincón aromático”. De momento hemos plantado las siguientes variedades: orégano, cilantro, perejil, albahaca común, albahaca morada, menta, hierbabuena... Ahora os queremos animar a que participéis con nosotros. La idea es seguir plantando aromáticas y también darle un poco más de color al patio, por lo que estamos abiertos a que colaboréis con nosotros trayendo las diferentes plantas que os gustarían ver en el patio para que sea mucho más llamativo para nuestros usuarios. Si queréis participar poneos en contacto con Iván (animador sociocultural). ¡Muchas gracias y animaos!



**Eligiendo qué cultivar.**

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Animación sociocultural

Estimulación verbal, musicoterapia, bingo, coro, cine, voluntariado, juegos de mesa, baile terapéutico, laborterapia, como en casa, teatro de títeres, eventos extraordinarios y cumpleaños.

#### Fisioterapia

Programas de: mantenimiento, encamados, caídas, patologías crónicas, fisioterapia respiratoria, vendaje neuromuscular, transferencias y apoyos, agudas, gerontogimnasia, deambulación y baile terapéutico.

#### Psicología

Gimnasia mental, estimulación cognitiva, mantenimiento cognitivo, unidad de convivencia, manejo de conducta, intervención individual, relajación, laborterapia, teatro de títeres y como en casa.

#### Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional y cognitiva, aromaterapia, gerontogimnasia, gimnasia de manos, AVD's, Montessori, yogaterapia, repostería y estimulación cognitiva.

### HOY COMEMOS Dolores Ojeda

# Sangría

#### INGREDIENTES

Fruta variada (naranja, melocotón, pera, plátanos, manzana...), zumo de limón, hielo, vino, gaseosa, azúcar y canela (opcional).

#### PREPARACIÓN

Pelamos y picamos toda la fruta, echamos el vino, la canela, el azúcar y el zumo de limón y dejamos macerar unas 2 horas. Luego añadimos la gaseosa y el hielo, cuando esté fresquito servimos en vasos o copas. Podemos echar algún trozo de la fruta y adornar el vaso con una larga peladura de naranja. ¡A refrescarse este verano!

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

Cumpleaños.  
Salidas al mercadillo y a los parques cercanos.  
Actuación.

#### Agosto

Cumpleaños.  
Verbena de la Paloma.  
Salidas al mercadillo y a los parques cercanos.  
Actuación.

#### Septiembre

Fiestas de Alcorcón.  
Salida.  
Cumpleaños.  
Actuación.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Martes a viernes de 09:00 a 16:00 h.

#### Podología

Cuatro días al mes.



## CUMPLEAÑOS

#### Julio

01/07 José Luis Cuesta  
09/07 Mercedes Gabaldón  
11/07 Pía Herranz  
12/07 Celsa Santiago  
14/07 Alfredo Rubio  
15/07 Fernanda Garrido  
15/07 Emilio Tost  
17/07 Maravillas Chico  
18/07 Manuel Daza  
18/07 María González  
20/07 Brígida Expósito  
22/07 Magdalena Hernández  
27/07 Francisco Sanz  
28/07 Lorenzo Delgado  
31/07 Ignacio Zurdo

#### Agosto

02/08 Francisca Córcoles  
02/08 Enriqueta Molina  
05/08 Cristóbal López  
05/08 Isabel Turegano  
06/08 Alfonsa García  
07/08 Petra Aranguez  
08/08 Alicia Alonso  
09/08 Cleto González  
10/08 Juan Cortes  
11/08 Virtudes Cauce  
14/08 Julia Sánchez  
18/08 José Oliva  
20/08 Patricio de los Ángeles  
21/08 Fidela Rozas  
23/08 Roberto Méndez  
24/08 Natividad Soria  
27/08 José María Astor  
30/08 Etelvina Álvarez  
30/08 Espíritu Carmona

#### Septiembre

01/09 Julia Rico  
01/09 Petra Sánchez  
05/09 Concepción Fernández  
05/09 Victorina Hernández  
05/09 María Antonia Sánchez  
12/09 Francisca Ciruelos  
12/09 María Dueñas  
13/09 Araceli Alonso  
13/09 Geli Muñoz  
14/09 Alberta Muñoz  
15/09 Eugenia Díaz  
20/09 Isidro Mosquero  
22/09 Consuelo Santos  
25/09 Tomás Lavado  
27/09 Isabel Mencía  
30/09 Manuel Arroyo  
30/09 Pedro Quiroga

**SECRETOS DE MI TIERRA**

# La Virgen de la Paloma

**Decoración de la verbena.**

Este año también celebraremos todos juntos la fiesta de la Virgen de la Paloma el 15 de agosto. Como ya es tradición veremos la zarzuela “La Verbena de la Paloma” en el comedor principal, donde las chulapas, el sereno, los guardias y el tabernero actuarán

y cantarán todo el repertorio. Esta zarzuela es una de las más reconocidas y apreciadas por el pueblo madrileño. Además, amenizaremos la merienda de este día con un riquísimo chocolate con churros, para endulzarnos la tarde. ¡No os lo perdáis!

**AYER Y HOY**

## Antes



## Después

Emilia Trenado nació en 1938 en Puebla de Alcocer. Es la pequeña de cinco hermanos y desde los nueve años trabajó en el campo con su padre. Esto le impidió ir a la escuela, pero no le paró las ganas de aprender, la vida fue su escuela. Se casó y tuvo seis hijos que sacó adelante con mucho esfuerzo. El trabajo le llevó a Alemania y, al final, vino a Madrid con su familia, donde estuvo trabajando en hostelería. Sigue siendo muy trabajadora y todavía le encanta bordar, coser y hacer punto.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Inmaculada Gallego Muñoz



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ya son varios meses los que estoy al frente de Amavir Alcorcón y, en primer lugar, quiero dar las gracias por el buen recibimiento que he tenido por parte de todos los residentes y también por parte de sus familias. Todas y cada una de ellas a nivel personal están haciendo que mi incorporación sea inmejorable. Me siento apoyada por todos, ya que mi entrada, como todos sois conocedores, ha ido acompañada de numerosas bajas de personal de distintos departamentos. A día de hoy la plantilla se encuentra estable y formada para poder ofrecer el mejor servicio a todos nuestros residentes, el servicio que se merecen que es la base fundamental de nuestro trabajo y razón de ser. Entre las nuevas incorporaciones se encuentran Alberto Peribáñez, coordinador de auxiliares; Marta Savat, psicóloga del turno de tarde; Lucía Gómez, trabajadora social también del turno de tarde; Idania, recepcionista, que estoy segura que les podrán ayudar en todo lo que necesiten para facilitarles su estancia en el centro. No quiero dejar de señalar el gran equipo humano de trabajadores que he encontrado en Amavir Alcorcón. Los Departamentos de Limpieza, Lavandería, Personal auxiliar, Mantenimiento, Conductores, Equipo técnico y Recepción, entre otros, quienes también me han aportado seguridad en mis primeros pasos por el centro y quienes me han brindado en todo momento la ayuda e información necesaria para poder continuar dirigiendo este gran centro. ¡Muchas gracias!

**COSAS DE CASA** Manuel Rodríguez

# Patio de butacas

El buen gusto.

El canal televisivo 24 horas, además de los bloques informativos de treinta minutos ofrece espacios de la misma duración, generalmente monográficos. Estos suelen tratar temas sobre la innovación tecnológica, el emprendimiento, el cine o la literatura, entre otros. Uno de estos espacios se llama “Conversatorios” (conversaciones pactadas) en la Casa de América, donde entrevistan sin prisas y con un tono afable a personas que han destacado o lo están haciendo en la actualidad en diferentes campos: música, política, economía, filosofía... A esta última disciplina me voy a referir, ya que en uno de esos conversatorios le tocó el turno a un filósofo natural de Bilbao, y del que no recuerdo su nombre, lo siento. Ni con la ayuda del buscador de buscadores lo he encontrado, en cuanto lo sepa os lo haré llegar. Pues bien, haciendo zapping terminé en el citado programa sobre las 00:45 horas de un miércoles, horario habitual de los monográficos nombrados. El bilbaíno estuvo muy brillante en sus respuestas, me daban ganas de tomar apuntes, por lo que se aprendía



Zapping o cambiar de canal.

de sus palabras. No me pude resistir y así lo hice cuando le preguntaron por el buen gusto, así lo definió nuestro filósofo: “algo que con el tiempo acaba alcanzando un cierto consenso”. A ver quién lo mejora.

## QUIÉN ES QUIÉN

# Marta Salvat, psicóloga

**“Disfruto mucho de mi trabajo”.**

**Edad:** 26 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** El buen trato hacia los mayores que forman esta gran familia.

**Virtud:** Mi positividad.

**Defecto:** Soy un poco impaciente.

**Aficiones:** Bailar y pasar tiempo con mi familia.

**Libro:** Un cuento perfecto.

**Película:** Pearl Harbor.

**Grupo de música:** The Rolling Stones.

**Comida favorita:** El cocido.



## RECUERDOS

# Recuerdos con mis abuelos

A pesar de haber nacido en Madrid, cuando era pequeña me fui a una pequeña aldea de Lugo llamada A Muiña, en la cual tengo muchos recuerdos con mis abuelos... Muchos de ellos relacionados con el tiempo que pasábamos juntos cuidando de todos los animales que tenían: vacas, conejos, cerdos... También se me viene a la mente cuando cocinábamos para todos unas grandes empanadas y cuando preparaban las matanzas para poder tener comida durante todo el año la familia entera, o cuando nos íbamos a lavar la ropa al río. ¡Qué bonitos recuerdos!

# Amavir se suma a la iniciativa “Healthy Cities” de Sanitas para promover estilos de vida saludables y sostenibles

Se trata de una competición entre empresas, en la que por cada participante que supere el reto de caminar 6.000 pasos diarios se plantará un árbol.

Amavir se ha unido a la octava edición de “Healthy Cities” de Sanitas, una iniciativa sostenible que persigue promover mejores hábitos de vida entre la población e impulsar entornos urbanos más saludables. Con esta campaña se pretende que los profesionales que trabajan en Amavir caminen 6.000 pasos al día y dejen el coche en casa al menos un día a la semana. Por cada participante que supere este doble reto, Sanitas plantará un árbol en el Bosque de los Zaragozanos. El reto comenzó el 1 de mayo y terminará el próximo 30 de junio. Amavir participa junto a más de 230 empresas, que suponen en torno a 350.000 empleados.



## Seguimos fomentando el voluntariado corporativo en nuestras residencias

En las últimas semanas, hemos disfrutado de la compañía de voluntarios y voluntarias de empresas como Hard Rock Café, Endesa, ESIC Marketing y Telefónica.



El voluntariado corporativo es el conjunto de actividades sociales promovidas y apoyadas por una empresa para involucrar libremente a sus empleados mediante la dedicación de su tiempo, su talento o habilidades a causas, proyectos y organizaciones sociales. En los últimos años son muchas las empresas, siguiendo los postulados de la Responsabilidad Social Corporativa (RSC), que están fomentando este tipo de voluntariado entre sus trabajadores. Y, en nuestro caso, estamos colaborando cada vez con más compañías para fomentar que esta labor de voluntariado la hagan en nuestras residencias, como forma de apoyar actividades culturales y lúdicas en beneficio de las personas mayores que viven en nuestros centros. En los últimos años hemos colaborado con empresas como Telefónica, La Caixa, Mondelēz, JTI, Endesa, Hard Rock Café, Reale Seguros, ESIC Marketing y varias universidades. Este voluntariado corporativo se suma al que solemos fomentar también en los centros con parroquias.



# Disminuye un 16% el número de sujetaciones en las residencias en el último año, que solo usan ya el 0,95% de todos nuestros residentes

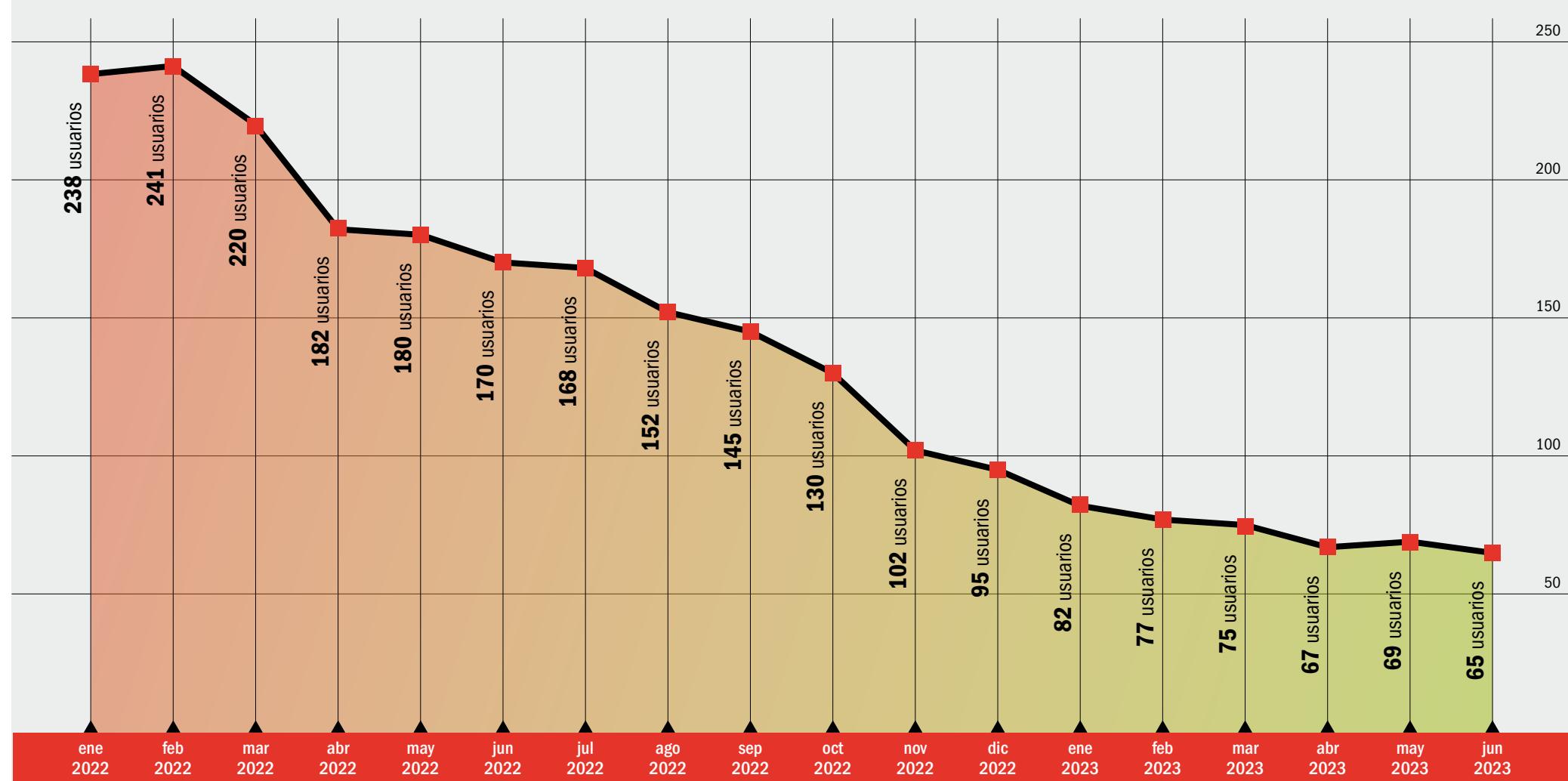
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujetaciones, lo que redundá en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

Uno de los pilares de nuestro modelo de atención asistencial “Guiados por ti” es situar la dignidad de las personas mayores en un lugar preeminente. En este contexto, la compañía se ha marcado como objetivo trabajar para la eliminación de las sujetaciones en nuestros centros, puesto que ello redundá en una mejor calidad de vida y un mayor respeto hacia ellos. En este momento, un to-

tal de 33 residencias de la compañía son ya centros libres de sujetaciones. En mayo, el número de residentes que aún tenían pautada alguna sujeción era de 65, lo que representa el 0,95% sobre el total de usuarios. Esta cifra es un 16% menos que un año antes. Históricamente, España ha sido uno de los países con mayor porcentaje de uso de sujetaciones en residencias de mayores. Durante

mucho tiempo se instaló la creencia de que estas sujetaciones aportaban mayor seguridad y que contribuían a evitar caídas, pero las evidencias muestran que esta creencia es errónea y que no se tienen en cuenta los riesgos que conllevan las sujetaciones para la calidad de vida y dignidad de las personas mayores y los beneficios físicos y psicológicos que les reporta su retirada.

**Evolución del número de usuarios de Amavir con sujeción pautada.**



## Amavir colabora en el Congreso Nacional de Geriatría

Amavir ha sido uno de los colaboradores del 63 Congreso de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología, celebrado en Pamplona del 7 al 9 de junio bajo el lema “Envejecimiento saludable: un reto compartido”. Por otro lado, la compañía ha patrocinado también el VII Congreso de Trabajo Social de Madrid, que se ha desarrollado los días 8 y 9 de junio en Tres Cantos.

## Gran éxito de nuestra Jornada Amavir en Madrid

La V Jornada de Amavir en Madrid dirigida a profesionales sociosanitarios, que se celebró el pasado 31 de mayo en el Hospital Clínico San Carlos, contó con la asistencia de más de 300 personas, que escucharon las lecciones de Elsa Punset, una de las mayores expertas a nivel internacional en inteligencia emocional, y Juan Pedro Arbizu, psicólogo clínico.