

# 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.

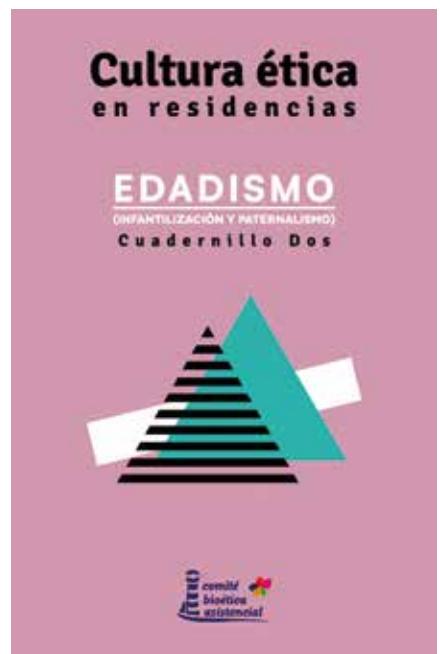
## Amavir publica su Memoria 2022

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

**Feria de Abril, salidas culturales o encuentros intergeneracionales, 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 buenos momentos, tantos como los que hemos vivido estos meses que dejamos atrás, donde ha habido cabida para multitud de actividades. Entre las más destacadas, los encuentros intergeneracionales con los alumnos y alumnas del colegio Salesianos de Atocha con quienes pasamos una jornada de lo más entretenida. También hemos tenido tiempo para las salidas culturales



Los jóvenes del colegio Salesianos de Atocha nos visitaron en el centro.

como la realizada al Museo del Prado, una experiencia muy gratificante para todos los participantes al disfrutar de grandes obras del arte universal que, hasta ahora, solo habían tenido oportunidad de contemplar a tra-

vés de libros o imágenes. Y ¡cómo no!, la celebración de nuestro 18º aniversario que, con el lema “Caminando juntos”, vivimos con gran intensidad y mucha alegría en la mejor compañía, la de familiares y amigos.

## Un rincón de paz para nuestros residentes

El jardín de las aromáticas, las verduras y los cactus.

Albert Einstein decía, “mira profundamente en la naturaleza y entonces comprenderás todo mejor”. Y tiene toda la razón, así lo sentimos nosotros. En el centro tenemos un gran número de aficionados a la naturaleza y dentro de esta, a las flores y al cuidado de huertos y jardines. Por ello, en nuestro taller de huerto y jardín, los jueves por la tarde nos gusta arreglar, plantar, regar y, sobre todo, mimar nuestras plantas. Cada año nos atrevemos a plantar especies diferentes y cómo no, apostamos también por vegetales y frutas como las fresas, los tomates o las berenjenas. Es nuestra ilusión en los meses de primavera y verano.



Refrescantes y ricas fresas de nuestro huerto.

**AGENDA****ACT. ORDINARIAS****Lunes**

11:00 h. Estimulación cognitiva. 15:30 h. Movilizaciones. 18:00 h. Juegos populares.

**Martes**

11:00 h. Ocio y gerontogimnasia. 12:00 h. Tertulia literaria. 17:00 h. Cine.

**Miércoles**

12:00 h. Entrenamiento de la memoria. 15:30 h. Actividades musicales.

**Jueves**

11:00 h. Estimulación sensorial. 15:30 h. Gimnasia virtual. 17:30 h. Actividades propositivas.

**Viernes**

10:15 h. Actividades lúdicas. 15:30 h. Ocio y tiempo libre. 17:30 h. Bingo.

**Todos los días**

Entrenamiento de las ABVD, programa de vida activa y programa de comunicación con familias.

**ACT. EXTRAORDINARIAS****Julio**

14/07 Salida cultural.  
21/07 Juegos en el jardín.  
26/07 Día del Abuelo.  
28/07 Fiesta de cumpleaños.

**Agosto**

17/08 Invernadero de Arganzuela.  
25/08 Taller de manualidades.  
31/08 Fiesta de cumpleaños.

**Septiembre**

08/09 Salida cultural.  
21/09 Día del Alzheimer.  
29/09 Karaoke.

**SERVICIOS****Peluquería**

Lunes a viernes a partir de las 10:00 h.

**Podología**

Dos jueves al mes a partir de las 10:00 h.

**Eucaristía**

Sábados a las 18:00 h.

**Cafetería**

Lunes a domingo de 09:00 a 19:45 h.

**HOY COMEMOS** Ana M.ª González**Paella de marisco al toque Ana M.ª****INGREDIENTES**

Gambas, calamares tiernos, chirlas, mejillones, pimiento rojo, cebolla, arroz, caldo casero, colorante alimenticio, aceite de oliva y sal.

**PREPARACIÓN**

Pelamos y lavamos el marisco, las cáscaras las usaremos para hacer el caldo. Hervimos agua junto a las cáscaras, sal al gusto y reservamos. En una paellera, sofreímos las verduras, añadimos el marisco y cocinamos junto al arroz. Añadimos el colorante, echamos el caldo y dejamos al fuego 20 minutos sin remover. Déjalo reposar unos minutos antes de servir.

**CUMPLEAÑOS****Julio**

03/07 Leonor Victoria  
03/07 Javier Pérez  
04/07 Jesús Colmenar  
05/07 María Guio  
06/07 Marina González  
06/07 Carmen Sánchez  
08/07 Dolores Recuerdo  
11/07 Francisca Castillo  
11/07 Milagros López  
03/07 María Valle Mula  
17/07 Isabel García  
21/07 Rosa Oliveira  
24/07 Alfonsa Olivera  
26/07 Carmen Andreu  
27/07 Candelas Alonso  
30/07 Manuela Castro

**Agosto**

01/08 Vicente Millas  
02/08 Francisco Sánchez  
03/08 Vicente Dueñas  
03/08 Águeda Moya  
05/08 Manuela Alonso  
06/08 Paula Albertos  
07/08 M.ª Luisa Fernández  
07/08 Paloma Franco  
09/08 Lorenza Fernández  
11/08 Antonia Martínez  
12/08 Pilar Gonzalo  
14/08 Emérita Cabezas  
14/08 Asunción Millán  
16/08 Paula Fernández  
17/08 Jacinto Nieto  
18/08 Isabel Chain  
20/08 Pilar Igualada  
21/08 Mercedes de la Casa  
21/08 Jacinta Gómez  
23/08 Fructuoso Gargantilla  
24/08 Marino González  
25/08 M.ª Luisa Martínez  
25/08 Pilar Parada  
26/08 Vicente Arauzo  
26/08 Isabel Cano  
27/08 Josefa Bueno  
31/08 Ramón López

**Septiembre**

03/09 Ladislao Robledo  
10/09 América Arnáiz  
10/09 Isabel López  
10/09 Josefina Molina  
10/09 Rosalía Murcia  
15/09 M.ª Luisa Álvarez  
16/09 Pilar Cristóbal  
16/09 Natividad Guerra  
16/09 Rosario Rodríguez  
17/09 Marcelina Rodríguez  
19/09 Mercedes Álvarez  
19/09 Carmen Fernández  
23/09 María Castaño  
25/09 Rosario Lara  
26/09 Antonia Sánchez  
28/09 Simón Rodríguez

**SECRETOS DE MI TIERRA** Rosa Aguado

El castillo de Peñafiel, declarado monumento nacional en 1917.

## Entre Madrid y Peñafiel

Mi infancia y parte de mi vida ha transcurrido entre Madrid y Peñafiel. De Madrid recuerdo las fiestas de San Isidro junto a mis padres, a mis amigas del colegio, correr, saltar a la cuerda, jugas a las tabas... y también en Madrid conocí al que sería mi marido. Lo conocí en una iglesia. Ese encuentro fue importante para mí, porque me considero religiosa, aunque haya gente que nos llame beatas. Pero de lo que guardo un recuerdo muy feliz es de las vacaciones y estancias de pequeña en Peñafiel con mi abuelo, me gustaba ir a las viñas con él, que

me explicara cómo cultivarlas, por dónde había que podarlas, etc. Podía montar a caballo, ir a la era con mis primas, disfrutar del olor del verano y ver a lo lejos el castillo, uno de los monumentos más bonitos y visitados del pueblo, que fue declarado monumento nacional en 1917. Peñafiel es famoso por sus bodegas de vino con denominación de origen Ribera del Duero, por sus ricos bollos preñados, el lechazo y los buñuelos de vino. Allí se celebran las fiestas de Nuestra Señora y San Roque, muy esperadas por los lugareños y turistas que nos visitaban.

**AYER Y HOY**

### Antes

José Luis Caballero estudió ingeniería eléctrica en la Universidad de Valencia. Trabajó en muchos sitios, pero los más importantes para él fueron cuando ejerció de jefe en obras públicas en la empresa Portones y Cía. y cuando fue gerente provincial del PPOO (Promoción Profesional Obrera) durante 14 años. En la actualidad, lo que más le gusta es adquirir cultura de neurociencia para conocer el funcionamiento del cerebro y el deporte, que actualmente realiza a modo de mantenimiento.



### Después

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Ana Palacios



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Con esta nueva edición del periódico Nuestra Casa damos la bienvenida a la tan deseada época veraniega. En primer lugar, espero que hayáis podido disfrutar de las actividades que con tanta ilusión ha preparado el equipo para el aniversario, y que durante esta época podáis participar en las diferentes actividades que se van a realizar junto con vuestros familiares. La primera de ella, el tan esperado campamento intergeneracional de la residencia. Estos campamentos están dirigidos a niños y niñas de 6 a 12 años que sean hijos de los trabajadores de la residencia o nietos/bisnietos de los residentes. Se trata de una experiencia muy enriquecedora. Contáis con el Departamento de Terapia ocupacional y conmigo para daros toda la información necesaria. ¡Os animo a que participéis! Por otro lado, quiero informaros de que Amavir Arganzuela ha recibido 49.692,01€ de los Fondos Europeos para la mejora de infraestructuras y desarrollo de proyectos asistenciales. Esta subvención se usará para la creación de espacios biosaludables en el exterior, dotación de wifi y sistema multisensorial. Un fuerte abrazo para todos vosotros y feliz verano.

**COSAS DE CASA**

# Nuevas formas de estimulación y entrenamiento funcional

## Implantamos dos pantallas de Next Generation en el centro.

El uso de las nuevas tecnologías ofrece un amplio abanico de posibilidades para todos nosotros. Además de mantenernos informados de todo lo que ocurre a nuestro alrededor, las pantallas de Next Generation también son herramientas que nos permiten entrenar la mente y el cuerpo, son fáciles de utilizar y motivadoras. En este sentido, el desarrollo tecnológico tiene un impacto directo en el proceso de estimulación-cognitiva y aprendizaje. Con las pantallas de Next Generation, que hemos implantado en el centro, una en el pasillo central y otra en el centro de día, podremos realizar un recorrido por la naturaleza con varias paradas en las que se podrán llevar a cabo ejercicios cognitivos y funcionales. Se trata de un enfoque diferente que permite desarrollar una actividad de forma independiente para nuestros usuarios. ¡También se podrá utilizar en familia! Estas nuevas formas de estimulación están causando gran expectación entre los residentes.



Carmen explorando nuestra nueva pantalla.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Rocío Elizabeth Márquez, auxiliar de enfermería

### “El que la sigue la consigue”.

**Edad:** 37 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** La comunicación asertiva por parte del equipo interdisciplinar.

**Virtud:** La amabilidad.

**Defecto:** El perfeccionismo.

**Aficiones:** El deporte y estudios.

**Libro:** The witcher.

**Película:** El mago de Oz.

**Grupo de música:** Queen.

**Comida favorita:** El cachopo.

**RECUERDOS Carmen Fernández**

## Soy abulense

Soy de la Horcajadas, un pequeño municipio de la provincia de Ávila, comarca del alto Tormes, cerca de la sierra de Gredos. Soy la pequeña de tres hermanas, me crié con mis abuelos maternos. Recuerdo cómo los ayudaba con el ganado y a cuidar el huerto, teníamos vacas, yeguas y ovejas, ordeñábamos a las vacas y hacíamos quesos. A los 25 años me vine a vivir a Madrid, que es donde resido en la actualidad. Hoy recuerdo aquellas vivencias que marcaron el inicio de mi vida que recordaré siempre como felices.

# 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

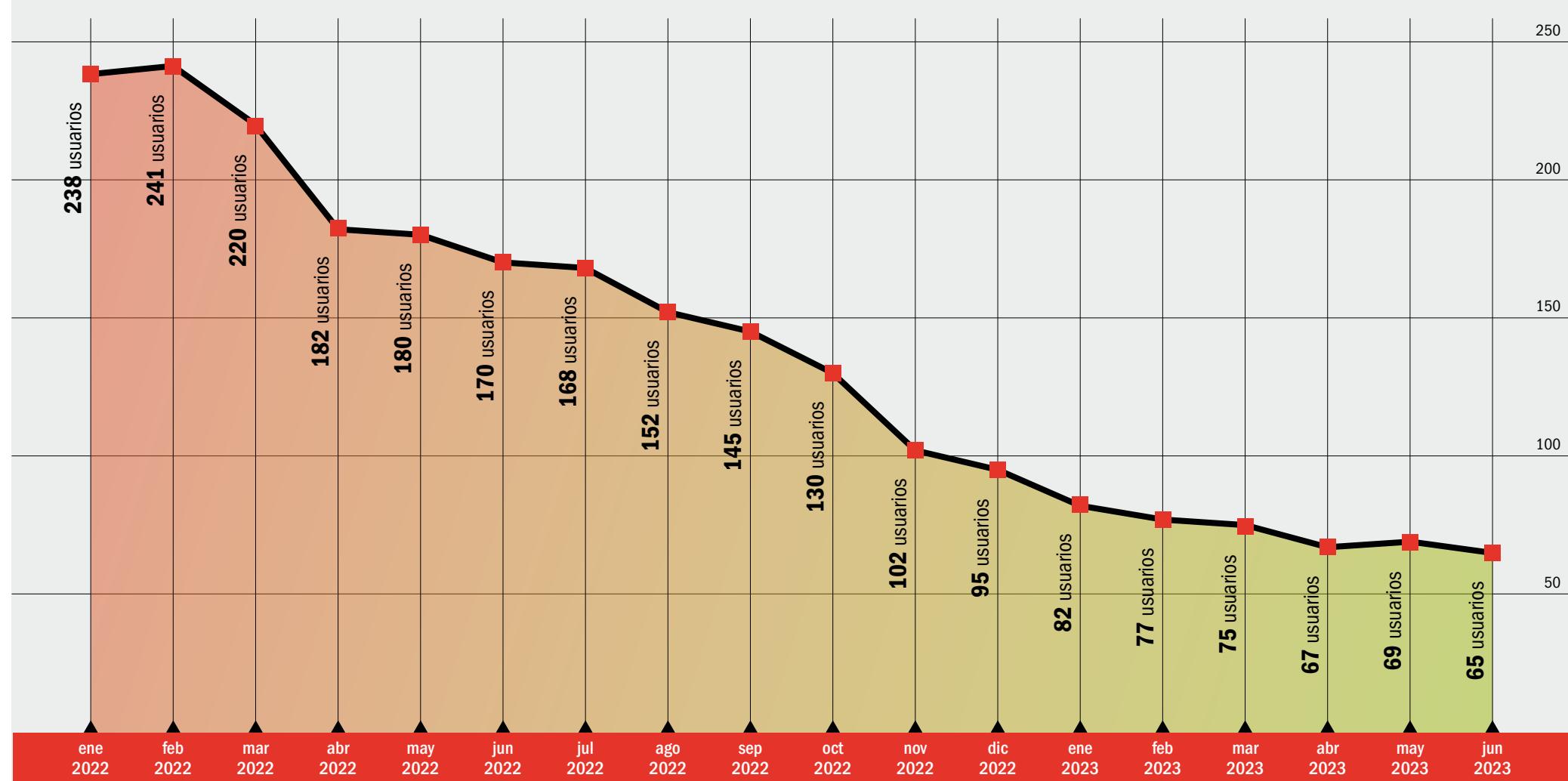
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujetaciones, lo que redundá en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.