

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.

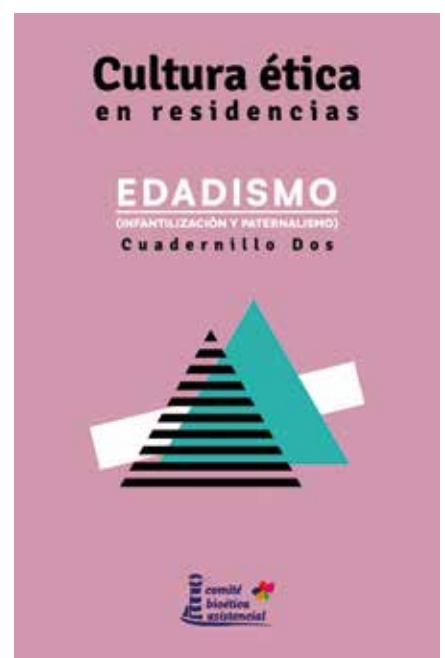
Amavir publica su Memoria 2022

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

La sala de estimulación sensorial

Tras un parón obligado por la pandemia, inauguramos por fin un espacio interactivo.

Desde antes de la pandemia, nuestro propósito era habilitar una sala de estimulación sensorial que nos sirviese como una herramienta más de tratamiento para nuestros residentes y usuarios. Tras estos años de restricciones, por fin, hemos podido hacer uso de nuestra nueva sala, que os queremos presentar, está situada junto a la sala polivalente. Las salas de estimulación sensorial son una herramienta o recurso que permite trabajar el despertar sensorial a través de la acción y la experimentación. Son espacios interactivos diseñados para estimular los sentidos, para mejorar la calidad de vida, en nuestro caso, de los usuarios o residentes con deterioro cognitivo, demencia o alteraciones conductuales, con afectación de sus capacidades motoras y neurológicas. Está diseñada con un fin educativo, terapéutico, de ocio y de relajación. Gracias a los diferentes estímulos que proporcionan y mediante su regulación, como luces, cortinas led, proyector, altavoces, espejos, tubo de burbujas, aromas, sonidos... Conseguimos despertar los estímulos más basales de nuestros residentes o, todo lo contrario, según considere el profesional, calmar momentos de agitación, regular ciertas alteraciones conductuales



Una de nuestras residentes disfrutando en la sala de estimulación sensorial.

y relajar al usuario. El tratamiento en estas salas es muy individualizado, siendo sesiones de unos 30 minutos de duración y con una frecuencia diferente según las necesidades o beneficios que precise de cada usuario.

Consejo de participación de usuarios

Un espacio para dialogar y promover el bien común de los mayores en el centro.

El consejo de participación es una figura representativa tanto de residentes como de usuarios de centro de día y de familiares. El propósito de esta iniciativa es contar con las propuestas de mejora y colaboración en las actividades anuales del centro por parte de los integrantes del consejo, en representación de

todos los residentes. El consejo estará compuesto por tres trabajadores, tres familiares y tres residentes/usuarios de centro de día, elegidos por votación. Tendrá una vigencia de 2 años y, transcurrido ese tiempo, se volverán a realizar nuevas elecciones. Se realizarán reuniones periódicas con un orden del día.



Las candidaturas al consejo.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

De lunes a viernes

Terapia ocupacional

Gerontogimnasia (también el sábado), estimulación cognitiva con grupos de distintos niveles, laborterapia, tratamientos individuales, estimulación sensorial, psicomotricidad, valoración cognitiva y de ABVD, supervisión en planta de ABVD, realización de Planes de Atención Individual, supervisión de movilizaciones y ayudas técnicas en planta, organización de ocio terapéutico y atención a familiares.

Fisioterapia

Tratamientos individuales en la sala de rehabilitación, tratamientos individuales en planta, supervisión del programa de paseos, valoración de marcha y equilibrio, supervisión de movilizaciones y ayudas técnicas en planta, colaboración en actividades de ocio terapéutico y atención a familiares.

Psicología

Tratamientos en planta, colaboración en ocio terapéutico, valoraciones y atención a familiares.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Salida a la ruta de la tapa.
Talleres de cocina, laborterapia, etc.
Videofórum.
Musicoterapia.
Día del Alzheimer.
Celebración de cumpleaños.

SERVICIOS

Atención espiritual

Según demanda, jueves a las 11:00 h.

Peluquería

De lunes a miércoles de 09:00 a 15:00 h.

Podología

Mensual, de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 18:30 h.



CUMPLEAÑOS

Julio

01/07 María Dolores Becerra
01/07 Vicenta Condes
03/07 Paula Morcillo
03/07 Juana Navarro
06/07 Flora Carlos
14/07 Amparo Muñoz
16/07 Julia Reinoso
17/07 Antonia Núñez
21/07 Francisco González
26/07 Ana M.ª Grande
29/07 Antonia Izquierdo

Agosto

05/08 Inés Medina
09/08 Ángela Moreno
13/08 Milagros Torres
16/08 Vicenta Valenciano
21/08 Apolonia García
24/08 M.ª Carmen Ruiz
25/08 M.ª Juana Sánchez
26/08 Francisco López
27/08 Ramón Romero
31/08 Josefa Blanco
31/08 Gregoria Rodrigo

Septiembre

01/09 Julia Becerra
01/09 Josefa Salazar
11/09 José Espinosa
12/09 Trinidad Ramírez
13/09 Marceliana Lomas
25/09 M.ª Blasa Beloso
25/09 Consuelo López
27/09 Justo Navarro
30/09 M.ª Dolores Jiménez

HOY COMEMOS Felicidad Moreno

Sorbet de melón al cava

INGREDIENTES

400 g de melón, medio limón pelado sin la parte blanca, 100 g de azúcar glas, 100 ml de cava y 250 g de hielo picado.

PREPARACIÓN

Trituramos con la batidora el azúcar, el limón y el melón. Una vez triturado, añadimos el cava, batimos y añadimos el hielo picado. Decoramos la boca de las copas con azúcar glas y podemos añadir una pizca de hierbabuena en la copa para decorar.



SECRETOS DE MI TIERRA

Esculturas en honor a la cultura tomellosera



Las esculturas en las rotundas de Tomelloso.



Con motivo de homenajear a los artistas, escritores y al folclore local se han instalado en Tomelloso tres conjuntos de esculturas en las rotundas de la avenida Juan Carlos I. En una rotonda se visualiza una torre de libros con una niña leyendo, como homenaje a las letras. En otra, una paleta de colores y pincel, como

homenaje a la pintura. Y en la tercera rotonda una pareja bailando, homenajeando a la jota manchega. También contamos con las cabezas monumentales de Antonio López, un pintor con una gran relevancia a nivel nacional y que cuenta con numerosos premios. Nació el 6 de enero de 1936 en Tomelloso.

AYER Y HOY

Antes



Después

Los trajes de baño surgieron a finales de los años 20. Constaban de una especie de vestido de vuelo en el caso de las mujeres y, en el de los hombres, un mono de manga corta y llegaba a la altura de la rodilla. En cuanto al material de estas prendas, estaban confeccionados con tejidos de lana. La tradición del baño ha ido modernizándose. A partir de los años 60, se comenzó a usar látex. En 1946 se creó el primer traje de baño de dos piezas, lo que sería el antepasado directo del actual bikini.

CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Isabel Moyano



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Comenzamos el verano con toda nuestra ilusión y energía, planificando multitud de actividades para que nuestros residentes y usuarios del centro de día puedan contextualizar su día a día. Este año se va desarrollando con algunas novedades como son los platos de muestra que se exponen en la recepción del centro; el consejo de participación de usuarios, cuya principal misión es colaborar en la planificación de actividades; la Comisión de Menús, para realizar propuestas saludables y apetecibles a incluir en nuestros menús de temporada; y, muy especialmente, la puesta en práctica de la Atención Centrada en la Persona, que nos permite que cada una de las personas usuarias tenga un profesional de referencia, con quien exista una relación más estrecha, mejorando su estado de bienestar, con el apoyo de un técnico de referencia, que le ayude en la gestión de sus necesidades. Además de integrar estas novedades en la vida del centro, intentamos estar presentes en redes sociales, para que aquellas personas que no nos conocen puedan tener una visión más cercana a nuestra realidad, puesto que nuestro centro es, principalmente, una gran casa con personas mayores muy especiales, que conviven y se relacionan en un ambiente de alegría y camaradería, en las que unas personas se apoyan en otras (entre compañeros y en el personal), para disfrutar de la máxima calidad de vida, con la tranquilidad de aquellos a quienes nuestros mayores tanto quieren, sus familias. Con nuestro quehacer diario, confiamos en lograr nuestro objetivo y ello bastará para recompensar nuestro esfuerzo.

COSAS DE CASA

Platos de muestra del menú semanal

Nueva iniciativa en nuestra residencia.

Desde el día 28 de marzo en recepción se exponen los platos de muestra del menú semanal de los residentes, mostrando las opciones de dieta basal (A) y dieta diabética (B), tanto de la comida como de la cena. Se deja una muestra con la comida que se sirve ese día en planta de ambas opciones de menú. Esto se realiza con el objetivo de mostrar tanto a residentes como a familiares cómo son las raciones individuales que se sirven aquí en nuestro centro. Así podréis tener de referencia la cantidad y la variedad alimenticia de cada plato que se sirve. El plato de muestra de la comida se expone desde las 12:15 h hasta las 17:30 h, y el de la cena desde las 19:15 h hasta las 20:30 h, aproximadamente. Con esta iniciativa queremos dar visibilidad a la variedad y calidad de las comidas que consumen nuestros residentes.



¡Al rico menú!

QUIÉN ES QUIÉN

Alicia Avendaño, recepcionista

“Estoy limitada, no rota, únicamente necesito algo de ayuda”.

Edad: 39 años.

En Don Quijote desde: 2008.

Lo mejor de Don Quijote: El cariño que recibo de todos.

Virtud: Me gusta ayudar en lo que pueda.

Defecto: Soy nerviosa.

Aficiones: Cantar, natación, leer y escribir.

Libro: Muchos.

Película: Planta cuarta.

Grupo de música: Rosana Arbelo.

Comida favorita: Kebab mixto.

**RECUERDOS**

Ganadero de reses

Lorenzo Caro nos cuenta cómo durante 15 años ha sido criador de reses charolés en Motilla del Palancar (Cuenca). Se trata de una raza vacuna considerada de las mejores productoras de carne. Él era el encargado de la alimentación y cuidados varios de unas 60 reses que contaban con unos 550-600 kg de peso cada una. Recuerda cómo debían taparles la cabeza con el fin de que no embistieran cuando tenían que subirlas al camión para trasportarlas. Cuenta también que cuando pisaban algo suelen retorcer la pezuña... Hoy en día aún recuerda el pisotón recibido por uno de ellos.

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

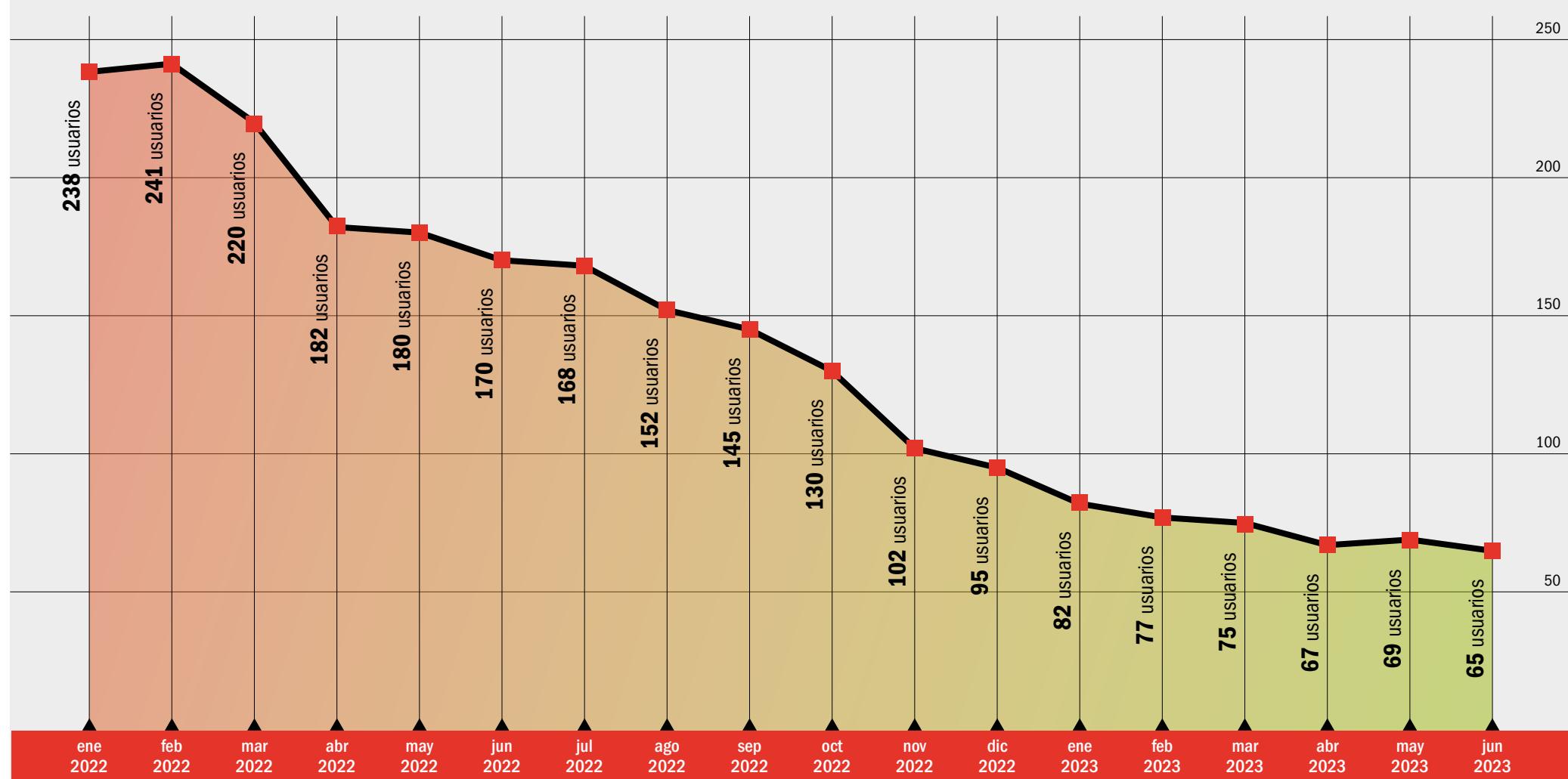
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujetaciones, lo que redundá en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.