

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-



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

Cultivar es terapéutico y nos enseña el valor de la naturaleza

Los tomates y pimientos son los protagonistas de nuestro huerto.

Llevamos meses trabajando en el huerto terapéutico y no podemos estar más contentos del resultado que nos está dando. Los mayores admiran cada día cómo crecen los tomates, cuentan las flores que posteriormente nos darán tomates con los que haremos un rico gazpacho. El trabajo que se realiza en el huerto terapéutico tiene multitud de beneficios, entre los que destacan el propio trabajo con la tierra, la conciencia del medioambiente y el recuerdo de que todos y cada uno de los mayores tuvo un huerto o tomateras. Las actividades que se realizan se hacen de forma grupal, por lo que fomentamos la relación entre iguales y



Nuestro precioso huerto terapéutico.

todos ellos con orgullo cuentan cómo era su huerto y cómo se deben cuidar los tomates y los pimientos. Este año las familias están participando en el espacio creado, pues además de las plantas que corresponden al huerto, también hemos querido incorporar plantas

aromáticas que son utilizadas para estimular los sentidos con su olor y con el color de cada una. Sin duda, tener un espacio dedicado al cuidado de las plantas es todo un lugar de trabajo para los mayores y para las familias que cada día vienen al centro.

La compañía de los animales y estar al aire libre tienen grandes beneficios para los mayores

Las excursiones refuerzan las relaciones entre residentes y crean anécdotas.

En El Balconcillo cada mes realizamos excursiones para fomentar la relación entre los residentes. El 28 de abril hicimos una visita al Mini Zoo de Guadalajara y a pesar de que ese día hizo bastante calor para ser abril, nuestros residentes disfrutaron de la visita y las familias que nos acompañaron agradecieron que se organizara esta salida. Fue una visita que no dejó indiferente a ninguno de nuestros residentes, ya que hubo muchas risas y alegría. Los mayores viven las excursiones como un día muy especial. Desde primera hora se arreglan y sienten que van a disfrutar y además que van a tener un cambio en su rutina diaria. Estas salidas tienen



Nuestros mayores en el Mini Zoo.

grandes beneficios para todos los mayores. El recuerdo que les queda cada vez que realizamos una excursión les da meses de anécdotas y alegría.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Programas de mantenimiento, masoterapia, tratamientos específicos, mecanoterapia y su área específica de tratamiento de pacientes neurológicos.

Terapia ocupacional

Programas de reeducación en AVD básicas, gerontogimnasia, programas de memoria y específicos, área funcional de sillas de ruedas y ayudas técnicas.

Animación sociocultural

Actividades lúdicas, de ocio y tiempo libre, excursiones y actividades de música.

Psicología

Taller de autoayuda, comprensión de la realidad, de memoria y reforzamiento de conductas positivas.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

Música en directo en el patio del centro.
Homenaje a los mayores con visita de los familiares.
25/07 Día verde.
Salidas al Parque de la Concordia.
Celebración de cumpleaños de residentes el último viernes del mes.

Agosto

Preparación de elementos decorativos de las ferias de Guadalajara.
27/08 Día Nacional del Adulto Mayor.
Celebración de cumpleaños de residentes el último viernes del mes.

Septiembre

Fiestas patronales de la localidad.
16/09 Día Internacional de la Preservación de la Capa de Ozono.
21/09 Día Internacional de la Paz.
22/09 Día sin coche.
Salida a la paella solidaria de la feria de Guadalajara.
Celebración de cumpleaños de residentes el último viernes del mes.

CUMPLEAÑOS

Julio

01/07 María Teresa Mansilla
01/07 Dolores Ruiz
02/07 Visitación Redondo
08/07 Isabel Sánchez
13/07 Elena Esteban
13/07 Pedro Montero
15/07 Antonio Luis García
16/07 Carmen Ciprián
17/07 Costel Calín
17/07 Carmen Domingo
17/07 Marcelina Herraiz
17/07 Nicolas Mayor
19/07 Ángel Aparicio
19/07 Vicenta García
21/07 Margarita Moratilla
23/07 Bernarda Heras
25/07 Santiago Alonso
26/07 Ana Abad
26/07 Miguel Laguna
27/07 Julián Gómez
28/07 Arcadia Teresa Martín

Agosto

05/08 José María López
07/08 Ángel Guede
13/08 Elena Esteban
14/08 Demetria Berrojo
15/08 Piedad de la Casa
19/08 Antonio Calvo
25/08 Fernando Castillo
25/08 Luisa Martínez
27/08 María Teresa Fernández
29/08 Quintina López
30/08 Claudina Saiz

Septiembre

04/09 Amparo Martínez
05/09 María Cruz Asensio
05/09 María Luz Calleja
05/09 Julián de la Torre
08/09 Miguel Prieto
09/09 Natividad Retuerta
14/09 Cruz Magro
18/09 Luz María González
18/09 Inés Soledad Sánchez
20/09 Manuel Lara
21/09 Esperanza Vacas
23/09 M.ª del Pilar de la Fuente
24/09 Matilde Díaz-Mariblanca
26/09 Julia Sanz
27/09 Paula Francisca Alguacil
28/09 Enrique Domínguez
30/09 Gregoria Rebollo
30/09 Gregoria Sigüenza

SERVICIOS

Podología

Dos días al mes, preguntar los días y horarios en recepción.

Peluquería

Lunes y martes a las 11:00 h.

Oficio religioso

Todos los miércoles alternando las plantas del centro. Cada miércoles se realizará en la planta que corresponda.

HOY COMEMOS Cinta Caro

Gazpacho andaluz

INGREDIENTES

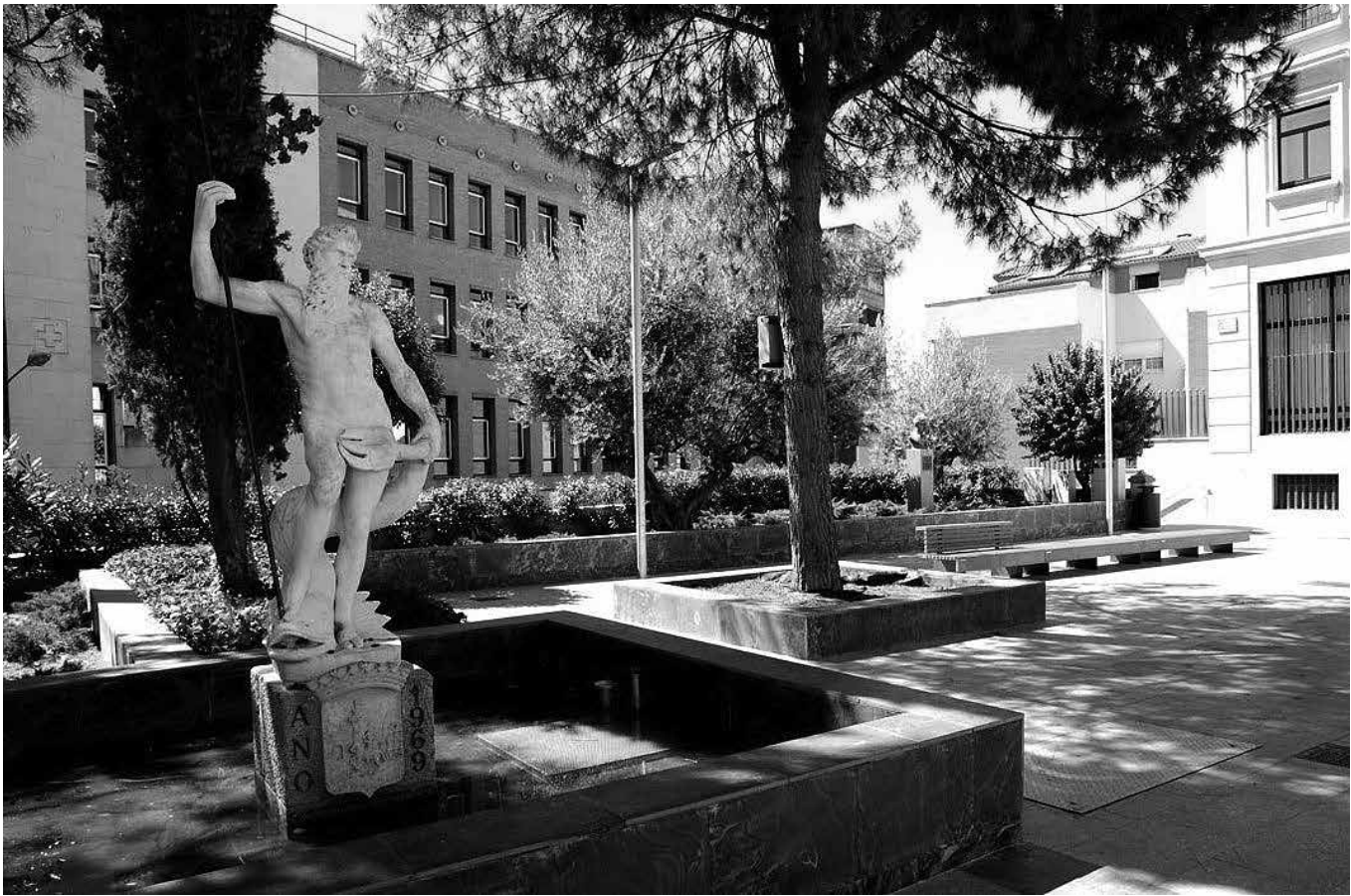
1 tomate rojo y maduro, 2 dientes de ajo, 1 pimienta verde italiano, 1 cebolla, 1 pepino, 1 chorrito de vinagre, 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra y 1 vaso de agua fría.

PREPARACIÓN

Troceamos todos los ingredientes indicados, añadimos aceite de oliva, el agua de la nevera y el vinagre. Trituramos todo en la batidora de vaso o Túrmix. Una vez triturado, pasamos el gazpacho resultante por el colador fino y lo metemos en la nevera un par de horas para que enfríe bien.



SECRETOS DE MI TIERRA



La Plaza Jardinillo en Guadalajara.

La Plaza Jardinillo

La Plaza Jardinillo se encuentra en el centro de la ciudad de Guadalajara. En esta plaza podemos encontrar varios puntos turísticos como la Iglesia de San Nicolás Real, el busto de Tomas Camarillo, la Delegación de Economía y Hacienda, etc. En esta plaza también se

celebran grandes eventos de la ciudad como la Feria del Libro, la Feria de Artesanía y el mercadillo navideño, entre otros. Además, es una zona perfecta para tomar algunas tapas típicas de Guadalajara en cualquiera de los muchos bares que hay en ella.

AYER Y HOY



Antes

Carmen Monge lleva 7 años conviviendo con nosotros y es natural de Centenera (Guadalajara). De joven fue auxiliar de quirófano en la clínica San Vázquez. Actualmente la mayor pasión de Carmen es la jardinería, ya que, según ella, ha crecido rodeada de campos. Carmen se encarga de cuidar algunas plantas de nuestro hermoso jardín del patio central de la residencia.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Marta Lisbona



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

El mes de junio no podría haber comenzado de mejor manera. Como ya sabéis, tuvimos la oportunidad de invitar al grupo musical que vino desde Madrid e inauguró el mes con alegría y baile. Tanto vosotros los familiares, como los residentes, pudisteis disfrutar de un tiempo diferente rompiendo la rutina diaria. Por otro lado, ya se puede decir que el calor y el buen tiempo han llegado para quedarse. Ya es verano y con él vienen las vacaciones y los días más largos, pero también las jornadas de intenso calor y sus efectos negativos sobre la salud, sobre todo en las personas mayores. Es importante recordar varios consejos como son llevar ropa ligera y holgada que permita transpirar, aumentar la ingesta de líquidos, aunque no se tenga sed, evitar exposiciones largas al sol sin protección, uso de gorros y gafas de sol, realizar comidas ligeras aumentando el consumo de ensaladas, verduras y frutas, así como permanecer el mayor tiempo posible en lugares frescos y a la sombra. Me despido animándolos a que acudan a la jornada lúdica que estamos preparando con motivo de las ferias y fiestas de Guadalajara en septiembre, donde compartiremos un agradable día de convivencia en las zonas exteriores de la residencia. ¡Disfruten del verano!

COSAS DE CASA

El patio de la 1ª planta

Un espacio donde fomentar el cuidado de plantas y otras actividades.

Ha llegado el verano y ya es tiempo de disfrutar las agradables temperaturas que conllevan esta estación, y si es al aire libre mejor todavía. Desde el equipo técnico nos hemos propuesto decorar un rincón muy especial en donde seguro vamos a vivir nuevos y grandes recuerdos, el patio de la 1ª planta. Hemos realizado las siguientes mejoras para que los residentes y familiares disfruten de este rincón: decorar el patio con banderines, pintar los bancos y colocar dos pequeños huertos con plantas aromáticas, las cuales han sido donadas por las familias de los residentes de la 1ª planta.



El patio de la 1ª planta.

Este rincón tiene otros muchos usos, como el poder realizar actividades de estimulación con los residentes de esta planta a través de

las plantas aromáticas, ya que les evoca recuerdos del pasado y se alegran mucho de ver cómo crecen las plantas.

QUIÉN ES QUIÉN

Bianca Valentín, auxiliar de enfermería

Su vocación y alegría definen perfectamente a esta joven.

Edad: 26 años.

En El Balconcillo desde: 2022.

Lo mejor de El Balconcillo: Los mayores.

Virtud: La actitud y la sinceridad.

Defecto: Soy muy exigente conmigo misma.

Aficiones: Las manualidades.

Libro: El niño con el pijama de rayas.

Película: Harry Potter.

Grupo de música: Dante.

Comida favorita: La lasaña.



RECUERDOS

Han vuelto las rosas al patio

Dicen que la primavera la sangre altera, y es que desde la residencia sabemos muy bien que estamos en esa época cuando vemos salir las primeras rosas en nuestro patio. A nuestros mayores les trae muy buenos recuerdos cuando ven cómo empiezan a salir rosas de todos los colores, desde las blancas, pasando por las de color rosa y sin olvidarnos de las rojas. A todo el mundo le gustan las rosas, ya que, a pesar de sus espinas, son las flores que mejor expresan nuestros sentimientos.

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 sujeciones en las residencias en el último año, que solo usan ya el 0,95% de todos nuestros residentes

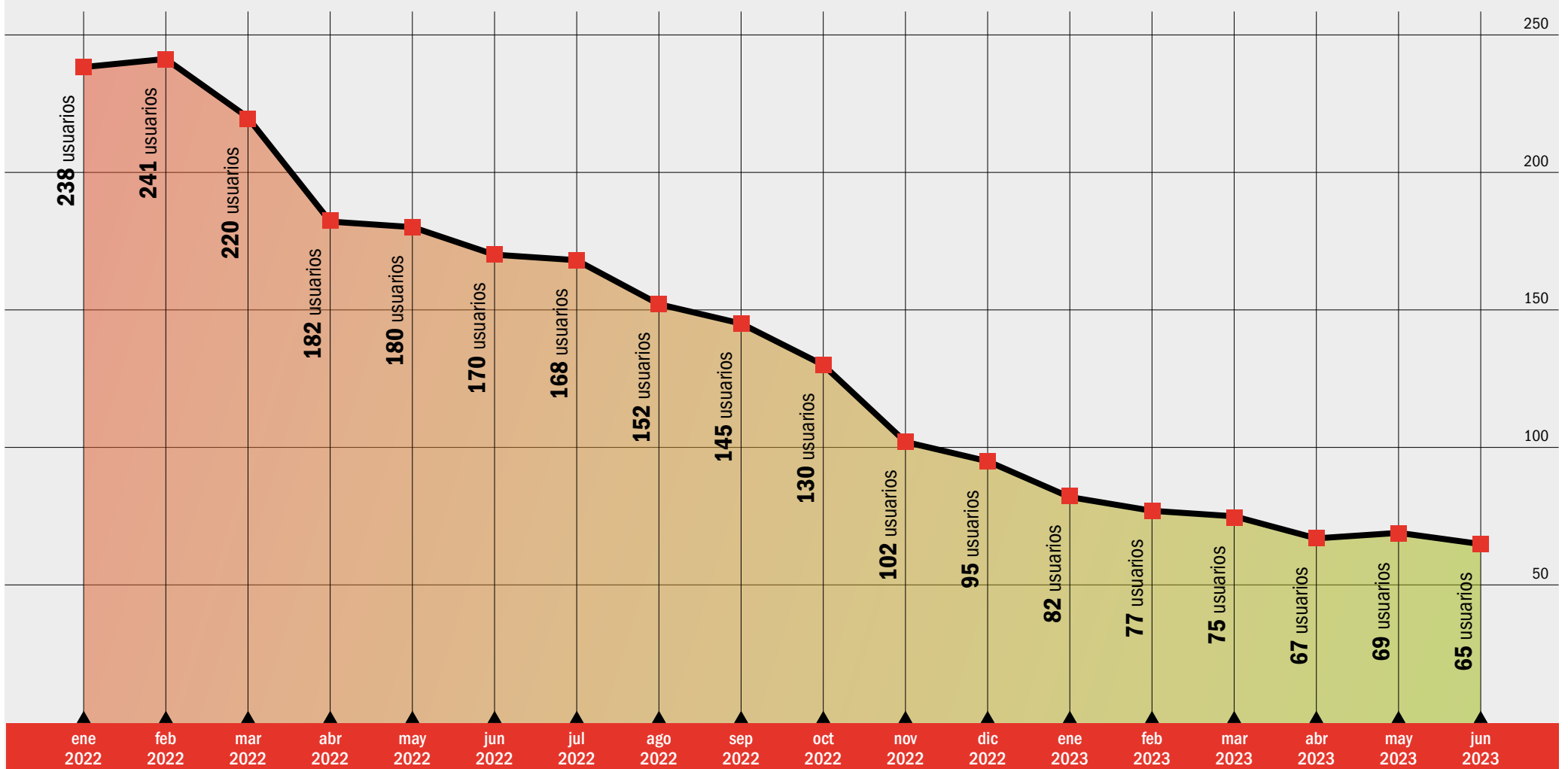
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redunda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

Uno de los pilares de nuestro modelo de atención asistencial “Guiados por ti” es situar la dignidad de las personas mayores en un lugar preminente. En este contexto, la compañía se ha marcado como objetivo trabajar para la eliminación de las sujeciones en nuestros centros, puesto que ello redunda 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 sujeciones. 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 sujeciones en residencias de mayores. Durante

mucho tiempo se instaló la creencia de que estas sujeciones 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 sujeciones 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 Geriátrica

Amavir ha sido uno de los colaboradores del 63 Congreso de la Sociedad Española de Geriátrica 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.