

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



**Financiado por
la Unión Europea**
NextGenerationEU

(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.



Centro con plazas
concertadas conJunta de
Castilla y León

ACTUALIDAD

Vivir el jardín

La llegada del buen tiempo abre las puertas a las actividades al aire libre.

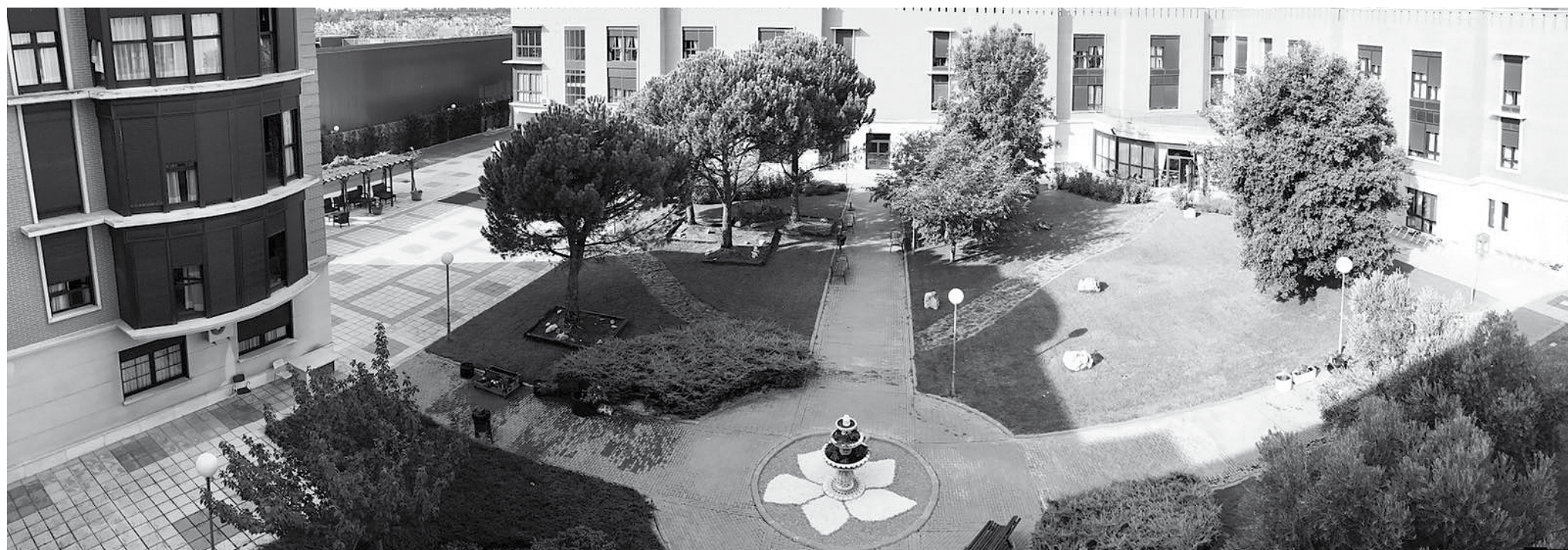


Imagen panorámica del jardín de nuestro centro.

El jardín de la residencia es un lugar ideal para poder cambiar los salones y salas por bancos, árboles, flores y mucho verde. Pasear por el jardín, tomar un refresco en la terraza o poder estar con nuestras familias al aire libre son rutinas muy habituales para nosotros, pero también el jardín de el Encinar es testigo de otras muchas actividades. A las

diferentes fiestas con actuaciones musicales que se realizan ya de forma tradicional durante los meses de calor en el jardín, se les unen los talleres cotidianos de terapia ocupacional, de psicología e incluso los talleres de gerontogimnasia de fisioterapia, porque ayudan a aumentar el buen humor, a la vez que reducen el estrés y la ansiedad.

Gracias al sol y al placer de poder estar en un espacio natural se libera dopamina y se obtiene vitamina D, que es muy importante para todos, pero en particular para las personas mayores. Además, respirar aire fresco ayuda a que los pulmones y la sangre oxigenen mejor. El poder vivir y disfrutar de nuestro jardín solo trae ventajas.

Talleres de las tres ‘Rs’

En Amavir El Encinar del Rey aprendemos a reducir, reutilizar y reciclar.

Concienciados con el medioambiente, en Amavir El Encinar del Rey estamos dedicando las sesiones de laborterapia a las tres ‘Rs’. En este sentido, uno de los talleres que más les ha gustado a los residentes es el de cajitas recicladas, realizadas con las hojas de calendarios antiguos. Con dos hojas de calendarios, unas tijeras y un poco de pegamento los residentes han construido unas cajas preciosas. Además de trabajar las habilidades de motricidad fina y favorecer la actividad funcional y cognitiva colaboramos con el cuidado del medioambiente.



Nuestras residentes en el taller de cajas recicladas con sus creaciones.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Lunes a viernes

Taller de buenos días: orientación a la realidad y taller de prensa.

Terapia ocupacional

Actividades de la vida diaria, estimulación sensorial y cognitiva, taller de memoria y motricidad.

Psicología

Reminiscencia, habilidades sociales, estimulación cognitiva y sensorial y terapias grupales.

Fisioterapia

Electroterapia, terapia respiratoria, mecanoterapia, cinesiterapia, reeducación de la marcha y gerontogimnasia.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

Salida a la piscina.
Salida al PRAE.
Comida en el jardín.

Agosto

Fiesta de El Encinar del Rey.
Salida a la piscina.

Septiembre

Fiesta de San Lorenzo.
Salidas a las ferias.

SERVICIOS

Farmacia

Lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 h.

Peluquería

Martes, miércoles, jueves y viernes de 09:30 a 13:30 y de 16:30 a 19:00 h.

Podología

Lunes con frecuencia quincenal.

Servicios religiosos

Sábados a las 12:00 h.

Cafetería

Lunes a sábado de 10:00 a 15:00 y de 17:30 a 20:30 h.

CUMPLEAÑOS

Julio

01/07 Alfonso Ruiz
05/07 Nieves Rollán
06/07 Pilar Sanz
07/07 Benedicta Blanco
10/07 Valeriano Fernández
10/07 M.ª Luisa Rodríguez
11/07 Juana Marciel
12/07 Adela García
12/07 María Aeropaguita Redondo
13/07 Carmen Lubiano
16/07 Carmen Martín
16/07 Marcos Rodríguez
16/07 Julio Gómez
17/07 Emilio Bartolomé
18/07 M.ª Jesús Guijarro
20/07 Rosario Valdivieso
21/07 Joaquín San Miguel
21/07 Milagros Vela
23/07 César Blanco
25/07 M.ª Luisa Martínez
26/07 Emilio Santiago
27/07 Elvira Alfageme
27/07 José Fernández
27/07 Florencio Herrero
29/07 Teresa González

Agosto

01/08 M.ª Pilar del Villar
06/08 Argentina Fernández
06/08 Juan Francisco Ruiz
06/08 Felicísimo Jesús Villalba
08/08 M.ª Concepción Martínez
08/08 Pilar Zamora
09/08 Victoria González
09/08 Secundino Martínez
10/08 Pilar González
12/08 Joaquina Martín
13/08 Pilar Rocío Hermoso
15/08 Asunción Barbado
20/08 José María Velasco
22/08 M.ª Carmen Plaza
23/08 Ana Isabel Arranz
23/08 Ignacia Domínguez
24/08 Brígida Gil
29/08 Isabel Calvo

Septiembre

01/09 Armando Vía
04/09 Manuela Abad
05/09 Félix Martín
06/09 Rosario Rodríguez
10/09 M.ª Cruz Castaño
10/09 Milagros Sancho
11/09 Esther Rodríguez
11/09 Purificación Álvarez
12/09 Josefa Gayubo
14/09 Ascensión Sinova
15/09 M.ª Dolores García Villanueva
18/09 Raúl Garrido
23/09 Henar Blanco
24/09 Ángel Antón
25/09 Aurelia Mozo
29/09 Ana Alarcón
29/09 Agustina de Antón
30/09 M.ª Auxiliadora Martín

HOY COMEMOS Isabel Valencia

Tarta de zanahoria

INGREDIENTES

500 g de zanahoria, 250 g de azúcar, 250 g de mantequilla, 1 huevo, coco rallado, virutas de chocolate y un paquete de sobaos.

PREPARACIÓN

Cocemos la zanahoria y la escurrimos. Batimos el azúcar, la mantequilla y el huevo. Partimos los sobaos por la mitad y los colocamos en una bandeja. Echamos la mezcla batida por encima y, por último, coco rallado. De nuevo hacemos una capa de sobaos, mezcla y coco, hasta que se nos acabe la mezcla. Terminamos con el coco rallado y si nos gusta, virutas de chocolates. Dejamos en el frigorífico 24 horas.



SECRETOS DE MI TIERRA José Linares



El Cine Castilla del barrio Girón.

El barrio Girón

José Linares es usuario del centro de día y vive en el barrio Girón, creado por José Antonio Girón, es uno de los primeros barrios sociales de la región basados en la idea de la ciudad jardín y en el que se buscaba crear un tránsito entre la vida rural y la urbana. Eran viviendas unifamiliares con patio. El barrio estaba dotado de iglesia, escuela, cine, locales comerciales, y parecía un pequeño

pueblo urbano que, en un principio, estaba alejado, pero que hoy en día forma parte de la ciudad. Uno de los emblemas del barrio fue el Cine Castilla, una sala de cine que fue el primer cine de barrio de la ciudad. Fue, junto con el bar familiar, punto de encuentro de los vecinos de Girón; también sala de exhibiciones, área recreativa y teatro, hasta que en 1986 cerró sus puertas.

AYER Y HOY



Antes

Pilar Rocío Hermoso nació en Gijón, asturiana de nacimiento y de alma. No ha perdido ni un poquito de ese acento tan característico. Siendo joven trabajaba tejiendo en una fábrica de punto. Pronto se casó y se vino a Valladolid con su marido que trabajaba en la Fasa, la fábrica de Renault en Valladolid. Ella se dedicó al cuidado de sus hijos, un niño y una niña. Fue cuando su marido falleció cuando volvió a Gijón, y ahora reside en Amavir El Encinar del Rey donde recibe las visitas de sus hijos y de su querida nieta.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Luz M.ª Pelayo



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Hace algún tiempo en Amavir nació un proyecto llamado “Guiados por ti”. Considerado como el modelo de atención de Amavir, se desarrolla a través de proyectos que persiguen un único objetivo, la búsqueda de la felicidad de los usuarios. Se trata de desarrollar proyectos en los que podamos determinar cómo una acción influye en una reacción, de forma bidireccional, de trabajador a usuario, de usuario a trabajador, incluso de usuario a usuario sin olvidar el alcance que pueda tener al entorno familiar. En este sentido, en nuestra residencia hemos puesto en marcha varias iniciativas como la de hacer de las habitaciones “un rinconcito del hogar”; el programa “Yo te enseñó”, talleres coordinados por los propios residentes en los que la experiencia vital es el punto fuerte; o el Programa “Bienvenido, te acompaño”, en el que una comisión de residentes con capacidades para ello, guían las primeras semanas a los nuevos ingresos. Todas las iniciativas en las que podamos trabajar en una atención centrada en la persona son bienvenidas, porque el objetivo es precisamente ese, trabajar guiados por los residentes.

COSAS DE CASA

El huerto terapéutico del centro

Un proyecto que ayuda a que cada persona pueda continuar con su plan de vida.

Ezequiel Juárez, residente de los apartamentos nos presenta el huerto de Amavir Encinar del Rey. Un rincón donde un grupo de residentes pueden cultivar y cuidar de sus propias plantas. El amor a la naturaleza y al medioambiente hacen que este grupo de residentes pueda continuar con una de sus grandes aficiones dentro de la residencia. Ezequiel es el máximo responsable de este proyecto y quien está pendiente casi 24 horas de cada una de las plantas. Son ellos mismos los que cada año van al vivero a elegir las plantas que luego sembrarán y cuidarán, para verlas germinar, crecer, florecer y fructificar sus cultivos. Dice Ezequiel que “no hay día que no eche al menos 4 viajes a ver sus plantas, a regarlas, a estar pendiente de ellas”. Dice también que el huerto le hace tener una gran ilusión cada día y que se despierta feliz pensando en sus plantas.



Ezequiel en el huerto.

QUIÉN ES QUIÉN

Victoria García, terapeuta ocupacional

“No hagas a los otros lo que no quieres para ti”.

- Edad:** 32 años.
- En Amavir desde:** 2023
- Lo mejor de Amavir:** El trabajo en equipo.
- Virtud:** La empatía.
- Defecto:** Soy muy nerviosa.
- Aficiones:** Leer, los animales y bailar.
- Libro:** Cuando nos volvamos a encontrar, de Andrea Rodríguez.
- Película:** Antes de ti.
- Grupo de música:** Camilo.
- Comida favorita:** Las croquetas.



RECUERDOS Soledad Fernández

El mejor regalo

De los muchos regalos que le hizo su marido, Soledad recuerda con más cariño y ternura el primero de todos. Unas Navidades, cuando eran novios, paseando por la Calle Teresa Gil vieron en un escaparate un Niño Jesús en su cunita envuelta en paja. Era precioso. ¿Te gusta? le preguntó el que sería su marido. “Me encanta”, contestó Soledad. Al sábado siguiente su novio apareció con un paquete de regalo: era aquel Niño Jesús. Aún hoy tras tantos años lo conserva intacto, colocado en la coqueta de su dormitorio.

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.



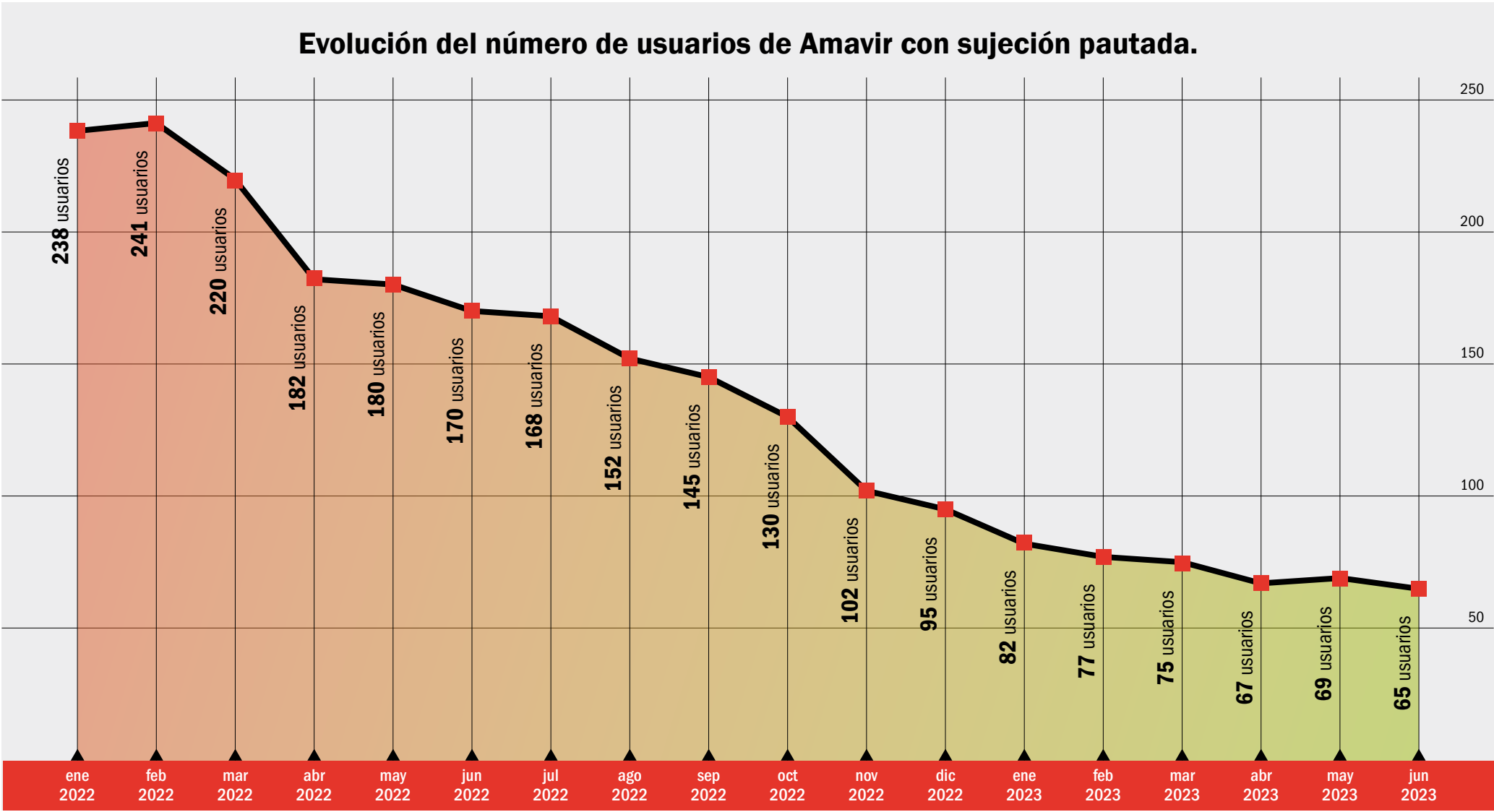
Disminuye un 16% el número de sujeciones en las residencias en el último año, que solo usan ya el 0,95% de todos nuestros residentes

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.



Amavir colabora en el Congreso Nacional de Geriátría

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