

# 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.

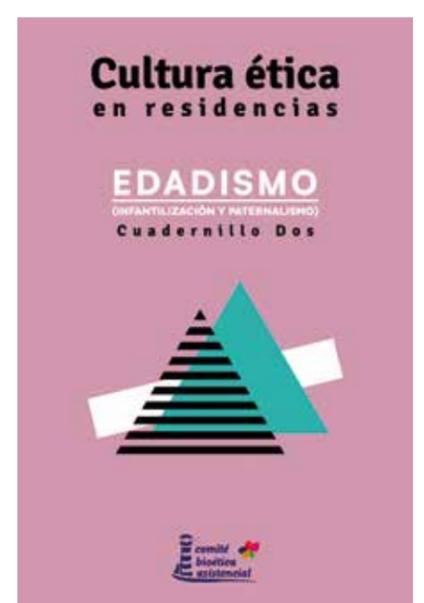
## Amavir publica su Memoria 2022

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

# No es un adiós, es un ¡hasta siempre compañera!

## La jubilación de Conchi ha sido la primera de Amavir El Pinar.

El pasado 10 de abril vivimos una jornada muy emotiva, pues despedimos a nuestra compañera Conchi. Tras 17 años fiel a El Pinar, llegó la hora de comenzar una nueva etapa: la jubilación. Conchi ha estado, prácticamente, todo este tiempo al frente del centro de día. Como gerocultora ha procurado siempre que los usuarios de este servicio se sintieran lo mejor posible en el centro. Con su alegría y vitalidad no dejaba que el aburrimiento o la tristeza estuvieran presentes: interactuaba con ellos mediante preguntas, juegos e incluso un poquito de gimnasia mientras llegaba la hora de volver a casa. Por esta y muchas otras razones merecía una despedida por todo lo alto, así que residentes y usuarios de centro de día se pusieron manos a la obra y elaboraron un original photocall, así como accesorios y mensajes graciosos relacionados con el tema. Cuando llegó el gran día, nuestra compañera no se imaginaba nada de lo que le tenían preparado, así que, al llegar al centro de día... ¡Sorpresa! Los residentes que habían colaborado, así como usuarios de centro de día y



Esta leyenda se jubila.

varios compañeros la esperábamos alegres y emocionados. Tras hacerle entrega de un pequeño álbum de fotos que recogía momentos vividos durante todos estos años, llegó la hora de estrenar el photocall y hacerse fotos con cada uno de los asistentes. Además, el resto de compañeras también quisieron homenajearle regalándole un precioso ramo de flores. Sin duda, un recuerdo que quedará inmortalizado para la historia.

# Comprometidos con el medioambiente

## Celebramos actividades relacionadas con la primavera, el reciclaje y los árboles.

Como ya hemos mencionado en alguna ocasión, el compromiso con el medioambiente es un aspecto muy importante en nuestro día a día. Por ello, quisimos celebrar algunos de los días más simbólicos relacionados con el tema como el Día de la Primavera, esa época tan bonita y alegre. Para festejarlo elaboramos un bonito photocall en el que se podía leer: bienvenida primavera; acompañado de unas bonitas flores y abejas. También quisimos conmemorar el Día del Reciclaje elaborando comederos para pájaros que dispusimos por los árboles del jardín. Por último, volvimos a llenar nuestras macetas, esta vez con plantas aromáticas cedidas por el vivero central de Cuenca para homenajear el Día del Árbol.



Residentes y usuarios de centro de día durante el taller de jardinería.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### De lunes a viernes

De 10:30 a 11:15 h. Rehabilitación funcional, ocio y tiempo libre.

De 11:15 a 12:00 h. Rehabilitación funcional, ergoterapia, ABVDs, intervención con la música, ludoterapia y estimulación cognitiva.

De 12:00 a 12:45 h. Rehabilitación aguda, estimulación cognitiva, intervención con la música y ludoterapia.

De 13:00 a 13:30 h. Movilizaciones pasivas.

De 13:30 a 14:00 h. Reeduación de la marcha y el equilibrio.

De 15:00 a 16:00 h. Movilizaciones pasivas.

De 17:00 a 18:00 h. Intervención en trastornos conductuales y estimulación multisensorial.

De 18:00 a 19:00 h. Intervención en trastornos psicoafectivos, estimulación multisensorial y taller de reminiscencia.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

Yincana al aire libre.

Día verde.

Celebración de cumpleaños.

#### Agosto

Yincana al aire libre.

Excursión a la feria de artesanía.

Celebración de cumpleaños.

#### Septiembre

San Mateo.

Día del Alzheimer.

Celebración de cumpleaños.

### SERVICIOS

#### Podología

Quincenal, de 10:00 a 14:00 h.

#### Peluquería

Lunes y jueves de 09:30 a 17:00 h.

#### Misa

Viernes a las 11:00 h.

**HOY COMEMOS** Ariadne Palacios

# Patatas rellenas

#### INGREDIENTES

Patatas, sal, mayonesa, tomate frito, queso rallado, maíz, atún y jamón de york.

#### PREPARACIÓN

Metemos en el microondas la patata con la piel durante 10 minutos, le damos la vuelta y la dejamos otros 10 minutos. Con un cuchillo pinchamos la patata y comprobamos que está lista. Abrimos la patata por la mitad y con una cuchara removemos el interior para ir separándola de la piel. Una vez abierta, añadimos la sal y ambas salsas y le damos vueltas para que se vaya mezclando todo. Finalmente, añadimos el resto de ingredientes poco a poco.



## CUMPLEAÑOS



#### Julio

02/07 M.<sup>a</sup> Luz Escamilla  
 04/07 Julio Martínez  
 05/07 Carmen Molina  
 06/07 Carmen Muñoz  
 07/07 Angelina Maroto  
 09/07 Ascensión Miladea  
 15/07 Remedios Calderón  
 22/07 M.<sup>a</sup> Luisa Mazuque  
 30/07 Rufino Ortega

#### Agosto

03/08 Pilar García  
 04/08 Iluminada Portela  
 14/08 Tomás Marín  
 19/08 Luisa Ábalos

#### Septiembre

05/09 Julián Castellanos  
 05/09 Juliana Tomás  
 09/09 Luis Estival  
 10/09 Amparo García  
 10/09 José Corredor  
 15/09 Emilia Redondo  
 17/09 Antonio Noheda  
 17/09 Pilar Sanz  
 18/09 Tomás Soliva  
 20/09 Fausta Argueta  
 20/09 Felisa Aliaguilla  
 26/09 Rafa Sahuquillo  
 28/09 Amalia Rodríguez  
 29/09 Miguel Manuel Vara

## SECRETOS DE MI TIERRA



El castillo de Belmonte.

# Belmonte

Belmonte es un pueblo situado en la provincia de Cuenca, en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha. Uno de sus lugares más emblemáticos es el Castillo, una imponente fortaleza medieval construida en el siglo XII, que fue declarada Monumento Nacional en 1931. Desde la cima, podrás disfrutar de impresionantes vistas panorámicas del pueblo y de sus alrededores. Otro sitio de interés es la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, una construcción del siglo XVI de estilo gótico-renacentista. Sus fiestas más importantes se celebran en San Bartolomé,

el 24 de agosto. Son conocidas por sus corridas de toros y sus actuaciones musicales. Y la de su patrona, Nuestra Señora de Gracia, que es su fiesta grande y se celebra el segundo domingo de septiembre. La fiesta del Santísimo Cristo de los Peligros se celebra a primeros de mayo con mucho arraigo y fervor. La gente lleva ofrendas variadas para subastarlas. La fiesta de San Juan del Castillo se celebra el 17 de noviembre, ya que ese santo nació en el pueblo. También celebran San Isidro, La Virgen de la Esperanza, el Corpus Christi, San Cristóbal, Los Mayos, el Jueves Lardero... ¡Podemos decir, pues, que en Belmonte siempre están de fiesta!

## AYER Y HOY



### Antes

Martín del Rey es natural de Cañaveras, pero ha vivido en Cuenca capital durante muchísimos años. Ha sido un hombre muy activo, le gustaba ir caminando a la romería de su pueblo desde Cuenca y durante su vida ha realizado el Camino de Santiago varias veces. En la foto de la izquierda podemos verle realizando la mili y en la derecha, en la actualidad, con sus 94 años llenos de experiencias que contar.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Mercedes Cuenca



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Por fin ha llegado el verano y con él las complicaciones típicas de esta época del año, es por ello que desde aquí quiero hacer hincapié en la importancia de cuidarse de los efectos adversos que puede ocasionar el calor. Hay que evitar salir al exterior en las horas centrales del día, aprovechar por las mañanas o a última hora de la tarde, intentar permanecer en la sombra siempre que se esté en el exterior, hidratarse con frecuencia y usar ropa ligera y de colores claros, así evitaremos los problemas que pueda ocasionar un golpe de calor. Como el año pasado, este también celebraremos los campamentos intergeneracionales, estos tienen muy buena acogida y son beneficiosos tanto para los usuarios como para los niños que comparten su día a día con ellos. Os animo a que apuntéis a vuestros hijos o nietos, sin duda es una experiencia irrepetible. Continuamos con nuestro calendario de actividades, haremos salidas, intercambios, actividades del medioambiente y celebraremos las actividades que sean posibles en el jardín para aprovechar este espacio exterior ahora que el tiempo nos lo permite. Ape- lo nuevamente a vuestra responsabilidad y os recuerdo que el uso de mascarillas sigue siendo obligatorio en los centros sociosanitarios y que las visitas se realizan en las zonas comunes de la planta baja o en las habitaciones. Recordaros como siempre que el equipo interdisciplinar y yo misma estamos a vuestra disposición para atender cualquier duda o sugerencia que os pueda surgir.

## COSAS DE CASA

# Las actividades extraordinarias, las favoritas de nuestros mayores

Las salidas fuera del centro cobran protagonismo durante la época estival.

Las actividades extraordinarias han sido las protagonistas durante estos meses y es que, como ya hemos dicho en numerosas ocasiones, son las preferidas de nuestros mayores. Por ello, aprovechamos cualquier oportunidad para realizar una salida al exterior como, por ejemplo, a la feria del libro celebrada en la Plaza España de la ciudad. Siempre es un buen plan para pasar una mañana agradable y comprar algún libro. También visitamos una exposición celebrada con motivo del Día de la Mujer. Sin olvidar el Día de la Madre, en el que mediante detalles elaborados por los residentes homenajeamos a esas madrazas que tenemos en el centro. Las rondallas son otra de las actividades que más alegra a nuestros residentes y usuarios de centro de día, y es que, con la llegada de mayo llegan las tardes de música amenizadas, en esta ocasión por Los rondadores, Pulso y púa y Los arrabales. Unos meses llenos de alegría y actividad que continuarán con la llegada del verano durante el que continuaremos realizando salidas al exterior, así como actividades al aire libre. Por otro lado, tenemos que destacar otra de las actividades extraordinarias que más gustó a nuestros mayores el año pasado y que este año volveremos a repetir con ilusión, ¡los campamentos intergeneracionales! Los niños siempre traen alegría y se crea un vínculo muy especial entre ambas generaciones.



Tomando un aperitivo durante una excursión.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Vanesa Prieto, gerocultora

A Vanesa le gusta charlar con los residentes.

**Edad:** 30 años.

**En Amavir desde:** 2020.

**Lo mejor de Amavir:** Mis compañeras.

**Virtud:** Soy cariñosa.

**Defecto:** Soy perfeccionista.

**Aficiones:** Andar.

**Libro:** No me gusta leer.

**Película:** El rey león.

**Grupo de música:** Camela.

**Comida favorita:** La paella.



## RECUERDOS Pedro González

## El campo

En esta época del año más que nunca recuerdo cuando era agricultor y cómo se ponía de bonito el campo. ¡Cuántos colores gracias a la cebada y al trigo! Estos dos cereales recuerdo que los plantábamos en noviembre y para mitad de junio ya recogíamos la cebada. Un mes más tarde, recogíamos el trigo. Antes de todo esto ya teníamos puestas las pipas que crecían durante todo el verano, dejando un paisaje precioso hasta llegar septiembre. Ahora sin agua y en plena sequía todo esto irá desapareciendo poco a poco y eso es lo que más pena me da, ¡qué tan necesaria es el agua!

# 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

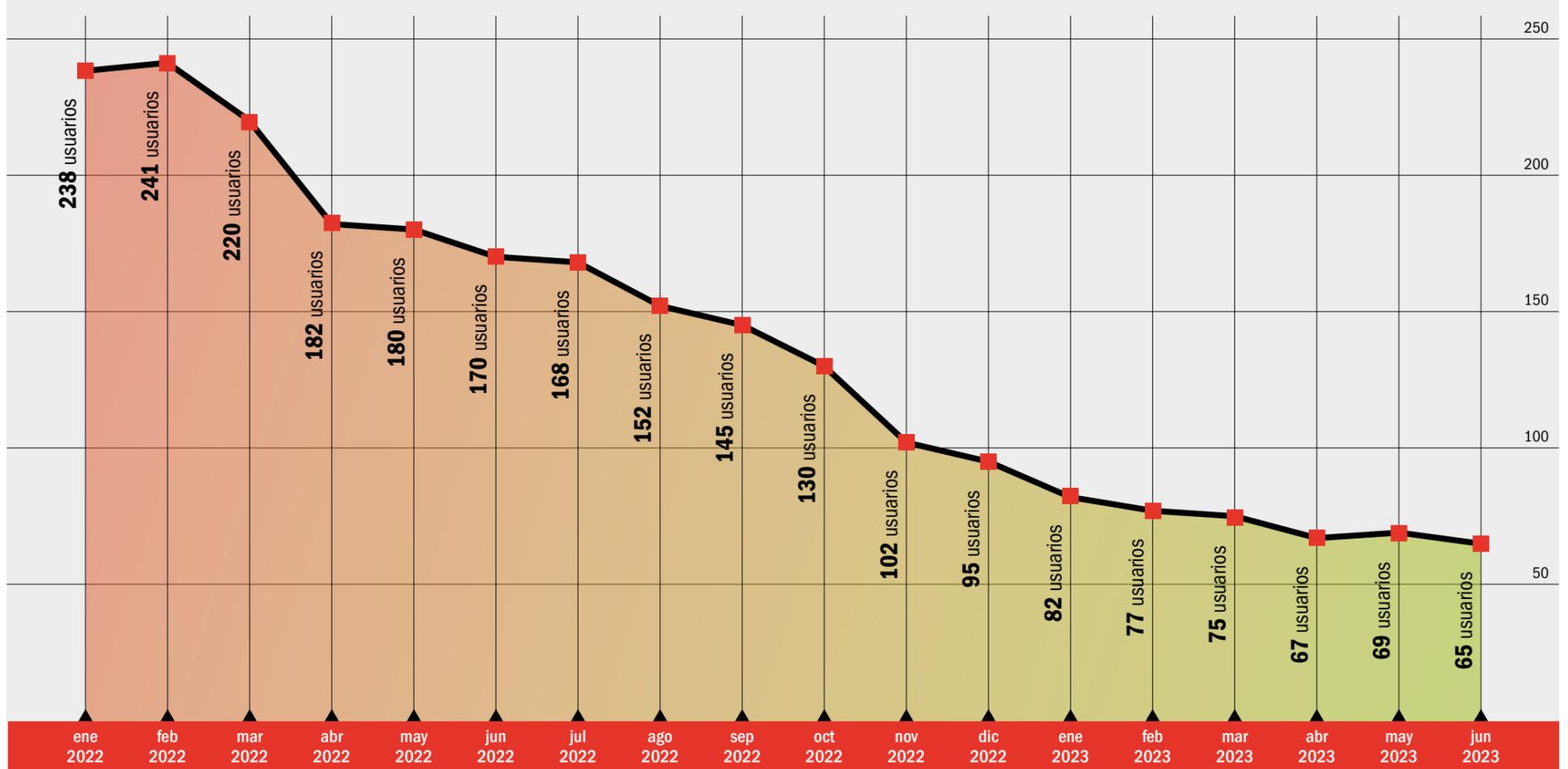
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redonda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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 redonda 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 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.