

# 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.

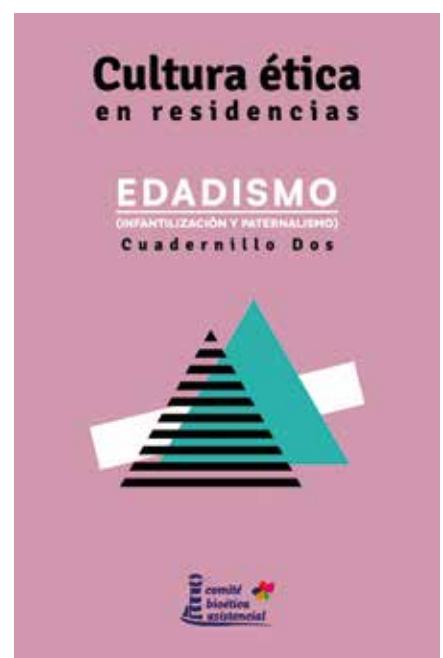
## Amavir publica su Memoria 2022

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

# Rosas solidarias por Sant Jordi

## Un proyecto llevado a cabo gracias a la colaboración del voluntariado.

Sant Jordi es una de las celebraciones más importantes y originales de Cataluña. Tiene lugar durante la primavera, el día 23 de abril. Se trata de una fiesta de marcado carácter popular, que aúna cultura y romanticismo, combinando la celebración del día del libro y del día de los enamorados. En Amavir Teià lo celebramos como merece, por un lado, con una jornada de rosas solidarias, en la que voluntarios de la Fundación “la Caixa” entregaron a todos los residentes y a los usuarios del centro de día unas rosas elaboradas por personas con discapacidad del centro ocupacional de la residencia Llar Santa María de la Fundación el Maresme. Una fundación que mueve el impulso por la inclusión y la mejora de la calidad de vida de las personas con especiales dificultades y necesidades complejas. Por otro lado, elaboramos rosas de gran tamaño con globos, acompañados y guiados por Pere Coll, un familiar que se ofreció como voluntario. Nuestro más sincero agradecimiento a todas las personas voluntarias que hacen posible estos proyectos solidarios. ¡Felicitaciones y gracias por vuestra colaboración!



Residentes, usuarios del centro de día y familias disfrutando de las rosas solidarias de Sant Jordi.

# ¡Un cumpleaños inolvidable!

## Tras superar los tres años de restricciones, hemos podido festejar las tres cifras de José Monge.

Recientemente hemos celebrado en Amavir Teià un acontecimiento muy especial. José Monge, residente en nuestro centro desde hace cinco años, ha cumplido 103 años. Tuvimos una celebración muy emotiva y divertida en compañía de familiares, amigos, amigas y personal del centro. Desde estas páginas hemos querido hacerle un pequeño homenaje, ya que su cumpleaños centenario coincidió en plena pandemia con muchas restricciones y limitaciones, sin poder celebrarlo como merecía. José, Pepe para los amigos, nació en Chucena del campo (Huelva), en una familia humilde de siete hermanos. Ha sido un luchador incansable, lo que lo hizo llegar a Barcelona, en búsqueda de una vida mejor. ¡Muchas felicitaciones!



José Monge junto a dos de sus hijas y su yerno en la celebración de su 103 cumpleaños.

## AGENDA

### ACTIVITATS ORDINÀRIES

#### Fisioteràpia

Reeducació de la marxa, tractament del dolor, manteniment, potenciació de la bipedestació i transferències, psicomotricitat, tractaments individualitzats, tractament d'enllitats, reforç muscular, equilibri i coordinació.

#### Psicologia

Psicoestimulació severa, psicoestimulació moderada, psicoestimulació lleu, relaxació, història de vida, estimulació sensorial, intervenció família i tractament individualitzat.

#### Teràpia ocupacional

Programa rehabilitació funcional, estimulació cognitiva, estimulació sensorial, entrenament rehabilitació ABVD i entrenament rehabilitació AIVD.

#### Educació social

Estimulació cognitiva, estimulació multisensorial, intervenció amb música, habilitats socials i comunicació, artteràpia, ludoteràpia, cinema i dinàmiques de grup.

### ACT. EXTRAORDINARIES

#### Julio

Día Mundial del Emoticono.  
Día del Abuelo.  
Taller repostería.  
Cumpleaños de julio.

#### Agosto

Fiesta del agua.  
Día de la Relajación.  
Taller repostería.  
Cumpleaños de agosto.

#### Septiembre

Diada de Cataluña.  
Cinefórum: "Alzheimer".  
Día del Alzheimer.  
Taller repostería.  
Cumpleaños de septiembre.

## SERVEIS

#### Perruqueria

Dilluns.

#### Podologia

Divendres.

**HOY COMEMOS** Felipa Gargantilla

# Migas extremeñas

#### INGREDIENTES

Pan duro, aceite de oliva, ajos, pimiento rojo, un vaso agua y sal.

#### PREPARACIÓN

Troceamos el pan. Aparte, disolvemos la sal en el agua y regamos el pan. Lo amasamos y tapamos con un paño media hora. Ponemos una sartén al fuego con el aceite y los ajos con piel, cortados a la mitad. Cuando estén fritos, los sacamos y reservamos. Añadimos el pan en la sartén con el aceite de ajo y el pimiento en trocitos. Cocemos a fuego lento y le damos vueltas hasta que el pan tome color dorado e incorporamos los ajos fritos sin piel.



## ANIVERSARIS

#### Julio

04/07 Montblanc Rodoreda  
05/07 Teresa Soler  
06/07 Isabel Porras  
11/07 Pilar Santiago  
12/07 Juan Rincón  
12/07 María Muñoz-Ramos  
15/07 Jesusa Linde  
16/07 Carmen Camps  
18/07 María del Carmen Calle  
18/07 Blas Cánovas  
19/07 Rafael Bravo  
21/07 Ana Sierra  
22/07 Elisa Amaro  
25/07 Paula González  
25/07 Trinidad Salmerón  
26/07 Francisco Haro  
28/07 Dolores Terrones

#### Agosto

04/08 Domingo Martín  
05/08 María Dolores Spada  
10/08 María Dolores Santander  
10/08 Isabel Villalón  
11/08 Generosa Rodríguez  
12/08 Carmen Martorell  
14/08 María Mercedes Pareja  
16/08 María Asunción Pedragosa  
17/08 Amadeo Vall  
28/08 Josep Ribes  
30/08 Josep Tarré

#### Septiembre

05/09 Rosa Quer  
05/09 Nieves Royo  
06/09 María Jiménez  
07/09 Manuel García  
12/09 Roser Alsina  
13/09 Carmen Carmona  
13/09 María Luisa Monge  
16/09 Enriqueta Bascuñana  
22/09 Dolores Mongay  
23/09 Encarnación Velasco  
24/09 Juan Rojo  
24/09 René Ruiz  
25/09 Benilde Aparicio  
25/09 Tomás Bases  
25/09 Mercedes Oliva  
26/09 María Teresa Gibernau  
26/09 Carlos Inglés  
27/09 Enriqueta Sánchez  
28/09 Wenceslao Rodríguez

**SECRETOS DE MI TIERRA**

# Elvillar, Bilar en euskera



Vistas del Elvillar y del dolmen Chabola de la Hechicera, uno de los dólmenes más importantes del país.

Vicente Gallastegui nació en Elvillar, provincia de Álava en el País Vasco. Cuenta con unos 357 habitantes y está a 6 kilómetros de Laguardia, en La Rioja alavesa. Salpicado de interesantes restos prehistóricos, un entorno de viñedos, bosques de encinas, arroyos y barrancos. En su núcleo urbano sobresalen la Plaza Mayor de Santa María, presidida por la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, una serie de casas palaciegas y la casa del Indiano, un hermoso palacio barroco del siglo XVIII. Pero su riqueza reside fuera del casco urbano, con importantes restos prehistóricos, como el dolmen de la Chabola de la Hechi-

era, de gran tamaño y excelente estado de conservación. En las inmediaciones, se halla el Abrigo de Los Husos, un importante yacimiento arqueológico donde se localizó, por primera vez, ganadería doméstica y restos de cultivos de cereales, así como los primeros establos. Sus fiestas patronales en honor a San Roque son el 15 y el 16 de agosto, donde predomina el buen ambiente. En la víspera de estas fiestas, celebran un akelarre en los alrededores del dolmen de La Chabola de la Hechicera. También destaca por su gastronomía con platos típicos como las patatas a la riojana y el cordero.

**AYER Y HOY**

## Antes



## Después

Nelly López nació en Saviñao (Lugo). Es la menor de ocho hermanos de una familia humilde dedicada a la labranza. Estudió con mucho esfuerzo y se dedicó a la confección. Siempre ha sido una mujer fuerte, luchadora y con ganas de aprender. Su familia la tiene en un pedestal, hacía de cuidadora y siempre estaba disponible para quien la necesitara. Gran devota de los niños, de ahí una de estas fotos que muestra los iconos que la representan: la cruz (su fe), un bebé (amor los niños) y la luz (su bondad y atención).

**CARTA DEL DIRECTOR**

Ricard Buitrago



Estimats residents, familiars i treballadors:

Comença una nova estació i, com acostumem a fer, introduïm alguna novetat als espais exteriors. Aquest any hem instal·lat dos bancs a la zona de darrere la cafeteria, que tindran ombra al matí i que esperem que tant els residents com les famílies els traguin partit i gaudeixin de l'espai. Recordeu que també teniu disponible la zona de pèrgoles dels jardins. D'altra banda, hem canviat el sistema d'aigua calenta sanitària per un nou sistema de producció molt més eficient, i tots els acumuladors antics per uns de nous que són molt més eficients i que permetran un ús més racional de l'energia. També hem substituït alguns aparells d'aire condicionat i farem canvis en uns altres per poder fer front a l'estiu tant calorós que s'espera. Durant el mes de juny, la nostra empresa farà l'auditoria interna de qualitat del centre, que és un requisit de la norma ISO. El 31 de maig se celebra el 18è aniversari de la residència. Esperem que gaudiu de les activitats i de les propostes que farem durant aquesta setmana; i també de l'estiu!!

**COSAS DE CASA**

# Abriendo las puertas al buen tiempo

## Hemos comenzado nuestra etapa de vermut y salidas al jardín.

Las actividades de ocio son aquellas que se realizan en el tiempo libre, fuera de las obligaciones y ocupaciones habituales. Estas actividades son gratas de realizar, ya que aportan satisfacción y enriquecen como personas. Es por ello que podemos decir que las actividades de ocio son terapéuticas. Sabemos que son muchos los beneficios que aportan a nuestros mayores: activan procesos cognitivos (atención, memoria, recuerdo...), activan procesos de capacidades físicas (musculación, marcha, equilibrio, psicomotricidad...), activan procesos emocionales positivos de alegría que generan las hormonas del bienestar (dopamina, serotonina, endorfinas) y activan procesos de interacción social, incrementando los vínculos con las personas con las que compartimos las actividades de ocio. Estar en el jardín y poder elegir salir al exterior es una fórmula comprobada y asociada empíricamente con las mejoras del ánimo. También



Residentes, usuarios del centro de día y familiares participando en una actividad musical.

existe una base científica que dice que estar al aire libre está asociado con la mejora del ritmo del sueño y apetito, menor agitación, estrés y un comportamiento menos agresivo. Todos estos factores juegan un rol muy importante en la mejora del sistema inmune y estos beneficios resultan más notorios entre nuestros mayores. Este año volvemos a realizar las salidas al jardín que tanto nos gustan de la mano de nuestros profesionales.

**QUI ÉS QUI**

## Ángela Jiménez, trabajadora social

**“Lo que más me gusta de mi trabajo es el trato con las personas mayores”.**

**Edad:** 27 años.

**En Amavir desde:** 2023.

**Lo mejor de Amavir:** La oportunidad de crecer como profesional.

**Virtud:** La organización y la planificación.

**Defecto:** El perfeccionismo.

**Aficiones:** El deporte.

**Libro:** Memorias de una salvaje.

**Película:** Pesadilla antes de Navidad.

**Grupo de música:** Maldita Nerea.

**Comida favorita:** La paella.

**RECUERDOS**

## Los discos de vinilo

Hoy en día, con el uso de la música digital, los vinilos podrían parecer algo obsoletos, sin embargo, muchos especialistas musicales concuerdan en que los vinilos son una joya de calidad sonora. Hablamos de un invento que se gestó hace más de un siglo y que hoy por hoy ha tomado un segundo aire en manos de DJs y eruditos musicales. Los diversos productores de discos en todo el mundo probaron con diferentes materiales para los discos de grabación. El vinilo se convirtió en el material perfecto, dando paso a la historia. Sin duda, nada se compara a escuchar tu música favorita en el tocadiscos.

# 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

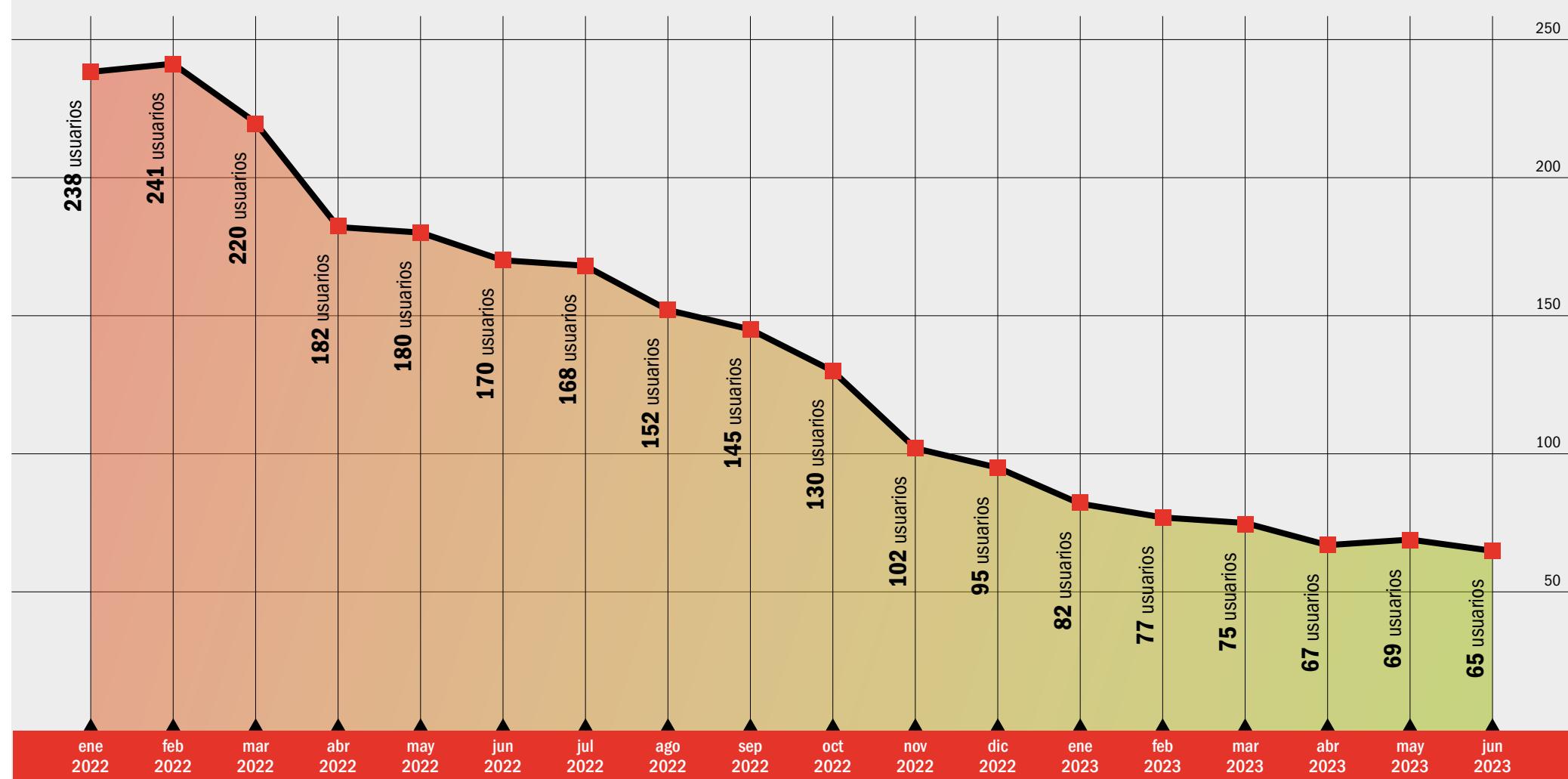
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujetaciones, lo que redundá en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.