

# 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.

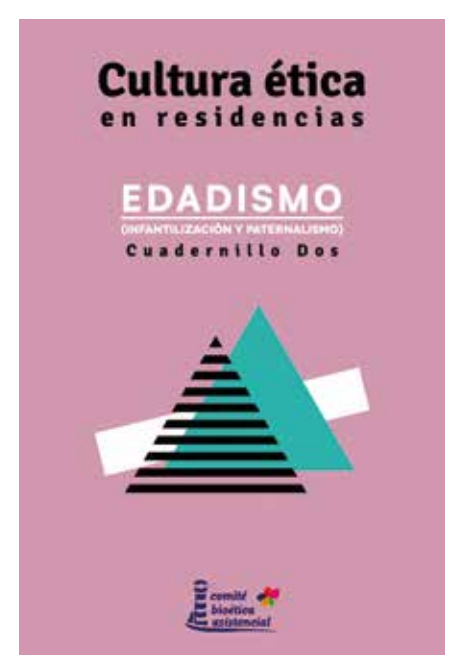
## Amavir publica su Memoria 2022

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.







Centro con plazas concertadas con  
  
**Comunidad de Madrid**

**ACTUALIDAD**

# Un abril más flamenco que nunca en Amavir Usera

**Un mes lleno de celebraciones religiosas, culturales y festivas.**

Con la llegada del buen tiempo y en plena primavera, en Amavir Usera disfrutamos de un mes de abril lleno de actividades significativas por varios motivos: religiosos, culturales y festivos. La religión tiene un gran peso e importancia para nuestros mayores, a través de ella encuentran consuelo, paz interior, tranquilidad y apoyo. Por ello, la celebración de la Semana Santa tiene un gran significado. Más allá de ser una actividad, se convierte en una continuidad de la tradición dentro de nuestro centro. Como cada año, pudimos disfrutar de un Vía Crucis en el patio acompañado de unas lecturas por parte de trabajadores del centro. Además de todo lo mencionado, la Semana Santa nos trae motivos para disfrutar de un delicioso taller de cocina de postres típicos, torrijas, rosquillas, buñuelos... Tenemos muy presente también la cultura, por lo que el pasado 21 de abril acogimos el Día del Libro realizando varias actividades. Durante ese día se realizó un taller de marcapáginas con diversos materiales con los que dimos una segunda vida a telas viejas. Además, se realizó una lectura en recepción del libro "El Principito", muy conocido por nuestros residentes. Por último y no menos importante, celebramos como cada mes la fiesta de cumpleaños. En esta ocasión, con grandes tintes flamencos, ya que fuimos



**Vivimos abril con intensidad.**

afortunados por tener la presencia del coro rociero Jara de la Ribera, que siempre nos acompaña en estas fechas para ambientar la celebración con su arte flamenco.

## Taller de arteterapia

**Una nueva actividad de la mano de Grandes Amigos y un grupo de voluntarios.**

El 5 de mayo por la mañana realizamos un taller de arteterapia con nuestros mayores y un grupo de voluntarios. La actividad estuvo organizada por Grandes Amigos en colaboración con los Departamentos de Animación sociocultural y Terapia ocupacional y patrocinada por Aegon. 15 residentes y 12 voluntarios de la empresa patrocinadora participaron en la sesión que estuvo dirigida por una arteterapeuta. Creamos un árbol con lanas de colores en un mural, al que cada residente añadió los dibujos que previamente había elaborado junto a los voluntarios y decorado con lanas de diferentes colores, al igual que sus nombres. Fue una actividad muy bonita y original con la que disfrutaron mucho tanto residentes como voluntarios.



**El árbol de Amavir Usera.**

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Psicomotricidad (Gerontogimnasia)

Se realiza de lunes a viernes entre los Departamentos de Fisioterapia y Terapia ocupacional.

#### Fisioterapia

Cinesiterapia, reeducación de la marcha, mecanoterapia, termoterapia, prevención del síndrome del encamado, tratamiento neurológico, electroterapia, propiocepción y kinesiotaping.

#### Psicología

Psicoestimulación cognitiva y sensorial, taller de prensa e intervención individual.

#### Terapia ocupacional

Supervisión/reeducación de ABVD (vestido, aseo y alimentación), reentrenamiento de AIVD, rehabilitación funcional, estimulación multisensorial, movilizaciones pasivas, psicomotricidad y estimulación cognitiva.

#### Animación sociocultural

Ergoterapia, ludoterapia, ocio y tiempo libre, intervención con la música, estimulación sensorial, animación estimulativa, taller de coro, street view, bingo, bingo musical y taller de nuevas tecnologías.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

07/07 Celebramos los Sanfermines de Usera.  
13/07 Taller de cocina especial verano "macedonia de frutas".  
18/07 Salida a la piscina de San Fermín.  
21/07 Actividad especial por el Día del Agua.  
26/07 Día del Abuelo, jornada de actividades especiales.  
27/07 Fiesta de cumpleaños de julio.

#### Agosto

22/08 Salida a la piscina de San Fermín.  
29/08 Fiesta de cumpleaños de agosto.

#### Septiembre

Campamento intergeneracional (primera semana).  
21/09 Actividad especial por el Día Mundial del Alzheimer y la Paz.  
26/09 Fiesta de cumpleaños de septiembre.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Miércoles desde las 10:00 h.

#### Podología

Tres veces al mes. Preguntar en recepción.

### CUMPLEAÑOS

#### Julio

02/07 Isabel García Cano  
03/07 Julia Bonilla  
04/07 Carmen Fernández  
08/07 María Isabel García López  
16/07 Carmelo Díaz  
19/07 Antonio Grela  
19/07 Juliana Ramírez  
20/07 Margarita Solís  
20/07 M.<sup>a</sup> Teresa Rodríguez  
24/07 Purificación Moreno  
26/07 Antonio Fernández  
27/07 Eugenia Díez  
28/07 Vicente González  
28/07 Antonio Carlos Torrego  
29/07 Beatriz Miguel  
31/07 María Pérez

#### Agosto

02/08 Carmen Ayán  
02/08 María García Rubio  
03/08 Hermelina Hernández  
05/08 Mercedes García  
05/08 Carmen Sarmentera  
07/08 Miguel Ríos  
09/08 Dolores Núñez  
10/08 Felisa Arroyo  
10/08 Dolores Díaz  
13/08 José de Pablo  
14/08 Purificación Gutiérrez  
18/08 Luis Arcones  
20/08 María Olaya  
20/08 Francisca Romera  
21/08 Felicidad Rodríguez  
22/08 Ángel Agudelo  
22/08 Sol Alonso  
24/08 Sara Mayor  
25/08 Luisa Alonso  
25/08 Carmen López Miranda  
28/08 Soledad Fernández  
28/08 Emperatriz Real  
29/08 Valeriana González  
31/08 Magdalena Saco

#### Septiembre

02/09 Concepción Gan  
04/09 Antonio Hernández  
05/09 M.<sup>a</sup> Carmen García Cuadrado  
07/09 Emérita Casal  
07/09 Rosa Ramírez  
14/09 María Cruz López  
14/09 Exaltación Vázquez  
19/09 Mauricia Andino  
21/09 José Benavente  
23/09 Pilar Gómez  
30/09 Rosario Salinero

### HOY COMEMOS Josefa Benavente

# Salmorejo

#### INGREDIENTES

200 g de pan, 1 kg de tomate, 1 diente de ajo, aceite de oliva y tiras de jamón, huevo duro y gotitas de jamón.

#### PREPARACIÓN

No hay que confundir el salmorejo con el gazpacho, pues en el primero nos debe quedar una textura de crema, más espeso. En un bol, ponemos el pan del día anterior y añadimos el kilo de tomate triturado y dejarlo empapar unos 10 minutos. Añadimos el diente de ajo y trituramos. Añadimos un buen chorro de aceite de oliva y volvemos a pasar por la batidora hasta que sea compacto y anaranjado. Se puede acompañar con tiras de jamón, huevo duro y unas gotitas de aceite de oliva virgen extra.



Nuestra andaluza sonriente.

## SECRETOS DE MI TIERRA



En un lugar de la Mancha... Tomelloso.

# Las peculiaridades de Tomelloso

Tomelloso es una ciudad situada en el noreste de la provincia de Ciudad Real, en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, donde se crio nuestra residente, doña Soledad Fernández Calero. Esta es su ciudad de adopción, ya que ella es natural de Bonillo (Albacete). De Tomelloso recuerda sus fiestas patronales en homenaje a la Virgen de las Viñas, que tienen lugar el último domingo de abril, cuando miles de personas se desplazan al santuario de la Virgen, ubicado en Pinilla. Por la noche tiene lugar la procesión de las antorchas, donde re-

corren el camino de vuelta de la patrona a Tomelloso. Otra gran celebración es la fiesta de la Vendimia, una de las más importantes de toda Castilla-La Mancha que se celebra la última semana de agosto. Recordando su gastronomía típica nos habla de las migas ruleras, las gachas, el pisto y los buenos vinos de la comarca, sus dulces tradicionales como las hojuelas, los rosquillos o las flores. Y hablando de sus tradiciones y gastronomía, no podemos despedirnos de Tomelloso sin nombrar esos dulces melones tan agradables para nuestro paladar.

## AYER Y HOY



### Antes

Eulalio nació en Herguijuela (Ávila), donde estudió hasta los 14 años educación primaria. Después trabajó en el campo hasta los 29 años. En 1969, en busca de nuevas oportunidades se trasladó a Madrid, donde entró en el cuerpo de Policía Municipal. En 1971 se casó con Joaquina. Trabajó de Policía Local hasta 2005, cuando se jubiló. Durante su vida Eulalio ha hecho mucho deporte y ha jugado a la chita, siendo este uno de sus hobbies. También le gustan las cartas y los juegos de mesa.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Raquel Catrola



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Les informamos que Amavir Usera ha recibido 43.910,59 euros de fondos europeos para la mejora de infraestructuras y proyectos de calidad asistencial. La Consejería de Familia, Política Social y Juventud de la Comunidad de Madrid ha concedido una subvención de 43.910,59 euros a la residencia de mayores Amavir Usera en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia (PRTR) financiado por la Unión Europea (Next Generation UE). Esta subvención se utilizará para los siguientes proyectos: 1. Colocación de Pérgola en patio exterior. 2. Creación de espacios biosaludables en el exterior del centro. 3. Creación de huertos y/o jardines terapéuticos exteriores. 4. Paseo por la naturaleza. 5. Sectorización y/o división del comedor principal. 6. Sistema multisensorial con la llegada del verano. Podremos disfrutar de todos estos espacios al aire libre que, sin duda, beneficiarán a nuestros residentes facilitando las relaciones sociales, la actividad física y la salud mental. Por último, quiero agradecer a Andrea Codina, nuestra trabajadora social del turno de tarde, su trabajo e implicación en Usera, que ahora continuará realizando, dentro del Grupo Amavir, en la residencia de La Gavia. Un beso muy fuerte para todos.



## COSAS DE CASA

# Nuevos contenedores para la gestión de residuos peligrosos

## “Cuidando el Medioambiente”.

Amavir continúa su compromiso y respeto con el reciclaje, certificándose una vez más en la norma ISO 14001 de Medioambiente. Al reciclaje ya existente (contenedor amarillo para el plástico, contenedor azul para el papel y cartón, contenedor naranja para restos y contenedor marrón para basura orgánica), se les añaden cuatro contenedores más para los residuos peligrosos. También disponemos de contenedores para pilas, baterías, fluorescentes, tóner de impresora, cortopunzantes y pequeños electrodomésticos. Entre los nuevos contenedores, uno es para envases de plástico contaminados (productos de lavandería o limpieza sin punto de Ecoembes), otro contenedor para envases metálicos contaminados (algún producto químico derivado de tareas de mantenimiento o pinturas), un tercer contenedor para aeroso-



Los modelos de contenedores para reciclar.

les (productos de peluquería como lacas o espumas) y el último contenedor para trapos y papeles impregnados de producto químico (papeles manchados con aceite de automóviles). Además de reciclar, en nuestro centro nos preocupamos por trasladar la importancia de hacer un uso adecuado del agua. Respetemos entre todos nuestro mundo.

## QUIÉN ES QUIÉN

# Esther Rincón, terapeuta ocupacional

“El éxito en la vida no se mide por lo que logras sino por los obstáculos que superas”.

**Edad:** 24 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** El trabajo en equipo y el compañerismo.

**Virtud:** La constancia.

**Defecto:** Siempre estoy ocupada.

**Aficiones:** Pasar tiempo con mi familia y amigos.

**Libro:** Invisible, de Eloy Moreno.

**Película:** Toc Toc, de Vicente Villanueva.

**Grupo de música:** Rozalén.

**Comida favorita:** Cochinillo segoviano.



## RECUERDOS

# La recogida de la aceituna

Doña Mariana vivía en Úbeda, Jaén. En su adolescencia, recuerda la temporada de recogida de la aceituna. Se iniciaba en el mes de noviembre. Recuerda levantarse muy temprano para ir al campo y llevarse algo para comer, ya que no paraban hasta que se hacía de noche. Mientras los hombres vareaban, las mujeres recogían aquellas aceitunas que caían fuera de la manta, lo cual hacían de rodillas utilizando un saco para evitar dañárselas. Aunque era un trabajo muy físico y duro, lo realizaba para poder ayudar económicamente en casa.

# 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

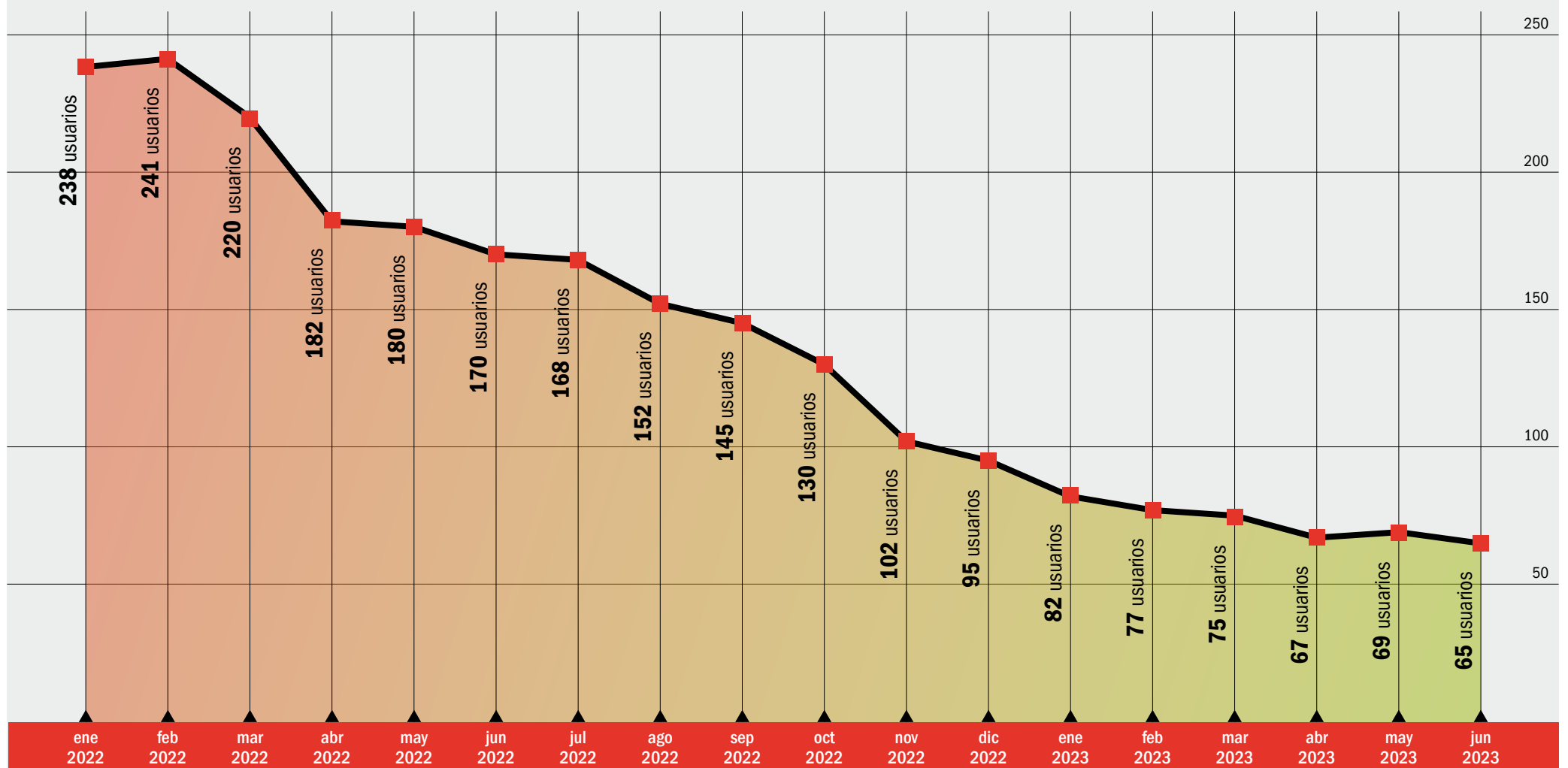
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redonda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.