

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.

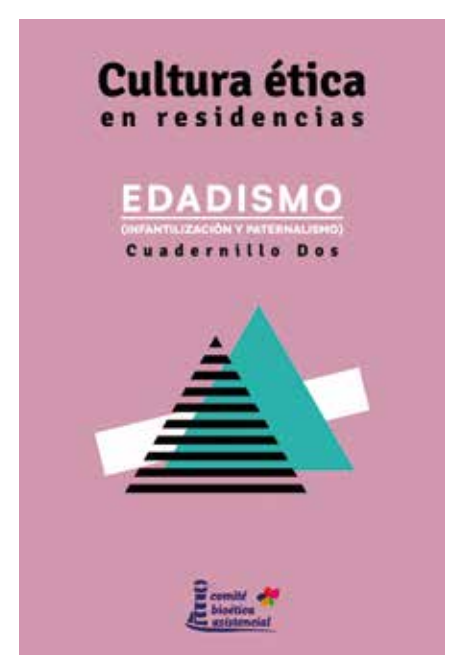
Amavir publica su Memoria 2022

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

Perroterapia en Amavir Villanueva

Las visitas de nuestro amigo Tango.

En Amavir Villanueva hemos añadido a nuestras actividades la terapia con animales dos veces al mes. Gracias a que se realizó una sesión de toma de contacto en el mes de abril, se decidió que esta modalidad terapéutica debía estar entre el abanico de posibilidades que ofrece nuestra residencia. Esta terapia se ha realizado en dos ocasiones con diferentes grupos de residentes. Se ha podido comprobar que una gran cantidad de residentes da un paso adelante en sus capacidades cognitivas, con reacciones verbales y no verbales sorprendentemente buenas y algunas nunca antes vistas, además de crearles sonrisas y risas por doquier. Les gustó tanto la actividad que algunos residentes mencionaban querer tener a nuestro amigo canino de mascota. Todo gracias a nuestro gran amigo Tango, un galgo domesticado, el cual da mucho cariño a nuestros residentes y recibe más cariño aún. Nuestros mayores le dan de comer de su mano, le piden hacer diversos trucos como sentarse o coger juguetes que le hayan lanzado, le peinan, pa-



Disfrutando la visita de Tango.

sean con él por los pasillos y salones del establecimiento, se lo suben al regazo para acariciarle y, todo esto, mientras aprenden curiosidades y cultura general acerca de nuestros amigos caninos.

Una actividad tan cotidiana como terapéutica

Nuestros residentes hacen una visita al supermercado.

Desde el Departamento de Terapia ocupacional organizamos de forma periódica una salida al supermercado. En ella acompañamos a un grupo de residentes interesados en realizar pequeñas compras. En esta actividad además de sentirse útiles, se fomenta su autonomía, el correcto manejo del dinero, la capacidad de planificación, se estimula la memoria, la resolución de problemas y además les permite comprarse algún que otro capricho. Sin dejar de lado el aspecto físico que implica el desplazamiento y que siempre es una actividad que deja buen sabor de boca.



En el supermercado comprando algún capricho.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

De lunes a viernes

Servicio de fisioterapia, terapia ocupacional, animación sociocultural y psicología.

Mañanas

Terapia funcional, terapia manipulativa, paseos saludables, taller de música, fisioterapia, taller de pintura, psicomotricidad, taller de juegos, estimulación cognitiva y juegos de mesa.

Tardes

Lunes: Taller de música, psicología, terapia manipulativa, fisioterapia, taller de juegos recreativos. **Martes:** Estimulación cognitiva, taller de juegos recreativos, laborterapia, fisioterapia y psicología. **Miércoles:** Taller de prensa, taller de música, taller de pintura, psicología, fisioterapia y terapia manipulativa. **Jueves:** Bingo, terapia manipulativa, taller de cuidados, fisioterapia y psicología. **Viernes:** Taller de música, taller manualidades, taller de baile, fisioterapia, psicología y laborterapia.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

Huerto terapéutico.
Decorando nuestros jardines.
Fiesta de cumpleaños.

Agosto

Salida al museo lunar.
Salida a la naturaleza.
Fiesta de cumpleaños.

Septiembre

Salida al aperitivo por Villanueva.
Cocinamos juntos.
Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

De lunes a viernes por la mañana.

Misa

Viernes a las 18:45 h.

Podología

Lunes por la mañana.

CUMPLEAÑOS

Julio

04/07 Rafael de Francisco
05/07 Remedios Monedero
09/07 Alejandra García
11/07 Emilia Marco
13/07 Lourdes Amo
13/07 Victoria Ramos
14/07 Arturo Martínez
14/07 Enrique Pérez
15/07 María Alonso
17/07 Antonio Aurelio Prieto
23/07 Julia Arribas
25/07 Mariano Gamella
25/07 Emilio Sánchez
25/07 José Casado
29/07 Pablo Gómez
29/07 Isidora Plaza
29/07 Fausta Ruiz

Agosto

02/08 María Fernández
04/08 Cristina Álvarez
07/08 Manuel Gómez
08/08 Marina Cambronero
09/08 Isabel Escudero
15/08 María Begoña Ramírez
19/08 María Rosario Luna
20/08 Catalina Jiménez
21/08 Carmen López
23/08 Natividad Nieto
25/08 Esperanza Martín
28/08 María Gabriela de la Orden
31/08 M.^a Sergia Romay

Septiembre

01/09 Soledad Jiménez
03/09 Rosa Martín
11/09 María Calvo
15/09 Eugenia Mateos
15/09 Ángeles Piqueras
15/09 Enrique Salabert
16/09 Carmen Hernández
21/09 Plácida Camacho
21/09 Agustina Flores
21/09 Antonia Solís
22/09 José María Grande
25/09 M.^a Carmen García de Mardones
27/09 Carmen Casasolas
28/09 Pilar García
28/09 Lorenzo Martín

HOY COMEMOS Ángela Prieto

Berenjenas rellenas

INGREDIENTES

Berenjenas, carne picada, zanahoria, tomate frito, cebolla, sal, aceite y queso rallado.

PREPARACIÓN

Ponemos las berenjenas partidas por la mitad en el microondas. Una vez hechas, se vacían para luego incluir el relleno. Hacemos un sofrito con el relleno, la carne picada, la zanahoria, la cebolla, la sal, el tomate frito y el aceite. Una vez terminado el sofrito, rellenamos las berenjenas. Ponemos el queso rallado por encima y lo metemos en el horno entre 5 y 10 minutos para gratinar.



SECRETOS DE MI TIERRA

La historia de Ángeles Piqueras

Ángeles nació en Barrax, Albacete, en 1929. Tiene 93 años. Era la pequeña de dos hermanas. Recuerda su infancia trabajando y jugando en una finca, donde sus padres eran los guardeses. No fue al colegio porque tenía que trabajar. Su hermana y ella eran las encargadas de los cerdos y sus padres de la labranza con los mulos para sembrar trigo y cebada. Cuando creció, estuvo muchos años trabajando en una fábrica de algodón que había en el pueblo. Sus mejores recuerdos de Barrax fueron cuando conoció a Bernardino, que vivía en su misma calle y que acabó siendo su marido, y las fiestas de San Roque, donde no paraban de bailar. Cuando se casó con Bernardino se marcharon a Getafe (Madrid), tuvieron dos hijos, Mará José y Bernardi-



En un lugar de la Mancha, en el pueblo de Ángeles.

no. Su marido, desgraciadamente, murió muy joven a los 53 años de edad, por lo que su madre y su hermana se fueron a vivir con ella para no dejarla sola en esos duros momentos.

AYER Y HOY



Antes

Encarnación Márquez es natural de Membrilla (Ciudad Real). Trabajó como ama de llaves durante 14 años para el cantante y compositor Juan Pardo. Durante esa época, conoció y se hizo amiga de Camilo Sesto. Dejó su trabajo junto a Juan Pardo, para trabajar en el ámbito sociosanitario como enfermera auxiliar en el Hospital Ramón y Cajal. Vive en Amavir desde enero del 2023. ¡Gracias por formar parte de nuestra familia!



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Manuel Gámez de la Llana



Estimados residentes, familias y trabajadores:

Como algunos sabéis, porque lo habéis vivido de cerca con algún familiar que ha ingresado en nuestro centro, Amavir Villanueva cuenta desde hace años con un programa específico para intervención en patologías agudas, caídas y fracturas que lidera el Departamento de Fisioterapia con el apoyo del resto de profesionales del centro. La experiencia y resultados en estos años de trabajo han sido tan positivos que hemos decidido crear en el centro una Unidad Especializada en Rehabilitación, tanto para nuevos ingresos como para los residentes que ya viven con nosotros, con el objetivo de recuperar el estado funcional previo al proceso clínico sufrido (caída, fractura, ACV, etc.) en el menor tiempo posible. Para ello, trabajaremos de forma específica desde diferentes áreas para recuperar el balance articular y muscular, para evitar rigideces y anquilosis articulares, para disminuir el dolor y la inflamación y para promover la capacidad de autonomía personal. Para lograr estos objetivos tan específicos, el equipo de fisioterapia, apoyado por el resto de profesionales del centro, trabajará por medio de distintas técnicas entre las que destacamos las técnicas de cinesiterapia o movilizaciones y estiramientos, técnicas de fortalecimiento muscular, con ejercicios de potencia y resistencia, electroterapia y masoterapia, reeducación del equilibrio y propiocepción y marcha, crioterapia y/o termoterapia. Con esta nueva unidad queremos ser un referente en la rehabilitación de personas mayores y en la mejora de su calidad de vida.

COSAS DE CASA

Ya ha llegado el calor de verano

Hay que cuidarse de las altas temperaturas y de los rayos del sol, aquí en Amavir Villanueva ya lo hacemos, ¿y tú?

Cada verano nos enfrentamos a uno de los factores climatológicos más agresivos que existen, el calor. Más aún en nuestra provincia, en la Comunidad de Madrid, en la cual tenemos un calor muy seco y de temperaturas muy elevadas que cada día empeoran más por el cambio climático, el cual queremos ayudar a parar desde Amavir Villanueva. Por ello, vamos a dar algunos trucos para disfrutar del verano de la manera más saludable:

- Beba más líquidos, sin esperar a tener sed.
- Reduzca la actividad física al exterior en las horas puntas de calor.
- Descanse con frecuencia a la sombra.
- Use ropa de tejidos naturales, ligera y holgada, de colores claros, sombrero, gafas de sol y cremas protectoras solares.
- Evite las grandes comilonas y elija platos ligeros que también contribuyan a mantenerle hidratado.



Las temperaturas elevadas en verano.

- Mantenga sus medicinas en un lugar fresco, para que no les afecte el calor.
- Cierre las ventanas de día, ábralas de noche, y baje las persianas de día y súbalas de noche.

QUIÉN ES QUIÉN

Sandra Marcela Betancourt, auxiliar de enfermería

“Esas no son penas para un guerrero”.

Edad: 36 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: El trato con los residentes.

Virtud: Mi empatía.

Defecto: Mi timidez.

Aficiones: Senderismo y salir con la bicicleta.

Libro: ¿Quién se ha llevado mi queso?, de Spencer Johnson.

Película: Hasta el último hombre, de Mel Gibson.

Grupo de música: Way Maker y Ricardo Montaner.

Comida favorita: Pollo frito con patatas fritas.



RECUERDOS

Mis recuerdos

Recuerdo como si fuera ayer cuando de niño nos juntábamos toda la familia para comer o cenar en las noches de Navidad, compartiendo momentos juntos. Nos juntábamos mis abuelos, mis tíos, mis primos, mis padres y mi hermana a disfrutar de la comida que preparaba mi abuela. Por desgracia, los humanos no somos inmortales y nos gusta pelearnos por nada. Poco a poco esa gran mesa fue perdiendo personas que nos acompañan desde el cielo y la mesa se quebró por peleas familiares. Ahí aprendí que hay que valorar lo que tenemos y decidí que quiero crear una familia que siga esa tradición de gran familia.

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

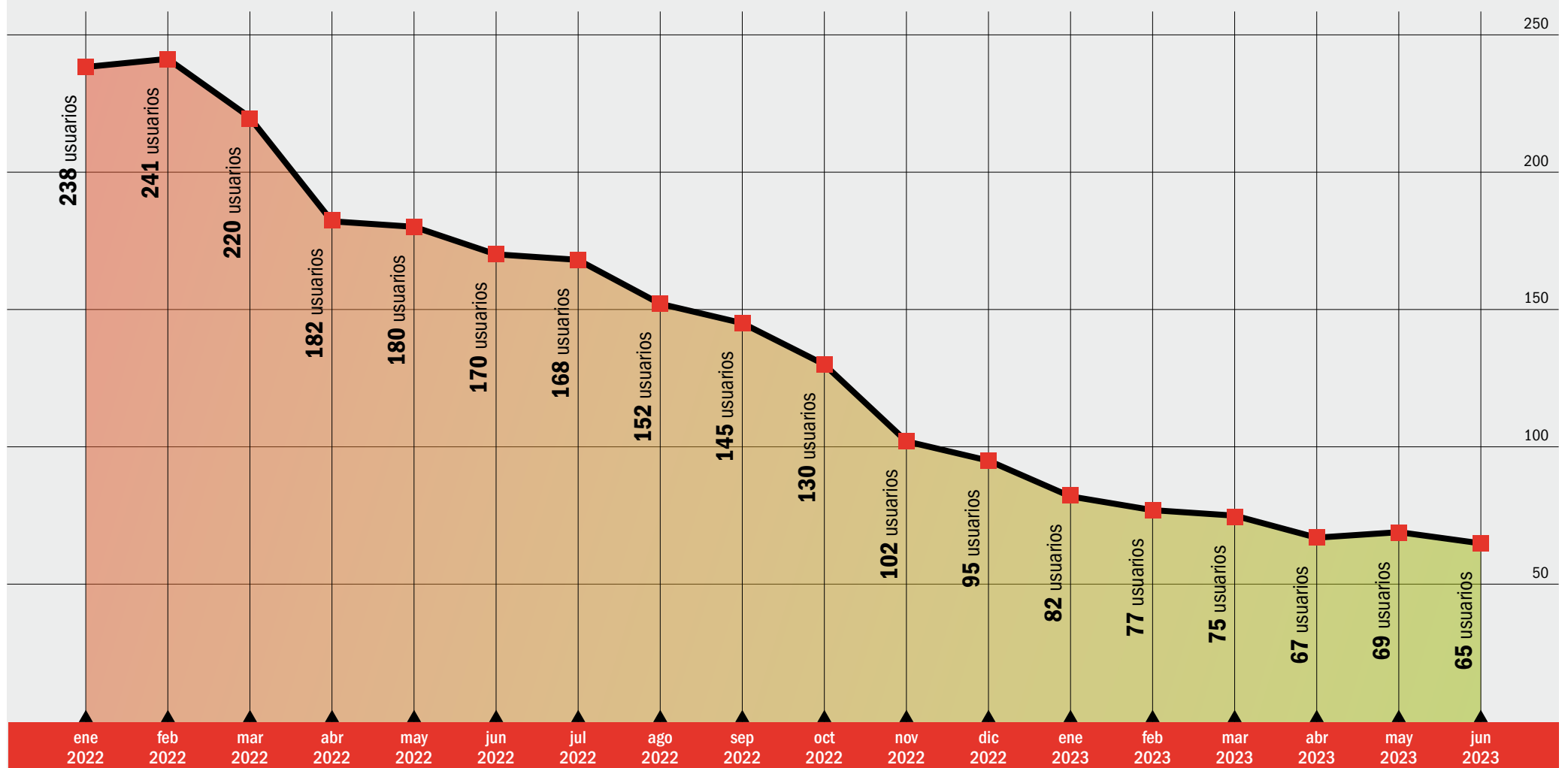
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redunda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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 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.