

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.

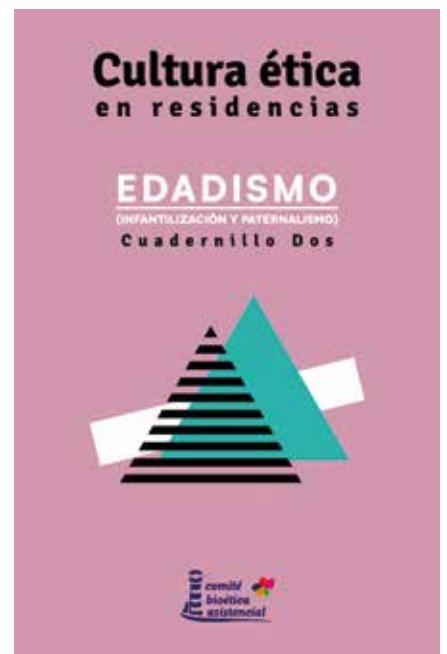
Amavir publica su Memoria 2022

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

Actividades significativas para nuestros residentes

Numerosas actividades de todo tipo mantienen ocupados y animados a los residentes.

En Amavir Villaverde no nos hemos querido perder ni una oportunidad de disfrutar de buena música, buen tiempo y buena compañía. Desde que llegó el buen tiempo nuestra terraza y jardín están siendo los protagonistas para que todos podamos estar fuera y disfrutar de la naturaleza. El mes pasado nos visitaron rondallas con cuerpo de baile que hicieron que todos disfrutásemos de lo lindo de las fiestas de cumpleaños. Cantamos y bailamos moviendo el esqueleto sin parar. Os animamos a que todo el mundo baile y nos acompañéis en estas fiestas que tanto os gustan. En abril nos visitaron tres perritos maravillosos dentro de la acción de terapia con animales y que también nos dejaron arrebatados con su ternura. Además, la última semana de junio celebraremos en nuestro centro el campamento intergeneracional que tanto disfrutaron los mayores y niños la edición pasada, con actividades diseñadas para la colaboración entre ambos grupos.



Nuestros residentes en la terapia con animales.

Cuidamos nuestro medioambiente

Un vídeo para concienciar sobre el uso del agua y sobre cómo no malgastarla.

En Amavir Villaverde estamos tomando conciencia de la necesidad de cuidar de nuestro planeta y de cuidar de bienes tan preciados como el agua. La falta de lluvia en nuestro país está provocando una sequía sin precedentes a estas alturas de año. Nosotros aportamos nuestro granito de arena mediante la concienciación para no realizar un mal uso del agua. Desde nuestro Departamento de Terapia ocupacional junto con los residentes grabaron un vídeo que podéis ver en redes sociales y que nos explica muy bien que el agua no ha de ser derrochada ni en baños, ni en riegos a deshora. El vídeo muestra cómo hay que priorizar el uso de papeleras en los baños en vez de la taza del baño para tirar cosas de forma indebida y así, de una forma muy visual, apoyamos a la misión de no malgastar agua.



Manuela nos cuenta cómo cuidar el medioambiente.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Psicología

Atención individualizada y atención a familias, ayuda a la adaptación al centro y mejora de la convivencia.

Fisioterapia

Círculo de rehabilitación, tratamientos individuales, fisioterapia respiratoria, vendaje neuromuscular, electroterapia, gerontogimnasia, movilizaciones pasivas, programa de marchas, intervención en planta y ortopedia.

Terapia ocupacional

Psicoestimulación en sala, rehabilitación funcional en sala, estimulación sensorial, movilizaciones pasivas MMSS, gerontogimnasia, ortopedia e intervención en planta.

Trabajo social

Atención a familias y residentes, gestión de ingresos y bajas, gestión de citas médicas, servicios complementarios y ayudas públicas.

Animación sociocultural

Bingo en planta el viernes por la mañana y fiestas de cumpleaños la última semana del mes.

HOY COMEMOS Celia de los Santos

Gazpacho de sandía

INGREDIENTES

Tomates, pimientos, ajo, pan, sandía, vinagre y aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Lavamos los tomates y el pimiento y retiramos la cabeza y las semillas. Cortamos en trozos y los colocamos en una batidora. Pelamos el diente de ajo y lo cortamos por la mitad. Trituramos todo. Cortamos el pan y lo reblandecemos con agua fría. Escurrimos el pan y lo introducimos en la batidora junto con la sandía limpia y troceada y el vinagre. Agregamos el aceite de oliva y trituramos. Por último, metemos el gazpacho en la nevera y dejamos que se enfrie.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Julio

07/07 Taller de San Fermín.
14/07 Cinefórum.
26/07 Taller por el Día del Abuelo.
27/07 Fiesta de cumpleaños.

Agosto

04/08 Cinefórum.
16/08 Celebramos el día de la Virgen de la Paloma.
24/08 Fiesta de cumpleaños.

Septiembre

01/09 Cinefórum.
14/09 Taller por el final del verano.
21/09 Actividades por el Día Internacional del Alzheimer.
28/09 Fiesta de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería

Martes y jueves.

Podología

Miércoles cada 15 días.

Misa

Sábados a las 17:30 h.

Existen otros servicios extras como: óptica, odontología, ortopedia, logopedia, audiología...



CUMPLEAÑOS

Julio

09/07 Aquilina Muñoz
09/07 Rosa Salamanca
11/07 Antonio Martín
12/07 Juan Antonio López
14/07 Juana Zurita
15/07 M.ª Carmen Romero
18/07 M.ª Soledad Vera
19/07 María Carrasco
27/07 Maura de Juan

Agosto

01/08 Felisa García
02/08 Enriqueta Molina
03/08 Felisa Incón
03/08 Francisca Rosales
04/08 Manuela González
05/08 Juan José López
14/08 Encarnación Herrador
15/08 Asunción Rufo
16/08 Dolores Juárez
17/08 Mirta Raquel Ruibal
18/08 Leonardo Cuerva
18/08 Áurea Díez
21/08 Santiago Barroso
25/08 Marcelina Fernández
27/08 Alejandro Solana
28/08 Juana Bravo
28/08 Agustina Serrano
29/08 Angela Expósito
29/08 Dolores Sánchez
30/08 María García
30/08 Luna Olmo

Septiembre

02/09 José Díez Sanz
02/09 Juan Mansilla
04/09 M.ª Pilar Oliver
05/09 Epifanía Mate
05/09 Obdulia Nieto
05/09 Obdulia Portillo
05/09 Josefa Rubio
06/09 Caridad González
19/09 Genara Jiménez
22/09 Dora Nelly Ríos
23/09 Mercedes Crespo
25/09 Carmen Rubio
27/09 María del Carmen González
29/09 Amparo Morales
29/09 María Jesús Sevilla

SECRETOS DE MI TIERRA

Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción.

Aldealengua de Santa María

Situado en el noreste de la provincia, a 102 km de Segovia capital por la N-110 se encuentra Aldealengua de Santa María. A lo largo de la historia ha tenido varias denominaciones: Aldea Lengua, Aldealengua de Maderuelo por haber pertenecido a su Comunidad de Villa y Tierra, y ya en el siglo XX tomó el nombre actual. En cuanto a sus monumentos más importantes destacan la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción y la Escultura Homenaje a los Agri-

cultores. Las fiestas y tradiciones del pueblo son Santa Águeda el 5 de febrero y San Isidro el 15 de mayo, fiesta de los agricultores. El último sábado de junio se celebra la fiesta del Sagrado Corazón de Jesús. Al llegar agosto, llegan también las fiestas patronales de Nuestra Señora de la Asunción, San Roque y San Roquillo del 15 al 18. Por último, en cuanto a la gastronomía destacan el cordero asado y el congro en salsa, las tortas de chicharrones y las sobadas.

AYER Y HOY

Antes

Avelia nació en la villa de Fuentidueña, un pueblo de Segovia, un 29 de marzo de hace 96 primaveras. Allí vivió su más tierna infancia junto a sus padres y sus hermanos. A los 22 años se casó con Gonzalo, con quien tuvo dos hijas. Se trasladaron a Madrid por motivos de trabajo. Le gusta mucho el bordado, concretamente el ganchillo, y ha sido una ejemplar ama de casa. Presume con orgullo de sus cuatro nietos y nueve biznietos. Nosotros también lo hacemos de tenerla cada día a nuestro lado.



Después

CARTA DEL DIRECTOR

David Brea



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Aprovecho estas líneas para informar que la Consejería de Familia, Política Social y Juventud de la Comunidad de Madrid ha concedido subvenciones en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia (PRTR) financiado por la Unión Europea. Amavir Villaverde ha recibido 297.310,86 €, lo que nos está permitiendo poner en marcha bastantes proyectos en nuestro centro como la renovación del sistema paciente-enfermera, wifi en todo el centro, instalación de sistemas multisensoriales en paseo del mar para la estimulación de los sentidos de los usuarios a través de elementos táctiles, visuales, sonoros... También hemos puesto en marcha un programa de ejercicio físico y de movilidad «Paseos por la Naturaleza» y la instalación de un gimnasio al aire libre en la terraza del centro. Por otro lado, hemos procedido a la renovación de los depósitos de agua del centro y vamos a revisar todos los retornos de agua. De antemano, pediros disculpas por las molestias que puedan ocasionar todas las obras que vamos a llevar a cabo. Esperamos poder dar por finalizadas todas las obras antes del 31 de diciembre de 2023. Seguiremos informando, como siempre, de todas las novedades y noticias que nos rodean. Os envío un saludo afectuoso y espero que disfrutéis de las publicaciones del centro.

COSAS DE CASA

Qué hacer ante una ola de calor

Consejos para hacer frente a las altas temperaturas.

Las medidas más oportunas para combatir una ola de calor las podemos resumir en las siguientes:

- No salga a la calle durante las horas más calurosas del día. No debe usarse transporte público que vaya muy lleno.
- Si sale, camine despacio, vaya por la sombra, protegiéndose con gorras, sombreros o abanicos.
- Haga la compra a primeras horas de la mañana y al atardecer.
- Beba abundantes líquidos, aunque no sienta sed, la mejor bebida es el agua. La bebida que más deshidrata es la cerveza, ya que es muy baja en sal y es diurética.
- Vigile la alimentación, tome mucha fruta, verdura y alimentos frescos.
- Evite tomar productos que favorezcan la pérdida de líquidos, como las dietas ricas en proteínas, como las carnes rojas. Es conveniente también evitar las comidas copiosas, de esta forma se evitan las digestiones pesadas.
- Coma más alimentos ricos en agua, como hortalizas frescas (90 % de agua), leche (87 %), arroz cocido (85 %), pescado (80 %) y huevos (74 %).
- Es aconsejable vestirse con ropas frescas, no ajustadas y que sean de algodón y de colores claros que reflejan el calor.
- Baje las persianas en las horas más calurosas.



Una persona mayor bebiendo agua.

QUIÉN ES QUIÉN

Valentina Carvajal, personal de cafetería

“Me encanta conversar en el día a día con los residentes”.

Edad: 31 años.

En Amavir desde: 2023.

Lo mejor de Amavir: Aprender a mirar más desde el amor.

Virtud: La empatía y la tolerancia.

Defecto: Pensar mucho en las cosas.

Aficiones: Viajar para conocer nuevos lugares.

Libro: A orillas del río Piedra me senté y lloré.

Película: Hombre en llamas.

Grupo de música: Kaleo.

Comida favorita: Pasta a la boloñesa.

**RECUERDOS**

Anécdota en “La Monumental”

Santiago nació en Madrid un 21 de agosto de 1942. Con 28 años comenzó a trabajar en la Plaza de Toros de las Ventas de Madrid, “La Monumental”. Uno de los momentos más emotivos para Santiago fue cuando un día que toreó el diestro portugués Víctor Mendes, le brindó el segundo toro de lidia. Santiago le dio el pésame por la muerte de su madre y le deseó suerte aquella tarde, ese gesto le llegó al torero y quiso agradecérselo a nuestro residente de esta manera tan emotiva. Hoy pasa el tiempo contando anécdotas entrañables con sus amigos.

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

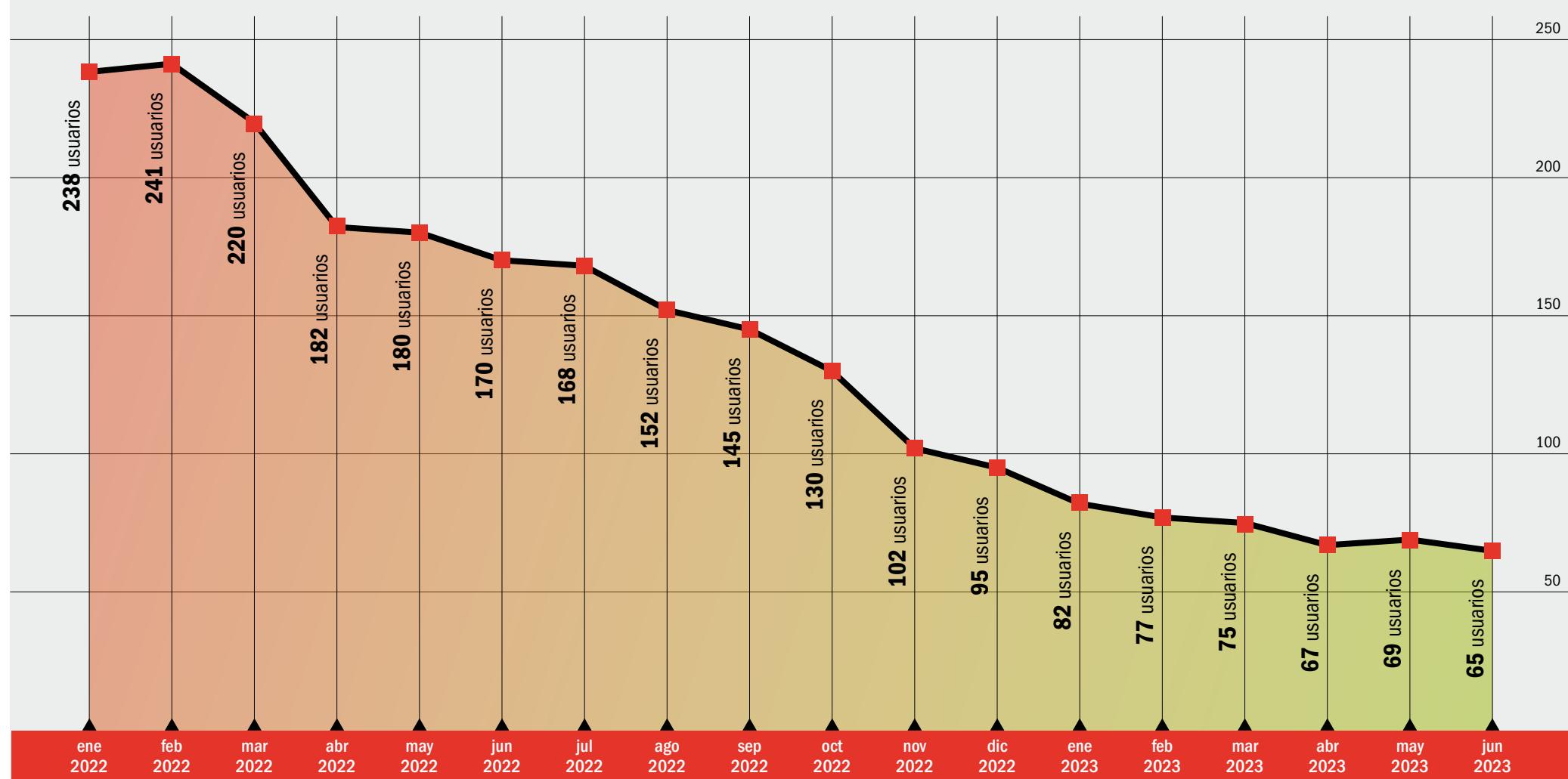
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujetaciones, lo que redundá en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.