

# 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.

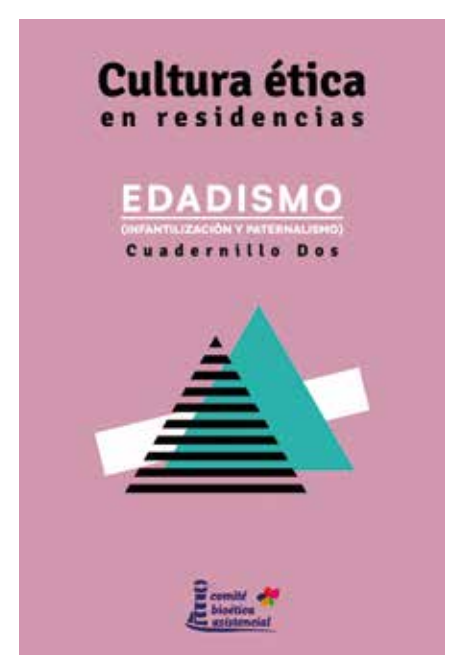
## Amavir publica su Memoria 2022

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

# Somos la alegría de la huerta

Con la llegada del buen tiempo, la felicidad y las flores llenan los jardines de nuestro centro.

Nuestros residentes, para contribuir con la naturaleza, se acercaron al Jardín Terapéutico situado en nuestra localidad para hacerles una visita. Allí, tras un agradable paseo y una explicación sobre plantas, nos regalaron unas pequeñas matas de diferentes vegetales (tomates cherry, pimientos de padrón, pepinos, pimientos italianos, cebollas) que hemos cuidado con mimo de manera individual hasta que la mata ha crecido lo suficiente como para trasplantarla a nuestro pequeño huerto situado en el jardín de la residencia. Poco a poco, con riego, sol y sobre todo con mucho mimo nuestro huerto está dando sus frutos y nosotros nos sentimos muy orgullosos de ello. Además, lo estamos dejando muy bonito, contribuyendo con carteles coloridos, pizarritas y... ¡Hasta un espantapájaros! Este tipo de actividades son muy significativas para nuestros mayores, ya que muchos de nuestros residentes han tenido afición por las plantas o la horticultura y retomándolas hacemos que mejore su autonomía y autoestima.



Mercedes regando el huerto.

## La tercera edad inunda la Asamblea de Madrid

### Un grupo de residentes se interesa sobre la política de la Comunidad

El mes de mayo un grupo de residentes visitó la Asamblea de Madrid. Desde los asientos de los diputados de la Comunidad nuestros mayores jugaron el papel de los políticos de este país ocupando sus asientos en una visita guiada, donde pudieron conocer la breve historia de la Asamblea de Madrid, que fue inaugurada en 1998. La Cámara de los Diputados es un lugar que representa el pluralismo dentro de nuestra democracia, donde nuestros residentes también quisieron expresarse libremente, como dijo nuestro residente Francisco López, “dejad el eco de sus palabras”.



Nuestros residentes en la Asamblea de Madrid.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Animación sociocultural

Actividades lúdicas, destreza de manualidades, actividades de ocio y tiempo libre, actividades musicales y ergoterapia, celebraciones de cumpleaños y festividades y club de lectura.

#### Psicología

Estimulación cognitiva con deterioro y sin deterioro, estimulación multisensorial, reminiscencia, música para despertar y alteración de conducta.

#### Fisioterapia

Reedición de la marcha y el equilibrio, rehabilitación funcional, movilizaciones pasivas, rehabilitación del paciente con patología aguda y psicomotricidad.

#### Terapia ocupacional

Rehabilitación funcional, reeducación de las ABVDs, estimulación cognitiva, movilizaciones pasivas y estimulación multisensorial.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

05/07 Salida a la piscina.

08/07 Día de la Alegría.

26/07 Día de los Abuelos.

#### Agosto

14/08 Día de la Juventud.

15/08 Celebración ascensión de la Virgen.

19/08 Día de la Fotografía.

#### Septiembre

19/09 Día del Aperitivo.

21/09 Día del Alzheimer.

28/09 Campamento intergeneracional.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Jueves de 10:00 a 17:00 h.

#### Podología

Miércoles de 09:00 a 13:00 h.

#### Eucaristía

Domingo a las 12:00 h.

### HOY COMEMOS Ana Martín

# Albóndigas caseras

#### INGREDIENTES

Carne picada, ajo, perejil, pan rallado, sal, harina, aceite, cebolla, vino blanco y agua.

#### PREPARACIÓN

Cogemos un bol y añadimos la carne picada y realizamos la mezcla con el ajo, el perejil machacado, el pan rallado y sal al gusto. Amasamos y dejamos reposar en la nevera para luego rebozar con harina y en una sartén con aceite lo suficientemente caliente sofreímos las bolitas medianas realizadas previamente. Para la salsa picamos la cebolla en dados finos, ajo y sofreímos todo con harina, vino blanco y agua. Tras su cocción, añadimos las albóndigas y listo para servir.



Ana Martín en las cocinas.

## CUMPLEAÑOS

### Julio

02/07 Pilar Fernández

02/07 Esperanza Huelves

04/07 Víctor Cambronero

04/07 Elías Mollar

07/07 Desamparados Canet

07/07 Juliana López

08/07 Luis Carrasco

09/07 Flor Martín

10/07 Juan José Robledo

12/07 Andrea Bazaga

14/07 Ángel Casal

14/07 Pilar Díez

15/07 Cleto Vargas

19/07 Emiliano Antón

20/07 Carmen Redondo

26/07 Antonia Hurtado

27/07 Laura Carreño

28/07 Dolores Gutiérrez

### Agosto

06/08 Justa González

09/08 Francisco Trillo

12/08 Francisca Pérez

13/08 Asunción Vicente

16/08 Rosalía Milagros Vicente

17/08 Juana Bocanegra

17/08 Juan Antonio González

17/08 María Luisa López

18/08 María Niza

20/08 Ana María López

22/08 Encarnación Abad

22/08 Pilar Fernández

25/08 María Luisa Alonso

26/08 Victoria Blázquez

26/08 Francisco Sáez

28/08 Agustina Sánchez

### Septiembre

02/09 Agustina Díaz

04/09 Consuelo Sánchez

07/09 Valle Egea

09/09 Francisco Álvarez

09/09 Rosa Gómez

11/09 Rosa Ponsoda

12/09 Antonia Gómez

13/09 Pilar Jiménez

13/09 Hady María Tejado

19/09 Concepción Ojeda

21/09 Carmen Alarcón

22/09 Nazario Torronteras

27/09 Francisco López

28/09 Micaela López

29/09 Miguel Santa Teresa

**SECRETOS DE MI TIERRA** Antonia Ramírez

# Fernán Núñez, un pueblito con mucho encanto

Nuestra residente Antonia nos cuenta que es procedente de Fernán Núñez, un pueblecito situado en la campiña de Córdoba, en la depresión del Guadalquivir. Nos cuenta que en su pueblo destacan la Iglesia de Santa Marina y el palacio Ducal. De la Iglesia recuerda la Virgen del Rosario y a Jesús el Nazareno, dos retablos que se encuentran en el altar mayor. Además, hace alusión a la Virgen que tiene dentro colgada en la pared, ya que por su belleza le llamaba la atención. Del palacio Ducal nos comenta que es uno de los edificios más importantes de la provincia de Córdoba. Lo recuerda muy grande y muy bonito. También nos hace alusión a las ferias que se celebraban en el pueblo, donde paseaba con sus amigas y disfrutaba del ambiente y los bailes.



Antonia recordando su pueblo.

## AYER Y HOY



### Antes

Hoy vamos a recordar la vida activa de Victoria Merchante, castiza madrileña. Su adolescencia fue una etapa de mucho cambio, adquirió la oportunidad para pertenecer a una compañía de danza española que realizaba giras internacionales y nacionales, demostrando su destreza al bailar tocando las castañuelas con diversos bailes regionales como las sevillanas, sardana y otros. Disfrutó de cada momento, lo recuerda bien, ya que al escuchar música le mueve el deseo de volver a bailar.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Hernández-Rico



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

La época estival hace que queramos pasar más tiempo al aire libre y es por ello que, desde el centro, se están llevando a cabo y planificando diversas actividades que nos permiten disfrutar de espacios abiertos, lo cual repercute de forma muy positiva en el estado anímico. Desde hace unas semanas, y teniendo en cuenta sus conocimientos en materia de jardinería y agricultura, algunos de nuestros residentes se están encargando del cuidado de las plantas que decoran nuestras terrazas, así como de dar forma al pequeño huerto que hemos creado. Además, hemos recolectado moras y guindas de los árboles de nuestro jardín, que hemos podido utilizar en alguno de los talleres de cocina. Asimismo, aprovechando el espacio al aire libre con el que contamos en el centro, como en años anteriores, a lo largo de todo el verano está previsto que celebremos con residentes y usuarios del centro de día actividades como la comida del verano, San Fermín, el campamento intergeneracional... Siempre quedando abiertos a nuevas propuestas y/o sugerencias. Disfrutaremos también de los recursos que pone a nuestra disposición la localidad como son la piscina municipal y el jardín de los sentidos, lugares que ayudan a fomentar el envejecimiento activo de los residentes. Como siempre, esperamos que estas propuestas sean de interés. Me despido quedando a vuestra disposición para cualquier cosa que podáis necesitar. Un fuerte abrazo.

## COSAS DE CASA

# La importancia de cuidar el medioambiente

17 de mayo celebramos el Día Mundial del Reciclaje.

El 17 de mayo se celebró el Día Mundial del Reciclaje para concienciar a la sociedad acerca de la importancia de tratar los residuos como corresponde, para no contribuir a aumentar el cambio climático y así favorecer la protección del medioambiente. Desde Amavir Coslada, aportamos nuestro granito de arena realizando un taller de reciclaje creativo con el que tratamos de hacerles ver que reciclar es divertido y que contribuye al cuidado de la naturaleza. Pusimos en marcha nuestra imaginación y creatividad realizando unos marcos de fotos, utilizando para ello hojas de revistas viejas, papeles usados y periódicos antiguos. Con esta actividad, además, trabajamos la motricidad, la coordinación y le dimos un propósito, ya que una vez finalizado colocamos en este una foto de los participantes que sirvió para decorar su habitación.



Nuestras residentes con sus manualidades.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Marcela Leuro, coordinadora de servicios generales

**“Me gusta el buen ambiente que se respira en el centro”.**

**Edad:** 61 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** El buen ambiente.

**Virtud:** Soy trabajadora.

**Defecto:** Soy impaciente.

**Aficiones:** El senderismo y la alta montaña.

**Libro:** Cien años de soledad.

**Película:** Casablanca.

**Grupo de música:** Carlos Vives.

**Comida favorita:** Ajiaco, comida colombiana.



## RECUERDOS

## La vida de José

José Jiménez recuerda la época en la que trabajaba en el taller de mecánico con su padre. Cuando se quedó al cargo del taller compró más máquinas y lo amplió hasta que se lo quisieron expropiar. Antes de que pasara lo vendió y con el dinero se compró un piso en Madrid para venirse con su hermano. Aquí estuvo trabajando en Iberia arreglando los aviones. Este trabajo le gustaba mucho, ya que con él viajaba por el extranjero para arreglar los aviones que se estropeaban. En este trabajo estuvo hasta que se jubiló.

# 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

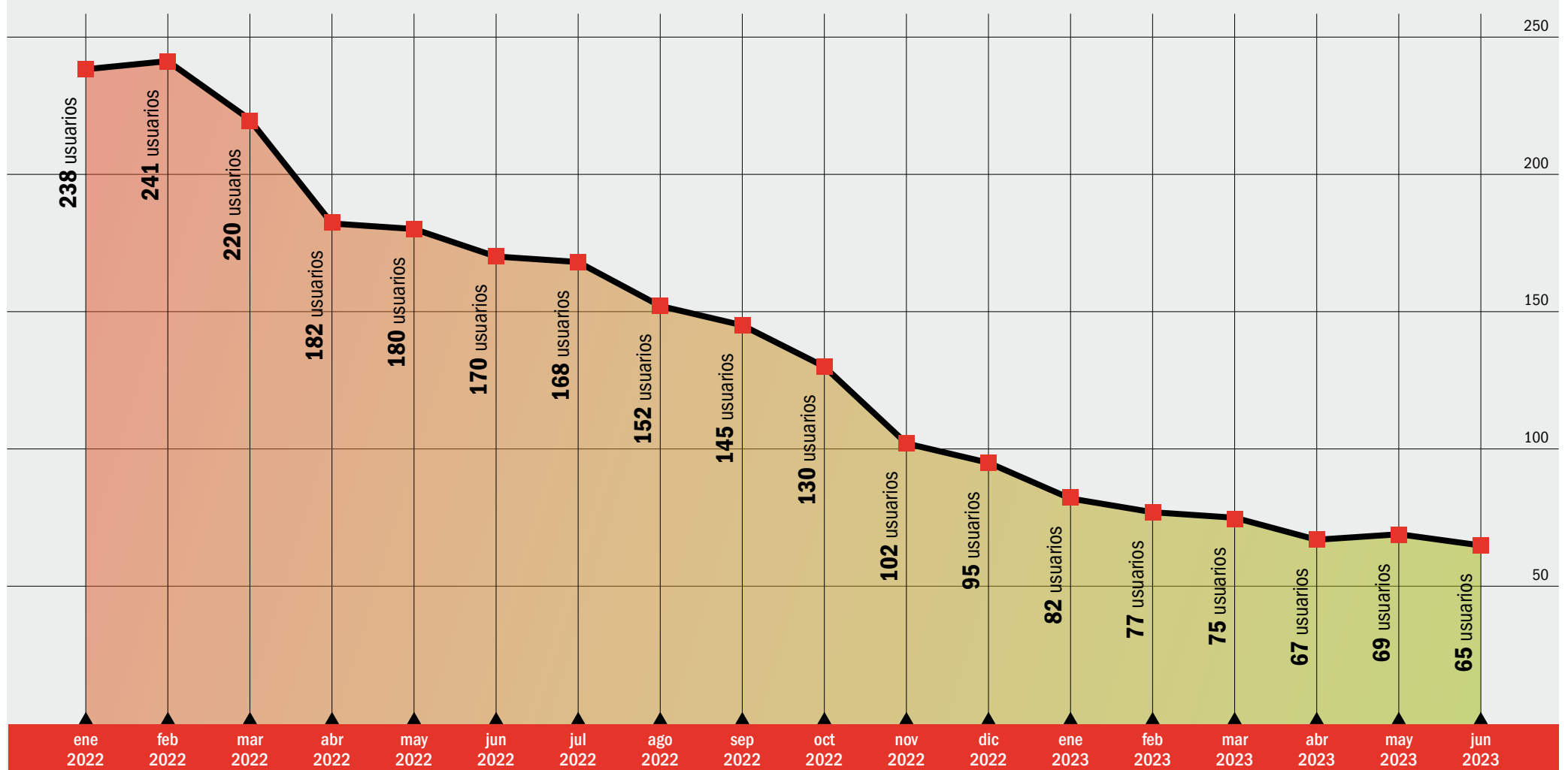
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redunda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.