

# 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.

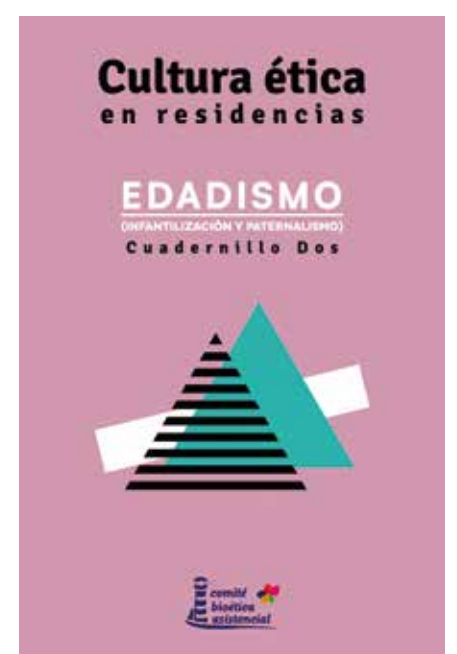
## Amavir publica su Memoria 2022

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**

# San Isidro vestidos de chulapas y chulapos

## Una fiesta llena de sabor madrileño.

Cuenta la historia que San Isidro, nacido en el Mayrit musulmán (actual Madrid), fue un labrador mozárabe que estuvo al servicio de, entre otros, la familia Vargas. Fue en ese momento cuando realizó las tareas de labrador, profesión por la que se le conoce hoy en día. Hombre ejemplar y de buen corazón, contrajo matrimonio con María Toribia, conocida más tarde con el nombre de Santa María de la Cabeza. San Isidro es por excelencia el patrón de los campesinos y es el santo a quienes muchos acuden para que llueva. Los madrileños le tienen un especial aprecio porque es su patrón. El día 15 de mayo, fecha de la festividad, lo celebramos en el centro con diferentes actividades. Nuestras terapeutas ocupacionales favoritas se vistieron de chulapas, con el traje típico de este día, y también tuvimos la suerte de contar con Elena, auxiliar de centro de día, que se vistió de chulapo para acompañarlas. Durante la mañana participamos en un trivial y en un pasapalabra ambientado en este día, también se realizó una exposición con fotografías antiguas en nuestra sala polivalente y culminamos el día con barquillos y limonada de menta. Un día espectacular para una fiesta tan castiza como nuestro querido San Isidro.



Nuestras chulapas y el chulapo.

# Visitamos el mercadillo de Tres Cantos

## Un día de actividades y picnic para no olvidar.

Como todos sabemos, fomentar la autonomía es un punto clave que se trabaja desde el Departamento de Terapia ocupacional. Para ello se realizan diferentes actividades tanto en el centro como fuera de este y la última ha sido al mercadillo de Tres Cantos. Allí pudimos llevar a cabo diferentes tareas como: manejo del dinero, socialización, cálculo y aspectos relacionados con las AVDs. Este tipo de actividades lúdicas son muy bien acogidas por todos, ya que nos sacan de las dinámicas y rutinas del día a día. Además, si sumas un picnic en el parque central de Tres Cantos, es un éxito asegurado que tanto profesionales como residentes no dudaremos en repetir.



Residentes y usuarios del centro de día realizando sus compras.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

**Psicomotricidad:** a diario, según módulo, a las 10:30 h. **Programa de rehabilitación funcional:** a diario, según módulo. **Reeducación de marcha y equilibrio:** martes a las 15:30 h. **Tratamiento individual de fisioterapia:** a diario, a las 10:15 h. **Taller de AIVDs:** lunes y miércoles a las 11:00 h. **Taller de ABVDs:** a diario, según módulo. **Terapia funcional:** martes y jueves desde las 10:30 h. **Taller de ergoterapia:** lunes a las 15:30 h. **Taller de ocio autónomo:** martes a las 16:15 h. **Bingo:** viernes a las 17:30 h.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Lunes a viernes de 09:30 a 14:30 h.

#### Podología

Carácter quincenal.

#### Eucaristía

Jueves a las 18:00 h.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Julio

14/07 Día del Auxiliar.  
19/07 Salida a la piscina municipal.  
25/07 Día verde.  
27/07 Fiesta de cumpleaños.

#### Agosto

09/08 Salida a la piscina municipal.  
22/08 Salida cultural.  
25/08 Fiesta de cumpleaños.

#### Septiembre

08/09 Día de la Fisioterapia.  
13/09 Barbacoa de “despedida al verano” y fiestas patronales.  
21/09 Día Mundial del Alzheimer.  
28/09 Fiesta de cumpleaños.



### HOY COMEMOS Sara

## Ajoblanco

#### INGREDIENTES

150 g de miga de pan, 500 ml de agua fría, 100 ml de AOVE, 100 g de almendras crudas, 1 de ajo y 2 cucharadas de vinagre.

#### PREPARACIÓN

Remojamos la miga en trozos en el agua fría unos minutos y pesamos el aceite en una jarra. En el vaso de la batidora ponemos la miga remojada con el agua incluida, la almendra cruda, el ajo, el vinagre y la sal y trituramos hasta que quede fino. Con la batidora en marcha, vamos echando el aceite poco a poco, como si fuera una mahonesa. Dejamos enfriar en la nevera y servimos a nuestro gusto.



## CUMPLEAÑOS

### Julio

03/07 Ernestina Salvador  
07/07 Lorenza Reina  
09/07 Lucía Suarez  
10/07 Ana Cochoy  
14/07 Carmen Fuster  
15/07 Ludivino Peral  
16/07 Margarita Roldán  
16/07 José Ramón Presas  
17/07 Alejo Sanz  
18/07 Avelina Gallo  
18/07 Encarnación Muñoz  
20/07 Elisa González  
23/07 José Luis Menéndez  
25/07 Laura Ferreiro  
25/07 Dolores Caballero  
27/07 María Fernández  
27/07 Mercedes González  
27/07 Inocencia Monzón  
30/07 Juana Redondo

### Agosto

01/08 Celia Rangel  
02/08 Ángeles Martín  
03/07 Nicole Monique  
04/08 Manuel Sánchez  
06/08 Dolores Coronel  
07/08 Teresa Pascual  
09/08 Clementina Moreno  
10/08 Eduardo Plaza  
12/08 Rosamari Díaz  
23/08 Prudencia Sáez  
25/08 Sacramento Rivera  
28/08 Julián Batuecas

### Septiembre

05/09 Bonifacio Alonso  
05/09 Encarnación Sánchez  
12/09 Obdulia Sánchez  
14/09 Lorenzo Soto  
14/09 Julio Paños  
14/09 Jacinta Rianza  
17/09 Mercedes Bejarano  
17/09 Celia Durán  
17/09 Gloria Sanz  
19/09 Francisca Javiera Fernández-Bernal  
24/09 Cándida Campos  
25/09 M.<sup>a</sup> Ángeles González  
29/09 María López  
29/09 Elena Varela

**SECRETOS DE MI TIERRA** Ángela Rocha

# Burguillos del Cerro



Castillo de Burguillos del Cerro.

Según nuestra entrevistada, Burguillos del Cerro es un pueblo muy bonito situado en la provincia de Badajoz, entre Zafra y Jerez de los Caballeros. Cuenta con algo más de 3000 habitantes y, lo más importante y sorprendente es su hermoso castillo que se encuentra en lo alto de la colina desde el s. XIII, una construcción digna de visitar. A Ángela se le pone una sonrisa en la cara cuando recuerda diversas construcciones importantes como, por ejemplo, algunas de sus parroquias o la iglesia de las monjas

que, hoy día, se ha convertido en el Ayuntamiento del pueblo. Un sitio que le llama mucho la atención es la plaza de la Fuente Llana con sus casas blancas, magnificando la claridad de dicha plaza. Nos comenta también como detalle importante las cruces que están en las salidas del pueblo y que, por tradición, se coloca una cruz en las salidas cada 100 años. Es un lugar muy recomendado para visitar y conocer, así lo indica Ángela. Desea mucho que les guste a todos si algún día van a visitarlo.

## AYER Y HOY



### Antes

Josefina nació el 23 de marzo de 1932 en Madrid. De familia numerosa, es la pequeña de seis hermanos y desde jovencita demostró una pasión por la moda y la costura que la llevó a emplearse como modista hasta que se casó con su marido Pedro. Se convirtieron en padres de dos hijos: Mayte y Pedro. Uno de sus mayores placeres ha sido el de disfrutar de los dulces y las partidas de dominó. Siempre está dispuesta a ayudar a los demás. Tenemos la suerte de convivir con ella desde el año 2021.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Nuria Méndez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Es un placer poder dirigirme a vosotros una vez más. En el transcurso de este periodo hemos celebrado nuestro 18º aniversario y para ello preparamos diferentes actividades para el uso y disfrute de nuestros residentes y familiares. Tuvimos la oportunidad de contar con una actividad intergeneracional muy enriquecedora para todas las partes, donde contamos con la visita del colegio Gredos San Diego Buitrago. Me gustaría informales que la Consejería de Familia, Política Social y Juventud de la Comunidad de Madrid ha concedido una subvención de 392.806,37 euros a la residencia de mayores Amavir San Agustín del Guadalix, 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: Adquisición de camas ultra bajas, creación de espacios biosaludables en el exterior del centro, creación de huertos y/o jardines terapéuticos exteriores, dotación de WiFi, paseos por la naturaleza, sistemas multisensoriales y sistema paciente enfermera con pantallas que se irán completando a lo largo de este año. No me gustaría despedirme sin dar la bienvenida a las nuevas incorporaciones tanto de residentes como de trabajadores y aprovechar para agradecer a todos los trabajadores su dedicación y esfuerzo diario. Así como agradecer a nuestros residentes y familiares por la confianza que depositan en nosotros. Un fuerte abrazo. Como siempre, quedo a vuestra disposición para lo que necesitéis.

## COSAS DE CASA

# La finalidad del Comité de Bioética

Un órgano para orientar a familias y residentes constituido en 2019.

El Comité de Bioética del grupo Amavir se constituyó en el año 2019 y está formado por un equipo de diferentes profesionales que se encargan de orientar sobre los conflictos éticos que se puedan producir en cualquiera de nuestras residencias. Es un órgano independiente, aconfesional, y tiene únicamente carácter consultivo, correspondiendo a la persona que realiza la consulta tomar la decisión final. Entre sus objetivos más relevantes se encuentran mejorar la calidad de la asistencia que se presta a familiares y residentes, la difusión de la cultura ética en nuestros centros, proteger los derechos de nuestros usuarios, manteniendo su dignidad, integridad y libertad, y orientar o asesorar en los posibles conflictos éticos que se pudieran derivar de la relación asistencial. Tanto familiares, como profesionales o residentes pueden realizar consultas al Comité, que siempre serán tratadas de forma confidencial. Los miembros se reúnen de forma ordinaria una vez al mes, aunque pueden convocarse todas las reuniones extraordinarias que se requieran para tratar cuestiones urgentes. Entre los temas que pueden consultarse estarían las cuestiones relacionadas con la intimidad, la afectividad y la sexualidad



Ética en las residencias.

en los mayores, la confidencialidad de sus datos, todo lo relacionado con la autonomía (infantilización en el trato al mayor, ocultación de información, etc.), cuidados dignos, y la adecuación terapéutica en el proceso de final de vida, entre otros.

## QUIÉN ES QUIÉN

### Gonzalo Salobral, fisioterapeuta

#### El fisio con más flow.

**Edad:** 28 años.

**En Amavir desde:** 2022.

**Lo mejor de Amavir:** Los residentes y el buen rollo con el equipo.

**Virtud:** Soy empático y cariñoso.

**Defecto:** Soy despistado en ocasiones.

**Aficiones:** El yoga y la escalada.

**Libro:** El esclavo, de Anand Dilvar.

**Película:** Coach Carter.

**Grupo de música:** Bob Marley & The Wailers.

**Comida favorita:** El risotto.



## RECUERDOS

### Recapacila con un tetrabrik

Recicla y reutiliza un tetrabrik haciendo por ejemplo una maceta. Para ello cortamos la parte superior del envase. Hacemos 6 u 8 agujeros en la parte inferior. Ponemos tierra, plantamos una semilla y, sobre todo, recuerda que esta maceta tiene que ir sobre una superficie que permita que el agua salga por los agujeros que has hecho en la parte inferior. También podemos hacer una cartera: Aplanamos el envase y cortamos la parte superior e inferior. Doblamos hacia dentro los lados y hacia arriba el tercio inferior del tetrabrik. Cortamos la parte interna del tercio superior para hacer la solapa. Hacemos un pequeño agujero y pasamos una cuerda y una argolla de una lata. Volvemos a pasar el hilo por el agujero y... ¡ya está!

# 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

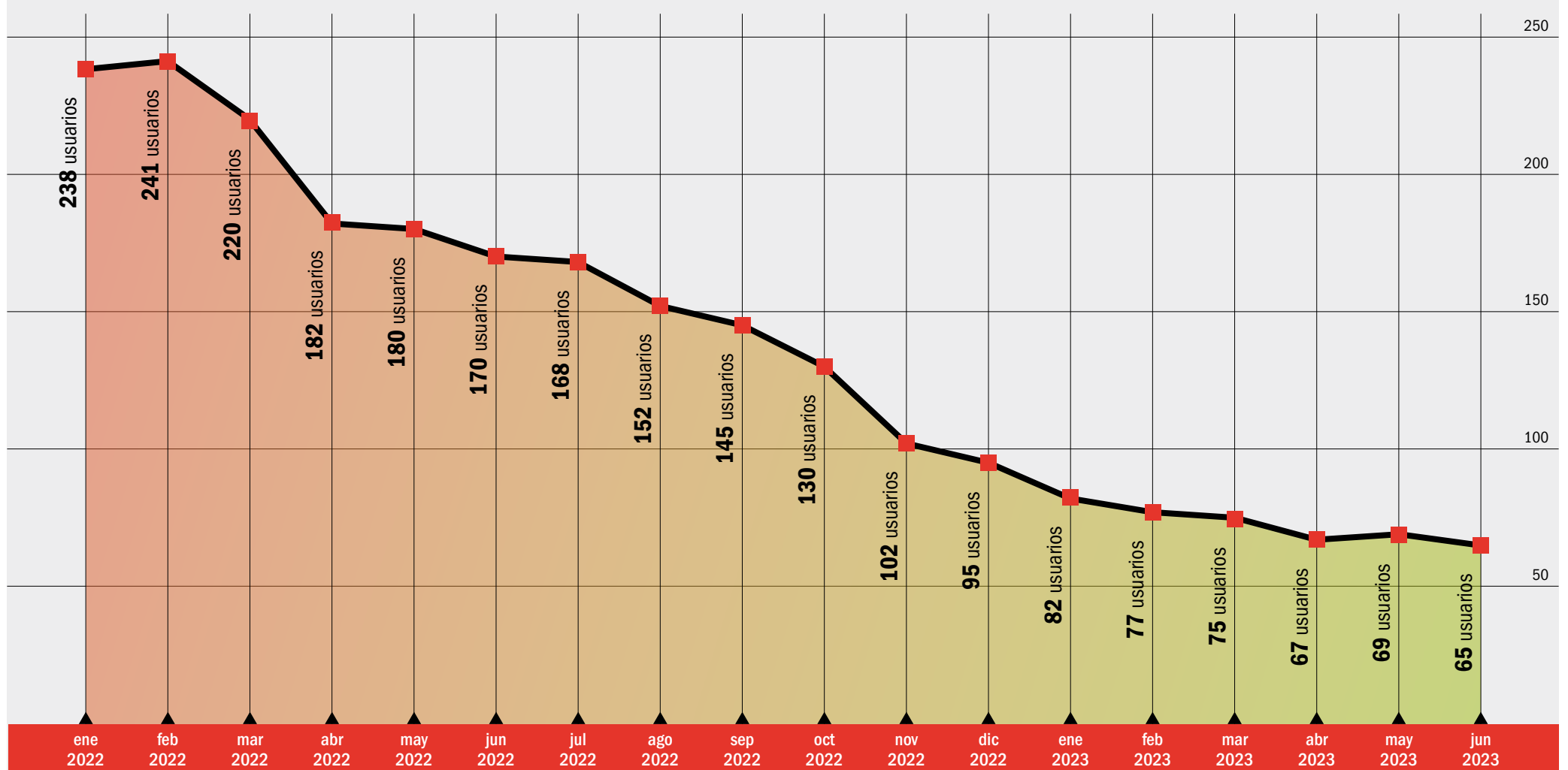
En este momento 33 residencias de la compañía son ya libres de sujeciones, lo que redunda en mejor calidad de vida y respeto a la dignidad de los usuarios.

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.