

ESPERANZA, es la palabra clave con la que arrancamos este año jubilar. Nuestro presidente nos recuerda la relación entre la esperanza y el mundo de los cuidados y la salud. Esperanza, también, que nos transmiten las positivas noticias que nos comparten desde los centros, el reconocimiento de las buenas prácticas asistenciales y los positivos datos de gestión de la memoria del año 2024.

SALUDO DEL PRESIDENTE



Queridos compañeros de la Fundación Camilo de Lellis:

Os saludo con afecto en este año Jubilar para la Iglesia católica, año de la esperanza. Cuando la Iglesia convoca un año jubilar, lo que pretende es promover algunas dinámicas saludables, que hacen bien a las personas y a los grupos.

En particular, el año jubilar puede significar un reclamo sobre la necesidad de revisar valores como la justicia, el perdón, el equilibrio entre las personas (interior y exterior), el debido lugar de la dimensión espiritual en el corazón humano y, en su caso, la posibilidad de peregrinar con afán de vivir la dimensión religiosa y el dinamismo del perdón. Todo son cosas buenas para la salud.

Al utilizar una clave particular como tema o lema, en concreto la esperanza que no defrauda, encontramos una posibilidad más para dejarnos interpelar, también en el mundo de los cuidados que prestamos: cómo dinamizar los buenos ánimos, la mirada positiva, la confianza y tenacidad, el agarrarse a quien inspira protección y atención. Algunos estudios sobre la esperanza en la enfermedad, y también al final de la vida, muestran cómo esta, además de resignificarse permanentemente, es siempre relacional, evoca el encuentro en el que tenemos las relaciones significativas y de cuidado.

¡Enhorabuena a todos por ser anclas de esperanza para quien está en la fragilidad, necesitado de agarraderos de confianza!

Un abrazo.

José Carlos Bermejo

Religioso Camilo y Presidente de la Fundación

NOTICIAS DE LA FUNDACIÓN

CONSEJO:

En pasado día 11 de diciembre se celebró en el CEHS de Tres Cantos la reunión anual del CONSEJO de la Fundación "Camilo de Lellis", en la

que participaron los representantes de las diferentes Congregaciones Religiosas que forman parte de la Fundación.



Pudimos disfrutar de una jornada entrañable, compartiendo vivencias del día a día de los centros, experiencias y, sobre todo, esperanza en el futuro de este maravilloso proyecto intercongregacional.

Además de presentar la Memoria 2024 y el presupuesto para 2025, aprovechamos el momento para presentar el nuevo "Modelo de Atención a la Vida Consagrada" que ya desde hace unos meses se está implantando de manera satisfactoria en todos los centros en los que se está colaborando.

El grupo de trabajo sobre intercongregacionalidad y misión compartida, emanado del Consejo de la Fundación, presentó el documento "Reflexiones sobre la intercongregacionalidad y la misión compartida en la Fundación Camilo de Lellis", con una serie de propuestas que se sometieron a la consideración de los asistentes, algunas para empezar a aplicar ya en este año 2025. Se agradeció el trabajo realizado y se solicitó la continuidad de este grupo de trabajo para seguir profundizando en estos aspectos tan fundamentales para todos.

Cerramos la mañana con la presentación de las conclusiones del informe de "Calidad de vida percibida

y salud en enfermerías religiosas atendidas por la Fundación Camilo de Lellis en la zona centro de España", coordinado por Rosa Ruiz Aragoneses, del "Departamento de Investigación San Camilo"



Finalizamos con la celebración de la Eucaristía y la tradicional comida en alegría y fraternidad.

Durante la comida, hubo un momento especial para hacer entrega a Miguel Ángel Millán del premio que se le concedió en noviembre, en Ciudad Real, en la IX Edición de los premios Humanizar, "por su contribución a una mirada saludable del envejecimiento, promoviendo la atención integral y compasiva a las personas vulnerables". Un premio que, tal y como os informamos en el anterior Boletín, no pudo recoger por problemas de salud. Desde aquí nuestro más sincero reconocimiento y agradecimiento por esta

magnífica labor con las personas vulnerables.

PATRONATO

El 18 de diciembre tuvo lugar, en Sant Pere de Ribes, la reunión del patronato de la Fundación Camilo de Lellis. Se presentó la memoria de actividades del año 2024, con un avance de la previsión de cierre económico del año. También se presentó y aprobó el Plan de actuación para el año 2025 y el presupuesto económico correspondiente. Hubo renovación de patronos y también un interesante diálogo sobre la propuesta de cambios organizativos para 2025 presentada por la dirección general.

CONCURSO DE BUENAS PRÁCTICAS:

El pasado 11 de diciembre se dieron a conocer los ganadores del II Concurso de Buenas Prácticas de la Fundación Camilo de Lellis. El concurso consta de dos categorías:

- Área de cuidados asistenciales y sanitarios: el primer premio fue para el **centro de Hijas de la Caridad de Villaviciosa de Odón**, con su Proyecto de Sala Snoezelen. El segundo premio fue para el **centro de Adoratrices Ávila** por su Enfoque Salutogénico.
- Área psicosocial: Solo ha habido un ganador, el **centro de Agustinos en Madrid**, con su proyecto intergeneracional.

Enhorabuena a los ganadores y gracias a todos los participantes. Este año se volverá a convocar el concurso, por lo que desde la Fundación os animamos a participar y a que plasméis y compartáis ese maravilloso trabajo lleno de Buenas Prácticas que desempeñáis todos los días. En fechas próximas se os mandará la convocatoria para el III Concurso de Buenas Prácticas.

FORMACIÓN:

Próximamente os llegará a los centros la oferta formativa para este primer semestre del año. De la formación presencial destacamos que seguiremos sensibilizando sobre la necesidad de reducir y eliminar sujeciones, un reto que nos planteamos ya hace tiempo. Continuaremos con las acciones formativas en los centros de la mano de Dignas Vitae. Como novedad, este año iniciaremos un programa de reciclaje en Primeros Auxilios. Lo asume la Coordinadora sanitaria de la Fundación, con el propósito de llegar al mayor número de centros anualmente y poder instaurar una formación continua en este campo, que tan demandado es por el personal de la Fundación.

NUEVO CENTRO:

En febrero hemos iniciado un nuevo servicio en Alaquàs (Valencia), en la casa de hermanas mayores de las RR. Escolapias, con las que ya estamos colaborando en Madrid, Zaragoza y Córdoba. Les damos la bienvenida.

MEMORIA 2024:

Presentamos algunos de los datos relevantes de la memoria de actividades del 2024 que se presentaron al Consejo y al patronato:

- Participan de este proyecto 44 superiores mayores, de 40 institutos de vida consagrada diferentes.
- Hemos prestado nuestros servicios en 88 centros, en 12 Comunidades Autónomas.
- Hemos atendido a 2500 personas mayores, el 54% en situación de dependencia para las actividades básicas de la vida diaria.
- Para prestar el servicio hemos cerrado el año con una plantilla de 1429 personas.
- A las encuestas de calidad han respondido el 79% de los centros. El nivel de satisfacción en todos los campos ha superado el 80%. Destacamos dos datos:
 - El 92,99 % considera que el personal de la Fundación le trata con respeto y educación.
 - El 88,65% se siente a gusto con la atención que le presta el personal de la Fundación.

SECRETARÍA GENERAL:



Damos la bienvenida a Cristina Villaseca, que se ha incorporado recientemente a la Fundación como responsable de la Secretaría General, un puesto de nueva creación. Entre sus funciones principales

destacamos las siguientes: representar a la FCDL en el CEHS, administración y logística de la sede central en Tres Cantos, gestión y coordinación de encuentros y jornadas formativas y responsable de comunicación interna y externa.

NOTICIAS DE LOS CENTROS

SALESIANOS - LEÓN

Este centro tan dinámico ha intensificado sus actividades y salidas al exterior en el mes de diciembre. El día 14 fueron a la Basílica de La Virgen del Camino para asistir a un concierto de Navidad que organizaba la escuela de música, con 150 músicos. Además, una de nuestras auxiliares tocaba la flauta travesera.



El 17 de diciembre estuvieron paseando por la tarde por el centro de León para ver la decoración navideña.



El 23 de diciembre viajaron a Villoria de Órbigo, que cuenta con un árbol de ganchillo de 15 metros y un belén donde todos los elementos han sido cosidos a mano.

Y os podéis imaginar como fueron las celebraciones navideñas para acabar el mes. Todo con mucha alegría.

HIJAS DE LA CARIDAD - ALBA DE TORMES

Noviembre y diciembre fueron meses de mucha actividad en la casa. Os compartimos algunas de las actividades realizadas:



Celebramos el día del Alzheimer en la Plaza Mayor de Alba de Tormes. Colaboramos en la suelta de globos con mensajes inspiradores en apoyo a las personas con Alzheimer y a sus cuidadores.

Celebración sorpresa el 29 de noviembre en la que los trabajadores de la Fundación, como cada año, le realizamos a las hermanas mayores de la Casa, en la semana de la fiesta de la Virgen Milagrosa, una merienda, en la que disfrutaron de un chocolate con bizcochos y un bingo con muchos regalos, el mejor de ellos, la alegría e ilusión compartida con ellas.

Celebración del Magosto (castañada) el 5 de diciembre en la Casa. No pudieron faltar las castañas asadas, de la mano de nuestro castañero, José, la música y baile, amenizado

por un grupo de jóvenes voluntarios que cada año les visitan por estas fechas. Visita el 18 de diciembre de los jóvenes y padres del Colegio San



Jerónimo de Alba de Tormes. Les amenizaron la tarde con villancicos y compartieron vivencias.

Visita el 20 de diciembre del Colegio Santa Teresa de Alba de Tormes. Lo hacen cada año dentro del marco del proyecto intergeneracional del Ayuntamiento, colegios y residencias del pueblo. Comparten una manualidad realizada por niños y residentes, este año, una corona navideña, intercambiadas en Navidad.

La semana de navidad hicimos una visita guiada al Nacimiento preparado en el Colegio de San Jerónimo. También realizamos tarjetas navideñas por parte de las hermanas mayores que participan en el grupo de talleres.

INSTITUTO CATEQUISTA DOLORES SOPEÑA - TOLEDO

Tras un trabajo de sensibilización, las hermanas están empezando a participar en diversas actividades motoras, cognitivas y físicas. Comenzamos poco a poco, introduciendo la gerogimnasia a través de videos de YouTube con fisioterapeutas. El horario escogido es a las 11h de la mañana. Una vez adquirido ese hábito, introducimos en días alternos actividades cognitivas y motoras, como, por ejemplo, terminar el refrán, tocar las castañuelas.... Con estas actividades sencillas conseguimos poco a poco que interactúen entre ellas, y, lo más importante, sacar una sonrisa y crear un buen ambiente. Gracias a ello, el equipo de trabajadoras también se siente muy satisfecho y colaborador. Aprovechando que llegaba la navidad empezamos a introducir los talleres los martes y jueves, y se ha demostrado que nuestras hermanas son unas ¡¡¡artistas!!! La casa este año va a quedar como un museo, como dicen ellas. Esperamos seguir captando a más hermanas de la comunidad, aunque no estén en enfermería.



HIJAS DE LA CARIDAD – CASA LA MILAGROSA (MADRID)

“En la vejez seguirá dando fruto” (Salmo 92). Preciosa y cierta afirmación si sabemos entender y descubrir qué frutos se pueden dar a los 100 años. Junto a esta afirmación, con relativa frecuencia, surgen unos interrogantes:

- ¿Por qué no me lleva ya el Señor?
- ¿Qué pinto yo en esta vida, si ya no puedo hacer nada?

Contando con el estado cognitivo que se tenga, a los 80, 90 o 100 años, deberíamos buscar con mayor claridad el sentido del HACER y de los FRUTOS. Tenemos que aprender a descubrir con mayor claridad el sentido de estas dos palabras. ¿Tendrán algo que ver, en esta etapa de la vida, con el SER? Una persona puede vivir feliz en su ancianidad sin hacer y sin que se vean sus frutos. Nos queda un trabajo pendiente, quizá difícil pero posible a los que convivimos y trabajamos con ellas: AYUDAR A SER.



Es un compromiso que nos hacemos en la Casa La Milagrosa de Madrid, donde el día 11 de enero celebrábamos con gozo, gratitud y alegría el cumpleaños número 100 de Sor Consuelo Itoiz

ESCOLAPIAS - MADRID



A finales del 2024 celebramos el 100 cumpleaños de la Hermana Alejandra Reinoso, aunque en la casa se hace llamar Valentina. Debido a que está encamada, subieron todas las religiosas de la casa a cantar el cumpleaños llevándole la

tarta para que pudiese soplar sus velas.

JESÚS MARÍA -ALICANTE

Para celebrar el día de la Paz (30 de enero) hemos estado toda la semana realizando diversas actividades: recordando a gente de paz, símbolos, canciones... Concluimos las celebraciones con un acto emotivo todas juntas.



NOTICIAS DE LAS CONGREGACIONES

El 2 de febrero se celebra la XXIX Jornada Mundial de la Vida Consagrada. Este año con el lema "Peregrinos y sembradores de esperanza". Un día para recordar y celebrar. Nos unimos a esta celebración y expresamos nuestro reconocimiento sincero a las personas consagradas, especialmente a las que tenemos el privilegio de poder atender en nuestros servicios..

La Congregación de la Misión -Misioneros Paúles- celebra el 400 aniversario de su fundación. Este aniversario va a celebrarse desde el 25 de enero de este año 2025 hasta el 25 de enero del próximo año 2026. Muchas felicidades. Lo tendremos especialmente presente en las casas de mayores en las que estamos colaborando.

Año Jubilar de San Camilo: el 2 de febrero de 2025 marca una fecha importante en la historia de la familia camiliana: la conmemoración de los 450 años de la conversión de San Camilo de Lellis (2 de febrero de 1575), tras una vida poco edificante. Una conversión que, con los años, daría como fruto una revolución en el mundo de los cuidados a los enfermos. Un aniversario que la Orden celebra como Año Jubilar y en el que tendrá lugar una amplia programación en todo el mundo, coincidiendo también con el Año Santo que celebra la Iglesia Católica y que mencionamos al inicio de este Boletín.

La Unidad Móvil de Intervención en crisis y duelo San Camilo ha viajado a Valencia con motivo de la formación que su responsable, Valentín Rodil, ha realizado al voluntariado de los Centros de Escucha diocesanos que se pondrán en marcha en febrero. Durante una semana

ha recorrido varias localidades afectadas por la DANA, como Benetússer, Catarroja, Algemesí o Albal, donde ha escuchado tanto a víctimas como a las personas voluntarias de los futuros Centros de Escucha, con el fin de ayudarles a superar el trauma y el duelo ante el sufrimiento provocado por las dramáticas pérdidas.

*"La soledad no deseada,
un reto ético-social"*

XIII JORNADA

Ética Asistencial

4 DE MARZO DE 2025, DE 9 A 14H.

GRATUITAS

Centro de atención a la vejez
Comunidad de Valencia
Paseo de la Constitución 39

**Centro de Humanización
de la Salud**

Asociación
General de Religiosos Camilos

SEDE DE LAS JORNADAS
Centro San Camilo
C/ Sector Escultores 39.
28760 Tres Cantos.

EL CUIDADO DE LOS MAYORES: EJERCICIOS DE FUERZA

Entre los buenos propósitos que las personas se suelen plantear cada inicio de año, es habitual que figure el hacer más ejercicio físico. Deseamos que este propósito también lo tengan las personas mayores. Ya hemos insistido varias veces en la importancia y necesidad del ejercicio físico en edades avanzadas, adaptado a la situación de salud de cada persona. No sólo repercute en el mejor funcionamiento físico, también en el cognitivo. En otros Boletines comentamos la importancia de los ejercicios de flexibilidad. Ahora llamamos la atención sobre la importancia de realizar también ejercicios de fuerza. La masa muscular en las personas va disminuyendo gradualmente entre un 3% y un 8% cada década a partir de los 30 años, este proceso se acelera cuando se llega a la tercera edad.

Una enfermedad relacionada con este dato es la sarcopenia, cada vez más frecuente en mayores. Se trata de una enfermedad degenerativa que afecta a todos los músculos, perdiendo fuerza y rendimiento muscular de forma progresiva y paulatina. En las personas mayores se manifiesta porque la persona tiende a sufrir debilidad constante en sus movimientos, algo que se traduce en mucho esfuerzo a la hora de hacer movimientos rutinarios como levantarse de una cama o de una silla. También es causa de muchas caídas, así como de fracturas inesperadas.

A nivel preventivo, además de una nutrición adecuada, con buen aporte de proteínas, es fundamental introducir el hábito de realizar ejercicios de fuerza. No es un tipo de ejercicio sólo para jóvenes, en gimnasios con aparatos sofisticados. Entrando en internet se pueden encontrar muchos ejercicios de este tipo adaptados para personas mayores y que se pueden hacer en casa.

DIRECCIÓN TÉCNICA