



emma

atenció a la gent gran

Núm. 10 / Desembre de 2012

Publicació Gratuïta

**Avui parlem amb
Teresa Bassols**

Activitat i solidaritat

La treballadora social

**Coneguem millor
Josep Roma i
Glòria Folgueiras**

Els grans... oblidats?

Les activitats de l'any

**Necessitats i desitjos
dels nostres avis**

Activar la ment

Pensaments



Activitat i solidaritat

Cada any comencem igual.... Ja hi tomem a ser, han passat dotze mesos gairebé sense adonar-nos-en. I, si fa no fa, tot continua igual. Continuem en plena crisi, continuem amb retallades, continuem amb la mateixa sensació d'impotència, de neguit i de tristor per tot el que passa al nostre voltant o a casa nostra.

Seria "fàcil" parlar en aquest número d'aquest tema, la crisi, les retallades, els impagaments... Però pensem que no seria just, i que potser serà molt més profitós ser positius i mirar cap endins, i trobar en nosaltres mateixos què podem fer per aconseguir i compartir un entorn més potent, més tranquil i més alegre.

L'any passat us vàrem parlar de la participació, com a manera d'interactuar, de relacionar-se, de comunicar-se, d'entendre, de comprendre, de decidir ..., i per tant de col·laborar en la millora del benestar propi i dels altres.

En aquesta edició ens agradaria

tocar un tema que hi està relacionat: aquest any 2012 és

L'Any Europeu de l'Envel·liment Actiu i la Solidaritat Intergeneracional

L'envel·liment actiu és el procés en què les persones grans poden desenvolupar tot el seu potencial físic, psíquic i social, i participar en la comunitat d'acord amb les seves necessitats, desitjos i competències. L'Organització Mundial de la Salut el defineix com un "procés en què s'optimitzen les oportunitats amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida del subjecte".

La solidaritat intergeneracional vol dir reforçar la solidaritat entre les generacions amb la finalitat de crear una societat per a totes les edats.

Per fer realitat aquests reptes hem de crear contextos en què les persones grans s'hi sentin bé, puguin decidir, participar i compartir els seus coneixements,

experiències i habilitats, de manera que puguin afrontar millor cada nova etapa de la seva vida, amb companyia i suport quan calgui, conforme van complint anys. No es tracta de treballar per a la gent gran, sinó d'actuar conjuntament, ajudar-los a recuperar l'educació com a eina de millora i canvi personal i social.

Ens agradaria fer arribar a tothom aquest missatge: activitat i solidaritat. Pot ser que ens ajudi a tots en el canvi que segurament hem de fer, potser és important deixar de tirar "pilotes fora" i passar la culpa de tot als altres, potser si tots aprenem a ser més actius i més solidaris iniciarem un canvi que és importat i imprescindible, i potser entre tots aconseguirem anar sortint d'aquest pou on diem que ens han ficat, però que segurament tots hi hem anat entrant.

Si aprenem a ser actius i solidaris tomarem a tenir la tranquil·litat de viure en un país que té futur, on pots comptar amb les persones i on la resta pot comptar amb tu, tots som importants i imprescindibles en aquest procés.

En resum, continuem en plena crisi i tots volem tornar a aconseguir un entorn potent, tranquil i alegre. Aprofitant l'Any Europeu de l'Envel·liment Actiu i la Solidaritat Intergeneracional, volem pensar i fer-vos arribar la idea que a través de l'activitat i la solidaritat podem compartir coneixements, experiències i habilitats que ens ajudin a recuperar l'educació com a eina de millora, per aconseguir un canvi que és important i imprescindible, en què absolutament tots som importants i imprescindibles.



Edició:



**Fundació
Emma**

Amb el patrocini de:



**AJUNTAMENT DE LA BARONAL VILA
DE SANT JOAN DE LES ABADESSES**

El nostre agraïment a l'OBRA SOCIAL "La Caixa" que ha col·laborat en l'edició d'aquesta revista.
Revisió lingüística: Servei Comarcal de Català del Ripollès.
Coordinació de redacció: Ma. José Rodríguez

Editorial

Benvolguts veïns i veïnes,

És un honor presentar-vos la revista de la Fundació Emma, una eina informativa que, una vegada a l'any, pretén apropar-vos d'una forma amable a la vida de la nostra residència, explicada a través dels seus protagonistes, les persones que hi resideixen o que hi treballen.

La nostra residència es va centrar, en els seus orígens, en l'atenció hospitalària. Aquestes funcions sanitàries, a poc a poc, es van anar deixant per dedicar-se exclusivament a l'atenció a la gent gran. Aquesta tasca fou possible gràcies a la vocació de servei de les germanes que la regentaven, però a partir del 2001 s'institucionalitzà per constituir la Fundació Emma tal com la coneixem ara: una entitat sense ànim de lucre, al servei de les persones grans.

Aquest llegat ens honora i ens esperona a continuar treballant perquè la nostra residència sigui un referent de qualitat i de servei. Per això, el nostre principal objectiu és l'atenció als residents i, per complir-ho, comptem amb bons professionals que s'esmercen cada dia a intentar aportar el millor de si mateixos.

Per tant, és de justícia agrair la tasca que desenvolupen totes i cada una de les persones que participen en el funcionament de la Fundació Emma, des del Patronat com a organisme col·legiat que defineix la gestió de la Fundació, fins als treballadors i treballadores que fan possible l'atenció diària als residents, passant per la Regidoria de Serveis Socials i Salut del nostre Ajuntament, que vetlla per les necessitats que van sorgint, i la direcció del centre, que exerceix la difícil tasca de la gestió del dia a dia.

Ara bé, aquells que tenim responsabilitats en el si de la Fundació Emma hem de continuar treballant per assolir objectius pendents que ens han de garantir el futur de la residència. Entre aquests, hi ha la necessitat de seguir actuant en la millora de l'equipament assistencial i en les seves instal·lacions, així com aconseguir, definitivament, l'autorització que ens ha de permetre ampliar el nombre de places.

Així doncs, malgrat que la situació és complexa, la voluntat i el compromís amb la Fundació Emma és ferm i, per això, esperem que durant el 2013 podrem reprendre les obres que ens han de permetre aconseguir els objectius descrits, tot comptant amb la complicitat i implicació del Departament de Benestar i Família del Govern de la Generalitat de Catalunya i de l'Obra Social de La Caixa.

Per acabar, només em resta agrair als responsables d'elaborar aquesta revista la seva tasca i, alhora, expressar a familiars i residents, així com a treballadors i treballadores de la Fundació Emma, els meus millors desitjos per aquest Nadal i el nou any.

Bones festes a tothom!

Ramon Roqué i Riu
Alcalde i President de la Fundació Emma.

Sant Joan de les Abadesses, desembre 2012

L'opinió de l'especialista

M^a José Rodríguez Garrido, treballadora social de la Fundació

La treballadora social

El treball social, segons Ezequiel Ander-Egg, és una forma d'acció social que s'entén com tota activitat conscient, organitzada i dirigida, ja sigui de forma individual o col·lectiva i que, de manera expressa, té la finalitat d'actuar sobre el medi social per mantenir una situació, millorar-la o transformar-la.

El treballador social intervé en les complexes relacions entre les persones i el seu entorn; per tant, podríem dir que el treballador social es converteix en un mediador que dirigeix la seva feina a resoldre els problemes o les necessitats humanes fruit de les interaccions amb el seu entorn i que té l'objectiu principal d'assolir el canvi i/o transformació d'aquestes.

Dins de l'àmbit residencial, la treballadora social és aquella professional amb formació i competències específiques que actua prestant suport a les persones que atén (residents i usuaris de centre de dia i menjador social), a les seves famílies i a l'entorn comunitari i social dels usuaris. L'objectiu és promoure el benestar de les persones que ingressen al centre, vetllar perquè tinguin unes condicions i qualitat de vida acceptables, una bona integració al centre, un grau suficient d'autonomia personal i de vinculació amb el seu medi social i familiar.

Les funcions de la treballadora social comprenen tres grans àmbits d'actuació:

Funcions relacionades amb els residents, usuaris de centre de dia o menjador social i les seves famílies o la persona de referència

- Estableix el primer contacte amb la persona gran, la família o persona de referència, i és també el professional de referència al llarg del tot el procés d'acollida, entrada i comiat de la persona i la seva família al centre. Vetlla en tot

moment per la continuïtat de l'atenció i també pels drets dels residents.

- Dóna suport a les famílies en les diferents situacions o processos que passen els residents al llarg de la seva vida.

- Elabora i porta a terme programes d'intervenció amb les famílies.

- Promou la participació en les activitats lúdiques i d'oci que es desenvolupen al centre i a la comunitat.

- Fa tasques administratives de tramitació de documentació social d'ajuda a la dependència, informes socials....

- Informa la persona i tramita, si escau, aspectes relacionats amb la tutela.

- Intervé conjuntament amb la resta d'equip, en el procés d'acompanyament al dol.

- Visita els residents malalts hospitalitzats.

- Assumeix altres funcions que es creguin necessàries i convenients.

Funcions relacionades amb l'equip interdisciplinari

- Proporciona a la resta de professionals amb qui treballa la in-

formació que pugui contribuir a millorar l'atenció integral d'aquests envers la persona.

- Participar en l'elaboració i seguiment del PIAI o pla individual d'atenció interdisciplinària.

- Facilita la relació i comunicació entre les persones ateses, les famílies i els professionals del centre.

- Participa en l'elaboració i revisió periòdica dels protocols assistencials en el camp del treball social.

- Participa en l'assignació i canvis d'habitacions, taules de menjador...

- Participa en la memòria anual del centre.

Funcions relacionades amb la comunitat

- Coordina i col·labora conjuntament amb els professionals d'altres institucions externes al centre en la gestió de casos i/o projectes socials en comú.

- Afavoreix la interrelació entre el centre i la comunitat, i promou que els serveis de la residència es considerin en l'àmbit comunitari com un recurs social i com un lloc de vida, integrat en la xarxa de serveis socials.



La treballadora social amb una resident:

Parlem amb Teresa Bassols

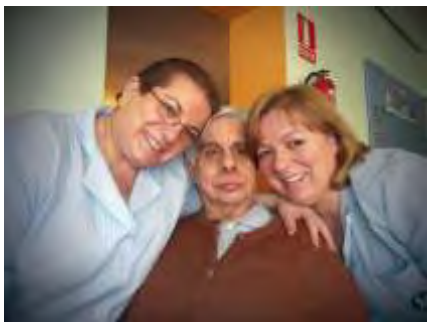
Laia Munne, fisioterapeuta i Mercedes Sicilia, gerocultora i tutora de la Teresa

La Teresa va néixer el dia 8 de setembre del 1934, a Sant Joan de les Abadesses, a sobre de la Carboneria, al carrer Calvo Sotelo, número 4, actualment carrer Beat Miró, i és la petita de 4 germans.

A 12 anys, va tenir un accident a la fusteria que tenia la seva germana, la Teresina, es va entrebancar i va caure en una de les màquines de tallar la fusta, la van portar a l'hospital de Vic i li van haver d'amputar el braç.

Va estudiar al "Col·legi Nacional" de Sant Joan. Quan es va fer més gran ajudava a casa i feia petits encàrrecs pel poble.

La Teresa vivia amb els seus pares, el seu germà Josep i la seva dona, Carme Bassaganya. Quan es van morir els seus pares va continuar vivint amb el seu germà i la dona.



Viu a la Residència, ara Fundació Emma, des de l'any 1997. Per a ella la residència és casa seva i s'hi troba molt a gust. Tot i que des de l'any 1995 ja venia cada dia a dinar, com diu ella,

amb "les Hermanes". Fins fa poc encara mantenia contacte per escrit amb una d'elles, i com que aquí s'hi trobava molt bé varen parlar que quan hi hagués una habitació lliure s'hi quedaria.

Al principi de la seva estada a la residència ajudava en molts dels encàrrecs que anaven sorgint, d'aquesta manera ella se sentia bé perquè podia ajudar. Actualment participa bastant en les activitats de la residència, com el gimnàs, les bitlles, els aros, però l'activitat que més li agrada són les excursions, no se'n perd ni una perquè diu que s'ho passa molt bé.



Una altra cosa que li agradava molt fer era pintar, fins que la vista li va començar a fallar.

Un dels records que té més bonics és una activitat que es va fer a la residència que es deia "Subhasta de Somnis", ella va demanar poder anar a veure La Lola, la seva amiga de Sabadell. Va ser una experiència que no oblidarà mai, va poder complir un somni!

Una altra cosa que també li feia molta il·lusió i que fa uns anys va poder complir era apadrinar una nena, ja que des de petita la seva mare li va inculcar valors de caritat i solidaritat.

Volem agrair la col·laboració i la informació que ha aportat el germà de la Teresa. Gràcies, Josep!



La Teresa participa activament en els actes de la Residència i té predilecció per l'amistat.

Coneguem millor

JOSEP ROMA

Anna Pérez Cervantes, responsable higienicosanitària



El teu millor record: **quan em vaig casar.**

Un lloc per perdre't: **aquí, a la residència.**

L'última cosa que fas abans d'anar a dormir: **mirar la televisió.**

Alguna cosa per la qual valgui la pena lluitar: **per la pròpia vida.**

El teu color preferit: **el blau, que és el color de la puresa.**

Una situació on et sens ridícul: **no me'n sento en cap.**

Una paraula: **amor.**

Un o una cantant: **Manolo Escobar.**

Un moment de la teva vida: **l'actual.**

Un artista: **Manolo Escobar.**

Una ball: **un vals.**

Una flor: **la rosa.**

Una afició: **llegir.**

Quan et diuen "Fundació Emma", què et vé al cap?
Que és el millor que he trobat a la vellesa.

GLÒRIA FOLGUEIRAS

Florentina Suriñach Costa, coordinadora de la Fundació



El teu millor record: **el dia que van néixer els meus fills.**

Un lloc per perdre't: **a la platja de l'Estartit.**

L'última cosa que fas abans d'anar a dormir: **resar.**

Alguna cosa per la qual valgui la pena lluitar: **pels fills.**

El teu color preferit: **el blau cel i el vermell.**

Una situació on et sens ridícul: **cap.**

Una paraula: **Bon dia!**

Un o una cantant: **Rocio Jurado.**

Un moment de la teva vida: **el naixement d'una néta.**

Un artista: **Imanol Arias.**

Una ball: **el tango.**

Una flor: **la rosa.**

Una afició: **mirar la televisió.**

Quan et diuen "Fundació Emma", què et ve al cap?
Un lloc on passar una estona agradable.

Un bon consell: Activa la ment

Meritxell Sánchez Prat. Psicòloga de la Fundació Emma

Un dels punts fonamentals per mantenir un envelliment actiu és entrenar la ment, és a dir, les capacitats cognitives. L'activitat mental és bona a qualsevol edat, i en el cas de la gent gran, ajuda a envellir millor.

Alguns consells per mantenir la ment activa:

Llegeix una estona cada dia (premsa, llibres, revistes...) i després intenta escriure el que recordes.

Practica jocs de taula (dòmino, escacs, parxís...)

Fes passatemps: sopes de lletres, mots encreuats, laberints, trencaclosques...

Aprèn coses noves (idiomes...)

No automatitzis les accions, sigues conscient de tot el que facis.

Utilitza ajudes externes de memòria: agendes, calendaris, notes...

Recorda festes importants, dates d'aniversaris o altres esdeveniments familiars.

Visualitza fotografies per recordar històries del passat.

Utilitza la mà no habitual per realitzar tasques habituals (agafar el telèfon, rentar-te les dents,...)

Realitza activitats creatives: dibuix, costura, manualitats...



Les activitats

Susanna Armengol Puigoriol. Terapeuta ocupacional de la Fundació Emma

Ja ha passat un any més i tornem a tenir a les mans la revista de la Fundació Emma, i amb ella un petit resum de fotografies de les activitats que hem fet aquest any. Hem anat d'excursió a Banyoles, hem fet una parada de flors i altres

manualitats per Sant Jordi, sortides a la piscina, sortides al mercat, sortida a fer el cafè. També hem celebrat les festes tradicionals: els pastorets, l'arribada dels Reis de l'Orient, la castanyada, el cames-toltes i les disfresses, el dijous llar-

der, Sant Josep... Som persones actives i ens agrada passar-ho bé, gaudir de les activitats que es fan al centre i participar de les que fem a l'exterior. Si algú no s'ho creu, que miri les cares de les fotografies!

PASTORETS PER NADAL

Onzena representació dels pastorets, amb molt bons artistes que s'ho van passar molt bé allhora de representar-los.



ELS REIS ARRIBEN

Arribada dels excel·lentíssims Reis d'Orient, una festa molt tradicional i esperada per tots, plena d'il·lusió i màgica.



DIJOUS LLARDER

Un gran bingo per celebrar la diada del dijous Llarder. Coca no en va faltar i els guanyadors es van emportar premis.



CELEBRACIÓ DEL REI CARNESTOLTES

Disfressats d'indis ho varem celebrar acompanyats del "Duo Mellado". Es va fer molta gresca. Ballant, cantant o picant de mans tothom ho va celebrar.



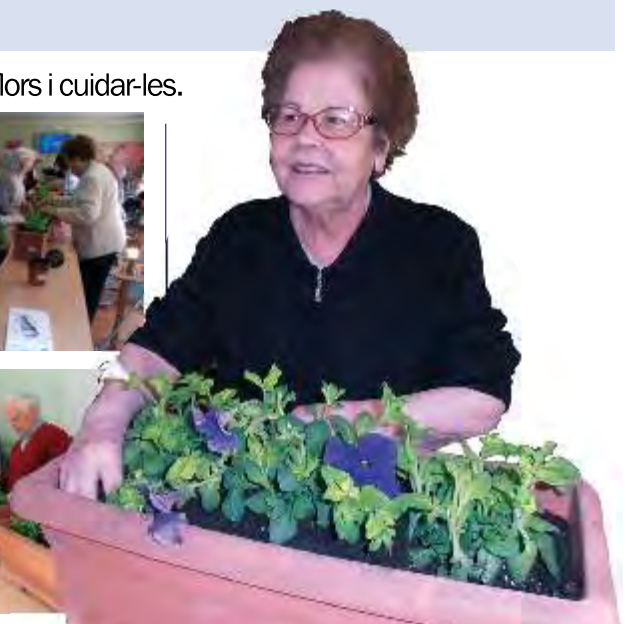
SANT JORDI

Arriba el bon temps i les ganes de sortir. Per tercer any, al passeig, fem la parada de flors i objectes fets al taller de manualitats amb l'ajuda del voluntariat. L'altre acte tradicional és la trobada a l'escorxador de Sant Joan amb els nens i nenes de la llar d'infants "el molí petit" per explicar contes. Els infants els escolten embadalits.



PRIMAVERA

Quan arriba el bon temps, ens agrada arreglar el jardí, plantar flors i cuidar-les.



FESTA DE SANT JOAN

És tradicional compartir la diada de Sant Joan amb els nostres familiars al jardí. El menú és una graellada i un fantàstic ball de tarda per cloure aquesta festa d'estiu.



CASTANYADA

Per la castanyada vàrem fer uns boníssims panellets. Al casal de la gent gran de Sant Joan, com cada any, varen torrar-nos les castanyes. La festa va estar amenitzada amb un animat ball.



EXCURSIÓ A BANYOLES

Acompanyats pel nostre magnífic voluntariat, aquest any la sortida va ser a Banyoles. Es va fer un passeig a la vora del llac i un bon dinar. Tots varem arribar molt contents i animats.

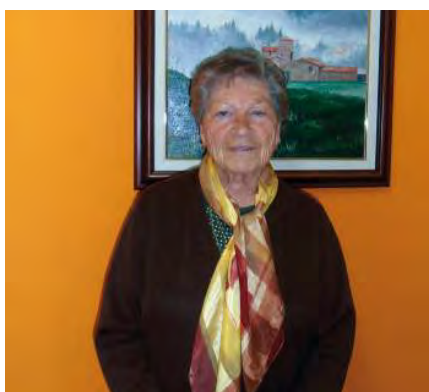


Què pensen els nostres residents de viure a la Fundació Emma



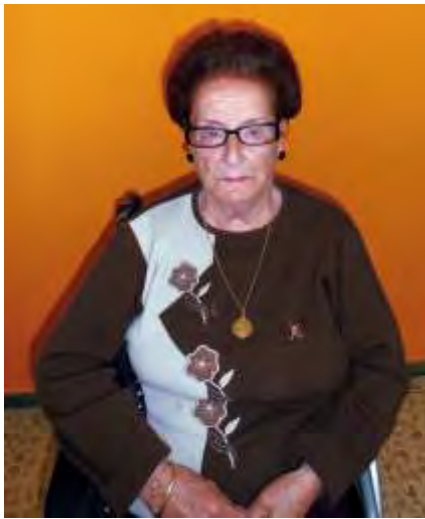
CATERINA ARNAU ABEL
Centre de dia

Cada dia vinc a la residència al matí i m'atenen molt amablement. Puc sortir i entrar quan vull, però sempre els dic: "Noies, que vaig a comprar..." Això m'agrada i em fa sentir bé. Sempre que he demanat una cosa m'han atès bé, per això estic contenta. M'agrada fer les activitats perquè puc fer les que vull i m'agrada molt de participar en totes les que puc. Les manualitats de Nadal m'agraden molt i també els llibrets de memòria que aquelles noies ens fan fer.



LOLA VIÑOLAS DURÁN
Resident

Vaig decidir venir a la residència per la meua edat i perquè em preocupava la meua salut. Ara estic una mica més bé. He portat a la residència la meua maleta de records, de molts records, però estic contenta d'haver vingut aquí. Em sento lliure perquè puc entrar i sortir, passejar i parlar amb la gent del poble. També estic contenta perquè tinc una habitació individual per a mi sola; he tingut molta sort. Aquesta llibertat que sento no té preu. Jo em sento bé i els meus també. Del personal, puc dir que un deu i més. El que trobo a faltar més és el menjar de casa, però entenc



que aquí som molts i és difícil que tothom estigui content. M'enyoro de coses, però reconec que hi estic bé, em sento lliure...

Mª ROSA JORDI COLOMER
Resident

M'agrada tenir una habitació individual perquè puc fer el que vull. De vegades a la nit, quan no puc dormir, m'agrada llegir, i això no ho podria fer si tingués una habitació compartida. M'agrada sortir cada dia a passeig amb el meu home, cada dia entrem i sortim. De vegades el que menys m'agrada és que vull anar a l'WC i m'he d'esperar, però ho entenc, hi ha més gent que també vol anar-hi. Hi ha dies que el menjar no m'agrada gaire, és normal. Totes les noies són molt trempades, m'agraden totes. Encara avui, m'enyoro de casa, allà podia menjar el que volia, però aquí també s'hi està bé.



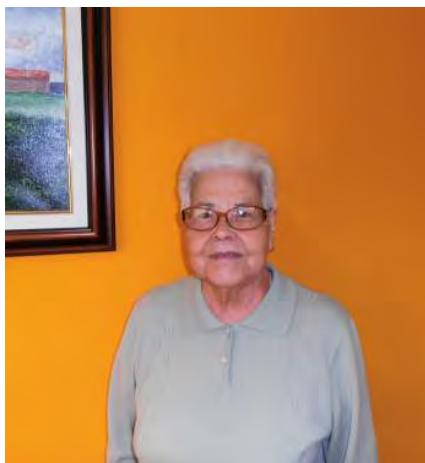
JOAN MARCÈ MARTÍ
Resident

Què podria dir, de la residència Emma? Per a mi, des del temps que fa que hi sóc podria tenir variades opinions. Jo sóc un home molt afable, educat, crec, però senzill i humil, sempre respectuós amb tothom. Som cap a 70 persones entre homes i dones, tots ficats aquí a dintre. Les que ens cuiden: cuidadores, cuineres, ajudants de cuina... bona gent. La TV a les sales no para mai, ningú se la mira, però pobre del o la que la remeni o canviï el canal. De premsa en tenim, en tenim cada dia, revistes per parar un tren. Lloances per a tots, crits per a ningú, però trobem a faltar la Camen.



ANTONIO CUENCA PEDRAZO I CARMEN PÉREZ ESCOBAR
Menjador social.

Nosaltres, quan arribem per dinar, saludem tothom: com va...? Des que venim a dinar estem molt tranquils. Quan seiem a taula tenim el plat preparat i parlem amb les persones de la taula, sempre intentem animar el qui té un mal dia i riem molt. Ens sentim divinament. Tampoc no som gaire delicats per menjar i tot ens va bé. Avui l'escudella era molt bona. Al principi de venir ens va costar una mica acostumar-nos-hi, però ara estem molt i molt bé. Estem molt bé, diu la sra Carmen, jo només puc dir això "que estoy estupendamente, encantada de la vida". Totes les noies són "majísimas".



LAURA CARRERA CAMBRAS
Centre de dia

Jo aquí hi estic molt bé, m'agrada l'ambient i no he tingut mai cap problema amb ningú, m'avinc amb tothom. Una de les coses que més m'agraden és fer memòria. Del menjar el que puc dir és que m'agrada tot, encara que algun dia no es tan bo.

Voluntariat de la Fundació Emma

El grup de voluntariat

Necessitats i desitjos dels nostres avis

Els nostres avis necessiten tenir il·lusions, sentir-se vius i fer o participar en les activitats, segons les seves possibilitats o el seu caràcter. Hi ha qui li agraden els jocs, qui prefereix el cant, o qui només vol ser espectador, qui participa en el rosari, etc.; però tots necessitem estones de companyia.

Quan fa bon temps, va bé sortir al carrer, i sempre és bo tenir contacte amb els altres, sobretot amb la mainada i el jovent. Nosaltres intentem ajudar allà on no arriba la família. Això, si no ho vius, no ho pots entendre.

Si et sents optimista i amb ganes de repartir estimació, vine, i comprendreàs moltes coses i a més experimentaràs el goig de sentir-te útil.



Volem aprofitar aquesta oportunitat que ens dóna la capacitat de poder expressar-nos com a voluntariat, per acomiadar-nos d'una de les nostres companyes de treball dintre del voluntariat de la Fundació Emma. Aquest any hem perdut la

CARME GARCÍA.

Va morir d'una malaltia incurable. Allà on siguis, estimada companya, sempre restaràs en el nostre record. Gràcies per deixar-te conèixer i per compartir amb tots nosaltres les teves il·lusions i desitjos.

Reflexions d'un familiar

Jordi Carbonell Costa

Els grans... oblidats?

Qui no ha sentit dir a la gent gran: "Jo, de jove, les havia passat molt..."? Jo, sortosament, no ho puc dir. El pas del temps ens permet gaudir de més qualitat, encara que ara tornem enrere... però també de més quantitat de la nostra pròpia vida, i nosaltres adjudiquem aquest fet a les noves tecnologies, als mitjans de comunicació, a la formació, etc. Però, realment, mai pensem que els precursors d'aquesta situació han estat els nostres grans... sovintment oblidats.

És digne d'admiració que, en escoltar les converses dels nostres residents, malgrat el pes que porten a sobre pel temps viscut i de vegades per la malaltia, t'adones que encara fan projectes personals amb les activitats que faran a la Fundació en temps futur. Que bonic...!

De vegades, els avis estan pensatius recordant les seves vivències mentre esperen la visita d'un familiar, un amic o tan sols un somriure dels cuidadors. I quan això passa, l'agraïment que ens mostren és tan gran... encara que nosaltres gairebé no hi donem importància.

Tot això ens hauria de fer reflexionar i només caldria que poséssim en pràctica la dita: "No vulguis per als altres el que no vols per a tu". Tan senzill com això... i que tots sabem. Pensem, massa sovint..., diem, però no ho apliquem.

També, no sé si com a grans oblidats, però sí, segur, com a poc reconeguts per la societat, hi ha les persones que han decidit com a professió, amb molta vocació, dedicar-se a l'atenció de la gent gran.

A tots ells, els vull donar el meu suport i demanar-los que no afluixin en aquesta feixuga tasca, però, a la vegada, tan i tan agraïda.