



L'ESBARJO

DE LA RESIDÈNCIA

R. Paganol

I ÈPOCA

NÚM. 40

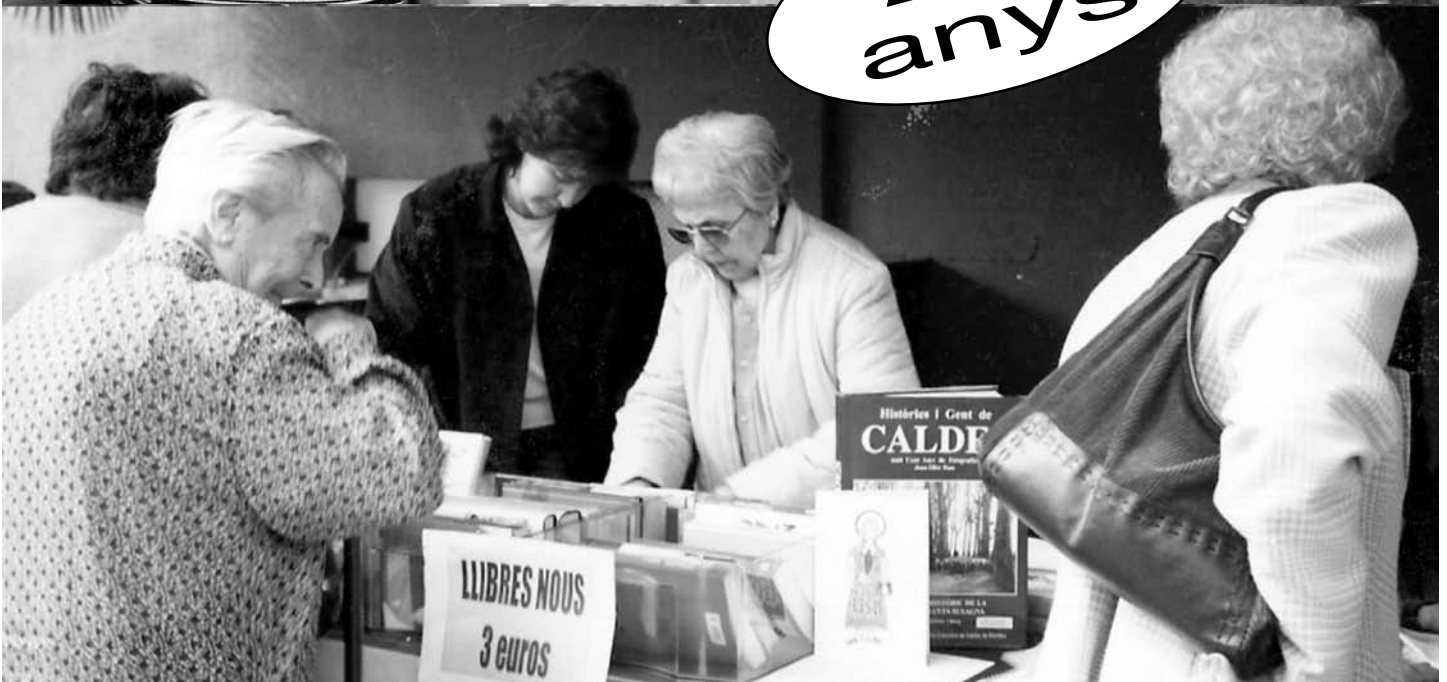
novembre 2010

CALDES DE MONTBUI

GRUP DE VOLUNTARIS



20
anys



FUNDACIÓ SANTA SUSANNA

20 ANYS DEL GRUP DE VOLUNTARIS DE LA FUNDACIÓ SANTA SUSANNA

La Fundació Residència Santa Susanna és una institució que data de l'any 1386 i que està profundament arrelada a la vila de Caldes de Montbui. Des dels seus inicis ha tingut vocació de servei i d'acolliment a totes aquelles persones que al llarg del temps ho han necessitat i ha arribat als nostres dies adaptant-se i oferint recursos a les persones en l'àmbit social i sanitari, atenent especialment a les persones grans.

Al llarg de la història nombroses persones han col·laborat amb la Fundació i enguany tenim el goig de celebrar els 20 anys d'història del grup de voluntaris. L'any 1990 es va crear un petit grup de voluntaris que venien de la parròquia Santa Maria, motivats i acompanyats pel rector i vicepresident de la Fundació, Mn. Josep Pausas.

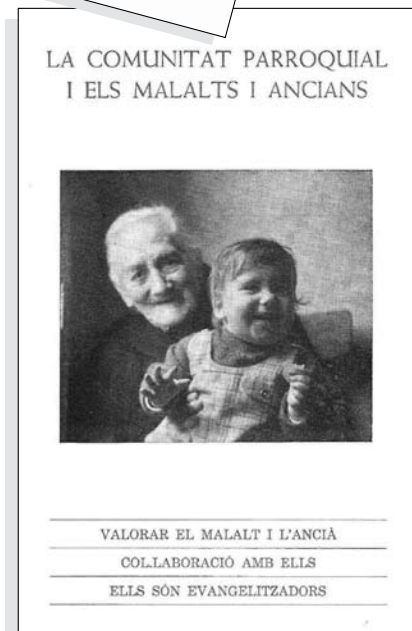
Des dels inicis del grup, la Fundació ha organitzat cursos de formació per a contribuir a la tasca de les



persones voluntàries, i també s'ha participat en jornades i trobades amb persones implicades en altres centres i realitats.

Amb el temps, el grup de voluntaris s'ha anat consolidant. L'any 1998 es va constituir com a associació, i aquesta està federada a la Federació Catalana de Voluntariat Social.

La professional de referència i contacte és la Cap de l'Àrea Social i Treballadora Social, la Sra. Annabel Mateos, persona responsable de la gestió del grup de voluntariat.



BOCINS D'HISTÒRIA

“El Grup de Càritas de la nostra parròquia vol iniciar una activitat de tipus pastoral, que consisteix en visitar aquelles persones de la nostra vila impedides per la malaltia o la vellesa.

La finalitat d'aquestes visites és poder-les acompanyar en llur limitació i, alhora, animar-les en el camí de la fe.

Amb el delit de poder arribar a tots els qui desitgen aquest servei, tan si viuen a la Residència com si estan a casa, i vulgui formar part d'aquest grup de voluntaris, li demanem que ompli la butlleta adjunta i la dipositi a les bústies de l'església o bé la porti a la rectoria.

Moltes gràcies!”

Extret del díptic "La comunitat parroquial i els malalts i ancians".
Parròquia de Santa Maria (1991)

“La nostra societat, tot i el seu constant desenvolupament, fa que cada vegada sigui més gran el nombre de persones que es queden al marge, sigui per la manca de recursos o serveis necessaris, sigui perquè són incapaces de superar aquesta situació.

Certes mancances es poden compensar amb diners, donant menjar i roba, fent neteja... però n'hi ha d'altres que sols es poden llevar d'una manera gratuïta i fraternal. No es pot contractar ningú per a donar amistat, solidaritat, comprensió, i aquestes necessitats són tan o més bàsiques que la manca d'aliments.

Per això, avui, es parla molt dels “voluntaris” i de la importància del seu paper dins la societat actual, intentant la col·laboració i coordinació amb professionals o institucions, per tal de poder arribar a l'arrel dels problemes, tot modificant-ne les causes.”

Extret del tríptic informatiu del "I Curs de Formació de Voluntaris"
Fundació Santa Susanna (1993)

VOLUNTARIAT I GENT GRAN

“Si tractes de fer feliços als altres, tu seràs feliç.” (Anònim)

El dia 1 d'octubre és el Dia Internacional de la Gent Gran, un col·lectiu format per persones que acumulen vivències, saviesa, experiència i records dels períodes viscuts degut al gran bagatge que han acumulat al llarg dels anys.

El dia 5 de desembre és el Dia Internacional del Voluntariat, un altre col·lectiu format per gent de totes les edats que acapara solidaritat, altruisme, compromís i sensibilitat social.

Dins el dia a dia de la residència, la cura de la nostra gent gran a càrrec de metges, infermeres, auxiliars, etc. no fora completa si no comptéssim amb l'inestimable ajut d'un bon nombre de voluntaris que dediquen una bona part del seu temps a acompanyar, escoltar i estimular als residents; una tasca que complementa les teràpies clíniques i de confort i que és de gran ajut per contribuir a la millora de la seva qualitat de vida.

Des de la regidoria d'acció social, salut i GENT GRAN, volem fer públic i notori aquest reconeixement amb l'oportunitat que ens ofereix la publicació que teniu a les vostres mans, tot encoratjant als voluntaris en la seva inestimable labor i animant a la resta de la ciutadania perquè se sumi a aquesta iniciativa.

M. Àngels Muñoz Campayo
Regidora d'Acció Social, Salut i Gent Gran



CAMINANT AMB EL GRUP DE VOLUNTARIS

Aquests dies, des que vam anunciar la celebració dels 20 anys de voluntariat, he fet més conscient tot el que ha suposat durant aquests 17 anys aquesta etapa com a coordinadora del grup de voluntariat de la Fundació Santa Susana.

Treballar al costat de persones que GRATUITAMENT ofereixen el millor de si mateixes als altres és UN REGAL, el mateix que simbolitza el voluntariat pels residents, un regal que es rep amb il·lusió, amb alegria, amb gratitud.

Són moltes les activitats que durant aquests anys han anat assumint els voluntaris i que s'han organitzat amb entusiasme i molta dedicació: la parada de llibres de 2^a mà per Sant Jordi, la Tómbola de Festa Major, sortides d'estiu, setmanes temàtiques... i com no, l'acompanyament a les activitats periòdiques i puntuals, acompanyaments al metge, a missa, al rosari, a passejar i xerrar, etc.. En totes elles es fa palès que hi ha una estimació molt especial per la Fundació, que es forma part i que aquesta no seria el mateix sense les persones que ofereixen el seu temps, que col·laboren.

També és cert que hem passat per moments difícils: pèrdua de persones importants pel grup, moments de debilitat per ser pocs i fer-nos grans, qüestionament d'actituds poc ètiques... Però com sempre, les crisis enforteixen i avui en dia puc dir que hi ha una maduresa, una experiència i un bagatge que ho diu tot. Encara que la incorporació de noves persones segur que ajudarà a donar continuïtat al projecte.

Acompanyar, fer costat a persones grans dependents, amb demència, amb malalties cròniques, dificultats d'adaptació a les pèrdues... és tot un repte, però si davant de tot estem persones amb persones, les relacions humanes enriqueixen i es rep el que es dona.

Hi ha una frase que pot resumir el fet de ser voluntari: **“UN TEMPS COMPARTIT QUE S'OMPLE DE SENTIT”**

El voluntariat en la nostra societat representa uns valors que contribueixen a construir un model de societat millor, més just i més humà: LA SOLIDARITAT, LA GRATUÏTAT, LA COMPASSIÓ, i com no, L'ESPERANÇA.

GRÀCIES de tot cor a totes les persones que han donat i donen el seu temps, la seva paciència, la seva alegria... i fan que la vida de molts residents sigui més feliç.

GRÀCIES PEL VOSTRE TEMPS, PER L'ENTREGA, PEL COMPROMÍS, PER LA IL·LUSIÓ. Gràcies en definitiva per formar part d'un gran projecte, el de cuidar acompanyant de la Fundació Santa Susana.

Entre tots construïm una institució forta on el més important som les persones.

Annabel Mateos

Cap Àrea Social i Coordinadora de voluntariat Fundació Santa Susanna



QUÈ ÉS SER VOLUNTARI ?

Entenem per voluntària tota persona que, a més a més de complir amb els seus deures familiars i professionals, es compromet a dedicar part del seu temps de forma continuada i desinteressada a activitats a favor dels altres o d'interessos socials col·lectius, contribuint a construir un model de societat millor, més just i més humà.

El treball voluntari és una escola creadora de consciència i de solidaritat.

El compromís pot ser gran o petit, sigui de la durada que sigui.

És molt important el treball que es realitza en grup.

Per ser voluntari/a es necessita: il·lusions, aptituds i una mica de temps.

OBJECTIUS DEL GRUP DE VOLUNTARIS

Els objectius de la intervenció dels voluntaris són:

- Evitar l'aïllament dels residents.
- Afavorir la socialització i les relacions amb l'entorn i amb la dinàmica i persones de la pròpia institució.
- Potenciar els vincles afectius i de suport per millorar la qualitat de vida dels residents.

QUÈ ES POT FER?

Les tasques del grup de voluntaris són molt importants i necessàries, el seu treball no supleix les intervencions dels professionals ni dels familiars presents, sinó que esdevé una actuació complementària que s'integra a l'objectiu de la institució: la qualitat de vida dels residents.

Algunes de les tasques que es poden realitzar a la Fundació com a voluntaris són:

- Acompanyar a passejar
- Acompanyar al metge
- Fer companyia
- Llegir
- Escoltar
- Acompanyar a les sortides
- Distreure
- Fer costat
- Compartir una afició o habilitat

ACTIVITATS DEL GRUP DE VOLUNTARIS

Les principals activitats del Grup de voluntaris de la Fundació són:

- Activitats de suplència familiar: oferir afecte i atenció personalitzada substituint a la família ens alguns afers, sempre que aquesta no existeixi, no col·labori o hi estigui d'acord.
- Acompanyar els residents de les diferents plantes a les activitats generals de la institució i a les sortides externes.
- Col·laborar en l'organització i realització d'activitats periòdiques (el taller de cançons, la coral, el jardí...) i d'activitats puntuals (les setmanes temàtiques, la parada de llibres de segona mà o la tómbola de festa major).
- Reunió mensual (el primer dilluns de mes) per a fer seguiment, formació, informació i organització d'activitats).
- Participar a la Coordinadora de Gent Gran.

En qualsevol dels àmbits d'intervenció és molt important el traspàs d'informació en dues bandes (voluntari / equip), la coordinació i sobretot una relació d'ajuda basada en el respecte, confiança, escolta activa, empatia i autenticitat.

DRETS DE LA PERSONA VOLUNTÀRIA

- Dret a que siguin escoltades i tingudes en compte les seves aportacions i suggeriments, donant especial importància per fer-ho a les reunions mensuals del grup i a la relació directa amb els professionals de referència.
- Dret a triar l'horari i el contingut de la seva tasca dins de les possibilitats proposades, així com a demanar un canvi si es veu convenient.
- Dret a rebre la informació necessària per a desenvolupar la seva tasca.
- Dret a rebre formació general com a voluntari/a i específica de l'àmbit de vellesa.
- Dret a no ser utilitzat com a substitut/a d'un treballador.
- Dret a deixar de ser voluntari/a quan es cregui convenient.

RESPONSABILITATS DE LA PERSONA VOLUNTÀRIA

Referents a la relació amb el resident:

- Acceptar al resident tal com és.
- Evitar la marginació realitzant una integració de la persona en la comunitat.
- Potenciar la independència del resident (que prengui decisions que l'afectin, mobilitat...).
- Promoure la visió positiva de l'existència de l'envelliment.

Referents a l'organització de la institució:

- Assistir i participar a les reunions mensuals del grup de voluntaris/es. Avisar quan no es pugui venir.
- Portar a terme els compromisos adquirits d'horari i tasca.
- Respectar els horaris i normativa del centre.
- Informar als professionals de referència de tots aquells fets que es creguin necessaris respecte a la seva pròpia tasca, la dinàmica del centre i problemes i necessitats dels residents.
- No intervenir en el treball propi dels treballadors.
- No crear beneficis personals ni utilitzar la seva tasca per aconseguir un lloc de treball.

EL NOU PROJECTE D'ESPECIALITZACIÓ DEL VOLUNTARIAT

Coincidint amb els 20 anys d'història del grup de voluntaris de la Fundació, s'ha elaborat un nou projecte d'especialització del voluntariat per a millorar la seva formació en funció de la diversitat de necessitats dels residents.

El projecte consisteix en identificar el voluntariat en quatre àmbits d'intervenció segons les seves habilitats, interessos o experiències:

- voluntariat amb gent gran
- voluntariat amb persones amb demència
- acompanyament al final de la vida
- participació en activitats socioculturals



VOLUNTARIAT AMB GENT GRAN

El voluntari és una persona sensibilitzada per la realitat que l'envolta que decideix intentar millorar-la, i això ho fa gratuïtament, amb l'única satisfacció de saber que s'està fent un servei a unes persones que ho necessiten o a la societat en general. El voluntari és, doncs, una persona que troba sentit a la seva acció en fer renéixer la solidaritat a través d'un servei gratuït, participatiu, associatiu, compromès.

A la Fundació Santa Susanna, l'àmbit d'intervenció principal és el de la gent gran. És important entendre tots canvis que viu la persona, tant pel procés d'envelliment, malaltia, per l'ingrés en la residència... per poder entendre que li passa, respectar el seu camí i acompanyar-la.

Existeixen idees preconcebudes, prejudicis, que en ocasions ens poden limitar, tenir una visió distorsionada dels altres i que per tant hem d'evitar, per exemple: "que pena llegar a viejo", "a l'ingressar la família l'abandona, ja no l'estima"... Hem d'estar convençuts que totes les persones tenim coses per oferir, que tots/es som diferents i per tant mai es pot generalitzar ni jutjar, tot té una raó de ser i hem d'entendre a l'altre des de la seva realitat, no des de la nostra.

El voluntari/a està al costat de persones i els hi dóna suport amb la seva presència. En l'àmbit institucional és molt important que el voluntari es coordini amb l'equip assistencial i tingui la Treballadora Social com a professional de referència per fer que l'atenció a la persona sigui un treball en equip. L'escala de Maslow ens ajuda a entendre que el voluntari comença a intervenir en l'àrea de les relacions, d'afiliació. L'afectivitat a través de la companyia proporciona a la persona una confiança, un respecte, que l'ajuda a trobar-se millor com a persona.



Suggeriments i recomanacions del voluntariat amb gent gran:

Llibres de coneixement

- De Beauvoir, Simone. LA VEJEZ.
- Federació Catalana de Voluntariat Social. EL VOLUNTARIAT EN L'ÀMBIT HOSPITALARI I SOCIOSANITARI.
- WAA. SOLIDARIDAD Y VOLUNTARIADO SOCIAL.

Novel·les

- Lessing, Doris. DIARIO DE UNA BUENA VECINA.
- Bermejo, J. C. REGÁLAME LA SALUD DE UN CUENTO.

Pel·lícules

- LAS CHICAS DEL CALENDARIO. Nigel Cole. 2003.
- FESTÍN DE BABETTE. Gabriel Axel. 1987.
- UP. Pete Docter i Bob Peterson. 2009.

VOLUNTARIAT AMB PERSONES AMB DEMÈNCIA

Tota demència, tingui el nom que tingui, implica la pèrdua progressiva de l'autonomia com a conseqüència d'una malaltia que afecta al cervell i que, generalment, progressa de manera lenta, dilatant-se en el temps. La probabilitat de demència és major a mesura que tenim més anys, per aquest motiu gran part de les persones amb demència són persones grans o molt grans (de més de 85 anys).

Participar com a voluntari en l'atenció que rep una persona amb demència implica entrar a formar part d'un equip que acompanya i vetlla per les necessitats d'una persona i dels seus cuidadors més propers, en un procés que sol ser llarg en el temps. Al llarg d'aquest camí, uns i altres experimenten un seguit de canvis en molts aspectes. Canvis que, òbviament, en algun moment es manifesten cap a l'exterior: desorientació, dificultats per fer el que fins ara s'havia fet còmodament, cansament, emocions (d'inseguretat, de por, de ràbia, de culpa, de tristesa...), desvinculació d'amics i altres familiars, pèrdua i/o reducció de la feina, disminució del temps d'oci, dedicació absorbent a les cures...

Conèixer d'una banda les característiques pròpies de la malaltia, la transformació progressiva de l'intel·lecte, la reducció de l'autonomia, els comportaments peculiars que de vegades poden resultar difícils de reaccionar-hi i gestionar i, d'altra banda, ser conscient del procés pel qual les famílies naveguen al llarg de la malaltia són eines bàsiques per realitzar amb confiança les tasques del voluntari en aquest àmbit. A banda, actituds i habilitats de relació basades en l'empatia, l'escolta activa, la comunicació assertiva, la flexibilitat, la improvisació i imaginació són indispensables per omplir la motxilla d'aquesta experiència.

Què pot fer un voluntari dins de l'àmbit de les demències? Les possibilitats són moltes: des d'acompanyar la persona malalta, oferir-li un espai estimulador de conversa, de lectura, de cant, de passeig i encisar-lo davant els aparadors, els parcs, els jardins o els carrers, col·laborar en activitats programades, fins a oferir ajuda en tasques diàries als cuidadors, acompanyar a fer gestions o a visites del metge, aportar al cuidador el vincle amb el món exterior, informar a l'equip de situacions diferents o anòmales, detectar signes d'alerta...

Mònica Miguélez
(psicòloga de la Fundació Santa Susanna)

Sugeriments i recomanacions del voluntariat amb persones amb demència:

Llibres de coneixement:

- Mace, Nancy i Rabins, Peter. CUANDO EL DÍA TIENE 36 HORAS: una guía para cuidar a enfermos con Alzheimer, pérdida de memoria y demencia senil.
- Fundació La Caixa. PROJECTE "ACTIVEM LA MENT". (http://www.fundacio1.lacaixa.es/webflic/wpr0pres.nsf/wurl/alream800pnd_cat%5EOpenDocument/index.html)
- AFAL. AYÚDANOS A AYUDARLE. MANUAL DEL VOLUNTARIO. ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS. (http://www.obrasocialcajamadrid.es/Ficheros/CMA/ficheros/OSMayores_AlzheimerVolunt.PDF)
- Vila, Josep. GUÍA PRACTICA PARA ENTENDER LOS COMPORTAMIENTOS DE LOS ENFERMOS DE ALZHEIMER.
- CEAFA. ATENDER A UNA PERSONA CON ALZHEIMER.

Pàgines web

- Fundación Matia: www.matiaf.net
- Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Alzheimer: www.ceafa.es
- Fundació Alzheimer España: www.fundacioalzheimeresp.org

Novel·les

- Sparks, Nichola. ELS QUADERNS DE NOA / EL DIARIO DE NOA.

Pel·lícules

- LA CAJA DE PANDORA. Direcció: Yesim Ustaoglu. 2008.
- ¿Y TÚ QUIÉN ERES? Direcció: Antonio Mercero. 2007.
- EL DIARIO DE NOA. Direcció: Nick Cassavetes. 2004.
- IRIS. Direcció: Richard Eyre. 2001.
- EL HIJO DE LA NOVIA. Direcció: Juan José Campanella. 2000.
- UN CAMINO HACIA LALUZ. Direcció: Robert Allan Ackerman. 1999.
- ¿TE ACUERDAS DEL AMOR?. Direcció: Jeff Bleckner. 1985.
- BICICLETA, CULLERA, POMA. Direcció: Carles Bosch. 2010.
- BUCAREST. LA MEMORIA PERDIDA. Direcció: Albert Solé. 2008.

ACOMPANYAMENT AL FINAL DE LA VIDA

Ser voluntari implica sempre voler ajudar, fer un servei, compartir donant alguna cosa de nosaltres i del nostre temps a persones que ho necessiten. Aquesta tasca es pot fer, però, en molts àmbits diversos, segons com som cada ú de nosaltres i el que ens agrada. Per sort, no tots som iguals i és així que, entre tots, podem arribar a tothom.

La paraula que millor descriu la tasca del voluntari o voluntària en l'etapa de fi de vida és acompanyar. Acompanyar, en aquest context, vol dir estar simplement presents, fent costat, humil i discretament, sense imposar-nos, sovint en silenci. Acompanyar significa respectar la vivència, tan íntima i personal, d'aquells que s'apropen al final de la seva vida i dels familiars que anticipen el dol de la separació. Acompanyar significa sentir la seva pena o el seu neguit (perquè també nosaltres som humans i ens commovem), però sense perdre la nostra pau i serenitat interiors, sabent que la força que a nosaltres ens sosté habita també en el fons de tots els altres. Acompanyar significa acceptar no tenir respostes, acceptar que aquell que ara cuidem se n'ha d'anar.

Les característiques personals que ha de tenir el voluntari/a que acompanya al final de la vida són les següents: afinitat especial pels moments més íntims, capacitat per a estar més que per a fer, capacitat per a escoltar més que per a dir, confiança en les persones i en la vida, sense por a la mort (que és una part intrínseca de la vida), gran amor per nosaltres mateixos (que hem après a créixer a través del goig i del patiment), un amor que es tradueix en cura i en respecte al detall més petit de cada moment present. També en aquest àmbit de voluntariat, com tots els altres, trobem la gran paradoxa: volíem ajudar i, finalment, som nosaltres els que més rebem.

Clara Gomis
(psicòloga de la Fundació Santa Susanna)

Sugeriments i recomanacions de l'acompanyament al final de la vida:

Llibres de coneixement

- Kübler-Ross, Elisabeth. LA MORT: UNA AUTORA / LA MUERTE, UN AMENECER.
- De Hennezel, Marie. LA MORT ÍNTIMA / LA MUERTE ÍNTIMA.

Novel·les

- Albom, Mitch. ELS DIMARTS AMB MORRIE / MARTES CON MI VIEJO PROFESOR.
- Schmitt, Eric-Emmanuel. L'OSCAR I LA PEGGY BLUE.
- Allende, Isabel. PAULA.

Pel·lícules

- TIERRAS DE PENUMBRA. Dir.: Richard Attenborough. 1993.
- ÍCARO. Direcció: Esther Flores i Anna Batlle. 2010.
- DESPEDIDAS. Direcció: Yojiro Takita. 2009.

PARTICIPACIÓ EN ACTIVITATS SOCIOCULTURALS

L'objectiu dels voluntaris o col·laboradors que participen en activitats socioculturals és el compartir les pròpies aficions i/o habilitats. Els voluntaris en activitats socioculturals són persones que tenen una habilitat i que la volen compartir, de manera que tothom la gaudeixi. Sovint ens trobem persones que ens comenten que el fet de compartir la seva afició amb altra gent els enriqueix i els dona benestar, perquè compartir una activitat que t'agrada té un factor de contribució social que beneficia a tothom.

Els voluntaris han de tenir en compte la diversitat de persones amb les qui comparteixen la seva habilitat o afició. En el cas de la Fundació Santa Susanna, són diversos els perfils de persones que conviuen a la residència, i esdevé molt important adaptar-se a les recomanacions que fan els professionals que hi treballen.

Algunes de les coses que s'han de tenir en compte alhora de fer un voluntariat són: les dificultats en la comunicació, la comprensió de les converses, el volum de les músiques o la desorientació quan canviem els usuaris d'espais.

Moltes vegades no n'hi ha prou amb la bona voluntat, i val molt la pena formar-se.

Algunes de les activitats que es poden realitzar a la Fundació són: participar i/o dirigir la coral de la residència, el taller de cançons, música i bon humor, poemes acudits..., el taller de decoració, el taller de Costura i labors, el taller de ganxet i mitja, els jocs de taula, la jardineria, les passejades, les sortides i excursions. També es pot participar en les activitats puntuals: Festa major, Castanyada, Setmana Solidària, Nadal, Setmana del Bon Humor, Setmana Cultural, Estiu a la Fresca o la celebració de Santa Susanna.

Gemma Castellón

(educadora social de la Fundació Santa Susanna)

Suggeriments i recomanacions de la participació en activitats socioculturals:

Llibres de coneixement

- VAA. EL VOLUNTARIADO EN LA ACCIÓN SOCIOCULTURAL.
- Trilla, Jaume (coord). ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL.



EN PRIMERA PERSONA

LES VEUS DEL GRUP DE VOLUNTARIS

1. Per què us vareu fer voluntaris?
 - Per ajudar-nos els uns als altres, crear un intercanvi.
 - Perquè vaig viure les necessitats d'un familiar i vaig veure que altres persones també les tenien.
 - Per la disponibilitat després de la jubilació i les ganes de donar.
 - Perquè coneixia la Fundació Santa Susanna i m'hi sentia bé.
 - Per l'esperit d'estimar.
 - Perquè una amiga m'ho va proposar i tenia temps per dedicar-m'hi.
 - Per compartir la meua vida amb els altres.
2. Què aporteu amb la vostra tasca a la Fundació?

Servei, ajuda, alegria, il·lusió, companyia, amistat, afecte, converses, un petó, fer costat, compromís... El que necessita la gent gran, fent útil una mica del nostre temps lliure.
3. Què us aporta la vostra tasca a la Fundació?
 - Més del que dones: satisfacció personal, tranquil·litat, plaer, realització, benestar, més amistats i més relacions, no quedar-te tancat a casa, obrir-nos al món.
 - Fer de voluntari "enganxa".
4. A qui ho recomanarieu?

A tothom que tingui ganes, il·lusió i una mica de temps.

"A vegades, al grup de voluntaris de la Residència, es comenta que en som pocs. Jo us diria: animeu-vos! És tan bo per a ells com per a un mateix. A les persones que fan vida a la residència no els manca res, però la veritat és que la gent gran sempre agraeix les visites, encara que tan sols sigui per escoltar-los i parlar una mica. Si ho proveu us adonareu que, al cap d'una estona, els canvia l'humor.

Demaneu per l'Annabel i us informará!"

Maria Mumbrú Picanyol

Una voluntària de fa molts anys, ben aprofitats.



LES VEUS DELS ANTICS VOLUNTARIS

1. Per què us vareu fer voluntària?
2. Què aportàveu amb la vostra tasca a la Fundació?
3. Què us aportava la vostra tasca a la Fundació?
4. Quins records teniu de la vostra tasca a la Fundació?
5. A qui ho recomanaríeu?



Sra. Pepita Forns

1. Sempre havia fet tasques de voluntariat en diferents entitats i va arribar una època de la meua vida en que em feia por fer-me gran. A més, no havia tingut mai avis i era una cosa que tenia pendent. Així que em vaig oferir a la residència per fer de voluntària.
2. La meua tasca consistia en venir a la residència a trobar-me amb una senyora, la sra. Consol. L'acompanyava al metge i a comprar, passejàvem per diferents indrets de Caldes i parlàvem molt. Ens havíem arribat a estimar.
3. Una riquesa incalculable: el sentit de l'amistat, estimació, alegria, em feia riure, em donava força... Vam establir una complicitat molt especial, era una simbiosi. Jo vaig venir a donar felicitat i ella em donava benestar: era un intercanvi. Fent de voluntària a la residència vaig descobrir la tendresa de la vellesa.
4. Tinc molt bons records: la il·lusió de venir a veure la Consol, haver viscut aquelles estones juntes, tot el que em va ensenyar, tot el que vam parlar... Era un parèntesi de la vida quotidiana (feina, família...) on no hi havia lloc per a enfadar-se o discutir, era una bombolla de felicitat.
5. A tothom, però especialment als més joves. Avui en dia, amb la crisi de valors que hi ha, fa falta que els joves descobreixin el valor del respecte i de l'amistat.

Sr. Torcuato Garcia

(resident i antic voluntari)

1. Per què us vareu fer voluntari?

Coneixia la residència perquè hi va estar ingressada la meua dona. Quan ella va morir, no volia estar sol a casa, volia fer alguna cosa pels altres i vaig venir a oferir-me com a voluntari.

2. Quins records teniu de la vostra tasca a la Fundació?

Tot són bons records: ajudar en el que em demanaven, acompanyar a passejar a residents, moltes estones de conversa, les sortides... Un molt bon record és la sortida al Montseny, on jo m'encarregava de cuinar la carn a la brasa del dinar.

Vaig fer de voluntari fins que ja no vaig poder, ja no em trobava prou bé i vaig venir a viure a la residència. Ara segueixo ajudant als altres i col·laborant en tot el que puc.

3. I actualment, com a resident, com valora la tasca dels voluntaris a la Fundació?

Com a resident agraeixo la tasca de tots els voluntaris, el seu amor i la dedicació als altres.

4. A qui ho recomanaríeu?

A tothom que tingui ganes de col·laborar, però comprenent bé el que es fa.

Sra. M^a Fe Omeñaca

1. El mossèn va fer una crida de voluntaris per a la residència a la parròquia i vaig pensar que em podia agradar.
2. La meua tasca consistia en fer un acompanyament a un resident en concret un dia a la setmana. El que feia era, sobretot, una escolta atenta, fer costat i passar una bona estona. Tot i que venia a veure una persona en concret, els altres residents, amb el pas del temps, també em coneixien i m'esperaven.

També vaig formar part de la comissió per crear els estatuts de l'Associació de Voluntaris de la Fundació Santa Susanna, així com col·laborar en trobades i activitats per a voluntaris.

3. L'alegria de ser útil a altres persones. Saber que t'esperen i tenen ganes de parlar amb tu, t'aporta un benestar intern, et fa estar a gust amb tu mateixa. Jo donava un cop de mà molt petit, però era directe i efectiu.

4. Hi ha records ben diferents. Recordo situacions que em van sobtar molt, sobretot al principi que descobria la vellesa. Però també tinc bons records, moments agradables, vivències entranyables i anècdotes més divertides. Recordo les obres d'ampliació de la residència i la millora que va suposar pel dia a dia als residents, així com les festes i els balls a la terrassa, i moltes sortides i activitats.

5. Ho he recomanat a molta gent. És una tasca que poden fer persones de totes les edats i ho recomano a persones que tinguin ganes de fer coses pels altres i, sobretot, es vegin fortes. El voluntariat és una tasca gratificant però cal estar bé amb tu mateix, disposat al servei que fas, tenir la mentalitat oberta, saber escoltar i fer costat. No calen paraules, només estar a la seva disposició i anar fent segons els residents van demanant.

LA VEU DE LA JUNTA

Sr. Ramon Prat (patró de la Fundació)

1. Com està constituït el patronat?

El patronat, tal com indiquen els Estatuts de la Fundació, està constituït per vuit persones. Tres patrons provenen de l'Ajuntament i tres provenen de la parròquia Santa Maria i, aquests sis patrons, escullen a dos patrons més fins arribar als vuit membres.

L'alcalde sempre és el president del patronat i, el rector, el vicepresident. Aquests dos patrons es dediquen a les funcions més institucionals i representen la Fundació al poble. Un dels patrons exerceix de secretari, i la resta es divideixen les tasques econòmiques, assistencials i les obres.

Les decisions que s'han de prendre com a patronat, es prenen en comú, tots junts.

2. Com ha de ser un patró?

La característica més important d'un patró és la independència: no dependre d'interessos personals a l'hora de prendre decisions, sinó tenir present la finalitat de la institució per damunt de tot.

Altres qualitats molt importants són: la dedicació, l'interès i l'honradesa.

3. En què consisteix la seva dedicació?

La nostra dedicació és una tasca voluntària.

Els patrons ens trobem periòdicament cada quinze dies a les reunions de la junta. I segons les funcions de cada patró, té una dedicació especial en el seguiment de cada tema, ja sigui l'economia, l'assistència, les obres o el secretariat.

El patronat canalitza l'esforç diari dels treballadors i treballadores de la Fundació; ells també han de vetllar per la institució i exercir correctament la seva tasca.

4. Què aporteu amb la vostra tasca a la Fundació?

Aportem la nostra experiència i els coneixements professionals. Es podria dir que aportem els èxits i els errors de la nostra vida professional per al bé de la Fundació.

5. Què us aporta la vostra tasca a la Fundació?

Ens aporta realització i satisfacció personal. Si nos fos així, no tindria sentit la nostra tasca i dedicació.

6. Com s'imagina la Fundació d'aquí uns anys?

Idèntica però diferent. Amb els anys hi haurà gent nova que aportarà noves idees, i la Fundació s'haurà d'adaptar al canvi del perfil dels usuaris i a les noves necessitats, però amb el mateix principis i el mateix esperit fundacional.



FORMACIÓ GENERAL PER A VOLUNTARIS: L'ESCOLTA ACTIVA

La Fundació Santa Susanna va organitzar el mes de juny un curs de formació general per a millorar la tasca de les persones voluntàries. El tema escollit va ser: L'ESCOLTA ACTIVA, per seguir treballant el tema ja iniciat l'any passat.



QUÈ ÉS L'ESCOLTA ACTIVA?

Escoltar és bàsic en tots els aspectes de la vida, però en la tasca del voluntari és indispensable. Escoltar de forma adequada és donar a les persones la importància que tenen i que realment es mereixen.

Quan escoltem de forma activa tenim la possibilitat d'arribar veritablement a l'altre i comprendre'l des de la seva visió i des dels seus sentiments.

OBJECTIUS DEL CURS

Donar eines per aconseguir una escolta de qualitat, entenent els diferents tipus d'escolta, la importància de ser escoltats i la sensació que ens produeix no ser-ho.

Veure què cal corregir i poder treballar les fases de l'escolta, que ens portin a descobrir que escoltar bé pot esdevenir un privilegi.

COMENTARIS DELS PARTICIPANTS

Algunes de les reflexions i aplicacions que van comentar els voluntaris que van participar a les jornades de formació van ser:

“S'ha d'escoltar sense interrompre, interpretar ni jutjar.”

“S'ha d'escoltar a tota la persona, no només el que diu, sinó tenint present els seus sentiments i expressions.”

“Hem d'aprendre a escoltar centrant-los en l'altra persona.”

“Hem de partir de la idea que tots som iguals i parlar de persona a persona.”



POEMA

GRUP DE VOLUNTARIS

Grans i joves podeu ser,
voluntaris; tu també.

Responeu a aquesta crida,
hi ha algú que us necessita.

Una bona voluntat
és tot el que heu portat.

Per fer passar l'estona
al resident que s'enyora.

De normes no en trobareu,
quan hi vingueu, ja ho veureu.

Esperem que us decidiu,
entreu en el grup; feu caliu

Voleu, doncs, ser voluntaris?
no cal venir-hi a diari.

On passar-hi unes estones,
te'n dóna moltes de bones.

L'alegria que els donareu
és cosa que no té preu.

Us ho diem de tot cor,
doneu un mica d'amor.

No sabeu com ho agraeixen els
els avis que hi resideixen.

Tant si és enraonar
com anar a passejar.

Animeu-vos, algú vol
una mica de consol.

Res no ens costen uns moments
de fer costat a algun d'ells.

I si algún dia ho proveu,
veureu com no us enganyem.

Sempre sereu benvinguts,
i per tots molt ben rebuts.

Conxita Estrada
(antiga voluntària)

CALENDARI D'ACTIVITATS

Les activitats programades durant l'any 2010 en motiu de la celebració dels 20 anys del grup de voluntaris són:

**PRESENTACIÓ DEL NOU
PROJECTE DE VOLUNTARIAT**

dia: 3 de juny
horari: 18:00
lloc: Jardí de Santa Susanna



**FORMACIÓ GENERAL:
L'ESCOLTA ACTIVA**

dies: 10 i 11 de juny
horari: de 9:30 a 13:30
lloc: Jardí de Santa Susanna
a càrrec: Federació Catalana de Voluntariat Social

**FORMACIÓ ESPECÍFICA:
VOLUNTARIAT AMB GENT GRAN**

dies: 6, 13 i 20 d'octubre
horari: de 16:00 a 19:00
lloc: Jardí de Santa Susanna
a càrrec: professionals de la
Fundació Santa Susanna

**FORMACIÓ ESPECÍFICA:
VOLUNTARIAT AMB PERSONES AMB DEMÈNCIA**

dies: 15, 22 i 29 de setembre
horari: de 16:00 a 19:00
lloc: Jardí de Santa Susanna
a càrrec: professionals de la
Fundació Santa Susanna

**FORMACIÓ ESPECÍFICA:
ACOMPANYAMENT AL FINAL DE LA VIDA**

dies: 27 d'octubre i 3 i 10 de novembre
horari: de 16:00 a 19:00
lloc: Jardí de Santa Susanna
a càrrec: professionals de la
Fundació Santa Susanna

**CELEBRACIÓ:
20 ANYS DEL GRUP DE VOLUNTARIS**

dia: 17 de desembre
11:00 EUCARISTIA
12:00 TAULA D'EXPERIÈNCIES
14:00 DINAR DE GERMANOR
16:00 FESTA AMB ELS RESIDENTS

lloc: Fundació Santa Susanna

**FORMACIÓ ESPECÍFICA:
PARTICIPACIÓ EN ACTIVITATS SOCIOCULTURALS**

dies: 17 i 24 de novembre i 1 de desembre
horari: de 16:00 a 19:00
lloc: Jardí de Santa Susanna
a càrrec: professionals de la
Fundació Santa Susanna



TALLER DE MEMÒRIA

Activitat formativa per a conèixer el funcionament de la memòria i aprendre estratègies per millorar-ne el rendiment. Hi ha dos grups:

Grup d'introducció a l'entrenament de la memòria
Taller de manteniment de la memòria

A càrrec de la sra. Montserrat Guàrdia (psicòloga)

.....

GIMNÀSTICA PER ADULTS I GENT GRAN

Gimnàstica de manteniment per a mantenir-se actiu i millorar la qualitat de vida.

A càrrec del sr. Miguel Angel Gancedo (professor d'activitat física)

.....

BALLS I DANSES PER A GENT GRAN

Balls i danses per a mantenir-se actiu en la vellesa.

A càrrec del sr. Miguel Angel Gancedo (professor d'activitat física)

.....

GIMNÀSTICA PER A FAMILIARS I CUIDADORS

Grup de familiars per a realitzar exercicis de relaxació, respiració i estiraments que ajudin a tenir un estil de vida més saludable i per trobar-se millor.

A càrrec del sr. Miguel Angel Gancedo (professor d'activitat física)

.....

TROBADES DE CUIDADORS DE PERSONES AMB DEMÈNCIA

Espai de trobada de familiars cuidadors de persones amb demència en les diferents fases per a compartir, ajudar-se i aprendre.

A càrrec de la sra. Manuela Castro (treballadora social) i la sra. Mónica Míguez (psicòloga)

GRUP DE SUPORT PER A FAMILIARS DE PERSONES EN PROCÉS DE FINAL DE VIDA

Espai de trobada de familiars cuidadors de persones amb demència en etapa avançada de la malaltia per a compartir dificultats i intercanviar sentiments.

A càrrec de la sra. Manuela Castro (treballadora social) i la sra. Olga Bosch (psicòloga)

.....

SERVEI D'ATENCIÓ AL DOL

Espai de trobada, individual o grupal, on és possible parlar del nostre dolor i compartir la nostra experiència en un context on trobar-nos compresos i acollits, acompanyats de professionals que ens podran guiar i ajudar a evolucionar en aquest temps que s'anomena procés de dol.

A càrrec de la sra. Clara Gomis (psicòloga)

.....

SERVEIS A LA LLAR

La Fundació Santa Susanna també l'ajuda a casa seva. Aquest servei ens apropa a les vostres llars i ens permet donar assistència i confort a aquelles persones grans que volen continuar al seu domicili malgrat que necessitin l'ajuda de professionals especialitzats.

Serveis que oferim:

- Neteja i suport a la llar
 - Bugaderia a domicili
 - Companyia i acompanyaments
 - Suport a la persona
 - Infermeria
 - Ajudes tècniques
 - Orientació i assessorament en situacions de canvi.
-

GIMNÀSTICA SUAU

Activitat per a recuperar la nostra harmonia corporal i sentir-nos bé i saludables mitjançant moviments lents, postures precises i una respiració saludable.

A càrrec del sr. Miguel Ángel Gancedo (professor d'activitat física)

L'ESBARJO DE LA RESIDÈNCIA	
EDITA:	COL-LABORA:
	
SANTASUSANNA	Ajuntament de Caldes de Montbui
	LOCAL SOCIAL:
	Residència Sta. Susanna
	Font i Boet, 16
	Telèfon 93 865 49 94
	Serveis Socials Municipals
	Telèfon 93 865 44 66
CREUS CAL·LÍGRAF, S.L. - Dip. Legal: B-37.005 - 89	

Per a més informació:
FUNDACIÓ SANTA SUSANNA
c/ Font i Boet, 16 - 93 865 49 94
info@fundaciostasusanna.cat
www.fundaciostasusanna.cat