

LA VEU DEL PAIRAL

Revista trimestral



Carta de la direcció

La Direcció i el Patronat del Pairal, treballem conjuntament per aconseguir la màxima qualitat de vida de les persones residents i usuàries de centre de dia.

Això que es resumeix en una frase, és un projecte carregat de plantejaments, avaluacions, comparacions i accions que ens permet donar forma al que després es mostra a l'exterior.

Posem la intenció principal en fer sentir a les persones que estan en un lloc còmode, net, endreçat i agradable en que val la pena viure.

Per això estem pintant l'interior i exterior del centre, tenint molta cura i escollint els colors i materials que donin aquest caire de calidesa que convida a relaxar-se.



Cuidem amb gran estima el nostre jardí, perquè sigui un espai a on les persones poden trobar racons d'intimitat si així ho volen, i també per fer trobades a l'aire lliure amb els seus companys i famílies, així com estirar les cames i caminar en l'ambient acollidor que proporcionen els arbres i plantes, que mantenim amb cura perquè serveixin de refugi tranquil i segur.

En aquest sentit, hem obert una nova activitat individual que hem anomenat “no ens quedem plantats” i que lidera la nostra animadora, Silvia Ocaña, a on les persones poden cuidar les seves plantes en el lloc del jardí que vulguin. A aquest projecte s'han sumat ja tres persones; una resident ha plantat un llimoner que ja li ha donat les primeres llimones, una altra senyora ha posat quatre geranis que va a veure cada dia i amaga sota la taula quan plou molt, i una altra persona està esperant que els esqueixos que va plantar es desenvolupin. Això obliga a les persones a sortir a fora, alhora que tenen una ocupació individual que les fa sentir bé.

També hem tingut algun ensurt que ens ha obligat a prendre mesures reparadores i de manteniment.

El nostre municipi des de fa anys, és llar d'una gran quantitat d'aus que s'instal·len des de sempre a la nostra teulada, essent motiu de diferents problemàtiques com goteres, trencadissa de teules etc, i en aquesta ocasió, van niar una gran quantitat d'aquestes a sota de les plaques fotovoltaïques de casa nostra -més de quaranta plaques instal·lades- posant en risc l'estructura i la funcionalitat de les mateixes. Vam haver de fer una tasca complicada que va consistir en netejar bé la zona, i instal·lar elements espanta aus per deixar protegida la zona.

Aquesta Direcció, dins del projecte “Viure sense barreres”, està compromesa en la cura de les persones lliures de contencions, i amb una dedicació intensa de tot l'equip de professionals, sota la mirada atenta de l'equip líder del projecte format per un representant de totes les disciplines, i posant sempre el focus en les necessitats de cada persona individual, hem aconseguit retirar el 95% de contencions físiques -cinturons i baranes dels llits- amb l'adquisició de diferents elements que complementen les accions de vigilància i observació de les persones amb risc de caiguda.

Hem comprat quatre llits cota zero, que baixen fins a 10 cm del terra i que amb la col·locació de matalassos al voltant dels mateixos, fan de coixí en cas de possibles desplaçaments. També hem comprat coixins especials, que acomoden a la persona al llit pels laterals, i sensors de moviment que ens avisen quan algú s'aixeca. Amb tot, hem aconseguit tornar la llibertat que ens mereixem totes les persones, sigui quin sigui el nostre estat cognitiu, a la vegada que minimitzem els riscos.

Seguim.

Rosa Escribano
Directora de la Casa Pairal

Activitats

TALLER DE LECTURA

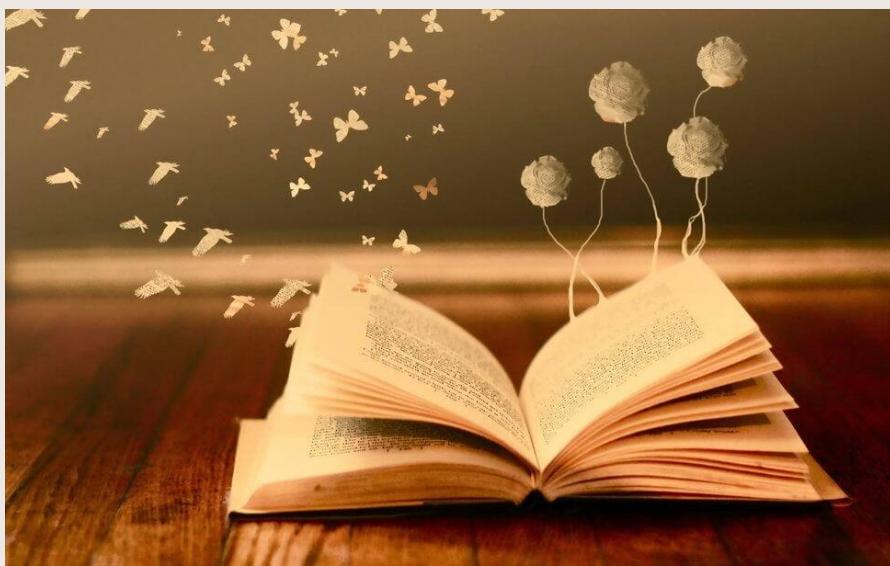
En aquest taller, que es realitza els dimarts a la tarda, escoltem, compartim, generem emocions... Es treballa també la memòria, ja que, abans d'iniciar la lectura, recordem els trets generals de la història i ens situem on ho havíem deixat la setmana anterior.

Incorporem processos de diàleg, aturant la lectura en algun punt que permet explicar els propis records i experiències emocionals (sensacions, sentiments, pensaments...) i l'atenció, per tal d'anar seguint el fil de la història i els seus personatges. Les obres que hem llegit:

- La ciutat sense muralles (Oriol Vergés)
- La Plaça del Diamant (Mercè Rodoreda)
- El Lazarillo de Tormes
- Un “t'estimo més a Cabrils” (Mar Rubio)
- Cabrils, Sao Paulo, Barcelona (Emilia Llamola)

En algunes ocasions hem tingut la sort de parlar directament amb els autors del llibre i fins i tot amb algun dels seus protagonistes. Poder establir un feedback directe, fent preguntes més concretes sobre la novel·la ha estat un privilegi.

Poder conèixer l'escriptor/a, enriqueix molt més aquesta activitat, on, a part d'escoltar, ens transporta a moments i records que en ocasions romanen aparcats i que sorgeixen de nou fent reviure i compartint moments únics.



Silvia Ocaña
Animadora Sociocultural

Recepta de l'àvia

ZARZUELA

Ingredientes:

- Merluza
- Rape
- Gambas
- Mejillones
- Almejas
- Cebolla
- Tomate en conserva natural
- Caldo de pescado
- Aceite de oliva
- Sal



Procedimiento:

1. Limpiamos bien las almejas y mejillones que dejaremos en remojo. Mientras, la merluza y el rape, que pediremos en la pescadería que nos lo limpien bien, los ponemos a cocer unos 20 minutos.
2. Sacaremos el pescado y lo sazonaremos.
3. En una cazuela grande con aceite, añadiremos la cebolla rallada y el tomate previamente triturado. Seguidamente añadiremos el pescado y lo dejaremos dorar, pero que el interior quede crudo.
4. En otra olla se cocerán los mejillones y las almejas para abrirlos y colarlos. Después coceremos las gambas.
5. Cuando todo esté hecho, lo añadimos a la cazuela grande con el tomate y la cebolla. Después añadimos el caldo de pescado.
6. Dejaremos que se haga todo junto durante 40 minutos.
7. ¡A disfrutar!

Lucía Bueno
Planchadora en una tintorería

Aprenem

QUALITAT DE VIDA I L'ESCALA DE VALORACIÓ

Segur que hem escoltat el concepte de “qualitat de vida” però no sabem exactament a que es refereix. La OMS (1994) defineix la idea de “qualitat de vida” com la percepció de cada individu sobre la seva posició en la vida, tenint en compte el context social, cultural, y el sistema de valors en el que viu, en respecte a les seves metes, expectatives, normes i preocupacions.

A dia d'avui es un aspecte molt rellevant en l'àmbit de serveis socials, educatiu i de salut. Això permet donar importància a les opinions, emocions i experiències de la mateixa persona i així poder adaptar els serveis que s'ofereix en funció d'aquests aspectes, a més de les activitats i programes.

L'Institut Català d'Assistència i Serveis Socials (ICASS), com a organització de l'Administració pública de la Generalitat de Catalunya, ha treballat per al desenvolupament de l'Escala de Valoració de la Qualitat de Vida GENCAT (Schalock y Verdugo) amb l'objectiu de la millora de la qualitat dels serveis socials. Aquesta escala pretén realitzar una avaluació objectiva de la qualitat de vida, tenint en compte diversos factors com són el benestar emocional, el benestar físic, el benestar material, les relacions interpersonals, la inclusió social, el desenvolupament personal, l'autodeterminació i els drets.

L'Escala GENCAT (Schalock y Verdugo) es realitzarà en un període mínim d'un mes i mig des de el moment de l'ingrés, ja que ha de superar el temps d'adaptació i així els professionals podem valorar certs aspectes observables a tenir en compte. A més, aquesta escala té la intenció de poder establir uns plans d'atenció i suport personalitzats i adequats a les necessitats actuals i futures dels residents.

Una vegada hem tingut l'entrevista on hem pogut desenvolupar l'enquesta des de el punt de vista del resident, aquesta l'hem d'analitzar per treure-hi conclusions. A partir de les puntuacions que hem extret de cada un dels factors mencionats anteriorment i segons el tipus de resident, tindrem un barem amb unes qualificacions o d'altres. Una vegada realitzats els sumatoris, obtindrem l'índex de qualitat de vida i podrem observar quin dels factors es el més destacat i a tenir en compte per millorar, en cas de que es manifestin mancances.

Alba Domínguez
Treballadora Social
Núm. Col. 11578

Coneixem-nos

ENTREVISTA MATILDE GARCÍA

Matilde tiene 97 años, nació en Melilla y estuvo allí hasta que se casó a los 21 años. Sus padres se trasladaron desde Almería porque no les iba muy bien la vida y querían mejorar. En Melilla nacieron y criaron a sus cuatro hijos: Magdalena, María, Francisco y Matilde.

Todos trabajaban y ayudaban en casa, recuerda comer muy buen pescado de ir al mercado y traer la cesta llena por 20 céntimos.



1. ¿Cómo te definirías?

Soy muy sana de corazón, me gusta ayudar a los demás en todo lo que puedo, y muy limpia y muy trabajadora.

Me gusta mucho el pescado, una tapita de gambas con cerveza me hace feliz.

2. Dime un recuerdo de tu infancia.

Me acuerdo del último regalo que me hizo mi padre para Reyes: una muñeca de cartón. La conservé mucho tiempo y la cuidaba mucho para que no se estropeará. Ahora tienen de todo y todo les dura poco, se tira mucho...

3. ¿Has trabajado alguna vez?

Hacía ropa de militar, las camisas de la Legión, que llevaban 11 ojales, los botones, las presillas y había que montar a mano el cuello. Ganaba 7 pesetas por doce camisas y tenía que poner yo el hilo. Desde las ocho de la mañana hasta las siete de la tarde que las entregaba dobladas y planchadas.

4. ¿Has viajado alguna vez?

He estado en Asturias, Burgos, Málaga, Granada, Madrid... Me gustaba mucho viajar, iba siempre en tren porque el avión me da miedo.

5. ¿Qué es lo que más te gusta de vivir en el Pairal?

Me gusta mucho el jardín y ver las plantas y los árboles. Estoy a gusto y tranquila

Continuamos hablando de cuando estuvo viviendo en el Sahara, de recetas de platos de los de antes (puchero, estofados, verduras...), de su infancia y juventud, de su marido, de su hija... Noventa y siete años dan para mucho...

Coneixem-nos

ENTREVISTA ELENA CAICEDO

Maria Elena es de aquellas personas que transmiten calma en cuanto empiezas a hablar con ella. Mantiene siempre un tono pausado y a la vez vas viendo, detrás de esa sencillez, a una mujer fuerte, con decisión y que afronta la vida de cara.

1. ¿Cómo te definirías?

Soy una persona tranquila, sencilla y reservada, no soy de hablar mucho. Tengo mucha paciencia, me gusta escuchar a la gente y me gusta trabajar y ser independiente.

2. ¿Qué haces en el Pairal y cuánto tiempo hace que trabajas aquí?

Llevo aquí desde 2018, es decir, llevo 7 años en la Casa Pairal.

Empecé en el área de lavandería, pero actualmente estoy en limpieza.

Esta ha sido mi primera vez trabajando en una residencia y me gusta mucho. Me gusta mucho prestarle atención a los residentes cuando tengo un ratito.



3. ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

Me gusta pasar tiempo con mis hijos, ver una buena película, coger el coche e ir por ahí de paseo. El último viaje que hicimos fue a Andorra. Me gusta preparar postres, pasteles, cupcakes... ¡Me gusta el dulce! También me gusta jugar a juegos de mesa con mi marido y mi hijo, mi hija mayor ya se ha independizado. Siempre intentamos pasar tiempo en familia.

Alguien dijo que “La felicidad es saber apreciar las cosas sencillas de la vida” ... eso es lo que hace Maria Elena, lo que la hace especial y una persona de aquellas que no notas cuando está cerca pero que echas de menos si no está presente.

Gisela Bonilla
Psicòloga Sanitària
Núm. Col. 21574

Racó de les famílies

Hola famílies!!

Aquest és el vostre racó.

Us engresquem a fer-nos arribar suggeriments i/o propostes per la revista.

Ens ho podeu fer arribar a recepciocasapairal@gmail.com.

També ens podeu seguir a:

- Fundació Privada Casa Pairal



- @fundacioprivadacasapairal



- A la nostra web:

www.casapairal.org

Racó de les famílies

Família de la Àngela Vinardell

Avui us parlarem una mica de la Ma. Àngela Vinardell. Qui us parla és la seva filla Ma. Àngels per tan aquest és el meu punt de vista.

La Ma. Àngela va néixer l'any 1931 a Vilassar de Mar al carrer de Sant Josep. L'any 1939 va perdre el pare que havia tornat de la guerra malalt. La seva mare va haver de tirar endavant sola amb les dues nenes, la Ma. Àngela amb 8 any i la seva germana Carme de 9 mesos. Eren temps difícils (la postguerra) però tot i així va tenir una infància feliç ja que la seva mare era una persona boníssima i tothom l'estimava i l'ajudava.

La Ma. Àngela va poder anar al Col·legi de les Monges Franciscanes sense pagar a canvi d'ajudar a les monges

en diferents tasques). Ja de ben joveneta va anar a treballar a la Pastisseria Falgueres com a dependenta. Després va treballar en una fàbrica de colonials i espècies. Tal com es feia abans al casar-se ho va deixar i es va quedar a casa però quan va néixer la seva segona filla va tenir la pensada de posar una botiga de comestibles al baix de la casa on ja vivia del carrer Sant Josep per poder col·laborar en l'economia familiar. A la casa en aquell moment hi vivien la Ma. Àngela, la seva mare, la seva germana (encara soltera), el seu marit i les dues nenes (Ma. Àngels i Montserrat) per tan érem colla. Més tard va néixer en Jaume l'altre fill de la Ma. Àngela.

La botiga era una botiga clàssica de poble, tenien una mica de tot. Quan va començar a haver-hi les primeres cadenes de supermercats (Spar i d'altres) la clientela va anar baixant i finalment vam haver de tancar però com que ella ja tenia els fills més grandets i la sort de tenir la mare a casa va anar a treballar primer a una fàbrica de Cartonatges al mateix carrer Sant Josep on vivia i després la varen traslladar en un edifici a la zona que en dèiem "Els talons de Goma" avui carrer Picasso i després ja gairebé a punt de jubilar-se va anar a treballar amb el seu marit a Floricultura Aldrufeu (propietat del seu cunyat).

Ja veieu que no ha estat pas gaire quieta. Un cop jubilada va poder gaudir amb el marit d'un descans ben merescut. A tots dos els agradava agafar el cotxe i anar a veure algun indret a Catalunya i cada setmana anaven a dinar un dia fora de casa. També anaven molt a la Vall d'Aran al poble de Gessa ja que de més joves hi havia anat molts anys de vacances d'estiu i havien fet tanta amistat amb la gent de la casa on s'estaven que ja eren com de la família.

Al morir el marit el desembre de l'any 2014 ella va quedar sola a casa seva però com que gaudia de bona salut i els fills la recolzàvem i l'acompanyàvem va anar fent. Anava un parell de dies a la setmana al Pairal al Centre de dia per tal d'estar més acompanyada i fer activitats. Malauradament la degeneració macular que patia va anar empitjorant i va arribar el dia que la pèrdua important de visió va fer que ens plantegéssim buscar una persona perquè visqués amb ella o buscar una residència. Ella va preferir la residència (El Pairal) perquè com que ja hi anava al Centre de dia, ja coneixia el personal i el lloc i així va ser com va poder entrar-hi quan va quedar una plaça vacant. Això va ser el Juliol del 2020 i just una setmana després



d'entrar-hi hi va haver un tancament del centre per la pandèmia ja que hi havia un rebrot del COVID.

Els primers temps que hi era podia fer moltes més activitats de les que pot fer avui en dia degut a l'augment de la pèrdua de visió i per qüestions de l'edat però ella en general està contenta i s'hi troba ben atesa i acompanyada. La família l'anem a buscar un parell de cops entre setmana i els diumenges també dina amb la família. Vull dir amb això que la família estem tranquils perquè sabem que estar cuidada i les atencions bàsiques no li falten. Es molt important que ella senti que la seva família hi és i que l'estimem i vetllem en tot moment pel seu ben estar.

Vull donar les gràcies a tot el personal per la seva dedicació

Família ALDRUFEU-VINARDELL

Actualitat

FAÇANA

Hem sanejat la façana, la reixa i el pedrís del carrer Rosari.



HABITACIÓ CONFORT

S'ha renovat l'habitació confort per tal de convertir-la en un espai tranquil i acollidor.



Aniversaris

Gener

6	Carmen Yebra
8	Rosa Gonzalez
16	Eugeni Sales
17	M ^a Àngela Vinardell
17	Pilar Gelabert
22	Alfredo Torrente
24	Montserrat Solé
28	Rosario Calvo

Febrer

4	Lucía Bueno
7	Pilar Tomás
15	Aurora Fontanet
17	Felix Gomez
19	Alfonsa Charles
22	Esperanza Romero
28	Joan Albarracín

Març

1	Joan Lopez
5	Mercè Dominguez
7	Núria Teixidó
11	Matilde García
16	Glòria Maymó
30	Miquel Roig

