

# LA VEU DEL PAIRAL

Revista trimestral



# Carta de la direcció

## Celebrar la vida i honorar la mort

Aquest trimestre voldria parlar-vos d'un tema que, encara que difícil, forma part inevitable de la nostra vida compartida: la mort.

En una residència, aquest comiat hi és present de manera més propera i visible que en molts altres espais, i és normal que ens faci pensar i sentir.

Per a nosaltres, que tenim el privilegi i la responsabilitat de cuidar, la mort no és només un final, sinó un moment en què es posa de manifest la veritable essència de la nostra feina: acompanyar. Quan arriba l'hora, no ens acomiadem només d'un resident, sinó d'una persona que ens ha confiat la seva vida, els seus records i el seu temps. I això ens toca el cor.



Cada vegada que compartim els darrers dies amb algú, aprenem. Aprenem el valor de les paraules senzilles, d'una mà agafada, d'una mirada plena de calma i d'una presència silenciosa que diu més que qualsevol discurs. Aprenem que la cura no és només física, sinó també emocional i espiritual: ser-hi, donar calidesa, donar dignitat.

També aprenem de les famílies, que ens mostren la força de l'amor en els moments més fràgils. I ens adonem que, quan acompanyem algú en el seu final, no estem sols: formem part d'una comunitat que es dona suport, que plora plegada i que també sap celebrar la vida que s'ha viscut.

Honar la mort vol dir, per a nosaltres, recordar que la vida és un regal preciós. Vol dir valorar les converses quotidianes, les rialles compartides, els petits gestos que omplen els dies. Cada persona que ens deixa ens regala una lliçó de coratge i de transcendència, i ens anima a viure amb més consciència i gratitud.

Acompanyar en la vida i també en la mort és un honor i un deure que al Pairal fem amb el cor. I és per això que cada comiat es converteix també en un agraïment: per la confiança rebuda, per les històries compartides i per la petjada que cada resident deixa en nosaltres.

# El racó del Patronat

Aquest mes a la revista de la residència tenim el goig de conversar amb en Tomàs Mayor, un home senzill, discret, molt estimat a Vilassar i amb un gran amor per Catalunya i per la seva gent. Ha fet molts amics a la vida, en especial en Josep Rodón, amiatat encara viva a dia d'avui.

Nascut a Vilassar de Mar fa 94 anys, és fill de pescadors vinguts de Villajoyosa (Alacant), com molts vilassarencs. Els seus primers estudis van ser a la Suïssa amb les monges i després amb els “hermanos de la Salle”. Ben jove, però, va començar a treballar i a ajudar a casa.

Els primers passos laborals el van portar a fer d'escolà al Casal de Curació, i, sobretot, va rebre la influència de mossèn Pere Ribot i mossèn Rebull, que li van transmetre la passió per la música. Des d'aleshores, el cantar ha estat la seva gran afició: tota la vida ha format part de la coral Englantina, amb la qual ha viscut moments molt especials. Encara avui, tot i les limitacions físiques, conserva un bon to de veu. Va cantar davant meu.

La seva trajectòria professional ha estat diversa: va treballar en una lampisteria, en una fusteria i fins i tot a l'obra de Can Falgueres els caps de setmana, d'on hi guarda un gran record. Però la seva vida laboral va quedar marcada pel transport. Gràcies a l'ajuda de l'amic Oriol Mir va adquirir el primer camió i, posteriorment, es va associar amb els germans Tenes per fundar TRANSVIL, empresa que va ser el seu gran projecte. També va dedicar quatre anys al servei públic com a regidor de l'Ajuntament de Vilassar, els dos darrers dins del grup de Convergència i Unió.

En Tomàs ha viscut moments difícils, amb la pèrdua de la seva dona, la filla, el gendre i dues germanes, però també moltes alegries. Una de les més importants va ser la creació de l'Escola Pérez Sala, un projecte que va tirar endavant amb esforç i il·lusió l'any 1976, amb el suport de l'alcalde i del Ministeri d'Educació.

Té un vincle molt especial amb la Casa Pairal, de la qual ha estat patró des de fa molts anys: “Si el Pairal no hagués existit, l'hauríem d'haver inventat”, afirma amb un somriure.

Avui, en Tomàs continua essent un home entusiasta, amb un gran esperit i un record viu de tota la seva trajectòria. El poble de Vilassar i la Casa Pairal li deuen molt.



Pere Guardiola  
Membre del Patronat des de l'any 1999

# Activitats

## ACTIVITAT FEM POLSERES!

Fer polseres va començar com una activitat d'entreteniment durant els dies que vam estar sense ascensor. Va ser un recurs per tal de escurçar l'espera fins poder reprendre la nostra quotidianitat.

Una distracció que promou la coordinació; passant el fil; millorant així les habilitats motrius.

Comencem l'activitat triant quin tipus de “boletes” els hi agrada més, organitzen la sèrie que volen reproduir a sobre de la taula i comencen a muntar. Aquesta manera de realitzar una acció: ordenant i estructurant la idea des de l'inici, ens permet afavorir la concentració i ens ajuda a relaxar-nos.

Això ha trobat els seus adeptes, i moltes de les nostres residents ha incorporat aquesta activitat com a un hobby durant les seves estones de lleure. Familiars, treballadors, companyes... han rebut com a regal una d'aquestes polseres, el fet de donar un sentit d'utilitat a aquesta tasca també és una motivació afegida per poder seguir donant continuïtat a aquesta activitat



Silvia Ocaña  
Animadora Sociocultural

# Recepta de l'àvia

## SARSUELA

### Ingredients:

- Rap
- Lluç
- Gambes
- Petxines
- Ceba, all, tomàquet, brou, sal i oli pel sofregit
- Ametlles, avellanes, pa torrat, all i julivert per la picada
- 

### Procediment:

1. Enfarinar i fregir el peix. En el mateix oli, sofregir les gambes i les petxines. Retirar.
2. En la mateixa cassola fer el sofregit a foc baix.
3. Incorporar tot el peix al sofregit i afegir la picada.
4. Afegir el brou i deixar que faci “xup-xup”.
5. Incorporar les gambes i les petxines i acabar de coure fins que la salsa estigui lligada.

IMPORTANT: Remenar la cassola sacsejant perquè no s'enganxi però no remoure amb la Cullera.

Prepareu força pa perquè us llepareu els dits!!



Maria Vélez  
Modista

# Aprenem

## EL PROCÉS D'ADAPTACIÓ A LA CASA PAIRAL

Entrar a viure en una residència és un canvi important tant per a la persona gran com per a la seva família. És un procés que requereix temps, paciència i acompanyament. Adaptar-se a un nou entorn, a unes rutines diferents i a conviure amb noves persones és un repte, però també una oportunitat de benestar i de creixement personal.

Els primers dies sovint són els més difícils. És normal sentir enyorança de la llar pròpia i una certa incertesa davant el desconegut. Per això és tan important que la persona gran se senti acollida i acompanyada pel personal de la residència, que l'ajuda a crear noves rutines i a sentir seguretat en aquest entorn.

En el cas de persones amb demència, cal adaptar el procés amb especial cura: a vegades pot ser útil reduir les visites familiars al començament, per evitar desorientació i afavorir una millor adaptació. En canvi, en altres situacions, mantenir cert contacte pot resultar positiu. Per això, cada cas es valora individualment, amb l'objectiu que el resident se senti tranquil i protegit.

A la Casa Pairal treballem seguint el model d'Atenció Centrada en la Persona (ACP). Això vol dir que respectem les preferències, la història de vida i els interessos de cada resident, i que adaptem les cures i el suport a la seva manera de ser. Tot l'equip (infermeria, fisioteràpia, psicologia, treball social, animació, cures auxiliars, etc.) hi té un paper actiu, amb la missió d'escoltar, comprendre i oferir un suport personalitzat.

Conviure amb altres persones pot ser una experiència molt enriquidora. Compartir espais, converses i activitats ajuda a crear vincles i a sentir-se part d'una comunitat. Les activitats lúdiques i terapèutiques que oferim són una eina clau per fomentar la integració i el benestar emocional.

Cada persona viu l'adaptació al seu ritme. Hi ha qui s'hi troba a gust de seguida i hi ha qui necessita més temps. És essencial respectar aquest procés i acompanyar-lo amb comprensió i afecte. El més important és que el resident se senti escoltat, valorat i respectat en tot moment.

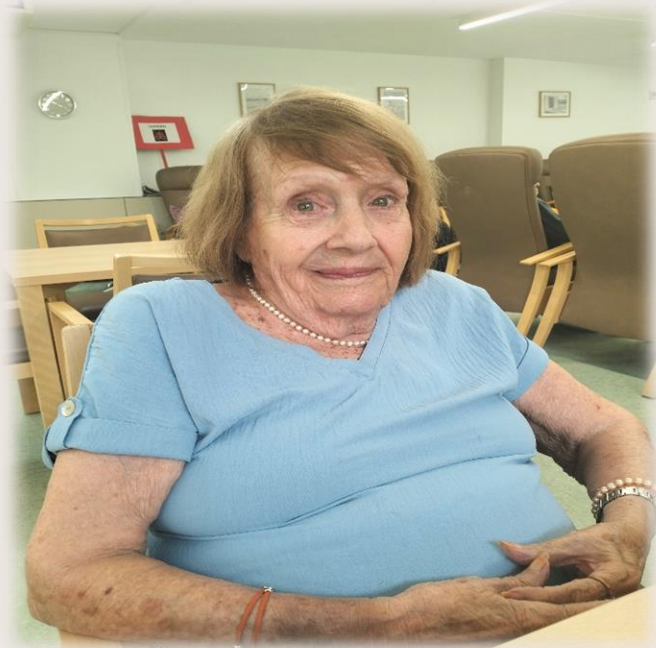
Adaptar-se a la residència no és només acostumar-se a un nou espai, sinó descobrir un lloc on poder viure amb seguretat, dignitat i qualitat de vida. Amb el suport de la família, l'acompanyament professional i una atenció basada en la persona, aquest procés es converteix en un camí cap a una nova etapa plena d'oportunitats per viure i compartir.

Gisela Bonilla  
Psicòloga Sanitària  
Núm. Col. 21574

# Coneixem-nos

## ENTREVISTA ELISA PALMES

En un primer moment, l'Elisa no volia fer l'entrevista, deia que no tenia res per explicar i que a ningú l'interessaria res del que comentí. És curiós com la visió que tenim d'ella la resta de personal és ben bé tot el contrari. La seva manera de parlar, les seves expressions, el seu tarannà, el seu cabell vermell i els seus braçalets... Tot en ella és digne de ser escoltat.



### 1. Com et definiries?

Sóc una tia normal, molt alegre i optimista. No tinc mal caràcter, encara que a vegades molta gent s'ho pensa perquè dic les coses tal com les penso. A vegades sóc massa directe. El més important és tenir a qui més estimo: els meus fills i néts, que estan molt per mi.

### 2. Un record de la infantesa.

Sóc del Poble Sec, recordo que jugàvem al carrer amb les veïnetes. Sempre ens ajuntàvem de set a deu nenes.

Després vaig anar a viure amb la iaia, que era molt bona i encara la recordo molt.

### 3. De què has treballat?

He treballat de perruquera, m'ha agradat molt. La perruqueria estava a prop del Carrer Ferran, al Raval de Barcelona. Hi havia una clientela molt humil i molt "p..." jo les apreciava molt, eren bona gent

### 4. Has viatjat?

No he viatjat gaire, ho he trobat a faltar, per això m'agrada tant l'activitat de "Viatgem a...", perquè és com si ho estigués veient.

El meu home era més de quedar-se a casa i escoltar música, sobretot de cantautors i La Trinca.

### 5. Què és el que més t'agrada de viure al Pairal?

Al principi estava molt estranya, ara em trobo bastant bé. Vaig tenir sort que m'hi portessin.

Com cada matí s'ajunta amb una colla i fan la partideta de dòmino, havia estat una gran jugadora de bridge, ara l'atabala, però l'esperit competitiu no l'ha perdut.

- Va, tiro jo ara, deixeu-me mirar bé... tancat!! Compteu els punts que crec que he guanyat!!



# Coneixem-nos

## ENTREVISTA MERCHE MANRIQUE

La Merche em rep sempre amb un petó i dient: HOLA NENA!! després una paraula carinyosa (“que guapa vienes hoy”, “que bien te queda esto”...)

Hi ha gent que t’alegra el dia i et fa sentir bé amb poca cosa, ella té aquesta virtut i m’encanta tenir-la com a companya

### 1. ¿Cómo te definirías?

Soy una persona muy impulsiva y perfeccionista. Tengo un carácter alegre y sobretodo me considero buena persona.

Me gusta que la gente me demuestre su afecto, reparto besos y abrazos a diario.

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

Llevo seis años trabajando en el Pairal y soy auxiliar.

Comencé en este trabajo porque siempre cuidaba de mis padres, me salió la oportunidad de sacarme el título de Auxiliar de Geriatría, y lo hice. Es vocacional y me gusta mucho mi trabajo.

### 3. Què t’agrada fer en el teu temps lliure?

Me gusta ir a la playa, pasear, ir al cine, estar con mi familia y mis amigos.

No soy muy presumida pero me encanta comprarme ropa, ir de tiendas y también online, que ha sido ¡un gran descubrimiento!

Un altre petó de comiat, una altra abraçada, em dona les gràcies, sempre dona les gràcies...  
Gràcies a tú Merche per poder comptar sempre amb el teu suport.



Silvia Ocaña  
Animadora Sociocultural

# 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](mailto:recepciocasapairal@gmail.com).

També ens podeu seguir a:

- Fundació Privada Casa Pairal



- @fundacioprivadacasapairal



- A la nostra web:

[www.casapairal.org](http://www.casapairal.org)

# Racó de les famílies

## Família de la Rosa Barranco

La Rosa Barranco, la meva mare, és a la Casa Pairal des del novembre de 2024. Tot i que sembla força temps, està en procés d'adaptació. Un procés que encara que lent és molt satisfactori.

La mare va iniciar el seu camí en el centre de dia del Pairal. Els primers dies li va caldre l'atenció personalitzada de totes les persones que hi treballen. Valoro i recordo amb estima les converses alegres i divertides de la Sílvia amb l'objectiu de conèixer-la millor i d'encarregar-li petites tasques perquè l'endemà tingués un motiu per tornar-hi, malgrat les seves reticències (portar una mica de romer, una recepta de "rosquilles"...). En pocs dies la mare va anar acceptant el fet d'assistir al Centre de dia, fins a tal punt que els darrers dies hi anava tota sola i contenta.



Un ingrés a l'hospital va provocar que la mare passés del centre de dia a ser resident. La rebuda va ser acollidora i afectuosa, una benvinguda amb abraçades i somriures. La mare estava contenta i tranquil·la perquè anava a un lloc conegut i familiar.

Hi ha molts aspectes que caracteritzen la Casa Pairal, com m'agrada aquest nom "casa", perquè així és com la mare comença a anomenar el centre. M'agradaria destacar el tracte humà i proper de tot el personal cap a la mare i cap a la família, les rebudes i els comiats alegres, després de les visites. També vull destacar la professionalitat de tothom, l'acollida dels primers dies, les comunicacions sovintejades per compartir l'evolució de la mare i la comunicació del treball i els objectius que es proposen assolir amb ella. La creació de projectes engrescadors: l'hort, la cura de les plantes, la celebració de les festes, les partides de bingo i petanca... La seguretat i confiança que tant el personal d'infermeria com la resta de treballadors han despertat en nosaltres. Sento que estem en bones mans, perquè hi ha una atenció i cura per part de tothom, des del personal de cuina, passant per les persones que tenen cura de la roba, de la neteja i de les persones.

Tot i les dificultats d'aquesta nova etapa que estem vivint, em sento tranquil·la i contenta de formar part d'aquesta comunitat, de mica en mica es van creant vincles. Valoro les converses amb els familiars quan s'acaben les visites, les mirades i els somriures còmplices. M'agrada veure que la mare coneix i comença a estimar les seves companyes i companys, quan sortim a passejar i es retroben pel carrer o a la plaça, és bonic veure com s'alegren de retrobar-se.

Moltes gràcies per tot i per tant!

Rosa Maria Soldán

# Actualitat

## UN ASCENSOR RENOVAT PER A UNA RESIDÈNCIA MÉS ACCESSIBLE

Ens fa il·lusió compartir amb tots vosaltres que l'ascensor de la nostra residència ha estat recentment remodelat. Els canvis en la normativa actual feien necessària aquesta actuació, ja que l'ascensor que teníem havia quedat antiquat i no complia els requisits vigents de seguretat i accessibilitat.

Amb la reforma, hem pogut modernitzar les instal·lacions i oferir un ascensor més segur, eficient i còmode per a tots els residents i el personal. D'aquesta manera, fem un pas més per mantenir la residència com un espai segur, accessible i acollidor per a tothom.



# Aniversaris

## Juliol

|    |                      |
|----|----------------------|
| 5  | Carmen Colell        |
| 5  | Maria Rosa Rofes     |
| 27 | Ana Maria Vegas      |
| 31 | Maria Lluisa Aumedes |

## Agost

|    |                      |
|----|----------------------|
| 6  | Josep Cabot          |
| 18 | Robert Gasull        |
| 25 | Francesc Escarré     |
| 29 | Josefina Carles      |
| 30 | Roser Massana        |
| 30 | Montserrat Vinardell |

## Setembre

|    |                |
|----|----------------|
| 23 | Elena Elizalde |
|----|----------------|

