

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

SUMEM

Juliol 2021

RESIDÈNCIA I CENTRE DE DIA
Sant Josep - Cassà de la Selva



Núm
01



04 L'impacte de
la Covid-19

06 L'impacte de la Covid-19
a Sant Josep

14 Les noves
activitats

16 L'impacte de la
Covid-19 a la
nostra gent gran

Començar amb bon peu



Quan l'equip de govern municipal va decidir encomanar la gestió de la residència a l'empresa SUMAR a principis de l'any 2020, no ens pensàvem que hi hauríem d'afegir, poc després, el problema sanitari que hi hauria arreu del país i que ha afectat a tot el món a causa de la Covid-19.

La decisió d'encarregar la gestió de la Residència Geriàtrica Sant Josep a una empresa que ja tenia un extens currículum en la gestió de residències de gent gran i de centres de dia, no va ser ni precipitada ni temerària. Confiar la gestió a una empresa professional del sector, que a més a més estava sota el sopluc de la Diputació de Girona, eren garanties suficients per fer el pas. Podíem haver fet un concurs públic com qualsevol altre servei municipal i encomanar-nos que sortís tal com desitjàvem, però la possibilitat de fer-ho amb SUMAR, que ha format part d'aquest projecte des de bon començament, era la millor opció que podíem decidir. Per altra banda, no estàvem contractant un servei qualsevol, sinó que estàvem demanant ajuda per cuidar de la millor manera la gent gran del poble. Teníem clar que volíem donar continuïtat al centre i millorar el servei d'atenció a les persones.

Les dificultats del traspàs van quedar en un segon terme quan a partir del 13 de març de l'any passat vam quedar confinats per primera vegada. I des d'aleshores, un seguit de restriccions, prohibicions, recomanacions, incerteses i pors. Tot això ha comportat una gestió totalment diferent dels processos d'atenció personals que, per una banda, han servit per reduir els riscos

d'infecció dins la residència, però que han afectat directament les relacions familiars. Ha estat un patir constant de què i com s'havien de fer les coses i s'ha intentat que no afectessin sobre manera el dia a dia.

Som conscients que canviar la metodologia de treball per part del personal era un repte a assolir, però els resultats un any després han demostrat que hi ha hagut una bona adaptació sense que en cap moment quedés afectada l'atenció. Vull agrair personalment a cadascun dels treballadors i treballadores del centre l'esforç fet en aquests dos vessants, la d'adaptar-se a una nova manera de treballar i la de continuar atenent els residents de manera excel·lent com s'ha fet sempre en aquesta institució. Sense ells això no hauria estat possible i ens hem de felicitar tots plegats de tenir tan bon personal. A tots gràcies pel treball, esforç, constància i paciència.

SUMAR, a més a més de gestionar la residència, ens donarà les pautes a seguir per professionalitzar més aquest servei d'atenció a la gent gran i assegurar uns fonaments sòlids per la seva viabilitat durant anys. Com he explicat anteriorment, tenir clar què volem en un futur pel centre i com hi hem d'arribar no és una feina fàcil ni ràpida. Com més aviat ens hi posem més aviat en veurem els resultats. No volem que aquest equipament sigui ni un 'hospital' ni una 'residència', sinó un lloc on la gent gran rebi la millor atenció, tingui una bona qualitat de vida i se senti com si fos a casa seva. Mirem endavant amb optimisme i treballem plegats per fer front a tots els reptes.

Robert Mundet Anglada

Alcalde de Cassà de la Selva

EDITA



SERVEIS PÚBLICS
D'ACCIÓ SOCIAL
DE CATALUNYA

Parc Científic i Tecnològic de la UdG
Edifici Narcís Monturiol
Emili Grahit, 91. Bloc B – 3a Planta
17003 Girona
Tel. 972 439 168
info@sumaracciosocial.cat
www.sumaracciosocial.cat

JULIOL 2021

PRESIDENT:

Josep Maria Vidal

DIRECCIÓ GENERAL:

Estanis Vayreda

COMITÈ DE DIRECCIÓ:

Mariona Rustullet (directora tècnica)

Gabriel Llagostera (director de gestió de persones i organització)
Salvador Peña (director administració i finances)

DIRECTORA DEL CENTRE:

Ester Padrés

COORDINACIÓ I EDICIÓ:

Anna Tarafa (responsable de comunicació)

REDACCIÓ:

Equip de professionals del centre
Anna Tarafa

DISSENY I MAQUETACIÓ:

Estudi Oliver Gràfic

FOTOGRAFIES:

Arxiu fotogràfic de SUMAR

PERIODICITAT:

Semestral

www.sumaracciosocial.cat

Fa poc més d'un any, a principis del 2020, ningú arreu del món podia preveure tot el que ens venia a sobre. Ni tan sols dies abans del 14 de març érem conscients que una pandèmia a escala mundial sacsejaria de tal forma la nostra societat que ens portaria canvis importantíssims en el nostre dia a dia i en el futur immediat.

La Covid-19 ha afectat arreu del planeta i en tots els àmbits: sanitari, social, econòmic... A tothom, provocant estralls amb la gent gran. I a les residències s'ha patit de valent. Hi ha un abans i un després del 14 de març de 2020 i segurament poques coses són o seguiran iguals per a molts de nosaltres, però la capacitat humana de superar les adversitats ens permet continuar endavant i adaptar-nos a les noves situacions que tenim i tindrem.

El 2020 va ser un any molt complicat en què vam iniciar la campanya de vacunació contra la Covid-19 i amb l'esperança d'un millor 2021.

La Covid-19 va trencar de cop una línia de treball a les residències de gent gran. L'emergència sanitària va obligar a canviar prioritats, a adaptar activitats i fins i tot a deixar-ne de banda d'altres, així com d'altres accions prescindibles. La prioritat era evitar que el virus entrés a les residències, a tallar possibles línies de contagi i a protegir a la gent.

Enmig d'aquesta situació, SUMAR ofereix la seva experiència i expertesa al govern de la Generalitat de Catalunya i abans d'un mes de l'anunci de l'estat d'alarma, l'abril del 2020, comença a donar suport a la gestió de diferents residències, entre elles, la Residència Sant Josep de Cassà de la Selva. Un suport que es convertirà en la gestió integral de la residència a partir de l'1 de juliol d'aquell mateix any.

Des de llavors, i a poc a poc, anem tornant el servei a la normalitat, a més de millorar l'atenció i la qualitat assistencial de les persones ateses.

La campanya de vacunació a principis d'any i la recuperació de les sortides a l'exterior, les passejades pel municipi o la tornada als domicilis familiars, ens han aportat una gran dosi d'aire fresc i de confiança.

I amb la recuperació de la nova realitat també us presentem aquesta revista. La revista SUMEM dels equipaments per a gent gran gestionats per SUMAR, especifica per a la Residència Sant Josep. Amb ella, us introduïm aquest nou mitjà de comunicació amb les famílies que té l'objectiu de complementar tota aquella informació que ja rebeu i que incorpora, a més a més d'un recull de les principals activitats que es duen a terme, entrevistes a persones grans que ens expliquen com els ha afectat la pandèmia.

I a la vegada és un complement a la pàgina Facebook de la residència (@santjosepcassa) i a l'article que publiquem cada mes a la revista municipal 'Llumiguia', disponible en format paper i digital.

Esperem que us agradi.

Josep M^a Vidal i Vidal. *President*

Estanis Vayreda i Puigvert. *Director General*

L'IMPACTE DE LA COVID-19 A LES RESIDÈNCIES DE GENT GRAN

La crisi sanitària sense precedents que ha suposat la Covid-19 a la societat en general s'ha acarnissat en molts centres residencials de gent gran. A la Residència Sant Josep, per sort, no ha estat així, però les setmanes de confinament i d'aïllament físic, acompanyades de les mesures de seguretat i d'higiene implementades i l'angoixa per evitar qualsevol risc de contagi, també s'han fet llargues i feixugues.

El RD Llei 7/2020 del 12 de març de 2020 va suposar el tancament immediat de les residències; ningú podia entrar ni sortir dels equipaments a excepció dels treballadors i ningú preveia un confinament domiciliari d'uns tres mesos de durada ni tot el que vindria després. S'activaran de manera immediata múltiples accions per a fer-hi front que us resumim a continuació.

L'emergència sanitària. Principals actuacions dutes a terme a partir del 13 de març.

- Activació dels protocols facilitats pels departaments de Salut i de Treball, i Afers Socials i Famílies de la Generalitat de Catalunya.
- Anul·lació dels serveis de centre de dia a totes les residències fins a nova ordre.
- Confinament de les residències. Queden prohibides les entrades i sortides del centre de famílies i residents, així com de qualsevol persona que no sigui treballador de l'equipament.
- Increment de la comunicació telefònica, sobretot a través de videoconferències, amb les famílies.
- Distribució d'EPIS i de protocols d'actuació.
- Sectorització d'espais. Planificació de zones d'aïllament davant la possibilitat d'haver d'aïllar persones positives de Covid-19 i tallar la cadena de contagis.
- Previsió d'espais per instal·lar habitacles (habitacions fetes amb cubicles) dins el mateix centre o altres espais alternatius, fora de l'equipament.
- Subministrament de tests de detecció i cribratge per realitzar proves seguint els protocols establerts i les necessitats de cada moment.
- Es facilita la sortida al domicili familiar de les persones grans que donen negatiu de la Covid-19.
- Realització de plans de contingència específics per a cada una de les residències.
- Reprogramació dels torns de treball i creació de grups bombolla de treball.
- Pla de formació específic Covid-19 en línia per als professionals d'atenció directa.
- Increment de la neteja i desinfecció d'espais.



Actuacions específiques per a les persones residents afectades per la Covid-19

- Aïllament de les persones que donen positiu, de les persones que presenten símptomes i d'aquelles que han estat en contacte amb una persona que ha donat positiu.
- Realització de tests a tots els contactes estrets de la persona que ha donat positiu.
- Comunicació diària a l'Ajuntament, titular del servei, dels casos positius detectats i de la seva evolució.
- Videoconferències amb les famílies.
- Activació d'un protocol específic de desinfecció i neteja d'espais i articles en contacte amb la persona infectada.

EL DESCONFINAMENT

El desconfinament començarà a mitjans del mes de maig en aquells centres on no hi hagi cap cas positiu de Covid-19. La resta ho anirà fent a mesura que tots els residents donin negatiu.

LA NOVA NORMALITAT I L'ENTRADA DE SUMAR

Tot i el fort impacte patit per la Covid-19 i les mesures d'higiene i de seguretat extremes que cal seguir per evitar qualsevol risc de contagi, a les residències s'intentarà mantenir una vida normal i passar bones estones. Es procurarà mantenir l'alegria, la il·lusió i les ganes de sentir-se bé amb un mateix. I en la mesura que sigui possible, s'adaptaran les rutines i les activitats a la 'normalitat' de cada dia.

I en ple procés de desescalada i desconfinament, abans de l'inici de la 2a onada de contagis, l'1 de juliol de 2020, SUMAR assoleix la gestió integral de la Residència Sant Josep.

Començarem el 2021 enmig de la campanya de vacunació i l'1 de febrer es tornarà a obrir el servei de centre de dia, tancat des del 16 de març del 2020.



L'IMPACTE DE LA COVID-19 A LA RESIDÈNCIA SANT JOSEP

A càrrec d'Ester Padrés, directora del centre

L'evolució de l'activitat al llarg de més d'un any de pandèmia

L'arribada de la Covid-19 el març del 2020 va suposar un abans i un després del dia a dia de tothom i, com malauradament ja sabeu, ha tingut un impacte important a les residències de gent gran on també s'ha vist notablement afectat el programa d'activitats.

Al llarg de poc més d'un any hem passat per uns mesos de confinament domiciliari, seguit d'una restricció molt estricta de les visites i, posteriorment, per la possibilitat de fer sortides a l'exterior. Encara no hem arribat a la situació que teníem abans de la pandèmia, però en aquests moments ja anem normalitzant moltes de les activitats que havien quedat suspeses o molt limitades, com ara la celebració de les festivitats o el servei de centre de dia que, tancat des del març del 2020, ha reobert gairebé un any després, al febrer d'aquest 2021.

En aquest sentit, aprofitem aquestes línies per repassar com les hem anat recuperant i normalitzant.

La realització d'activitats lúdiques i d'estimulació del dia a dia només van quedar afectades durant les primeres setmanes de l'estat d'alarma. Tot i la incertesa del moment i de l'angoixa per evitar qualsevol risc de contagi, es van mantenir les activitats de manteniment físic i de psicomotricitat. I progressivament es van anar introduint activitats de manteniment cognitiu a partir



de diferents grups i tallers de memòria i conversa, de manera que a finals d'agost, principis de setembre, ja s'havien normalitzat totes les activitats del dia a dia del programa d'activitats.

L'aixecament de la restricció de les visites de familiars va ser un altre gran pas endavant, molt celebrat per tothom. L'activitat diària, malgrat que proporciona moltes estones d'entreteniment i diversió, no permet substituir l'escalf i el caliu que aporten les visites de la família.

Les celebracions festives, tot i que no eren una constant, també són activitats molt esperades, però les mesures de seguretat i prevenció que marca la normativa vigent encara no ens deixa recuperar-les de la manera



en què estaven acostumats a fer-ho. Malgrat tot, no ens n'hem perdut cap i hem adaptat i reinventat totes les celebracions al que ens permetia la situació en cada moment.

Tot i no haver patit cap brot de coronavirus a la residència, hem passat períodes de temps molt durs. Les setmanes de confinaments domiciliaris, les restriccions de les visites, els confinaments durant dies a les habitacions o la impossibilitat de sortir del centre han tingut conseqüències per a tothom.

Sabem que les activitats són molt gratificants i que tenen molts efectes positius en el benestar emocional de les persones. I som conscients que són indispensables per pal·liar els efectes que ens provoca la pandèmia. Per tot plegat ens hem esforçat per adaptar al màxim el calendari d'activitats a les noves situacions que van sorgint.

Actualment, la residència està distribuïda en diferents unitats de convivència en què les persones d'una unitat no s'interrelacionen amb altres, de manera que qualsevol activitat o celebració no es pot fer amb la participació de tothom. Però hem multiplicat esforços per fer arribar a cada unitat les diferents propostes d'activitats i oferir-les a tothom. I igualment s'ha preparat material personalitat o pedals per fer exercici físic, per mantenir l'activitat i evitar l'avorriment de les persones confinades a les seves habitacions.



Les activitats que es proposen són activitats habituals que s'ajusten a cada unitat i a les característiques de les persones que en formen part: jugar al bingo, organitzar cants corals o grups de conversa, dur a terme tallers de treballs manuals o de massatges, impulsar jocs per estimular la psicomotricitat, la memòria o el moviment de diferents parts del cos...

Treballem activitats d'estimulació física com cognitiva, incloses les mobilitzacions passives. I aquestes poden ser grupals o individuals en funció de les necessitats i voluntats de cada persona.

Es duen a terme activitats molt personalitzades que es generen a partir de les relacions de confiança que s'estableixen entre les persones grans i l'equip gerocultor. Un exemple és la recuperació de l'hort urbà de la terrassa de la residència per part d'en José, amb plantes aromàtiques i, sobretot, les seves tomateres.

Tot i que les activitats són constants i variades, n'hi ha algunes que agraden molt i de moment encara no s'han pogut incorporar per la dificultat d'adaptar-les, com ara la teràpia assistida amb animals.

I n'hi ha d'altres en què les TIC ens han permès incorporar-les, tot i que adaptades. És el cas del club de lectura o del programa intergeneracional amb alumnes de l'Institut de Cassà de la Selva, que s'han adaptat a un format virtual que permet la comunicació dels participants en línia.

Les celebracions

Les celebracions de festivitats concretes i d'aniversaris és una altra de les activitats que ha sofert canvis significatius amb els protocols de seguretat que s'han de seguir.

En aquest cas, el principal repte és aconseguir passar-ho bé, amb il·lusió i alegria, sense la família present en el centre, i només amb els companys i treballadors del grup bombolla.

Ara més que mai, les celebracions són molt necessàries per pal·liar els efectes de la pandèmia i minimitzar les conseqüències de soledat viscudes en alguns moments. I per això, a la residència intentem organitzar-les de la millor manera possible i no prendre'n ni una.

De vegades les coses no ens han sortit com voldríem o hem planificat, com en el cas de la celebració de la castanyada l'octubre passat. Ho teníem tot a punt quan el mateix dia de la celebració vam haver de confinar tot el centre. Teníem les castanyes i el més important: les ganes de celebració. Així que vam adaptar-la a la situació del moment, menjant castanyes cadascú a la seva habitació.



Per les festes de Nadal vam tenir les habituals cantades de nades i actuacions de les escoles del poble, però vam substituir la presència dels alumnes al centre per gravacions enregistrades a les escoles. I els Reis Mags ens van visitar des de l'exterior, sense entrar dins les instal·lacions, delegant l'entrega de regals als treballadors de la residència i reconvertint-los, durant una estona, en patges reials.

També vam organitzar la quina nadalenca, plena de regals especials. No hi van ser presents les famílies, però vam suplir la seva absència amb vídeos de felicitació del Nadal que ens van fer arribar moltes famílies.





I també vam fer vídeos per passar-nos entre els residents. La nova organització en unitats de convivència i grups bombolla ha provocat que es perdi el contacte directe entre les persones que viuen en diferents sectors de la residència. I aquests vídeos també ens van emocionar i agradar molt.

Per carnaval, el ball i concurs de disfresses es va reconvertir en un taller de confecció i decoració de màscares i un dia d'activitat més festiva amb música de carnestoltes, un berenar especial i una projecció de fotos i vídeos recordant els carnavals d'anys anteriors.

L'elaboració de bunyols per Setmana Santa és un clàssic que tothom espera i que aquest any tampoc hem pogut dur a terme. Però la situació de la pandèmia ens ha permès reiniciar els tallers de cuina. I no vam fer bunyols, però vam substituir l'activitat per l'elaboració de Mones de Pasqua a partir de la decoració de pastissos individuals. I l'activitat va agradar tant que de ben segur que l'incorporarem a futures celebracions de Pasqua... a més a més dels bunyols!



La Diada de Sant Jordi també s'ha hagut d'adaptar. Els recitals de poesia o altres activitats programades amb els nens i nenes de les escoles de Cassà i el grup 'Els marxants de paraules', en què ha participat també la Conxita des de la residència, s'han desenvolupat en línia.

I finalment, les celebracions individuals d'aniversaris també s'han reconvertit. Abans de la pandèmia, s'organitzava una activitat mensual amb tots els aniversaris del mes, la participació de tothom i un gran pastís. Ara, tothom celebra el seu aniversari, però amb el seu grup de convivència i amb un pastisset individual amb l'espelma de l'edat.



Les passejades per l'exterior

Sabedors que el sol aporta molts beneficis a la nostra salut i afavoreix l'estat d'ànim, i que els espais oberts i a l'aire lliure minimitzen el risc de contagi del coronavirus, s'ha assignat a cada unitat de convivència un espai al jardí de la residència per sortir-hi quan el temps ho permet.

Amb l'arribada de la primavera i el bon temps, fomentem les sortides al jardí i a la terrassa, sigui organitzant-hi activitats grupals com sessions de psicomotricitat o animant a sortir-hi per estirar una estona les cames, asseure's a conversar en petits grups, tenir cura de les flors o, senzillament, a prendre una mica el sol.



Les assemblees

Les assemblees per fomentar la participació de les persones grans en les decisions que afecten el seu dia a dia també s'han reconvertit, tot i que en aquest cas la modificació no és causada per la Covid-19.

La modificació és causada per la incorporació de nous temes de participació dels residents. Ara, a més dels menús dels àpats, els residents poden opinar i fer pro-

postes sobre les activitats grupals que voldrien o els agradaria fer, tant del dia a dia com de les diferents celebracions que s'organitzen.



La comunicació amb les famílies

De la mateixa manera, l'equip tècnic treballa per mantenir una comunicació constant amb les famílies que, si no pot ser presencial, es fa per telèfon o videotrucada. L'ús de les noves tecnologies, les videotrucades i l'intercanvi de missatges d'ànim s'han convertit ja en una constant.



Un agraïment especial

Aprofitem aquest espai per agrair a tothom, familiars, coneguts, escoles i entitats del municipi, així com al mateix Ajuntament de Cassà de la Selva, totes les mostres de suport i col·laboració que hem rebut en aquest més d'un any de pandèmia molt difícil per a tothom.

Agraïm l'esforç de tots i també del gran equip de professionals de la residència que, malgrat les adversitats, ha garantit en tot moment la millor atenció possible a les persones residents.



CONEIX LES NOSTRES PROFESSIONALS

ENTREVISTA A ...

ESTER PADRÉS

Directora de la residència



L'Ester és llicenciada en Psicologia i té estudis relacionats amb el tractament de demències, l'estimulació cognitiva i l'Atenció Centrada en la Persona (ACP). També té la titulació d'Expert en validació, un mètode per ajudar les persones grans desorientades i fa més de setze anys que treballa en residències de gent gran, primer com a psicòloga i, posteriorment, com a directora.

Ens pots explicar què et va motivar a treballar amb gent gran?

De petita vivia amb una àvia, a més dels meus pares i germanes. Sóc la gran de quatre germanes i sempre he pensat que aquest fet, el de naturalitzar la vellesa en el dia a dia, segurament va fer que acabés treballant amb gent gran.

El meu primer contacte en l'àmbit professional va ser fent tallers de memòria a casals de gent gran quan estudiava. Vaig començar a treballar en una residència l'any 2005.

Et vas incorporar a la Residència Sant Josep el juliol del 2020 i vas viure les pitjors setmanes de la Covid-19 en una altra residència. Tenint en compte la teva experiència, com valors aquest període de menys d'un any des de l'inici de la pandèmia?

Quan comencem a mirar enrere, crec que tots els que treballem en residències coincidirem a dir que ha estat un any esgotador, amb molts moments de por i també frustració. Però crec que tothom és conscient que s'ha fet un esforç enorme per protegir i continuar tenint cura de les persones grans que hi viuen, amb empatia, amb creativitat, amb la confiança dels usuaris i de les famílies i, sobretot, amb el treball d'equip.

Quan vaig començar a treballar a Sant Josep el mes de juliol, venia d'assumir la direcció d'una altra residència. Havia viscut una primera onada amb moments que no van ser fàcils i tenia la sensació que ja havia passat la part més dura de la pandèmia.

A l'estiu, les residències sentíem que hi havia certa treva i ens preparàvem per a la tardor, quan semblava que arribaria la segona onada. No obstant això, a finals d'agost una de les treballadores va donar positiu per la Covid-19 en els controls de cribratge que fèiem als treballadors de la residència. Era una persona que, pel seu lloc de treball, tenia contacte amb bona part de la residència i va ser necessari fer el primer confinament de tots els usuaris a les seves habitacions.

Van ser moments de nervis i de decisions ràpides, però també recordo la bona resposta dels professionals. Part de l'equip estava de vacances i els que treballaven es van oferir a doblar torns, a venir a treballar els dies de descans, i alguns dels que estaven de vacances van trucar per si els necessitàvem.

Ens vam reorganitzar posant més personal per entrar a totes les habitacions tantes vegades com fes falta per acompanyar aquelles persones que ho necessitaven i a aquelles que tenien por i neguit, i que en molts moments no volien estar soles.

En moments com aquests hem vist com la residència pren un altre aire. Les sales i jardins queden buits i tota la vida se centra a la zona de les habitacions, que s'omplen de taules amb EPI i personal entrant i sortint per atendre bé als usuaris.

En el primer confinament tothom va ser imprescindible i es va adaptar a qualsevol tasca. Podies veure un tècnic entrant a donar el menjar, personal administratiu donant un cop de mà a cuina, gerocultors fent videotrucades o personal de neteja ajudant a repartir equips de protecció. Tothom es va adaptar a les necessitats de cada moment.

Va ser un moment molt complicat. Tots necessitem el contacte físic, però sobretot la gent gran, i quan fallen altres sentits com l'oïda o la vista. A les persones amb demència els és difícil recordar les indicacions i no sempre entenen els canvis de rutines. Haver d'acompanyar-los en la seva desorientació, vestits amb EPI, no va ser gens fàcil i un gran repte per a tots.

Després d'aquest primer confinament en van venir més. I cada vegada ens esforçàvem a prendre millors decisions perquè fossin els mínims possibles i que afectessin menys persones. Els mesos de pandèmia han estat esgotadors físicament i emocionalment. Tenir les portes tancades, sense les famílies, ha suposat que els professionals haguéssim de ser-hi molt més.

Suposo que hi ha molts moments per recordar. En pots destacar algun?

Sí, i tant. N'hi ha molts per recordar:

- Aquell dia que a l'hora de sopar ens comunicaven que havíem de procedir a fer un nou confinament a les habitacions i quan vam entrar al menjador a parlar amb els usuaris ens van demanar si es podien quedar una estona a fer tertúlia. "Estarem tants dies sense veure'ns...", ens van dir.
- O aquell dia que desconfiàvem a una persona que havia estat contacte amb una familiar positiva i que, quan va entrar al menjador, tothom es va posar a aplaudir-la.
- També veure a les famílies durant les primeres visites, a través de la mampara, quan feia temps que no es veien. I sobretot, en els casos que els usuaris havien estat positius per Covid-19 i ho havien superat. Van ser moments d'apropament molt emocionants, ja que la separació va generar molta frustració i tristesa.

Com esteu ara? Com ha canviat el dia a dia de la residència?

Una de les accions que s'han fet per prevenir la propagació del virus és la segmentació de la residència en quatre grups de convivència que no tinguessin relació entre ells.

Aquest fet ens ha ajudat a evitar el confinament de tota la residència i només de la zona afectada, però també ens ha suposat reorganitzar moltes activitats.

Per Nadal, per exemple, vam realitzar vídeos dels usuaris dels diferents grups i els vam passar per la televisió perquè es poguessin veure entre ells. Van ser



moments molt emotius. Tot i viure a la residència, feia molts dies que no es veien...

També ha canviat el dia a dia amb les famílies. Per elles també ha estat molt difícil. Sense entrar durant molts de dies ens han hagut de tenir molta més confiança. Hem incrementat les trucades i videotrucades, i de seguida que ens ha estat possible, hem facilitat la seva entrada.

Els familiars han mostrat molta preocupació pels usuaris, però també per nosaltres. I el seu suport i agraïment ens ha donat molta força.

Ara creiem que comencem a estar molt millor. Sembla que la vacunació ja fa efecte, podem sortir de la residència, les famílies poden entrar-hi... I no ens trobem amb casos positius. Continuen les mesures i seguim amb la por de no abaixar la guàrdia, però de mica en mica estem més confiats.

Penso que aquesta pandèmia ens ha d'ajudar a tots a donar a la gent gran el valor que es mereix. Els hem protegit del virus, però també hem hagut de tenir cura de totes les conseqüències emocionals de les mesures que hem aplicat. Tot i que amb el pas dels dies i mesos les hem pogut afinar més i tenir en compte casos concrets i les seves conseqüències. Els inicis de la pandèmia van ser nous per a tothom i ara ja hem après a fer moltes coses d'una altra manera.

Comencem a posar la mirada en el futur, en com voldrem que sigui la residència. Amb ganes de tenir-la oberta a les famílies i al poble, tal com havia sigut. Però també amb ganes de mantenir el vincle que hem fet tots des de dins i que ens ha apropat als usuaris, famílies i treballadors. La pandèmia ens ha fet sortir la part més humana de tots i això és un bé molt preuat que hem de mirar de preservar.

LES NOVES ACTIVITATS

La Vacunació





L'IMPACTE DE LA COVID-19 A LA NOSTRA GENT GRAN I LES SEVES FAMÍLIES

Com es van sentir a l'inici del confinament? Com vam viure les setmanes sense sortir de la residència? Com han assumit les noves mesures de desinfecció i seguretat?

Parlem amb algunes de les nostres persones usuàries, la Catalina, la Ramona, la Vicenta i la Pilar, que conviuen en la mateixa unitat de convivència, perquè ens ho expliquin. Però, primer de tot, deixarem que cada una d'elles es presenti.



La Catalina, la Ramona, la Vicenta i la Pilar.

Catalina: Sóc d'Osor, però vivia a Llagostera. M'agraden les activitats de pintar i quan fan preguntes. Al principi només venia durant el dia i anava a dormir a Llagostera.



Ramona: Sóc d'aquí Cassà. M'agrada pintar i faig tot el que puc. Participo en totes les activitats que em diuen i puc fer. Fa molts anys que sóc aquí. Primer venia al centre de dia i fins i tot ajudava. Cosia per la gent d'aquí i quan vaig venir, vaig portar la meua màquina de cosir.



Vicenta: M'agrada pintar. Sóc de Campllong. No sóc de Cassà, però m'hi estic. Ara ja no recordo quant fa que sóc aquí, ja fa uns anys. Vaig començar al centre de serveis de Riudellots, després al centre de dia de la residència i, finalment, a la residència.



Pilar: Sóc filla de Quart. Vaig venir jove a la residència, ara fa molts anys i per motius de salut. Recordo que quan vaig venir en aquesta sala hi havia encara un altar molt gran i s'hi deia la missa.

M'agrada llegir i escriure, pintar, el que sigui que pugui fer. Jo abans de petita corria com la tramuntana i ara no puc posar els peus a terra. Al matí esmorzo, resem el rosari, el rosari el lleigeixo jo, i després fem activitats o pintem, que m'agrada molt.



Els canvis que ha provocat la Covid-19

Ramona: Abans estàvem tots junts. Ens coneixíem tots i ara no sabem qui hi ha als altres costats, no veiem tothom. Abans anàvem a baix a fer gimnàstica amb la fisioterapeuta, la Susanna, i fèiem exercicis amb els braços amb una màquina, les politges. Aquí no les tenim, tot i que em fan caminar molt. Trobo a faltar més el gimnàs que les festes. Estar aquí tot el dia és més avorrit que abans. En aquesta sala venia molta gent, més que ara.

Catalina: Ara estem separats. Tot ha canviat, la manera de viure. Abans la meva filla venia cada dos dies. Entrava, anàvem a l'habitació i sortíem a passeig. I ho trobo a faltar. Fèiem excursions, sortíem més i les festes eren més divertides. Tot i això he tingut molt bona companyia amb les companyes.

Vicenta: Ara ens hem d'estar aquí a la sala fins a l'hora d'anar a dormir. Això d'estar sempre amb els mateixos companys, amb alguns bé i amb altres potser no tant, s'ha hagut de fer. Trobo a faltar les excursions.

Pilar: Abans podíem fer més coses, sortíem més. Hem d'acceptar les coses tal com venen. Trobo a faltar les sortides. I també que abans venien les germanes a dir la paraula i donaven la comunió un dia a la setmana. El rosari el continuo dient cada dia amb les companyes.

Un dels períodes més durs han estat els confinaments a les habitacions. Ens podeu explicar com ho heu viscut?

Ramona: Em vaig sentir ben sola. Estar tancada nit i dia, sense veure ningú. Només entraven a deixar el menjar a la taula. Va ser horrorós.

Pilar: No me'n recordo gaire, per sort. Potser perquè no van ser bons dies, va ser avorrit.

Catalina: Va ser molt avorrit, estava tota sola, només venien a dur-nos el menjar i poca cosa més, només el que necessitàvem.

Vicenta: Va ser avorrit, però a mi em va passar de pressa. No parlava gaire amb la meva companya, però almenys no estava sola.

I ara, com us sentiu?

Ramona: Els primers dies van ser els més difícils. S'ha anat amb compte i el virus no ha entrat. Ha sigut molt dur, però al final estem bé. Hem anat molt amb compte i no ens hem contagiat.

Pilar: Per sort el virus no ha fet mal en aquesta residència i això ha estat una sort. Ja sabem que quan hem de sortir d'aquí ens hem de posar la mascareta. Fem els que ens diuen, ens cuiden molt bé.

Catalina: He passat una mica de por. Ara estem més tranquils i sembla que tot va més bé. Però no coneixem a companys de la residència de fora d'aquí. Ara ens coneixem més amb les companyes d'aquí i els que ens cuiden. Ens han cuidat molt, veiem que ho netegen tot sempre, que els que han treballat han fet molts sacrificis, ens han ajudat molt. Trobo a faltar la llibertat que teníem abans i ara hem d'estar més sols.

Vicenta: Jo ja n'estava ben tipa del virus. Ara ja no tinc tanta por perquè ja ha passat una mica i m'han posat la vacuna. Però la mascareta i allò que ens posen al nas... (la Vicenta es refereix a les proves PCR).





Família d'en Joaquim Rabassedas

En Joaquim Rabassedas va començar a viure a la residència l'1 d'octubre del 2020. És de Cassà de la Selva i té 3 fills; l'Elena, en Robert, a qui li fem l'entrevista, i la Roser.

Actualment té un dèficit visual que no li permet fer moltes activitats, però li agrada molt conversar sobre temes d'abans i sempre té paraules maques per a la família.

Robert, com va ser el procés de decidir que la millor atenció que se li podia donar a en Quim era a la nostra residència?

Nosaltres preferíem que estigués a casa, on estava amb la Leila, la cuidadora. Però arriba un punt que si ell no acompanya, costa de moure'l. I tenim molt clar que aquí teniu eines, ajudes tècniques i tot el personal que fa falta perquè ell estigui millor i més còmode que a casa. Llavors van ser les circumstàncies que ens hi han portat, no les ganes. Sempre el preferíem a casa, on la mare, la seva dona, el troba a faltar.

En el moment en què vam decidir que estaria aquí, contàvem que la mare i la cuidadora podien venir cada dia aquí i no tenir aquesta mancança. I tot això canvia quan arriba la pandèmia.

Quan va entrar a viure a la residència ja estàvem amb mesures covid-19. Com us va afectar?

En entrar va estar-se catorze dies de quarantena, en què no vam tenir contacte directe amb ell. Durant aquest temps va estar sempre a l'habitació i vam tenir-hi contacte telefònic a través de la Roser, la meva germana, i un treballador que li deia com estava el pare.

Va viure algun altre aïllament?

Sí, va haver d'estar una altra vegada aïllat catorze dies per prevenció d'una persona que va donar positiva. Això també es feia bé. Trucàveu de seguida, avisàveu i ja ens en fèiem al cas. Recordo que parlàvem mentre ell estava a l'habitació.



Vàreu notar algun canvi a en Joaquim durant els primers dies o amb els altres aïllaments?

Si ell és conscient i ho sap, té clar que és el que s'havia de fer. Ni protesta ni demana anar a casa, ni tan sols pregunta per què és aquí. Parla de les noies tan maques i dels cuidadors que té, està conforme i content amb tot. De fet, mai ha sigut un mal malalt.

Com us aneu comunicant amb en Joaquim?

Després de l'aïllament ens vam posar d'acord per fer videotrucades un matí a la setmana en concret, i si no es pot, es fa després de dinar.

I encara mantenim la videotrucada setmanal. Ens van bé perquè el veiem i en un instant saps si es troba bé.

Com heu viscut la flexibilització en les mesures d'aïllament?

Estem molt contents. Ara que es poden fer passejos, el canvi és brutal. Abans estàvem allà amb la mampara, amb la mascareta. El pare no s'hi veu i no s'hi podia parlar bé. Ara que pot sortir ens entén millor.

Quan sortim, passegem pel poble. Sempre ve la mare, la Nati, amb qui es va casar fa 65 anys. Ho han celebrat aquest mes de maig. Es van conèixer a Campllong, d'on és la mare, a la fàbrica on treballaven tots dos.

També ens acompanya la cuidadora de la mare, i els fills ens alternem. Cada dia l'acompanyem un de diferent. Actualment sortim dos dies a la setmana i el veiem un tercer per videotrucada.

Ara sembla que s'obren dues visites per setmana (si hi ha espai) i aquí també ja guanyarem. Fins que es pugui obrir cada dia, que suposem que el moment arribarà...

Com veieu en Joaquim durant les sortides?

El que li vaig notar el primer dia és que quan va baixar es va emocionar, i amb alguna llàgrima ens va dir "ara us perdré a tots", però li vam dir que no ens perdria i que el divendres li portaríem un xuixo i llavors ja va estar content. És molt llaminer



i els xuixos li encanten, tot i que no fa cap lleig si són bunyols o altres coses dolces.

O aquell dia que també li vaig dir alguna cosa, i li parles i no sap qui ets, llavors li dic sóc el teu fill, i es va emocionar. Té moments; hi ha una foto un moment, i una altra foto en un altre moment. Aquesta és la impressió que em dona.

El contacte és molt diferent, tocar-lo i treure'l. Jo crec que ell també ho nota. Quan el veiem per videotrucada hi havia molt poca interacció, avui que hem fet sortida s'ha posat a riure moltes vegades dient-nos que érem uns pirates (suposem que per la mascareta).

Amb les sortides està content ell i nosaltres.

SABIES QUE...?

LA VACUNACIÓ CONTRA LA COVID-19 A LA RESIDÈNCIA SANT JOSEP

La primera dosi de la vacuna es va administrar als residents el 13 de gener.

I la segona dosi, el 3 de febrer.



SERVEIS PÚBLICS
D'ACCIÓ SOCIAL
DE CATALUNYA



Ajuntament de
Cassà de la Selva

Amb el suport de:



Generalitat
de Catalunya



Diputació
de Girona

SUMAR

Parc Científic i Tecnològic de la UdG
Edifici Narcís Monturiol - C. Emili Grahit, 91.
Bloc B - 3a pl. - 17003 Girona
Tel. 972 439 168
info@sumaracciosocial.cat

RESIDÈNCIA I CENTRE DE DIA

Rambla Onze de Setembre, 77
17244 Cassà de la Selva
Tel. 972 460 130
epadres@sumaracciosocial.cat

@santjosepcassa

www.sumaracciosocial.cat

La vacuna administrada va ser la de Pfizer-BioNTech.

Els símptomes més comuns a les 24 hores de la primera dosi van ser febrícula, dolor al lloc de punció de la vacunació i malestar general.

Actualment, el 97% dels residents estan vacunats.

La senyora Rosario Ortiz és la persona més gran que ha rebut la vacuna. En el moment de la vacunació tenia 99 anys. Ara ja ha celebrat els 100!

En Salvador Salas Trujillo i la Trinitat Espinet Ginjaume van ser les primeres persones del centre de dia que van rebre la primera dosi de la vacuna.

El 81,4% dels treballadors han rebut les dues dosis de la vacuna.