

Hurkoa

2016KO MEMORIA
www.hurkoa.eus



EGUNEKO ZENTROA

30 urte adineko pertsonak eta beraien familiak zaintzen

BOLUNTARIOTZA

Hurkoak 2016ko Boluntariotza Saria jaso du



MORLANS

Egoitza berria
arreta hobe emateko

AURKIBIDEA

3. ORRIALDEA

2016ko jarduerak

Hurkoaren jarduerari buruzko datuak

4. ORRIALDEA

Begirada

Hurkoa eta Hurkoa Zainduzako presidenteen aurkezpen-hitzak

6. ORRIALDEA

Gure Eguneko Zentroaren 30. urteurrena

“Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroaren 30. urteurrena ospatzeko jardunaldia

8. ORRIALDEA

José Félix Martí Massórekin elkarrizketa

Zahartzeari buruzko elkarrizketa nazioarteko neurologo entzutetsuenetako batekin

11. ORRIALDEA

Hurkoaren jarduerak

Eguneko Zentroaren, arreta tutelarraren eta hauskortasunaren alorretan Hurkoak urtean zehar egindakoei buruzko datu nagusiak

17. ORRIALDEA

Beatriz Artolazabali elkarrizketa

Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako sailburua

18. ORRIALDEA

Morlans, egoitza berria

Hurkoaren egoitza berriaren inaugurazioa Donostian

19. ORRIALDEA

BOLUNTARIOTZA

Hurkoak 2016ko Boluntariotza Saria jaso du

22. ORRIALDEA

Sor Carmen Garcíari elkarrizketa

Karitatearen Alabek jaso dute Hurkoako 2016ko Urrezko H-a



www.hurkoa.eus

Zerbitzu orokorrak

Morlans Pasealekua, 13 behea
20009 Donostia
Telefona 943 468 956
Faxa: 943 466 714
idazkari@hurkoa.eus

Arreta tutelarra

Morlans Pasealekua, 13 behea
20009 Donostia
Telefona 943 468 956
Faxa: 943 466 714
idazkari@hurkoa.eus

Gernikako Arbola Pasealekua, 16
20006 Donostia
Telefona 943 468 956

Ferrerias kalea, 32 behea
20500 Arrasate
Telefona: 943 770 938

Geltoki, 7
20301 Irun
Telefona 943 568 640

“Nuestra Señora de las Mercedes”

Eguneko Zentroa

Nafarroa Hiribidea, 31
20013 Donostia
Telefona: 943 293 111
Faxa: 943 322 957
cdmercedes@hurkoa.eus

Aldizkari honetan erabilitako irudi batzuk Freepik bidez sortu dira

Laguntzaileak



 <p>ARTATUTAKO PERTSONAK</p>	<p>Arreta tutelarra</p>	<p>EgunekoZentroa</p>	<p>Hauskortasuna</p>
	<p>538</p>	<p>156</p>	<p>56</p>

52
profesional



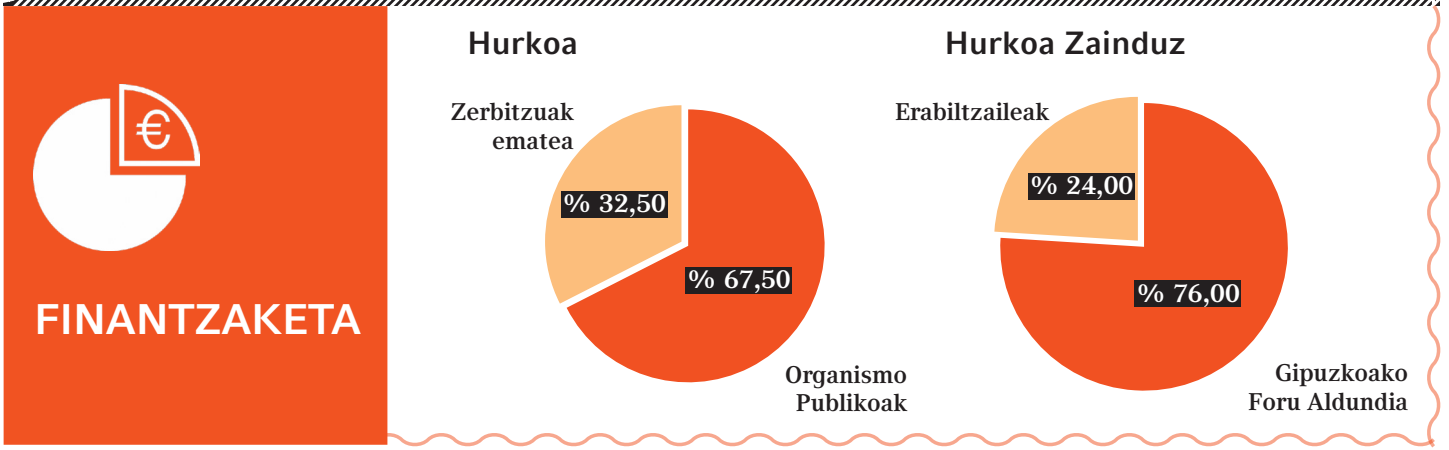


2016
JARDUERAK

147
boluntario



<p>PRESTAKUNTZA</p>	<p>DIBULGAZIOA</p>
<p>1.879 ordu, 49 prestakuntza-jardueratan banatuak</p>	<p>10 saio, gizartea sentsibilizatzearren antolatuak</p>



AURKEZPENA



Mila esker bihotzez!

Gure estatutuek behartzen gaituzte noski memoria hau aurkeztera, baina betebeharrak horretaz kanpo, kontua da argitalpen honek aukera paregabea ematen digula, batetik, azken urtean egindakoetatik nabarmenenak iruditzen zaizkigun jardueren berri emateko, eta, bestetik, gaur-gaurkoz esku artean ditugun proiektu azpimarragarrienak jendarteratzeko. Horrekin batera, eta oso modu berezian, memoria honen bitartez gure eskerrik beroenak eman nahi dizkiegu azken urtean hainbeste lagundu diguten pertsona eta erakundeei, izugarri erraztu baitute ezgaitasun-, menpekotasun eta hauskortasun egoeran dauden pertsonen ahalik eta arretarik egokiena ematearren egin dugun lana. Memoria hau osatzeko lanetan parte hartu dugunok kezka hauxe izan dugu gogoan uneoro: Hurkoaren egoeraz eta bere programa ugarietako memoria honetan ematen den informazioa alaitik erakargarriena izatea, eta tramite burokratiko hutsa gainditurik, bertan jasotzen diren ekarpenak gure kezka nagusien gaineko eztabaida aberasteko baliagarriak izatea.



AURKEZPENA

Horixe izan da, besteak beste, aurtengo memoriari formatu berria eman nahi izatearen xedea. Aurreko guztiak bezala, esku artean duzuen hau ere gure komunikazio-arduradunak, Juan Carlos Maletak, diseinatu du, gure ekimenen jarraitzaileei gustatuko zaielakoan, eta bereziki eskertu nahi diogu bere lanean jarritako arreta eta maitasun guztia.

Iazkoa oso urte berezia izan genuen: 2016an, “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroak, Gipuzkoan adineko pertsonen zaintzan aitzindari denak eta sari ugari jaso dituenak etengabe hobetzearen aldeko bere konpromisoagatik eta bere kudeaketa bikainagatik, 30 urte bete zituen, eta urteurren hori ospatzeko, jardunaldi bat antolatu genuen Kutxa Fundazioaren babespean, zahartzaro osasuntsua eta eguneko zentroen geroa gaitzat hartuta, berealdiko arrakasta izan zuena eta aditu ugari erakarri zituena. Jardunaldia Karitatearen Alabei gure Urrezko H-a emateko aprobetxatu genuen, urteen joanean, Hurkoa sortu eta gure Eguneko Zentroa ireki genuen sasoiak gaur egun arte, hain ere eskuzabal eman diguten babesagatik, gaur egun ere guztiz erabakigarria izaten jarraitzen duena.

Udazkenean ustekabean iritsi zitzaigun Gipuzkoako Boluntariotza Saria eman zigutelako berri pozgarria. Ahaldun Nagusiaren eskutik jaso genuen saria Gipuzkoako Foru Aldundiko Tronuen Aretoan eta ekitaldia oso hunkigarria izan zen, sariagatik ez ezik baita aukera garrantzitsu hartan adiskide eta kolaboratzaile ugari hurbildu zitzaizkigulako ere: eskerrik asko beren babes eta gertutasuna azaldu ziguten guztiei eta bakoitzari.

Ekimen berriak

Osterantzean, memoriak gure jarduera nagusien berri ematea du helburu, beti bezala: arreta tutelarraren eta Eguneko Zentroaren alorretan egindakoa,



José Luis de la Cuesta eta Josu Ormazabal, Hurkoa eta Hurkoa Zainduz fundazioetako presidentek.

nagusiki. Izan ere, orain artean bi alor horietan ahalegindu gara gogotsuen gure babespean dauden pertsonen premiei erantzutearren etengabe hobetzen, eta ahalegin horrek bi fruitu eman ditu aurren: batetik, bioetikako formazioa jaso dugu, eta, bestetik, batzorde juridiko bat sortu dugu, zailtasun handieneko kasuei buruzko aholkularitza-zerbitzuak ematean arduatua.

Hauskortasunaren alorrean egindako urrats ugariak ere aipatzen dira aurtengo memoria honetan. Dagoeneko bukatua dugu Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Sailaren eta Espainiako Caritasen babespean egindako ikerketa-lana, eta hitzarmen bat sinatu dugu horrenbestez Irungo Udalarekin, hauskortasun egoeran dauden pertsonen arretari buruzko programa pilotu bat martxan jartzeko.

Azkenik, baina ez garrantzian azkena delako, Hurkoak Morlans kalean ireki berri duen egoitzari buruzko xehetasunak ere eman nahi izan ditugu. Eusko Jaurlaritzako Etxebizitza Sailburuordetzaren mende dagoen VISESA erakundearen babesari esker ireki dugu egoitza berria, eta haraxe eraman ditugu bai gure zerbitzu

orokorrak eta bai arreta tutelarraren zati bat ere. Nolanahi ere, Donostiako Gernikako Arbola Pasealekuko gure bulegoak zabalik jarraitzen du oraindik ere, hantxe baitihardu lanean Donostialdean arreta tutelarraren alorraz arduratzen den gure lantaldeak.

Aurren ere labor samar geratu zaizkigu lerro umilok, eta beraz, ezin behar bezala eskertu gure langile, boluntario, zuzendaritza-taldeko kide eta Patronatuko lagunen lan nekagaitz eta babes eraginkorra.

Dagoeneko aipatu dugu, aurtengo une gogoangarri batzuen erreposaoa egitean, zenbaterainoko laguntza eman diguten erakundeek, eta atzera ere haien babesa eskertu nahi dugu; bereziki, Caritasena, Gipuzkoako Foru Aldundiko Gizarte Politiken Departamentuarena eta Donostiako eta Irungo udaletako Gizarte Ongizate Sailena.

Atsegin handiz azpimarratu behar dugu, gainera, zeinen garrantzitsua izan den gure lanean Kutxa Fundazioa, La Caixaren gizarte-ekintza eta Laboral Kutxa atzera ere gurera hurbildu izana: denak izan ditugu kolaboratzaile aurren, eta eskerrak, beraz, den-denei.

Mila esker bihotzez!

URTEURRENA

Hurkoak jardunaldi bat antolatu zuen “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroaren 30. Urteurrena ospatzeko. Gure Eguneko Zentroa aitzindaria da Gipuzkoan, menpekotasunen bat duten adineko pertsonak zaindu eta babesten.

Zahartzaro osasuntsuan eta eguneko zentrozen geroan interesaturik, jende askok parte hartu zuen gure jardunaldi honetan.



Eguneko Zentroak: ZAINTZEAZ ETA LAGUNTZEAZ HARAGO

Hurkoak antolatutako topaketaren helburuetako bat urteen joanean gure elkarteak egindako bide luzea nabarmentzea izan arren, gure asmo nagusia, egiaz, beste bat izan zen: menpekotasun-egoeran dauden adineko pertsonen zaintzari dagozkion etorkizuneko erronkei buruz gogoeta egitea, alegia. Horretarako, zenbait aditu gonbidatu genituen, “Eguneko Zentroak: zaintzeaz eta laguntzeaz harago” izeneko gaia ardatz harturik, bizi-itxaropena etengabe hazten ari den gure gizarte honi buruzko iritziak truka zitzaten eta etorkizuneko erronka nagusiez eztabaidatu zezaten.

Topaketak, gainera, aukera ezin hobea eman zigun Hurkoarekin estu-estu lan egiten duten pertsonen eta erakundeen babesa aitortzeko: “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroa sortu zuten Karitatearen Alabena, esate baterako. Beren lanaren aitortpen gisa, Karitatearen Alabei eman genien iazko Urrezko H-a. Bestalde, José Félix Martí Massó neurologo entzutetsuak eman zuen atariko hitzaldia, zahartzea eta gainbehera kognitiboa gaitzat hartuta.

Etorkizuneko erronkak

Gipuzkoako Foru Aldundiko Gizarte Politiketako Departamentuko Mendekoei eta Ezinduei Egoitzetan Laguntza emateko atalaren arduraduna den Arritxu Manterolak eguneko

zentroek Gipuzkoan izandako bilakaera errepasatu zuen, zentrook adineko pertsoneri eta beren familiei laguntzeari begira bete izan duten funtzioa azpimarratzeaz batera. Testuinguru horretan, Gipuzkoako eguneko zentroek oso sare trinkoa osatzen dutela nabarmendu zuen Manterolak; haren hitzetan, Gipuzkoan 62 zentro daude, bailaraz bailara 1.500 gipuzkoarren premiei erantzuten dietenak, Lurralde-mailako egituraketa horren helburua erraz asma liteke, noski: erabiltzaileei beren bizilekutik ahalik gertuena lagundu ahal izatea. Arritxu Manterolak esan zuenez, bere departamentua oso serio ari da gogoeta egiten eguneko zentrozen etorkizuneko erronkez, eta hori dela eta, zenbait ildo orokor

URTEURRENA



Zaintzailea zaintzea da gure erronka, eta hori lortzearen alde egin behar dugu lan, menpekotasun-egoeran dauden pertsonen zaintza hobetuko badugu

Maite Peña

Etorkizuneko erronkez gogoeta egiten ari gara, eta profilak eta formulak malguagoak izatea lortu behar dugu

Arritxu Manterola



Birgizarteratze- eta estimulatze-lan ikaragarria egiten dute eguneko zentroek, eta horrek gaitasun asko berreskuratzea eragiten du

Olga Díaz de Durana

Adineko pertsoneri mugarik ez jartzeko bideak pentsatu behar dira, bizimodu aktiboagoa izan dezaten

Mónica Higuera



Berritzaileagoak, malguagoak eta irekiagoak izan behar dugu, jendeari programa konkretuagoak eskaintzeko

Nieves Saiz

seinalatu zituen, profilak eta formulak malgutzeko eta hobeto definitzeko.

Esperientziak

Araba, Bizkai eta Gipuzkoako erreferentziazko eguneko zentroekin lotutako esperientziak partekatze aldera, mahai-inguru bat egin genuen. Nieves Saizek, “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroaren zuzendariak, Mónica Higuera, Portugaleteko Aspaldiko Eguneko Zentroaren koordinatzaileak eta Olga Díaz de Duranak, Arabako Gizarte Ongizaterako Foru Erakundeko adinekoen ataleko erizaintza-koordinatzaileak, beren eguneroko lanean zentroetara joaten zaizkien pertsonekin eta haien familiekin bizi

izandako esperientzien, zailtasunen, erronken eta ilusioen berri eman ziguten. Hirurek nabarmendu zuten zeinen garrantzi handia duten zentroek adineko pertsonak beren inguruan bertan zaintzeko orduan, horrek familiei aukera ematen baitie beren bizitza pertsonal eta profesionala adinekoen zaintzarekin kontziliatzeko.

Eskertza

Amaiera-ekitaldian, Hurkoa eta Hurkoa Zainduz fundazioetako presidentek, José Luis de la Cuesta eta Josu Ormazabalek, Kutxa Fundazioko zuzendari nagusiak, Carlos Ruizek eta Gipuzkoako Gizarte Politiketako diputatuak, Maite Peñak, hitz egin zuten. Bere hitzaldian, Maite Peña

Urrezko H-a



Esker on berezia Karitatearen Alabei

Hurkoak Karitatearen Alabei 2016ko Urrezko H-a eman zien unea izan zen, inolako zalantzarik gabe, jardunaldiko unerik hunkigarriena. Hurkoaren jarduerak modu erabakigarrian sustatu dituzten pertsoneri eta erakundeei beren lana aitortzea du helburu Urrezko H-ak. Oraingo honetan, Donostiako Probintzi Kanonikoko Karitatearen Alabei eman nahi izan genien gure Urrezko H-a, haiek sortu baitzuten “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroa. Saria eskertzeko eman zuen hitzaldian, “gure adinekoen azken urteei bizitza ematea” xede nagusi duen jardueraren balio itzela nabarmendu nahi izan zuen sor Carmen Garcia, Eguneko Zentrora eguneroko-eguneroko joaten den moja boluntarioak.

Gizarte Politiketako diputatuak bere lan eta konpromisoa eskertu nahi izan zizkien bai Hurkoari eta bai Foru Aldundiko langileei, beren lankidetzajarduerak menpekotasun-egoeran daudenen zaintzan urratsak egiteko ahala ematen duelakoan. Hori dela eta, hauxe adierazi zuen: “gaur egun, lan handi hori ez dago eguneko zentroetan egiten direnak gabe ulertzerik; eguneko zentroek sekulako garrantzia dute erabiltzaileentzat eta haien familientzat. Zaintzailea zaintzea da erronka, eta hori lortzearen alde egin behar dugu lan hirugarren sektoreak, Foru Aldundiak, udalek eta gainerako erakundek, menpekotasun-egoeran dauden pertsonen zaintza hobetuko badugu”.



José Félix Martí Massó

“Bakardadeak

pertsonen zahartzeari eragiten dio”

José Félix Martí Massó nazioarteko neurologo entzutetsuenetako bat da. Donostiako Unibertsitate Ospitaleko Neurologia Saileko burua da, bai eta Euskal Herriko Unibertsitateko Neurologiako katedraduna ere, eta baita Jakiunde Zientzia, Arte eta Letren Akademiako kide ere. Bere ibilbide oparoan, Martí Massók ikerketa-lan ugari egin ditu, den-denak ere funts-funtsezkoak nerbio-sistemaren funtzionamendua eta gaixotasun neurodegeneratiboak hobeto ulertzeko. Horrekin batera, neurologoen belaunaldi ugari prestatu izana ere zor zaio, bai eta pazienteekiko eta burmuinaren gaixotasun degeneratiboak jota dauden pertsonen senitartekoekiko bere konpromiso irmoa ere. Horrek guztiak markatu du Martí Massó doktorearen ibilbidea.

Noiz hasten da zahartzaroa?

Galdera zaila da, oso subjektiboa eta oso aldakorra baita pertsona batetik bestera. Bada, batetik, irizpide objektibo usteko bat, geure buruari kontsentsuz-edo ezarri dioguna, zahartzaroa 65 urterekin hasten dela esatearen aldekoa; baina, nire ustez, irizpide edo ikuspegi horrek huts egiten du. Eta bada, bestetik, irizpide malguago bat, pertsonen zahartzea zenbait jarduera fisiko egiteko zailtasunak hasten diren sasoiarekin lotzen dituen. Gero eta pertsona gehiago daude zahartze-sintomak dituztenak, hala nola alopezia, zimurrak, kataratak, larruazaleko orbanak eta abar, baina ederki asko

ELKARRIZKETA

bai buruz eta bai, oro har, gorputzez. Dena den, benetan zahartzen ari garela, nik uste, burmuina zahartzen zaigunean sentitzen dugu, pertsona bere gaitasun kognitibo eta motorrak galtzen hasten denean. Baldartasun motorra da zahartzearekin gehien identifikatzen dugun seinaleetako bat horixe da.

Zein dira gauzak gaizki samar joaten hasi direla adierazten diguten lehen seinaleak?

Gaur egun badakigu lehen sintomak agertu baino hogeit hamar urte lehenago hasten direla Parkinson edo Alzheimer gaixotasunak. Baldartasun motorraren edo gainbehera kognitiboaren lehen sintomak agertzen direnerako, hogeit hamar urte-edo dira burmuina pixkanaka-pixkanaka hondatzen ari dela. Alzheimer gaixotasunari dagokionez, hogeit hamar urte horien joanean, pertsonak memoria zertxobait galdua duela igartzen du, edo bere abilezia kognitiboetako batzuk hondatzen ari zaizkiola. Parkinson gaixotasunari dagokionez, berriz, pertsona marruka esnatu ohi da, edo usaimena galduz joaten da, edo aldartea iluntzen zaio... Baina, nolana ere, oso zaila da sintoma horiek atzematea, aldatu egiten baitira pertsona batetik bestera. Nik, oro har, zera esango nuke: pertsona memoria galtzen edo totala hitz egiten hasten denean, edo bere jardura motorrak baldartzen hasten direnean (lurretik jaikitzea izugarri kostatzen zaionean, esate baterako), orduantxe hasten direla azaltzen zahartzearen lehen zeinu dudagabeak.

Egin al daiteke ezer zahartzearen sintoma horiek gelditzeko edo atzeratzeko?

Ez dago zahartzearen kontrako batere sendabiderik. Egunen batean zahartzeak soluzioa izango duela pentsatzea ilusio moduko bat da, nik uste; baina egia da, hala ere, beren burua nolabait zaintzen duten pertsonak batere zaintzen ez direnak baino askoz hobeto zahartzen direla. Eta hori errealitate bat da. Zahartzearekin lotutako gaixotasunen prebentzioa ez da zahartzaroan hasten, gaztaroan baizik.

Zer aholku emango zenizkieke osasun betean zahartu nahi dutenei?

Norberaren burua zaintzea estu lotuta dago arrisku-faktore

baskularrak kontrolatzearekin: lodia ez egotearekin, ez erretzearekin, substantzia toxikoak ez hartzearekin, sedentarioa ez izatearekin, arteria-tentsio altua ez izatearekin, kolesterola ez izatearekin, dieta orekatsu eta osasuntsuak egitearekin, ariketa fisikoa egitearekin, gizarte-harreman ugari izatearekin, jendearekin egotearekin, pozik bizitzearekin... Azken hori, jakina, ez dago guztiz norberaren esku. Nolanahi ere, faktore horiek zaintzeak bai laguntzen du osasun bete samarrean zahartzen.



Zahartzearekin lotutako gaixotasunen prebentzioa ez da zahartzaroan hasten, gaztaroan baizik



Gizarte-harremanen garrantzia aipatu duzu. Nola eragiten dio bakardadeak pertsonen osasun kognitiboari?

Nire ustez, oso faktore inportantea da, ez baitago dudarik zahartu ahala bakarrik egoteak kalte handia egiten diela pertsonari. Egia da gure gizartean gero eta gehiago direla 90 urtetik gora bizi direnak, baina 80 urteetara iritsiz gero, pertsonari lagunak hiltzen zaizkio, abilezia motorrak ahultzen hasten zaizkio, horrek pertsona bakartu egiten du alde edo moldez, eta gizarte-harreman oparoak izan dituen jende askok, bat-batean, bakar-bakarrik bukatzen du, etxetik irteteari uzten dio... Hori oso-oso kaltegarria da, nik uste, gogo-aldarteari eta osasun kognitiboari nabarmen eragiten dielako, bai eta egoera motorrari ere, agureak gutxi mugitzen eta irteten baitira. Bakardadea garrantzi handiko faktorea da gogo-aldarte onari eusteko, zeren eta depresioak burmuina hondatzeari laguntzen baitio; egoera kognitiboaren faktore larriagarria da, nolabait esatearren. Bakardadea oso arazo larria da. Bada

alderdi bat, behar bezala zahartzeari dagokionez garrantzi handia duena, hemen aipatu nahi nukeena: erresilientzia. Izan ere, ezbeharrei aurre egiteko gai den jendea hobeto zahartzen da.

Zer aholkatuko zenieke beren gaitasun kognitiboak galtzen hasita dauden pertsonen familiei?

Aurrenik eta behin, baten batek senitarteko edo gertuko pertsonaren bati igarriko balio gauzak ahaztu egiten zaizkiola, medikutara joan dadila aholkatzea da egin lezakeen gauzarik onena, ebaluazio neurologiko bat egin diezaioten.

ELKARRIZKETA



Ezbeharrei aurre egiteko gai den jendea hobeto zahartzen da

Sarritan gertatzen ez den arren, gainbehera kognitiboko zenbait kasu itzulgarriak izan daitezke. Alzheimerri dagokionez ere bada tratamendurik. Eta eraginkortasun apalekoak diren arren, gomendagarria izan liteke zenbait pazienteri tratamendu horiek ematea, beren onerako baldin badira. Estimulu fisiko eta kognitiboak ere beharrezkoak dira, noski: irakurtzea, idaztea, kalkuluariketak egitea, animalien, landareen, hirien izenekin jolasean aritzea... Jarduera horiek guztiak onuragarriak dira, inolako zalantzarik gabe, bai eta ahalik eta bizimodu sozial eta familiar beteena izatea ere.

Iritsiko al da zientzia Alzheimer, Parkinson eta antzeko beste gaixotasun neurodegeneratibo batzuk sendatzera?

Zientzialariei galdera hori egiten zaienean, batzuek baietz eta beste batzuek ezetz erantzuten dute. Giza burmuina ez dago aurreikuspenak egiteko ondo prestaturik. Zer gertatuko den aurreikusi beharko banu, esango nuke Parkinson-kasu batzuk prebenitu ahal izango direla eta beste batzuk ez. Gaixotasun horiek pairatzen dituzten erientzako neurri neurobabesgarriak izango ditugula esatea askotxo iruditzen zait. Nik ezetz uste dut.

10 Zahartzaroaren aginduak

(José Félix Martí Massó)

1. Zaindu zeure burua egunero. Jantz zaitez txukun-txukun, eta apaindu zeure burua festa batera joan beharko bazenu bezala. Bizitza ez al da ba festa bat!!!

2. Ez zaitez etxe barruan geratu. Utzizu preso bazeunde bezala bizitzeari. Zoaz kalera edo mendira pasieran ibiltzera. Ur geldia usteldu egiten da, eta mugitzen ez den makina herdoildu.

3. Maita ezazu ariketa fisikoa zeure burua bezala. Egin soinketa pixka bat egunero, edo ibil zaitez oinez etxe barruan edo kanpoan. Inertziaren kontra, diligentzia!

4. Utzizu agure zaharra bazina bezalako gauzak eta keinuak egiteari. Ez bururik makurtu, ez bizkarrik okertu, ez hankarik arrastatu. Ikusten zaituztenek esan diezazkizutela hitz ederrak!

5. Ez hitz egin zure zahartzaroaz eta ez kexatu zure ajeez, azkenean benetan zaren baino zaharragoztat eta gaixoagoztat hartuko baituzu zeure burua, eta bakarrik utziko baitzaituzte. Inork ez du ospitaleko konturik entzun nahi.

Utzizu zeure burua agure eta gaixotzat hartzeari!
6. Oroz gain, izan zaitez optimista. Eguraldi txarrari, begitarte alai. Eman iritzi positiboak, hitz egin umore onez, alaitu zure aurpegia, izan zaitez atsegina. Jokabidearen parekoa izan ohi da gure adina. Zahartzaroa ez da urte-kontua, aldarte-kontua baizik!

7. Egin gauza probetxugarriak bai zeuretzat eta bai besteentzat. Ez zara parasito bat, ez eta bizitzaren arbolari erauzitako adar bakartu bat ere. Izan zaitez beregaina ahal duzun neurrian, eta lagundu besteei. Irria, aholkua eta zerbitzua laguntza handikoak dira!

8. Lan egin eskuekin bezala buruarekin ere. Lana terapia bikaina da. Edozein gaitz sendatzen duen botika aparta da lan intelektual eta artistikoa. Ohoratu lana!

9. Eutsi bizirik giza harremanei. Etxekoetan, integratu familiako beste kideen eguneroko bizimoduan. Hortxe duzu adin guztietako pertsonekin, haur, gazte nahiz helduekin ederki bizitzeko aukera. Egin ihes antigoaleko gauzen azokatik!

10. Ez pentsa iraganeko garai oro hobea denik. Utzizu zure mundua madarikatzeari.



JARDUERAK

Jardunbide egokiak

“Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroa erreferentziazko zentro bat da Gipuzkoan, menpekotasun-egoeran dauden adineko pertsonen zaintzari dagokionez.

Hurkoaren Eguneko Zentroak betidanik eta etengabe hobetu izan ditu bere lan-metodo eta zerbitzuak, gurera etortzen diren pertsonen eta beren familien bizi-kalitatea hobetu nahian.

Azken urteetan, ahalegin berezia egin dugu Eguneko Zentroaren hobekuntza-planen barruan jardunbide egokien politika bat sortzeko, horrek pertsonetan ardaztutako eredu baten alde egiteko aukera emango digulakoan. Erabiltzaile bakoitzari arreta pertsonalizatua ematea da helburua, alderdi fisiko, emozional, kognitibo eta sozialak bereziki zainduz.

Erabiltzaileek eta beren familiek

izugarri eskertzen digute etengabe hobetzeko ahalegin hori. Eguneko Zentroko zerbitzuen asebetetze maila aztertzen duen azken inkestan 9,14koa izan zen lortu genuen batezbesteko puntuazioa. Jarduerak eta tratu pertsonala izan ziren onarpen handieneko alderdiak, bai eta familiek sentitzen duten hurbiltasuna, babesa eta lasaitasuna ere.

ZERBITZU NAGUSIAK

- Gizarte-lana
- Fisioterapia
- Erizaintza
- Garraioa
- Podologia
- Ile-apainketa
- Psikomotrizitatea
- Estimulazio kognitiboa
- Laborterapia eta eskulanak
- Animazio soziokulturala
- Musikoterapia
- Erljio-ekitaldiak

EGUNEKO ZENTROA

ERABILTZAILEEN PROFILA

Astelehenetik ostiralera

84 Erabiltzaile

% **75** Emakumezkoak

84 Batez besteko adina

% **81** Diagnostikatutako demenzia

Asteburuak

72 Erabiltzaile

% **77** Emakumezkoak

84 Batez besteko adina

% **85** Diagnostikatutako demenzia



BOLUNTARIOTZA

Hurkoa

Behar zaituzte.
Behar dituzu.

Zu pertsona hobea
sentitzen zara...

... eta bakardadean
laguntzen diezu haiei



JARDUERAK

Pertsona lehenik



Jon Arias boluntarioa, Hurkoaren tutoretzapean dagoen pertsona baten ondoan

Beren gainbehera kognitiboagatik, gaixotasunagatik edo arrisku-egoeragatik modu autonomoan bizitzeko modurik ez duten eta, hori dela eta, beren burua eta beren ondarea nolabait babesteko premian dauden pertsonen erabateko zaintza bermatzen dien funtzio soziala da tutoretza.

Bi dira Hurkoak bere gain hartu ohi dituen tutoretza-kasuak eragiten dituzten motiboak: familiaren babesik eza eta kontrol ekonomikorik eza. 2016an, Hurkoak artatutako pertsonen % 62 bi zirkunstantzia horietako batean etorri zitzaizkigun. Bi arrazoi horien atzetik, autoabandonu-egoerak eta familiarterako gatazkak izan ohi dira arrazoi nagusiak; iaz artatutako kasuen % 15, zehatz esatera.

Gora egin du, halaber, gure orientazio- eta aholkularitza-zerbitzuak erabiltzen dituzten familien kopuruak. Era berean, asko dira tutore izan bitarteko prozesu judizialean Hurkoaren babesa izan

ondoren gurera etortzen jarraitzen duten familiak.

Horrenbestez, Hurkoak buru-belarri lan egiten jarraitzen du informazio eta orientazio bila gurera datozen familiei ahalik eta aholkularitza- eta babes-zerbitzu egokienak emateko, eta aldi berean, tutoretzapean dituen pertsonen ongizatea bermatzearen alde egiten ahalegintzen da. Kasu horietan, erabiltzaile bakoitzari arreta pertsonalizatua emateko plan bat diseinatzen ahalegintzen da Hurkoa, eta tutoretzapean daudenek ere parte hartzen dute horretan. Iaz, adibidez, ekimen horretan parte har zezaketen pertsonen % 60k eman zituzten beren iritzi eta ideiak.

ARRETA TUTELARRA

ERABILTZAILEEN PROFILA

538 Artatutako pertsonak

%48 Emakumezkoak

156 80 urtetik gorakoak

167 60-79 urte artekoak

109 50-59 urte artekoak

106 30-49 urte artekoak

10 29 urtetik beherakoak

TESTIGANTZA



BEATRIZ GAIZTARRO
Tutoretzapean dagoen pertsona

Beatrizek buruko gaixotasuna du, eta sei urte baino gehiago daramatza Hurkoaren tutoretzapean. Pozik omen dago eskaintzen dizkioten arreta eta zaintzengatik. Orain dela bi urte eta erditik zaharren egoitza batean bizi da; lehen etxean bizi zen eta han ere Hurkoa arduratzen zen bere premiak asetzeaz.

Garai batean bere neba-arreba nagusiak ziren Beatrizen tutoreak, baina adinagatik funtzio hori betetzeari utzi behar izan ziotenean, Hurkoak Beatrizen tutoretza bere gain hartu zuen. Beatrizek onartzen du familiak ezgaitu izanaren arrazoia, kontrol ekonomikorik eza izan zela,

“nahiz eta, nire ustez, jende asko aprobetxatzen zen nitaz”. Babes ekonomikoa emate aldera, Hurkoak bere ondasunak zaintzen ditu, eta dirua ematen dio astero: “nire gastuak eta gutizia bat edo beste ordaintzeko”. Why Not Fundazioko jardueretara joaten da, eta eskulanak egitea, antzerkira joatea eta ipuinak idaztea gustatzen zaio.

Hurkoaren tutoretzapean egoteak bakarrik ez sentitzen eta bere burua indartsuago eta babestuago sentitzen laguntzen dio. Berezi atsegin ditu Hurkoak ematen dizkion hurbiltasun eta prestasuna: “Egunero deitzen diet, baldin eta zerbait behar badut edo zerbait galdetu behar badiet, eta medikutara edo beste edozein lekutara laguntzen didate”.

TESTIGANTZA



PAQUITA GARMENDIA
Boluntarioa

Paquitak sei urte daramatza boluntario-lanetan Hurkoan Irunen. “Betidanik interesatu izan naiz pertsona ezinduez eta buruko gaixotasunak dituztenez”. Lagun batekin batera asteen behin joaten da Hurkoaren tutoretzapean Anakako egoitzan eta Gurutze Gorrian dauden zortzi pertsona bisitatzera. “Konpainia egiten diegu, solasean aritzen gara, dominora jolasten gara, arropa egokia jantz dezaten ahalegintzen gara... eta beharra dagoenean, medikutara laguntzen diegu, edo arropa eroatera...”. Egiten duena oso esker onekoa dela esaten du. “Uste duzu ez zarela ezer egiten ari, eta nolako maitasuna jasotzen duzun! Haietako askok ez dute senitartekorik eta beren

erreferentzia bihurtzen zara. Bi zentro horietako batera joan eta bertan bizi direnak kafe baten inguruan biltzen dira, eta pixkanaka-pixkanaka lortu dugu elkarrekin jarduera bat o beste egitea. Harrigarria da zer-nolako batasun-giroa lortzen dugun kafetxo hori hartzen dugun bitartean”. Paquitak dio etxeakoak oso pozik daudela egiten duenarekin. “Nire bizitza hori da” Irungo Hurkoako boluntario-taldearen parte da Paquita, Florita, Carmen eta Isabelekin batera. Izugarri eskertzen du Hurkoak lan hori egiteko berengan jarritako konfiantza: “guk erabateko askatasunez eta ardura handiz egiten dugu lan hori”.

JARDUERAK

HAUSKORTASUNAREN
ARRETA

● ARTATUTAKO
PERTSONAK

- 29 Ohiko arreta
- 27 Aldian behingo arreta
- 19 Aholkularitza

HAUSKORTASUNA

Esperientzia aitzindaria Irunen

Hurkoa hauskortasun egoeran dauden adineko pertsonak identifikatzeko eta zaintzeko programa pilotu bat garatzen ari da Irunen. Gizarte-zerbitzuen baliabiderik gabe geratzen diren pertsona hauskorak identifikatzea da helburua, haien ongizatea hobetzeko eta arrisku-egoerei aurrea hartzeko.

Azken bi urte hauetan, Hurkoak hauskortasunari buruzko ikerketa-lan sakon bat egin du Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Sailaren eta Espainiako Caritasen babespean, hartan oinarrituta.

ahalik azkarrena identifikatzea da Plan horren helburua, beren eskubide eta interesak defendatzeko gai den familia-girorik ez duten pertsonen kontrako abusu edo tratu desegokiak saihesteko.

Hauek dira programa pilotuan parte hartuko duten pertsonen ezaugarriak: 68 urtetik gorako pertsonak, etxean bizi direnak baina familiaren babesik ez dutenez, hauskortasun egoeran daudenak, eta beraz, beren ongizatea eta autonomia pertsonala sustatzeko, beren premiei erantzuteko eta arrisku-egoera oro saihesteko (babesgabetasuna, tratu txarrak, eskusioa...), erakundeen premia dutenak.

Proiektua abiarazteko, programa honen adierazleekin bat datozen 15 pertsona hautatuko dira. Beren egoera aztertuko da modu integralean eta alderdi ugari kontuan hartuko: osasun-egoera, baliabideak, zerbitzuak, testuingurua, etxebizitzaren ezaugarriak eta ingurunea.

Hurkoako presidentearen iritziz, “itzalgune betean eta mendekotasun-egoeratik gertu dauden baina oraindik egoera horretara iritsi ez diren adineko pertsonen laguntzea du helburu proiektu honek, eta hortixe dator bere garrantzia: beren eguneroko bizitzan modu autonomoan jokatzeko zailtasunak izaten hasita daudenei lagundu ahal izatetik”.

Beste alderdi batzuk ere hitzartu dira; esate baterako, saio informatiboak eta prestakuntza-jarduerak antolatzea, eta gizarte-zerbitzuetako, osasun-zerbitzuetako, botiketako, bankuetako eta sektore juridikoko pertsonen arteko koordinazioa bultzatzea.



Urtebeteko epean esperientzia pilotu hau garatzeko lankidetzahitzarmena sinatu zuten joan den irailean Hurkoako presidentek, José Luis de la Cuestak, eta Irungo alkateak, José Antonio Santanak.

Hauskortasunari aurre egiteko Plan Integral bat diseinatzeko. Plan horren bitartez, esku-hartzearen helburu eta irizpideak definitu, Euskadin eskura ditugun baliabideak aztertu eta haiek erabiltzeko aukerak erraztu eta koordinatu nahi dira, eraginkorragoak izan daitezen eta, aldi berean, tartean dauden erakundeak eta gizarte bera sentsibilizatzeko balio dezaten.

Irunen martxan jarriko den esperientzia pilotuaren ondorioak urtebeteko epean jakinaraziko dira, eta Hauskortasunari aurre egiteko Plan Integralak aintzat hartuko ditu. Babesgabetasun-egoerak

ELKARRIZKETA

Eusko Jaurlaritzak, Lan eta Gizarte Politiketako Sailaren bidez, hauskortasun egoeran dauden pertsonak identifikatu eta artatzeko Hurkoak burututako ikerketa, babestu du. Sailburuak, Beatriz Artolazabalek, ikerketa honek, dauden baliabideak optimizatzea ahalbideratuko duela uste du.



Beatriz Artolazabal, sailburua, Lide Amilibia sailburuordea lagun duela (ezk.)

Beatriz Artolazabal

“Hauskortasunaren arretari heltzeak ezinbesteko garrantzia du”

Hurkoak burututako ikerketak eta hura inplementatze aldera Irunen nahiz Azkoitian martxan jarri dituen proiektu pilotuen ekarpen nabarmenenak zeintzuk dira?

Hauskortasun egoeran dauden adineko pertsonen buruzko informazioa biltzeko balioko digu ekimenak, eta gero, pertsona hauskorren egoerari buruzko diagnostikoa egitean, baita eskura dauzkagun baliabideen koordinazioa optimizatze ere, horrela arriskuan dauden pertsona horiei beren premiak asetzen lagundu eta babes nahikoa eskaintzeko. Ez dezagun ahaztu hauskortasuna aurreikusi daitekeen sindrome geriatrikoa dela eta agertzen denean ere, bere itzulgarritasuna lortu daitekela.

Zergatik da hain garrantzitsua menpekotasun-egoeretara iritsi baino lehenagoko hauskortasun kasu horiei arreta berezia jartzea?

Azaldu dezagun, Brocklehurst parafraseatuz, zer den hauskortasuna:

pertsona batek, bere osasun-egoeraren eta etxean bizitzen jarraitzeko behar dituen baliabide soziosanitarioen arteko oreka hautsia duela eta, komunitatean bizitzen jarrai-tzeko gaitasuna galtzeko arriskua edo hura galdu izanaren kausa. Horregatik, berealdiko garrantzia du hauskortasunaren arretak eta horixe eskaini diogu, hain zuzen, 2015-2020 epealdirako diseinatua dugun Zahartze Aktiboari buruzko Euskal Estrategiaren zati handi bat.

Bakardadea eta hauskortasuna elkarri estu-estu lotuta daude. Zer egin dezake sektore publikoak premia horiei aurre egiteko?

Garrantzi handia du hauskortasunarekin hain estu lotuta dagoen bakardade horri aurre egitea. Gure eskumenen esparruan, bada betiON izeneko telefono bidezko laguntza-baliabide bat, arreta indibidual integrala eskaintzen duena, betiere pertsona ardatz harturik. Aurten geure

buruari ezarri diogun helburuetako bat, hain zuzen, bakardade-kasu horiek identifikatzea da, haien kontrako neurri-sorta bat aplikatzeko: etxeko bisitak areagotzea, telefono bidezko laguntza-zerbitzuak eskaintzea, pertsona bakoitzaren premiei erantzuteko, entzuketara aktiboa lantzea...

Ze eginkizun izan dezakete beste gizarte eragile batzuk pertsona hauskorrei laguntzekoak diren sare trinkoak josteko lanetan?

Babes-sare hori josteko orduan, familiak, lagunek, bizilagunek, boluntarioek eta gainerako gizarte-eragile guztiek sekulako garrantzia dute, jakina. Begi-bistakoa denez, pertsona horien premiei ikuspuntu komunitario batetik erantzun behar zaie, bakoitzaren duintasuna, eskubideak eta iritziak errespetatuz betiere, eta gogo-gorputzez lagundu behar zaie, osasun eta itzaropen betean bizi daitezen.

JARDUERAK

Morlans, gure egoitza berriaren inaugurazioa



Hurkoako arduradunak eta erakundeetako ordezkariak, egoitza berriaren inaugurazioan.

Egoitza berria Amarako Morlans Pasealekuan ireki da, Hurkoak bere zerbitzuen premian dauden pertsoneri arreta hobea emateko.

Hurkoaren zerbitzu orokorrak eraman dira egoitza berrira: zuzendaritza, idazkaritza, administrazioa, eta kalitate-eta formakuntza sailak. Gainera, boluntarioriaz, familien arretaz eta hauskortasunaz arduratzen diren sailak ere bulego berrian jarri ditugu, bai eta Tolosaldeko, Goierriko eta Urola Kostako pertsonekin lan egiten duten tutoretza-taldeak ere. Nolanahi ere, Donostiako Gernikako Arbola Pasealekuko gure bulegoak zabalik jarraitzen du oraindik ere, hantxe baitihardu lanean Donostialdean arreta tutelarraren alorraz arduratzen den gure lantaldeak.

Jende ugari parte hartu zuen Donostiako egoitza berriaren inaugurazio-ekitaldian: garai hartan

Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako sailburua zen Ángel Toñak, Markel Olano Gipuzkoako ahaldu nagusiak, eta Foru Aldundiko Gizarte Politiketako arduraduna den Maite Peñak, Hurkoaren lana babesten duten elkarte publiko nahiz pribatuak beste ordezkari askorekin batera.

Ekitaldiari ekiteko, Juan Mari Olaetxea Donostiako Elizbarrutiko bikarioak egoitza berria bedainkatu zuen.

Hurkoako presidentek, José Luis de la Cuestak, eskerrak eman zizkien gure elkarte babesten duten erakundeei, batez ere Eusko Jaurlaritzari eta Caritansi, haiei esker ireki baitira bulego berriak.

Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako sailburuak, Ángel Toñak, Hurkoako profesionalen eta boluntarioen lana nabarmendu zuen bere hitzaldian. Ángel Toñaren



esanetan, “geure burua hauskortzat hartzeak indartsuago egiten gaitu, eta pertsonarik hauskorrenei laguntzea justizia sozialean sakontzearen parekoa da”.

Markel Olano ahaldu nagusiak bere hitzaldian adierazi zuenez, “bakarrik eta babesik gabe gero eta adineko pertsona gehiago egotea da arrisku nagusia, eta garrantzi handikoa da, beraz, gizarte horretaz jabetzea, eta den-denok inplikatzeko horren aurkako lanean”.

BOLUNTARIOTZA

BOLUNTARIOTZA SARIA

Gipuzkoako Foru Aldundiak Hurkoari eman dio 2016ko Boluntariotza Saria, “adineko pertsonen eta buruko gaixotasunen bat duten edo menpekotasun-egoeran dauden pertsonen eskubideak defendatzearen egindako lanagatik”.

Joan den azaroan egin zen sari-banaketa Gipuzkoako Foru Aldundiko Tronuen Aretoan. Bere hitzaldian, Markel Olano ahaldun nagusiak adierazi zuen Hurkoak egiten duena lana “solidario eta desinteresatua” dela, “sari honen bitartez sustatu nahi ditugun boluntariotza- eta asoziazionismo-balioen eredu”.

Saria jaso ondoren, Hurkoako gerenteak, José Ignacio del Pozok, eskerrak eman nahi izan zituen bere hitzaldian: “Eskerrik asko Foru Aldundiari, saria eman digun epaimahaiari eta babestu gaituzten organismo guztiei. Espero dezagun sari honek gure jardueren berri emateko balio izatea, hala beste pertsona batzuk ere gurera hurbildu daitezten, boluntario gehiago behar baititugu”. Gero, zera erantsi zuen: “gaur inoiz baino gehiago, gure agureen arazoak denon arazoak dira”.

Hurkoako boluntarioen izenean, Begoña Zubimendik boluntario izateak dakarren esperientziaren eta pozaren



Maite Peña, José Ignacio del Pozo, Begoña Zubimendi eta Markel Olano.

berri eman zien ekitaldian parte hartu zutenei.

Gipuzkoako Caritasek aurkeztu zuen Hurkoaren hautagaitza, eta Gipuzkoako sare asoziatiboarekin lotutako epaimahai batek aho batez onartu. Epaimahaiaren erabakia azaltzen ari zela, Maite Peña Gizarte Politiketako diputatuak zera nabarmendu zuen: “Adinekoak direlako edo buruko gaixotasun bat dutelako, ezgaituta daudelako edo bakarrik bizi direlako, berdin dio zergatik, baina hauskortasun egoeran dauden pertsonen aldeko defentsa judizial eta tutoretza-jarduera eredugarria egiten du Hurkoak, pertsona horiei zuzenean edo familiei arreta eskainiz”.

Gaur egun, Hurkoak 147 boluntario

eta tutoretzapeko 322 pertsona ditu, eta 560 familiari eskaintzen die arreta. Hurkoako boluntario gehienek, batez beste 66 urte dituztenak, laguntzalanana egiten dute zaharren egoitzetan eta etxeetan. José Ignacio del Pozoren arabera, “gure boluntarioek egiten duten lanak kalitatea eta goxotasuna behar dute, eta uste dut horretan bete-bete asmatzen dutela Hurkoako profesionalek, pertsonen gertutasuna, maitasuna eta arreta modu zoragarrian transmititzen baitiete”.

Boluntariotza Saria orain dela 22 urte sortu zen Hirugarren Sektoroko pertsonen eta erakundeen lana aitortzeko. Hala, gizarte-ehun osoaren parte-hartzea bultzatu nahi da, horrek gizarte osoari mesede egingo diolakoan.

BOLUNTARIOTZA

BEGOÑA ZUBIMENDI



Gurea bezalako esperientzia bat hitzez azaltzea oso zaila egiten zait. Guk denbora-tarte handi samar bat ematen dugu zenbait pertsonarekin estu-estu bizitzen. Gure bizitzaren zati bat ematen dugu horretan, baina jasotzen duguna ilusio-zurrusta ikaragarria da, bizitzeko eta konprometitzeko gogo itzela, nolabait gizarte hobe bat egiten ari garela pentsatzeko adorea.

ROSA M^a OYARZABAL



Gure ilusio eta energia ematen dugu zaintza- eta arreta-premian dauden adineko pertsona askoren eguneroko bizitza atseginagoa izan dadin. Ez dago zertan ezaguera edo ezaugarri berezirik eduki boluntario izateko. Bizitzan dagoeneko dena eman duten pertsonen aldeko konpromisoa: horixe behar da.

MARIA JESÚS SESMA



Beti kezkatu izan nau adineko pertsonen bakardadeak, sarritan inkomunikatuta bizi baitira, inork ikusiko ez balitu bezala. Kasik ez dira etxetik irteten, kasik ez dute inorekin hitz egiten, askok ez dute familiarik. Sinesten zaila da zenbat gauza egin ditzakezun pertsona horien alde: konpainia, maitasun eta solasaldi pixka bat aski izaten da sarrienen. Eta, azkenean, ohartzen zara beraiek behar zaituztela, bai, baina zu ere haien premian zaudela.

JON ARIAS



Beti izan dut gizartearen alde zer edo zer egiteko gogoak. Eta lagunei asmo horren berri ematen diezunean, gehienetan solidaritate-ekintza potoloenak aipatzen dira, urruti daudenei laguntzarekin lotutakoak. Baina niri inguruan nituenei laguntzea interesatzen zitzaidan, ondo-ondoan bai baitugu batere ezagutzen ez dugun errealitate bat. Eta badakit nire denbora librearen zati bat horretan eskaintzea asko dela.

BOLUNTARIOTZA

“PERTSONA ASKORENTZAT, BEREZ FAMILIARI DAGOKION FUNTZIO HORI BETETZEN DU BOLUNTARIOAK”

HILARIO SEIN

Hurkoako Boluntariotzaren alorreko arduraduna

Zer-nolako garrantzia du Foru Aldundiak iaz Hurkoari emandako Boluntariotza Sariak?

Sari honek garrantzi handia du, hauskortasun egoeran dauden pertsonen alde Hurkoako boluntariok egiten dugun lan altruista eta solidarioa aitortzen duenez gero. Egunero-egunero anonimotasunean dihardugunontzat, sariak bakardadearen nahiz babesgabetasunaren kontrako gure lan isil funtsezkoaren aitortpena egiten du. Eta, jakina, motibazio-dosi itzela ere ematen digu ildo berean lanean jarraitzeko, gure jarduerari ikusgaitasuna emateaz batera, eta horrek, agian, jendea erakartzeko balioko digu.

Zein da Hurkoako boluntarioen profila?

Edozein pertsona izan liteke boluntario, egin beharreko lanean ez baita beharrezkoa ezaguera edo kualifikazio bereziak edukitzea. Hori bai: denbora behar da, eta denbora gizartearen alde modu altruistan erabiltzeko gogoia. Gaur egun, Hurkoan adin guztietako boluntarioak daude, gazteak zein adinekoak. 66 urtekoa da boluntarioen batezbesteko adina: % 75 emakumezkoak dira, eta % 25, gizonezkoak.

Zer-nolako jarduerak egiten dituzue?

Besteak beste, konpainia egiten eta solasean aritzen gara, baina baita laguntza-lanetan ere, hala nola, erosketak egiten lagundu, egunkaria irakurri, kartetan jolastu... Jarduera horien guztien helburua arreta pertsonalizatua ematea da, maitasunaren eta gertutasunaren bidez

kalitatea eta goxotasuna eskaintzeko. Boluntario batzuk lan administratiboak eta gestioan laguntza ere egiten dute.



Ezinbestekoak al dira?

Hurkoaren funtsezko alorra da boluntariotza, hura gabe ez bailuke lortuko hauskortasun egoeran dauden pertsonen arreta emateko egokitu zaion eginkizuna betetzea. Boluntarioen lana, beraz, ordainezina da. Bakarrik egotearen sentipena da hauskortasunaren etsairik handiena, eta akonpainamendu-lana funtsezkoa da. Zoritxarrez, pertsona askorentzat, boluntarioak betetzen du berez familiari dagokion funtzio hori; pertsona horietaz kezkatzen da boluntarioa, eta zaindu egiten ditu.

Hurkoak egiten dituen jardueren artean, zein da boluntario gehien behar dituen?

Gure elkartearen ibilbide eta jarduerak kontuan hartuta, esango nuke tutoretzapeko erabiltzaileek behar izaten dutela boluntario gehien, baina

espektroa nabarmen zabaldu du hauskortasunaren arretan ardatzutako proiektu berriak. Egoitzetan bizi diren pertsonekin egiten den akonpainamendu-lanak ere boluntario asko behar izaten ditu. Egoitzek berek eskatzen dute hori, ondo baitakite zer-nolako lana egiten dugun, gure jarduerak erabiltzaileei egiten dien mesedearen lekuko dira eta. Tamalez, etxeko akonpainamendu-lanak konpondu gabeko kontua izaten jarraitzen du.

Gero eta biztanle zaharragoak dituen gizarte honetan, inoiz baino beharrezkoagoak al zarete boluntarioak?

Dudarik gabe. Inoiz baino bizi-itxaropen handiagoa duen gizarte honetan, gure adinekoen arazoak denon arazoak dira. Arreta-eremu guztietan profesionalak lanean jartzea ekonomikoki bideraezina da ikuspuntu publiko batetik, eta, bistakoa denez, arriskua da pertsonen oinarritzko premiak soilik zaintzea, alderdi emozional eta motibazionalak ahaztuta. Beraz, gizarte osoaren behar eta konpromiso ezinbestekotzat jotzen dut lan hori egitea, eta ez administrazio publikoena bakarrik, eta, alde horretatik, gizarteak gai izan behar du arazo handi horri boluntarioen lanaren bitartez modu solidarioan aurre egiteko.

Zergatik aholkatuko zenioke pertsona bati Hurkoako boluntarioa izatea?

Egindako lanak sari ederra ematen du: nor bere buruarekin pozik sentitzea. Zaintzen ari zaren pertsona horren esker onak, haren maitasun-keinuak, boluntarioon lan eta ahaleginak saritzen ditu.

ELKARRIZKETA



Karitatearen Alaben kongregaziokoa da. 19 urte daramatza “Nuestra Señora de las Mercedes” Eguneko Zentroan lan egiten, horietatik 15 boluntario-lanetan. Goizero joaten da Eguneko Zentrorra bertan dauden adineko pertsonen bere denbora ematera. Eguneko Zentroaren 30. urteurrenean, sor Carmen García jaso zuen, Karitatearen Alaben izenean, Hurkoaren 2016ko Urrezko H-a.

Sor Carmen García

“Miretsi egiten nau

Hurkoak adinekoak nola zaintzen dituen”

Zergatik sortu zenuten Eguneko Zentroa?

Gure sortzaile Pauleko San Bizenteren karismaren bultzada dago jatorrian, edozein motatako laguntzaren premian dauden pertsonak babesteko beste ekimen askorenean bezala. Garai hartan, argi ikusi genuen adinekoen alde zerbait egin genezakeela, eta “Nuestra Señora de las Mercedes” Zentroko ateak zabaldu genituen. Urte batzuk geroago, Hurkoak bere gain hartu zuen zentroa kudeatzeko lanaren ardura, eta gaur egun, Eguneko Zentroa guztiz ereduagarria da adinekoen zaintza-lanetan dabilzanen artean. Miretsi egiten nau.

Uste duzu gizarteak nahikoa arreta ematen diela adinekoei?

Neurri batean ezetz uste dut. Kontuan

hartuko bagenitu bestearen premiak, beharbada askoz gauza gehiago egingo genituzke; esate baterako, ni adinekoek erakarri izan naute beti, eta Eguneko Zentrorra egunero etortzeak ez dit inolako lanik eman. Adinekoen begiradarekin bat egiteak bizitza ematen dit, ilusioa, itxaropena... Eta hori oso esker onekoa da. Neure burua pribilegiatutzat daukat, adinekoekin egunero denbora-tarte bat eman dezakedalako. Bizitzaren esperientzia erakutsi didate, eta ziur nago dementziaren azpian garrantzi handiko balioak ezkututzen dituztela: ematea, eskuzabaltasuna, solidaritatea...

Zertan aldatu dira gauzak Eguneko Zentroari lotuta eman dituzun 19 urte hauetan?

Eboluzio bat egon da, eta Hurkoak

sekulako lana egiten du adinekoen zaintza-lanen alorrean sortuz doazen errealitate eta egoera berriei aurre egiteko. Eta gauza bera esan dezaket Hurkoak egiten dituen beste lan askori dagokienez ere, hala nola tutoretza edo hauskortasunaren arreta. Gainera, ahalegin berezia egiten da langileak eta boluntarioak behar bezala prestatzeko.

Zer-nolako garrantzia izan du Karitatearen Alabentzat Hurkoaren 2016ko Urrezko H-a jasotzeak?

Neuk jaso nuen saria, baina ez da nirea bakarrik, pertsona askorena baizik: denboraren joanean Eguneko Zentroan lan egin duten ahizpa guztiena, Hurkoan lan egiten duten profesionalena, Caritasena... Kontuak kontu, Hurkoak gure lana saritu du, eta eskerrak eman behar zaizkio horregatik.