

LA VEU DELS AVIS

Nº 67 Revista de tardor 2019



La cuina guanya
el 1er premi en el concurs
del centre de "Decora el
Nadal"

SUMARI

tardor 2019

Horaris i serveis

ÀPATS: dinar a la 13h i per sopar a les 18:15h a la 3era i la 4rta i a les 19:15h al 1er pis (obrim portes dels menjador amb 15 min. d'antelació)

VISITES: de 10:30 del matí a 19:30 del vespre

SERVEI MÈDIC: dilluns, dimarts i divendres de 10 a 13h i el dimecres de 14h a 16 de la tarda

REHABILITACIÓ: de 9 del matí a les 13h

SERVEI DE TERÀPIA: els dimarts i dijous de 10:30 a 12:30

PERRUQUERIA : Dimarts, dimecres, dijous i divendres als matins de 9 a 13 i els dijous també de tardes (de 15h a 19h).

PODÒLOGA: segon dijous de cada mes.

MISSA: dilluns i dijous a les 9 del matí i dissabte a les 18 hores

1 Editorial

GRUP DE LA REVISTA
LA DIRECCIÓ
EQUIP DE PASTORAL

4 Actualitat

NOTÍCIES

6 Reportatge

HISTÒRIA DE VIDA

7 Articles

RACÓ DE TERÀPIA
RACÓ DE FISIO
RACÓ D'INFERMERIA

11 Tot i més

CALAIX DE SASTRE
ACTES DE COMIAT
NOTES

A la portada:

Decoració feta amb pasta!

GRUP DE REVISTA

El grup de la revista us desitja una bon any 20 i 20 i esperem que amb ell arribi la recomanable rutina: s'acaben les festes de Nadal (i els dinars ofenosos) i comencen aquells dies de calma i serenor.

Una rutina que a partir de mitjans del mes de gener començarà amb un nou horari dels tallers setmanals. Per tant us recomanem que el demaneu i us animeu a participar-hi!

Som conscients que aquest número surt amb retard però val més tard que mai ;-) Vinga bona lectura...

Equip de redacció

- Responsable de redacció i disseny: Agnès Vilanova i Bosch
- Residents col·laboradors: Asela, Anna C., Antonio S., Carles A., Consol B., Consol V., Dolors M., Elisa H., Elisa M., Emilia P., Esperança A., Esperança S., Joan S., Josep J., Francisca B., Manel B., Mercè B., Maria C., Maria Teresa M., Maria Rosa G., Mercè T., Petronila, Pilar M., Pilar P., Rosa A., Rosa G., Rosa V., Roser V., Roser Ll., Vicens, Teresa A.
- Personal implicat: direcció, equip social, infermeria, pastoral...
- Correcció: la Mònica i Loli
- Impressió: la recepció del centre.
- Confecció: els mateixos residents.
- Punt de contacte/ E-mail : educacion.social.tura@irsig.org
- Visita'ns a la web del centre : www.residenciatura.org
- També segueix-nos a twitter (atenció a la gent gran)

Des de la DIRECCIÓ



Vam començar la tardor amb la idea de posar en marxa el Projecte de la Unitat de Psicogeriatria, i comencem l'hivern amb tot l'engranatge ja en "dansa".

Corroborem la importància de l'existència d'aquesta unitat, tot i que som conscients que resten moltes millores a fer. Aquest 2020 serà l'any en què posarem en marxa totes aquestes millores. En aquest sentit, agraïm la paciència i confiança que depositen totes les famílies, i en especial totes aquelles que veuen com els seus familiars tenen problemes que necessiten de més seguiment, com és el cas dels usuaris de la 3a planta.

També es un moment de goig per al centre, ja que finalment s'han donat per acabades les reformes de les habitacions de la 4a planta, un altre projecte primordial per a cobrir les necessitats dels usuaris més fràgils.

Comencem un nou any amb projectes iniciats, amb ganes, força i motivació per a millorar-los, i amb la certesa de què tot contribuirà a una millora en l'atenció als nostres residents i un augment de la seva qualitat de vida. També serà un any en què es treballarà per a millorar la qualitat dels processos assistencials.

Un any, per tant, que comença amb projecció, i que esperem, a mesura que anem avançant, assolir les fites proposades. Aprofito per desitjar un bon any a totes els familiars, voluntaris i col·laboradors del centre.

MONTSE VALDAYO *Directora del centre*

PASTORAL

EL CÀNTIR ESQUERDAT



Un venedor d'aigua, cada matí, baixa al riu, omple els seus dos càntirs i marxa cap a la ciutat a distribuir l'aigua als seus clients. Un dels càntirs està esquerdat i perd aigua; l'altre, molt nou, reporta més diners perquè aguanta millor l'aigua.

El pobre càntir esquerdat se sent malament i un bon dia decideix sincerar-se amb el seu amo:

- Saps? li diu, - sóc conscient dels meus límits. Tu perds diners per culpa meva perquè quan arribem a la ciutat ja estic mig buit. Perdona les meves febleses.

L'endemà, anat cap al riu, l'amo interpel·la al seu càntir vell i li diu:

- Mira la vora de la carretera.
- És bonica! I està tota plena de flors...
- Doncs és gràcies a tú, -replica l'amo-. Ets tu qui cada matí regues el voral de la carretera, i tu qui, sense saber-ho, les regues a diari. No ho oblidis mai: tots som una mica esquerats, però Déu, si li ho demanem, sap fer meravelles amb les nostres febleses.

Reflexió cedida per en Silver (voluntari del taller de tertúlia).

NOTICIES

Nou horari dels tallers setmanals per pisos

1er PIS

	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
10:30	mercat/costura	memòria	revista	memòria	premsa
11:30	gimnàs	gimnàs	gim. de braços	jocs taula	gim. de braços
5:00	grup de coral	taller de mandales	tertúlia amb en Silvestre	taller creatiu	tarda de bingo / cine

3er PIS

	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
10:30	mercat/costura	relaxació	act. física individual	jocs t/ passeig	estimulació psicomotriu
11:30	el plafó	memòria bàsica	grafo-motricitat	estimulació física	estimulació multisensorial
4:00	música	mandales	taller ocupacional	circuit d'activació	documental
5:00		manipulatiu			

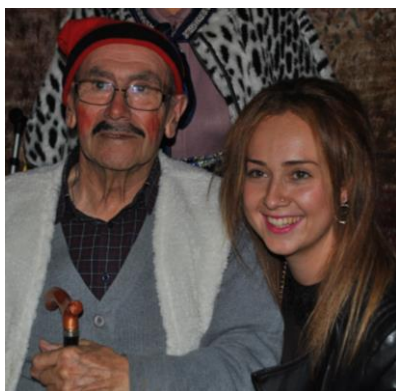
4rt PIS

	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
11:30	psicòloga		fisio-terapeutes		dinamitzadora
4:00	terapeuta ocupacional	educadora social	educadora social	psicòloga	psicòloga o terapeuta

“Imatges diferents dels pastorets”



Aquí teniu els moments previs a l'actuació, instants de molts nervis i ultims retocs ;-)



Pastorets i família: la combinació perfecta

Història de vida de la Rosa Gifra

Aquesta entrevista la dediquem a la Rosa Gifra, el nostre dimoni petit, i diem petit perquè ha agafat el relleu de la Lola Torrent, una veterana dels nostres estimats Pastorets! Amb aquest gest ens ha demostrat a tots que, qui vol pot, apuntant una gran valentia, perquè no és gens fàcil substituir un personatge així. I la veritat és que ho ha fet bé, a la seva manera, sense estridències, sense complicacions, posant-hi ganes i il·lusió! I al final ha sortit, fent pinya amb el grup i aportant un aire fresc que sempre fa falta.



Però anem a l'entrevista:

Ens ha explicat mooooltes coses: que és nascuda al veïnat de Pocafarina, que havia estudiat al Verntallat i que més tard va fer administratiu a Professional, que es va casar de joveneta amb en Pere i que van tenir una filla molt guapa, que fins i tot havia fet política, i també hem sabut que era de l'espanyol, la qual cosa no comentarem pas ;-)

Ara ja fa 3 anys que és al centre i ens ha agradat molt que acceptés la nostra oferta per conèixer-la millor, això segur que ens apropa i ens uneix. De la casa ens diu que valora molt positivament serveis com la cuina o rehabilitació (que per ella és tan important) i que s'ha sentit molt ben acollida per tothom, i aprofita per donar-ne les gràcies. *I com no la vols acollir bé si és un encant de dona?*

I aprofundint més, quan li demanem que ens digui un desig, contesta: que li toqui la loteria a la meva germana, que és la millor del món. ESPEREM QUE LI HAGI TOCAT! I SI NO ÉS AIXÍ JA LI VA TOCAR EL DIA QUE VA ARRIBAR AL TEU COSTAT ☺

RACÓ DE TERÀPIA OCUPACIONAL



EL VOLUNTARIAT:

El voluntariat al Tura està constituït per un comitè, encarregat d'organitzar tot el què engloba al col·lectiu de voluntariat. La seva funció principal és planificar, impulsar, coordinar i supervisar l'actuació dels voluntaris, mantenint viu l'esperit del voluntariat al centre.

Durant l'any 2019, hem disposat de 36 voluntaris: 19 del centre, 12 voluntaris de Càrites (projecte: "Apadrinar un avi") i 5 voluntaris de Creu Roja. Els voluntaris participen en un o més projectes del voluntariat, que són:

- Acompanya'm: acompanyaments individuals
- Escampar la boira: sortides / mercat
- Festa gran: celebracions
- Activa't: bingo, costura, tertúlia, creatiu,...
- Apadrinar un avi "Caritats Garrotxa": acompanyament durant el curs escolar "jove-avi"
- Estiueja a les residències "Creu Roja": estudiants donen suport en activitats especials d'estiu (musicoteràpia, petanca...)

Al llarg d'aquest any, hem realitzat 4 trobades amb els voluntaris, 2 d'elles formatives i 2 més lúdiques. Aquestes ens serveixen per aprendre habilitats i coneixements específics, però sobretot ens permet compartir i fer de tots un equip, una família!

Aprofito, com a responsable del voluntariat del centre, per agrair la grandíssima tasca que estan fent TOTS i cadascun dels voluntaris que tenim. Gràcies per la vostra generositat infinita, per regalar el vostre temps, per les paraules i silencis compartits, pel saber estar, per encomanar alegria, per les mirades còmplices, per la paciència inacabable, per l'eterna predisposició... GRÀCIES DE TOT COR!!!

FOTO: última trobada de voluntaris del Tura

LOLI PACHECO (Terapeuta Ocupacional i Responsable del voluntariat del centre)





HEMIPLÈGIA I

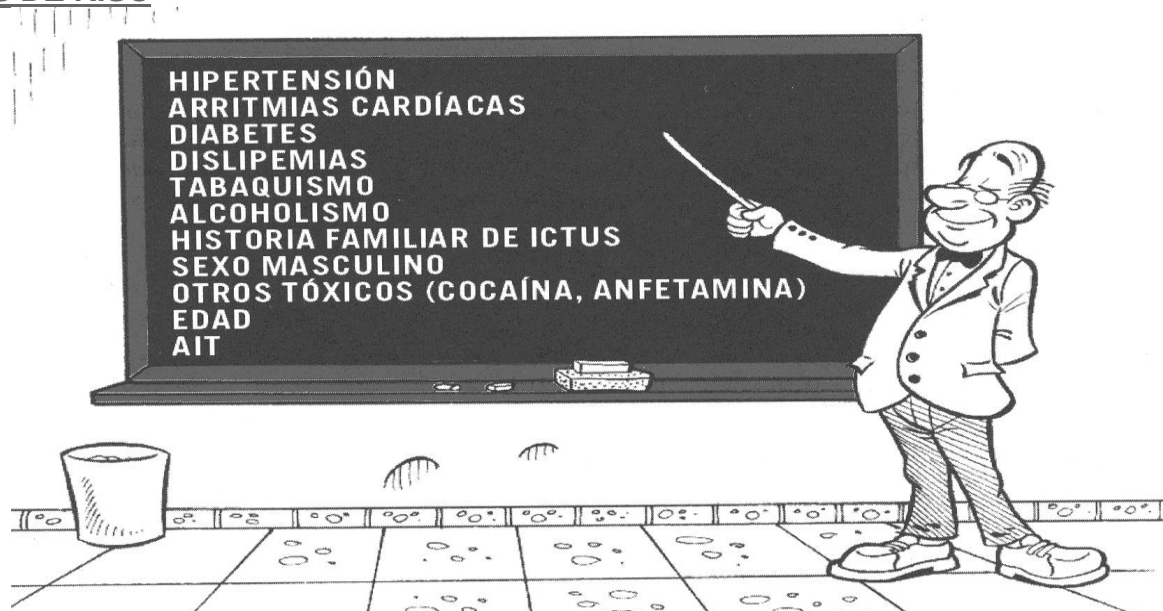
L'hemiplegia és un procés que es caracteritza per un conjunt de signes i símptomes entre els quals destaca una disminució de la mobilitat voluntària de la meitat del cos. La lesió causant es localitza a l'hemisferi cerebral oposat al costat afectat o paràlitzat.

CAUSES

La causa més freqüent de l'hemiplegia és l'accident vascular cerebral (AVC), essent les seves formes: isquèmia (per trombosis o embòlia) i hemorràgica. Altres causes menys freqüents poden ser els tumors cerebrals, causes traumàtiques i infeccions.

La complexitat de l'hemiplegia i la severitat de la incapacitat funcional que provoqui, estarà condicionada al territori cerebral afectat i a l'extensió de la lesió.

FACTORS DE RISC



CONSEQÜÈNCIES DE L'HEMIPLÈGIA

La conseqüència funcional més visible de l'hemiplegia és la paràlisi de mig cos. Això representa moltes vegades una alteració de l'equilibri i dificultat en la marxa, juntament amb una pèrdua d'independència en les activitats de la vida diària.

Poden aparèixer dificultats en la parla, alteracions cognitives, emocionals i altres trastorns com ara l'espasticitat i la flaccidesa.

En el proper número us explicarem els símptomes que provoca l'hemiplegia: alteracions motores, incontinència, afàsia, etc.

MARINA COLLDECARRERA I ADRIANA GÜELL
(fisioterapeutes del centre)



LA GRIP

La grip és una malaltia infecciosa aguda de les vies respiratòries causada pel virus de la Influença. A Catalunya arriba amb l'hivern, la majoria de vegades a partir de la segona quinzena de desembre, i s'incrementa habitualment durant les primeres setmanes de gener.

Una de les característiques més importants de la malaltia és l'elevada capacitat de transmissió d'una persona a una altra i afecta a tots els grups de població. En els infants molt petits, la gent gran, les persones amb malalties greus i les persones amb diverses malalties cròniques pot provocar complicacions greus que requereixen actuacions específiques.

La millor manera de prevenir la grip és amb la vacunació.

L'Agència de Salut Pública de Catalunya impulsa cada any una campanya de vacunació antigripal estacional, que s'adreça especialment a les persones que tenen un alt risc de complicacions si pateixen la grip i també a les persones o grups que poden transmetre la grip a persones en situació d'alt risc, com ara els professionals de la salut.

El període ideal per vacunar-se contra la grip són els mesos d'octubre i novembre (tot i que la vacunació també es pot realitzar fora d'aquest període) i el seu efecte dura un any. No obstant això cal tenir en compte que la vacunació no sempre impedeix contraure la grip.

La grip produeix febre elevada, tos, mal de cap, dolor muscular i malestar general. En la majoria de casos, les persones es recuperen en una o dues setmanes sense necessitat de rebre tractament amb fàrmacs específics. Cal tenir present que els antibiòtics no curen la grip.

Com es pot transmetre d'una persona a una altra ?

Amb petites gotes que s'expulsen en tossir o esternudar.



Com podem prevenir ?

- 1.- Cobrir-se la boca i el nas al estornudar.
- 2.- Rentar-se sovint les mans i fer servir mocadors d'un sol ús per mocar-nos i per tapar-nos la boca i el nas quan tossiu o esternudeu.
- 3.- Llençar els mocadors de paper a les escombraries.
- 4.- Ventilar l'habitació obrint la finestra diverses vegades al dia.



Recomanacions per alleugerir els símptomes:

- 1.- Descansar i tenir cura de la nostra salut.
- 2.- Beure aigua, suc, brous o infusions, ajudarà a fluïdificar la mucositat, calmar la tos i el mal de coll. També ajudarà a prendre una dutxa o un bany d'aigua calenta.
- 3.- Evitar fumar
- 4.- Per la irritació de la gola, van bé, amb moderació els caramels sense sucre.
- 5.- Per respirar millor a la nit i aconseguir que no se us assequi tant el coll i us provoqui tos, podeu utilitzar un humidificador o posar un got d'aigua damunt del radiador.
- 6.- Sobretot quan tingueu la grip no deixar cap altre tractament que estigueu seguint.



Quan cal anar al metge ?

- 1.- Si no milloreu a partir del quart o el cinquè dia.
- 2.- Si els símptomes són greus o molt intensos, per exemple ofec, febre superior de 40°C, deliri o desorientació.
- 3.- Si sou una persona gran.
- 4.- Si patiu malalties cròniques greus.
- 5.- Si esteu embarassada.
- 6.- Si la persona afectada és un nen menor de sis mesos.



MONTSE PARRILLA Coordinadora Assistencial - Resp. Higiénico Sanitaria

Calaix de sastre:

Dades curioses:

A la casa tenim una supercentenaria (Maria Branyas 113 anys, la més gran de Catalunya)

Quatres senyores més que centenàries (Joaquima Casadevall, Esperança Armengol, Maria Llover, Carme Abulí)

Aquest any, si déu vol, celebrarem 1 centenari més: Estrella Soler!

I qui en faran casi cent (99 exactament), son 6 usuaris (de totes elles, només hi ha un és un senyor)

Endevina endevinalla

Fotos d'abans

i gent d'ara.

Sabeu qui és?

(EL 1er noi dels ajupits
començant per la dreta)

~~ZEHCNAS NAOJ~~



En XARLI i les pífies dels diaris



Literatura per tots els gustos (recomanacions dels nostres residents)

«Gloria a Cervantes»

*Con extraña habilidad
un soldado, poco a poco,
queriendo pintar un loco
retrató a la humanidad.
Como dijo la verdad,
dejó al mundo descontento,
y, mendigando el sustento,
murió de hambre el pobrecito,
acusado del delito...
de tener mucho talento.
En obra tan singular,
que rival no ha de tener,
España aprende a leer,
el mundo aprende a pensar.
De aquel tesoro sin par,
Cervantes, con rica vena,
puso tanto en cada escena
en una página sola,
que (aun siendo la obra española)
España la encuentra buena.
Hoy dice el mundo (y se engaña)
—¡pues no era manco el autor!—
Mas quien hizo tal primor
salió manco de campaña.
Si por la gloria de España
que en el Quijote se encierra
Europa nos arma guerra,
decid con desdén profundo:
—El mejor libro del mundo
lo escribió un manco en mi tierra.*

Lo trovador català / Catalunya - Situació

De las regions espanyoles
La més rica y estimada,
Es la de tots coneguda
Per la terra catalana.

Dels Pirineus, hont comensa,
Allà á la raya de Fransa,
fins al regne de Valencia
estén sos rius y montanyas.

Á llevant, té la marina
Que li dóna tanta fama
Per los séus ports, dede Rosas
A San Carlos de la Rápita.

L'Aragó, á ponent, li dóna
L'alé ardent de sas mojudas,
Per colrá 'ls blats y las vinyes
Del Urgell y la Segarra.

Y si al mitjadia Valencia
Naturals sos límits marca,
Ab sos perfums y sas hortes
Com bona amiga l'abrassa.

De totes aquestes terres
Fronterissas y germanes,
En altre temps Catalunya
Ne fóu reyna y sobirana.

Encare avuy las anyora
Quan sent que d'ellas se parla,
Y per gosar de sa vista
Puja á dalt de sas montanyas.

En alta par véu Mallorca
Que la saluda y acata,
Com bona filla que sempre
se recorda de la mare.

De Puigcerdá veu á Llívia:
Y més endins cap a Fransa,
Mira també com á filles
Lo Rosselló y la Cerdanya.

Totes foren terres seva
En lo temps que'l rey en Jaume
A tots los vents extenia
L'escut de las cuatra barras.

PER SOMRIURE DE L'ELISA HERRERA

- ¿por qué algunos niños ponen azúcar debajo de la almohada?
- Para tener dulces sueños.

- Niño, ¿por qué no tomas leche fría?

Y dice el niño:

- Porque la vaca no cabe en la nevera



Una madre lleva a su hijo al logopeda.

- Le traigo a mi hijo porque no pronuncia bien la erre.

Y el logopeda mira al niño y le dice:

- A ver niño ¿Cómo te llamas?

Y el niño contesta:

- Pedo.



Va una niña con su papa i le dice:

- A mi hermano le dicen campanita.
- Y por qué? Pregunta el padre.
- Porque es tan galan, tan galan, tan calan...

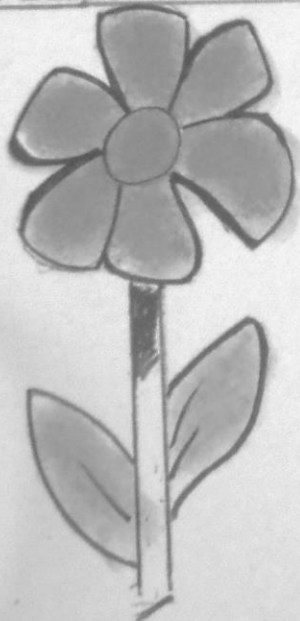
Esto son 2 mosquitos que van en una moto y el de detrás le dice al de delante_

- Oye, para, que se ma metido una mosca en el ojo!



GRACIES

RESIDENCIA STA. MARIA DEL TURÓ



*Com la generació
de les fulles
així és la generació
dels homes;*

*el vent tira per terra
les fulles, però el bosc,
així que germina,
en produeix unes altres,
i sobrevé la primavera.*

Del poema de Iliada d'Homer

39/100

rosatens

400 euros és el
que vam recollir
per col·laborar
amb la maratón.
Gràcies a tots els
que ho vau fer
possible!



 **Fundació**
La Marató de TV3

Agraeix a

*"Poseu aquí el nom de la vostra
entitat"*

La seva col·laboració
en l'èxit de la 28a edició de la Marató
celebrada el dia
15 de desembre de 2019 i dedicada a les

malalties minoritàries

HOMENATGE ALS REIS MAGS DE L'ORIENT

Volem donar les gràcies, les més enormes i sinceres a la família Margí. Una gent anònima, d'olot que ha omplert de màgia una diada tant maca i emotiva, no només de la nostra residència, on aquest any van arribar amb puntualitat! Sinó que també visiten altres centres com la Caritat i l'Hospital. MOOOLTES GRÀCIES i BON VIATGE REIS!



NOTES FINALS



En Jordi i el seu equip de Teràpia amb gossos pensa amb nosaltres en aquestes diades i ens envia aquesta postal, esperem veure'l ben aviat.

ELS PASTORETS DEL TURA FELICITEN EL NADAL 2019

30/12/2019



Un any més, usuaris i treballadors s'uneixen per a felicitar les festes nadalenques, aprofitant la representació dels Pastorets del Tura.

Desitgem que us agradi. Bon Nadal i Bon Any nou 2020

<https://www.youtube.com/watch?v=0pVtvB-XPYE&feature=youtu.be>

NIRERE SAMVURA PROVIDENCE la germana Providència, que va venir per fer pràctiques procedent de Roma i que vam entrevistar en el número anterior, ens ha contestat aquestes paraules, al enviar-li la nostra revista:

Queridos amigos,

Me alegro muchooooo de recibir con alegria y emocion la revista del Tura. Aun noto una residencia llena de vida, de amor y cuidados.

Os recuerdo mucho a todos los abuelos mios. Me echa de meno.

Da recuerdo todo.

Buen trabajo siempre con amor y entrega.

Gracias Agnes

QUI ARRIBA I QUI ENS HA DEIXAT

Ingressos	Baixes
OLLER VIÑOLAS, MARIA CIERCO FEIXA, ROSA FERNANDEZ ORTIZ, ELOISA GARCIA SERRA, JOSEP PUNSET ROCA, DOLORS BRIAS CASTRO, MANEL BERGA ROVIRA, MARIA CARRERA MEIX, MONTSERRAT BOIXAREU ARENY, RAMON BASAGAÑAS MASO, LOURDES BERTRAN SOLE, M.ROSA ARMENGOL ZANON, PERE ESPON PUIGVERT, IGNASI BRAVO BERROCAL, M.JOSEFA	BRIA AYATS, JOSEP QUER VERGES, ANASTASIA CANALIAS VERDAGUER, FLORENCI Marxa altre Centre SOGAS PLANELLA, JOSEP Marxa altre Centre VERDAGUER COMAS, ROSER Marxa al domicili PRAT CODINACH, JOAQUIMA PUIGVERT TEIXIDOR, ELVIRA SERRAT GRABULOSA, MARIA GARCIA SERRA, JOSEP GUARDIA FAJEDA, OTILIA MASSANA FELIU, JOSEP M. PUNSET ROCA, DOLORES PALOMERAS VILA, DOLORES CARRERA MEIX, MONTSERRAT Marxa al domicili BASAGAÑAS MASO, LOURDES PALOME GIRONES, JAUME SAU SERRA, REMEI

Agenda dels propers actes especials:

29 de gener: festa pels Pastorets

11 de febrer: processó de Lourdes

13 de febrer: venen els nens del Cor de Maria

19 de febrer: Carnaval (pendent de confirmar)

Nota : A finals de mes passem via correu electrònic a totes les famílies, la informació dels actes especials programats per al següent mes. Si algú vol rebre aquesta informació, que faci arribar l'adreça a recepció. GRÀCIES



Racons del XIV concurs de decoració del centre



*Volem felicitar especialment al muntatge de les germanes,
representant diferents escenes fetes de paper,
una espai que va ser premiat pel
CONCURS DE PESSEBRISTES D'OLOT*

