

# LA VEU DELS AVIS

**Revista d'hivern, primavera i estiu del  
2020 (Nº 68/ 69/ 70)**

Maria Branyas, la  
dona més vella  
d'Espanya amb 113  
anys, supera la  
Covid-19 a Olot



RESIDENCIA STA. MARÍA DEL TURA



Instituto de Religiosas de  
SAN JOSÉ DE GERONA

# SUMARI

## Post covid 2020

### Horaris i serveis

ÀPATS: dinar a  $\frac{3}{4}$  d'una i 2/4 de dues a la primera planta 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: en aquests moments anul·lades pel departament de salut.

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

REHABILITACIÓ: de 9 del matí a les 13h

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

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

PODÒLOGA: segon dijous de cada mes.

MISSA: anul·lades

**A la portada:** la senyora Maria Brañas celebrant els seus 113, complerts el dia 4 de març d'aquest 2020

### 1 Editorial

**GRUP DE LA REVISTA  
LA DIRECCIÓ**

### 4 Actualitat

**NOTÍCIES**

### 6 Reportatge

**HISTÒRIA DE VIDA  
ENTREVISTA**

### 7 Articles

**RACÓ DE PSICOLOGIA  
RACÓ DE TERÀPIA  
RACÓ DE FISIO**

### 11 Tot i més

**CALAIX DE SASTRE  
ACTES DE COMIAT  
NOTES**

# GRUP DE REVISTA

**Mai en la història de la nostra revista havíem saltat un sol número de “La Veu dels Avis” i en aquesta ocasió, i degut als efectes colaterals del Covid-19, ens n’hem saltat 2, arribant just a temps per publicar la de l’estiu.**

**Tornem a ser aquí, amb prudència i ganes de viure i fer-vos reviure. Impacients per saber si esteu tots bé.**

**Recuperant tot allò que val la pena, seguir treballant i intentant que aquesta nova normalitat sigui passatgera, perquè ens costa entendre la vida sense visites, sense abraçades, sense sortides ni festes multitudinàries. Esperem ansiosos que la natura, que és molt sàvia, faci el seu camí. Però això ja és tota una filosofada ;-)**

**Vinga bona tornada i que comenci la lectura!!!**

## **Equip de redacció**

- Responsable de redacció i disseny: Agnès Vilanova i Bosch

- Residents col·laboradors: Asela, Angelina P., Antonio S., Carles A., Consol B., Carme S., Elisa H., Elisa M., Emilia P., Esperança A., Francisca B., Jose C., Josep G., Maria C., Maria Teresa M., Mercè T., Marc T., Pilar P., Pere C., Rosa G., Rosa V., Vicens.

- Personal implicat: direcció i equip social

- Correcció: la Mònica i Loli

- Impressió: la recepció del centre.

- Confecció: els mateixos residents.

- Punt de contacte/ E-mail : [educacion.social.tura@irsig.org](mailto:educacion.social.tura@irsig.org)

- Visita'ns a la web del centre : [www.residenciatura.org](http://www.residenciatura.org)

- També segueix-nos a twitter (atenció a la gent gran)

# Des de la DIRECCIÓ



Benvolgudes famílies,

Us escric per acomiadar-me de tots vosaltres. Atès que inicio un nou projecte professional, avui és el meu darrer dia com a directora de la Residència Santa Maria del Tura. No volia marxar però, sense enviar-vos un darrer missatge per agrair-vos la vostra confiança, col·laboració i, en alguns casos, fins i tot amistat, en aquests anys que hem compartit.

Us desitjo a vosaltres i als vostres familiars que cuideu a la Residència el millor en tots els àmbits, en aquesta època excepcional que vivim.

Una abraçada, molta sort i molta salut per a tots.

**MONTSE VALDAYO** *Directora del centre*

# NOTICIES

## Maria Branyas ja és la persona viva més gran d'Espanya

### Rànquing de supercentenaris d'Espanya

| Orden | Nombre y apellidos                          | Sexo   | Fecha nacimiento        | Edad                | Lugar nacimiento                                                                                                           | Lugar de residencia                                                                                                        |
|-------|---------------------------------------------|--------|-------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | María Branyas Morera <sup>1</sup>           | Mujer  | 4 de marzo de 1907      | 113 años y 174 días |  <a href="#">California</a>           |  <a href="#">Gerona</a>               |
| 2     | Vicenta Prieto Santos <sup>2</sup>          | Mujer  | 22 de enero de 1909     | 111 años y 216 días |  <a href="#">Zamora</a>               |  <a href="#">Zamora</a>               |
| 3     | Saturnino de la Fuente García <sup>3</sup>  | Hombre | 8 de febrero de 1909    | 111 años y 199 días |  <a href="#">León</a>                 |  <a href="#">León</a>                 |
| 4     | Teresa Velázquez Andrés <sup>4</sup>        | Mujer  | 13 de julio de 1909     | 111 años y 43 días  |  <a href="#">Comunidad Valenciana</a> |  <a href="#">Comunidad Valenciana</a> |
| 5     | Concepción Caselles Serra <sup>5</sup>      | Mujer  | 18 de noviembre de 1909 | 110 años y 281 días |  <a href="#">Cataluña</a>             |  <a href="#">Cataluña</a>             |
| 6     | Josefina Villaverde Fontenla <sup>6</sup>   | Mujer  | 19 de noviembre de 1909 | 110 años y 280 días |  <a href="#">Galicia</a>              |  <a href="#">Galicia</a>              |
| 7     | Luciana Merino Larmet <sup>7</sup>          | Mujer  | 6 de diciembre de 1909  | 110 años y 263 días | ¿?                                                                                                                         |  <a href="#">Andalucía</a>            |
| 8     | Daniela López de Lacalle Saenz <sup>8</sup> | Mujer  | 11 de diciembre de 1909 | 110 años y 258 días |  <a href="#">País Vasco</a>           |  <a href="#">País Vasco</a>           |
| 9     | Josefa San Román Mateos <sup>9</sup>        | Mujer  | 1 de enero de 1910      | 110 años y 237 días |  <a href="#">León</a>                 |  <a href="#">León</a>                 |
| 10    | María Varas Hernández <sup>10</sup>         | Mujer  | 15 de febrero de 1910   | 110 años y 192 días | ¿?                                                                                                                         |  <a href="#">León</a>                 |

## *Una mica més sobre Maria Branyas*



**Maria Branyas**, la dona **més longeva d'Espanya** amb **113 anys**, ha superat el **coronavirus**. Nascuda a San Francisco el 1907, viu actualment a la residència d'Olot, Santa Maria del Tura, on en dies passats es van produir algunes defuncions per la Covid-19. Aquesta àvia centenària porta els últims 20 anys vivint a la residència sense problemes cognitius ni malalties greus. En una entrevista a La Vanguardia el passat mes d'octubre de 2019, s'expressava amb fluïdesa, i fins i tot amania les seves paraules amb dosis d'humor.

Maria, filla d'un periodista natural de Pamplona que va ser responsable de la revista nord-americana "Mercuri" i d'una barcelonina, va néixer el 4 de març de 1907 a San Francisco (Estats Units), on el seu pare havia anat per feina després de passar una temporada a Mèxic. Després d'un llarg periple per Nova Orleans i per Barcelona, Banyoles, Girona, Calonge y Sant Antoni y Palol de Revardit, des de fa unes dues dècades viu a la Residència Santa Maria de Tura d'Olot, on tenia una amiga i cosina del seu marit.

L'últim dia que la família la va poder visitar precisament va ser el de la festa del seu 113 aniversari, el passat 4 de març, i, des de llavors, tot el contacte ha estat telefònic. "Ara que ja es troba bé, està estupenda, té ganes de parlar, per explicar, de fer les seves reflexions, torna a ser ella ", afirma la seva filla, que és qui, juntament amb el seu marit, porta un compte de Twitter de Maria.

Maria ha vist morir a les seves amistats, els seus pares, els seus tres germans i a l'August, un dels seus tres fills, juntament amb Maria Teresa i Rosa, que tenen 86 i 76 anys, però aquesta última explica que ella considera que "és el que hi ha i cal acceptar-ho". La dona de més edat d'Espanya, que es va casar el 1931 amb Joan Moret, un metge de Llagostera (Gironès), va tenir tres fills i ara compta amb onze néts (un dels quals ja té seixanta anys) i tretze besnéts. La seva família està desitjant que tot això passi per poder visitar-la de nou.

# Projecte de recerca Branyas

## Recerca multidisciplinària sobre l'impacte de la Covid19 a gent gran

El Projecte de Recerca Branyas sorgeix com a resultat de la unió entre una farmàcia comunitària de Vilassar de Dalt a Barcelona, la major del seu tipus a Espanya en gestió farmacològica per a residències geriàtriques, i el Consell Superior d'Investigacions Científiques (CSIC), Agència Estatal per a la investigació científica i el desenvolupament tecnològic i adscrita al Ministeri de Ciència i Innovació. Els Instituts del CSIC que participaran en aquest projecte són el Centre de Biologia Molecular Severo Ochoa, l'Institut d'Economia, Geografia i Demografia i l'Institut d'Investigació en Ciències de l'Alimentació.

Tenim la ferma voluntat de guanyar també la batalla a la COVID-19 des de la investigació i tractar de descobrir per què el virus ha tingut més incidència en els entorns de residències geriàtriques, amb la desgraciada pèrdua de tants milers de persones grans.

Per a això investigarem d'una manera integral l'efecte de la COVID-19, des del punt de vista clínic i farmacològic, a les nostres residències geriàtriques afectades pel virus i en un dels projectes de recerca, en les seves característiques, més grans de tot Europa.

Mitjançant una visió multidisciplinària que integra estudis sociodemogràfics, biològics, immunològics i de la microbiota intestinal de persones ja infectades i de no exposades del mateix col·lectiu, es pretén establir correlacions que indiquin especial risc davant d'una futura infecció de les persones no exposades.

Els objectius de la investigació estaran centrats, entre d'altres, en:

Investigar la correlació entre determinades malalties preexistents, variants genètiques i l'impacte del virus en les persones grans, el que permetrà determinar perfils de risc individualitzats i facilitarà establir mesures de protecció més efectives i adaptades al risc de cada individu.

**Estudiarem i tractarem de caracteritzar:**

- El nivell d'infecció en cada residència.
- Els patrons de contacte dins de la residència.
- La composició de la població de residents segons característiques que afecten la càrrega viral individual.
- Patrons d'evolució de virus en poblacions confinades (% d'infecció sobre població total, inici, pic i altiplà).
- Quins tractaments farmacològics previs i durant la pandèmia van ser els més efectius.
- Quin és el grau d'immunitat - mitjançant estudi de seroprevalença- assolit per la població resident.
- Seguiment als casos immunes pel què fa a fortalesa i extensió de la immunitat (contrastada amb mostres serològiques més específiques).
- Variables i biomarcadors relacionats amb la composició i funcionalitat de la microbiota intestinal, la immunitat innata i la immunitat específica humoral i cel·lular.
- Correlació entre les variables clíniques i els resultats de la caracterització de la immunitat i del microbioma, juntament amb les dades de l'estudi sociodemogràfic, per valorar conseqüències ulteriors de virus en la població geriàtrica afectada , i determinar perfils de risc individualitzats vs grau afectació COVID-19, així com nivells de risc poblacionals davant d'una futura infecció.

**La investigació ajudarà a protegir millor als nostres majors davant de possibles nous brots de la COVID-19 o malalties infeccioses similars, a gestionar millor els centres geriàtrics establint perfils de risc individual, i optimitzar l'atenció personal i sanitària al voltant de les persones.**

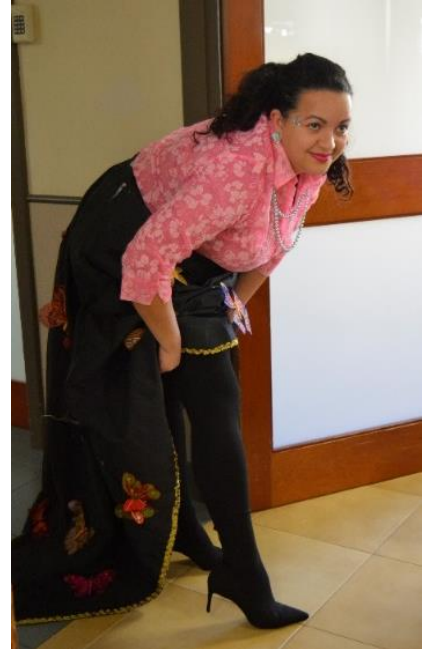
I evidentment els residents del nostre centre formen part d'aquest estudi.



# RESÚM de les Activitats

## Un Carnaval multitudinari ;-)

Qui ens havia de dir que després d'una festa tant viscuda, propera i lluminosa, vindrien temps tan difícils.



Maria Artacho i Marc Timó foren els més escollits com a rei i reina d'enguany.



# Sant Jordi confinat

24/04/2020



VAN SER dies difícils que possiblement no oblidarem, però HEU ESTAT a l'alçada del què es mereixen els nostres avis i àvies. No perdem l'essència de la tasca diària que fem, ni les celebracions de les petites coses del dia a dia.

## Imatges





# Sant Joan



Aquella festa ens va dur una mica d'esperança, tancàvem un cicle i començaria la "nova normalitat".

**GRÀCIES MINISTERS PER ESTAR AL NOSTRE COSTAT, PER LA MÚSICA I ALEGRIA QUE DESPRENEU!!!**



# Història de vida

## L'Angelina Planella, una dosi d'aire fresc

Ens encanta conèixer més a fons els nostres companys de viatge i l'Angelina no n'és una excepció. Tot i que d'entrada ens pot semblar que d'ella sabem moltes coses, ja que és una persona oberta, sociable i 100% d'Olot, quan aprofundeixes i rebusques veus l'autèntica manera de ser de la persona i, per tant, entens perfectament la seva manera d'actuar. De la trentena de preguntes que ens ha contestat, la veritat és que no s'ha estès gens en les respostes, ni ha fet grans enfarriolaments de les anècdotes; això sí, tot el què deia li sortia de dins, tal qual, sense prejudicis i amb una naturalitat de raonaments que fa qüestionar-nos perquè a vegades ens compliquem tant la vida.

No volem ser simplistes però d'ella n'hem extret "4 qualitats" que ens han cridat molt l'atenció i que ara volem compartir i argumentar:

Si una paraula ens la descriu és: MODERNA. Segurament no ho sap ni ella, però nosaltres l'hem considerat com a una **senyora moderna de mentalitat** (*estic a la residència perquè és el que toca i no cal donar-hi més voltes*), **de fets** (*ens explica amb goig i alegria aquells anys de jubilada en què va estudiar Belles Arts, envoltada de joventut, on es va sentir com a peix a l'aigua*) i **d'imatge** (*amb el seu look, la seva manera de vestir i el "tipu" no diries mai la seva edat*). És SIMPATICA, bona oradora, de tracte amable i sincera. I això que ella això mai ho predicarà, ja que segons ella, en aquesta qüestió (la de com és ella?) els que tenen opinió son els altres.

No podem obviar que és DECIDIDA, no hi ha res que l'aturi ni l'espanti. Ella ho atribueix al fet que *a casa eren molts i, o t'espavilaves o t'espavilaves. Abans no era com ara que el jovent no pot treballar fins als 16.*

La definim com a OPTIMISTA ja que és de les que veu el got mig ple, perquè ho és! Diu que en aquest moment no té cap mal, però hi ha qui ho compararia amb abans i per tant li faria mal tot. I acaba dient-nos *que esta satisfeta en tots els sentits de la seva vida!!!* Quin orgull de dona.

ACTIVA Natació, francès, pintura... i en aquests moments ella està allà on la demanen, fins i tot s'ha animat a deixar-se entrevistar per tal de col·laborar i no pas perquè ella ho trobés rellevant.

DELS SEUS quina matriarca!!! Quin pal de paller!!! L'Angelina va poder celebrar les noces d'or amb el seu marit i d'això n'està molt orgullosa, però el què ara la manté il·lusionada és que els seus 4 fills estan bé, però sobretot estan units, un fet que com a cristiana la reconforta.

Deu n'hi do el què n'hem extret d'aquesta entrevista, i això que ella deia que no tenia res interessant per dir-nos!

# Entrevista a

**ANGEL FRANCH**

**cap de cuina de la residència**



**Quants ajudants té al seu càrrec?** Un cuiner, una cuinera i quatre ajudants.

**Quants anys fa que estàs al centre?** El dia 1 de gener de 2020 va fer dotze anys que estic a la residència.

**Fa molt bona cuina, ens anem engreixant...digui'ns un aliment ben saludable** La verdura, fruita i peix.

**D'on és fill?** Del Pasteral, al costat de la Celler de Ter. Quan tenia quatre anys em van treure d'allà perquè deien que era perillós. Vivia al costat del riu i sempre hi volia anar.

**Has estat mai a la presó?** No

**Com feu les salses?** Les salses les fem amb el caldo del peix o de la carn.

**Cuineu a la planxa?** I tant, les hamburgueses, les salsitxes, ... abans d'anar al forn passen per la planxa.

**On has treballat?** Al restaurant La Perla varies vegades, a l'Hotel Empordà de Figueres, a l'hospital St. Jaume, també vam fer plats cuinats a Noel i ara "compagino" la Residència del Tura amb un petit negoci que vaig obrir.

**Quina relació tens amb la resta de professionals?** Infermeria...administració... Una relació total. Estem connectats dia a dia.

**Qui pensa els menús?** Els pensa l'equip de cuina, els revisa infermera, després passa per direcció i finalment per una dietista.

**D'on et bé això de ser tant divertit?** La meva mare quan em va parir estava contenta.

**On comprem? D'on és el pa?** De la fleca Can Dorca de Les Preses.

**Seguiu sempre el menú?** El seguim bastant però sempre hi pot haver una excepció. Sempre volem un menú saludable per a tots vosaltres.

**Què és el que més t'agrada cuinar?** Qualsevol cosa. Podem començar per una escudella i carn d'olla i acabar amb un mil fulls. El resultat és l'important.

**On vas estudiar? I perquè?** Vaig estudiar a Hostaleria de Sant Narcís perquè el cuiner de La Perla, en Josep Coll, em va dir que seguís estudiant aquesta feina.

**Des de petit sabies que volies ser cuiner?** El cuiner i propietari, Josep Coll, del restaurant "La Perla" d'Olot, em va fer veure que el meu ofici havia de ser cuiner, tenia 13 anys, quan vaig passar dos estius a la cuina de casa seva.

**Tens alguna recepta secreta ¿ens la pots explicar?** Secreta no, cap.

## **AMB UNA PARAULA**

**Quants anys tens?** 56

**El teu menjar preferit?** La carn

**Estàs casat?** Si

**Tens fills?** Un

**Qui cuina a casa? Tu?** A vegades

**Quin tipus de cuina seria la teva?** Casolana

**Quin és per tu, el cuiner de referència?** Josep Coll

**Digues un bon restaurant on anar?** Ca l'Enric

**Quin és el plat estrella de la residència?** Escudella i carn d'olla

**A casa quin plat surt millor?** Carn amb salsa

**Hi ha plats que cuines que no t'agrada menjar?** Si

**Quina és la recepta més difícil?** Totes

**QUÈ ÉS PER TU EL TEXTURITZAT?** És el futur de les residències  
(ho explicarem més detalladament en l'apartat de Notes finals)





## ENTREVISTA DE LA COMARCA N° 2030

**“SABIEM QUE SI EL VIRUS ENTRAVA AL CENTRE FARIA MOLTS ESTRALLS”  
RESPON MÒNICA GARCIA (PSICÒLOGA DEL CENTRE I MEMBRE DE L'EQUIP DIRECTIU)**

### **Com vau viure aquells primers dies?**

Per nosaltres la patacada grossa va venir el 23 de març. Aquella setmana va ser terrorífica, amb moments de molta por, perquè encara no teníem proves PCR i no sabíem si el virus era dins del centre. Van ser uns dies de molt d'estrès, de moltes hores de treball i de coordinacions internes.

### **Teníeu por?**

Sabíem que si el virus entrava, faria molts estralls, perquè som un centre molt gran amb molts residents amb pluripatologia. Érem conscients que si això passava tindríem moltes baixes i malauradament ha estat així.

### **Què ha estat el mes dur del brot?**

A mi personalment m'ha sabut molt greu haver de parlar amb les famílies per telèfon, dir “ho sento moltíssim” i no poder fer ni una abraçada. El protocol que s'ha hagut de seguir no ha permès dur a terme el procés d'acompanyament ni de comiat que fèiem normalment i això també ha costat molt. Hi ha famílies que se' feien al càrrec, però ni ha d'altres que els costarà tancar el cercle.

### **Es va escampar la por entre els residents en algun moment?**

No, ens ha sorprès molt la fortalesa que tenen. He hagut de tractar més angoixes pel tancament i pel confinament que no pas per pensar que podrien estar infectats. Per a ells el més dur ha estat no veure la família i no poder-se acomiadar dels companys.

### **El paper del psicòleg ja estat més important que mai...**

aquests dies m'ha tocat fer de tot: de cuidadora, de peluquera, he gestionat el personal i com a psicòleg he fet sobretot suport als residents. Però a l'equip també li ha resultat molt difícil tota aquesta situació i per això vam demanar ajuda a l'hospital i a l'àrea bàsica, i des de la primera setmana un equip de dos psicòlegs han estat fent suport al personal.

## **Com es combaten la por i l'ansietat?**

És difícil perquè la por és tan visceral que al final costa d'entendre que el virus és un virus i no hi podem lluitar. S'han de buscar estratègies per afrontar la situació, com per exemple explicar els protocols i que tenim moltes eines per protegir-nos que són eficaces. I també que els avis no ens necessiten estressats, han de poder veure'ns tranquils i transmetre seguretat.

## **Els professionals heu avisat que és possible que aparegui un síndrome post traumàtic. Com ho gestionareu?**

Hem plorat molt i hem tingut molta ràbia i impotència que no podem gestionar perquè la pressa i les exigències no ho permetien. Però ara que tot està tranquil això sortirà. Estem intentant donar dies de descans al personal, per les hores que han fet i perquè ho necessiten. També en previsió del que pugui venir cara a l'octubre, per estar al cent per cent si hi ha un rebrot. Tot i que penso que serà diferent, perquè ara tenim totes les eines per actuar

## **Les experiències doloroses sempre aporten un aprenentatge. Què ha après la Monica Garcia?**

Que soc més forta del que em pensava. He hagut d'afrontar coses que no m'esperava, he plorat molt i he fet moltíssimes hores, però hi ha hagut un bon ambient de treball i molta cohesió entre tot el personal. He tingut molta ràbia de veure que ho feies tan bé com podies però que hi havia coses que no podies evitar. Ara estic més tranquil·la, però noto que necessito un descans. També tinc la certesa que si hi ha un rebrot, que espero que no, hi vull poder ser per afrontar-ho millor.

## **SOLS I SENSE MATERIAL**

“A nivell públic no ens ha arribat el material quan tocava”, denuncia la Mònica. Com en la majoria de residències, ha estat l'empresa qui s'ha hagut de fer càrrec d'assumir el cost dels equips per protegir els residents i els treballadors. La recció tardana per part dels ens públics les va abandonar a la seva sort davant una situació molt perillosa, obligant-les a transformar-se en un hospital, quan el que són, recalca Garcia, és “un domicili grandíol”. Ara, volen agrair la tasca de les empreses de la comarca que els han cedit material, i també dels ens locals, que si que les han acompanyat. “hem estat en contacte directe amb l'Àrea Bàsica, que ens ha ajudat moltíssim i ens ha donat consells i pautes cada vegada que hi havia un canvi de protocol, i també amb el Consorci d'Acció Social de la Garrotxa.



# RACÓ DE TERÀPIA OCUPACIONAL



## AQUAGYM

Amb l'arribada de l'estiu sempre intentem gaudir al màxim de les sortides a l'exterior. Aprofitar el bon temps, que ens toqui una mica el sol i airejar-nos forma part de les nostres teràpies.

Aquest any, malauradament, amb les sortides restringides, ens les hem tingut que enginyar per fer quelcom engrescador pels nostres avis que tan s'ho mereixen. Tenim el pati de St. Josep i un bon porxo, els quals no hem volgut desaprofitar.

A gairebé tothom, amb les altes temperatures, li ve de gust prendre una dutxa d'aigua ben freda, refrescar-se en una font, posar els peus al riu,... el que ve a ser, tocar aigua fresca... Així que vam pensar de muntar una piscina per aconseguir aquesta agradable sensació, i fer una activitat ben diferent i fresca pels residents, a més d'ocupar i estimular les seves capacitats.

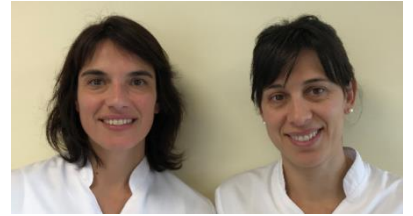
Amb la finalitat de fer gimnàs dins de l'aigua, molts avis/es han volgut participar de l'activitat, i la majoria han volgut repetir setmana rere setmana.

**Aquagym** per els tècnics o *posar els peus a la piscina* pels residents, el nom de l'activitat és el de menys, són les ganes i la il·lusió el que han creat moments màgics durant totes les sessions, i el resultat final ha estat tot un èxit.

Sentiments d'esperança i alegria, en aquests moments excepcionals que estem vivint, per nosaltres és un gran triomf. Una activitat que sempre recordarem, sorgida per culpa del covid-19, però que de ben segur repetirem cada estiu!



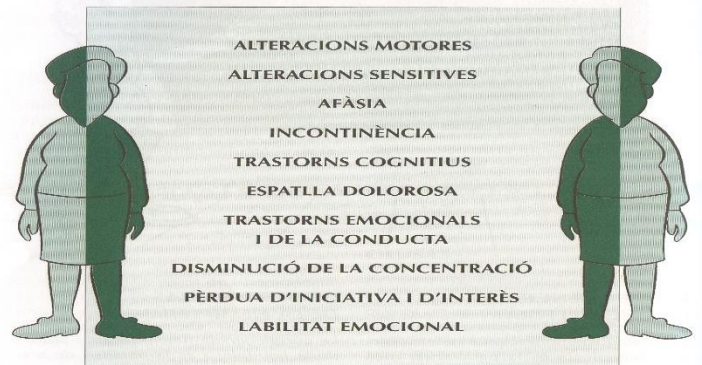
# RACÓ DE FISIOTERÀPIA



## HEMIPLÈGIA II

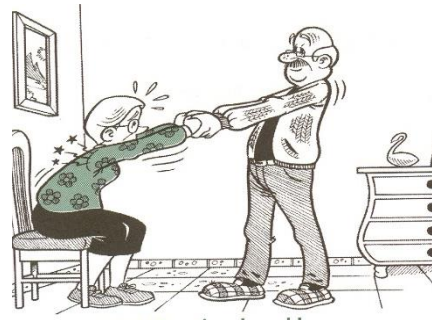
En el aquest número, us explicarem algun dels símptomes que provoca l'hemiplegia i com es poden alleugerir.

### SÍMPTOMES DE L'HEMIPLÈGIA



#### ALTERACIONS MOTORES

L'AVC provoca una afectació del moviment voluntari, donant lloc a una plègia o parèsis del costat afectat. En aquests casos és freqüent que aparegui dolor a l'espatlla. Pot ser degut a diverses causes, com la immobilitat o el maneig inadequat de la persona que en té cura. En aquests casos us aconsellàrem mobilitzar el braç freqüentment amb precaució i recolzar el braç damunt la taula o d'un recolzabraços adaptat.



**MAI ESTIRAR-LO PEL BRAÇ**

#### ALTERACIONS SENSITIVES

És un trastorn que es manifesta en el costat afectat i pot fer que el pacient tingui alterada la sensibilitat al dolor, al tacte, als canvis de temperatura i també de l'equilibri. El pacient té dificultat per reconèixer on estan situats el braç i la cama a l'espai, i pot passar que estigui assegut sobre la mà o que tingui dificultats per caminar. Per això és important tenir sempre el braç i la cama en posició adequada.

#### AFÀSIA

És un trastorn de comunicació que es manifesta en dificultats en l'expressió i/ o comprensió del llenguatge, tant oral com escrit. El pacient canvia alguna part de la paraula o tota ella, parla tipus telègraf, fan servir les paraules això, allò.. i parlen molt sense coherència. També tenen problemes de memòria, dificultats per identificar objectes de la vida quotidiana i dificultats per orientar-se en temps i espai.

Cal fer parlar al pacient i mostrar interès pel que diu, utilitzar frases i preguntes curtes per comunicar-se amb ell, esperar la resposta del pacient, i si es bloqueja, ajudar-lo amb la primera paraula o síl·laba de paraula. L'afàsic no és sord, per tant no cal escridassar-lo, se li ha de parlar com un adult, ja que utilitzar un llenguatge infantil NO l'ajuda.

**MARINA COLLDECARRERA I ADRIANA GÜELL (fisioterapeutes del centre)**



# Calaix de sastre:

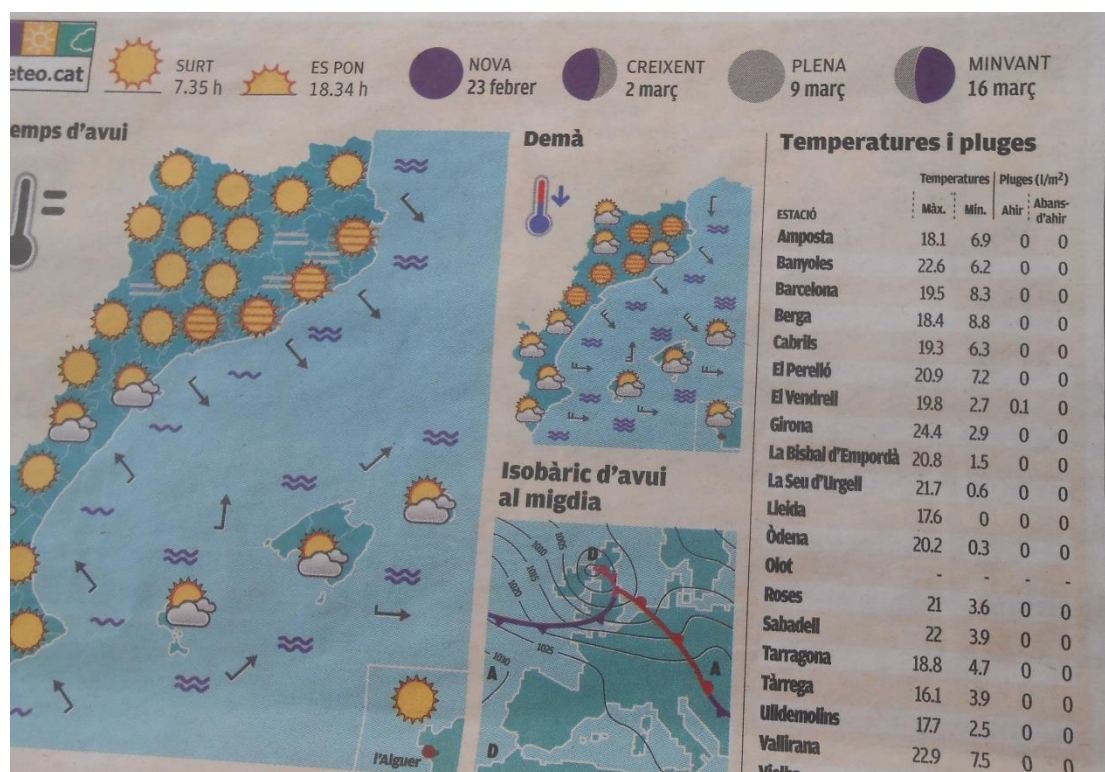
## Endevina endevinalla

Fotos d'abans  
i gent d'ara.  
Sabeu qui és?

~~UALAP~~ ~~RALIP~~



## En XARLI i les pífies dels diaris



## COSES DE'N XARLI

El francesos volen els llums encesos  
Els alemanys s'en renten les mans  
Els anglesos marxen estesos  
Als espanyols els agraden els gols  
Els marroquins els agraden els flamenquins  
I ELS OLOTINS : ANAR A L'ESCOLS A MENJAR LLAGOSTINS    Continuarà

## UNA DOTZENA DE TURES

Les festes del Tura son unes festes d'**altura**  
La gent fa festa i el poble s'**atura**  
Uns es dediquen a l'hort i fan agricult**ura**  
Els altres llegeixen i fan cult**ura**  
I uns altres pinten i fan pint**ura**  
La Rosa Serra fa una escult**ura**  
I els RCR fan arquitect**ura**  
Mentre en Pep Berga fa l'Olot ciutat **futura**  
I en Besora fa una sepult**ura**  
N'hi ha que fan una criat**ura**  
Els turistes venen a fer nat**ura**  
Esmorzen amb pa i confit**ura**  
I els més grans estan a la residència del **Tura**  
Que té una bona infraestruct**ura**  
I no us parlaré de la fact**ura**  
I fins a un altra adjudica**tura**  
Guarden aquesta escriptura per una altra lect**ura**.  
I a la fi tots a menjar verdura per cuidar la cint**ura**.



## GASTEM LA P

En Pere Puig pintor pinta portes per poc preu i punyeteries per poques peles. Pregunteu per Pere Puig pintor plaça palau porta primera.  
Parella de Palmira Pla Ponts i Pepeta del PP

## UTIMA INFORMACIÓ

Es fa saber que s'ha sapigut que no se sap res.  
Ara baixeu cap a dalt, després pugeu cap a baix.  
Ni si ni no sinó tot al contrari.  
La setmana que ve, diu que ja ve.  
Demà passat farà tres dies i ja està!

## PER SOMRIURE DE L'ELISA HERRERA

- Oiga mi gato ha matado a su perro.
- Pero que dice, si mi perro es un "doberman"
- ya, y mi gato hidráulico.

Un paciente se despierta después de la anestesia, y ve a un señor a su derecha y le pregunta:

-doctor, ¿todo salió bien en la operación? Y el médico le responde:

- a ver, yo no soy su médico, soy San Pedro, y segundo esto no es un hospital, es el cielo.

La maestra le pregunta a Pepito:

- Pepito, ¿Cómo te imaginas la escuela ideal?
- Y Pepito le dice: Cerrada, maestra, cerrada.



Un ladrón entró de noche en una casa y despierta a Lucio que dormía. El ladrón dijo:

- Busco dinero!
- Y Lucio le responde: que buena idea, espera que encienda la luz i te ayudo!

En una cárcel un preso comenta indignado a su compañero de celda:

- Es un poco ridículo la que están haciendo conmigo.
- ¿Por que?
- Porque me metieron aquí por robar pan, y ahora me lo traen gratis todos los días.
- 

Oración para el día de la mujer:

Señor hazme instrumento de tu Paz

Donde hay odio que lleve yo el Amor

Donde haya ofensa, lleve yo el Perdón

Donde haya discordia, lleve yo la Unión

Donde haya error, que lleve yo la Verdad

Donde haya duda, que lleve yo la Fe

Donde haya desesperación, que lleve yo la Esperanza

Donde haya tristeza , que yo lleve Alegría.

# NOTES FINALS

## Sant Joan Texturitizat

24/06/2020



Aprofitant la revetlla de Sant Joan, amb la tradicional coca i moscatell, l'equip de cuina es va aventurar a començar a provar la texturització, per tal que aquells residents que tenen problemes importants de deglució, i que han de menjar una dieta triturada, poguessin gaudir al 100% del sabor d'aquest postre tan tradicional per començar l'estiu.

Estem molt satisfets de poder mostrar com va quedar i de saber que, tot i la situació de confinament, i les dificultats de molts dels usuaris del centre per menjar segons quins aliments, tothom va poder gaudir del sabor d'aquesta data.

Això només és el principi de tota la revolució alimentària que volem implantar al centre, per tal que tothom pugui gaudir del plaer de menjar.

*EL TEXTURITZAT SEGONS EL NOSTRE CAP DE CUINA, ÀNGEL FRANCH:*

*És el futur immediat a les nostres residències. Els residents amb problemes en relació a l'alimentació, que actualment prenen "túrmix", han de poder menjar el mateix menú que tots els altres residents. Un exemple seria: de primer plat, patates estofades; de segon, peix a la planxa, una amanida i una fruita. Tots quatre plats, texturitzats i separats. Així el comensal podrà degustar cada plat el que relativament és.*

*Esperem que un cop tornem a la normalitat, puguem començar amb aquest projecte.*



## QUI ARRIBA I QUI ENS HA DEIXAT (des de l'1 de gener)

| Ingressos                       |            |  |
|---------------------------------|------------|--|
| FARRES TORRENT, CONRADO         | 02.01.2020 |  |
| PEREZ-DOLZ RIBA, M.PILAR        | 02.01.2020 |  |
| BERDONCES POMAR, JESUS          | 14.01.2020 |  |
| ALONSO CABEZON, ANTONIO         | 14.01.2020 |  |
| CAMBRAS PAGES, ISIDRE           | 13.01.2020 |  |
| UBEDA GOMEZ, JOSEFA             | 19.01.2020 |  |
| BONET CASTAÑER, DOLORS          | 23.01.2020 |  |
| SOT BELMONTE, ISABEL            | 03.02.2020 |  |
| CASADELLA MAYOLA, MARIA         | 03.02.2020 |  |
| GATIUS GIFRE, LLUÏSA            | 07.02.2020 |  |
| BRAVO BERROCAL, M.JOSEFA        | 19.02.2020 |  |
| DE BOLOS RUBIO, CONCEPCIO       | 14.02.2020 |  |
| PALOME MARTI, JOSEP             | 02.03.2020 |  |
| CONTRERAS COLLADO, JOSE         | 02.03.2020 |  |
| ARBAT OLIVA, TERESA             | 03.03.2020 |  |
| QUEROL MAHIQUES, CARME          | 11.03.2020 |  |
| PUIGFERRER VENDRELL, MARIA      | 16.07.2020 |  |
| CLAVERAS ROSIÑOL, MARIA DOLORES | 16.07.2020 |  |
| SALGUEDA CANAL, MARGARITA       | 23.07.2020 |  |
| SOLER COLL, LOURDES             | 24.07.2020 |  |
| SABATE BARCHILLERIA, MARIA      | 23.07.2020 |  |
| PEREZ GUERRA, CONCEPCIÓ         | 21.07.2020 |  |
| ALEGRE GARCIA, IGNACIA          | 16.07.2020 |  |
| DORCA PIELLA, FRANCISCA         | 15.07.2020 |  |
| SOY BARTROLICH, CARME           | 16.07.2020 |  |
| GARRIGOS RUIZ, JOSEP            | 30.07.2020 |  |
| POU BARCELO, MARIA ROSA         | 05.08.2020 |  |
| CODINACH FONT, AGUSTÍ           | 13.08.2020 |  |
| RUIZ ABAD, ANGELES              | 24.08.2020 |  |
| COLL FONTANALS, JAUME           | 24.08.2020 |  |
| VENGUT MARTÍ, CARME             | 24.08.2020 |  |
| SUAREZ RODRIGUEZ, ANTÒNIA       | 24.08.2020 |  |
| GOMEZ LOPEZ, VALENTIN           | 24.08.2020 |  |
| RICART AMILS, PILAR             | 24.08.2020 |  |
| CACERES CAÑADA, JOAQUIMA        | 24.08.2020 |  |
| NEGRE PUIG, CARMEN              | 24.08.2020 |  |
| ARMENGOL COLOM, CONCEPCIÓ       | 24.08.2020 |  |
| Baixes                          |            |  |
| CARMEN CASABO MORET             | Èxitus     |  |
| VILA FREIXA MARGARITA           | Èxitus     |  |
| BOIXAREU ARRENY, RAMON          | Èxitus     |  |
| OLLER VIÑOLAS, MARIA            | Èxitus     |  |
| TURON GRABOLEDA, SALUT          | Èxitus     |  |
| BERTRAN SOLE, M.ROSA            | Alta       |  |
| ARMENGOL ZANON, PERE            | Alta       |  |
| FARRES TORRENT, CONRAD          | Èxitus     |  |
| BRAVO BERROCAL, MARIA           | Alta       |  |
| BEGUDAN FÀBREGA, CARME          | Alta       |  |
| FERRES VILA, IRENE              | Èxitus     |  |
| CAMBRAS PAGES, ISIDRE           | Èxitus     |  |
| ALONSO CABEZON, ANTONIO         | Èxitus     |  |
| MARTÍ CORDONET, DOLORS          | Èxitus     |  |
| UBEDA GOMEZ, JOSEFA             | Alta       |  |
| JIMENEZ JIMENEZ, Mª MAGDALENA   | Èxitus     |  |
| SANCHEZ CARBONELL, JUAN         | Alta       |  |
| GATIUS GIFRE, LLUÏSA            | Alta       |  |
| SANTAEULARIA GELIS, JOSEP       | Èxitus     |  |
| RUIZ SANCHO, SEGUNDA            | Èxitus     |  |
| JUNQUERA RIGALL, JOSEP          | Èxitus     |  |
| GUIX PLANA, M. TURA             | Èxitus     |  |
| BONET CASTAÑER, DOLORS          | Alta       |  |
| RIUS GRABULOSA, TERESA          | Èxitus     |  |
| FERNANDEZ ORTIZ, ELOISA         | Èxitus     |  |
| CASADEVALL SALA, JOAQUIMA       | Èxitus     |  |
| PLANA BARTOLI, ANNA             | Èxitus     |  |
| PRAT COSTA,M. CARME             | Èxitus     |  |
| PLANELLA ESPUÑA, PERE           | Èxitus     |  |
| ESPON PUIGVERT, IGNASI          | Èxitus     |  |
| CARME QUEROL MAHIQUES           | Alta       |  |
| CASTANY FAJULA, ROSA            | Èxitus     |  |
| COSTEJA VILA, PILAR             | Èxitus     |  |
| BUSTINS FERRARONS, DOLORS       | Èxitus     |  |
| RIBAS RIBUGENT, ESTRELLA        | Èxitus     |  |
| MORO TABLADO, REMEDIOS          | Èxitus     |  |
| CODINACH ARNAU, ANGEL           | Èxitus     |  |
| TERRADELLAS GÜELL. JORDI        | Èxitus     |  |
| PALOME MARTI, JOSEP             | Èxitus     |  |
| SOTO BELMONTE, ISABEL           | Èxitus     |  |
| LOZAN PEÑA, JOANA               | Èxitus     |  |
| BONAVENTURA TALLEDA, JOAN       | Èxitus     |  |
| BRIAS CASTRO, MANEL             | Èxitus     |  |
| ROCA SERRA, MONTSERRAT          | Èxitus     |  |
| ALONSO VEGA, TERESA             | Èxitus     |  |
| ARMENGOL COMPTE, ESPERANÇA      | Èxitus     |  |
| MASO TRIOLA, FLORA              | Èxitus     |  |
| PORTAS LLORENS, MARIA           | Èxitus     |  |
| ABASCAL SEPULVEDA, FLOR MARIA   | Èxitus     |  |
| BATALLA GARDELLA, JOSEP M.      | Èxitus     |  |
| BERDONCES POMAR, JESUS          | Èxitus     |  |
| CAMPS BERGA, JOSEP              | Èxitus     |  |
| ARQUES VERDU. AMANDA TERESA     | Alta       |  |
| XART GODIOL, MARTÍ              | Èxitus     |  |
| CIERCO FEIXA, ROSA              | Èxitus     |  |
| TARRES SUY, DOLORS              | Èxitus     |  |
| DABAU TEMPLE, CARME             | Èxitus     |  |
| MARTI ROVIROLA, VIOLANTE        | Èxitus     |  |
| NOGUER AIGUAVIVA, ROSA          | Èxitus     |  |
| AGUSTI PRAT, ANNA               | Èxitus     |  |
| VILANOVA PUIGDEMONT, ENRIC      | Èxitus     |  |
| AIGUABELLA SOLER, MARIA         | Èxitus     |  |
| JORDA VILA, MARIA               | Èxitus     |  |
| BOSCH RIBAS, JAUME              | Èxitus     |  |
| PUJOL MARCE, TERESA             | Èxitus     |  |
| JULIA SERRAT, JACINT            | Èxitus     |  |
| ROSSELL ROURA. JOANA            | Èxitus     |  |



Fotos  
de  
portada  
a la  
contra-  
portada

