



Caritas
Diocesana de Barcelona
Programa de gent gran



Compartim

NÚMERO 5 - OCTUBRE 2020

LA REVISTA DE LA GENT GRAN

Sumari

núm. 5 - Octubre 2020

3. EDITORIAL

4-7. VIVÈNCIES DE PERSONES GRANS

- El lado positivo del coronavirus
- Desde el centro del huracán
- Agraeixo la companyia
- ¡Ánimo, que de ésta salimos!
- Me considero una privilegiada

8-9. VIVÈNCIES DE FAMILIARS

- Jordi, el nebot del Fernando
- Vivència i aprenentatge d'un fill i germà
- Poder parlar amb algú

10-11. VIVÈNCIES DE PROFESSIONALS

Vitamines de vida / La veritable cara de la solidaritat /
Aprent de la gent gran / Aprovechando el confinamiento

12-21. VIVÈNCIES DE VOLUNTARIS

Voluntarios en el rellano / Axel / Llar Betània con las
personas mayores / Acompanyament telefònic / Cartes
entre l'Ona i la Pepita / Experiència de solidaritat veïnal...
i també ecumènica / Gabriel / RESIVOL via telefònica. Un
camí a l'esperança / Tramats de vida: Les teles transmeten

22-28. HOMENATGES

El millor homenatge
Enrique / Olga / Susana / Mn. Quadrench / Juan y Cinta /
Pepita / Conxita / Pablo y Sabina / Florencia / Pare Julian

29-30. VIURE EN GRAN -Activitats saludables / Oci i cultura

Bailaba conectándome a Youtube / Aplaudir a las 20h /
Videotrucades

31-33. LA DIGNITAT DE LA GENT GRAN

Una sociedad que no descarta a los mayores
Moviment pel Bon Tracte

34-38. LA GENT GRAN A CÀRITAS

Festes de Nadal 2019
Almeda: Sant Jordi 2020
Tramats de vida de Sant Pacià
Projecte QuanKedem:
Escola López Vicuña
Escola Maristes Sants-Les Corts
Visita a una granja

39. RACÓ LITERARI

MI VENTANA

Consell de redacció

Antonieta Miranda
Arrate Escolante
Gabriel Campos
Imma Fdez.-Díaz
Maite Becerra
Nair Celina Sánchez
Marwan Al-Shihabi

Fotografies:

Arxiu de Càritas
Unsplash

Impressió

Gràfiques Cuscó

Edita

Àrea de Comunicació i
relacions institucionals de
Càritas Diocesana
de Barcelona

 @caritasbcn

 caritasbarcelona

www.caritas.barcelona

El virus de la solidaridat

Seguro que todos hemos oído hablar del “Ave Fénix”: esa ave mitológica que cae, pero que renace de sus propias cenizas y se recupera, con fuerza, con perseverancia. Después de haber recorrido un camino de dolor, se erige con elegancia, y con mayores e intensas ganas de volver a volar.

El ser humano también: después de una crisis, puede levantarse y retomar su camino. A esta experiencia, el psicólogo Carl G. Jung la llama “resiliencia”: es esa gran capacidad que tiene el ser humano para afrontar las adversidades de la vida, y seguir adelante. En momentos intensos, en los que se ha medido con la vida (...), el individuo “se crece”, se vuelve más empático, y se solidariza con los demás.

Pues sí, hemos “caído” en una grave crisis –sanitaria, y socioeconómica–.

Nos afecta a todos... pero desde estas páginas, queremos tener especialmente presentes a aquellos –de entre nosotros, los mayores– que han vivido y viven en situaciones de más vulnerabilidad, enfermedad y soledad. Algunos de ellos han sufrido un cruel aislamiento, un largo y duro confinamiento, una triste separación y añoranza de los suyos...

Quien sabe... quizás esta pandemia está siendo una oportunidad para que la sociedad “abra los ojos” y se sensibilice al conocer estas realidades, y se visibilicen las carencias e injusticias que sufrimos, muchas veces, las personas mayores.

Así como la paralización de nuestros movimientos y de nuestros vehículos ha oxigenado la atmósfera, así este dichoso virus podría servir como toque de atención para que nuestras instituciones públicas y privadas también se “oxigenen”: renueven la calidad de sus servicios y

protocolos, y se doten de los medios suficientes; y también para que nuestras relaciones como conciudadanos se humanicen.

Queremos reivindicar, de nuevo, el valor de nuestro legado y de nuestra experiencia. Queremos reivindicar también la centralidad de los cuidados, las buenas prácticas y el buen trato hacia las personas mayores.

En el TEMA CENTRAL de esta edición nos sumamos al lema de Càritas, que consiste en “contagiarnos” con **EL VIRUS DE LA SOLIDARIDAD**.

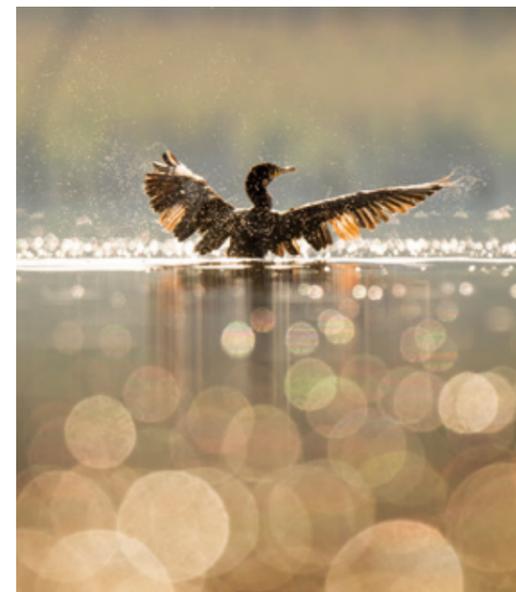
Queremos “contagiar” el deseo de mirar el futuro con esperanza. Y como sociedad, trabajar por salir de esta pandemia con valores renovados, con actitudes positivas, con más humanidad.

En definitiva, convertirnos en mejores personas.

Podréis leer vivencias y aprendizajes que hemos experimentado durante estos meses. Y nos lo relatarán diversas personas, desde sus respectivas “miradas”: desde su realidad como personas mayores, desde el papel de los profesionales, o el de los voluntarios. Vivencias y aprendizajes llenos de

coraje y generosidad.

Después de atravesar esta “tormenta”, sentimos la necesidad de dar las gracias por estar vivos, por sentirnos vivos... Pero también queremos acompañar en el sentimiento a los que han sufrido la pérdida de personas queridas. Desde la Revista COMPARTIM, rendimos nuestro más sincero homenaje a algunas personas próximas (que participaban en nuestros proyectos) que han muerto a causa de este virus.



El lado positivo del coronavirus

TEXT: MARWAN EL-SHIHABI

A la gente mayor sólo le faltaba el coronavirus... Aún se siente más sola que de costumbre, y asustada. Esta pandemia ha cambiado su vida.

Por ejemplo: no pueden visitar a la familia; ni dar largos paseos; los que solían ir a la cafetería, tampoco pueden ir (¡ni jugar a las máquinas! Quizás la covid-19 les está haciendo un favor)...

Tenemos la costumbre de hablar de los fracasos, pero no de los éxitos. Miremos el lado positivo del coronavirus...

Cáritas está reforzando horarios de profesionales para que las personas estén más acompañadas. Las empresas externas también ayudan trayendo productos (fruta, verdura...). Los voluntarios también hacen sus aportaciones. Muchos colectivos están ayudando al barrio.

Los profesionales dan mucho apoyo emocional, se implican mucho en las demandas de las personas que lo necesitan. Se puede ayudar con un simple saludo y una charla corta, pero entretenida.

Queda esperar para que algo de la rutina del día a día vuelva a la “normalidad”...



Desde el centro del huracán

TEXT: NAIR CELINA SÁNCHEZ. TICOMARSAN (BENEFICIARIA)

La piedad, como sentimiento propulsor del bien, tiene su verdadero encuentro cuando florece en el corazón y la razón de quien es servido. (NCS)

Admiramos en derredor, sentimos el estruendo universal de la pandemia, y estamos no solamente protegidos materialmente (que es más que suficiente), sino, con alguien que nos escucha, soporta nuestros cambios emocionales, ante una situación expectante que nos ha reunido en una condición especial.

Valoramos lo “especiales” que son las otras personas; no quiero extenderme, sólo gritarle al mundo entero lo que representa Cáritas como institución pía.

En mi caso concreto, Cáritas Barcelona.

Quiero resaltar el trabajo realizado por todos y cada uno de los profesionales para arroparnos, a sus beneficiarios. Si bien es cierto que han guardado a pies juntillas todos los requerimientos hechos por las autoridades sanitarias, su comportamiento los coloca como héroes anónimos con verdadero sentido vocacional, humano y ético. Trabajadoras sociales, equipos psicológicos, educadores sociales, integradores sociales, trabajadores familiares, equipo del programa de personas mayores, responsables de territorio...

¡Jamás estamos solos, Dios nos bendiga a todos!

Agraeixo la companyia

TEXT: ROSA GARCÍA

Em sento agraïda per haver comptat amb el suport de Càritas durant aquest període de confinament.

Les hores que ve la Montse, la treballadora familiar, se m'han fet més curtes que de costum, ja que ella m'ajuda a fer la compra, i part del seu temps l'havia de passar fent cua al supermercat... Però m'explicava que la deixaven “avançar”, perquè ho portava a una persona gran!

Estic sola des de fa molt de temps; fa un any que no puc sortir de casa pels meus problemes de salut. Comptar amb la Montse és molt important, i agraeixo la seva companyia. També la de la cartera que em puja el correu cada dia fins a la porta del pis. Parlar amb una i amb l'altra fa que el meu cap no hagi donat voltes a altres coses... com a la possibilitat que el meu fill es quedi sense feina....

Gràcies a Déu sembla que tot comença a normalitzar-se....

¡Ánimo, que de ésta salimos!

TEXT: M CARMEN LEGIDO

El 27 de marzo ingresé en la Clínica Corachán. Me diagnosticaron una fuerte neumonía y covid-19. He estado muy bien cuidada, en una habitación amplia y buena. Todo el personal muy amable y cariñoso.

Los primeros diez días fueron los peores. Pero después, como ya estaba mejor, empecé a recibir llamadas telefónicas y cartas de familiares y amigos, dándome todos muchos ánimos.

Estuve en la clínica hasta el día 14 de abril, que me llevaron a casa en ambulancia.

A los ocho días de estar en casa, me dio un fuerte dolor en el costado derecho, que no me dejaba respirar. Volvimos a la clínica, y vieron que tenía un coágulo en el pulmón derecho. Ingresé ocho días más hasta que me lo disolvieron.

Actualmente estoy en casa. Aunque me canso bastante, hago vida normal (dentro de lo que se puede hacer en las circunstancias actuales).

¡Un saludo cordial para todos, y ánimo, que de ésta salimos!

(Cómo podéis ver, en casa he podido practicar mi afición a la pintura)



Me considero una privilegiada

TEXT: PEPITA BELLA

¿Escribo o no escribo? Ésta es la cuestión. Porque no sé si será buena, potable o mala esta narración que, de buena voluntad, he aceptado a hacer. Como la intención es buena... ¡pues ahí va!

De antemano, os diré que estoy muy preocupada y deprimida por lo que nos está pasando. Pienso en los abuelos que nos han dejado... y en el resto de personas: los enfermos, los sanitarios, la gente que se ha quedado sin recursos, los pequeños comerciantes –muchos tendrán que cerrar–. En fin, que este “bicho” –así lo llamo yo– nos ha vuelto el mundo del revés, y nos está fastidiando totalmente.

En esta situación en la que me encuentro ahora, he dejado que mi mente se quede – en lo posible– en blanco, y llenar mi tiempo con la tele, el whatsapp, Vilaweb...

Puedo decir que me considero una privilegiada: me siento confortable en mi casa, salgo a tomar el sol a la galería, y cuido de mis flores; me viene una señora estupenda (una trabajadora familiar) para las compras o por si necesito otros encargos; por lo demás, me valgo sola para cocinar, ducharme y procuro tener la casa aseada.

Pero no siento el calor de estar al lado de mi familia; no es suficiente la llamada por teléfono que cada día me hace mi hijo... y eso “duele”.

Seguro me quedan más cosas en el tintero, pero creo que, con todo lo escrito ya, os he dado bastante la lata... ¿Bien, potable, mal?

Un abrazo para todos, y desear que todo tenga un arreglo lo mejor posible.



Jordi, el nebot del Fernando

TEXT: JORDI MARTÍNEZ

Fernando té noranta-sis anys. Tot i l'assistència d'unes hores a la setmana, és una persona autònoma.

En el seu cas, aquesta autonomia mai ha estat relacionada amb una persona solitària. Ben al contrari. Tothom que el coneix sap de la seva conversa, de la seva acollida a casa seva i de la seva memòria per xerrar de tot des de l'amabilitat i el sentit de l'humor.

La covid va posar a la corda fluixa el que més s'aprecia Fernando, la companyia, la proximitat. En un primer moment vam sovintejar molt més les trucades de telèfon i mòbil. Amb el pas dels dies i de les setmanes ens vam adonar que no hi hauria prou.

Les visites van haver de ser aparcades per seguretat.

Va ser llavors quan vam pensar activar videoconferències amb ell. Era un repte per ell i per ensenyar a la distància.

Teníem un hàndicap, el seu mòbil és molt petit, sense internet. Entre tota la família li vam comprar la tauleta informàtica. Li vam preparar un curs fàcil per poder-la utilitzar.

Només ens faltava una cosa, l'accés a la xarxa. En aquells moments no es feien instal·lacions. Va ser llavors quan vam descobrir aquella part bona que ens du els mals moments, la solidaritat.

Els veïns de la planta baixa ens van cedir la seva clau particular i ens van assegurar que Fernando només havia de fer-los saber

qualsevol cosa que necessités (compres, assistència, etc...)

Les videoconferències van ser la millor medicina per ell. Es va afegir a videoconferències múltiples i ens va ensenyar, un cop més, que les ganes ho són tot, per voler seguir connectat al món.



La solidaritat directa dels veïns va ser bàlsam per tots. Sempre els estarem agraïts.

Com també ho estem de tot l'equip de Càritas –amb Rosa i Martha al capdavant– que ens ajuden assistint a Fernando en tot el que poden. Estimar amb valor afegit que té la seva professionalitat en tot moment.

Ahir diumenge, 28 de juny, Fernando va sortir per primer cop al carrer després d'aquests mesos de confinament. I va trepitjar un altre cop la seva Gràcia. La seva il·lusió i alegria la volem compartir amb tots vosaltres.



Vivència i aprenentatge d'un fill i germà

TEXT: PERE VILLELLAS

Persones grans que s'arrisquen pel que creuen que han de fer!

El meu pare acaba de fer 86 anys: té una vàlvula al cor, sucre alt a la sang, i els seu cos ja no genera plaquetes, fet que l'obliga a que, un cop per setmana -via intravenosa-, li injectin plaquetes a l'Hospital del Mar. Ma mare té 80 anys. I tots dos viuen a la Barceloneta.

El mateix dia que es decretava el confinament, la meva germana de 58 anys li donaven l'alta a l'hospital de Sant Pau. Un càncer limfàtic se la menja poc a poc...Amb les defenses tan baixes estarà mes segura a casa. Viu a Les Corts.

La rutina dels pares passa per fer la compra diària al mercat. Aquells dies del confinament, per a mi suposava tot un repte fer-los la compra, per a que no sortissin de casa, i vetllar pel seu benestar des de la distància...

Al cinquè dia de confinament, ma mare em confessà que va sortir a comprar un peixet fresc, "perquè és l'únic que li va bé al pare quan te descomposició". Aquest va ser l'inici de la normalització de les sortides: encara

que jo els omplís la nevera, ella sempre tenia una excusa per a sortir. El meu pare, per sort, es preservava: ell ja sortia el dia que anava a l'hospital.

Durant aquets dos mesos no hem tingut contacte físic entre nosaltres: els pares i la germana son grups de risc! La pandèmia ens impedia l'estar junts! En un moment tan delicat... estem distanciat: enyorem els petons, les abraçades, i fer-nos costat. Tenim por i angoixa de que la malaltia s'endugui la meva germana, i nosaltres no poder estar presents.

Costa fer entendre a una mare que no pot estar al costat d'una filla que ens deixa...Per què, ella -igual que va a buscar aquell peixet fresc pel seu marit-... per què no pot anar a veure la seva filla?

Crec que a la gent gran li ha costat molt canviar els seus hàbits. Per alguns, la por a la malaltia no ha impedit que facin el que ells creien que havien de fer! Sempre complint les mesures necessàries, però, s'han arriscat i s'arrisquen per cuidar dels altres.

En el moment de tancar l'edició la germana d'en Pere ha mort. Li donem el més sentit condol.

Poder parlar amb algú

TEXT: ANNA PLA, RECEPCIÓ

Després d'aquets tres mesos de confinament, i fent una reflexió de les trucades que han arribat a la centraleta del meu despatx (...) de les coses que més m'impresionaven i entristien eren les que feien referència a la gent gran: persones amb pocs recursos, i amb poca o nul·la xarxa social. Amb els fills lluny de casa... però potser amb alguns veïns que els ajudessin a fer les tasques d'acompanyament per anar a comprar, o al metge, o altres necessitats bàsiques... Molts estaven angoixats i plens de soledat. Sobretot, el que necessitaven, era poder parlar amb algú, i que aquest algú els pogués anant trucant de tant en tant.

Vitamines de vida

TEXT: SILVIA SOLANA, TREBALLADORA SOCIAL

Durant aquest temps de confinament, molts de nosaltres hem fet un procés de canvi i d'aprenentatge.

Jo he après de les nostres persones grans: en cada trucada que els he fet, en el seu to de veu optimista i alegre, quan despenjaven el telèfon i escoltaven la meua veu; en la seva valentia per enfrontar aquests moments de soledat, en les ganes de viure, tot i sentiments de por, d'incertesa, de ràbia (pel temps "perdut"). Però malgrat tot, amb positivisme i esperança...expressant que és el que ens toca fer, i esperant el moment de tornar a veure les seves persones estimades.



Aquestes trucades setmanals que he fet, han estat -per a mi- una injecció d'agraïment i "vitamines de vida".

La veritable cara de la solidaritat

TEXT: PERE VILLELLAS, RECEPCIÓ

Jo treballo al despatx central que Càritas té a Plaça Nova.

El primer dia que ja es permetia sortir al carrer, en unes franges horàries determinades, he tingut el plaer d'obrir la porta a persones

grans que venien a fer donatius...

Aquesta gent gran és una mostra de la veritable cara de la solidaritat, la que s'arrisca per una idea, per un gest de generositat...

Aprenent de la gent gran

TEXT: LOURDES MANTILLA, PSICÒLOGA

Durant aquests mesos de confinament l'equip de psicòlegs de Càritas Diocesana de Barcelona, juntament amb la resta de professionals i voluntaris, hem seguit estant al costat de les persones grans de la nostra Diòcesi. Donades les circumstàncies hem hagut de fer-ho mitjançant les noves tecnologies, bàsicament via telefònica, i cal destacar la gran lliçó que ens han transmès totes elles.

Malgrat la situació de no poder sortir de casa, han mostrat un alt grau de solidaritat i responsabilitat amb les recomanacions donades per les autoritats; però no solament això: tot i la por que han tingut, moltes d'aquestes

persones han sabut mostrar una gran entesa i agraïment per aquest acompanyament, i moltes vegades un gran sentit de l'humor que -un cop més- ens ha donat una lliçó d'humilitat i de saber estar davant de situacions tant dramàtiques i inesperades.

Com moltes altres vegades, hauríem d'aprendre del nostres avis i àvies, escoltar-los i donar-los la dignitat que els hi correspon, ja que ells són la llavor que ens ha de permetre germinar un futur més digne i humà.

Aprovechando el confinamiento

TEXT: ARRATE ESCOLANTE, TRABAJADORA FAMILIAR

Durante el confinamiento, tuve algunos síntomas leves de lo que parecía "un resfriado"... y el médico decidió -dado que, en mi profesión de Trabajadora Familiar, tengo que acercarme mucho a las personas que atiendo- darme la baja laboral por unos días.

Aproveché para aprender a usar un poco mejor las redes sociales (videoconferencias,...), y conectar con familiares y amigos a través de ellas. Me hizo mucha ilusión poder ver a las personas con las que hablaba.

Más adelante me hicieron las pruebas de la Covid, y salieron negativas. Uf!!! Me quitó un gran peso de encima. Y me reincorporé al trabajo y a mi vida "normal". Me alegré de volver a ver a todas las personas a las que normalmente ayudo, y comprobar que todas estaban bien.

Este virus nos ha enseñado a valorar más lo que tenemos, y a apreciar más a las personas que nos rodean.

Voluntarios en el rellano

TEXT: SEBASTIANO LOSI Y M^aJESÚS SANZ

Durante el confinamiento, algunos voluntarios se ofrecieron para hacer compras y acercarlas hasta el rellano de las casas de las personas mayores.

He aquí un testimonio de esta experiencia:

Comencé este servicio junto con un grupo de voluntarios de la Comunidad Cristiana Italiana de Barcelona: se nos pidió a cada uno de nosotros que ayudáramos a unas personas mayores, particularmente afectadas por las nuevas limitaciones.

La primera vez que visité a M^aJesús descubrí una persona muy alegre y sonriente, dispuesta a crear una relación de amistad; para ambos fue raro conocer a una persona “a distancia”, sin poder estrecharse la mano o darse un abrazo.

Lo que he hecho en los últimos meses ha sido comprar ocasionalmente algunas cosas que ella necesitaba, un pequeño compromiso que evitó a M^aJesús salir de su casa.

Para mí fue una oportunidad para conocer una nueva realidad y comprender cuántas dificultades, aunque pequeñas, pueden ocultarse en una ciudad como ésta, y cuán pequeño es el esfuerzo requerido para prestar una gran ayuda.



¡Hola, soy M^aJesús! Espero que, después de estos meses, estéis más animados.

Yo, que estoy sola, lo he soportado increíblemente bien.

Aunque cuesta con este Covid-19, tan maléfico como es... No es fácil.

Pero ánimo, que esto no es estéril. Todos los acontecimientos pasan por algo. Estoy segura que tendremos grandes mejoras. Creo que el Gran Espíritu del Universo nos colmará de luz benefactora.

Me siento agradecida con este organismo que es Càritas.

Este chico italiano -Sebastiano- es una persona complaciente, educada, con voluntad de complacer. Trae las cosas que le encargo con amabilidad. Me satisface bastante.

Càritas también me han hecho llegar unos vídeos de unos chicos voluntarios, encantadores todos; por medio de la imagen, los ánimos llegan más. Todos me han gustado. Pero especialmente uno de ellos: tenía un mensaje muy entrañable para nosotros los mayores.

Me dio satisfacción el verlos, me dieron alegría, y tener algo más de serenidad. Con estos y otros apoyos me he sentido consolada.

Soy consciente que esta pandemia nos aflige bastante. Ánimo, que estamos llegando al final del túnel, y veremos la luz.

Bueno, los que hemos llegado, sólo por estar aquí, tenemos que estar alegres.

“Jóvenes de mi edad” -aproximadamente-
¡Ánimo!

Axel

TEXT: AXEL, ALUMNE ESCOLA XALOC



Me llamo Àxel y soy de la escuela Xaloc. A raíz de las recientes noticias me he enterado de vuestra situación, así que he pensado contaros como estoy pasando el confinamiento.

La verdad es que no lo estoy pasando nada mal. Echo de menos a mi familia, pero con las videollamadas los veo a veces. Con los deberes del cole consigo despejarme un poco y luego juego a la consola para despejarme del cole.

Así que, con los juegos, el cole, hacer deporte y pasear al perro paso los días lo mejor que puedo.

A veces las cosas pasan por algún motivo que desconocemos, quiero pensar que todo esto nos servirá para aprender y para ser mejores personas. Ahora valoraremos más la importancia de un abrazo y de una visita familiar.

Echamos de menos a los abuelos y abuelas, somos conscientes que habéis trabajado duro en vuestra época de juventud y ahora merecéis lo mejor porque os lo habéis ganado.

Mucho ánimo a todos y todas, todo pasará y siempre hay que ser positivo.

Un cordial saludo

Llar Betània con las personas mayores

TEXT: MARIA DEL CARMEN ARROYO. UNA DE LAS RESIDENTES EN LLAR BETÀNIA.



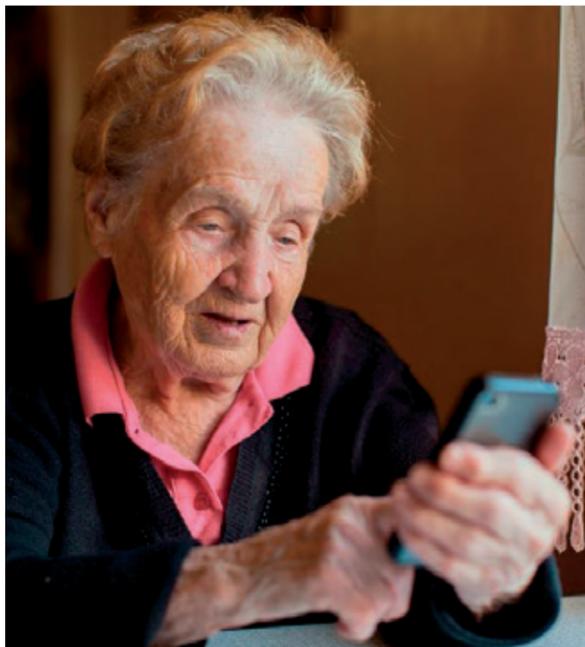
En Llar Betània estuvimos haciendo mascarillas.

El hecho de hacer mascarillas me hizo sentir útil: pensaba que lo que hacía servía para ayudar a otras personas; por ejemplo, para dar seguridad a personas mayores en situación vulnerable, o sin recursos.

También nos ayudó a todas las compañeras para distraernos y no pensar en este virus que tanto nos trastornó e hizo que se parara todo el mundo.

Acompanyament telefònic

TEXT: M. CARMEN SAN MARTÍN, PROGRAMA DE GENT GRAN



“Cadascú té la seva pròpia soledat”, ens diu la Lluïsa, voluntària que participa en el servei d’Acompanyament telefònic per a persones grans, que estan soles o s’hi senten, de soles.

Arrel del confinament pel COVID-19, les paraules de la Lluïsa agafen més força, perquè l’aïllament imposat i la solitud s’han agreujat, especialment en el col·lectiu que més està patint les conseqüències d’aquesta pandèmia, els nostres majors.

Càritas inicia doncs aquest servei per facilitar que el dia a dia sigui més lleuger de portar. I a través d’aquestes trucades obrir una nova finestra a les llars de la gent gran. Finestra per on pugui entrar la presència virtual, que no física, dels nostres voluntaris i voluntàries.

L’experiència està sent entranyable i, ahora, un repte per intentar fer-nos propers des de la distància. A l’inici els voluntaris estaven inquietos, amb ganes de que les persones ateses es sentissin acollides i escoltades, i amb confiança per obrir-se i ser útils per a elles.

Després de copsar les vivències que s’han generat a través de les parelles creades -persona gran i voluntari-, volem compartir amb vosaltres, el que han suposat aquestes trobades.

La **Sra. Anna** diu: “*Em poso contenta quan em truca, m’ajuda a passar millor el dia...*”

La **Sra. María** parlava en plural, i ens deia: “*Es que estamos faltos de cariño. Me dan ganas de llorar de alegría. Expresar lo que me pasa, lo que llevo dentro me ayuda mucho...*”

El **Sr. Hamed**, home de poques paraules, que té la família lluny, ens diu: “*Se agradece que alguien se preocupe por tí...*”

La **Sra. Dulce** amb una situació familiar complexa, ens diu: “*No tengo nadie que me llame y que se interese por mí. Conversar hace que me olvide un rato de mis problemas...*”

El **Sr. Pep**, gran seguidor del Barça, diu: “*Xerrem de tot: d’esport, de fútbol, ... em fa companyia*”

El **Sr. Mauricio** gran conversador, porta temps lluny del seu país, i diu: “*Esta experiencia es muy buena. Buena como el tiempo, que hace madurar la fruta...Saber que ya no es lo mismo salir a la calle... 2 metros de separación, ... mascarillas. Hago cosas para distraerme, pero hay un momento al día de agobio y de bajón, y me viene bárbaro hablar... Importante conversar desde el respeto*”

Amb aquestes paraules volíem acostar-vos la veu i els pensaments de la nostra estimada gent gran.

Els neguits primers del grup de voluntaris es van alleugerint. Ara el que va creixent com la fruita madura -com diu Mauricio- és l’afecte, la confiança, els sentiments compartits, a vegada tristos, emotius. Hi ha també moments per riure. Per preocupar-s’hi, si alguna cosa no va bé, i veure què més es pot fer.

Ha arribat un moment en que els papers s’inverteixen i és la gent gran que comparteix el seu saber, les seves històries, el seu bagatge vital.

En **Ricard**, un jove voluntari, escolta a l’Anna com va ser la seva joventut i com es vivia: “*... està sent una experiència molt enriquidora...*”. I li ajuda a repensar la vida.

L’**Ana María**, curosa, amb molts anys de tasca voluntària, ens diu com si no digués res: “*Reaprender a saber escuchar: parar, callar, dejar hablar...*”

La **Rocío**, una altra jove, ens diu que es cuiden mútuament, i que està aprenent una recepta que li ha ensenyat la Sra.Dulce.

L’**Olga** ens parla de: “*Una labor preciosa, saber escuchar da muchas alegrías, es un recibir más. Compartimos emociones y vivencias comunes...*”

En **José Miguel** parla de que: “*...en el mundo actual, debemos valorar la importancia de ofrecer algo, de donar tiempo...*”

Marisela, somrient, diu: “*Tengo el sentimiento de salir a buscarla. Necesitamos las dos el contacto...*”

Com veieu, no acabaríem aquest article...! Hem compartit amb vosaltres vivències i emocions, fruits del treball d’aquest **grup de voluntaris**. No hi cabeu tots aquí, però hi sou en el cor de Càritas, i sobretot en el cor de la gent gran que cuideu. Moltes, moltes gràcies!

Aquesta és una petita mostra d’aquest servei de trucades, obert a tota la gent gran que ho necessiti.

Ara sí, acabem amb les paraules de la voluntària Mercè: “*...jo, el que faig és -senzillament- ... conversar*”.

Hem canviat el nom de les persones grans ateses per mantenir la seva privacitat.

Cartes entre l'Ona i la Pepita

TEXT: ONA I PEPITA

Hola!

Em dic Ona, i sóc estudiant de 4t d'ESO, que és l'últim curs de l'educació obligatòria. Però jo tinc intenció de continuar estudiant ja que quan sigui gran m'agradaria ser metge infantil, més concretament cirurgiana.

Encara que l'escola m'agrada molt, sobretot perquè veig a les meves amigues, ara que estic a casa estic fent moltes coses que mai tinc temps de fer.

La que més m'agrada de totes és fer puzles: justament ahir vaig acabar un de 1.000 peces que em van regalar per Nadal, la imatge era d'una nena envoltada de flors i la veritat és que m'ho he passat molt bé mentrestant el feia.

Una altra cosa que estic fent són classes online que els professors ens fan a través d'una trucada i així no perdem el fil de l'escola. Realment m'agrada continuar amb les classes per tenir una rutina i no perdre el temps.

Normalment, quan surto de l'escola vaig a la piscina a entrenar natació sincronitzada. És l'esport que practico des de fa 3 anys i la veritat és que m'agrada molt: bàsicament consisteix en fer moviment -tant amb els braços com amb les cames- a l'aigua, tot seguint el ritme de la música i sincronitzant-se amb

altres companyes per crear efectes visuals o impulsant-nos unes a les altres per saltar per sobre l'aigua. Ara que no puc anar a la piscina, faig exercici des de casa i surto al balcó perquè em doni l'aire i el sol, o si no faig classes de ioga amb la meva mare.

Per cert, tinc dos germans petits amb els que em porto 7 i 3 anys: als dos els hi agrada molt fer esport i per això els caps de setmana aprofitem per anar a passejar per la muntanya amb els meus pares, i quan es tardor aprofitem per buscar bolets. També visitem als meus avis que viuen a Premià de Dalt i anem a casa seva sovint a dinar: tenen un jardí preciós i a la meva àvia li encanta ruixar-nos amb la mànega quan fa calor. Els trobo molt a faltar, i tot i que fem videotrucades tinc ganes d'abraçar-los.

En definitiva, crec que encara que no és l'ideal estar a casa, és una oportunitat per fer tot allò que no tenim temps de fer o per trobar noves coses a fer o noves aficions.

Espero que estiguis molt bé i que aviat puguis tornar a sortir a passejar per el carrer tranquil·lament.

Una abraçada, **Ona**

Hola Ona, soy Pepita, y tengo 84 años.

Me siento muy alagada por el gratísimo y consolador escrito que me diriges.

En cuanto a mí, debo decirte que estoy preocupada por esta anomalía que estamos pasando, y las desafortunadas muertes que cortan la vida a tantos seres queridos.

En cuanto a tí, estoy segura será sólo un paréntesis en tu vida; la juventud que tienes y el deseo de vivir te acompañarán (ese es mi deseo) con la felicidad que estoy segura mereces.

Un abrazo y gracias por tu escrito.

Pepita Bella



Hola de nuevo Pepita:

Quería decir que me ha hecho mucha ilusión ver tu respuesta y tus preciosas palabras. En estos momentos es curioso ver como cosas que parecen tan insignificantes como ésta, nos saquen una sonrisa. Yo creo que ahora lo más importante es reflexionar sobre todas las cosas buenas que pasan, porque aunque es una situación muy excepcional y extraña, aparte de todo lo malo, también hay cosas buenas que nos hacen sonreír.

Yo, por ejemplo, el otro día hablé con mi tío que vive en Estados Unidos y al que hacía casi un año que no llamaba porque sus horarios de trabajo no encajaban con nuestros cambios de horario. Ahora que él está en casa, me llama cuando se levanta -que aquí ya es de noche-, y me hace mucha ilusión hablar con él. Por otra parte, debo decirte que es natural estar preocupados, porque es lo que la situación genera; pero Pepita, sé que puedes superar esto, y mucho más. Y también te deseo la felicidad que tanto te mereces, tal y como me decías a mí en tu escrito.

Pues eso, en los momentos difíciles recuerda sobre todo que no estás sola, y que siempre habrá alguien dispuesto a ayudarte.

Un fuerte abrazo y mucho ánimo,

Ona

Experiència de solidaritat veïnal... i també ecumènica

TEXT: MAITE BECERRA

En aquest moments tan dramàtics que estem passant, dues experiències m'han sorprès favorablement, i en les que es veu com neix la solidaritat entre nosaltres!

Una es va produir en les botigues del meu barri, és a dir, en el comerç de proximitat. L'Associació de Veïns havia penjat cartells, oferint un telèfon de contacte, per si algú necessitava que se li fés la compra; l'ajuda estava dirigida sobretot a persones que no podien sortir, bé per malaltia o bé per edat avançada. Es veu que hi havia persones voluntàries que s'ofereien per fer aquesta tasca.

L'altra experiència que em va cridar molt l'atenció va ser una notícia que vaig sentir pels mitjans de radio i tv. Explicaven que una Associació musulmana -que vetlla per mantenir els seus costums, la seva llengua, les seves tradicions, etc.- va decidir dedicar una part dels seus recursos econòmics a fer donacions a parròquies catòliques de la zona. Aquests germans musulmans veien la tasca d'aquestes parròquies envers les famílies del barri (veien que les cues anaven en augment, sabien que moltes persones ja no tenien cap ingrés, o estaven de Baixa per malaltia, o a l'atur,...) i van optar per solidaritzar-se, amb aquest gest tan generós.



Gabriel

TEXT: GABRIEL, ALUMNE ESCOLA XALOC



Hola, me llamo Gabriel, y tengo 15 años.

Estudio en el colegio Xaloc, y escribo esta carta para saber cómo estas, y entretenerte un poco la cuarentena mientras la lees. Bueno, la verdad es que está

siendo bastante duro, por eso te contaré una historia para intentar evadirte de la realidad.

En una ciudad muy lejana vivía un antiguo guerrero el cual había dedicado toda su vida a servir al rey con su espada. Tras jubilarse decidió formar una academia y entrenar a las futuras generaciones de guerreros del reino.

Un día llegó a la ciudad un hombre joven, éste entró en la academia y desafió al maestro. Los estudiantes, sabiendo que no podría ganar, le intentaron disuadir, pero él no les hizo caso y marchó al centro de la aldea.

El joven guerrero era conocido por utilizar la provocación, y así hacer que sus adversarios perdieran el control; había decidido retar al maestro para conseguir fama y prestigio, ya

que el maestro fue uno de los mejores guerreros del rey.

Una vez los dos estaban cara a cara y con las guardias listas, el joven empezó a insultar y denigrar al anciano con tal de provocarlo, pero el permaneció impasible; el joven siguió por horas elevando cada vez más la crueldad de sus insultos, hasta que, exhausto y avergonzado, se rindió y abandonó la aldea.

Desilusionados por el hecho de que el maestro aceptara tantos insultos y provocaciones, los alumnos le preguntaron:

¿Cómo pudiste, maestro, soportar tanta indignidad? ¿Por qué no usaste tu espada, aún sabiendo que podías perder la lucha?

A lo que él contestó, ¿Qué pasa si alguien te quiere ofrecer un regalo, pero tú no lo aceptas?, ¿a quién pertenece el obsequio?

A quien intentó entregarlo. Respondieron los alumnos.

Pues lo mismo pasa con la rabia, el odio y la envidia -dijo el maestro-; cuando no se aceptan, continúan perteneciendo al que los lleva consigo.

Espero que te haya gustado la historia, y sobre todo que te haya servido para descansar por un momento de esta situación.

Un abrazo, **Gabriel**

RESIVOL via telefònica. **Un camí a l'esperança**

TEXT: MONTSE REVILLA



Soc voluntària de Càritas, del projecte RESIVOL -visites a persones que viuen en Residències-.

Ja fa 25 anys que faig voluntariat, una experiència meravellosa, que et fa sentir útil per donar suport als grups de persones més vulnerables i necessitades, tant de companyia com de sentiments a compartir.

Amb el coronavirus, les residències han quedat molt afectades, i han viscut situacions dures de malaltia, solitud i sentiment de sentir-se abandonats.

Actualment, el meu voluntariat va dedicat a dos residents de dues residències: Benjamín i Maria. Persones encantadores a les quals visitava un cop a la setmana; però amb aquesta pandèmia, aquestes visites s'han vist trastocades. Malgrat tot, he continuat parlant amb ells via telefònica, i crec que ha servit de gran ajuda donat que, amb les converses, podien intercanviar i comunicar els seus sentiments per tot el que estaven passant i vivint.

Això els feia agafar empenta i il·lusió, ja que la comunicació els servia de consol i per suavitzar el difícil confinament.

El missatge que els donava era que, al final, tot passaria, i que aviat tornariem a fer els passeigs pel barri i poder prendre algun refresc, cosa que els feia molta il·lusió, tant a Benjamín com a Maria.

Ha estat un camí de la desesperança... a l'esperança de vida, de les nostres estimades persones grans de les residències.

Tramats de vida: **Les teles transmeten**

TEXT: TRAMAT DE VIDA "COR I FIL" DE SANT ANDREU

Cada comanda de cosir mascaretes que ens arriba és tot un repte, sobretot quan parlem de quantitats grans: les nostres màquines s'engeguen i el nostre cor hi posa l'ànima. Cada mascareta feta, és un trosset de nosaltres.

Quan ens van dir que hauríem de cosir-ne per persones grans ateses pel Servei a la Llar de Càritas no vam dubtar-ho ni un moment; de fet, ja hi vam col·laborar amb els Apartaments amb Suport d'Almeda.

A Càritas es fa una gran tasca en molts aspectes, per complementar les mancances de qui hauria de respondre... I només per això, ja és un regal i un orgull per nosaltres poder fer-ho i posar-hi tot l'amor.

Com diu una companya, "les teles transmeten"! I les nostres, fruit de les donacions del poble, al cosir-les, són un retorn del que ens arriba, transformat en amor pur fet mascareta.

I quan fem l'entrega és un moment únic i especial: els nostres bons desitjos, les abraçades que tant manquen, i els petons i rialles, volen cap a aquells que les rebran.

Un trosset del nostre cor, exclusivament per vosaltres i per la meravellosa tasca que feu!

#solselpoblesalvaeelpoble



El millor homenatge

TEXT: JOAN GARCÍA BAUSA. VOLUNTARI



La Covid-19 ha mort desenes de milers de persones extraordinàries.

La mal anomenada “nova normalitat”, ens porta a considerar la crua realitat: prop de 30.000 persones a tot l'Estat han traspassat a causa de la maleïda pandèmia del coronavirus, a més de malmetre la convivència i devastar l'economia.

Tants morts i en tan poc temps per la Covid-19 és la conseqüència més colpidora i extraordinària.

La mort, però, és quelcom natural. Allò extraordinari és VIURE, malgrat tants i tants entrebancs, a vegades imprevisibles.

Ha estat extraordinari que cadascú dels finats hagi viscut, que hagi tingut l'oportunitat d'estimar i de ser estimat. Estimar i ser estimat és el que ens dona a tots la satisfacció d'haver viscut, alhora que és la força per plantar cara a les adversitats i malalties, i morir en pau. De fet, ens espera la mort sempre, encara que no hi pensem. Sovint vivim també sense pensar-hi massa, en aquest extraordinari regal (la vida) que Déu ens ha donat.

Pensem-hi, i recordem —és a dir, tinguem en el cor— la memòria de les víctimes que aquest virus ens ha arrabassat. I lluitem plegats per mantenir l'alegria que dona servir els nostres germans que més ens necessitin.

Quin millor homenatge!

Enrique Bustillo

TEXT: ANTONIETA MIRANDA. VOLUNTÀRIA

L'**Enrique Bustillo**, una gran persona i un bon cristià, va morir víctima del coronavirus el passat dia 6 d'abril.

Col·laborava amb moltes activitats. A la Parròquia (St. Rafael i St. Mateu), organitzava una pregària comunitària cada últim dijous de mes. Al barri formava part d'una associació anomenada “Foto Club” (de caire cultural): s'organitzaven concursos de poesia, i l'anomenat “racó del poeta”. Ell ho dirigia amb molta il·lusió; en gaudia molt, perquè a més a més era un gran poeta.

També visitava gent gran, gent malalta, gent que estava hospitalitzada. No li feia mai mandra, sempre estava a punt.

A Càritas sempre es podia confiar amb ell: des d'oferir el seu cotxe per acompanyar persones grans a les Festes de Nadal i de Primavera, com per altres activitats.

Però quan no fallava mai era el Dia de St. Jordi, que a la nostra Parròquia es dedica a la gent gran. Aquesta diada comença al matí amb una missa, on el senyor rector beneeix i reparteix roses a la gent gran que hi assisteix. A continuació es va al Parc de la Guineueta, i allà a les persones grans se'ls reparteix un abundant esmorzar. Ell i una senyora, recitaven poesies, o bé fetes per ell o bé d'altres autors. En recordo una en especial, anomenada “La sopa de ajo”, que agradava molt a tothom (sempre havia de fer fotocòpies, de tanta gent que li demanava).

Gràcies Enrique pel teu testimoni de bondat i estimació. Les persones que t'hem conegut i tractat et trobarem molt a faltar. També volem donar suport a la teva esposa a la que tant estimaves i ajudaves (està delicada), sempre amb molt d'amor i bon humor.

Olga Clos Llompart

TEXT: VICENÇ LLORCA MANCHÓN. VOLUNTARI

Aquestes lletres són un agraïment a una persona molt especial.

El seu nom no és el més important, l'important és ella, la persona: honesta, humana, divertida, agraïda, humil... i un grapat de coses més. Tot un caràcter.

Vaig començar el voluntariat amb ella, pensant com ajudar-la... Quin error per part meva! La veritat és que va ser l'Olga la qui em va ajudar a mi a ser més comprensiu, humil, i em va transferir moltes de les seves virtuts.

Gràcies, Olga, pels dies que hem compartit junts. Que Déu et beneixi per sempre, Gràcies.

Susana Carrasco

TEXT: JOAN NAIMA ALIGUA, JOAN BAS, ENAR GALLARDO, BRÍGIDA PLATA

Vull retre homenatge a la Susana, una senyora que durant la seva vida va haver de lluitar molt per obrir-se camí. Puc dir que, igual que va haver de lluitar molt, també va viure molt.

Sempre ha estat una persona alegre i gran amiga dels seus amics. Reservada i tímida, però sempre molt agràida amb tothom.

Li agradava explicar la seves vivències, el seu pas pel món de l'espectacle i els viatges que va fer.

Només puc dir que espero que, en aquest darrer viatge, hagi marxat en pau. I li dedico el fort aplaudiment que ella també mereix per ser com era: entranyable.

Naima Aligua. Treballadora social

Hola Susana: después de más de quince años acompañándote, el mejor recuerdo que dejas en mí es el esfuerzo por ser tan agradecida, por no querer molestar nunca, por querer ayudarte siempre. Pero —como tú decías— “déjate de tonterías”...

Lo mejor de ti siempre ha sido, es y será tu capacidad de reír y de saber hacer felices a quienes hemos estado a tu lado. Y, además, sigues sin estar sola, estés donde estés. Un beso.

Joan Bas .Psicólogo

Susana: ese día hablamos por última vez... -sin saber que sería la última vez—...

Me hubiera encantado seguir acompañándote, pero la lucha se apagó...

¡Estuvimos muchas semanas juntas! Qué bien lo pasábamos, mis visitas eran tan divertidas...

¡Cuánto aprendí de ti! De la superación cuando la vida parece que está perdida, de tu agradecimiento siempre hacia todos los que te acompañamos, de tu sencillez por aceptar todo lo que viviste...

¡Y de que al fin pudiste perdonar y perdonarte!

¡Que la tierra te sea leve! Descansa en paz.

¡Gracias!

Enar Gallardo. Educadora

Susana era sencilla, cariñosa y muy buena persona.

Nos apena que muriera así, de repente, en soledad...

La recordaremos siempre.

Brígida Plata . Trabajadora familiar



Mn. Joan Cuadrench i Aragones

TEXT: QUIM

Sacerdote con gran capacidad de trabajo, acometía las dificultades con fuerza y vitalidad, y con una FE arraigada en su personalidad.

El diálogo con los feligreses y la visita a los enfermos eran las ocupaciones que él más apreciaba.

La dificultad de su visión ocular y su delicada salud, no fueron obstáculos para conseguir sus metas. Descanse en paz.

Juan Delgado y Cinta Huguet

TEXT: MILA GARRIDO. VOLUNTARIA.

Una frase llena de sabiduría dice así: “La vida es como el eco. Lo que das, recibes. Lo que siembras, cosechas. La vida siempre te devuelve lo que das.”

Y en lo que concierne a haber acompañado a estas dos entrañables personas que ya no están entre nosotros, tengo que reconocer que he recibido y cosechado infinitamente más de lo que he podido dar. A cambio de prestar mi brazo a Juan para que caminara más seguro o de empujar la silla de ruedas de Cinta cuando hemos salido a pasear a la calle, ellos han llenado mi espíritu de paz y de alegría.

Juan, desde el primer momento que lo conocí, me inspiró una enorme ternura. Su enfermedad mental tratada y su total sordera lo habían convertido en un niño grande y desvalido al que resultaba sencillísimo querer. Desde meses atrás se quejaba día tras día de picor en la espalda. Juan: ¿qué tal, cómo estás hoy? "Así, así. Me pica mucho la espalda" (decía así, este canario grandote).

"El médico me pone crema". "Bueno, verás como en la calle no te das cuenta del picor", le decía yo. Y allá que nos íbamos, a procurar distraerlo. La espalda habrá dejado de martirizarte. Descansa en paz, amigo.

Cinta era una aragonesa menuda y sonriente, cariñosa, dulce. El primer día que la conocí recuerdo que le dije que había pasado unos días en mi pueblo, y ella —con una sonrisa de oreja a oreja— me respondió que también tenía pueblo: Valderrobres, en Teruel. El Alzheimer había hecho ya acto de presencia en ella, y era muy normal que su mente desbarrara, pero no así en lo concerniente al pueblo, del que me dio algunos detalles que pude comprobar. También recordaba intensamente a sus padres: ahora me voy a casa, que me estará esperando mi mamá; o, esto me lo ha regalado mi papá. Yo te regalé un abanico, Cinta, que al minuto siguiente el autor del regalo había sido tu papá. Claro que sí, criatura. Descansa en paz también tú, pequeña Cinta.

No será fácil olvidaros.

Pepita Valls

TEXT: ELISABETH FAURA. VOLUNTÀRIA

Era una señora que tenía 89 años, bien llevados.

Era de Les Corts, catalana de toda la vida.

Había trabajado toda su vida, especialista en coser calzado.

Era muy vital, estaba al día de las noticias, tenía sentido común y sentido del humor. Era presumida y tenía buen gusto al vestir.

Éramos amigas, nos explicábamos nuestras cosas, le gustaba hablar.

Estaba conformada con su vida en la residencia... y allí ha muerto.

Nadie muere del todo mientras haya alguien que la recuerde, y así será: siempre te recordaré Pepita (DEP).

Conxita

TEXT: RITA ARIAS. VOLUNTÀRIA

Sabía que este momento llegaría, pero no esperaba que fuese ni tan pronto ni de esta manera; y quizás por eso, todavía hay días que me pregunto si no será un mal sueño. Pero no, esto es real, y ya no habrá más tardes para pasar contigo, para contarte mil cosas sobre mí, y para oír otras tantas sobre ti.

Durante estos casi cuatro años ha sido un gozo poder acompañarte, aunque sólo fuesen unas horas a la semana. Llegaste a ser alguien importante en mi vida: eras “mi Conxita”; todos mis amigos, familiares y compañeros de trabajo sabían que nuestro día de cita era sagrado, y nadie osaba pedirme algo esa tarde; era “nuestra tarde”.

Es verdad, algunos días me daba pereza salir de casa para ir hasta la residencia, pero al llegar y ver tu sonrisa, desaparecía la pereza y el mal humor que podía llevar acumulado de todo el día.

Nunca te olvidaré; y con tus risas, con tus lágrimas, con tus enfados, con todas esas cosas de tu vida que querías que yo conociese, seguirás presente en mi corazón el resto de mi vida.

Pablo y Sabina

TEXT: TRAMAT DE VIDA DE SANT PACIÀ

Desde que os conocisteis, no podíais estar el uno sin el otro... y por eso os habéis ido juntos. Vuestra separación ha sido corta: el 31 de marzo marchó Pablo, y el 16 de abril Sabina.

Eráis muy diferentes; pero, a pesar de ser como el día y la noche, os complementábais.

Queremos daros las gracias por vuestro testimonio de fidelidad como esposos, entrega y amor como padres y abuelos, y pasión por toda la familia y amigos.

El grupo de tramat de vida Sant Pacià, también se siente orgulloso de haberos conocido, y compartir con nosotras vuestra alegría y sentido festivo de la vida.

Siempre con detalles hacia todas, y con un adiós sonriente y agradecido por haber compartido una tarde festiva, nos decíais “¡hasta el próximo miércoles!”

Este... ya no volverá. Habéis dejado huella en cada una de nosotras.

FELIZ ETERNIDAD.

Florencia Barrera

TEXT: TRAMAT DE VIDA SANT PACIÀ

Florencia: el día 11 de mayo hablé contigo, felicitándote por tus 89 años, y estabas en cuarentena en casa, como siempre agradecida por acordarme de ti y feliz por estar ya en tu casa.

Se te complicó el virus y te has ido silenciosamente.

El grupo de tramat de vida te recordamos por tu sonrisa, prudencia, amabilidad, constante y acogedora con todas, y como una hormiguita trabajadora esforzándote por hacer todo bien.

Poco tiempo has estado con nosotras, pero tu presencia ha dejado huella en todas, y tu ausencia se notará.

Que Dios Padre te haya acogido en sus brazos misericordiosos.

DESCANSA EN PAZ

Pare Julian

TEXT: MONTSE ROVIRA.VOLUNTÀRIA

El pare barnabita Julian Beretta Tarenghi, de 75 anys, el dia 22 de març de 2020, ha traspasat a la casa del Pare, on no hi ha mort i on el goig és etern.

Donem gràcies a Déu.

Escric com a presidenta de l'Associació Sociocultural Sant Antoni Maria Zaccaria, i voldria parlar en nom dels membres de la junta de l'associació, i de tots els voluntaris i voluntàries del menjador social.

He gaudit de la confiança i de l'amistat del pare Julian, ja que era una gran persona en tots els aspectes.

Un seu company, el pare Luis, també italià, em deia que el pare Julian era «un nen gran». A ell no li agradava però crec que sí que ho era, però un nen amb un cor molt gran. Era una persona senzilla i afectuosa, sempre a punt per a demanar perdó. També ha estat un bon sacerdot. La seva fe i la seva vida han estat sempre al servei del regne de Déu.

Degut a aquest servei, estava ple de projectes en els quals creia, encara que, a vegades, no els va poder portar endavant. Per a ell, el més important van ser els pobres i els malalts. Per aquest motiu, el pare Julian, juntament amb sor Amparo, religiosa de l'Amor de Déu, van ser els que van fundar el menjador social de Sant Adrià de Besòs, que va ser un dels seus projectes més personals i importants. A l'octubre vam celebrar els 10 anys de la inauguració però, malauradament, es va haver de tancar a final d'any. Això li va doldre molt.

En el menjador, tothom volia parlar amb ell, tant el voluntariat com les persones que venien a menjar o a dutxar-se. Era una persona molt estimada i molt alegre. Sempre gaudia d'un bon àpat, acompanyat de les persones de la parròquia de Sant Joan Baptista, d'on ell va ser rector i on hi va treballar durant uns llargs 20 anys.

A tota la seva família i amics, que són molts, tant els que estan a Itàlia com els que estan aquí i no han pogut acomiadar-se, els envio una abraçada. A ells i a tots els que el van estimar, els demano una oració.



RECORDEU!!!

- Perceptors de la Pensió No Contributiva, que viu en un habitatge de lloguer: cada any, podeu sol·licitar un Ajut de Lloguer, que consisteix en un cobrament únic anual de 525€.
- Persones amb ingressos baixos: podeu sol·licitar el Bo Social del rebut de l'Aigua.



Poseu-vos en contacte amb el vostre referent social; cal omplir els impresos corresponents, adjuntant la documentació sol·licitada, i presentar-ho en les OAC (Oficines Atenció Ciutadà), o bé en una Oficina del Departament de Treball, Afers Socials i Família.

Bailaba conectándome a Youtube

TEXT: ANTONIA CUBERO.VOLUNTARIA



Yo asistía a clases de baile en línea. Con el confinamiento, se interrumpió esta actividad.

Pero una de las compañeras del taller de baile, que tiene 80 años, pidió alguna iniciativa para poder bailar en casa.

La profesora, al principio, nos enviaba cada semana (a través del whatsapp) una grabación hecha por ella. Y así podíamos seguirla...

Mas adelante creó su canal de Youtube, para que así pudiéramos "entrar en la clase de baile" con más facilidad.

Ha sido muy guapo... el modo como nos ha cuidado; tiene muy buena mano para las personas mayores.

Aplaudir a les 20h

TEXT: FRANCESC VELASCO ESTUDILLO

¿Por qué salía al patio a aplaudir?

El motivo era debido a que consideraba que los sanitarios, doctores, camioneros, farmacéuticos... y muchas personas más arriesgaban su vida por nosotros.

También por los profesionales de nuestras unidades de convivencia de Cáritas, que se han arriesgado desde el principio por darnos apoyo en estos días tan difíciles.

También lo hacía porque sentía que era una gran satisfacción el hecho de pensar que éramos muchos hombres, mujeres, niños y ancianos pensando en lo mismo, a la misma hora.

Mi enhorabuena a los que han superado la enfermedad, y mi más sentido pésame por los fallecidos.



Videotrucades: com si estiguéssim junts!

TEXT: M^a DOLORES

Jo sóc una persona gran, usuària –des de fa anys– de la tauleta del projecte Vincles (Ajuntament Barcelona). I gràcies a aquest “invent”, durant aquests difícils dies de confinament, he pogut seguir connectada amb els companys del projecte.

Però em van suggerir...–i així vaig preguntar-ho al meu “dinamitzador”– si podria instal·lar-me l'aplicació del whatsapp a la tauleta...

I sí: aquest em va orientar i ensenyar i ara ja puc connectar-me a través de videotrucades de whatsapp amb els meus familiars i amics!!!!

És molt emocionant i consolador poder veure'ns i parlar a través de la pantalla, com si estiguéssim “físicament” junts!



Una sociedad que no descarta a los mayores

TEXT: CÁRITAS ESPAÑOLA. MAYO 2020

Estos últimos meses, unas 20 entidades sociales de España (entre las que se encuentra Cáritas) se han unido en una Mesa Estatal, y han reflexionado sobre **el respeto a los derechos de las personas mayores**.

Una de las lecciones más positivas que se ha puesto de manifiesto durante esta crisis es la creciente **sensibilidad social sobre la situación en la que viven las personas mayores** y la necesidad de abordar respuestas y modelos que resuelvan el problema y la crisis de cuidados que tendremos en el futuro, si no ponemos en marcha políticas y acciones adecuadas que refuercen y reorienten las actuales políticas públicas del estado del bienestar. Es la hora de arriar el hombro, de ser constructivos y de proponer entre todos ideas y medidas que puedan ayudar a la reconstrucción del país y el diseño de **un estado del bienestar que no deje a nadie atrás**.

Es necesario asegurar el “acompañamiento”, para evitar la soledad de los mayores.

Hemos confirmado como sociedad la importancia de las **redes comunitarias**. En el caso de los programas de mayores de la confederación de las diversas Cáritas, estas redes han sido tejidas a base de mucho tiempo, conversaciones y vidas compartidas... y son las que están permitiendo sostener, más allá de las obvias necesidades físicas, a las personas mayores que en diferentes contextos se sienten solas. Estas redes son sostenidas igualmente por muchas personas mayores que cada día siguen poniéndose al

servicio, apostando por esa **“sociedad que no descarta” (Papa Francisco)**. Queremos reconocer la importancia de todo el trabajo realizado por los voluntarios y voluntarias desde hace años que hoy permite que los programas se adapten más fácilmente a la realidad del confinamiento.

Nuestra tarea como Cáritas sigue siendo **estar, estar, estar**, como siempre, acercarnos a las personas por teléfono, videoconferencia, cadenas de whatsapp, voluntarios en el rellano... como sea.

Desde Cáritas seguimos apostando por un modelo sociosanitario integral que realmente asegure **una vida y una atención dignas** (física, social, emocional...) a las personas mayores, vivan donde vivan y que reconozca el trabajo de las personas que las cuidan.

Un compromís de futur

TEXT: MOVIMENT PEL BON TRACTE



El bon tracte
ens fa grans
#siguesgran

El dia 15 juny de cada any, es commemora el Dia Mundial de la Presa de Consciència de l'Abús i el Maltractament vers les Persones Grans.

Volem compartir amb tots vosaltres el següent document:

Reflexions sobre el bon tracte a la gent gran durant la COVID-19

Elaborat per la Dra. M^a Jesús Goikoetxea i el Dr. Javier Yanguas.

«La igualtat és una necessitat vital de l'ànima humana. La mateixa quantitat de respecte i d'atenció es deu a tot ésser humà, perquè el respecte no té graus.»

Simone Weil

Aquest 2020, després de la crisi viscuda, és moment de nou de reflexionar i de tenir en compte, com a societat, **el tracte i el paper que hem assignat a la gent gran en aquesta pandèmia.**

Així, cal destacar:

- **El tracte homogeneïtzador i la infantilització** dels discursos, que han derivat en un tracte desigual del dret a la llibertat. Si hi ha res que defineixi el col·lectiu de la gent gran és la variabilitat interindividual, que hem esborrat.
- **L'aïllament social**, que ha entorpit greument l'atenció a les necessitats bàsiques i emocionals, especialment de les persones que viuen soles, les que pateixen solitud i les que necessiten ajuda.
- **Aquest aïllament té conseqüències psicològiques negatives**, però, en el cas d'algunes de les persones més vulnerables,

com les que presenten demències i altres trastorns neurocognitius, l'augment del sofriment emocional es pot traduir en alteracions conductuals molt difícils de gestionar i revertir.

- La **manca de suport a les persones grans que en necessiten** ha generat situacions de sobrecàrrega i estrès afegit a la tensió que ja patia l'extens col·lectiu de cuidadors, que no hauríem d'haver deixat mai sols.

Cal comprometre'ns amb el bon tracte, en **comunitats de persones interdependents.**

La crisi sanitària ens deixa alguns **aprenentatges que ens han d'acompanyar** en la reflexió com a societat:

- **Totes les persones som vulnerables** i, per tant, dependents les unes de les altres. En conseqüència, l'autosuficiència és pur miratge, ja que la nostra autonomia sempre és interdependent.
- **Quan augmenta la fragilitat, no disminueix la dignitat**, cosa que vol dir que mereixem que ens tractin bé, amb una atenció sol·lícita que beneficia a qui la rep i també a qui la procura.
- **El nostre benestar futur depèn del nostre compromís** i la nostra responsabilitat individual en el col·lectiu, perquè, si els altres «emmalalteixen» o són «mal tractats», emmalaltim i ens deshumanitzem tots.
- **L'aïllament social imposat i la solitud no desitjada no són innocus.** Els coneixements dels experts són, per descomptat, imprescindibles, però també el fet de compartir l'afecte, l'empatia, la compassió i el suport mutu.
- **Hi ha moltes coses que hem de millorar en el bon tracte i el respecte** dels drets de les persones grans. No pot ser que

un virus edatista (el SARS-CoV-2 o qualsevol altre) encomani també a la nostra societat un edatisme aparentment superat.

- **La crisi sanitària ha posat de manifest que podem morir en qualsevol moment i que no és el mateix morir** bé que malament, aïllats o acompanyats, perquè morir sempre és «morir amb», com viure sempre és «viure amb».

· **L'acompanyament en simetria moral**, sense domini ni abandonament, és imprescindible per al bon tracte. Hem d'acompanyar les persones perquè reprenquin el control de la seva vida post-COVID responsablement, aprenent a viure en situacions de vulnerabilitat i millorant la gestió de les emocions i les pèrdues.

· **El confinament reeixit de les persones grans** ens ensenya una lliçó: el valor de les fortaleces personals en la vellesa i la transcendència dels «recursos personals» per afrontar situacions de fragilitat i vulnerabilitat. Les persones grans que han suportat millor aquesta situació es caracteritzen per un patró clar: són persones optimistes, agraïdes, amb recursos personals als quals recorren davant la indefensió, amb flexibilitat per canviar de rols, i amb capacitat per ser cuidadores i per deixar-se cuidar. Disposen d'una xarxa social a la qual se senten vinculades i compromeses, i a la qual han continuat aportant des del confinament.

· **L'acompanyament torna a ser central.** Hem d'acompanyar les persones facilitant-los la gestió de la vida post COVID: aprendre a viure en situacions de vulnerabilitat, millorar la gestió de les emocions i les pèrdues, boicotejar la por, reprendre el control de la nostra vida.

Festes de Nadal 2019

TEXT: REDACCIÓ



El “tramata” s’aconsegueix entreteixint un conjunt de fils, sovint de diferents colors, i el resultat és un bonic teixit.

Així també els grups de persones grans, formats per diferents “vides”, s’entretexeixen i formen un bonic “tramata de vida”.

A cada Arxiprestat, els diferents grups parroquials dels grups de tramata de vida s’han trobat per celebrar la VIDA, per celebrar NADAL!!!

Almeda: Sant Jordi 2020

TEXT: LES PRINCESSES D’ALMEDA

Aquest any, el nostre Cavaller Sant Jordi és molt especial: li ha costat vèncer el drac dos mesos de lluita. Ha lluitat amb una espasa també especial, una espasa feta de paciència i amor. Aquest any la rosa no ha brollat de la sang del drac sinó de les mans del nostre cavaller; ha resultat una rosa bonica i entranyable que avui guarneix el nostre despatx.

Estem enamorades i avui és el nostre dia, enamorades de la nostra vocació de servei a les persones grans, enamorades de la vida... malgrat el drac Coronavirus ens la vulgui prendre.

Celebrem la vida a l’Almeda, celebrem els vincles amb les persones que aquí vivim. Vencem els dracs que ens volen envair, els vencem junts i junts celebrem la victòria. Els hem celebrat amb unes roses dolces, per endolcir els moments una mica agredolços que vivim. Hem guarnit i hem posat llum a les fosques amb la senyera de casa nostra. També, com en tota celebració, hi ha hagut tiberi; però l’hem ha-



gut de menjar sols, cadascú a casa seva, però sabent que el veí també menjava i celebrava amb mi. Ha estat un èxit la nostra parade-ta d’intercanvi de llibres: d’un en un, els residents d’Almeda s’anaven acostant per agafar o intercanviar llibres.

Finalment tots plegats ens donem les gràcies per la celebració, i el nostre Cavaller s’apunta en un paper que les princeses no li han fet un petó, però que li faran quan passi la pandèmia.

Tramat de vida de Sant Pacià

TEXT: JOSEFINA VAZQUEZ

Saludo a mis compañeras y trabajadoras sociales que nos acompañan desde Cáritas.

Cuando mi marido murió hace 28 meses, me quedé muy triste y perdida. Pasé de estar todo el día a su lado, haciendo todo lo que podía para hacerle más llevadera su enfermedad... a estar sola.

Al encontrarme sin nada que hacer, para mí cambió todo. Me ayudaron mucho a superarlo mis hijos y nietos, que nunca me dejaron sola. También tuve, la ayuda de la trabajadora social del CAP Meridiana-Sant Andreu: sus consejos y los libros que me recomendó para leer me fueron bien.

Un día encontré a una vecina y me habló del TRAMAT de VIDA; me dijo: “puedes ir, y si no te gusta, no es obligación volver”.

Yo creo que fue para mí como un ángel que guió mi camino, (ella hizo honor a su nombre Ángeles, GRACIAS).

Empecé el día 6 de marzo de 2019: era el día que el grupo celebraba el CARNAVAL. Todas me acogieron con mucho cariño y respeto. Una compañera –Rosa– me regaló un antifaz que había hecho ella, y pude participar en la fotografía del grupo, como todas.

Aquí hacemos trabajos manuales, sopas de letras, pintamos, cantamos, nos movemos al son de la música, hacemos gimnasia apropiada a nuestras edades, y sobre todo reímos mucho. Celebramos las fiestas tradicionales de Catalunya, y en todos los cumpleaños tenemos merienda.

La hermana M^a del Carmen nos dirige, corrige, y nos enseña con mucho cariño lo que tenemos que hacer, y Carmen Martínez le ayuda en lo que puede. Tienen mucho trabajo preparando siempre nuevas ideas para hacer en el encuentro.

Yo estoy muy contenta y feliz de pertenecer a este grupo, y os doy las gracias a todas porque, por vosotras, todos los miércoles son fiesta para mí, y me siento muy gozosa en vuestra compañía.

GRACIAS también a CÀRITAS y a nuestras trabajadoras sociales: Myriam, Belén, etc. por el bien que hacen a las personas que lo necesitamos.

Me gustó mucho su presencia en la fiesta de la castañada y en la merienda de Navidad. GRACIAS.



Projecte QuanKedem. **Escola López Vicuña**

TEXT: RESIDENTS DE LA RESIDÈNCIA ASSISTIDA DE GENT GRAN

Carta d'agraïment de les persones grans de la **Residència Assistida de Gent Gran** als joves voluntaris del **Projecte QuanKedem, –Escola López Vicuña–**

que els visitaven aquest curs.

Estimats joves voluntaris:

Ens alegrem molt que us recordeu de nosaltres. Us ho agraïm de tot cor!

Tant de bo les coses haguessin anat diferent i encara poguéssim compartir aquells bons moments que passàvem plegats...

Ens quedem, sens dubte, amb el sentiment positiu de gaudir de la vostra companyia.

Recordem, per exemple el joc de preguntes: que si havíem recollit olives o si havíem treballat a l'hostaleria... Ho vam passar genial!

Reunits tots els residents, hem decidit que, per la part que ens pertoca, us mereixeu la millor nota acadèmica possible. En la mesura del possible, farem pressió als vostres mestres...

No oblideu les coses apreses amb nosaltres, el que us hem ensenyat:

- Estudieu molt!
- Tingueu compte amb les coses importants de la vida!
- Tingueu les coses clares! “Las cosas claras y el chocolate espeso”
- ...i apreneu a estimar!

Això últim (estimar) pensem que ho feu molt bé. Ens hem sentit molt estimats per vosaltres!!!

En definitiva, salutacions, i us esperem amb els braços oberts,

Domingo, Llorenç, Àngels, Rosario, Manuela, Jesús, Pablo, Isabel, Isaac, Dolors, Juan, Visi, Agustí, Divi, Nati, Neus, Lola, Teo, Carme, Rosa, Carmina i M^o Antonia i Encarna.

P.D. Sou molt macos!



Projecte QuanKedem. **Escola Maristes Sants-Les Corts**

TEXT: SILVIA ALMAZÁN I MARINA DOMÍNGUEZ

Projecte QuanKedem. Joves voluntàries de l'Escola Maristes Sants-Les Corts a la Residència Josep Miracle

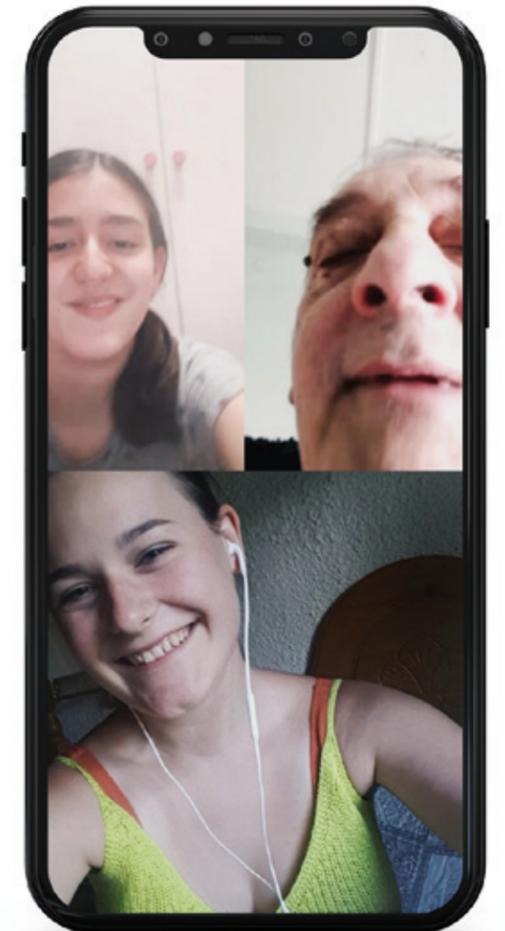
L'experiència del voluntariat amb una persona gran ens ha agradat moltíssim i n'hem après molt. No esperàvem arribar a aconseguir tanta confiança amb una persona d'una generació totalment diferent, i menys en només sis mesos; però la veritat és que, en poc temps, ja semblava que ens coneguéssim de sempre.

Compartíem experiències, somriures, preocupacions; intentàvem animar-la al màxim, i que aquella petita estona de la setmana que hi anàvem li fes oblidar els seus problemes i només pensés en riure i gaudir.

També ha ajudat el fet de que als tres ens encanta la música: l'Alberto va ser músic, i va anar a Eurovisió; és a dir, que tenia moltes coses a explicar-nos, i nosaltres, el que havíem de fer era, només, escoltar-lo.

En general, creiem que el millor d'aquesta experiència és la relació tan estreta que hem establert amb l'Alberto, que feia que anar-lo a veure no fos una càrrega o una preocupació, sinó que hi anéssim de gust, i més sabent que ajudaves una persona.

Recomanem aquest voluntariat –per suposat!–, perquè és una experiència molt bonica.



Visita a una granja

TEXT: RESIDENTS UNITATS DE CONVIVÈNCIA

ANA BARLÉS

Participar en la excursión fue para mí una vuelta a la infancia y a la adolescencia. En ese momento sentí mucha nostalgia, pena y alegría a la vez, debido al recuerdo que producía en mí el vivir ese momento. Me acordaba de los tiempos en los que estaba con toda mi familia unida: padres, hermanos y familiares, que venían a pasar las fiestas a casa.

Aquellos fueron los momentos más bonitos de mi vida, y recordarlos hizo que se me saltaran las lágrimas. Fue una salida muy breve pero muy intensa y bonita.

JUAN MUÑOZ

La visita a la granja para mí fue un placer, por ver a los animales en su ambiente. Como el cabrito, los corderos, el cerdo asiático y los demás animales. Fue una visita maravillosa.

MANUEL OSUNA

Me gustó mucho por ver a los animales, y porque era un sitio que me pareció muy bonito. Quiero repetir esa excursión porque es la que de momento me ha gustado más.

VICTORIA EXPÓSITO

Va ser una experiència maca, i em va agradar molt perquè estava envoltada de natura i els animallets eren molt petits i macos. Em va recordar els meus anys de jove, quan jo treballava al camp del Maresme, i també a les granges dels pagesos. Trobo que és un lloc maco on anar, i tot va fer que l'experiència fos agradable.

ABDESLAM AKARAOUCH

Me gustó mucho la excursión a la granja. Poder disfrutar de estar en la montaña, ver a los animales y poder darles de comer. Estuvo muy bien poder salir, para despejar la cabeza y no quedarse encerrado todo el día en el piso.



Mi ventana

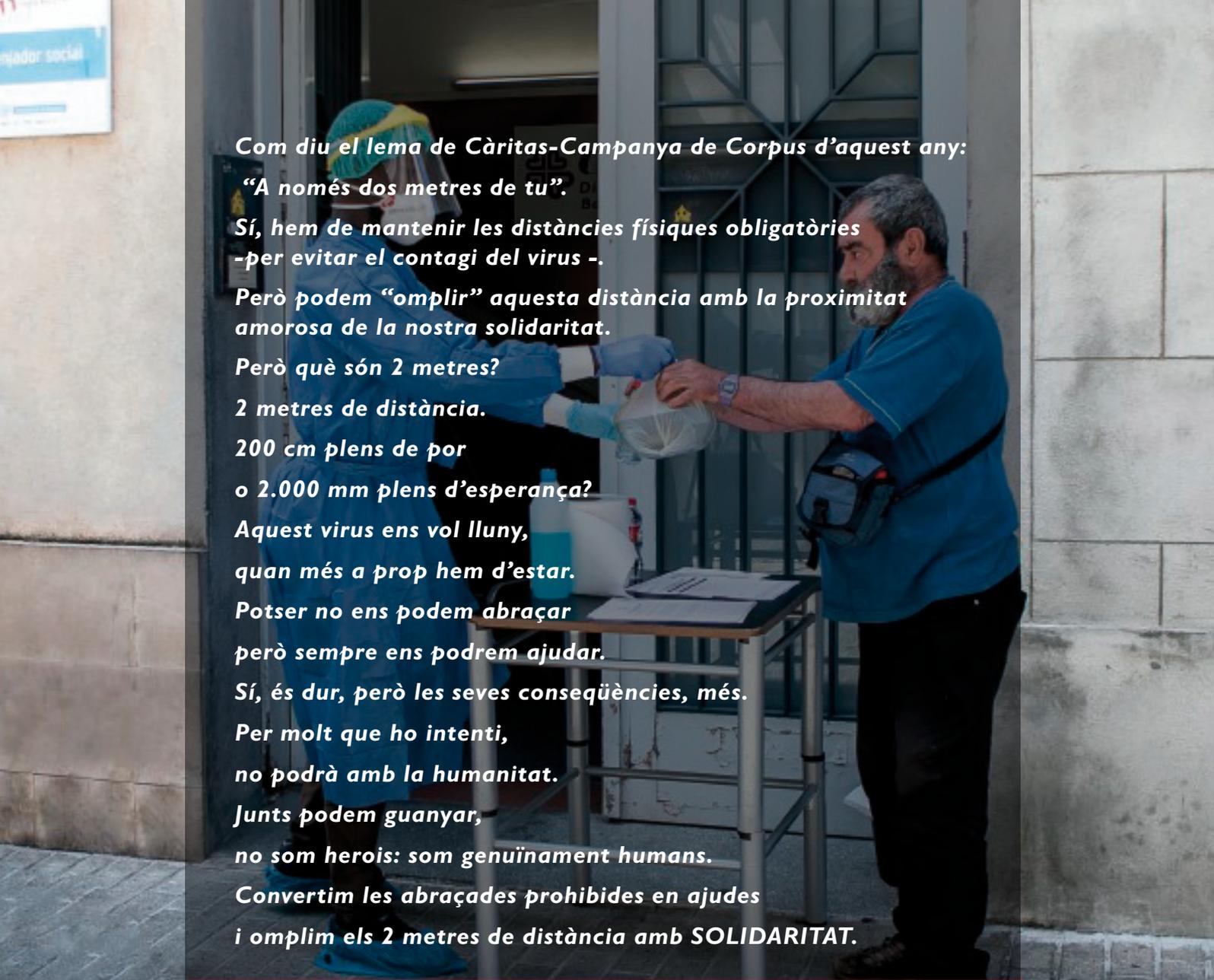
TEXT: LAURA CAMPS DIAZ



¡Oh! ¡Ventana de mis amores!
Donde se posan colores,
Donde los pájaros trinan,
¡Se percibe olor a flores!

Esa rama de aquel árbol,
Con sus abanicos, mueves
Y mojas los corazones
De enamorados seres.

¡Tú, que me das la luz!
Y que me enseñas la luna...
Oh ventana de mi musa
¡Te adoro como a ninguna!



*Com diu el lema de Càritas-Campanya de Corpus d'aquest any:
"A només dos metres de tu".*

*Sí, hem de mantenir les distàncies físiques obligatòries
-per evitar el contagi del virus -.*

*Però podem "omplir" aquesta distància amb la proximitat
amorosa de la nostra solidaritat.*

Però què són 2 metres?

2 metres de distància.

*200 cm plens de por
o 2.000 mm plens d'esperança?*

*Aquest virus ens vol lluny,
quan més a prop hem d'estar.*

*Potser no ens podem abraçar
però sempre ens podem ajudar.*

Sí, és dur, però les seves conseqüències, més.

*Per molt que ho intenti,
no podrà amb la humanitat.*

*Junts podem guanyar,
no som herois: som genuïnament humans.*

*Convertim les abraçades prohibides en ajudes
i omplim els 2 metres de distància amb SOLIDARITAT.*

A NOMÉS DOS METRES DE TU

La crisi del Coronavirus ha triplicat les necessitats socials. Tot i les distàncies, ens necessiten més a prop que mai.

**COL-LABORA
CADA GEST COMPTA**