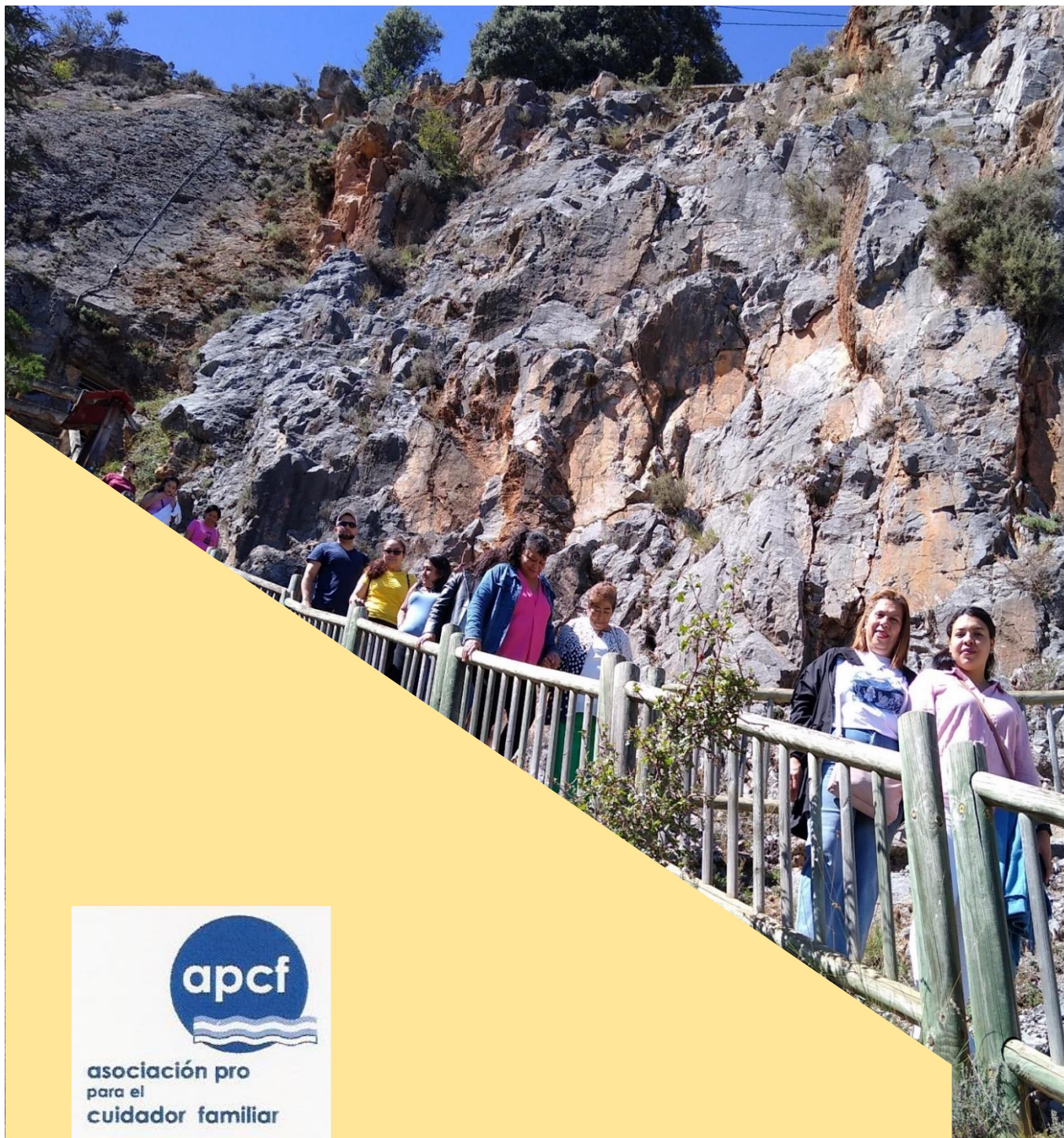


Txostena urte 2023



asociación pro
para el
cuidador familiar

Asociación Pro para el Cuidador Familiar

Gure Taldea



LENDAKARI

Milagros Tejedor González



iDAZKARIA

Luis Paisán Grisolia



DIRUZAINA

Nicolas Pérez Rincón



BATZODEKIDEA

Juan Isturiz Marquina



BATZDEKIDEA

Juan María Pardavila Herrero

CLAGINTZILEAK eta KIDEAK



Presidentearen Gutuna

Gure Elkarte duela urte asko sortu zen, familiako zaintzaileak, soldatapekoak izan ala ez, profesionalki prestatzeko eta merezi duten atsedena emateko. Garai hartan, lanbide hori ia ezezaguna zen, guztia senideen ekarpenari eta laguntzari esker funtzionatzen zuelako; izan ere, ehuneko handi batean emakumeak ziren. Ordaindu gabeko familia-zaintzaileak ziren.

Gaur egun, esan dezakegu hori aldatu egin dela, eta soldatapeko familia-zaintzailearen lanbidea errealitate eta premia larria dela, dauden zifretan oinarrituta. Gure herrialdean 2,3 milioi pertsonak dute mendekotasuna, gutxi gorabehera, eta zaintzaile baten laguntza behar dute ohiko zereginetarako. Zaintzaileek ordu asko ematen dituztenez zaintzen duten pertsonarekin, bakarrik sentitzeko eta bakardadeak harrapatuta egoteko arriskua dute, beren buruaz ahazten baitira zaindua zaintzeagatik.

Horregatik, Elkartean tailerrak, ikastaroak, saioak eta entzute pertsonalizatua ematen ditugu, zaintzailea trebatu eta indartzeko, eguneroko zereginei aurre eginez atsedean hartzen, lagunak egiten eta kalitatezko bizitza profesionala eta soziala lortzen jakin dezaten.

Gure erronka, ZAINZAILE zoriontsu eta bere lanbidez maiteminduta dagoena laguntzea eta prestatzea, ahulenei asko laguntzen dielako..... gure adinekoei.

Gure xedeak

Profesionaltasuna

Profesional ezagunak egin zaintzen jardun nahi duten pertsonak, geriatriako mintegien eta tailer jarraituen bidez.

Familiari laguntzea

Familiekin harremanetan egoten saiatzen gara, adinekoak etxebizitzan dituen beharrak arintzeko, asko baitira, eta gehienek etxean jarraitzea dute lehentasun.

Zaintzailea eta haren atsedena zaintzea

Prestakuntza eguneratua duten familia-zaintzaileak izatea pozgarria da familientzat eta zaintzaileentzat beraientzat. Horregatik, APCFn haien kualifikazioari jarraitzen diogu, eta haien legezketasuna eta beharrezko atsedena babesten dugu.

Zaintzailearen balioa eta autoestimua sustatzea

Garrantzitsua da zaintzaileei segurtasuna eta konfiantza helaraztea, haien autoestimua haien eraginkortasun profesionalean eta pertsonarekiko arduran lagungarri izan dadin



Ikastaroak

Martxoan amaitu genuen prestakuntza integraleko ikastaroa. Hona hemen eman zen ikastaroaren xehetasunak:

- **Gizakiaren antropologia XXI. mendean.**
- **Atzerritartasunari buruzko araudia: eskubideak eta betebeharrak.**
- **Espainia eta Europa inguruko geografia.**
- **Moduak, modak eta jokamoldeak: gure ingurunera egokitzea, gure zibilizazioa eta kultura ezagutzuz.**
- **Adinekoaren bizi-kalitatea hobetzeko teknologiak.**

Sei hilabeteko iraupena izan zuen.

Parte-hartzaileak: 30 pertsona

Prestakuntza-ikastaro honek hainbesteko harrera izan zuen, ezen berrargitaratu dugu, aldakuntzekin.



FORMACIÓN INTEGRAL

**CURSO PARA CUIDADORES
FAMILIARES O ASALARIADOS**

Lunes, miércoles y jueves, de 16:30 - 18:00

- Antropología de la persona humana en el siglo XXI.
- Normativa sobre extranjería: derechos y deberes.
- Geografía del entorno de España y Europa.
- Modos, modas y modales: adaptación a nuestro entorno con conocimiento de nuestra civilización y cultura.
- Tecnologías para mejorar la calidad de vida del mayor.

Horregatik, prestakuntza integrala ematen jarraitzen dugu.

Aurtengo gaiak liburuxkan islatzen dira.

Lugar: Paseo de los Fueros, 5 bajo dcha San Sebastián

943245334/688651450/688651470

fitxak@hotmail.com

Plazas limitadas

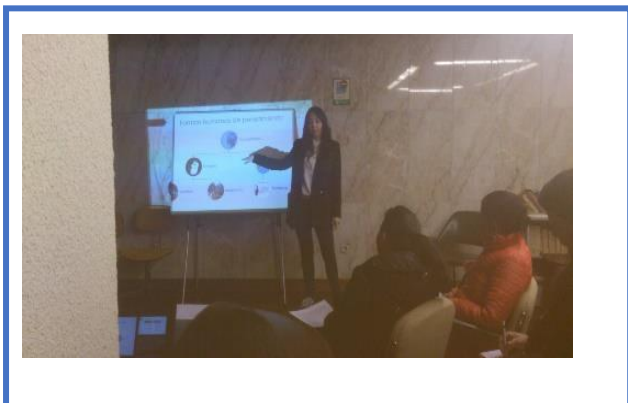
Hileroko Tailerak

Hilean behingo prestakuntza-hitzaldiek gai ugari dituzte, askotan bertaratutakoek eskatuta, kezka eragiten dieten eta hobetu nahi dituzten gaiengatik

Urte honetan, besteak beste, honako gai hauei buruz hitz egin dugu: ZAINZAILEAREN lanaren antolaketa, irakurketaren garrantzia, denboraren aprobetxamendua eta lanaren eraginkortasuna, profesional ona izatearen garrantzia, lana eta familia-bizitza uztartzea. Gainera, finantza-prestakuntza emateaz arduratu gara, eta, horretarako, CaixaBankeko zuzendari batzuekin jarri gara harremanetan, eskuzabaltasunez eman baitiete prestakuntza hori

Hileroko tailerretan, bereziki zaintzen ditugu, era desberdinetako ezagutzak dituzten pertsonak gonbidatuz, zaintzaileen ezagutzak areagotzeko

*Jende asko joaten da beti, jendeak aukera eta aniztasuna baloratzen baititu.
Bitarteko digitalen bidez deitzen ditugu.
232 pertsona bertaratu ziren*



Asteko Tailerak

Astean behin egiten dira. Beti dugu laguntza handia, eta metodologia aldatuz goaz, orain oso parte-hartzaileak gara eta aberasgarriagoa da. Abuztuan soilik eteten den tailerra izanik, 330 pertsona inguru bertaratzera iritsi gara urtean zehar



Sukaldaritza Tailerrak

Beti pentsatzen dugu guregana hurbiltzen diren pertsonek ahalik eta prestakuntza osoena jaso ahal izatea. Horregatik, bere garaian sukaldaritzako ikastaroekin hasi ginen, oso beharrezkoak eta praktikoak baitira etxean ahalik eta hobekien artatu ahal izateko.

Ikastaro honetan zazpi bat sukaldaritza saio eman ditugu Kresala Elkartearen, menu osoekin. Dietetika-saio bat ere ematen zaie, eguneroko menuak egiten laguntzeko. Zaintzaile asko joaten dira, eta amaitzean, Elkartearen bertan dastatzen dituzte platerak.

Parte-hartzaile kopurua 143 zaintzailekoa da gutxi gorabehera



Laguntza pertsonalizatua

Arreta pertsonalizatua zaintzailearen prestakuntzaren zati garrantzitsua da. Elkartearen denbora asko ematen dugu astean bi egunetan entzuten, hamaika hilabetez. Nahi duen zaintzaile bakoitzari arreta ematen diogu, eta lan horren bidez, emigratzaile gehienak gure ingurunera egokitzea lortzen dira.



Boluntariotza

Gure boluntariotza nabarmen aldatu da, baina bizirik jarraitzen du, desberdin egiten dugu, eta ez itzaltzen ahalegintzen gara, kostata bada ere.

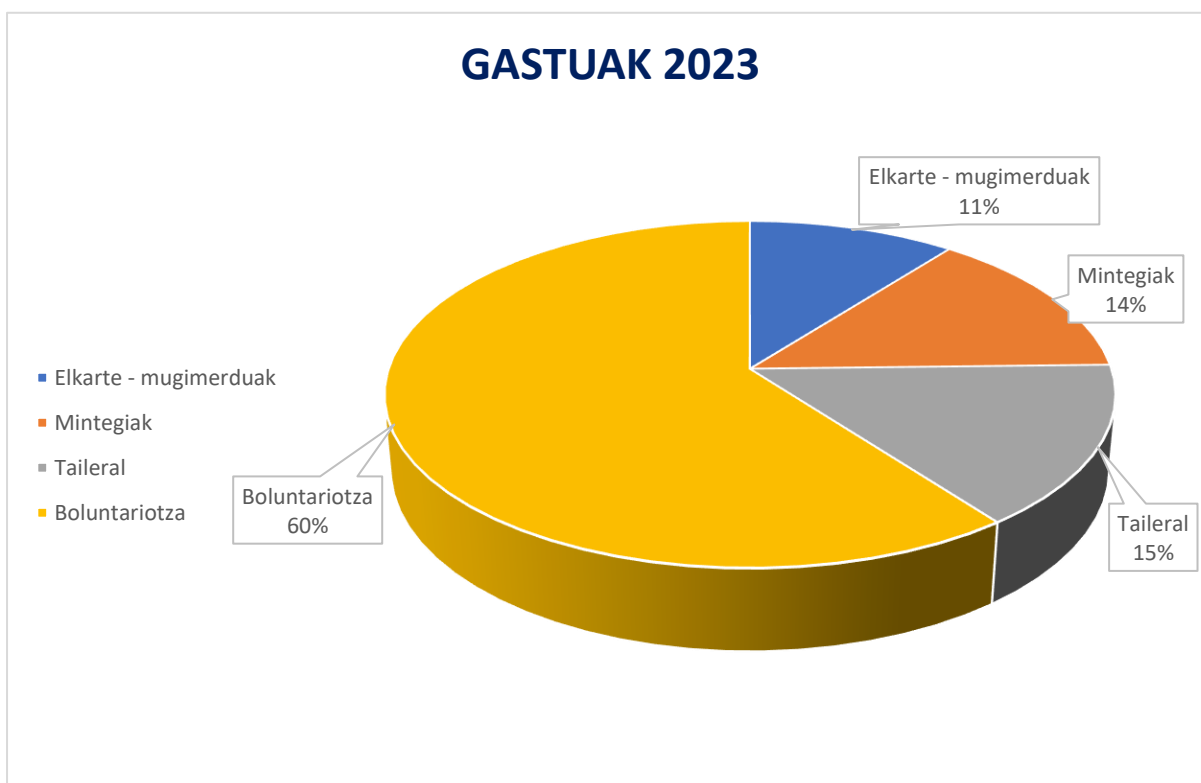
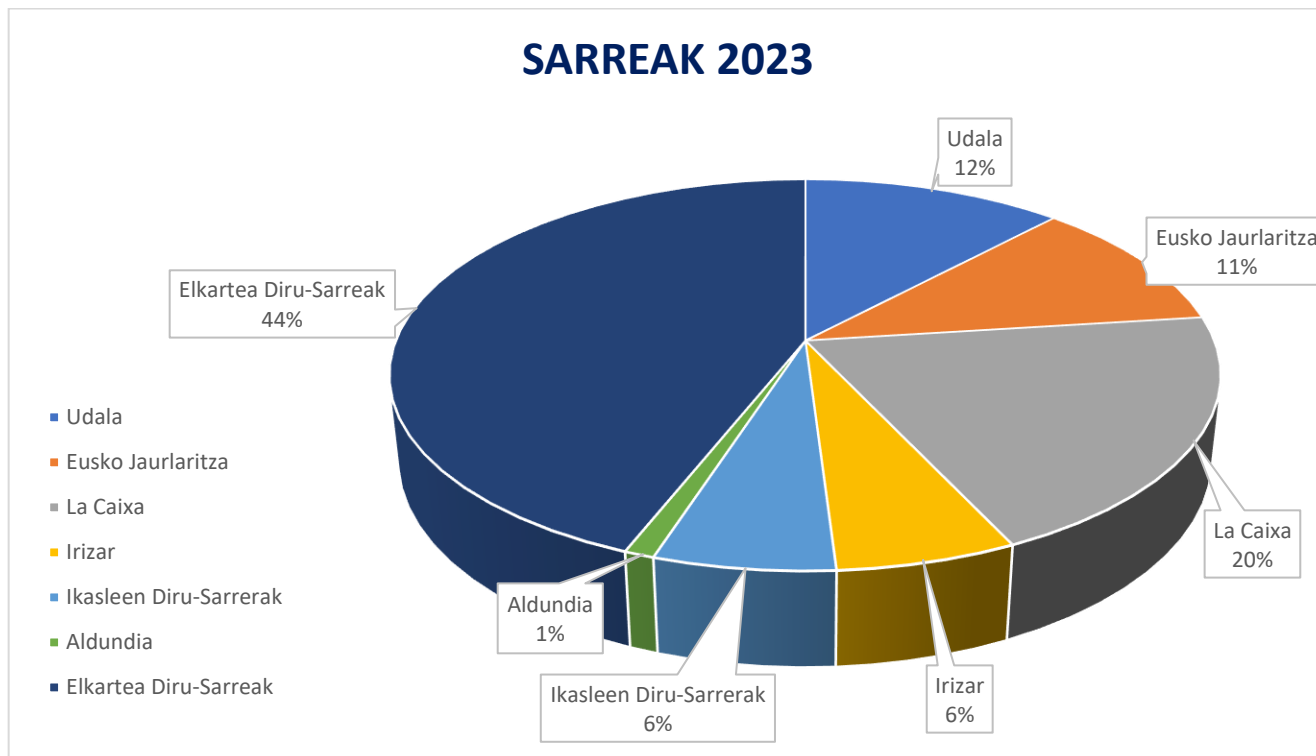
"COVID" -ak banandu egin gintuen eta gure egoitzetan mugatu egin gintuen. Horregatik, gure burua berrasmatu dugu eta guregana hurbiltzen diren edo ezagunen bidez iristen zaizkigun bakarrik dauden adinekoak artatzen ditugu. Paseoak, lagunartea, solasaldiak egiten ditugu beren etxeetan, arreta pertsonalatuagoa, adiskidetasunean amaitzen dena, hori bai boluntario kopurua murriztu egin da eta artatutako pertsonak ere bai. Zifra horiek gainditzeko lan egiten dugu, baina pozik gaude pertsonaz pertsona tratatzeagatik. Espero dugu eragozpenak desagertzea eta gure irrikan haztea.

Ekitaldi batzuk

- Udaberriko kafe tertulia Eceiza kafetegian.
- Zaintzailearen atsedeen-eguna ospatzen dugu, Logroñorako txangoa antolatuz.
- Mintegiaren ondoren, Sumisan Ortopedia bisitatu zen, zaintzaileei mendekotasuna duten pertsonak zaintzen laguntzen duten aparatu guztien funtzionamendua irakasteko.
- Online saioa Matia Fundazioaren eskutik
- Gabonen ospakizuna



Diru-sarrereren eta gastuen banaketa 2022



Gure Laguntzileak



Gipuzkoako Foru Aldundia
Gizarte Politikako Departamentua
Departamento de Política Social



