

## Aukeragune



Partaidetza eta  
gizarte ehuna



Errespetua eta  
inklusioa



Herritarren  
partaidetza eta  
enplegua



Gizarte eta  
osasun  
zerbitzuak

## Aukeragune. Adinekoen bakardadeari aurre egitea helburu duen eguneko arretako eta parte hartze komunitarioko zentroa

Ongizate biopsikosoziala murriztu egiten da hauskortasun sozialerako arriskuan dauden edo mendetasun maila moderatua duten adinekoen artean, prebentziozko jarduerarik ezagatik. Hori ikusita, Bilboko Udalak Aukeragune jarri zuen martxan, parte hartzea eta inklusioa sustatzen dituen eguneko arretarako zerbitzua, udalerriko adinekoen bakardadeari aurre egiteko. Zerbitzua partaidetzari eta aldaketari irekita dago; hau da, pertsonen bilakaeraren arabera aldatzen da eta pertsonen beharretara egokitzen ditu bere dinamika eta jarduera.

Zerbitzuak askotariko pertsonak artatzen ditu, eta, zehazki, Otxarkoaga, Txurdinaga, Santutxu, Begoña, Bolueta, Uribarri eta Zurbaran auzoetako 80 erabiltzaileri arreta emateko diseinatuta dago. Adineko erabiltzaileek —batez ere, Otxarkoagakoek— baliabide horretara jo eta intentsitate desberdinetako laguntza jasotzen dute egunean zehar, euren arreta behar espezifikoaren arabera. Zentroak ikuspegi komunitario batez garatzen ditu bere jarduerak; hortaz, auzoan dauden sareen babesa jasotzen du eta haiekin elkarlanean jarduten du.

Aukeragunek elkarrekin konektatutako 3 programa ditu bere xedeak gauzatzeko, eta banakako, taldekako eta komunitateko esku hartzea konbinatzen dute:

1- Hauskortasun sozialeko egoeran dauden pertsonak detektatzeko eta haien jarraipena egiteko programa: Begirada Aktibo Berria (BAB).

Eragin zuzeneko auzoetako elkarte ehunarekin eta oinarritzko unitateekin batera egiten da, balizko erabiltzaileak identifikatzeko.

2- Hauskortasun sozialeko egoeran dauden pertsonekin esku hartzeko programa.

- Hauskortasun sozialaren balorazioa egiten da, tresna estandarizatuen bidez, proposatutako pertsonen profilak zehazteko (intentsitate handia, ertaina edo txikia) eta esku hartzearen ibilbideak abian jartzeko, ezarritako helburuei erantzute aldera. Ekintza/jarduera hauek egiten dira, arloaren arabera:
- Arlo funtzionala: MUGIADIN – Jarduera fisikoa eta psikomotrizitatea.

- Arlo kognitiboa: MEMENTIA – Oroimenaren entrenamendua (IKT espazioa) eta musikoterapia kognitiboa.
- Harremanen arloa: Txokofruti – Harreman sareak sortzeko gunea.
- Arlo emozionala: mindfulnessa, barreterapia eta musikoterapia emozionala.

3- Parte hartze komunitarioa sustatzeko programa.

Auzoko sareekin elkarlanean egindako programek osatzen dute esku hartzea. Zetroak lotura du ingurunearekin, auzoko bizitzarekin, eta beste talde batzuekiko harremanak sustatzen ditu, hala nola adingabe, desgaitu eta emakume taldeekin:

- Belaunaldien arteko jarduera adingabeen talde batekin, TENDELeKin elkarlanean.
- Emakumeen batukada, EISE emakume taldearekin elkarlanean.
- Belaunaldien arteko hiri baratzea, EISerekin elkarlanean.
- Bizitegi Locura Feliz irratia, BIZITEGIrekin elkarlanean.
- Kakorratz taldea, BIZITEGIrekin elkarlanean.

## 1. Erakunde sustatzaileak

Bilboko Udala. Gizarte Ekintza Saila. Aurrerantz S. Coop. de Iniciativa Social (SSI TALDEA), BBK Fundazioak lagatako lokalean.

## 2. Erakunde mota

Publikoa eta pribatua.

## 3. Xede taldea

Mendetasun eta hauskortasun arriskuan, mendetasun egoera moderatuan edo bakardade egoeran edo arriskuan dauden 65 urtetik gorako pertsonak, baldin eta haien ongizate biopsikosoziala murrizteko arriskua badago, prebentziosko jarduerarik ezagatik. Pertsona horiek bakarrik bizi ohi dira, baina laguntza formal zein informalak izaten dituzte etxean bizitzen jarraitzeko.

## 4. Lurralde eremua

Bilbo (Bizkaia).

## 5. Egoera

Ezartzeko fasean.

## 6. Etiketak

Eguneko arreta zentroa. Parte hartze komunitarioa. Inklusioa. Mendetasuna. Hauskortasuna. Bakardadea. Isolamendua. Prebentziosko jarduera. Adinekoak. Ongizate biopsikosoziala.

## 7. Helburuak

Helburu orokorra:

Mendetasun eta hauskortasun arriskuan edo 1. mailako mendetasun egoeran dauden adinekoen autonomia maila hobetzen edo mantentzen laguntzea, eta pertsona horien narriadura eta isolamendu zein bakardade egoerak prebenitzea, loturak sortuz eta komunitatearekin birkonektatuz.

Berariazko helburuak:

- Arlo funtzionala: adinekoen funtzionaltasuna mantentzea eta/edo hobetzea, eta ohitura osasungarriak sortzea zahartzeari lotutako narriadura funtzionala prebenitzeko.
- Arlo kognitiboa: gaitasun kognitiboak mantentzea eta/edo hobetzea, adinekoak estimulazio jardueretan ohitzera bultzatuz.
- Bakardade/Harreman arloa: beste pertsona batzuekiko eta ingurunearekiko kontaktua mantentzea eta/edo handitzea, harremanak lantzeko ohitura osasungarriak sortzea eta parte hartzaileen arteko elkarlaguntza harremanak sendotzea.
- Arlo emozionala: adinekoen autozainketa eta gaitasun sozioemozionalen garapena sustatzea, beren ongizate pertsonalerako baliabideak aurkitzea eta eguneroko bizitzako jarduerak egitea errazteko.
- Parte hartze komunitarioa: loturak eta sareak sortzea pertsonaren ohiko bizitzaren ingurunean, askotariko laguntzak sortzeko eta komunitate lagunkoia eraikitzeko edo sendotzeko.

## 8. Metodologia

Hauxe da laneko metodologia:

- Erabiltzaile potentzialak deribatzea. Kanal anitzeko sistema baten bidez egiten da; auzoko hainbat baliabidek hauskortasun sozialeko egoeran dauden pertsonak erakartzen laguntzen dute. Gizarte eta osasun zerbitzuek, Begirada Aktiboa programak eta auzoko zenbait taldek hartzen dute parte. Bada beste deribazio kanal garrantzitsu bat: pertsona bere kabuz joatea, zerbitzuaren berri «ahoz aho» jakin ostean.
- Harrera eta hasierako elkarrizketa. Erabiltzaileei eta, dagokionean, familiei harrera egiten zaie, eta prestazioei eta funtzionamenduari buruzko informazioa eta orientazioa ematen zaizkie. Aurrez aurre egiten da.
- Diagnostikoa. Pertsonaren balorazio indibidualizatua egiten da, arlo fisiko, funtzional, kognitibo eta emozionala aintzat hartuta, arreta indibidualizatuko plana (AIPa) egiteko. AIPa aldizka berrikusiko da.
- Etengabeko arreta osoa eta jarraipena. Erabiltzaileak etengabeko arreta osoa jasoko du, baita bere egoeraren gaineko jarraipena ere. Pertsona bakoitzak zentroan duen ibilbidean zehar egoera desberdinak sortu ahal izango dira, eta horien arabera egokituko dira AIPa zein dagozkion jarduketak:

- Esku hartze psikosoziala. Zentroko erabiltzaileekin taldeka esku hartzean datza. Taldeak osatzean, erabiltzaileen ezaugarriak hartzen dira kontuan, jarduerak ezaugarri horietara egokitzeko.
  - Dinamizazio soziala. Taldean egiten diren jolas programa eta jarduerak dira, eta erabiltzaileen autonomia zein elkarren arteko harreman sozialak sustatzea dute helburu.
  - Esku hartze komunitarioa. Hainbat ekintza egiten dira ingurunekeo baliabide komunitarioekin elkarlanean, pertsonarekiko esku hartzea osoa, koordinatua, elkarlanekoa eta zeharkakoa izan dadin.
- Laguntza. Erabiltzaileei laguntza individualizatua ematen zaie une oro, haien autonomia eta gizarteratzea hobetzeko.
  - Amaiera eta baja. Erabiltzailearen egoera eta beharrak aldatuz joango dira, eta gerta liteke intentsitate handiagoko baliabideetan arreta jaso behar izatea. Kasu horretan, baja emango zaio eguneko arreta zerbitzuan.

## 9. Alderdi berritzaileak

Aukeragunek irtenbide berritzailea ematen dio bakardadeari, ikuspegi bikoitzez — zuzenean eta zeharka— egiten baitio aurre arazoari. Alde batetik, erabiltzaileak elkarreragin sozial eta parte hartze komunitario handiagoez baliatzen dira (zuzenean). Beste alde batetik, zentroan proposatzen diren berariazko esku hartzeak erabiltzaileen gaitasun fisiko, funtzional, kognitibo eta emozionalak handitzea dute helburu, horiek —horien gabeziak, hain zuzen— izan baitaitezke gizarte isolamenduaren eta bakardadearen eragileak eta iraunarazleak (zeharka).

Horrez gain, erabiltzaileen eskariaren arabera diseinatutako jarduera programa aldatu egin daiteke, eta pertsonen bilakaera eta beharrak aintzat hartuta egokitzen da.

Horrez gain, erabiltzaileak sare komunitarioaren laguntza du, helburua ingurunearekin eta auzoko bizitzarekin lotura izatea baita. Beraz, beste talde eta baliabide batzuekiko kontaktua sustatzen da, laguntza sare komunitarioak sortzeari begira. Gaur egun, baterako jarduerak egiten dira, hilerok, haur eta gazte taldeekin, bazterketa eta osasun mentalekoekin, emakume taldeekin eta abar.

Erabiltzaileei hasierako balorazioa eta jarraipena egitea da Aukeraguneraren beste berritasun bat. Horien bidez, informazioa jasotzen da, bai kuantitatiboa (aldagai fisiko, kognitibo eta emozionalak neurtuz), bai kualitatiboa (erabiltzaileen eta familien iritziak eta sententziak jasoz). Horiei esker, esku hartzearen intentsitatea eta ibilbide pertsonalizatua esleitzen zaizkie, eta, gainera, zerbitzuak haien ongizate biopsikosozialean duen inpaktua neurtzen da. Datozen hilabeteetan azterketa bat egingo da, elkarrizketen eta eztabaida taldeen bidez, Aukeragune sare komunitarioan lortzen ari den inpaktua neurtzearren.

Hau da zerbitzuak erabiltzaileen ongizate biopsikosozialean zein sare komunitarioan duen inpaktua neurtzearen azken helburua: ebidentziak sortzea, zerbitzua Bilboko beste auzo batzuetara eta Euskal Autonomia Erkidegoko beste udalerririk batzuetara zabaltzea ahal den ikusteko.

## 10. Ebaluazioa eta emaitzak

Eguneko arreta zerbitzuak lanen kalitatea egiaztatu eta kontrolatzeko eta etengabe hobetzeko tresnak ezarri ditu, desbiderapenak zuzentzeko eta beharrezko hobekuntza neurriak abian jartzeko xedez.

Erabiltzaileei hauskortasun sozialaren balorazioa egiten zaie (haien gaitasunak hobetzen edo mantentzen diren aztertuz), tresna estandarizatuen bidez, zerbitzuaren eta jardueren onurak ikusteko. Erabiltzailea zentroan sartu eta 7-10 egunera jasotzen dira datuak, gero 6 hilabetera, eta, ostean, urtean behin. Horrez gain, informazio kuantitatibo eta kualitatiboa jasotzeko beste tresna batzuk erabiltzen dira.

Hona hemen jasotako informazio kuantitatiboa:

1. Hasierako ebaluazioa eta 6 hilabete eta urtebete igaro osteko jarraipena. Hasierako 83 balorazio egin dira, kolektibora egokitutako proba estandarizatuen bidez, eta 6 hilabete igaro osteko 52 jarraipen balorazio. Emaitza bikainak lortu dira, jarraian ikus daitekeenez:
  - Arlo funtzionalean, erabiltzaileen % 86,54k eutsi egin dio, % 11,54k hobera egin du eta % 1,92k okerrera egin du.
  - Arlo kognitiboan, % 63,46k eutsi egin dio, % 13,46k hobera egin du eta % 23,08k okerrera egin du.
  - Arlo emozional/animikoan, % 57,69k eutsi egin dio, % 21,15ek hobera egin du eta % 21,15ek okerrera egin du.
  - Harremanetan, % 82,69k eutsi egin dio, % 13,46k hobera egin du eta % 3,85ek okerrera egin du.
  - Bakardadean, % 26,92k eutsi egin dio, % 48,08k hobera egin du eta % 25ek okerrera egin du.
2. Zentroan sartzea eta proposatutako pertsonen jatorria edo deribazio kanala. proposatutako pertsona guztietatik % 76,64 onartu du Udalak; hortaz, % 82,08koa da onarpen tasa. Proposatutako pertsonen jatorriari edo deribazio kanalari dagokionez, auzoko adinekoak euren ekimenez edo gizarte zerbitzuek bideratuta iritsi dira nagusiki.
3. Ohiko jarduerak. Jardueretan parte hartzeari dagokionez, bertaratze globalaren batez besteko tasa % 79,01ekoa izan da; jardueraz jarduera, hauek dira datuak:
  - Mementia jarduera kognitiboa: % 79,63.
  - Barreterapiako jarduera emozionala: % 77,55.
  - Mugiadin jarduera fisikoa: % 76,54.
  - Mindfulnessseko jarduera emozionala: % 77,34%.
  - Musikoterapiako jarduera kognitibo-emozionala: % 92,70.
  - Psikomotrizitate jarduera fisikoa: % 74,07.
  - Txokofruti harreman jarduera: % 75,49.
4. Aparteko jarduerak: uda garaiko bertaratze tasa % 42,25ekoa da, Gabonetakoa % 50,88koa eta Aste Santukoa % 45ekoa.

#### 5. Jarduera komunitarioak:

- Jarduera komunitarioen kopurua: 38 jarduera burutu dira auzoko 5 erakunderekin.
- Jarduera komunitarioetako parte hartzaileen kopurua: 25 lagun batez beste.

Informazio kualitatiboari dagokionez, gogobetetasun inkesta bat egiten da urtero, jakiteko nolako balorazioa egiten duten erabiltzaileek zerbitzuari, jardueri, profesionaleri eta euren ongizate funtzionalaren, harremanetakoaren eta emozionalaren gaineko inpaktuari buruz.

Aktibo dauden eta zentroan arreta jasotzen zenbait hilabete daramatzaten 40 adinekori egin zaie gogobetetasun inkesta. Erabiltzaileen gogobetetasuna oso handia da. Jardueren orduari eta iraupenari buruz galdetu zaienean soilik jaitsi da zertxobait. Inpaktuari dagokionez, % 70 eta % 100 bitartekoak dira erantzun positiboak item guztietan, salbu eta auzoko beste erakunde batzuekiko harremanei buruzko alderdian. Auzoko jardueretan parte hartzeari buruz galdetuta, emaitzak % 68ra jaitsi dira gogobetetasunari dagokionez, eta % 63ra jardueretan parte hartzea bera. Arrazoia hau da: nahiz eta jarduera komunitario ugari antolatu, zentroko erabiltzaile guztiak ez dira parte hartzera animatzen.

Horrez gain, jardueretan parte hartzen duten pertsonen 21 senitartekori ere egin zaie inkesta, eta emaitzak oso positiboak izan dira. Alde batetik, elkarrizketatutako pertsonen % 100ek adierazi du erabiltzaileak oso pozik itzultzen direla jardueretatik, eta horietan parte hartzea oso onuragarria dela haientzat. Senitartekoen % 90ek esan du nolabaiteko aldaketa sumatu duela familiarra zentrorra joaten denetik, eta, kasu batzuetan, lehengo pertsona bera izatera ere itzuli dela.