

BIZIKI. Adimen desgaitasuna duten adinekoek bizitza betea izateko duten eskubidea babestea



Partaidetza eta
gizarte ehuna



Errespetua eta
inklusioa



Herritarren partaidetza
eta enplegua



Gizarte eta osasun
zerbitzuak

BIZIKI. Adimen desgaitasuna duten adinekoek bizitza betea izateko duten eskubidea babestea

Adimen desgaitasuna (ADa) duten pertsonen bizi itzaropena handitu denez, GAUDEn erronka hau dugu gaur egun: ADa duen 50 urtetik gorako pertsona bakoitzari eta haren senideei laguntzeko dugun modua aldatzea, zahartze prozesua bete-betean bizitzeko denbora izan dadin. ADa duten pertsonen zahartzea fenomeno berri samarra denez, erakunde gisa zailtasun handiak ditugu, gure laguntza egiturari dagokionez, pertsonen kalitatezko laguntza emateko bizitzako etapa horretan daudenean. Beraz, egiturazko egoera estresagarriak sortzen dira, pertsona horiei kalitatezko bizitza izatea eragozten dietenak. Hona hemen egoera horietako batzuk: - Pertsonen egonaldia luzatzea zentro okupazionaletan edo eguneko zentroetan, nahi eta behar dutena baino gehiago, batetik laguntzarik ez izateagatik etxean egotea zaila delako, eta bestetik bestelako aukerarik ez dagoelako. Behin betiko instituzionalizazioa ekar dezake horrek, bai eta deserrotze soziala eta bakardadea ere. - Pertsonaren atsedenaldiak eta erritmoa errespetatu ezin izatea, zentroetara doazen autobusen ordutegiak zurrunik direla eta. - Gehiegizko esfortzuak eta motibaziorik ezak pertsonen jokabide desafiatzaileak eragitea, haien egungo baldintzetan oso zorrotza den ingurune batean egotearen ondorioz.

Errealitate horri aurre egiteko, BIZIKI sortu zen. 2019ko irailean sortu zen, laguntza ekimen gisa. Haren helburua da adimen desgaitasuna duten 50 urtetik gorako pertsonen laguntzea, bizitzako etapa berri hori bete-betean eta duintasunez bizitzeko denbora izan dadin, eta, ildo horretan, espazio inklusibo eta lagunkoiez eta beren nahi eta beharrekin bat datozen jardueraz gozatu ahal izan dezaten, interes komunak dituzten pertsonekin, eta haiekin harreman esanguratsuak ezarrita.

Jarduera hauek egin dira, tipologiaren arabera sailkatuta:

- Egokituak/espezifikak. Gaurkotasuneko eta irakurketa-idazketako lantegia, estimulazio kognitiboko lantegia.
- Alderantzizko inklusioa. Oinarrizko informatikako eta Interneteko lantegia, posta elektronikoa erabiltzen eta Interneten bilaketak egiten ikasteko (KZGUNEa).
- Inklusioa. Estimulazio kognitiboko lantegia (Arriluzeko Gurutze Gorria) eta Oinarrizko informatikari buruzko ikastaroa (Erandioko HHE).

Halaber, eta zeharka, eguneroko lan eta zereginetan lagundu zaie pertsonei; besteak beste, diruaren erabilera, gizarte trebetasunak eta autonomia landu dira.

1. Erakunde sustatzaileak

BIZIKI Programa sustatzen duen erakundea Asociación GAUDE en Favor de Personas con Discapacidad Intelectual elkarrekin da. BIZIKI ekimenari dagokionez, Getxoko Udalarekin eta Erromoko Kultur Etxearekin (Getxo) egiten du lan bereziki. Haiekin koordinatzen ditu udalerriko Zahartze Aktiboaren Arloko zenbait espazio. Arlo hori Getxo Lagunkoia ekimenaren mende dago. Osasun, partaidetza eta segurtasun aukerak optimizatu nahi ditu ekimen horrek, eta Adinekoekiko Hiri Lagunkoien Nazioarteko Sarean finkatu. Programan parte hartzen duten pertsonek talde sustatzailean jardun dezakete —talde horrek gune inklusiboak sortzeko beharrezkoak diren ekintzak aztertzen ditu—, eta BIZIKI ekimenak eskaintzen dituen jardueretan. Orobat, koordinazio sare bat ezarri dugu beste baliabide batzuekin, hala nola:

- Nagusien Etxea zentroekin (Getxo eta Leioa). Aisialdiko espazioak partekatzen ditugu haiekin, eta alderantzizko inklusio jarduerak egiten ditugu (informatikako lantegia).
- Erandioko Helduen Hezkuntza (HHE) Zentroarekin. Zentroko informatika ikastaroetako batean, programako pertsonek hartzen dute parte.
- Uribe Aldeko Gurutze Gorriarekin. Programako pertsonek estimulazio kognitiboko ohiko lantegietan hartzen dute parte.
- KZGUNEA zentroekin. Haien instalazioak erabiltzen dituzte pertsonek, informatika ikastaroetan parte hartzeko.

2. Erakunde mota

Pribatua

3. Xede taldea

Adimen desgaitasuna (ADa) duten 50 urtetik gorako pertsonek, eta:

1. jada hautematen dutenak ADa duten pertsonei zuzendutako ohiko laguntza gailuek (eguneko zentroek, zentro okupazionalak eta enplegu zentro bereziek) ez dietela bizi kalitatea ematen, bizitzako aurreko etapetan ez bezala.
2. beren adineko gainerako pertsonek bezala erretiroa hartu nahi dutenak, eta bizitzako une horretan denbora, espazioa eta interesak partekatu nahi dituztenak beren ingurune komunitarioko beste pertsona batzuekin, adinekoentzako ohiko baliabide komunitarioetan eskaintako jardueren bitartez.

4. Lurralde eremua

Getxo (Bizkaia)

5. Egoera

Amaituta

6. Etiketak

Desgaitasuna, zahartze aktiboa, parte hartzea, Bizkaia

7. Helburuak

Helburu orokorra:

Tresnen eta aukeren bitartez, ADa duen 50 urtetik gorako pertsona bakoitzak eta bere senideek zahartze prozesua bete-betean bizi dezaten laguntzea, adinekoen kolektiboko gainerako herritarrek bezala, espazio inklusiboak eta/edo laguntza pertsonalizatuak sortuz.

Berariazko helburuak:

- ADa duen, zahartze prozesuan dagoen eta proiektuan parte hartzen duen pertsona bakoitzak familiatik kanpoko gizarte ingurune esanguratsua izan dezan laguntzea.
- ADa duten eta zahartze prozesuan dauden pertsonen narriadura psikosoziala prebenitzea, haien bizitzarako zentzua duten helburuak identifikatuz eta plan pertsonalak diseinatuz.
- Narriadura zantzuak goiz detektatzea, zahartze goiztiarraren sintomak ahal den neurrian motelduz.

8. Metodologia

Proiektuaren helburua da GAUDEn zahartze osasungarriko zeharkako plan bat abian jartzea, adimen desgaitasuna duten adinekoei kalitatezko laguntza emateko erronkari erantzuteko.

«Zahartze osasungarria» zahartze prozesuak ulertzeko modu bat da, ebidentzian eta etikan oinarritua, bereziki hiru ardatz nagusi hauetan eragiten duena: osasunean eta doikuntza fisikoan, funtzionamendu kognitiboari eustean, eta afektu positiboan eta parte hartze eta inplikazio sozialean (Fernández-Ballesteros, 2011).

Hiru ardatz horietan arreta berezia jartzeak esan nahi du pertsonak gizaki gisa garatzen jarraitzeko aukera izan behar duela, adiskidetasun lotura esanguratsuak izan behar dituela, eta planak, ametsak eta abar izan behar dituela. Azken batean, bizitzako etapa horretan duintasunerako eskubidea aitortzea esan nahi du; hau da, ingurune komunitarioan zoriontasun proiektu bat egiteko eskubidea aitortzea.

Proiektu honetan, pertsona bakoitzaren eta familia bakoitzaren lehentasunetan oinarritzen gara erronka horri heltzeko, ikuspegi sistemiko batetik: mikro mailan (ADa

duten pertsonak eta senideak), meso mailan (profesionalak, boluntarioak eta erakunde egitura) eta makro mailan (gizartea).

Beraz, adimen desgaitasuna duen adineko bakoitzari laguntzen diogu zahartze etapa honetako bere proiektu pertsonalean, harentzat esanguratsuak diren eta gaitasunei eusten eta bakardadea saihesten laguntzen duten jardueretan parte hartzen lagunduz; izan ere, horri esker, desgaitasuna duten beste adineko batzuekin eta desgaitasunik ez dutenekin espazioak, interesak eta loturak partekatzen dituzte ingurune komunitarioan.

Esparru horretatik, jarduera hauek egiten ditugu:

1. jarduera. Pertsonarengan ardaztutako plangintza. Laguntza plan bat egitea, pertsonak bizitzaren amaiera nolakoa izan nahi duen kontuan hartuta, haren ardaztutako plangintza metodologiaren bidez. Metodologia horretan, adimen desgaitasuna duen eta zahartze prozesuan dagoen pertsonak, laguntza taldearekin batera, bere bizitzarako helburu esanguratsuak identifikatzen ditu. Gainera, hurbileko ingurunean ondoen ezagutzen dutenekin bateratzen du nolako laguntza nahi duen bizitzaren amaieran. Horretarako, elkarrizketa egiten zaio interesdun bakoitzari, eta ibilbide pertsonalizatu bat egiten laguntzen diogu. Ibilbide hori pertsona bakoitzak bizitzako etapa berri horretan dituen helburuetan oinarritzen da.

Jardueraren helburua adimen desgaitasuna duten eta zahartze prozesuan dauden pertsonen narriadura psikosoziala prebenitzea da, haien bizitzarako zentzua duten helburuak identifikatuz eta plan pertsonalak diseinatuz.

2. jarduera. Ingurune komunitarioko lantegietan parte hartzea.

Adinekoei zuzendutako zerbitzu komunitarioek (zahar etxeek, Gurutze Gorriak eta abarrek) eskaintzen dituzten lantegietan modu inklusiboan parte hartzea. Bestalde, GAUDEk bere lantegi espezifiko irekiak eskaintzen ditu, alderantzizko inklusioaren erregimenean.

Pertsona bakoitzak zer jardueratan parte hartuko duen erabakitzeko, haren nahiak eta lehentasunak hartzen dira kontuan. Pertsonarengan ardaztutako plangintzaren bidez identifikatzen dira nahi eta lehentasun horiek, pertsonak bere gaitasunei eutsi eta lotura esanguratsuak sustatzeko jardueretan parte hartu behar duela aintzat hartuta, hautatu gabeko bakardadearen sentimendua arintzeko.

Jarduerak inklusioa sustatzen dute, pertsonak zahar etxeetan egiten diren ohiko ekintzetan parte hartzen baitute.

Jarduera honek proiektuaren berariazko bi helbururi erantzuten die:

- Zahartze prozesuan dagoen eta adimen desgaitasuna duen pertsonaren gaitasun zentzua handitzea.
- Zahartze prozesuan dagoen eta adimen desgaitasuna duen pertsonaren gogoz kontrako bakardadea arintzen laguntzea.

Jarduera horiekin batera, «ADa duten helduen nahasmendu mentalak baloratzeko Cambridge miaketa proba» egin genien GAUDEn parte hartzen duten eta/edo

«alarma» gisa definitutako 2 sintoma edo gehiago dituzten 50 urtetik gorako pertsonen.

Hauek ziren helburuak: zahartze zantzuak goiz detektatzea adinaren aldagaiaren arabera potentzialtzat hartzen diren pertsonengan; zahartze prozesuak maila fisikoan, kognitiboan eta emozionalean izan dezakeen eraginaren jarraipena egitea, eta prozesua ahal den neurrian moteltzea, horretarako behar diren laguntzak eskainita.

1. fasea: Elkarriketa pertsonalak

2020ko irailean, GAUDEko Familiei Laguntzeko Zerbitzua harremanetan jarri zen adimen desgaitasuna zuten 50 urtetik gorako pertsonekin. Lehenasuna eman zitzaizen erritmoari ezin jarraitzeagatik zentroetara joaten ez zirenei, aurreko urtean proiektuan parte hartu zutenei, eta GAUDEko zentro okupazionala eta eguneko zentroetan zahartze zantzu argiak erakutsi zituzten pertsonen. Pertsona horiekin eta haien familiarekin harremanetan jarri ginen, eta proiektuan parte hartzeko aukera eskaini genien. Errealitatearen azterketa bat egin zen proiektuan parte hartzeko interesa erakutsi zutenekin; azterketa horretan, pertsona bakoitzak bere eguneroko bizitzan aldatu nahi zituen alderdiak baloratu zituen. Orobat, pertsonen beren bizitzan zehar izandako eta etapa horretan mantendu nahi zituzten interes bereziki esanguratsuak jaso ziren, eta beti egin nahi izan dituzten jardueren buruz galdetu zitzaizen, haiei eta haien familiari plangintzan alde aurretik lagundu ahal izateko.

Elkarriketan jasotako datu guztiak sistematizatu ziren, hau jakiteko: pertsona bakoitzak zer interes espezifiko zituen, adimen desgaitasuna duen pertsonak berak interes horiek gauzatzeko zer prestasun maila zuen, zer maiztasunez parte hartu nahi zuen, zer lagunekin batera egin nahi zituen bereziki... Datu horiek guztiak bildu ondoren, proiektuan interesa zuten pertsona guztiei dei egin zitzaizen, elkarriketetan jasotako puntu komunak berri emateko eta, hortaz, proiektuari ekiteko, gehien interesetan oinarrituta. Topaketan, pertsonen interes handia agertu zuten, baina, baliabideen aldetik dauden mugak direla eta, asteen hiru jardueratan hartuko dute parte.

2. fasea: Komunitate interesak bilatzea

Urrian, taldekako eta banakako topaketak hasi ziren, aurreko elkarriketetan jasotako interesen arabera. Bilera horietan, ADA duen pertsona bakoitzarekin batera, jardueraren behar bezala garatu dadin zer laguntza premia izango dituen ebaluatu genuen. Bileretan, baliabide komunitarioekin harremanetan jartzera eta haiek bisitatzea animatu genituen pertsonak. Proiektuan parte hartzen duten pertsonen egin beharreko dei eta bisita horien bidez, haien eskura dauden baliabide komunitarioei buruzko informazioa bildu nahi genuen, horietako bakoitzak zer jardueraren eskaintza dituen jakiteko. Puntu honetan azpimarratu behar dugu ia ikastaro guztiak —eskola egutegiarekin bat zetozenak— geldirik zeudela pandemiaren ondorioz, eta, beraz, pertsonak ezin izan zirela horietako batean ere sartu. Egoera hori dela eta, erabaki genuen GAUDEk eskaintzea gehien eskatutako jardueraren bat, proiektuan parte hartzen duten pertsonen interesen erantzun ahal izateko. Horrenbestez, hilabete honen amaieran hasiko gara estimulazio kognitiboko, irakurketa-idazketako eta komunikazioko jarduerak ematen.

3. fasea: Jarduerak

Jarduera hauek egin dira 2020-2021 aldian:

- Estimulazio kognitiboko lantegia. Jarduera hori bi taldetan egiten zen, osasun neurrien ondorioz beharrezkoa baitzen. Taldeotan, gai hauek landu genituen, besteak beste: oroimena mantentzea, dirua erabiltzea eta estimulazio kognitiboa.
- Informatika ikastaroa. Erandioko Helduen Hezkuntzako Eskolan, urteko informatika ikastaro batean hartu zuten parte, eta hainbat kontzeptu landu zituzten, hala nola Office, Google eta posta elektronikoa.
- Boluntario lana animaliekin. Astean behin, Askata Zentrora joan ginen. Txakurren harrera zentro bat da, eta, han, txakurrak paseatzen zituzten, eta askak eta uraskak garbitu, animaliak eskuilatu eta abar.

4. fasea: Gogobetetasuna

Ikasturtea amaitzean, BIZIKIn parte hartu zutenek eta haien senideek aukera izan zuten ikastaroarekin lortu zuten gogobetetasun maila baloratzeko.

9. Alderdi berritzaileak

ADa duten pertsonen bizi itxaropena handitu denez, GAUDEn erronka handi hau dugu gaur egun: ADa duen 50 urtetik gorako pertsona bakoitzari eta haren senideei laguntzeko dugun modua aldatzea, eta haiei tresnak eta aukerak emanez laguntzea, zahartze prozesua bete-betean bizitzeko denbora izan dadin. Proiektu berritzailea da, ADa duten adinekoak eskubide osoko herritartzat hartzen baititu, eta pertsonalizazioari eta parte hartze komunitarioari bereziki erreparatzen baitie. Hortaz, pertsona bakoitzari eta haren familiari bizitzako etapa berri honetan lagundu nahi die proiektuak, haiek ardatz dituen ikuspegi batetik, ingurune komunitarioaren barruan dituzten interes eta lehentasunetatik abiatuta.

Eskubideen ikuspegi horri esker, ADa duen pertsonak aukera du zahartze prozesuan dagoen pertsona heldutzat aitortua izateko eta berak bere burua halakotzat aitortzeko; hau da, desgaitasuna ez izateko definitzen duen ezaugarri bakarra. Laguntzak ikuspegi inklusibo batetik eta eskubideen ikuspegitik pertsonalizatzeaz gain, zahartze prozesua «zahartze aktiboaren» ildotik ulertu dugu; alegia, bizitza osoa izateko aukerez betetako unetzat hartzen dugu etapa hori, eta ez gainbeherako eta mendekotasuneko unetzat.

Proiektua kudeatzeko, eskubideen esparrua dugu jomuga —pandemiak agerian utzi du ezin diogula esparru horri uko egin, eta ezin dugula alde batera utzi—, frogatuta baitago BIZIKIk ematen dituenak bezalako laguntzak behar direla zahartze osasuntsua izateko. Laguntza malguak izan behar dute, batez ere; hau da, gai izan behar dute, egoerak ezartzen dituen premien arabera, pertsona bakoitzaren eta haren familiaren lehentasunei erantzuteko, ikuspegi sistemiko batetik eta gurasotasun positiboko esparru batetik: mikro mailan (ADa duten pertsonak eta senideak), meso mailan (profesionalak, boluntarioak eta erakunde egitura) eta makro mailan (gizartea). Hortaz, ADa duen adineko bakoitzari eta haren familiari laguntzeko gai izan behar dugu zahartze etapa honetan, bizitza beteko proiektu batez gozatu ahal izan dezan,

pandemia gorabehera. Horretarako, garrantzitsua da adinekoak jarduera esanguratsuetan parte hartzea, bere gaitasunei eusten eta bakardadea eta isolamendua arintzen edo saihesten lagunduko dutenetan; izan ere, horri esker, desgaitasuna duten eta desgaitasunik ez duten beste adineko batzuekin espazioak, interesak eta loturak partekatuko dituzte ingurune komunitarioan, modu presentzialean edo, eten digitala gaindituz, online.

BIZIKIren malgutasunak aukera emango du laguntza profesional pertsonalizatuak izateko, bai familiaren etxean, bai ADA duten adinekoen egokitzen kognitibo eta emozionalerako onak diren paseo terapeutikoetan, baldin eta osasun egoera dela medio ez bada baimentzen edo gomendatzen testuinguru komunitarioan pertsonak elkartzea.

10. Ebaluazioa eta emaitzak

Erreferentziatzeko pertsonen eta senideen programarekiko gogobetetze maila ebaluatu dute, inkesta baten eta elkarriketa pertsonal baten bidez.

Hona hemen daturik garrantzitsuenetako batzuk:

- Nabarmendu behar da parte hartzen duten emakumeen % 100ek erantzun duela. Horrek argi erakusten du programarekiko motibazio handia dutela.
- Batez besteko adina: 60,25 urte
- Asteko partaidetza egunen batezbestekoa: 2
- Parte hartu duten pertsonen lagina esanguratsua da 3 jarduera arloen ebaluazioari dagokionez (irakurketa-idazketa, estimulazioa eta informatika).
- Pertsonen % 100ek dio «asko» eta «nahikoa» gustatzen zaizkiola parte hartu duen jarduerak, bai eta kaferako atsedena ere. BIZIKIn parte hartzen duten pertsonen eta jarduerara bertaratzeko diren gainerako adinekoen arteko harremanak sustatzeko aukera ematen du atsedena horrek.
- Parte hartzen duten pertsonarik gehienek (% 83k) jarduera aukeratu egin dutela adierazten dute. Izan ere, jardueretan parte hartzen duten pertsona bakar batzuk jarduerak jada martxan zeudela hasi ziren.
- Pertsona guztiek oso positiboki baloratzen dituzte lantegietan erabilitako materialak. Pertsonen % 80ri gustatuko litzaioke programan egun gehiagotan parte hartzea.
- Pertsona guztiak pozik daude jardueren iraupenarekin.

Oso positiboki baloratzen dute hau: BIZIKIn jarraitzeko aukera, talde sentimendua, aktibo egotearen sententzia pertsonala eta jardueren funtzionaltasuna beren eguneroko bizitzan.

Ondoen baloratutako alderdia (% 100eko gogobetetasunarekin) jardueretan parte hartzen duen lagun taldea da, eta laguntzaile taldea ere bai. Hona hemen, adibide gisa, parte hartzaile baten iruzkina: «Bizirik talde sentimendua izaten laguntzen dit, baita bizitzako etapa hau ikasteko une gisa bizitzen ere».

12. Eranskinak eta estekak

<https://gaude.eus/>