



**HURBILTZEN
MEMORIA
2009-2010**

ORENDAIN 09-10

INTRODUCCIÓN

Hurkoa, siempre ha tenido especial preocupación por el cuidado de las personas dependientes, principalmente por las que se encuentran necesitadas o desprotegidas, siendo éstas, el objetivo y el fundamento de Hurkoa, mayormente las de los núcleos urbanos.

Con este proyecto de Hurbiltzen, se vio la posibilidad de acercarse a los pueblos pequeños y ahí estamos, en Orendain, desde el 2003, en este medio rural, en este proyecto de animación de personas mayores, con el fin de mejorar su calidad de vida de éstos, realizando un trabajo de prevención conociendo sus necesidades y situación.

En un principio partimos de un trabajo de investigación básico que hicimos, pero este año, se ha realizado una investigación más profunda con el objetivo de conocer con más detalle las necesidades de los habitantes a través de un estudio que se ha llevado a cabo desde la UPV-EHU.

En este proyecto, además de los habitantes de Orendain, forman participan los de Abaltzisketa. A continuación se presentan los detalles del ejercicio 2009-2010.

OBJETIVOS

1. Conocer la realidad y las necesidades de los habitantes de las personas mayores de Orendain. Se ha realizado con la ayuda del trabajo de investigación llevado a cabo por la UPV-EHU.
2. Trabajar la salud para hacer frente a las situaciones de dependencia. Organizando una sesión de gimnasia semanal, ejercicios de memoria y diversas charlas.
3. A pesar de de impulsar la participación y de haber diferentes actividades, el número de personas del grupo no ha aumentado. La frecuencia de la asistencia está directamente relacionada con su salud, limitaciones y cambios de su enfermedad, la de ellos o de la de algún miembro de su familia.
4. Orientar las necesidades del grupo. Se han atendido sus peticiones por medio de diferentes actividades.

EL GRUPO

Tanto las sesiones de gimnasia como las reuniones suelen ser en los locales rehabilitados el año pasado de la Casa Parroquial de Orendain. Durante este ejercicio se han acercado hasta allí alrededor de 11 personas. 4 de Abaltzisketa y el resto de Orendain.

Para el servicio de transporte hemos contado con la ayuda de los participantes del grupo, utilizando sus propios coches tanto para reuniones, como para hacer las salidas.

Los componentes del grupo son autónomos, de todas formas el deterioro psico-físico de las personas a medida que van cumpliendo años es evidente.

PROYECTO

Para conseguir estos objetivos se han llevado a cabo las acciones que citamos a continuación.

Los miércoles de 15:30 a 17:00, con un monitor, se han realizado sesiones de gimnasia. Por medio de estos ejercicios se intenta recuperar la fuerza perdida así como recuperar la movilidad y aumentar o mantener la que tienen ya. Trabajando en la misma medida el elemento físico y psíquico.

Los jueves (cada quince días) se junta el grupo en la Casa Parroquial de Orendain. Al finalizar la reunión se suele merendar al bar del pueblo trabajando la convivencia de manera informal.

ESTUDIO

Merece especial atención el estudio realizado por la UPV/EHU. Ha tenido como objetivo recoger las necesidades de los habitantes mayores de 50 años, con la intención de hacer frente a las futuras situaciones de dependencia, para poder diseñar y ofrecer diferentes recursos.

Los objetivos específicos de este estudio han sido los siguientes:

- Recoger las necesidades de los habitantes de Orendain mayores de 50 años. Para ello, por un lado, se ha entrevistado individualmente a personas significativas del pueblo; y por otro lado, se han recogido las opiniones vertidas en las reuniones dirigidas a las personas de esa edad.
- Presentar las sugerencias adecuadas para poner en marcha los recursos, con el objeto de que este colectivo pueda hacer frente a las situaciones de dependencia, siempre de la mano de las autoridades municipales.
- Mejorar la calidad de vida de las personas adultas y mayores, actuales y futuras.

ACTIVIDADES

Con el fin de cumplir el objetivo general y concreto de este proyecto se detallan a continuación, además de las sesiones de gimnasia, las actuaciones que se han llevado a cabo en este curso:

1er trimestre

- Manualidades: botella (trabajado con plomo y pintura), postal de navidad.
- Se realizan ejercicios para trabajar la memoria (individuales y grupales).
- Salida. Visita del Museo y cárcel de Zerain
- Visita en Yurreamendi a los habitantes de Orendain que viven en la Residencia.
- Desde la UPV/EHU se ha realizado la investigación y recogida de datos. Reunión de grupo.

2er trimestre

- Hablar y reflexionar sobre "las nuevas tecnologías"
- Para trabajar la memoria: juegos, puzzles,...
- Salida a Topic, al centro de Marionetas de Tolosa.

3er trimestre

- Ejercicios para trabajar la memoria.
- Ha habido tres charlas de la Kutxa tratándose los siguientes temas: "Los mayores y la medicación: el botiquín en casa"; "Protégete del fuego en casa" y "Cómo cuidar la espalda y las articulaciones".
- Visitar el caserío "Itsasoko Ariztizabal" de Ezkio, incluido taller de pan y de galletas.
- Reflexión sobre "La dependencia y la preocupación de su futuro"
- Salida de final de curso al Baztan (Lesaka-Etxalar-Bera)

CONCLUSIONES

Después de evaluar el proceso de estos años, podemos destacar la importancia que tiene el grupo para los participantes. Es un referente, abarca las necesidades de ocio sacándoles de la rutina y rompiendo con las ocupaciones y trabajos de cada día.

También es un buen punto de encuentro para prevenir el aislamiento, siendo un entorno rural, y porque les da la oportunidad de encontrarse y relacionarse con los otros vecinos del pueblo.

CURSO 2010-2011

OBJETIVOS:

- Trabajar la salud para afrontar situaciones de dependencia
- Orientar la necesidades del grupo
- Desarrollar las habilidades psico-físicas
- Prevenir el aislamiento manteniendo las relaciones de grupo