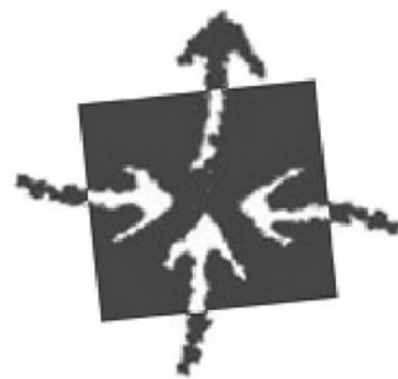




## SUMARI

Balanç del curs

Voluntariat medi-ambiental

Campus Ítaca

Estiu solidari de la UAB 2005

Campanyes de promoció de la salut

Sant Jordi

Esport per tothom

Campanya de donació de llibres

Tallers de sexe segur als Centres de Menors

Cursos de formació de la FAS

La veu del voluntari

## FUNDACIÓ AUTÒNOMA SOLIDÀRIA

# Fem balanç



Quan acaba el curs és un bon moment per fer balanç, especialment després d'un canvi en la direcció com el que ha experimentat la FAS. Podríem dir que la Fundació ha iniciat un procés de gestió de la qualitat en el voluntariat durant el curs 2004-2005, que l'ha portat a consolidar tots els projectes que ges-

tionava habitualment (atenció als discapacitats, promoció de la salut, foment del voluntariat, integració de presos, voluntariat hospitalari, gestió del Fons de Solidaritat de la UAB) i a ampliar-los amb un nou programa de voluntariat a Centres Educatius de Menors i amb un projecte sobre immigració.

La principal novetat d'aquesta nova temporada ha estat el procés de sinèrgia entre la FAS i la resta de la UAB. La fi d'aquest curs acadèmic ha deixat palès que la Fundació Autònoma Solidària és un agent de la UAB que treballa per impulsar polítiques socials i de cooperació internacional. Per una banda, des de la

FAS s'ha donat suport a les iniciatives de cooperació sorgides entre la comunitat universitària i d'altra banda s'ha treballat en xarxa amb altres organismes per fomentar la cooperació internacional. Esperem continuar treballant el proper curs amb les mateixes ganes que aquest. Molt bones vacances a tots!

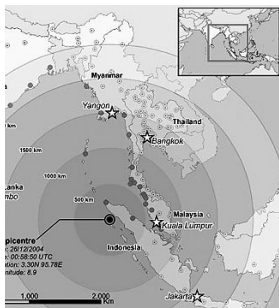


## Activitat mediambiental al Campus

Els itineraris de natura de la UAB tenen un alt valor ecològic com a connector biològic. Formen part de la Via Verda que connecta els Parcs Naturals de Collserola i de Sant Llorenç i constitueixen una de les poques zones agrícoles i forestals de la Plana del Vallès. Transcorren per les valls de Can Magrans i de Can Domènec, i hom pot trobar una gran diversitat d'ecosistemes, que reflecteixen el mosaic agroforestal característic del campus.

Seguint amb la tònica dels darrers anys, on els estudiants de la UAB han mostrat un gran interès pels projectes de mediambient (Catàstrofe del Prestige, Camí de Santiago), el Servei de Prevenció i Medi Ambient de la UAB i la FAS van organitzar una retirada de runa i neteja de vegetació durant el mes de maig. Diversos estudiants de la UAB van participar en el projecte, que va tenir com a resultat la retirada de 250 kg de ferralla, 15 sacs de pinassa i 231 sacs industrials de deixalles.

Solidaritat amb el sud est asiàtic



La UAB, d'acord amb el seu compromís de cooperació amb les persones dels països que més ho necessiten, i davant la catàstrofe que va provocar el tsunami al sudest asiàtic el passat desembre, va decidir la recaptació de fons per tal de contribuir a les tasques d'ajuda humanitària i reconstrucció que porten a terme diferents ONG a la zona. Sumades les aportacions voluntàries de les nòmines del personal de la UAB, les aportacions individuals i la quantitat que ha donat la UAB com a institució, s'han recaptat un total de **12.378 €**, que es donaran a l'ONG Acció Contra la Fam, que continua treballant en projectes específics de reconstrucció del sudest asiàtic.

Campus Ítaca



El Campus Ítaca és un programa socioeducatiu de la UAB per a estudiants de secundària. L'objectiu del programa és animar els alumnes a continuar estudiant després d'acabar l'etapa d'ensenyament secundari obligatori. El perfil d'alumnat al qual va adreçat són estudiants amb bones capacitats però que pel seu entorn familiar i social o per altres motius (crisi de l'adolescència, ganes de disposar de més diners per al seu consum personal, etc.) algunes vegades no se senten atrets per l'opció de continuar estudiant. La FAS ha organitzat un dels tres debats previstos en aquesta edició, amb el títol: "Davant de les drogues TU DECIDEIXES".

Ja estan treballant els primers cooperants de l'Estiu Solidari



Estudiants de la UAB a l'aeroport d'El Prat abans d'emprendre el viatge

Els primers combois d'estudiants de la UAB ja han arribat a terres llatinoamericanes. Els seus primers correus electrònics denoten il·lusió i ganes d'ajudar. I no és per menys, ja que aquesta segona edició de l'Estiu Solidari de la UAB ha despertat l'interès de més d'un centenar de persones, que han marxat de cooperants amb la UAB o amb altres entitats que han vingut al campus a explicar el seu projecte. Aquest any s'han ampliat les destinacions en dos països més: Equador i Bolívia.

Enguany s'ha donat molta importància a la formació. Prova d'això són les nombroses xerrades d'experts que han rebut els cooperants i la sortida formativa a l'alberg In&Out que van realitzar el mes de juny.

Els cooperants han marxat amb força material escolar, que estan repartint entre les entitats d'acollida. Cal destacar també la labor que van fer els voluntaris de l'any passat, que van iniciar projectes que ara, un any després estan donant els seus fruits.

|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ARGENTINA</b><br>Rosario<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Ciudades Educadoras de América Latina<br><b>Activitat:</b><br>Tasques de regeneració i revitalització de faveles d'un barri degradat | <b>URUGUAI</b><br>Montevideo<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Granja Hogar La Huella i Servicio Paz y Justicia<br><b>Activitat:</b><br>Convivència amb els nens i educadors de la Granja, lloc on viuran. | <b>GUATEMALA</b><br>San Andrés<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Nuestros Pequeños Hermanos<br><b>Activitat:</b><br>Cursos de capacització per nens i pel personal que treballa allà en temes socioeducatius | <b>NICARAGUA</b><br>Managua<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Asociación Martin Luther King<br><b>Activitat:</b><br>Prevençió de la salut, tallers de sexe segur, VIH-sida i embarassos no desitjats. | <b>BOLÍVIA</b><br>Camiri<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Vicariato Apostólico de Camiri<br><b>Activitat:</b><br>Formació en l'àrea de música, nutrició i higiene, enfermeria i informàtica. | <b>EQUADOR</b><br>Quito<br><b>Entitat d'acollida:</b><br>Fundació Projecte Ecològic Chiriboga<br><b>Activitat:</b><br>Plantar i netejar arbres, fer camins a la muntanya Teràpia física als nens discapacitats |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

FUNDACIÓ AUTÒNOMA SOLIDÀRIA

XXI convocatòria del Fons de Solidaritat de la UAB

Els ajuts de les convocatòries del Fons de Solidaritat de la UAB van adreçats a subvencionar parcialment projectes amb finalitats educatives i socials respecte comunitats locals de països en vies de desenvolupament o països que pateixin situacions de catàstrofe.

Amb aquest objectiu, el Fons de Solidaritat de la UAB ha ajudat a finançar en la convocatòria del passat mes de març 4 projectes: la reconstrucció de l'escola rural de la comuni-

tat mapuche Mehuín Bajo (Xile), l'avaluació ambiental i proposta de restauració del riu Estelí (Nicaragua), cooperació en medi ambient i desenvolupament a la desembocadura del riu Senegal (Senegal) i la IV Campanya del Programa "Col·laboració amb Bolívia. Educació per al desenvolupament".

Aquests projectes els duen a terme departaments de la UAB i entitats associades a aquesta, i tenen una dotació màxima de 6000 €.



El Fons de Solidaritat busca ajudar en la reconstrucció social dels països en vies de desenvolupament

# Preocupats per l'estat de salut del Campus

**Aquest darrer semestre, el Programa de Salut de la FAS ha realitzat 4 grans campanyes per promoure hàbits saludables entre la comunitat universitària de la UAB. Vegem com han anat:**

## Alimentació

La segona setmana d'abril els universitaris de l'Autònoma van menjar sobre unes estovalles amb mites sobre l'alimentació i quins són els bons hàbits alimentaris. De la mateixa manera es van distribuir per tots els restaurants del campus, bosses pels entrepans amb enganxines que duïen missatges com "La carn vermella no

alimenta tant com la blanca: FALS. La carn blanca és igual de nutritiva que la vermella". A part d'aquests consells, a les facultats es van organitzar xerrades sobre menjadors compulsius, dieta saludable, etc. Al Cinema de la Plaça Cívica es va fer un videofòrum sobre un reportatge de la BBC sobre trastorns alimentaris.



## Dona

El passat dia 8 de març, el Programa de Salut i els Joves per l'Alliberament Lesbià i Gai (JALG) de la UAB van celebrar conjuntament el Dia de la Dona a la UAB, incidint en el tema de les malalties de transmissió sexual que pateixen les dones. Van preparar una jornada que va consistir en instal·lar dues carpes a la Plaça Cívica

en les que es va repartir informació de diferents tipus, sempre posant èmfasis en la dona. Es van realitzar tallers de prevenció de malalties de transmissió sexual centrat en dones i es van muntar dues exposicions. A les carpes es donava també informació sobre exploracions mamàries i revisions ginecològiques.

## Drogues

Donat l'increment del consum de drogues entre la població jove, el Programa de Salut ha decidit intervenir al respecte i dedicar la primera setmana de maig al camp de les drogodependències. L'objectiu era intentar informar i sensibilitzar a la comunitat universitària dels efectes més freqüents de cadascuna de les

drogues que hi ha al mercat per així intentar evitar l'increment de nous casos de consumidors, i que el sector de la població que consumeix, sigui conscient del que fa. A banda del cinefòrum de "Requiem por un sueño", els voluntaris van preparar una exposició informativa que va estar tota la setmana a la Plaça Cívica.



## Tabac

Cada 31 de maig, la OMS organitza el Dia Mundial sense Tabac, una iniciativa destinada a recordar els grans perjudicis que comporta el tabac per a la societat. El Programa de Salut va participar en la Jornada organitzant diferents activitats per tal de prevenir l'aparició de nous casos de consum, i promoure l'abandonament d'aquest entre els

fumadors. Tanmateix es va sensibilitzar a la comunitat universitària respecte les conseqüències nocives del tabac, tant en fumadors com en no fumadors. Amb aquests objectius, es va fer una activitat en la que s'intercanviaven cigarretes per xocolatines, promovent així el consum de xocolata alternatiu al consum de tabac.

# Sant Jordi solidari

Un any més els voluntaris de la Fundació Autònoma Solidària van estar presents als actes de celebració de la diada de Sant Jordi al Campus de l'Autònoma, conjuntament amb associacions, col·lectius d'estudiants, empreses i botigues de serveis.

La carpa organitzada per la FAS a la Plaça Cívica va disposar d'un espai de descans i oci, on es podia escoltar música, prendre tè amb gust de roses i participar en les diferents activitats solidàries que es van proposar durant tot el dia.

Cal destacar que el programa de voluntariat hospitalari es va adherir a la campanya per la lluita contra la leucèmia, *Solidaris fins a la medul·la*, de la Fundació Internacional Josep Carreras. La UAB s'ha fet ressò de la campanya i també l'ha recolzat a través del vicerectorat d'estudiants de la UAB.

Altres activitats destacades van ser la campanya de recollida de llibres pels centres de menors i Can Brians i la llegenda de sant Jordi adaptada a la SIDA.



*Els voluntaris del Programa de Salut van realitzar una performance per denunciar els riscos del VIH Sida*



*El Jaws és un programa informàtic pensat per les persones cegues*

## PROGRAMA PER LA INTEGRACIÓ D'UNIVERSITARIS AMB NECESSITATS ESPECIALS (PIUNE)

# Els discapacitats també practiquen esport!

La Jornada d'Esport per tothom ja porta anys realitzant-se al Campus de la UAB amb l'objectiu de sensibilitzar la comunitat universitària envers les activitats esportives que realitzen les persones amb discapacitat i al mateix temps donar a conèixer activitats integradores relacionades amb la discapacitat.

El passat 19 de maig tothom qui passava per la Plaça Cívica de l'Autònoma va poder veure, i alguns participar i tot, diferents activitats esportives que practicaven estudiants amb discapacitat de la UAB i joves discapacitats de la Unió Esportiva Sant Feliu i de la Llar de l'Amistat.

A part, el grup de dansa "solidari" Vangram va amenitzar la jornada amb la seva ballaruga.



*El bàsquet va ser l'esport que més va atreure als participants*



*Anar en tàndem és més difícil del que sembla*



*El grup de dansa Vangram van amenitzar la jornada*

# Èxit de la campanya de donació de llibres pels centres de menors i el CP Brians

El principal objectiu de la pena privativa de llibertat és, segons la legislació vigent, la reeducació i reinserció social de les persones privades de llibertat. Actualment, a causa de la massificació dels centres, els recursos formatius i de tractament són insuficients.

És important adonar-nos-en de la necessitat d'oferir elements que fomentin la visió dels interns envers un oci positiu i saludable.

Per aquest motiu la FAS va engegar una campanya de recollida de llibres i material educatiu en general per a donar-ho als centres de menors L'Alzina i Els Til·lers, així com al Centre Penitenciari Brians.

Aquesta campanya tenia la missió d'obrir, des dels centres penitenciaris i edu-

catius, una finestra a l'exterior, a través de llibres, revistes i jocs que promoguin la inquietud per aprendre i reflexionar: la possibilitat de submergir-se en una lectura que estimuli la imaginació i el coneixement d'altres realitats o d'un joc que fomenti les relacions interpersonals i de convivència.

Des de Sant Jordi fins el mes de juny, la FAS ha fet una crida a tota la comunitat universitària de la UAB i a la societat catalana en general, a través dels mitjans de comunicació, animant a donar una sèrie de llibres i material educatiu (puzzles, jocs, etc.).

El resultat ha estat molt positiu: la comunitat universitària ha donat més de mil llibres i desenes de còmics, videos, puzzles, jocs d'ordinador entre d'altres.



Les donacions van inundar la seu de la Fundació

## Tallers de sexe segur pels joves interns



El Programa de Salut ha iniciat una nova activitat al Centre de Menors Els Til·lers. Així, tots els dimarts i dijous dels mesos de maig i juny, l'equip de voluntaris s'ha desplaçat fins al centre a Parets del Vallès per treballar amb els joves interns diversos temes de sexualitat i malalties de transmissió sexual.

En cadascun dels tallers han assistit grups de joves des de 15 a 21

anys, que han rebut molt positivament aquesta nova activitat. Els mateixos educadors del centre han quedat sorpresos per l'interès mostrat pels joves.

Tanmateix, els voluntaris han valorat molt positivament l'activitat i s'han vist molt implicats i interessats i amb ganes de repetir l'activitat el curs vinent, ampliant-la i millorant-la.

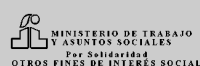
Fundació Autònoma Solidària  
08193 Bellaterra (el Vallès Occidental)  
Tel: 93 581 24 85 Fax: 93 58120 00  
fas.voluntariat@uab.es  
<http://www.uab.es/fas/>



Dipòsit legal: B-3041-2002

Jordi Castroviejo (coordinació)  
Jordi Castroviejo (fotografies excepte indicació)  
i la col·laboració de tot l'equip del voluntariat de l'Autònoma.

Amb el suport de:



Ajuntament de Barcelona

Generalitat de Catalunya  
Departament de Benestar Social

Connecta't a la FAS

El teu espai

<http://www.uab.es/fas/>



# Cursos de formació de la FAS

***En els darrers mesos han acabat els cursos de formació de la FAS que imparteix pels estudiants de la UAB: cooperació internacional, discapacitat i integració, àmbit penitenciari i reinserció i agents de salut. També ha finalitzat la segona edició del postgrau de mediació per la integració social amb 25 nous graduats.***

## CURS SOBRE DISCAPACITAT I INTEGRACIÓ

Com cada any, el Programa d'Integració dels Universitaris amb Necessitats Especials (Piune) ha organitzat el "Curs sobre discapacitat i integració". El curs ha tingut una durada de dos mesos i s'ha estructurat en 12 sessions teòriques de dues hores de durada i 3 visites a centres especialitzats en alguna de les disminucions tractades al curs.

26 estudiants de la UAB han assistit regularment al curs, que contenia temàtiques sobre disminució visual, auditiva i física, integració laboral, etc.

El Regidor Ponent Benestar Social de l'Ajuntament de Barcelona, **Ricard Gomà**, i **Martí Masferrer**, Director General de l'ICASS, van realitzar la cloenda del curs.



## CURS D'ÀMBIT PENITENCIARI I REINSERCIÓ

Durant el mes d'abril s'ha celebrat la sisena edició del Curs "Àmbit Penitenciari i reinserció", inclòs dins de les formacions dels voluntaris del programa, però alhora dirigit a tota la comunitat universitària interessada en la problemàtica de la reinserció dels presos.

destacat especialment la sessió que van tenir amb dos interns del CP Brians. Aquell dia es va crear un debat molt dinàmic entre estudiants i interns.

**Albert Batlle**, el responsable de la Secretaria de Serveis Penitenciaris i Justícia juvenil del Departament de Justícia va tancar el curs.

El curs ha comptat amb la participació de 34 alumnes, que han



## CURS SOBRE SOLIDARITAT I COOPERACIÓ INTERNACIONAL

Per tercer any consecutiu, s'ha celebrat a la UAB el Curs d'Introducció a la Solidaritat i Cooperació Internacional. 31 persones han assistit a classe regularment per aprendre coses noves sobre els desequilibris nord-sud i les seves causes.

El curs ha comptat amb la presència de ponents molt interessants, com ara **Rafael Grasa**, professor de rela-

cions internacionals i vicerector de la UAB, **Antoni Comín**, diputat del parlament de Catalunya o **Eduard Ballester**, Coordinador tècnic de la Federació Catalana d'ONG's per al Desenvolupament, per citar només els tres primers. **David Minoves**, director de l'Agència Catalana de Cooperació, va tancar el curs amb una exposició sobre la llei catalana de cooperació.



## POSTGRAU DE MEDIACIÓ PER LA INTEGRACIÓ SOCIAL

La segona edició del Postgrau de Mediació per la Integració Social ha acabat satisfactòriament, ja que tots els 24 inscrits tindran a partir de setembre el seu títol de Mediator per la Integració Social.

La Convalescència. El perfil dels estudiants correspon majoritàriament a diferents branques de les ciències socials, sent **Psicologia**, **Pedagogia** i **Educació Social** la majoria de carreres d'on venien els inscrits.

El curs ha estat organitzat per la Fundació Autònoma Solidària i el Departament de Pedagogia Aplicada de la UAB, i s'ha realitzat a la Casa de

El postgrau ha comptat amb la participació de ponents del prestigi de **Toni Puig**, **Joan Subirats** o **Ruiz de Olabuénaga**, entre d'altres.



# La rehabilitació i la reinserció social



## El sistema penitenciari i la rehabilitació

El sistema penitenciari de Catalunya (i d'Espanya) es basa en l'article 25/2. Segons aquest article, "[...] les penes de privació de llibertat i les mesures de seguretat restaran orientades vers la reeducació i la reinserció social [...]". Amb aquest fi es fan als centres activitats generals com tallers, cursos... i també es fan activitats orientades a casos més concrets (persones que han comès delictes violents i de caire més psicològic).

Existeixen diferents programes de rehabilitació: organitzatius motivacionals, de tractament, de treball social (amb la família, per exemple), de classificació en graus, educatius... La Unitat d'Avaluació i Motivació Continua es va crear quan van treure la disminució de la condemna: van comprovar que el fet de no poder rebaixar la pena afecta negativament la motivació dels interns per seguir les activitats i les normes (com li dius a un@ intern@ que té una condemna de 50 anys que ha d'anar a classe per treure's el Graduat Escolar?).

Sabem que aproximadament tan sols un 37% reincideixen, i sabem que la majoria dels que no reincideixen han passat pel tercer grau. Però en realitat, i malgrat tenir un marc legal i jurídic adequat, el tercer grau es fa servir poc (i la llibertat condicional encara menys). Per què? Hi intervenen diferents factors:

-les condemnes són molt

llargues, però no es donen permisos abans de tenir un quart de la condemna complerta (la llei ho permet), perquè se suposa que desanimaria als interns;

- hi ha poques places de règim obert;

- el personal tècnic (psicòleg@s, assistent@s socials...) té llistes d'espera per la massificació dels centres;

D'altra banda, i en contradicció amb les millores en l'àmbit jurídic, s'ha difós a la societat la idea que amb tancar els delinqüents a la presó s'arregla el problema.

## La rehabilitació: eixos d'activitat

Als programes de rehabilitació es treballen els problemes detectats (toxicomanies, psicopaties...) donant eines als interns per mirar de superar el seu "problema" (o de conviure-hi, quan és el cas de malalties incurables).

La rehabilitació té sis eixos fonamentals d'acció:

i) EDUCACIÓ: el Graduat Escolar és obligatori, i hi ha possibilitats d'estudiar lo que es vulgui;

ii) FORMACIÓ PROFESSIONAL (cursos de jardineria, electricitat, tallers d'orientació laboral...);

iii) Creació i potenciació d'HÀBITS LABORALS (treball remunerat en tallers productius, cotització a la seguretat social, manteniment d'horaris i

rutines de treball...);

iv) TRACTAMENTS ESPECÍFICS (per a delictes violents, de control emocional, maltractaments o violència domèstica, drogodependències...);

v) ANIMACIÓ SOCIOCULTURAL: amb activitats de diversitat cultural, esports, festes i tradicions populars... Són activitats complementàries que trenquen amb la rutina i motiven els interns (es manté també el contacte amb la pròpia cultura). A cada centre hi ha un programa de mediació intercultural i un@ mediador@.

vi) durant tot el dia es fan ESPORTS.

## Mesures penals alternatives



Per a tota pena hi ha un caràcter sancionador, punitiu, que queda manifest amb la pena de presó o la multa sancionadora que el codi penal imposa davant un delictes. Però també, per a tota pena, hi hauria d'haver una funció rehabilitadora, i sobre tot si treballem amb menors.

El nostre sistema penal té només dos mesures penals alternatives a la pena de presó: els treballs a la comunitat i la localització permanent. Davant un delictes, un jutge pot suspendre la pena si s'acompleixen uns requisits:

- és el primer delictes i la pena és inferior a dos anys;

- no hi ha risc de perill personal;

- no hi ha altres causes pendents.

Aquesta suspensió de la pena pot ser de 2-5 anys, no afecta a la responsabilitat civil i pot anar acompanyada d'algunes obligacions (com no apropar-se a algú, anar cada dia al jutjat...).

En l'última reforma del codi penal s'estableix que apart de la suspensió de pena, aquesta es pot substituir per una multa (dos dies de multa per cada dia de presó) i/o per treballs a la comunitat per a penes inferiors a un any (un dia de treball per un dia de presó).

Els treballs a la comunitat són voluntaris (amb el consentiment del penat) i no són retribuïts. L'important és l'efecte reparador de l'acció, mes que el temps que duri el treball a la comunitat. Són treballs d'utilitat pública i formatius alhora, i solen estar relacionats d'alguna

---

***S'ha difós a la societat la idea que amb tancar els delinqüents a la presó s'arregla el problema***

---

---

***El sistema penal té dues mesures penals alternatives a la pena de presó: els treballs a la comunitat i la localització permanent***

---

Mayte Fernández Peña,  
voluntària del PIP

# Voluntariat Hospitalari: a què ens dediquem?

**Durant el curs 2004-2005 la Sara Bueno ha estat realitzant la tasca de voluntària al Centre Albada, a Sabadell, concretament a la unitat de dia demències. L'horari realitzat durant el darrer curs era de dues hores setmanals; els dilluns de 15 h a 17 h.**



Manualitats per estimular la memòria



Ballant i jugant, es passa una tarda prou divertida.

## Tasques que realitzava:

Un cop arribàvem al centre xerràvem una estona de diversos temes amb els avis i àvies i, a continuació, preguntàvem a la infermera que estava allà amb nosaltres si havíem de realitzar alguna tasca determinada amb ells.

Les tasques més habituals eren activitats relacionades amb les habilitats i la memòria com puzzles o jocs didàctics. La nostra feina consistia en estar amb ells i elles per poder ajudar-los quan ho necessitaven i anar explicant-li en que consistia el que havien de fer, a més, mentre realitzaven les feines anaves xerrant amb ells. D'altra banda, les voluntàries que estàvem allà molts dies portàvem activitats, normalment plàstiques, perquè els avis les poguessin fer, com per exemple dibuixos de mida gran, i ells els podien omplir de boletes de paper de diferents colors o bé, els havien de pintar de colors diferents.

Tanmateix, tenien activitats com per exemple cosir o preparar una terrassa amb plantes i les havien de plantar i regar, de manera que nosaltres en aquestes activitats els hi ajudàvem i estàvem amb ells. Els agradava molt explicar-te com ho feien i com s'havia de fer perquè tot quedés bé, era molt interessant i entretingut.

D'altra banda, al matí realitzaven diferents exercicis, i si no els acabaven algun dia nosaltres a la tarda els ajudàvem i intentàvem que els raonessin.

## Tracte amb els pacients:

La relació amb els pacients ha estat força bona, no els coneixia perquè és el primer any que hi he participat. D'altra banda, vam començar treballant amb uns pacients, però a mesura que ha anat passant el curs han marxat alguns i d'altres han vingut de nous, de manera que sempre coneixíem gent nova i això anava bé i era força enriquidor.

## Tracte amb els professionals de l'hospital:

He realitzat el voluntariat a la unitat de dia demències on estava amb una altra companya voluntària i una infermera que era la persona que ens ajudava i ens guiava en les activitats i estava amb nosaltres per si teníem qualsevol dubte. Aquesta infermera ens explicava qualsevol dubte que tinguéssim i aspectes de les malalties que ens interessaven i que ens ajudaven a entendre als pacients que allà estaven amb nosaltres i a poder ajudar-los de la millor manera possible.

## Relació amb els voluntaris:

Personalment no he tingut molta relació amb altres voluntaris/es, ja que només vaig coincidir amb alguns/es durant les xerrades que ens van fer per a la orientació al principi de curs i a l'hospital, i després a les sessions que vam anar dels voluntaris. A la unitat, pel que fa als voluntaris/es, només estava amb una altra noia però ja la coneixia d'abans, i per tant la relació que he tingut amb ella ha estat molt bona. Ens enteníem molt bé a l'hora de fer les activitats i també d'organitzar-les, ja que quedàvem fora de l'horari i les preparàvem una mica abans d'anar a l'hospital.

## Valoració final i possibles suggerències:

L'activitat a la unitat de demències del Centre Albada ha estat molt enriquidora en tots els sentits, ja que he après molt a nivell personal i a més, crec que ha estat de gran ajuda per als pacients. Qualsevol companyia i ajuda, o activitats realitzades amb els pacients crec que és molt útil, ja no només per millorar la malaltia, sinó perquè no estiguin sols i a més perquè estiguin distrets i contents. Pel que fa a les suggerències, l'únic que he trobat és que les activitats en moltes ocasions eren massa repetitives. En general ha estat molt bé i espero poder seguir participant l'any que ve.