

núm.

01

Aquí, ara i així

Vila dro sa ment



GRUP
SOM VIA

/01

Editorial

Viladrosament aquí, ara i així!

Comitè editorial i redacció

Irene Carmena Esquina,
Irene Casanova Salvador,
Domènica Estalella,
Sílvia García Márquez,
Daniel Jesús Hidalgo Ferré,
Miquel Tiffon Busquets,
Daniel Zafra Castillo

Disseny

Vänster

Una revista

Grup SOM VIA



La revista que avui teniu a les mans neix amb moltíssima il·lusió. L'hem titulada Viladrosament!, reproduint la intenció d'una reconeguda marca i la seva campanya Mediterràniament, que cada estiu aconsegueix mostrar una particular visió de vida. Nosaltres, tot i que en format senzill, ens sumem a aquest propòsit, que no és altre que el de compartir la nostra manera de viure, amb informació, opinions i entrevistes, també pensaments i maneres de fer. Tot plegat fet amb grans dosis d'esforç i esperança!

Volem contribuir a donar a conèixer les infinites destreses, les activitats i els interessos de les persones que viuen la diversitat, també reivindicar la qualitat professional de les persones i els serveis que hi treballen. Així, Viladrosament!, és una finestra oberta a un món de convivència, protagonitzada per les heroïnes i els herois més quotidians.

En tot cas, ens agradaria molt saber transmetre a les nostres lectores i lectors totes aquelles petites i grans coses, sovint màgiques i especials, que passen al Centre Residencial Viladrosa.

Salutacions!

Equip-Comitè editorial i redacció

Sumari

/01

Editorial.
Viladrosament,
aquí, ara i així!

/02

Benvinguda
Carmen Armengol,
presidenta Grup SOM VIA

/03

El Grup SOM VIA,
un model propi
d'acompanyament



/04

L'Ofici d'Acompanyar.
Júlia Cerna. Vocació,
respecte i solidaritat

/05

Les Coses de Casa.
El dia a dia i les rutines

/06

Això és un no parar!
Programa general d'Activitats

/07

Diem la nostra!

- # Deixa'm dir-te.
Domènica Estalella
- # Un espai on tothom té veu.
Daniel Jesús Hidalgo
- # Una experiència solidària.
Daniel Zafra

/08

Una entrevista en família
amb María José Castillo

/09

Pròximament:
Reyes Majos,
Generació Zirc.
Ateneu 9 Barris



/02

Benvinguda
Carmen Armengol,
presidenta Grup
SOM VIA



**Agraeixo de tot cor
l'oportunitat de presentar-vos
aquest primer número
de *Viladrosament!* perquè
és també una ocasió més
per obrir les portes i
donar-vos la benvinguda al
Centre Residencial Viladrosa.**

És en aquest espai d'acompanyament on, amb una precisa metodologia professional, aconseguim unir convivència, diversitat i complexitat. Els protagonistes són el respecte, la confiança, el benestar i la qualitat del servei. És alhora, fruit del treball en foment de la iniciativa, de la creativitat i l'augment del treball autònom, que neix aquesta revista, que veu la llum avui gràcies a la complicitat i el vincle que dia a dia creix entre les persones usuàries i els equips professionals del Grup SOM VIA.

Us agradarà, perquè són pàgines que permeten a qualsevol *viladrosenca* o *viladrosenc* expressar-hi les seves idees, els seus aprenentatges o conèixer les activitats que dia a dia es desenvolupen. Igualment, hi ha espai per a creacions literàries, treball professional, vivències i pensaments.

Donem-li doncs la benvinguda i us convido a fer una ullada per descobrir ara, així i aquí una manera de viure, de pensar i d'acompanyar les persones.

Carmen Armengol
Presidenta
Grup SOM VIA

Endavant Viladrosament!

/03

El Grup SOM VIA, un model propi d'acompanyament

Des del Grup SOM VIA creiem en la força del vincle, en la confiança i la proximitat. Som zero etiquetes, som drets, som normalització, socialització, també assessorament, pautes, comprensió de l'entorn, recomanacions i expressions, tot plegat aixecat des de la precisió que cada realitat necessita.

Som capacitat d'adaptar-nos a cada persona, a cada identitat, a cada intimitat, amb la força del consens i la confiança. És així que el nostre model d'intervenció incorpora els principis bàsics del model d'atenció centrada en la persona i amb la persona on l'eix central és la persona, els seus desitjos i preferències.

Creiem en l'empoderament, en l'autodeterminació, la independència i la llibertat en la presa de decisions, també en la participació activa en el propi procés d'acompanyament, fet a mida, a partir de cada fortaleza i cada realitat.

Tot plegat, fonamentat sota els principis de la Convenció sobre els Drets de les Persones de les Nacions Unides (ONU).

TU — NOSALTRES DECIDEIXES, T'ACOMPANYEM!



TU

Tu penses, tu decideixes.

Tu ets allò que vols ser, tu avances pel teu propi camí.



NOSALTRES

Som el teu suport, som les propostes positives en el teu projecte de vida.

Som l'acompanyament precís en tot allò que desitges, que penses i necessites.



AVANCEM JUNTS

Amb llibertat, amb compromís, perquè tenim la força que ens regala la confiança.

Amb seguretat, amb les habilitats i els avantatges que t'ajuden a viure.

Amb els principis de la Convenció Internacional sobre els Drets de les Persones.

/04

L'Ofici d'ACOMPANYAR

Entrevista a Júlia Cerna,

professional d'atenció directa al Centre Residencial Viladrosa

Silvia Garcia Márquez

Quiero, porque amo.
Quiero, luego sé cómo se hace.
Quiero, luego puedo.
Quiero, porque creo.

Korczak, 2018



Acompanyar, atendre, intervenir, donar suport i posar-hi els cinc sentits poden ser llegits com una metàfora del que és l'ofici de treballar en un centre residencial.

Però és en el seu dia a dia quan la Júlia s'endinsa en un bosc de desitjos, un paisatge viu on ella donarà les claus per avançar i fer possible que tothom pugui fer les coses per un mateix. Aquest és el camí que, de mica en mica, configura aquest entramat intens que és l'acompanyament a les persones.

Ella, com tot l'equip, porta implícita la idea de trajecte, de procés, d'esperança i fins i tot de ritual. La motivació és la certesa que representa conèixer, parlar de tu a tu, de persona a persona, vivament. A Viladrosa el teu nom és Domènica. El teu nom és Cristina. El teu nom és Pau. El teu nom és Dani.

I és aquí on comença tot.

És acompanyar en un nou començament de vida que, a partir d'un primer expedient, ens endinsa entre les pàgines de vida que han d'escriure els seus protagonistes: les persones que ara ja viuen a casa seva, al Centre Residencial Viladrosa. També és un exercici on parlar d'espais d'intimitat, de relats de vida, d'hàbits i anhels de futur. Tot l'equip d'atenció directa ho té ben clar i amb l'honestedat, la gestió, el rigor professional, el tacte i l'ajuda de la comunitat, pot obrir les possibilitats a cada creixement personal, mitjançant decisions, consens i voluntats singulars.

Cert que són persones majors d'edat, emancipades i que sovint preguntaran per primera vegada com fer el llit o on trobar un espai tranquil per veure una bona sèrie de Netflix. La prioritat ha de ser la identitat, la dignitat i fer fora del nostre llenguatge paraules com capacitat o nen o nena.

Tot plegat té a veure amb mirar positivament les persones, amb desterrar etiquetes i estigmes, amb trencar categories que no fan més que dinamitar possibilitats de ser. Visibilitzem, canviem el lema i escrivim a l'entrada: Sempre es poden fer coses!

Professionals com la Júlia entenen aquesta participació com un ítem de qualitat de vida i autonomia de les persones que viuen al Centre Residencial Viladrosa i una font de desenvolupament personal immensa.

Ella creu en la importància de mantenir i implementar rutines per al benefici emocional, també hàbits, sempre amb afecte. Com diria l'amic Jaume Funes "escollar les vides, recuperar els petons perduts perquè la nostra vida requereix d'una dosi vital mínima de felicitat".

/05

Les COSES de CASA.

Les rutines: del dia a dia a l'autonomia

Marta Soria Frisch,

psicòloga del Centre Residencial Viladrosa



Les rutines són benefici emocional i psicològic i per això cal mantenir-les dia a dia. Són el costum de fer alguna cosa de manera constant, continuada. Quan s'aprenen, es creen hàbits i és llavors quan apareix la tan desitjada autonomia!

Pensem que una manca de rutines pot desencadenar desordre, també inseguretat o inestabilitat (angoixa o malestar) a més de dificultar relacions, convivència, nutrició o socialització. Però anem amb compte, l'excés de rutines pot fer-nos sortir del nostre registre i crear rigidesa. Així, la clau, com fa un bon equilibrista que sap mantenir tècnica i creativitat, la té combinar rutina amb maneres de fer.

Els equips professionals de la salut i professionals d'atenció directa apunten sovint la importància d'implementar rutines. Així, podem ajudar a organitzar, planificar, memoritzar o gestionar els temps de les rutines i obrir la porta a una seqüència lògica i automàtica de costums, d'esdeveniments. Alguna cosa semblant a dir que *la repetició és la mare del coneixement*.

“

Les rutines ens ajuden a portar una vida endreçada. Tot té el seu moment i cada cosa el seu lloc i temps.

A més, dia a dia, aporten ordre, són oportunitats d'aprenentatge i autonomia, milloren la comprensió de l'entorn, també del procés maduratiu, redueixen l'angoixa i les conductes negatives que de vegades ens bloquegen davant del *No sé què fer*.

És important estructurar temps i espai, concretar rutines a l'hora dels àpats, de les hores destinades al descans, també els hàbits d'higiene, d'oci. Les rutines ens ajuden a portar una vida endreçada. Tot té el seu moment i cada cosa el seu lloc i temps.

A Viladrosa en diem “tasques”, “responsabilitat” o “les coses de casa”.

I vosaltres?

Quines rutines teniu en el vostre dia a dia?

/06

Això és un
NO PARAR!

Programa general
d'ACTIVITATS
Darrer trimestre 2022


Amaya Garcia Zapirain,
treballadora social del Centre Residencial Viladrosa

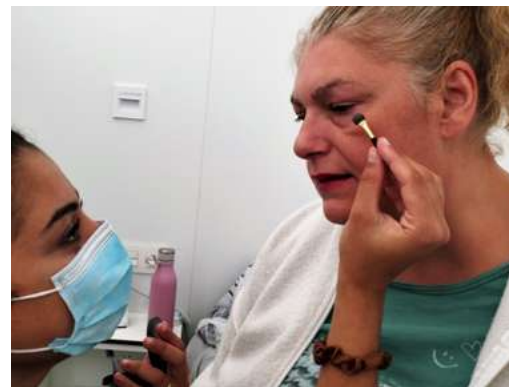
**Sensacions, autonomia, esport, cultura, estimulació,
emocions, relaxació, comprensió i molt més!**

Cada final de trimestre, avaluem les activitats en oferta, a través de la observació i valoració de l'equip de professionals d'atenció directa, així com de l'equip tècnic i el de les pròpies persones que resideixen al centre, potenciant aquelles que estimulen més a les persones i adequant en cada cas les necessitats de les pròpies dinàmiques de cada Unitat de Vida, així com de les pròpies persones que hi viuen i adaptant-les a cadascú, de manera individual.



Us presentem les activitats programades
pel darrer trimestre d'aquest any 2022
que ja s'acaba:

Taller d'art i Exposició /
Gestió Emocional / Camí cap a la
vida independent, el Programa
Canvi d'Aires / Debat i Actualitat:
grups de conversa / Geografia: La meva història / Hort teràpia /
Activitats formatives / Assemblea / Relaxació / Ball i moviment /
Música / Què fem avui? / Cinema / Oci i temps lliure: jocs de taula... /
Música en anglès / Activitats amb música /
Passejada / Bàsquet / Gimnàs / Esport i comunitat:
petanca, bitlles i futbol...) / Sortida Coneix Barcelona



/07

Diem la Nostra

Opinió de persones usuàries

Deixa'm dir-te. Carta a un desconegut

● Domènica Estalella

Després que has posat el nostre món de cap per avall, sembla que avui vas a la baixa. No oblidem que mai has entès de fronteres ni de classes socials. Has fet que moltes persones hagin estat malaltes, aïllades als hospitals, privades de l'abraçada i de la cura dels seus éssers estimats.

Deixa'm dir-te que vas anar saturant hospitals, però que alhora totes i tots vam anar vençant-te des del desconeixement i sense l'abraçada de la família, sovint amb la incertesa de saber què ets exactament i perquè ens vas aïllar.

Però, més cert és que la força de les persones et fa cada dia més petit, perquè ningú està sol. Potser hi ha qui no té qui el prengui de la mà, però tots estem allà i el nostre suport es propaga més de pressa que tu. Hauràs confinat moltes persones, però entre pacients

i professionals estem aconseguint el miracle. Entre tots t'anem vençant i tots estarem bé. Per fi arriba el moment dels petons i les abraçades de les quals ara ens has privat.

Deixa'm dir-te que m'estic preparant per ser una persona independent. Que estic aprenent les tasques de casa, per exemple. També a gestionar correctament els diners. En resum, tot el que és necessari per afrontar la vida adulta. M'agrada posar-me metes i anar cap amunt. Sempre vull aconseguir més; en estar en una situació complicada te n'adones que si tu no tires endavant, ningú ho farà per tu. Et mou la força de voler aconseguir-ho per tu mateixa. El que és fonamental és mirar més enllà i posar-se objectius, perquè sense ells no hi ha meta.

Per això, amb la covid, he aprofitat per aprendre una nova lliçó de vida.

Solidaritat: Quan un passat pot millorar presents

● Daniel Zafra Castillo

Cada persona és un món i està ben clar que viure en primera persona la diversitat, o la necessitat de suport, t'enseny a estar pendent dels altres, de les companyes i companys amb qui comparteixes espai de vida. Sense cap prejudici es valora afecte i companyia.

Tothom és únic, tothom és especial. Totes i tots estem en aquest camí de vida, amb anades i vingudes, pujades i baixades i on la solidaritat és tenir la capacitat d'identificar les persones que necessiten més ajuda. La solidaritat que jo practico a Viladrosa estic segur que serveix per millorar presents a partir del meu passat viscut, també d'altres m'han ajudat i m'ajuden a mi. Aquest és el sentit de l'ajuda mútua.

Sovint, s'estableixen forts vincles d'amistat, amb l'honestedat que suposa anar més enllà de cada diferència. Són vincles que poden durar tota una vida.

Per això m'agrada compartir amb les companyes i companys, vivències i experiències apreses d'un passat que no ha estat fàcil i tenir una actitud positiva per ajudar i millorar el dia a dia dels altres.

Em sentiu bé Dignitat i respecte

● Daniel Hidalgo Ferré

Sé que tinc alguna barrera comunicativa, però tinc molt a dir.

Ser escoltat és una de les manifestacions més eficaces de respecte, de dignitat. Sabeu? Hi ha emocions, pensaments i sentiments darrere les paraules. Així que, per què ens costa tant escoltar? Per què ens costa tant entendre allò que l'altra prova de dir-nos?

No escoltar és dir, no m'importes. Escoltar és respectar, és acollir, és reconèixer i construir ponts de connexió. Jo vull ser escoltat i no jutjat.

Avui tinc el meu lloc, sóc la meva veu. Puc parlar amb llibertat i ser escoltat. Avui tinc un acompanyament on em senten bé, m'escolten i on puc descriure tot allò que m'envolta.

Avui, ara, aquí i arreu la meva opinió importa com la de qualsevol altra persona.

/08

Una entrevista en família

“La felicitat dels meus fills és el que més m'importa”

Miquel Tiffon Busquets



La María José porta tota la seva vida cuidant dels seus dos fills. Ambdós tenen importants necessitats de suport. Avui, el Dani viu al Centre Viladrosa; el seu germà petit, està a l'espera d'aconseguir plaça.

Parlem amb ella, arriba amb ganes, és una persona lluitadora i amb voluntat de sumar, d'aportar tot l'esforç que calgui en aquesta construcció de vida que el Dani està fent a Viladrosa. És tota perseverança, estima el seu fill i els seus ulls desperts somriuen perquè, tot i que va ser una decisió complicada, afirma que avui se sent tranquil·la; diu estar bé perquè, ara i aquí, el seu fill està bé. El Dani ha tornat a ser ell, ha guanyat autonomia, estabilitat. Els caps de setmana tornen a ser llargues passejades i estones compartides a casa, en família. Sembla que el Dani s'ha emancipat, s'ha fet adult. És feliç.

“

És un aprenentatge en comú on la riquesa més gran és poder unir famílies i professionals en aquesta lluita conjunta. No hi ha dubte, la peça clau és la responsabilitat compartida.

Vol posar el seu granet de sorra, perquè coneix de prop la diversitat i empatitza amb cada família. Conscient d'una realitat complexa, sap que és difícil traspasar el dia a dia dels fills a un servei professional. Tot té un procés, unes expectatives, també hi ha enyor i exigències. És un aprenentatge en comú on la riquesa més gran és poder unir famílies i professionals en aquesta lluita conjunta. No hi ha dubte, la peça clau és la responsabilitat compartida.

A més d'amor de mare, la fortalesa de la María José és exemple de compromís.

/09

Pròximes activitats: Trobades, correspondències, racons i vincles

Comitè editorial i redacció

Aquesta secció que comences a llegir, tu lectora, lector, vol fer més comprensible i “llevadero” allò que ens passa a la nostra vida quan ens relacionem, estimem, o passegem fora de les portes del Centre Residencial Viladrosa.

Quan travessem el llindar i sortim al barri, pels racons de Nou Barris i el sol espatarrant d'aquesta tardor ens convida a fer activitats dintre i fora del barri, dintre i fora de casa.



T'expliquem que d'aquestes trobades que fem, participem en la **Campanya de Nadal: Reyes Majos**. Lluny ja del confinament, tornem a escriure les cartes amb la il·lusió de rebre els regals de Nadal i que organitza l'entitat Miaportacion.org, un dels col·laboradors del Grup SOM VIA.

És una iniciativa màgica que, a través d'una carta, uneix persones solidàries amb persones que viuen a una residència. Són més de 10.000 desitjos complerts. Tot i la distància, hi ha un regal per a cada persona, un somni, una sorpresa que fa sentir-se ben especial.

I tota sorpresa va acompanyada d'una celebració, així que aquest desembre arriba la **FESTA DE NADAL AL CENTRE RESIDENCIAL VILADROSA!!**

Aprofitem també aquest Nadal per muntar una paradeta amb objectes fets aquí, són pur Km0 i fets per nosaltres. Podeu adquirir figuretes, pots de vidre amb espelmes decorats, llunes i estrelles amb fil per penjar i molts d'altres.

Altres de les trobades que estem fent aquesta tardor és la **GENERACIÓ ZIRC**, gràcies al suport de l'Ateneu de 9 Barris i l'Ajuntament de Barcelona. Un taller on es treballen disciplines, malabars, equilibris, amb una mostra artística final a la carpa del Centre de les Arts del Circ Rogelio Rivel.

També volem posar el cos en forma i preparar-nos amb entrenaments a mida, també amb un missatge i estones simpàtiques per qui les comparteix i qui les correspon. A més l'esport és humanitat, companyia, treball en equip, superació, consciència física i és èxit personal i col·lectiu.

I si voleu saber més, les trobades i els racons dintre i fora de Viladrosa són per a tothom. Cadascuna de les activitats que es fan cada dia connecten emocions, sensacions i il·lusions. Connecten persones que segurament no s'haguessin conegut mai. Aquí viuen les persones amfitrions i protagonistes de la seva pròpia transformació i de pas, de la seva comunitat. O potser de moltes comunitats?

I amb molts vincles.





Promovem reptes, voluntats
i il·lusions de vida a través d'espais
i iniciatives compromeses
amb les persones i amb
la transformació de l'entorn.



Grup SOM VIA

Carrer Natzaret, 119-129
08035 Barcelona
934 56 24 95

info@somvia.org
www.somvia.org
www.twitter.com/grupsomvia
www.instagram.com/grupsomvia
www.facebook.com/grupsomvia