

Nº 3

Febrer 2016

Magazine

Sitges Park

 Sitges Park
Residència i Apartaments

Infeccions respiratòries

Dra. Carbonell

Teràpies no farmacològiques

Àngels Aguado Ferrer

**Recull de totes les activitats
i festes realitzades
en els últims mesos**

L'entrevista

Carme i Francesc

Goyo Moliner



Plena adaptació a un nou estil de vida.

Com s'adapten les persones grans a un nou estil de vida? Per què no acceptem que quan ens fem grans podem viure en un altre ambient, envoltats de gent i amb la millor atenció possible? Per què estar depenent sempre de la família?

A la gran majoria de gent gran en el moment que se'ls proposa ingressar en una residència, d'una banda els espanta fer-ho, perquè amb això sembla que desapareguin tots els records que han conservat ells durant anys, i d'altra banda es pensen que és una manera de desconnectar de la família més propera.

En una residència arriben els canvis, s'entra en una forma de viure diferent, més estricta i supervisada per professionals sanitaris. El dia a dia aporta una visió diferent de la vida, les instal·lacions en general, i les habitacions estan preparades i pensades per donar una atenció més propera a la persona, oferint un ambient càlid i humà per al desenvolupament d'una vida amb total independència. Enrere queden les tasques rutinàries de casa, anar a la compra, fer el menjar ... i ara toca relaxar-se i gaudir de la companyia d'altres persones.

En aquest nou estil de vida també entra la cura per l'aspecte i la imatge. Amb els anys l'esperança de vida s'ha incrementat molt, i això ens obliga a cuidar-nos millor físicament i mentalment, per fomentar una bona salut.

A nosaltres, els professionals, ens anima molt veure com els residents es mostren interessats a practicar qualsevol tipus d'activitat o esport, quan anteriorment no ho han fet mai, i a poc a poc van trobant una millora física i una motivació personal per seguir fent-ho.

En una residència tens temps per a tot, i, no cal dir-ho crear-te un nou **ESTIL DE VIDA**.

QUINA SORT TENIM D'ESTAR AQUÍ!

Goyo Moliner / Director gerent

Residència Sitges Park / Grupo Abraham

President: Miguel Abraham

Consellers: Iván Abraham, Eduardo Roca, Manuel Hernán i Eduard Badía.

Direcció general: Goyo Moliner

Direcció tècnica: Francisca Correas

Responsable mèdic: Dra. Carmen Carbonell



Ecta-3
anuncis

Totes les facetes
de la publicitat
offline i online

Sardenya, 360, 1e - 2a, 08025 Barcelona - T. 933 174 750 - ecta3@ecta3.com
www.ecta3.com



Infeccions respiratòries



Els canvis de temperatura propicien un canvi de gèrmens en l'ambient que poden tenir conseqüències nocives per a les persones grans. El fred intens d'aquests dies pot originar en les persones d'edat avançada infeccions respiratòries i insuficiències cardíques. A vegades es tracta de catarros o processos bronquials que es donen encara que el pacient estigui vacunat de la grip. Aquests processos poden estar atenuats per la vacuna, la qual és un bon tractament per a la prevenció.

La vacuna és un preparat d'antígens que una vegada dins de l'organisme provoca el desenvolupament d'anticossos enfront dels organismes patògens, i produeix una resposta immunitària que ens protegeix de la malaltia per la qual ens hem vacunat.

Si es compliquen, les infeccions respiratòries poden produir en el pacient insuficiència cardíaca i agreujar la situació. Els grans pateixen una sèrie de patologies cròniques que es poden complicar quan existeix un procés infecciós.

Els processos catarrals poden aparèixer malgrat la vacuna, són simples constipats que han de ser tractats amb repòs relatiu, analgèsics i molta hidratació, infusions, sucres, sopes

qualsevol líquid que pugui evitar la sequedat de mucoses.

Només quan hi ha signes d'infecció respiratòria com febre, esgarriances, mal de cap, dolor ocular, muscular i tos amb expectoració purulenta s'administrarà antibiòtic i en moltes ocasions haurem d'afegir-hi corticoides i nebulitzacions amb broncodilatadors.

Són processos que en l'origen són lleus i no tindrien gaires conseqüències, però en les persones grans es poden complicar perquè la seva capacitat funcional respiratòria i cardíaca és reduïda. Les dificultats per expectorar, pròpies de l'edat agreugen el procés.

Quan els grans senten mal estat general per aquests processos el més indicat és una dieta suau, nutritiva i reconfortant, brou, sopes, sucres, fruita fresca rica en vitamina C o una infusió del sabor que prefereixin amb mel quan els vingui de gust.

La nostra residència ofereix totes les cures com a casa tant de dia com de nit per part d'un equip multidisciplinari dedicat a l'atenció centrada en la persona.

Festes

Nit de Halloween. Terrorífica...

Quina festa vam tenir per Halloween! Una nit envoltada d'aranyes, esquelets i bruixes ... terrorífica!

La nit va ser una gran festa entre família, companys i amics amb l'actuació musical de Duet d'Ambient que, com sempre, fan que les vetllades siguin espectaculars amb cançons actuals i de més antigues.

En definitiva, un Halloween que va trencar per unes hores la rutina.



Festes



Quins xefs més bons tenim!

La festa de la castanyada la vam celebrar amb un Taller de panellets on els nostres residents ens van demostrar la seva creativitat elaborant panellets dignes del millor xef.

Durant el matí un grup de residents ens van demostrar la seva destresa amb la rebosteria i no ens van decebre. Amb entusiasme i creativitat van treballar la massa, donant-li forma i incorporant-hi els diferents gustos típics dels panellets: coco, ametlla, pinyons ... boníssims! Per cert, les castanyes no hi van faltar!

Una activitat especial que s'engloba dins de les propostes que tenen com a objectiu treballar la motricitat desenvolupant la creativitat i les relacions interpersonals.



Reportatge

Als centres residencials dedicats a les persones grans les activitats terapèutiques són una de les àrees més rellevants per al desenvolupament i potenciació de l'autonomia funcional, per a la prevenció de la seva disfuncionalitat i per pal·liar i retardar quan ja s'ha instaurat la deterioració cognitiva.

Teràpies no farmacològiques

La residència Sitges Park ofereix un ventall de possibilitats de les quals en destacarem tres, que es relaten en aquest article.



Fisioteràpia individual i de grup

Mobilitat, funcionalitat i equilibri... Aquest és l'objectiu de la fisioteràpia. Aquesta disciplina tracta les conseqüències negatives de la falta de mobilitat associada a la vellesa per aconseguir que els nostres residents guanyin més mobilitat i equilibri.

Aquest tractament fisioterapèutic comença amb la primera valoració mitjançant el test de Tinetti. Aquest ens ofereix la informació necessària per marcar uns objectius, que depenent del cas s'aconseguiran amb una acció individual o de grup. Però sempre estaran centrats en la persona avaluada.

Les encarregades d'oferir aquest servei de fisioteràpia són Araceli Triviño i Isabel Balcells, graduades en fisioteràpia, que fan que aquesta disciplina sigui amena i divertida per als nostres residents.

Musicoteràpia

So, ritme, melodia i harmonia ... de la música i els instruments corpo-sonoro- musicals per establir una relació entre musicoterapeuta i resident que aconsegueixi millor la qualitat de vida d'aquest.

La nostra terapeuta, Ingrid López, realitza sessions amb grups diferenciats de residents. Enfoca les sessions amb l'aparell musical i tocant el piano i el violí així com instruments de mida més petita. Utilitza tres tipus de llenguatge: sonor, corporal i verbal per transmetre i implicar tots els usuaris.

Amb la musicoteràpia s'aconsegueixen efectes positius de tipus biològic que són: canvis de la pressió arterial, del ritme cardíac i



Reportatge

el pols, de la respiració, augmenta el nivell de resistència al dolor i s'incrementa l'activitat muscular. I en l'àmbit cerebral, la música aconsegueix potenciar una major connexió interneuronal, i això provoca que s'estimuli la memòria. Els efectes psicològics són: proporcionar un efecte sedant o estimulants segons la naturalesa de la melodia. I aconseguir despertar, evocar, provocar, enfortir i desenvolupar qualsevol emoció o sentiment humà. Actua també sobre l'àmbit social de manera que quan la musicoteràpia es realitza en grup, tendeix a aconseguir que els diferents individus que la practiquen es trobin més units, ja que comparteixen emocions molt semblants i provoca i afavoreix l'expressió d'un mateix.



Estimulació cognitiva

Les funcions superiors estan en continu procés de degeneració en l'adult. A mesura que el cervell augmenta en edat, disminueix el seu pes i el seu rendiment. Es fa necessari potenciar l'estimulació cognitiva per desenvolupar i mantenir el funcionament òptim d'aquestes capacitats superiors o bé per retardar la deterioració prematura. En qualsevol cas s'han de tractar les àrees rellevants que són: atenció, llenguatge, raonament, memòria, càlcul, pràxies, gnòsies i capacitats visoconstructives. I realitzar aquest treball des de l'administració d'exercicis tant escrits o orals en cas de dèficit visual o dèficit de la motricitat fina. I quan a més hi ha afàsia (alteració del llenguatge) es fa necessària una estimulació sensorial per activar les capacitats residuals. Per aquest motiu és tan beneficiosa l'entrada d'inputs visuals, tàctils, sonors, olfactoris i gustatius. En la residència Sitges Park utilitzem tots aquests recursos perquè amb l'exercici de la nostra professionalitat aconseguim els objectius terapèutics marcats des de la nostra primera valoració.



Àngels Aguado Ferrer
Psicòloga i coordinadora de les activitats terapèutiques

Entrevista

Un nou número de la nostra revista, i en aquesta ocasió el nostre director, Goyo Moliner, entrevista a dos residents que, per la seva forma de ser i la seva personalitat, han fet que siguin estimats per tots els seus companys.

Ells són Francesc Turón i la Carme Rufino.

Carme i Francesc

Hola Francesc, com et vas decidir a venir a la nostra Residència?

Es van ajuntar diversos motius, entre ells, la meua delicada situació física i la pèrdua de la meua família, la qual cosa em va obligar a reorientar la meua situació personal i buscar un lloc i un nou projecte de vida que m'ajudés a no estar sol. En aquests moments jo necessitava ajuda fins per menjar. La meua situació es va complicar molt i requeria els serveis bàsics del dia a dia per viure.

Com ens vas trobar? Ho vas decidir tu sol o vas consultar tot això amb algú?

Gràcies a la meua cosina Lourdes i al meu oncle Joan, que eren els que em cuidaven vaig poder trobar un lloc com aquest. Ells es van encarregar de tot.

Quan vas arribar el primer dia, què és el que més et va cridar l'atenció de la Residència?

En general tot l'edifici, i en concret la seva arquitectura, ja que és un edifici enorme. Una vegada dins l'amabilitat del personal que em va rebre.

Quant temps fa que estàs amb nosaltres?

Al gener faré un any, ha passat molt de pressa i la veritat és que no me n'he adonat. He viscut moments molt alegres i això t'ajuda molt a adaptar-te millor.

Dins de la Residència què és el que més t'agrada fer?

M'agrada tot, però participo molt en les activitats que la Residència ens ofereix, concretament els treballs de pintura i dibuix amb la nostra professora Ingrid López.

Pel que fa al menjar, tenim uns bons cuiners i el servei de menjador és molt correcte.

Tu vas venir d'una altra localitat que és Sant Just Desvern, on vivies des que vas néixer, què tenen de diferent aquesta localitat i Sitges?

Sitges és una localitat molt oberta i divertida, i té un clima molt agradable durant tot l'any, la qual cosa aprofitem per sortir i anar a passejar quan volem. És un poble molt cosmopolita i sempre fan coses per atreure turisme. Sant Just és més tranquil, però també molt acollidor.

Tens companys/es per poder sortir?

Sí, acostumo a sortir amb un vehicle elèctric amb la meua amiga Carme, i passegem pel poble i el passeig marítim durant hores. També visitem els mercats ambulants que fan cada setmana.

És fàcil fer amics a la Residència?

Sí, perquè a més jo sóc una persona molt oberta i m'agrada conèixer i relacionar-me amb tothom.



Entrevista



Trobes a faltar una mica Sant Just Desvern?

No, aquí ho tinc tot i estic molt satisfet amb haver decidit a venir aquí.

Bé, doncs ara xerrarem amb la teva bona amiga Carme.

Hola Carme!

Segons en Francesc sou bons amics. Què et sembla en Francesc?

És una persona excel·lent, molt agradable i li agrada molt conversar, encara que va una mica a la seva, ha, ha, ha ..., però és molt amic dels seus amics.

Carme, duus més temps que ell, ets dels primers residents a arribar. T'has adaptat bé a la Residència?

Plenament, he trobat a la Residència una gran amplitud per a la meua vida, encara que actualment fa nou mesos que falta el meu espòs, i ho estic intentant portar tan bé com sigui possible.

És cert, Carme, me'n recordo d'en Joan, d'aquells moments tan bonics que passem junts, jo i la resta del personal tenim records excel·lents d'ell.

T'has sentit sola des de llavors?

No, en cap moment, ja que tinc una gran companyia de tot l'entorn de la Residència, des dels meus companys/es de la Residència fins al mateix personal que són tots meravellosos, i també tota la meua família que sempre ha estat al meu costat.

La teua relació amb en Francesc, en general, ha estat més forta que amb la resta de residents, cert?

Si perquè des del primer dia que ell va arribar hem compartit molts moments, tant el menjador com les activitats, i això ens ha fet que siguem inseparables.



I tu Francesc, què me'n dius de la Carme?

Per mi és una persona excel·lent, perquè des del dia que vaig arribar m'ha tractat com si fos el seu fill, fins i tot em dóna els consells, que jo, pel meu estat no puc entendre.

Carme, (ha, ha, ha) sembleu la parella de la Guàrdia Civil, sempre junts i motoritzats!!!

Doncs sí, sempre sortim junts per Sitges i compartim molts moments, i la veritat és que hem fet una gran amistat. A més els que estan a la Residència ens criden la PATRULLA DE LA PLATJA, ha, ha, ha ..., ens ho passem molt bé.

Totes aquestes coses i altres històries que podem explicar són les que ens omplen de vida i no volem deixar al marge i fer constar que dono gràcies de poder estar a Residència Sitges Park, agraïda sempre a aquesta direcció i als serveis mèdics, en concret la Dra. Carme Carbonell, que en els moments més durs sempre ha estat al meu costat.

Carmen, Francesc alguna proposta per millorar la Residència?

Amb aquest ambient i espais tan agradables, aquest clima i el blau del cel, tan bonic de Sitges, m'agradaria que fos possible ampliar les instal·lacions, per poder oferir aquests magnífics serveis a més gent i que gaudeixin com nosaltres del que és estar com a CASA.

Bé, bé, això és difícil però no impossible, ja que amb el temps és una de les coses que la PROPIETAT té previst en els plans d'expansió d'aquest negoci.

Per acabar, jo personalment, dono fe que sou dues grans persones i que ja formeu part d'aquesta gran família que és la RESIDÈNCIA SITGES PARK, i a través d'aquestes línies us donem les gràcies per ser com sou i us demanem que seguiu confiant en la nostra Residència i en tot el seu equip, i per descomptat..., no canvieu, SIGUEU FELIÇOS!!

Sortides

Fira Patchwork

A Sitges tenim cada any una fira única com és la fira del Patchwork i les residents hi vam ser per gaudir d'un matí replè de treballs manuals i curiositats per anar preparant el Nadal.



Cau Ferrat

Triem un dijous a la tarda tranquil i lluminós per fer la sortida al Museu Cau Ferrat i el Museu Maricel, connectats entre si i adaptats per a l'accés de les nostres residents.

"Per mi va ser una novetat perquè no havia estat mai a cap museu ... I amb 92 anys que tinc! I vaig estar molt contenta de la companyia, hi anava molt de gust!" Maria.



Esdeveniment Palau Maricel

El programa de ràdio **Especies Protegidas** de Cadena Ser ens va convidar a través dels Serveis Socials de Sitges a l'enregistrament en directe d'un dels seus programes en l'incomparable marc del Palau Maricel.



Sortides



Sortida platja

Des de Sitges Park ens encanta aprofitar el bon temps i les platges que ens ofereix Sitges, i per això en diverses ocasions hem sortit a banyar-nos i caminar sobre la sorra.

Sortida Santiago Rusiñol

La Biblioteca de Santiago Rusiñol reobre les portes i un grup de residents ens en vam anar a veure les noves instal·lacions i aprofitar el bon temps en ple novembre.



Sortida Vilanova i la Geltrú

Ens traslladem a la ciutat de Vilanova per veure l'original pessebre exposat a la plaça de la Vila, les paradetes de les Rambles i l'arbre de Nadal presidit des de la plaça de les Neus. Una tarda nadalenca tot esperant que els Reis Mags apareguin per les cases per omplir-nos de regals.



Moments

Coral Armonia



Durant tot l'any des de la Residència fomentem esdeveniments o moments compartits entre residents, residents i familiars, treballadors i residents amb la intenció de crear espais on conèixer-nos gaudint d'un concert, una festa o qualsevol altra activitat conjunta. Aquest any, de tots els esdeveniments que s'han dut a

Jazzul



Moments

terme a la Residència, destaquem el Concert de la Coral Armonia, l'actuació del grup de jazz fusió Jazzul i les festes de rebuda i comiat de l'Estiu, tots ells amb una bona acollida per part dels nostres residents i familiars i que ben segur repetirem l'any vinent.

Comiat de l'Estiu



Festa d'Estiu



Nadal



Quan s'acosta el Nadal el nostre centre viu dies d'emoció i agitació. Tot l'espai s'engalana amb motius propis d'aquestes dates: garlandes, estels amb llums, pessebre, arbres de nadal, centres per a les taules dels comensals ... En part, gràcies a la tasca i dedicació de la Lina Franco, una de les residents més implicades en la vida de la residència, que amb grans dosis de paciència i originalitat va guarnir cada un dels espais.

Des de mitjan desembre l'ambient nadalenc impregna totes les activitats: 17 de desembre es va celebrar la missa de Nadal a la nostra sala-piano, amb el pare José Vicente Moragues i un gran nombre de feligresos que van trobar en aquest acte uns moments de reflexió i pau.



La música i el ball no poden faltar i el dia 18 vam celebrar la Nostra Festa de Nadal amb el grup Duet d'Ambient, ritmes de melodies d'ahir i d'avui ben conegudes per tots i que no deixen a ningú indiferent. També ens van acompanyar la coral Sitges Canta, una bona manera de començar el dissabte 19, amb un repertori que va fer les delícies de tots els assistents.





Nadal

Les activitats terapèutiques que ens permeten expressar la creativitat i alhora desenvolupar la psicomotricitat, no s'aturen per aquestes dates. En aquest cas es va realitzar un taller de paneres de Nadal. Va ser una jornada on es van tallar tires i estels amb feltre i es van enllaçar al voltant d'una panera de vimet, i que donà com a resultat un objecte pràctic i decoratiu.



El Pare Noel va visitar la residència Sitges Park el matí del 22 de desembre, envoltat dels seus patges, saludant i desitjant un bon Nadal a tots els residents. Amb bon semblant i molta alegria va ser lliurar un present, en aquesta ocasió un marc de fotos, que servirà per recordar els bons moments.



Quimidex
PROFESSIONAL
www.quimidex.com

Innovant al món de
la higiene i la desinfecció
professional

Carrer Uralita, 7, 08291 Ripollet
Barcelona, España

Nadal



La Nit de Nadal és la primera celebració pròpia del Nadal i desitjàvem que els nostres residents es trobessin acompanyats i alhora en un ambient de tranquil·litat i felicitat. Aquella nit era important oferir un bon sopar i el nostre xef Rafael Ortiz, ens va preparar crema de llamàntol i rel·lom amb pebre verd, a més de les postres típiques de Nadal. Va resultar deliciós.

El dia de Nadal, el 25 de desembre, es va caracteritzar per ser una vetllada entranyable. El dinar es va gaudir amb molta intimitat. Els residents van gaudir d'una sopa de Nadal com a primer i un pollastre farcit a la catalana de segon. Tot va transcórrer en un ambient relaxat i tranquil. Es respirava serenitat que va complaure a tots els presents.

La nit de Cap d'Any va arribar a la residència de manera triomfal. No hi podia faltar el cotilló i el raïm i tots abillats amb barrets, espanta-sogres, confeti ... vam acomiadar l'any degustant el menú preparat pel nostre xef Cristophe Urbanke: brou d'au amb pilota, ceps i verdures i de segon bacallà gratinat amb allioli de codony... quines cares d'alegria!



Espai del resident



Poema recitat per
Sixto Martínez

Cuentan de un sabio, que un día
tan pobre y mísero estaba,
que sólo se sustentaba
de unas yerbas que cogía.
«¿Habrà otro», entre sí decía,
más pobre y triste que yo?»
Y cuando el rostro volvió,
halló la respuesta, viendo
que iba otro sabio cogiendo
las hojas que él arrojó.

Quejoso de mi fortuna
yo en este mundo vivía,
y cuando entre mí decía:
¿habrá otra persona alguna
de suerte más importuna?
Piadoso me has respondido.
Pues, volviendo a mi sentido,
hallo que las penas mías,
para hacerlas tú alegrías,
las hubieras recogido.

Pedro Calderón de la Barca.



Lilli Tews
Poema premiat i publicat a
Itàlia i Alemanya.

Das Netz

Er tanzte in der Frühlingsluft
der schöne bunte Schmetterling
und küsste alle Blüten
und freute sich des Lebens
da sah er nicht das grosse Netz
in da er tanzend schwebte
nun hängter da an einer Wand
und küsst nun keine Blüte mehr
er kann nicht tanzend schweben
das Netz das hat ihn eingeholt
und nahm ihm alles Leben.

La red

*Baila en el aire de primavera
la mariposa de colores hermosos
y besó todas las flores
y se alegró de la vida
pero no vio la gran red
en la cual flotó bailando
ahora está colgada en la pared
y ya no besa ninguna flor
ya no puede más flotar bailando
la red lo captó
y le quitó toda la vida*



Una pastora en la sierra,
padecía mal de amores,
como allí no había doctores,
ella sola se curaba,
con el perfume de las flores.

A la rea de la cárcel,
no me vengas a llorar,
ya que no me quitas pena,
no me la vengas a dar.

Eusebio Ortigosa García

Esdeveniments

Aniversari Felç!

Per molts anys **Lilli Tews**,
Àngeles Bravo, **Zoilo Núñez** i
molts més.



La recepta del resident

A la nostra residència hem incorporat la recepta del resident. On la recepta estrella d'alguna persona s'inclou en el menú perquè la resta de residents puguin degustar-la. Les últimes receptes són: "Pollastre a la canyella" de **Margarita Freixas** i "Conill amb all i pebre" de **Consol Díaz**, totes dues boníssimes.



Notícies

Cineclub Sitges

Dins de les activitats de la Residència tenim el cinema fòrum dels dimecres. Aquest any hem vist pel·lícules clàssiques (*Sonrisas y lágrimas, Sabrina, Esplendor en la hierba*), sentimentals (*Cadena de favores, Sentido y sensibilidad*), musicals (*New York, New York, West Side Story, Amanece en Edimburgo*), fantàstiques (*Charlie y la fábrica de chocolate*) i recentment estrenades (*Un día perfecto, La familia Bèlier, Trash, 8 apellidos vascos, Chef*).



També hem vist pel·lícules proposades pels residents com *El honor de los Prizzi* y *Pan, amor y fantasía*.

A les sessions de cinema que projectem en la residència s'hi sumen les sortides que durant aquest any 2016 farem al Cineclub del Prado.

Així podrem gaudir de l'atractiva i actualitzada cartellera d'aquest cineclub situat al centre de Sitges.

Hort Terapèutic



Quan la cura de les plantes alimenta la nostra autoestima...

proporciona un sentit a la rutina diària i una satisfacció si veiem el fruit d'aquesta cura. Amb aquesta finalitat hem instaurat dos horts terapèutics, un a la terrassa de l'entrada i un altre en la terrassa de la planta de demències.

És tot un èxit!



ALUM-METALL

Serralleria Metèl·lica · Tancaments d'Alumini

Pregunta pel avantatge
del nou vidre intel·ligent

Distribuïdor **VELUX**

93 894 07 58 - botiga@alummetall.com
Carrer Sinia Morera, 65 - 08870 Sitges

Aszende

Zener Grupo Palencia

C/ Lima, 7 · 08030 · Barcelona
T. 90 24 24 365
info@aszende.com



Soluciones de altura

www.aszende.com



Aplicaciones Electrónicas

SERVICIOS INTEGRALES

c/Roger de Llúria 9, 08915 Badalona (Barcelona)
Tel 931 185 833 - jalsor@jalsor.es

mhIndustrias

www.mhindustrias.com

SOLUCIONES DE EFICIENCIA ENERGÉTICA INNOVADORAS

Ingeniería, Instalaciones, Mantenimiento
y Gestión Energética

Avda Roma, 12, Cerdanyola del Vallès - Barcelona
902 151 296 • info@mhindustrias.com



PRODUCTES
DEL MAR

www.peixitosb.com

Gent Sitges Park



**Antònia
Climent**
Resident

Ara ha fet tres anys que, després d'una caiguda, vaig venir a Sitges Park per recuperar-me, havia de ser una estada transitòria, de només un parell de mesos, però aquí em teniu encara.

Vaig decidir quedar-m'hi, malgrat tenir altres opcions com tornar a casa amb una cuidadora, per què aquí hi vaig trobar una altra casa: una vida tranquil·la, amb unes instal·lacions modernes, adients per a les meves necessitats i amb el grau de privacitat o activitat que jo desitjo a cada moment. El cert és que les activitats que ens ofereixen (teràpies musicals, dibuix, jocs de taula, etc.) fan que les hores es facin curtes. Això sí, cada matí tinc l'obligació de fer gimnàstica que, adequada a les possibilitats de moviments de cadascú, ens permet mantenir una certa forma física o fer la rehabilitació que, per a la nostra docència, sigui més adient.

Però de totes maneres no voldria limitar-me a parlar de la residència com un conjunt d'instal·lacions i d'activitats. A la meua edat, gairebé 93 anys, el que més es valora són les persones, i d'això sí que us en vull parlar. De fet la meua estada aquí, voluntària, com ja he dit, malgrat ser forçada per un accident, va estar determinada per la gent que hi vaig trobar. Aquí tots, en major o menor mesura, ens entenem, respectem i, per què no dir-ho, suportem, ja que acabem sent una segona gran família. No tenim en compte d'on venim, que fèiem o qui érem: la vida ens iguala i així ho vivim.

Hi ha persones que no vull deixar d'anomenar, com la Carmen, la Paquita, la Margarita, les Montserrat o la Carmeta (i que em perdonin les companyes que pugui oblidar d'anomenar, ja que no per això són menys importants), amb les quals compartim llargues xerrades de les moltes històries que la nostra llarga vida ens ha fet viure. Aquestes estones, no tenen preu. Molts són els que han anat passant durant aquests anys, perquè s'han recuperat, perquè han marxat amb familiars o perquè ens han deixat, però de tots ens en queda un record de cordialitat i ben entesa. I sens dubte, el personal, des d'en Goyo fins a les auxiliars, el personal de recepció, de cuina, les infermeres, les fisioterapeutes, l'Ingrid, que ens fa baixar encara que no vulguem, i la Carme, la nostra metgessa... Totes i tots dedicats tot el dia a nosaltres, entenent les nostres necessitats que, per edat o per diferents circumstàncies, poden ser totes diferents, però sempre són al nostre costat per afrontar-les.

Després de tot aquest temps puc dir decididament que vaig prendre la decisió correcta: aquí tinc casa meua i la meua segona família.

SERVICIOS
INTEGRALES
DE CALIDAD

GRUMAN'S
SERVICIOS

SERVICIOS
HOSTELERIA

JARDINERIA

SERVICIOS
AUXILIARES

LIMPIEZA

CONTROL
DE PLAGAS

Rambla del Garraf nº76. CP 08812
Pol. Ind. Vilanoveta
Sant Pere de Ribes (Barcelona)
T. 93 811 58 15 • garraf@grupogruman.com
www.grupogruman.com

Grupo
GRUMAN