



**Gogoratu zeure buruari ahal
duzun guztia eta ahal duzun
hoberen egiten ari zarela.
Inor ez da hobeezina.**



BERRELKARTZEEN UNE IRRIKATSUA

Egoitzetan bisitak aste honetan hasi dira, eta eguneko zentroak pixkanaka martxan jarriko dira.
Ia 3 hilabeteren ondoren, dena aldatu da.

Egoitzetan

Orain, aurrez aurre ikusi ahal izango ditugu, emozioa inbaditzen digu, gertu egoteko gogoia, besarkada bat emateko gogoia... ..baina ez da besarkaden momentua. **Hain hurbil eta hain urrun**, protokolo berriak, haiek babesteko eta haien osasuna zaintzeko hain beharrezkoak izanik, gure senideekin modu desberdinean komunikatzen ikasten desafiatzen gaituzte.

Bai!!!, ikusiko ditugu, haiengandik hurbil egongo gara, bisitan berriz ikustearen emozioa kudeatu beharko dugu, malkoren batek ihes egingo du... Baina, nola egingo dugu komunikatzeko? Gure senideak (dementziadun pertsonak) ahoz komunikatzeko gaitasuna galtzen ari dira edo galdu egin dute, hitzik gabeko komunikazioa mantentzen da, keinuak, irribarreak, besarkadak, eskua ematea... Orain, bai haiek eta bai guk "distantzian" elkarreragiteko modu berriak ikasi beharko ditugu.

Begiradan, jarreran, ikusten diren keinuetan,...zentratuko gara; haien istorioak kontatuko dizkiegu, anekdotak, oroitzapenak; abestuko dugu; "ondo" daudela jakiteak ematen duen pozarekin begiratuko ditugu. Eta, nahiz eta kasu batzuetan haiek gu ez ezagutu (maskararekin, zailagoa izango da haientzat, gure argazki handi bat eraman eta bisitan zehar haren ikus-eremuan eduki dezakegu) gu haiek bai. Gure ahotsa entzutea pozez beteriko unea izango da haientzat.

Berriro elkartzeko aukera izango dugu, eta une atsegin hori aprobetxatzeko modua bilatuko dugu. Ez da lehen bezalakoa izango, baina hurbil izateko aukera izango dugu. Hilabete hauetan beti egon dira gurekin, gure pentsamenduetan, gure bihotzean, eta orain oroitzapen berriak sortu ahal izango ditugu, momentu berriak beraiekin. Bisiten minutu guztiak aprobetxatuko ditugu.

Hasieran zaila izango zaigu protokolo berrietara egokitzea, guztiori, ez bakarrik senideoi, hilabete hauetan gure begiak eta belarriak izan diren egoitzako langileei ere bai; teknologia berriekin haiengandik hurbil egoteko ahal den guztia egin dutenak. Egoera berri bat da, dantza berria da, eta pixkanaka "dantzaten" ikasiko dugu guztiok, maite ditugun pertsonen osasuna zaintzeko eta haiengandik ahalik eta hurbilen egoteko.



Eguneko Zentroetan.

Berrelkartzeen uneak dira ere, gainerako senideekin autobusaren zain, zentrorra eramaten dituen autobuseko gidariarekin; Haientzat (dementziadun pertsonak) beraien errutinarra itzultzea da terapiarik onena. Guretzat, senideontzat, kezkaz, baina eguneko zentroko langileen profesionaltasunean konfiantza osoarekin; ondo etorriko zaigu guretzat ere une bat izatea eta indarra hartu ahal izatea, pilak berriz kargatu ondoren jaso ahal izateko.

Agian, agurrak gogorrak izango dira berriro, eta banantze-antsietatea sortuko dute, baina bai haiek (dementia duten pertsonak), bai guk (senideak) errutinak behar ditugu haiek aktiba daitezen eta guretzat energiak berriro dituzagun. Eta, seguru asko, jasotzean berrelkartzeak gure senidearekin egoteko gogo handiagoarekin egingo direla.

Eguneko Zentrorik gabeko denbora guzti hau ondoren, senitartekoek egoera berriak erabiltzen ikasi dugu, ez zeuden lekutik energiak ateratzen, batzuek delegatzen ere ikasi dute, laguntza eskatzen eta onartzen. Norberarentzat denbora izateak duen garrantziaz ohartu gara, autozaintzaren garrantziaz (AFAGItik hainbeste "txapa" ematen ziguten hori) azkenean ohartu gara gu ondo bagaude haiek ere ondo daudela. Horregatik, berriz ere eguneko zentroari ekitean, senideek ispilura begiratu eta impasse horretako zauriak konpontzeko aukera izango dugu.

Ez da erraza izango egoera berrira egokitzea, protokolo berriekin, arau berriekin, komunikatzeko modu berriekin,...Ahal dugun hoberen egingo dugu, ahalik eta asmo onenarekin eta bai senitartekoak bai profesionalak, beti ere beren osasuna babestu eta ongizatea mantentzeko.

Guztion artean egoera honetara egokitu gaitzke, **Alzheimerraren aurrean ez zaude bakarrik**, elkartetik inoiz baino gehiago mezu hau helarazi nahi dizuegu.



Gipuzkoako Senitartekoen, Lagunen eta Alzheimerra edo beste dementziaren bat duten pertsonen Elkarteak.

