

País Vasco

2018 SEGUNDO SEMESTRE Nº 1.018

**Acompañando en
el camino para
vencer la soledad**



Unidades de Emergencia Social de Cruz Roja para atender a personas sin hogar

Por las noches y en la calle, el voluntariado atiende las necesidades básicas de la población “sin techo”, a quienes se les facilita comida, mantas y material de higiene.



En esta época, cuando los rigores de la estación invernal se hacen especialmente patentes, anhelamos el cobijo y el calor de nuestros hogares. Es, en situaciones como esta, cuando de manera más cruda se pone de manifiesto y nos preocupa la situación de aquellas personas que carecen hasta de lo imprescindible para hacer frente con un mínimo de eficacia a la dureza de las adversidades climatológicas. Cruz Roja, sensible como siempre a este tipo de situaciones y en su constante y continuada preocupación por las personas vulnerables, intenta salir al paso tratando de evitar y atenuar el sufrimiento humano. Para ello, actúa sobre y frente a las circunstancias que a él conducen.

Desde el [plan de Unidades de Emergencia Social \(UES\)](#), la Asamblea Local de Cruz Roja de Vitoria-Gasteiz, puso en marcha en 2014 una campaña de ayuda y asistencia a personas sin hogar, promovida por su Comité Local, con colaboración abierta a todo el voluntariado de la Organización. De forma continuada, todos los lunes, martes, miércoles y viernes de cada semana, a lo largo del año, se recorren los lugares habituales donde estas personas suelen pasar la noche.

Con la ayuda de un vehículo equipado con microondas, mantas, kits de higiene personal, caldo y bocadillos, se acercan tanto a las personas conocidas y atendidas de forma habitual, como a posibles nuevas localizaciones. La labor del personal voluntario es informar de los recursos de los que dispone la propia ciudad a aquellas personas que no los conocen, ofrecer un bocadillo acompañado de alguna bebida caliente (café o caldo) y mantener un pequeño espacio de escucha con ellas. También se hace entrega de ropa interior y calcetines a quienes lo necesiten. El fin no es otro que aportar aquello que, de alguna forma, pueda contribuir a aliviar su situación de desprotección, haciéndola más llevadera.

Un equipo de 35 personas

En estas épocas de mayor rigor climático, dos personas realizan guardias de localización para que, en caso de encontrar a alguien que lo necesite y no pueda desplazarse por sus medios, sea capaz acceder por la noche a una de las plazas en el dispositivo de alojamiento invernal del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz.

Las UES están constituidas por un equipo integrado por profesionales del trabajo social, personal técnico asistencial y voluntariado formado específicamente para esta actividad. En total, el proyecto cuenta con 35 personas, que dedican unas 768 horas al año en la colaboración.

Resultaría paradójico preguntar si “algo necesita a quien de todo carece”. No obstante, perseguimos también lo que quizá no sea menos importante que lo anterior: proporcionar a estas personas apoyo, compañía y la sensación de que no están totalmente solas, que alguien se preocupa con ellas. En definitiva, arroparles con el calor de nuestra solidaridad.

Cuatro días a la semana, se recorren los lugares habituales donde estas personas suelen pasar la noche.

El fin no es otro que aportar aquello que pueda contribuir a aliviar su situación de desprotección, haciéndola más llevadera.



¡Quiero ser voluntaria!

Hay razones tan diversas para hacer voluntariado como el número de personas que lo realizan. La mía, ayudar en la medida que me sea posible, intentar hacer de mi entorno un lugar donde merezca la pena vivir.

“La base más importante de Cruz Roja son sus voluntarias y voluntarios”. Esas son las primeras palabras que escuchas al entrar en la formación. El por qué quiero ser voluntaria es tan simple como empezar a serlo, querer ayudar a aquellos que necesitan apoyo, sentir que hago algo útil por la sociedad.

Ayudar a los que más lo necesitan

Hacer voluntariado significa dar tu tiempo para intentar ayudar a otros. Pueden ser semanas, días, horas... el tiempo es lo de menos. Lo importante es la voluntad de querer ayudar, es la acción de hacer sentir bien a otro ser humano. Además, con esta labor consigo sentirme bien conmigo misma, crecer como ser humano, sentir que lo que hago, por mínimo que sea, ha servido para algo.

Conocer gente nueva

Hay tantas experiencias recorriendo los pasillos de Cruz Roja en Álava, tantas vidas, que es imposible marcharse a casa sin haber aprendido un par de cosas nuevas. Conocer el porqué, de dónde y el qué necesitan consigue que abra la mente a nuevas



► Teresa Marina es voluntaria de Cruz Roja en Araba.

realidades, y ser más consciente de la mía propia. En ocasiones, también necesitamos ser el soporte de alguien, sentirnos parte de algo más importante que nosotras mismas. Donar tu tiempo para crecer como persona es una inversión a largo plazo.

Adquirir experiencia profesional

Ser voluntaria en una organización como Cruz Roja me va a servir para adquirir experiencia profesional, al mismo tiempo que realizo una bonita acción. Mis conocimientos sobre una determinada materia pueden verse multiplicados. Puedo realizar tareas relacionadas con mi ámbito de conocimiento y adquirir práctica para un futuro.

¿Por qué Cruz Roja?

Porque puedo realizar un sinfín de labores humanitarias para todos y todas. Desde

Lo importante es la voluntad de querer ayudar, es la acción de hacer sentir bien a otro ser humano.

acompañamiento a la infancia, donde los niños pueden hacer sus deberes, recibir la merienda y jugar, acompañados por los voluntarios y voluntarias de Cruz Roja Juventud, hasta la ayuda en búsqueda de empleo y formación para aquellas personas que estén en situación de desempleo, pasando por el acompañamiento a nuestros mayores.

Por otro lado, el mundo está cada vez más interconectado, dependemos más los unos de los otros. La situación del planeta está llegando a un punto en el que la sociedad tiene que actuar y Cruz Roja en Álava realiza una labor de acompañamiento y ayuda para refugiados e inmigrantes. Por su parte, el trabajo silencioso de la Institución, que nos acompaña a eventos, conciertos, carreras populares, o los partidos de los equipos de nuestra ciudad, son labores esenciales para nuestra comunidad. Reconocer que somos el motor del cambio para crear una sociedad en la que merezca la pena vivir, tendiéndonos la mano los unos a los otros, es fundamental para seguir construyendo un mundo en el que valga la pena vivir.

Teresa Marina, voluntaria de Cruz Roja en Álava.



► Gloria, voluntaria de la Organización.

SUS DERECHOS EN JUEGO

El reto para esta edición es entregar 6.000 juguetes nuevos, no bélicos y no sexistas a familias cuya situación económica no les permite comprar regalos a sus hijos e hijas para las navidades.



► Presentación de la campaña de recogida de juguetes nuevos.

La época navideña está llena de magia, en especial para los más pequeños de la casa que viven con ilusión la llegada de los regalos de Olentzero, Papá Noel o los Reyes Magos. Pero no todas las familias se encuentran en la misma situación económica, y a veces esta no les permite comprar juguetes a sus hijos e hijas. Por eso, Cruz Roja Bizkaia pone en marcha año tras año la tradicional campaña de recogida de juguetes nuevos para niños y niñas de familias en dificultad social. El objetivo de esta iniciativa es recoger

6.000 juguetes y reconocer el juego como un derecho fundamental de la infancia y trasladar los beneficios que produce en los más pequeños. Únicamente se podrán donar juguetes nuevos, no bélicos, no sexistas y, a ser posible, educativos para promover principios y valores que fomenten el aprendizaje y la convivencia. El juguete recogido es nuevo, ya que la normativa europea sobre la seguridad en los mismos exige poder garantizar su calidad, y esto no se puede garantizar en los juguetes usados. Por otro lado, Cruz Roja considera que



► Colabora para que todos los niños y niñas puedan tener juguetes estas navidades.

Y no olvides que puedes consultar todos los puntos de recogida de juguetes en la web www.cruzrojabizkaia.org. Además, durante toda la campaña informaremos de la evolución de la recogida en los perfiles de redes sociales de @CruzRojaBizkaia en Instagram, Twitter y Facebook. Síguenos.

Se necesitan 6.000 juguetes nuevos para niños y niñas en situación de vulnerabilidad.

cualquier niño o niña tiene el derecho y merece recibir un juguete nuevo, sin distinción, con igual dignidad e iguales deseos. Los juguetes recaudados serán entregados a las familias que más lo necesitan. En la pasada edición, gracias a la intervención del voluntariado de Cruz Roja Bizkaia, un total de 2.264 menores recibieron en la provincia hasta 5.502 juguetes nuevos. Los voluntarios y voluntarias de la Institución recogieron las donaciones de los clientes de los establecimientos o empresas colaboradoras, y realizaron la selección y la organización de los juguetes por edades. Anímate y colabora para que ningún niño o niña se quede sin jugar esta navidad.



Pausoka, 25 años acompañando a mayores

El centro de recursos de Cruz Roja Bizkaia dedicado a este colectivo celebra su vigésimoquinto aniversario.



► El centro de recursos para personas mayores de Cruz Roja Bizkaia, Pausoka, cumple 25 años de actividad en la provincia.

Cada vez vivimos más años. La esperanza de vida se ha incrementado de forma espectacular a lo largo del siglo XX, lo que supone una sociedad con población cada vez más envejecida. Teniendo en cuenta este contexto, Cruz Roja Bizkaia comenzó a trabajar con

personas mayores hace ya 25 años. Pausoka, el centro de recursos para este colectivo, inició su andadura con el objetivo de dar respuesta a las necesidades particulares de estas personas y de sus entornos familiares bajo la premisa de que el envejecimiento saludable y activo es posible,



► Un grupo de personas mayores realiza actividades de formación en torno al Día Mundial de la Salud.



► Pausoka ofrece distintas actividades como pintura, salidas medioambientales o manualidades para fomentar un envejecimiento saludable.

así como para fomentar un cambio en la percepción que existe en la sociedad sobre el envejecimiento.

Para celebrar estos 25 años de fabulosa trayectoria, el pasado 5 de noviembre se celebró en la sala BBK de Bilbao una gala donde los mayores fueron los protagonistas y donde se puso en valor el trabajo desarrollado durante estas casi tres décadas. Al evento asistieron representantes institucionales de Gobierno Vasco, Diputación Foral de Bizkaia, Ayuntamiento de Bilbao y BBK, entre otros. Pero las verdaderas protagonistas fueron cada una de las personas mayores allí congregadas. Había personas usuarias y también voluntarias que ejercen de fuente de escucha, nexo de apoyo y referente comunitario de la intervención desarrollada por Cruz Roja.

Otro de los objetivos de este encuentro fue ensalzar la contribución a la vida social, económica, cultural y política de las personas mayores. Además de poner el foco en que parte de los retos que supone para las sociedades el envejecimiento de la población pasa por la toma de conciencia de las personas de lo que supone este proceso, así como las conductas, hábitos y estrategias que inciden positivamente sobre la calidad de vida durante la vejez.

Para Cruz Roja Bizkaia las personas mayores han sido y son una prioridad. Por ello, continuaremos trabajando para frenar problemáticas como la soledad, la falta de autonomía, situaciones de discriminación por edad, abusos o violencia y la sobrecarga de sus familiares que realizan labores de cuidados, entre otras.



► Actividades como la horticultura ayudan a estas personas a desarrollar la autonomía personal y evitar el sedentarismo.

Recomponer un puzle de vida

El centro de rehabilitación psicosocial de Tolosa trabaja en el desarrollo de la autonomía y la integración de personas con problemas de salud mental.

“La enfermedad mental es una enfermedad más. Es tener un estigma que la sociedad me pone porque no comprende. Me genera miedo para relacionarme socialmente”. Así es como describe una persona que sufre trastorno mental lo que es vivir con esta dolencia. Las personas que lo sufren son muy conscientes de ello. Es una enfermedad invalidante, que provoca muchas inseguridades y miedos, y hace que se aíslen de la sociedad.

Cruz Roja lleva en Gipuzkoa 20 años trabajando por mejorar la calidad de vida de este colectivo. En 1998, el Ayuntamiento de Tolosa ofreció a la Institución un espacio para crear algún proyecto de intervención social. Y viendo las necesidades que había en el entorno, se apostó por un proyecto en salud mental. Inicialmente se creó un centro de día con seis plazas, conveniado con la Diputación Foral de Gipuzkoa, que ha ido evolucionando y creciendo: ha pasado a ser un centro de rehabilitación psicosocial, con capacidad para 20 personas, al que se ha incorporado un piso tutelado de ocho plazas.

La metodología de trabajo se centra sobre todo en tres áreas principales: el control y la aceptación de la enfermedad, el desarrollo de la autonomía personal y la integración de los pacientes en la vida comunitaria. “Nuestra forma de trabajar es conocer primero a la persona, no a la enfermedad, sino a cómo es la persona. Ver qué aspectos tenía antes de enfermar, qué podemos recuperar y qué podemos aportar. Pero siempre centrándonos en el individuo, en sus motivaciones y en su desarrollo personal”, explica Arantxa Boderó, responsable del centro de rehabilitación psicosocial de Tolosa.

Recuperar habilidades

Aquí se les enseña diferentes habilidades necesarias para que, en un futuro no tan lejano, puedan llevar una vida un tanto normalizada. El objetivo es que aprendan a valerse por sí mismos, que lleven un control de la enfermedad, con una supervisión adecuada, y que sean capaces de vivir autónomamente o en pisos tutelados donde puedan realizar las activida-

des domésticas, gestionar su economía, emplear su tiempo libre o simplemente relacionarse.

Una de las dificultades que presentan estas personas son las relaciones sociales, ya que muchas veces se quedan aisladas y caen en el sedentarismo. Por ello, de cara a una mayor integración en la vida de la comunidad, se realizan salidas de ocio y tiempo libre para que aprendan a ocupar el tiempo, estén en contacto y participen en la vida social y cultural de la ciudad. Entre otras actividades, acuden a exposiciones, realizan visitas culturales, van al gimnasio, reman o trabajan en la huerta.

El fomento de su autonomía es lo que permite que poco a poco recuperen sus habilidades para asombro de sus propias familias. “Los familiares los ahogamos. Los queremos proteger tanto que cuando se quedan solos y empiezan a venir y trabajar con profesionales es cuando empiezan a vivir sus vidas”, cuenta Marisa Elizondo, hermana de una persona usuaria del programa.

La presencia del voluntariado es muy importante para desarrollar esas habilidades



FOTO: MIKEL BLASCO



FOTO: MIKEL BLASCO

► Ernesto charla con Jon, voluntario del programa, sobre los últimos poemas que ha escrito.

bajo el paraguas de la amistad. Para Jon Castillo, voluntario, la experiencia es muy gratificante. "Realizamos actividades de ocio, salidas culturales o simplemente quedamos para tomar un café. Traba-

jamos la orientación espacial. A veces les digo a ellos que elijan el camino. Por ejemplo, si vamos a tomar un café a un bar, que me lleven por un camino al que no estén acostumbrados u otras veces

les digo: 'vamos a este museo, venga, llévanos tú'. Somos como una cuadrilla de amigos, interactuamos, charlamos... Es una relación de tú a tú, como un compañero, un amigo más".

DE LA MANO DE NUESTROS MAYORES

Cruz Roja en Euskadi acompaña a las personas mayores a través de distintos programas e iniciativas.



es la de llamar una vez por semana a los usuarios, preguntarles cómo les ha ido la semana e interesarse por ellos.

Cruz Roja en Euskadi también lleva a cabo el programa Enréd@te, un proyecto que pretende mejorar las relaciones sociales de las personas mayores en su entorno cercano y comunitario, como base de la promoción de participación social. Enréd@te contribuye al mantenimiento de las personas mayores en su domicilio el mayor tiempo posible, y se realiza a través de cuatro líneas de intervención: concienciación, capacitación, colaboración y participación.

Asimismo, desde este mismo año se ha puesto en marcha un nuevo proyecto Atención a personas en proceso de envejecimiento, con el que apoyar a los mayores de 65 años a prepararse para una nueva etapa. También proporcionamos a las personas la posibilidad de contactar desde su domicilio de forma inmediata a través de un equipamiento telefónico e informático con la central, que funciona 24 horas al día los 365 días del año.

E l 27,5% de la población vasca vive sola, y buena parte de ellos son ancianos y ancianas. Desde Cruz Roja Euskadi se busca dar respuesta a las necesidades tanto de los mayores como de sus familiares, atendiendo a más de 1.700 de estas personas en situación de exclusión social, la mayoría, mujeres. Las principales problemáticas de este sector son la soledad, la falta de autonomía y la sobrecarga de los familiares que realizan las labores de cuidado. Entre las actividades que lleva a cabo Cruz Roja en Euskadi se encuentran la promoción del ocio y tiempo libre, actividades medioambientales, informativas y de sensibilización o el acompañamiento. Miriam Orlanda es usuaria de este servicio y gracias a los voluntarios y voluntarias dice que no se siente una sola. “En mi caso sobre todo requiero el acompañamiento cuando necesito ir a un especialista, y ellos están ahí siempre” explica. Gloria Tapia, voluntaria de Cruz Roja desde hace 38 años, realiza acompañamiento

a mayores alaveses. “Tienen ansias de sentir cariño, de ver que hay gente que se preocupa por ellos”, comenta Gloria. “Es tal la satisfacción de compartir mi granito de arena para dar y recibir cariño... Mientras das, recibes,” continúa. Una de las labores del voluntariado como Gloria



COMITÉ AUTONÓMICO DE CRUZ ROJA EN EL PAÍS VASCO: C/ PORTAL DE CASTILLA, 52. 01007 VITORIA-GASTEIZ. TEL. 945 22 22 22. FAX 945 13 05 37.
COORDINACIÓN Y REDACCIÓN: ÁLVARO GARCÍA (ARABA), ITZIAR ESTEBANEZ (GIPUZKOA) Y LIBE ROMANA (BIZKAIA). **FOTOGRAFÍAS:** CRUZ ROJA.
EDITA: CRUZ ROJA ESPAÑOLA. **DIRECTORA DE LA REVISTA:** OLIVIA ACOSTA.