



**UN PROCÉS COMUNITARI
PER A MILLORAR L'ATENCIÓ SOCIAL I DE SALUT
A L'ESQUERRA DE L'EIXAMPLE**

CARMEN HERRANZ

CAP Casanova

LOURDES SERVENT

Emmaús

MERCÈ MARINÉ

Casal Lloïola

XABIER BALLESTEROS

CSS Antiga Esquerra de l'Eixample

inclusió.cat | Vic

6 de juliol de 2017

Diapositiva 1

Introducció*

Bon dia, comencem desmuntant el que us volíem presentar... :P

- Soc el Xabier Ballesteros, director del CSS Antiga Esquerra de l'Eixample, un dels 40 CSS que hi ha a la ciutat de Barcelona.
- I no sóc la Mercè, la Lourdes o la Maica, però tampoc Emmanuelle, Josep Maria, Emma, Begoña, Anna, Kim, i un llarg etcètera de les voluntàries, activistes, treballadores socials, educadores, infermeres, psicòlogues, metgesses i altres professionals, que construeixen, teixeixen i donen vida a l'eixgran.
Això no pretén ser una manera més o menys afortunada de dir que només som unes més entre moltes, perquè ni ho som, ni ho soc.
- I no em puc estar de dir-ho, perquè l'eixgran va d'això, de les persones i de les relacions. I en aquestes relacions ningú no som un més.

* Aquestes notes corresponen a una presentació oral d'aproximadament 15'. Tant l'estil com l'extensió dels continguts s'han d'entendre en aquest marc.

1. Les relacions



1. Les relacions

...I respecte el títol.

És el que vam posar a última hora per presentar la comunicació perquè encaixés bé al congrés... ;-D

Però ben bé podria ser un altre. Allò de la pel·lícula *Air Bag*: “El concepto es el concepto”.

I quin concepte és aquest? Doncs com podeu deduir pel que us deia abans, el «concepto» són **les relacions**

- la qualitat de les relacions que mantenim
- la construcció de relacions que creen i recuperen identitats
- Identitats que són personals i són comunitàries
- que rescaten o fan créixer les veïnes i veïns
- però també les entitats, els serveis i les administracions.

Perquè, com deia, en realitat tot això va de relacions:

- relacions entre persones, relacions entre grups, entitats, serveis...,
- relacions inter, però també intra (a cadascuna de les nostres organitzacions).
- Relacions en construcció, de vegades pobres o inexistentes, altres vegades enriquidores, inassequibles a la decepció...

I aquí em ve una paradoxa: Alguna de vosaltres sap d'alguna disciplina social o sanitària que no parli de la importància dels vincles socials i comunitaris i de les xarxes relacionals per a la maduració, per a la felicitat o per a la salut de les persones, i també dels grups i de les comunitats?

La paradoxa és que tothom ho sabem, ho recollim als nostres informes i a les històries mèdiques i socials, però després què fem, com actuem perquè siguin possibles?

Tot i que això no és nou, oi? Nosaltres no pretenem descobrir la sopa d'all.

Però si, per exemple, se sap des de fa molts anys i des de diferents diagnòstics, que en el nostre barri una de les mancances més importants és la poca xarxa existent al territori, i si aquestes xarxes relacionals són tan rellevants («determinants de salut» li dieu algunes), aleshores costa entendre que treballar per generar relacions no sigui un objectiu d'actuació preferent.

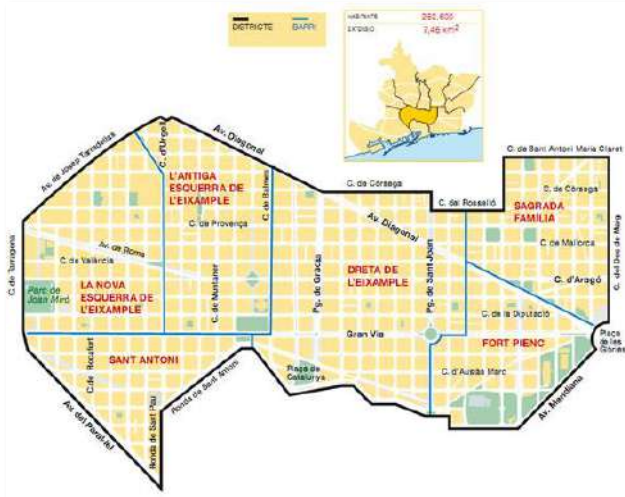
Una última idea: normalment no contemplem les relacions com un producte (com un output, si voleu dir-ho així). De fet, no me les acabo d'imaginar en un quadre de comandament d'alta direcció (amb la resposta: “no, no tenim masses dades, però hem fet molta relació...!”).

Però si és un dels resultats més importants que podem obtenir!

2. L'(Antiga) Esquerra de l'Eixample

Població (2016): **41.882h**
 +75anys: **21,9%**

+75 que viuen sols: **32,7%**
 i de dones +75: **40,6%**
 Índex envelliment: **187,7**
 I.sobreenvelliment: **56,3**



Per posar-vos en context, us donaré unes poques dades de l'Antiga Esquerra:

- Tenim una població de 41.882 habitants (2016), aproximadament com la ciutat que acull aquest congrés
- De les quals més d'1 de cada 5 té més de 75 anys
- D'aquestes 1 de cada 3 viuen soles
- Però entre les dones d'aquesta franja són el 40,6% les que viuen soles, (gairebé el triple que els homes)
- Tenim un índex d'envelliment de 187,7, i de sobreenvelliment de 56,3
- I, com ja he dit, destaca, per sobre de molts aspectes, la manca d'una articulació associativa, veïnal, interorganitzativa...
- Tampoc no voldria oblidar-me del problema d'habitatge emergent que està expulsant les veïnes i veïns del barri.

Per últim, i és rellevant tot, i que aquí no em puc estendre, que, a efectes veïnals i associatius i del funcionament pràctic del propi Ajuntament (tret dels serveis socials), el barri és l'Esquerra de l'Eixample (Antiga i Nova), que sumem 99.558, és a dir, per posar una referència, lleugerament per sobre de Girona.

3. L'aïllament de la gent gran



3. L'aïllament de la gent gran

Tot i que la majoria de vosaltres la coneixereu, vull destacar alguns elements per caracteritzar aquesta situació, abans de presentar-vos l'eixgran:

- Tant la soledat com l'aïllament social són condicionants de salut emergents en la població anciana.
- La soledat és una situació viscuda per una persona, que implica una desagradable, o inacceptable, absència de certes relacions. És un fenomen subjectiu i molest derivat de la discrepància entre el nivell de contacte social aconseguit i el desitjat.
- S'ha descrit com una experiència dolorosa, un patiment acompanyat de sentiments negatius, tristesa, buidor, insatisfacció, ansietat i incomunicació absoluta que va en contra de la persona com a ésser social.
- Al nostre país, un 22% de les persones majors de 65 anys experimenten "sensació de soledat", percentatge que augmenta amb l'edat, en la població femenina i entre les persones que viuen soles. A la Unió Europea, la soledat entre les dones dobla les xifres als homes.
- La soledat pot ser una font important de greus repercussions sobre la salut a nivell físic, psicològic i social.
- L'aïllament és una forma d'exclusió social creixent entre les persones grans. Però és un tipus d'exclusió que no mobilitza tants recursos ni energies socials perquè en realitat és poc visible i, en termes generals, no és molest per la resta de la societat.

4. Què i qui som l'eixgran?

eixgran som una **iniciativa comunitària** que treballem per a **construir entramats i vincles** entre les diferents entitats, serveis, i la gent que hi vivim i convivim al nostre barri, per **promoure la cooperació i la solidaritat** vers les veïnes i els veïns que es troben en situació de fragilitat

4. Què i qui som l'eixgran?

eixgran som una iniciativa comunitària que tenim com a finalitat la construcció de vincles entre les diferents entitats, serveis, i la gent que hi vivim i convivim al nostre barri. I de manera especial, volem promoure la cooperació i la solidaritat vers les veïnes i veïns que es troben en situació de fragilitat.

Més enllà del que us presento avui, no pretenem limitar-nos a abordar el problema de la solitud i aïllament de les nostres veïnes grans, però certament és un dels elements comuns i de més pes que apareixen tant de les dades en cru, com dels diferents diagnòstics realitzats al barri (de salut, de serveis socials, veïnals, més participatius, menys participats...).

Qui l'impulsa?

eixgran som una **xarxa impulsada** per un **grup motor**, i oberta a totes les entitats, serveis i grups que hi vulguin participar



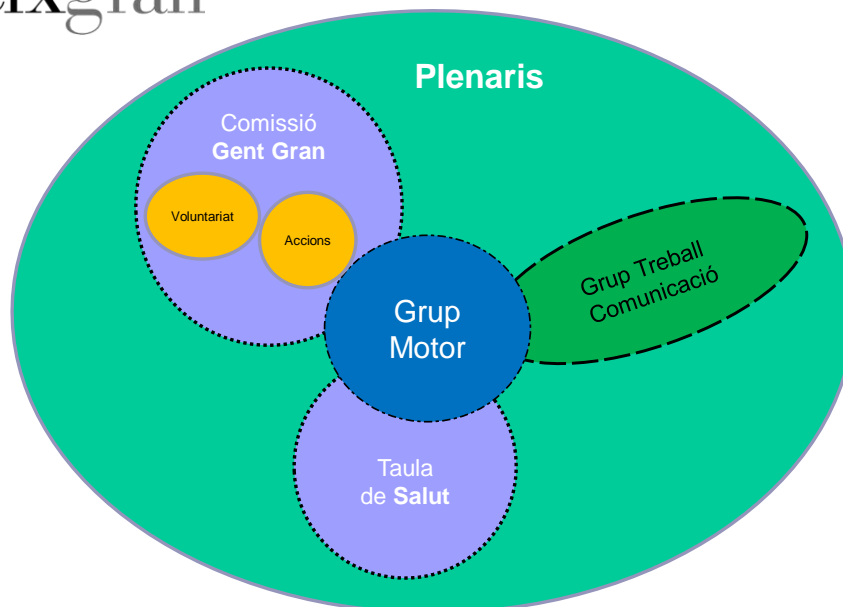
Diapositiva 6

eixgran som una xarxa impulsada per un grup motor, que està oberta a totes les entitats, serveis i grups que hi vulguin participar. I perquè aquesta xarxa funcioni, no ens serveix de res fer-ho en un “com si”, i per això som exigents respecte a què sigui real el desig de compartir i participar-hi.

En aquest moment, el liderem:

- CAP Casanova
- L'Obra Social i menjador Emmaús
- Casal Loidola
- CSS Antiga Esquerra
- Caritas i parròquies del barri
- Amics de la Gent Gran
- Banc Farmacèutic
- Espai Germanetes

Com ens organitzem



Diapositiva 7

Com ens organitzem

Ho fem en comissions i espais participatius, com molts altres processos comunitaris, però, a diferència d'altres iniciatives institucionals, en el nostre cas, la totalitat del procés pertany al conjunt dels participants: el procés d'anàlisi, de priorització, de seguiment, la proposta, execució i valoració de les accions, etc.

El diagrama que veieu és canviant, i s'adapta a les necessitats i impulsos del moment, i des d'aquí s'ha valorat la seva coherència, o la necessitat de redefinir-lo.

Com funcionem

Us deia que l'Esquerra de l'Eixample és un barri poc articulat, amb un coneixement baix de qui hi ha i què fa, així que, còm hem fet per anar avançant?

- Primer de tot, ho hem fet a un ritme lent, *slow food*. I aquest ritme no ha estat sempre perquè així ho volguéssim. Som una iniciativa que la fem bàsicament amb els recursos que pot aportar cadascú. No són pocs, ni molt menys, però hi ha moments que no avancem més perquè a tots ens passen coses (processos de canvi institucional, renovació dels equips, insuficient comunicació interna, urgències, la exigència de les respectives missions ...), i en no tenir a ningú alliberat, malgrat tots els desitjos, ens encallem. I això ens sap greu, perquè la tasca és important, però també perquè volem tenir cura de les veïnes que voluntàriament s'hi ofereixen.
- Ho fem en cicles d'apertura i tancament (hi ha moments per ampliar, obrir, sortir a buscar, i altres per definir, concentrar, consolidar...)
- Sent autocrítics i aprenent dels errors i dels encerts.
- Amb molta paciència respecte als ritmes pausats (que amb raons, no a tothom l'estan bé!), amb confiança en les capacitats que entre totes sumem, i estimant i valorant els detalls petits, cada persona acompanyada, etc.
- De vegades el ritme sembla molt lent, de vegades s'accelera. Per exemple, el Casal Loiola es va adreçar al Centre de Serveis Socials de l'Antiga Esquerra de l'Eixample a finals del 2010, per saber quines necessitats hi havia al barri i on podien col·laborar, però no ens vam trobar i posar-nos mans a l'obra fins febrer 2012.
En els pocs mesos posteriors, ens vam conèixer, ens vam reconèixer, vam dialogar sobre necessitats (les pròpies, les del barri)... I a finals d'aquell any, ajuntant desitjos, coneixements i relacions, ja teníem tres projectes de base comunitària en dansa: l'*Amb Tu*, el *Tu Pots*, i l'*eixgran*.
- Però també gràcies a què amb el CAP Casanova dúiem molts anys compartint el projecte comunitari de suport a familiars cuidadors, *La Colla Cuidadora*. No m'estenc, però podeu conèixer el projecte al pòster que hi ha als passadissos o a entrant a www.lacollacuidadora.net.
- En aquests 5 anys hem aconseguit crear un espai compartit, molt necessari, d'alta complicitat i amb resultats valuosos. Tot i així en molts moments ens hagués agradat haver pogut ser més eficaços.

5. Accions i reptes



Divendres 7 de Juliol, 12h
A L'ESPAI GERMANETES...
... LA CUINA DEL BARRI!



Si tens ganes de **passar una estona** a l'aire lliure i **compartir taula i cuina** vine a l'Espai Germanetes (Viladomat 142)

A més a més: **intercanviarem coneixements** al voltant de receptes i plantes medicinals

Es una activitat autogestionada: el preu serà a la voluntat

Volem promoure alternatives de consum a les habituals i fomentar la sobirania alimentària

VINE! T'ESPEREM!

cuina.germanetes@gmail.com
recreantruilles.wordpress.com

Organitzem  eixgran
contacta@eixgran.net

5. Accions i reptes

M'agradaria començar aquest últim apartat amb una petita *faula*.

Primer, les *dramatis personae*:

- Aquest grup de noies tan eixerides que veieu, són *la cuina del barri*.
- Al costat teníeu un sociograma fet en el marc d'unes trobades de l'*Esquerra de l'Eixample Coopera*, on elles, i també algú de nosaltres, participàvem.
- A sota una reunió de la taula de salut de l'eixgran.
- Més avall la construcció d'un altre sociograma a la taula de salut,
- i una "reunió" de *la cuina del barri* ampliada, fent cafè a una terrassa a prop de *Germanetes*.
- A la dreta el cartell de la trobada final de curs de la *cuina del barri*.

Hi havia una vegada... *cuina de barri*, un projecte molt ben concebut i posat en marxa per unes joves que reunien entusiasme, formació, i participació activa als diferents espais i assembles que constitueixen l'espai germanetes, hereu articulat dels moviments socials que van ser anomenats "els indignats".

La seva idea era possibilitar les relacions socials a partir de compartir la cuina. I ho feien des de l'autoorganització i optant per formes de consum alternatives. A aquest projecte com ens passa a totes moltes vegades, li faltava la capacitat d'arribar a més gent, singularment a tantes "iaies" soles com veien al barri. I es van desanimar.

Gràcies a què els serveis socials havíem participat a les trobades cooperatives del barri, ens havíem anant coneixent, i havíem pogut escoltar-nos i verbalitzar aquesta preocupació compartida per les persones grans, al punt que si us fixeu a la foto, no va haver més remei que dibuixar l'eixgran al sociograma, malgrat, òbviament no érem una iniciativa de *consum agroalimentari*.

Va ser gràcies a aquestes trobades que *cuina i esquerra de l'eixample coopera* es van incorporar a la taula de salut del barri, que vam ampliar el coneixement mutu dels actors i dels actius de salut del barri i, sobre tot pel que fa al conte, que vam arribar al moment just en què *cuina* anava a fer *parada tècnica*.

L'equip de serveis socials de l'Antiga Esquerra de l'Eixample vam valorar la potencialitat de *la cuina del barri*, i ens vam adonar com de vegades dediquem tants recursos a pensar i endegar els "nostres" projectes, quan potser els tenim a la comunitat, quan seria molt més sostenible, eficaç i satisfactori contribuir, des del reconeixement i el respecte, a què existeixin. Ens vam oferir a incorporar-nos, i ens van acceptar, acollidores com són.

I vam estar 4 mesos compartint *cuina*, trobant-nos, xerrant al solet mentre cuinàvem, però sense afegir més capacitat d'incidència que el fet de compartir, o de possibilitar que algunes professionals es preguntessin quin era el nostre paper allà.

I el compte acaba amb la trobada que tenim demà...



Diapositiva 9

I perquè va ser l'endemà de la presentació, i encara de congrés, afegeixo aquesta diapositiva amb les fotos de la festa. La incloc perquè tanca feliçment la història anterior i potser mostra que no són només paraules.

Vam compartir cuina, taula, xerrades, reflexions sobre la cura, receptes, converses, safareig, havaneres... Tot de manera "fresca" i auto-organitzada.

Vam ser unes noranta persones, i seixanta ens vam quedar a menjar les ensalades, gaspatxo i paella de verdures que vam cuinar.

Amb el que vam aportar molts grups, entitats i serveis diferents, persones grans soles, joves, voluntàries, cuidadores familiars, activistes, veïnes, amigues i professionals, vam *compartir* una estona molt agradable, reconfortant i reparadora, que permet recrear les relacions, i ens dóna ànims per continuar. I per una estona, sense que ningú deixés de ser qui era, vam deixar de ser pacients, usuàries, professionals que prescriuen i intervenen, etc, per ser persones que ens relacionem...

Però també ens va servir per començar a visualitzar el projecte d'*Espais Comunitaris*, el nostre repte i línia de treball actual: definir unes zones al barri des d'on generar espais estables d'activitats relacionals i comunitàries. Partint del que ja existeix, afegint el que falti, i generant nous espais de construcció compartida també entre nosaltres.



Cap persona gran sola al nostre barri



Programa d'acompanyament a persones grans

Truca'ns al 644 877 909

contacta@eixgran.net

I si vols col·laborar-hi, contacta amb nosaltres

Diapositiva 10

Altres coses que hem fet i ens plantegem:

- Voluntariat en xarxa. Tenim molt clar que, al menys a Catalunya, el voluntariat només es pot exercir en el marc de les entitats socials, com a expressió de la societat organitzada i autònoma respecte d'altres sectors socials, singularment de l'administració.
A l'eixgran cada entitat aporta, i en té cura, els seus voluntaris, que actuen conjuntament en les accions de l'eixgran. També hem realitzat formacions conjuntes entre les entitats, compartint l'experiència acumulada per aquestes i pels serveis.
- *Amb Tu*. Aquest projecte, que el vam endegar alhora que l'eixgran, però ja com a part d'ell, respon a la necessitat de donar una resposta de base comunitària (implicant les veïnes i veïns del barri) a la necessitat de companyia de les persones grans soles que identifiquem des de "Cap persona gran sola al nostre barri", i també des dels serveis. En aquest moment 50 voluntaris de l'*Amb Tu* fan companyia setmanalment a 40 persones grans del barri o les acompanyen a visites mèdiques.
- Gràcies a la iniciativa compartida, l'eixgran i *la Colla Cuidadora* vam poder materialitzar la proposta dels serveis socials de l'Eixample de fer un taller de 8 sessions de *mindfulness*. El vam fer acollits pel Casal Loiola, on aquelles que ho desitgin podran trobar tallers on continuar.



   La Colla Cuidadora

I tu, com estàs?



Cuides d'un familiar teu malalt o dependent?
Vols trobar-te amb altres persones en la mateixa situació?
Et convidem a **compartir una estona amb La Colla Cuidadora**

el divendres 7 d'octubre a les 10.30
en Viladomat, 142 (Cúpula espai germanetes)

Organitza: La Colla Cuidadora · eixgran · Xarxa de Suport Famílies Cuidadores
www.lacollacuidadora.net

Diapositiva 11

- **Taula de Salut.** Quan des de les institucions es va decidir que s'havien de crear taules de salut als barris, qui vam rebre l'encàrrec vam valorar que no tenia sentit (podia ser *iatrogènic*) duplicar els espais de construcció comunitària.

El CAP, el CSS Antiga Esquerra de l'Eixample i les entitats participants vam valorar que la Taula es creés en el marc de l'eixgran, quelcom que a més de ser bo per la taula de salut, també ho ha estat per l'eixgran.

Des de la taula vam fer dos activitats en el marc de la *Rambla del Barri* (entorn Germanetes) a la festa major del 2016 (enguany repetirem). Una trobada oberta adreçada a persones grans soles, i altra, "*I tú com estàs*" adreçada a familiars cuidadors, col·laborant en una iniciativa de ciutat.

També va ser una petita trobada la *formació en acció comunitària* a les R1 del CAP, que vam fer de manera conjunta el CAP i els Serveis Socials.

O la *recerca sobre l'impacte de l'acció comunitària en la soledat de pacients grans* del CAP Casanova, que han endegat enguany, en connexió i col·laboració amb l'eixgran.

- Com deia a la faula, ens vam sumar als tallers organitzats per l'*Esquerra de l'Eixample Coopera*. No ho vam fer amb intenció estratègica, però creiem que ha quedat palès com de important ha estat fer-ho. Pel que hem pogut fer junts, i per altres iniciatives que no sabem encara com evolucionaran, com per exemple, en el camp de l'*economia de les cures*.

I ja acabant



Algunes idees finals

- Al començament, una persona gran, asseguda sola en un banc, la mirada a l'horitzó difús. Al banc hi havia molt d'espai, però no hi havia ningú més. Ara una altra de diferent, una foto de la trobada de la festa major del barri, a la tardor de l'any passat. Totes dues amb unes voluntàries que les fan companyia a casa, però tot i ser veïnes del barri, feia molts anys que no s'havien vist ni havien sabut l'una de l'altra. Gaudiu de la seva alegria. Hauria de ser la mesura dels petits-gran èxits, o fracassos, dels nostres projectes.
- Pensem en l'avaluació de les relacions que construïm. Aprenem a reconèixer-les i posar-les en valor com un dels principals resultats i indicadors de les accions comunitàries que endeguem.
- Les experiències significatives, "vivenciades", són les que ens permeten canviar com veiem, jutgem o ens aproximem a l'altre. Apostem per aquelles iniciatives que impliquin que haguem de sortir, obrir mires, pensar en l'altre.
- Busquem relacions de qualitat en els projectes comunitaris que impulsem: són les que generen nous contextos i canvis.
- I ara, tornem al títol que jugant "descartàvem". Si salut i els serveis socials en sentit ampli, treballem amb visió i maneres de fer relacionals i comunitàries, serem més capaços de promoure i d'atendre les necessitats de salut i socials dels nostres barris. Entre d'altres coses, i sobre tot, perquè comptarem amb el protagonisme i capacitat de valorar, proposar i decidir de les ciutadanes dels nostres territoris.



Gràcies per la vostra atenció!

I si voleu contactar:

Xabier Ballesteros (xballesteros@bcn.cat)

