

Azpeitian zer?

Udal aldizkaria

**Bi ordu, konpainian,
osasuna lantzen**



Telefono interesgarriak

Zentralita	943 15 72 00
Hirigintza	943 15 71 91
Gizarte Zerbitzuak	943 15 71 92
Kultura	943 15 70 68
Kirolak	943 15 00 95
Hezkuntza	943 25 50 06
Euskara	943 25 18 83
Parekidetasuna	943 15 79 28
Emakumeen Txokoa	943 15 70 55
Iturritxiki Ludoteka	943 15 11 79
Txiki-Txoko Ludoteka	943 15 05 16
Gazte Informazio Bulegoa (GIB)	943 15 71 60
Gaztelekua	943 15 71 61
Eguneko Zentroa	943 15 74 96
Liburutegia	943 15 71 95
Udaltzainak	943 15 13 13
Igerilekua	943 81 41 21
Kiroldegia	943 81 30 69
Udal Euskaltegia	943 81 19 47

Haurren eta nerabeen kontrako sexu
indarkeriak salatzeko telefonoa:
688 758 299



Ale honetan zer?

Eguneko arreta zerbitzua, zazpi urte prebentzioan eragiten	3
Elkarrizketa.....	5
Erreportajea	6

Azpeititik kanpo bizi arren, zure etxean jaso dezakezu
Azpeitian Zer? aldizkari hau posta bidez. Egin eskaria
943 15 71 85 (Alkatetza) telefonon.

Argitaratzailea: Azpeitiko Udala · Egilea: Prentsa bulegoa
Argazkiak: Azpeitiko Udala · Diseinua: Sorland
Maketazioa: Sorland
Ale kopurua: 7.000 · L.G: SS - 1148/91

Herritarren Arreta Zerbitzua



Azpeitiko Udaleko lehen solairuan daukazu Herritarren Arreta Zerbitzua. Dokumentuak erregistratu, errolda agiriak atera, eskaera orokorrak eta lizentzia eskaerak aurkeztu edo kontsultak egin ditzakezu bertan. Neguko ordutegian, astelehenetik ostiralera, 07:30etik 14:30era izaten da zabalik, ostegunetan izan ezik. Egun horretan, 07:30etik 19:00etara, etenik gabe ematen zaie zerbitzua herritarrei.



Eguneko arreta zerbitzua, zazpi urte prebentzioan eragiten

Zaintza baliabideen eskaintza zabala dago Azpeitian. 24 orduko laguntza behar dutenentzat, San Martin egoitza da aukeretakoa bat. Modu independentean bizitzeko gai izanez gero, baina aldi berean babesa eta segurtasuna ere nahi izanez gero, Elizkaleko Biziberri etxeak ere hor daude.

Norbere etxean bizitzen jarraitu nahi izanez gero, berriz, askok eta askok etxez etxeko laguntza jasotzen dute, norbere beharretara egokitzuz laguntza maila. Beste askok eguneko zentroan pasatzen dute eguna, eta arratsaldean itzultzen dira beren etxeetara. Osasun egoera hobean daudenentzat, ezin ahaztu Baigera eta Ibaigain jubilatuko elkarteek antolatzen dituzten ekintzak, astero pasierarako elkartzen den taldetxoa, kirol orientazio zerbitzua eta abar ere.

Zerbitzu horiek guztiek adinekoen ongizatea hobetzea dute helburu. Sarta zabal horren barruan, badago beste baliabide bat ere: eguneko arreta zerbitzua, Goiz Lagun izenarekin sortu zena. Akaso ez da hain ezaguna, baina zazpi urteko ibilbidearen

ostean, guztiz finkatuta dago, eta erabiltzaileen aldetik balorazio oso-oso ona du.

Hain zuzen ere, Azpeitiko Udalak 2019an jarri zuen martxan zerbitzua. Izenean antzekotasunak izan arren, ez da eguneko zentroarekin nahastu behar. Autonomoak izan arren, mendekotasun arinen (I. gradua) bat duten pertsonei zuzendutako zerbitzua da eguneko arreta zerbitzua. Bakardadeagatik edo beste arrazoiren batengatik zaugarritasun egoeran dauden herritarrak ere izan daitezke erabiltzaileak. 65 urtetik gorakoentzat da. Oro har, narriadura kognitibo ertain edo handirik ez dute izaten erabiltzaileak. Hala ere, kasuak banan bana aztertzen dira, eta salbuespenak ere egiten dira pertsonaren bat taldean ondo egokituko dela ikusiz gero.

Izenean antzekotasunak izan arren, eguneko zentroa eta eguneko arreta zerbitzua ez dira gauza bera



HIRU TALDE

Hasieran, talde bakarra zegoen, eta Baigeraren Enparan kaleko eraikinean elkartzen zen. Gaur egun, hiru talde daude: Elizkaleko Biziberri etxeen beheko espazioan elkartzen dira bi, bat goizez, astean hirutan, eta bestea arratsaldez, astean bitan. Horrez gain, Sanjuandegin ere badago beste talde bat. Jose Antonio Agirre plazako Txiki Txoko ludotekan elkartzen dira, astean bitan.

Zerbitzuaren helburua da pertsona nagusiek autonomia mantentzea, beste herritar batzuekin harremanak sustatzea bakardadea saihesteko eta etorkizunean sor daitezkeen arazoak prebenitzea. Hezitzaile baten laguntzarekin, hiru arlo landu ohi dituzte saioetan: arlo kognitiboa, psiko-afektiboa eta harremanei eta aisialdiari lotutakoa. Horretarako, besteak beste, esku terapia, prentsa lanketa, aisialdiko jarduerak eta erlaxazio ariketak egiten dituzte.

ORDUTEGIAK:

Biziberri etxeetan (goizez): astelehen, asteazken eta ostiraletan, 10:00etatik 12:00etara.

Biziberri etxeetan (arratsaldez): astearte eta ostegunetan, 15:15etik 17:15era.

Sanjuandegiko Txiki Txoko ludotekan (goizez): astearte eta ostegunetan, 10:00etatik 12:00etara.

KUOTAK:

Astean hiru egun: hilabetea 15,76 euro.

Astean bi egun: hilabetea 10,51 euro.

Izena emateko:

Gizarte Zerbitzuetara joanda (1766ko matxinada 3-4 behea) edo deituta (943 15 71 92).

ZER LANTZEN DA?

Eremu kognitiboa:

- Gaitasun kognitiboen (atentzioa, oroimena, lengoaia...) galeraren prebentzioa edo atzerapena, gaitasun horiek estimulatzerazuzenduriko teknikak erabiliz

Eremu psiko-afektiboa:

- Antsietate egoerak ekar ditzakeen efektu negatiboak prebenitzea
- Depresio sintomak prebenitzea
- Komunikazioa eta talde partaidetza sentimendua suspertzea

Harreman, aisialdi eta kultura eremua:

- Gaurkotasanaren informazioa eskaintzea
- Aisialdi sortzaile eta emankor bat sustatzea

LEIRE SAGASTUME

–
Eguneko arreta zerbitzuko
hezitzailea

“Taldearen ezaugarrietara egokitzen ditugu jarduerak”

Eguneko arreta zerbitzuaren hiru talde daude martxan gaur egun, eta 22 erabiltzaile daude guztira. Leire Sagastume hezitzaileak gidatzen ditu hiru taldeak.

Nolako izan ohi da egun bat eguneko arreta zerbitzuan?

Bi orduko saioak egiten ditugu. Eguna hasteko, data jartzen dugu horman, eguneroko albisteak irakurri eta pixka bat komentatu egiten ditugu. Gero gimnasia saio txiki bat egiten dugu, eta hortik aurrera, programatutako jarduerekin jarraitzen dugu: memoria ariketak, eskuak lantzeko ariketak, kafea hartu...

Hiru talde daude martxan gaur egun. Hiruretan gauza berberak egiten dituzue?

Ez, ezaugarri propioak ditu talde bakoitzak, eta taldearen ezaugarrietara egokitzen ditugu jarduerak. Orain martxan dauden taldeen artean, adibidez, bat aktiboagoa da, fisikoki ere hobeto daudelako erabiltzaileak; bestean, berriz, gehiago lantzen dugu arlo emozionala.

Zenbatekoak izaten dira taldeak?

12-15 lagun inguruko taldeak iruditzen zaizkigu egokiak, egunen batean norbaitek ezin badu etorri ere, taldetxo bat elkartzeko. Gaur egun erabiltzaile direnetako batzuk hasiera-hasieratik daude, duela zazpi urtetik. Goizeko taldeak arrakasta gehiago izan ohi du, baina arratsaldekoa ere animatu nahiko genuke jendea.

Udalak 2019an jarri zuen martxan eguneko arreta zerbitzua. Asko aldatu da hasieratik?

Ez, taldeak joaten dira aldatzen, baina zerbitzua bera eta helburuak ez dira aldatu, hasierako berberak dira.

Zein dira zerbitzuaren helburu nagusiak?

Adinekoen autonomia lantzeko zerbitzu bat da. Horri lotuta, adinekoei sozializatzen laguntzea eta etorkizunean izan ditzaketen nahasteak prebenitzen edo sintomak atzeratzen laguntzea dira helburuak. Bakardadean ere arreta berezia jartzen dugu, erabiltzaileen arteko harremanak sustatuz eta adinekoek komunitatean duten parte hartzea sustatuz.



Lagungarri zaien juntadizoa, astean bitan



Astearte da, 11:30ak buelta, eta giro ona igartzen da Jose Antonio Agirre plazan dagoen Txiki Txoko ludotekan. Seikote bat dago bertan: Inma, Manoli, Karmele, Ana Maria, Sole eta Josune, Leire hezitzailearekin batera. Eguneko arreta zerbitzuko erabiltzaileak dira, Sanjuandegiko taldekoak.

Udalak 2019an jarri zuen martxan zerbitzua, eta hasieratik edo ia hasieratik parte hartzen dute horietako batzuek. Taldera geroxeago batu dira gainerakoak. Zerbitzua erabiltzen zergatik hasi ziren galdetuta, arrazoi bat baino gehiago aipatu dituzte: "Nik iktus bat izan nuen; hitz egitea asko gustatzen zait, eta horretarako aukera dut hemen", esan du batek. "Memoria lantzeko", "bakarrik ez egoteko", "gimnasia egiten dugulako", gaineratu dute beste batzuek.

LOTURAREN BAT IZATEAREN GARRANTZIA

Mendekotasun handirik ez dute eguneko arreta zerbitzuko erabiltzaileek; hala ere, gehienek dute osasun arazoren bat, izan fisikoa edo memoriari lotutakoa. Gizarte Zerbitzuetan artatzen dituzten kasuek erakusten dutenez, halako egoeretan, ohikoa izaten da harremanak galtzen joatea, eta familia ingurunera mugatzea harremanak. Senideek ere, ordea, beren bizimodua izaten dute (lana, ardurak, zaletasunak...), eta bakardade sentsazioa areagotzea eragin ohi du horrek.

Halako egoerak saihesten laguntzea da eguneko arreta zerbitzuaren helburuetako bat. Kontuan izan behar da, loturaren bat edo errutinaren bat izanez gero, gutxitu egiten dela norbere burua uzten joateko arriskua. "Hemen gauden batzuk bakarrik bizi gara, eta gaixotasunak ditugu. Hala ere, nik obligazio moduan jartzen diot nire buruari astean bitan hona etortzea, lagundu egiten didalako", azaldu du erabiltzaileetako batek.

Barre egiten dute batzuetan, negar beste batzuetan. "Gure arazoak ez ditugu xehetasun guztiekin kontatzen agian, baina kontatzen ditugu, eta barruak husteak on egiten digu". Hala ere, gauza bat nabarmendu dute: tristuratik baino gehiago du pozetik eguneko arreta zerbitzuak. "Gimnasia egiten dugu, eskulanak, hitz egin... Eta talde honi asko gustatzen zaion gauza bat ere bai: kafea hartu".

Hitz egin, gimnasia egin, kafea hartu bitartean eskuak landu... era guztietako jardurak egiten dituzte eguneko arreta zerbitzuan

GUSTURA ZERBITZUAREKIN

Izan ere, taldeak ondo funtzionatzeko, funtsezkoa da bakoitzaren gaitasun, behar eta gustuetara egokitzea, eta ahalegintzen dira horretan. Eguneko arreta zerbitzuan hasi aurretik, bistaz ezagutzen zuten elkar gehienek, baina ez gehiago. Sanjuandegiko taldean, momentu honetan, emakumeak dira guztiak, 72-82 urte artekoak, baina izan dira gizonak ere, eta Biziberriko taldeetan badaude gizonak ere.

Ez dira damutzen zerbitzua erabiltzen hasi izanaz, eta izena eman edo ez zalantzan dagoena animatuko lukete parte hartzera. "Niri esan izan didate: 'jubilatuen leku horretara al zoaz?'. Bai, jubilatua elkartzeko gara, baina hemen jendearekin egoteko aukera dugu, beste aurpegi batzuk ikusten ditugu, beste gauza batzuei buruz hitz egiten dugu, eta gustura egoten gara. Horrek balio du".





Etxebizitza Bulegoa

Enparan Kalea 34

943 15 71 83

Ordutegia:

- Astelehen, asteazken eta ostiraletan: 08:00-14:00
- Astearteak: 08:00-13:30 eta 14:30-17:30
- Ostegunak: 08:00-13:30 eta 15:00-19:00 (udaletxean)

www.azpeitia.eus