

**PROMOCIÓ DE L'AUTONOMIA  
DES DE LA LLAR D'EIVISSA**

---

## Promoció de l'autonomia des de La Llar d'Eivissa

Antonia Tur Torres

Ana Serapio Costa

Paula Muñoz Tartalo

Virginia Rivero Moreno-Ortiz

Josefa Marí Marí

*Agraïments*

*A tot l'Equip d'Atenció Primària del Centre de Salut de Can Misses*

## Resum

La Llar Eivissa (La Pau), ubicada en ple cor de la ciutat d'Eivissa, és un centre sociocultural amb quasi vint anys de funcionament.

Aquest centre està canviant, tal com ho fan les necessitats de la societat.

Promocionar l'autonomia i millorar la qualitat de vida de les persones majors és el nostre principal objectiu.

Per tant, a més dels serveis propis del centre, a la Llar estam oferint tota una sèrie de programes interactius on convergeixen els diferents col·lectius de persones majors i professionals dels àmbits biopsicosocials.

## Resumen

El Hogar Ibiza (la Paz), ubicado en pleno corazón de la ciudad de Eivissa, es un centro sociocultural con casi 20 años de funcionamiento.

Este centro está cambiando, tal y como lo hacen las necesidades de la sociedad.

Promocionar la autonomía personal y mejorar la calidad de vida de las personas mayores es nuestro principal objetivo.

Por consiguiente, además de los servicios propios del centro, en el Hogar ofrecemos toda una serie de programas interactivos y participativos, donde convergen los diferentes colectivos de mayores y profesionales de los ámbitos biopsicosocials.

## 1. Introducció

### 1.1. Què és la Llar?

La Llar Eivissa és un centre públic obert (servei d'estada diürna, modalitat servei sociocultural), dependent del Consell Insular d'Eivissa, que té com a missió promoció i organitzar activitats socioculturals de trobada i d'ocupació del temps lliure entre les persones majors d'Eivissa. A més, fomentar la convivència i l'ajuda mútua, així com estimular les capacitats de la gent gran per oferir un envelliment satisfactori que fomenti l'autonomia personal i prevenir la dependència.



Fotografia del far des Botafoc  
Font: Ana Serapio Costa

El far des Botafoc: per arribar a bon port tenim a Eivissa aquest far que des de 1861 ha vist arribar tots els canvis de la nostra illa.

*No hi ha vent favorable per a aquell que no sap on es dirigeix*

Sèneca el Vell

Els objectius i les funcions de la Llar són:

- Potenciar l'autonomia personal.
- Facilitar l'accés a les activitats socioculturals, formatives i recreatives.
- Procurar espais d'ajuda mútua i solidaritat.
- Fomentar els hàbits saludables.
- Organitzar activitats lligades a l'oci i el temps lliure.
- Informació i assessorament de les persones majors.
- Realització de tallers i activitats de formació cultural i integració comunitària.
- Suport en el procés de l'envelliment.
- Desenvolupament d'activitats que afavoreixin les relacions intergeneracionals.
- Activitats destinades a prevenir la dependència i la prevenció de la millora de salut.

Per a la consecució dels objectius i les funcions establerts a l'apartat anterior, es podrà desenvolupar a la Llar una sèrie d'activitats socioculturals (culturals, formatives, esportives, lúdiques i ocupacionals) i/o sociosanitàries preventives destinades al manteniment i a la millora de la salut, promogudes pels mateixos socis, mitjançant la creació de comissions de treball per poder realitzar-les, amb la col·laboració del Consell i entitats col·laboradores.

Per tant, per assolir els objectius esmentats en aquest centre, és important que les diverses activitats, com les ocupacionals, les culturals i les sociosanitàries que es vénen desenvolupant al centre, promoguin sobretot la participació ciutadana, l'autonomia personal i ajudin a la prevenció de la dependència, amb la finalitat d'aconseguir una millor qualitat de vida i benestar social de la gent gran.

## 1.2. Normativa i marc de regulació

- Llei orgànica 1/2007, de 28 de febrer, de reforma de l'Estatut d'autonomia de les Illes Balears (aprovat per la Llei orgànica 2/1983, de 25 de febrer).
- Llei 14/2001, de 29 d'octubre, d'atribució de competències als consells insulars en matèria de serveis socials i seguretat social. A l'apartat segon de l'annex III, en relació amb l'art. 10 (*Centres i serveis respecte dels quals els consells insulars se subroguen per a l'exercici de les competències transferides*) figura la Llar de la tercera edat, situada al carrer de Balears, 13 (Eivissa), com a bé immoble en la titularitat del qual se subroga el Consell Insular d'Eivissa (aleshores també de Formentera). El centre va ser construït per l'INSERSO, es va transferir a l'IBAS (Institut Balear d'Afers Socials, del Govern de les Illes Balears) i després, en virtut d'aquesta Llei, s'hi va subrogar el Consell Insular.
- Decret 244/1999, de 26 de novembre, pel qual es regula l'Estatut bàsic dels centres de les persones majors dependents de l'Institut Balear d'Afers Socials (BOCAIB núm. 151, de 4-12-1999).

- Decret 123/2001, de 19 d'octubre, de definició i regulació de les condicions mínimes d'obertura i funcionament de centres i serveis per a persones majors, tant públics com privats (derogat amb excepcions temporals per la disposició derogatòria en relació amb la disposició transitòria primera (*Pervivència dels reglaments*) de la Llei 4/2009, d'11 de juny, de serveis socials de les Illes Balears, i derogat pel Decret 86/2010, pel que fa als centres i serveis d'àmbit suprainsular).
- Llei 39/2006, de 14 de desembre, de promoció de l'autonomia personal i atenció a les persones en situació de dependència (estatal).
- Llei 4/2009, d'11 de juny, de serveis socials de les Illes Balears (que va derogar l'anterior Llei 9/1987, d'11 de febrer, d'acció social).
- Decret 86/2010, de 25 de juny, pel qual s'estableixen els principis generals i les directrius de coordinació per a l'autorització i l'acreditació dels serveis socials d'atenció a persones grans i persones amb discapacitat, i es regulen els requisits d'autorització i acreditació dels serveis residencials de caràcter suprainsular per a aquest sector de població (BOIB núm. 99, de 3-7-2010), modificat pel Decret 54/2013, de 5 de desembre (BOIB núm. 54/2013, de 5 de desembre).
- Reglament intern del centre de dia per a persones majors Llar Eivissa (BOIB núm. 72, de 13-5-2010).
- Decret 10/2013, de 28 de febrer, pel qual es fixen els principis generals del Registre Unificat de Serveis Socials de les Illes Balears i dels procediments per a l'autorització i l'acreditació de serveis socials, i es regulen la secció suprainsular del Registre i els procediments per autoritzar i acreditar serveis socials d'àmbit suprainsular (BOIB núm. 30, de 2-3-2013), i que ha derogat el Decret 66/1999, de 4 de juny, pel qual s'aprova el Reglament regulador del Sistema Balear de Serveis Socials (BOCAIB núm. 77, de 15-6-1999).

### 1.3. Finançament

La Llar d'Eivissa és un centre finançat pel Consell Insular d'Eivissa. Tenim convenis amb entitats col·laboradores i serveis concessionaris.

## 2. Objectiu

Veure la possibilitat de reconversió d'un centre sociocultural amb un centre de promoció de l'autonomia personal. Segons la Llei 39/2006, de 14 de desembre, l'article 21 estableix que els serveis de prevenció de les situacions de dependència tenen per finalitat prevenir

l'aparició o l'agreujament de les malalties o les discapacitats i les seqüeles mitjançant el desenvolupament coordinat entre els serveis socials i de salut. Per poder donar una continuïtat assistencial a l'illa d'Eivissa s'ha de considerar les tasques que aporta aquest centre i la coordinació amb aquest equip multidisciplinari i els serveis de salut.

### 3. Materials i mètodes

Després de veure què és aquest Centre i els objectius que ens marcam, volem descriure totes les activitats dutes a terme, a més remarcam els projectes i/o els programes de la Llar Eivissa (La Pau) des d'un vessant biològic, psicològic i social.

#### 3.1. Aspecte biològic, un projecte d'atenció integral i comunitària a la gent gran de risc

##### 3.1.1. Introducció

Des del trasllat del Centre de Salut Can Misses al Centre de Salut de Vila, les persones majors de l'àrea del Centre de Salut Can Misses s'han de desplaçar a aquest nou centre, cosa que produeix dificultats sobrevingudes, és per això que l'equip del Centre de Salut Can Misses vol facilitar als majors l'accessibilitat al servei d'atenció primerenca, realitzant l'atenció comunitària als llocs de reunió d'aquestes persones en situació de risc com és el cas de La Llar Eivissa.

Per tant, l'equip del Centre de Salut de Can Misses en coordinació amb la Llar Eivissa ha posat a disposició d'aquest col·lectiu la consulta d'infermeria des del mes de març de 2014, per a l'optimització dels recursos de control de malalties cròniques, valoració de les necessitats de la gent gran de risc i l'atenció a la dependència. La finalitat és aconseguir elevar el nivell de salut dels majors, mitjançant actuacions dirigides a obtenir una millora en la qualitat de vida dels majors i buscar el màxim nivell d'eficiència. Tenint en compte que la Llar Eivissa té un total de 6.734 socis/sòcies, dels quals són actius 1.700 que participen en les activitats del centre. Amb una mitjana de 350 visites diàries.

##### 3.1.2. Objectius

L'objectiu general és proporcionar un servei d'atenció integral, permanent, eficient i segur que compleixi les expectatives comunitàries en matèria de salut. I concretament amb els següents objectius específics:

- Augmentar la cobertura dels programes de salut al major de risc
- Facilitar l'accés a la consulta d'infermeria d'aquest col·lectiu
- Conèixer els factors de risc (FR) dels majors de 65 anys
- Diagnòstic precoç de factors de risc per prevenir la dependència de la gent gran

### 3.1.3. Materials i mètodes

La metodologia desenvolupada és la mateixa que la de la consulta d'infermeria del Centre de Salut, actuant conjuntament amb el personal mèdic de capçalera. Per tant, l'assistència professional d'infermeria acordada amb la direcció del centre serà de set hores setmanals i s'hi oferiran les següents tasques:

- Campanyes de vacunació
- Seguiment de les persones usuàries amb malalties cròniques
- Promoció d'hàbits saludables, dieta, exercici, prevenció del tabaquisme, obesitat
- Control dels majors en risc
- Suport al cuidador/a la cuidadora

En qualsevol moment que els índexs de la tensió arterial (TA) i glucèmia detectats a les persones usuàries superin els marges prèviament determinats es derivaran al servei d'urgències del seu centre de salut.

### 3.1.4. Avaluació

L'avaluació es realitzarà als tres i sis mesos de l'inici del servei (encomanda dels usuaris i usuàries, el grau de satisfacció del servei, així com el número de derivacions efectuades). L'equip d'atenció primària, altres centres de salut implicats i la Llar Eivissa faran les mesures correctores oportunes.

## 3.2. Aspecte psicològic i emocional

Oferir un envelliment satisfactori i aconseguir que les persones majors siguin els veritables protagonistes en la cultura de la vellesa és la missió d'aquest centre. Totes les activitats que es duen a terme tenen uns beneficis psicològics i emocionals per a tots els i les participants, tant majors com cuidadors i/o professionals de l'àmbit biopsicosocial. Consideram que les experiències interactives entre els diferents membres de la comunitat fomenten la interacció grupal i col·loquial, sent en si mateixes enriquidores i sanadores.

Sabut és que "tot és millor si es fa en companyia". Per tant, a la Llar Eivissa fomentam les activitats intergeneracionals i d'intercanvi comunitari, ja que consideram que totes tenen un benefici emocional i d'autoestima en els majors. Les experiències compartides entre persones majors, professionals i altres persones de la comunitat són un dels objectius principals d'aquest centre.

La promoció d'activitats d'intercanvi sociocultural i d'indret intergeneracional per ocupar el temps lliure entre les persones majors d'Eivissa aconsegueixen prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social; un dels grans reptes per gaudir d'un envelliment saludable, d'un benestar i de tranquil·litat emocional.

Per tant, totes aquestes activitats:

- Fomenten la convivència i l'ajuda mútua, així com els hàbits saludables per guanyar qualitat de vida, tant la seua pròpia com la de les altres persones que estan al seu voltant.
- Estimulen les capacitats de les persones majors per prevenir la dependència i així fomentar l'autonomia personal.
- Millora les relacions socials facilitant espais i moments per aprendre, compartir, participar...
- Fomenten l'empatia i el contacte social.
- Ajuden a compartir experiències i sentiments amb altres.

El fet de dur a terme activitats gratificants i posar especial esment en allò positiu i agradable de viure l'experiència en si fomenta les emocions positives i ajuda a veure les coses negatives des d'una experiència constructiva.

Els "records de vida" o reminiscències, considerats com a regals que ajuden a millorar el benestar i l'actitud davant la vida de les persones majors:

- Alegria, perquè un bell record, transforma el present.
- Sentit personal de vida, per donar més sentit i seguretat a la vida.
- Autoconeixement com a eina d'identitat.
- Estratègies de superació.
- Acompanyament en moments de canvi.
- Descobriments del propi potencial.
- Orientació cap al futur.

Una de les activitats que més beneficis emocionals té per als majors és el foment del voluntariat. A través de la col·laboració amb escoles, ajuntaments, associacions... entre d'altres, les persones majors de la Llar Eivissa participen utilitzant la seua experiència com a font de treball i transmissió d'idees i vivències, independentment del nivell cognitiu i cultural.

El voluntariat sènior potencia el desenvolupament intel·lectual i sobretot les capacitats i potencialitats de les persones majors que hi participen. A més, afavoreix el seu creixement personal, influint positivament en el seu estat emocional.

Hauríem de poder comptar amb aquests tipus d'activitats de manera sistematitzada i coordinada amb tots els serveis implicats.



Com a exemple i mostra, volem fer les activitats més importants a la Llar dins de les quatre estacions, per això, ens guiam amb el poema de la presidenta de la Junta de Govern, la Sra. M. Neus Planells Molina, escrit l'any 1990.

### Taula 1 | *Les quatre estacions i la Llar*

<p><b>Primavera:</b></p> <p><i>Primavera... infantesa, néixer, créixer, estudis, manca de temps per jugar al carrer amb els amics.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Setmana cultural.</li> <li>- Trobada de corals.</li> <li>- Estil de mercat, aquest any la Llar Eivissa surt al carrer, al parc de la Pau (innovació).</li> </ul>	<p><b>Estiu:</b></p> <p><i>Estiu... primers balls, recerca de parella, primer amor, carícies, il·lusions, un món nou davant els ulls, lluita per un món millor, casament, donar vida als fills.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Festa del patró de la Llar Eivissa.</li> <li>- Festes del barri.</li> <li>- Activitats amb els nens del barri</li> <li>- Tardes de cinema (innovació).</li> </ul>
<p><b>Tardor:</b></p> <p><i>Tardor, nostàlgia dels temps que com núvol d'estiu ha passat massa de pressa. Els fills grans, estudis, treballs, sols ens deixen. El món voltant com anys enrere.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Celebració el dia 1 d'octubre, Dia Internacional de les Persones Majors, començament de les jornades d'hàbits saludables amb la col·laboració de l'Associació de Diabetis.</li> <li>- Celebració de la festa del Dia de Tots els Sants (trencada de fruits secs).</li> <li>- Elaboració de bunyols, de carabassa i pinyonada (innovació).</li> </ul>	<p><b>Hivern:</b></p> <p><i>Hivern... com de neu, els cabells blancs, nostàlgia de temps passat, cura dels nêts. Mirades cap al cel.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Celebració de Nadal.</li> <li>- Elaboració de la salsa de Nadal.</li> <li>- Celebració de la Verge de la Candelària, patrona de la Llar Eivissa.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><i>"Si la Candelària plora, l'hivern és fora. Si la Candelària riu, l'hivern es riu. Tant si plora com si riu, ja ve l'estiu".</i></p>

### 3.3. Aspectes socials

Aquesta Llar, anomenada Llar La Pau, la Llar d'Eivissa, té una àmplia trajectòria d'activitats socioculturals i de suport social en el procés d'envelliment.

El personal del centre (personal propi del Consell d'Eivissa adscrit a la Llar, personal dels concessionaris i convenis, els monitors dels diferents tallers), així com els seus òrgans de participació (Junta de Govern, formada pels socis elegits democràticament; representants de les diferents administracions i l'Assemblea General), fan possible l'enfocament comunitari.



A la Llar Eivissa acudeixen persones usuàries que són sobretot persones amb un baix grau de dependència per gaudir d'una sèrie d'activitats lúdiques i recreatives que complementin la millora de la seua qualitat de vida.

La Llar Eivissa disposa dels següents serveis:

- Serveis socials (socioculturals)
- Serveis de promoció de la salut
- Serveis generals (recepció, administració, neteja...)
- Servei de menjador (concessionari)
- Servei de podologia (concessionari)
- Servei de perruqueria (concessionari)
- Tallers específics d'àmbit sociocultural i participació ciutadana

Detallam a continuació els tallers específics d'àmbit sociocultural i els programes de prevenció i salut que s'hi duen a terme:

**Taula 2 | Tallers específics**

Social	← Coordinació →	Sanitari
<p>Tallers específics d'àmbit sociocultural: L'objectiu és el foment de la participació dels majors, ja que el centre és un punt de trobada per a ells/elles</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gimnàstica</li> <li>• Tai-txi</li> <li>• Ioga</li> <li>• Reiki</li> <li>• Teatre</li> <li>• Manualitats</li> <li>• Pintura</li> <li>• Ball</li> <li>• Informàtica</li> </ul>		<p>Activitats medicopreventives: L'objectiu és el foment dels hàbits favorables, com prevenir les malalties segons els símptomes d'alerta</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Automassatge</li> <li>• Control tensió arterial i glucèmia</li> <li>• Prevenció de l'estrès</li> <li>• Xerrades de nutrició</li> <li>• Xerrades del son</li> <li>• Trastorns de la memòria</li> <li>• Trastorns cognitius</li> </ul> <p>Marcam amb  els tallers que poden ser tant de l'àmbit social com sanitari.</p>

En aquest centre s'imparteixen de manera regular nou tallers lúdics que mobilitzam entre 150 i 200 persones diàries.

A través de l'estudi de les activitats desenvolupades, hem analitzat de manera detallada les activitats realitzades els últims tres anys. S'ha de diferenciar clarament dos tipus d'activitats: activitats culturals, recreatives i activitats medicopreventives.

És realitzen activitats culturals-recreatives de perfil lúdic, de les quals cinc de manera habitual i nou són esporàdiques, així com activitats de promoció de la salut, de les quals deu es fan amb regularitat i onze de forma esporàdica i les activitats intergeneracionals es marquen amb un asterisc.

Detallam una comparativa de les activitats fetes a la Llar en aquests darrers 3 anys:

**Taula 3** | *Activitats desenvolupades a la Llar*

1r any	
<b>Activitats culturals – recreatives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tallers fixos del centre</li> <li>• Dia de la Pau*</li> <li>• Festa de la patrona Mare de Déu de la Candelària (anual)</li> <li>• Setmana cultural (anual)</li> <li>• Festa de Tots Sants</li> <li>• Festes de Nadal. Exposicions (anual)</li> </ul>	<b>Activitats medicopreventives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taller d'estrès (anual)</li> <li>• Taller d'automassatge</li> <li>• Dia mundial de la diabetis (anual)</li> <li>• Taller de risoteràpia (jubiloteca)</li> <li>• Cura de peus i mans</li> <li>• Beneficis del ioga (abraçada terapèutica)</li> </ul>
2n any	
<b>Activitats culturals – recreatives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tallers fixos del centre</li> <li>• Exposició d'anella de cigar i filatèlia, única a tot Espanya</li> <li>• Dia Mundial del Teatre</li> <li>• Dia Internacional dels Drets de la Dona</li> <li>• Participació al festival per a Mans Unides</li> <li>• Taller de formació sobre l'ús de noves tecnologies*</li> </ul>	<b>Activitats medicopreventives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuperació dels hàbits saludables, des de l'1 d'octubre (6 activitats al mes)</li> <li>• Taller d'estimulació cognitiva</li> <li>• Xerrada sobre els beneficis de l'activitat física dels majors</li> <li>• Marxa a peu*</li> <li>• Demostració de tai-txi i txi-kung</li> </ul>
3r any	
<b>Activitats culturals – recreatives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tallers fixos del centre</li> <li>• Participació en el Dia d'Europa</li> <li>• Participació en la mostra d'entitats solidàries</li> <li>• Dia del patró de la Llar. Sant Pau Tren solidari de la pau*</li> <li>• Festes de l'associació de veïns del barri des Clot: Taller de pintura per a al·lots*</li> </ul>	<b>Activitats medicopreventives</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Xerrades de nutrició (aperitius saludables)</li> <li>• Beneficis de la teràpia reiki</li> <li>• Conferència sobre el son (dorm i descansa)</li> <li>• Presentació "Cura al cuidadors"</li> <li>• Grup de gimnàstica (gimnàstica estàndard més gimnàstica dolça)</li> </ul>

## 4. Resultats


El gran nombre d'activitats, tant ludicorecreatives (jocs de taula, ball del dijous, celebració de festivitats...), com l'àmplia oferta de serveis generals (cafeteria-menjador, perruqueria, neteja... amb comoditat d'instal·lacions), i per descomptat, tots els serveis assistencials tant socioculturals com sociosanitaris fan que aquest centre sigui un punt de referència a l'illa d'Eivissa.

Remarcam que tots els tallers propis són programes altament consolidats. És necessari seguir amb tota programació, realitzada directament pel Consell d'Eivissa, o bé a través de convenis específics amb entitats col·laboradores.

Els últims tres anys s'ha produït un augment notable de les activitats dedicades a la prevenció i la promoció de la salut com són les actuacions de promoció de condicions de vida saludable i programes específics de caràcter preventiu, de les quals destaquem xerrades i col·loquis i fins i tot programes específics de rehabilitació. També, s'ha produït un augment important de les activitats intergeneracionals i d'intercanvi participatiu. Atesa la bona acollida d'aquestes activitats, consideram que la Llar és un centre obert a la comunitat en què la participació ciutadana és l'eix principal.

#### Taula 4 | Punts febles i forts

Per dur a terme aquest projecte apreciam una sèrie de punts febles i forts:

1r any	
<p><b>Punts no favorables</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situació econòmica</li> <li>• Finançament</li> <li>• Correcta acreditació</li> <li>• Diferents administracions per donar un nou enfocament</li> <li>• Criteris de derivació (no coincidents)</li> <li>• Millora i condicionament de les instal·lacions</li> </ul>	<p><b>Punts favorables</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equip multidisciplinari (de manera informal)</li> <li>• Ubicació del centre (al cor de la ciutat)</li> <li>• Àmplia oferta de serveis (assistencials i socioculturals)</li> <li>• Augment d'activitats (destinades a prevenir la dependència)</li> <li>• Programa d'infermeria de l'equip de Can Misses</li> </ul> <p>Marcam amb  els punts que poden ser tant favorables com no favorables</p>

## 5. Conclusions

Consideram que l'estreta coordinació entre el sistema sanitari i social és absolutament necessària per a la realització d'aquest tipus d'activitats de prevenció i promoció de la salut. L'equip multidisciplinari d'aquest centre (encara que sigui de manera indirecta) ha estat el motor per al seu total funcionament i dinamització.

Tenim un llarg programa d'activitats socioculturals i de trobada de gent gran àmpliament desenvolupat, de manera que aquest centre és un clar referent dins la nostra illa.

Necessitam dissenyar programes específics de “records de vida” tal com vàrem reflectir en el pòster “Experiència creativa en malalts i cuidadors d’Alzheimer” (pòster presentat en el 56è Congrés de la SEGG).

Els records de les persones majors vers les nostres tradicions, colors, sabors, olors... són elements inspiradors per poder dur a terme tots aquests treballs de creació i intercanvi. Potenciar la cultura popular i les tradicions a través de tallers específics és un dels nostres principis.

Sense cap dubte, el seguiment del pacient crònic en el seu entorn facilitarà més l’ajuda, tant a ells com als seus cuidadors. El programa d’infermeria que ha començat a desenvolupar-se gràcies a la col·laboració del Centre de Salut de Can Misses és l’eina principal.

Optam en principi per activitats grupals. Tenim l’experiència de tots els tallers d’àmbit social i sociocultural d’aquest centre.

Necessitam seguir potenciant activitats en grup com xerrades i tallers dins l’àrea biopsicològica: xerrades d’hàbits saludables (jornades d’hàbits saludables, programades anualment), caminades i exercici físic o activitats grupals de fisioteràpia (automassatges, tractaments posturals...), creant espais oberts a diverses disciplines.

En molts casos, els programes d’infermeria i fisioteràpia també es podran desenvolupar individualment, tant pels pacients com pels cuidadors, sempre tenint present la promoció de l’autonomia personal. Aquest darrer any, s’ha donat un enfocament a les adaptacions i les millores a l’entorn domiciliari, que ha estat molt ben acollit.

Un centre com la Llar La Pau d’Eivissa, integrat i correctament acreditat, hauria de ser un puntal important per donar una continuïtat assistencial a l’illa d’Eivissa amb un enfocament comunitari i participatiu entre els majors, cuidadors i professionals.

Aquest centre té quasi 20 anys, i voldríem acabar amb una frase que fa també gairebé dues dècades que es va pronunciar:

*“El desenvolupament d’una societat només marxa quan un projecte compromet tot el món i quan es creu que va cap a un major benestar per a tothom.”*(Martou F.: Conclusions del 75° semaine MOC Belge en el Soir 14-04-97)

## Referències bibliogràfiques

Comunitat Autònoma Illes Balears (2012-2013). *Dades estadístiques de dependència*.

Consell Insular d'Eivissa (2013). *Memòria*.

Crespí B., M. M. (2013). Els serveis de promoció de l'autonomia personal de les Illes Balears: una proposta de revisió del model actual. *Revista d'Afers Socials*, 7, 48-58.

González S., Montserrat J., Sánchez J., Anguas L.F., Barriga L.A., y Cervera M. (2010) *Informe sobre la Ley de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia*. Madrid. Editorial: Fundación Democracia y Gobierno Local.

IB-Salut; Centre Salut Can Misses (2013). *Dades estadístiques*.

Marí J., Pérez E., Roig B., Rivero V., Serapio A., Galmés C. (2013). *Proyecto de Innovación en la Llar La Pau- Hogar Ibiza*. 55º Congreso SEGG. Valencia.

Marí J., Serapio A. (2014). *Alzheimer: Una experiencia creativa con enfermos y cuidadores*. 56º Congreso SEGG. Barcelona.

Ministerio de Asuntos Sociales (1992). *Plan Gerontológico*.

Muñoz T., P. (2013). *Contribución de las relaciones intergeneracionales en la calidad de vida de las personas mayores en la sociedad ibicenca: aprendiendo juntos*. Tesi de Mestría no publicada. Universitat Nacional d'Educació a Distància (UNED).

## Autores

### ANTONIA TUR TORRES

Ajudant tècnic sanitari per la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona, 1974. Diplomada en Infermeria per la Universitat Nacional d'Educació a Distància, 1990. Infermera de l'Equip d'Atenció Primària del Centre de Salut de Can Misses d'Eivissa, des de l'1 d'octubre de 1990 fins l'actualitat. Coordinadora d'Infermeria del Centre de Salut Can Misses des de Setembre del 2007. fins l'actualitat. Ha realitzat cursos, programes i docència en el món de la gerontologia i gestió assistencial. Infermera col·laboradora en el Programa Vacaciones Tercera Edat del INSERSO des de 1989 fins 1995 i de l'Associació de familiars de malalts d'Alzheimer d'Eivissa i Formentera i de Diabetis.

### ANA SERAPIO COSTA

Psicòloga-psicoterapeuta. Llicenciada en la Universitat Complutense de Madrid, 2002. Màster en Psicoteràpia psicoanalítica. Coordinadora i dinamitzadora del Projecte Gent 3.0 als diferents espais de gent gran de l'illa d'Eivissa. Obra Social La Caixa des de l'any 2010. Editora i redactora Bolletí "*Autocontrol es Vida*" per a persones amb diabetis. Laboratoris Bayer Hispania des de 2009. Foment de la lectura: dinamitzadora Clubs de lectura d'adults a diferents biblioteques de l'illa d'Eivissa

### PAULA MUÑOZ TARTALO

Diplomada en Educació Social, Universitat Nacional d'Educació a Distància (UNED), 2009. Màster en *Intervenció en qualitat de vida de persones grans*, UNED, 2013. Postgrau en Educació de persones adultes, UNED, 2011. Educadora social, Serveis Socials d'Atenció Primària, Ajuntament de Santa Eulària des Riu. Treballa al Consell Insular d'Eivissa a l'administració general. Ha realitzat cursos relacionats amb la gent gran dins l'àmbit social i educatiu.

### VIRGINIA RIVERO MORENO-ORTIZ

Diplomada en Treball Social, Universitat Illes Balears. Màster en Gerontologia Social, Universitat Barcelona. Formació específica en àrees relacionades amb envelliment i dependència. Treballadora Social del Govern Balear, adscrita a la Llar Eivissa des de 1998. Des de 2002 depèn del Consell d'Eivissa i forma part de l'equip de la Unitat de Valoració.

## JOSEFA MARÍ MARÍ

Llicenciada en Medicina i Cirurgia per la Universitat de Barcelona. Metgessa especialista en medicina familiar i comunitària. Metgessa especialista en nutrició per la Universidad de Buenos Aires. Especialista universitària en Gestió Sanitària per la Universitat de les Illes Balears. Màster en Gerontologia Social per la Universitat de Barcelona. Ha realitzat cursos relacionats amb el món de la Geriatria i Gerontologia, i Gestió. Des de 1990, metgessa del Consell Insular d'Eivissa on ha ocupat diferents càrrecs. A dia d'avui és la responsable de la Llar Eivissa i de la Unitat de Valoració del Consell Insular d'Eivissa.