

TEXT: Núria García Victori, Lourdes García Lladó,
Sira Vilardell.

FOTOGRAFIA: Gerard Font Catalá

DISSENY GRÀFIC I EDICIÓ: Victoria Sánchez Jara.

- 4 Pròleg
- 8 Alimentació
- 20 Higiene i Mobilització
- 36 Cures i Medicació
- 46 Tasques de la Llar
- 60 Relació Interpersonal
- 82 Annexes



Index

Pròlegs

CONTEXTUALITZACIÓ:

L'augment progressiu de l'arribada de població procedent d'origens geogràfics i culturals molt diversos, ha comportat un seguit de canvis en la nostra societat , que s'han vist reflectits en qualsevol àmbit.

La Multiculturalitat , és avui en dia una realitat que requereix l'adequació i establiment de noves polítiques socials, actuacions i serveis, que garanteixin una convivència en la diversitat . En aquest sentit , cal trobar recursos i eines que facilitin la comunicació, l'aproximació i la interrelació entre persones autòctones i immigrants.

A tot això cal afegir-hi altres canvis que paral·lelament s'han anat donant en la nostra estructura social, modificant el model tradicional d'unitat familiar i de convivència, per altres models on els rols de cada membre han patit també modificacions, condicionats , entre altres, a factors com l'entrada de la dona al mercat de treball, l'augment de l'esperança de vida que fa que hi hagi cada vegada més població d'edat avançada....

Una de les realitats que se'n deriva d'aquests canvis és la necessitat cada vegada més extesa en moltes famílies on hi ha gent d'edat avançada o dependents, de tenir persones cuidadores a casa que es facin càrrec de la cura i l'atenció d'aquestes persones. En la majoria de casos, la família de la persona dependent no pot assumir aquestes funcions per motius laborals, per tenir altres càrregues familiars (fills menors, etc.), o en el cas dels cònjuges de la persona dependent, per tenir també una edat avançada. Davant la insuficiència dels recursos que poden donar resposta a aquesta necessitat per part de les administracions, les famílies opten per utilitzar el recurs d'una persona cuidadora. L'altra realitat amb la que ens trobem és que són les persones immigrants, majoritàriament dones, les que més s'ofereixen per a desenvolupar aquest servei. El perfil que més es troba és el de dones immigrants de 18 a 45 anys, amb permís de residència i moltes d'elles per reagrupament, que tenen família als seus països d'origen i són en molts casos les principals fonts d'ingressos per a aquestes famílies. Parlem de dones majoritàriament de països de centre i sudamèrica, de països de l'est, subsaharianes i marroquines, amb estudis secundaris la majoria d'elles, que parlen i entenen el castellà però amb

més dificultats el català, i que malgrat tot, tenen dificultats per accedir al mercat de treball normalitzat i recurreixen a activitats d'economia submergida o a ocupacions del sector de serveis com és la de cuidadora. L'ocupació de cuidadores es converteix per a elles en una possibilitat ràpida d'accés al mercat de treball, que els permet donar resposta a les seves necessitats econòmiques. L'estructura del mercat de treball dificulta que puguin accedir a altres ocupacions. L'entrada d'aquestes persones immigrants a domicili particulars o a entitats sanitàries, com a cuidadores, comporta que es doni una relació continuada amb les famílies i les persones dependents, que desencadena en ocasions a situacions de dificultat en la relació o la convivència generades pel desconeixement de la cultura de l'altre, per dificultats de comunicació, per diferents percepcions culturals, etc... Per a donar resposta a moltes d'aquestes situacions, la guia que presentem preten oferir un recull de pautes per a un CONVIVÈNCIA SALUDABLE.

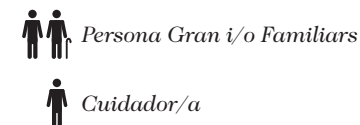
PRESENTACIÓ DE LA GUÍA:

La Guia que us presentem, pretén ser una eina de suport a professionals, famílies, persones grans, persones dependents, persones immigrants cuidadors/es, i a totes aquelles altres persones que vulguin contribuir a una millor convivència i interrelació en un context multicultural i divers com el nostre.

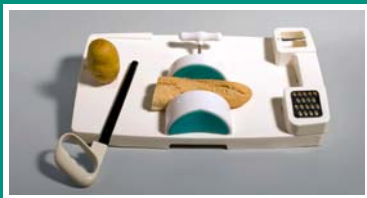
CONVIURE SALUDABLEMENT és doncs una eina d'interrelació principalment entre professionals d'institucions de l'àmbit sociosanitari, i/o famílies que requereixen assistència domiciliària, i persones d'origen immigrant que s'ofereixen per treballar com a cuidadors/es en qualsevol d'aquests àmbits.

La Guia ofereix un seguit de recomanacions que han estat possibles gràcies a les aportacions fetes per diferents professionals sanitaris, famílies i particulars, i cuidadores d'origen immigrant, que ens han ajudat a identificar les principals necessitats existents, en la seva relació quotidiana.

L'elaboració d'aquest producte ha estat gràcies a la iniciativa del DEPARTAMENT D'ACCIÓ SOCIAL I CIUTADANIA, i s'ha dut a terme des de GRUP AULA, amb la col·laboració de diferents professionals que sens dubte han permès amb el seu treball i il·lusió presentar un nou recurs que ens aproparà una mica més a una millor convivència.



Alimentació



Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.

Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.

Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.

Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.

Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.



Vés a comprar amb el/la cuidador/a i sigues tu qui triï els aliments. Si no pots anar-hi, digues-li quines botigues i productes prefereixes.



Proposa-li a la persona a qui cuides que t'acompanyi a fer la compra i que t'ensenyi les botigues del barri.

Demana-li a la persona om vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.

Demana-li a la persona om vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.

Demana-li a la persona om vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.

Demana-li a la persona om vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.

Demana-li a la persona om vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.



Fes-li saber al/la cuidador/a què t'agrada menjar i, si cal, ensenya-li com ho fas tu.



Demana-li a la persona com vol que cuinis el menjar i respecta els seus hàbits.

Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Alimentació



Explica al/la cuidador/a quina dieta ha de seguir la persona. Si es desconeix l'alimentació adequada que cal, parla amb un/a infermer/a del CAP i que t'informi.



Tingues en compte si la persona segueix alguna dieta especial, abans d'elaborar qualsevol menjar.

Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.

Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.

Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.

Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.

Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.



Dóna els diners necessaris al/la cuidador/a sempre que hagi d'anar a comprar.



Quan hagi de fer la compra, assegura't de tenir els diners abans o pacta amb la persona com vol que es pagui.

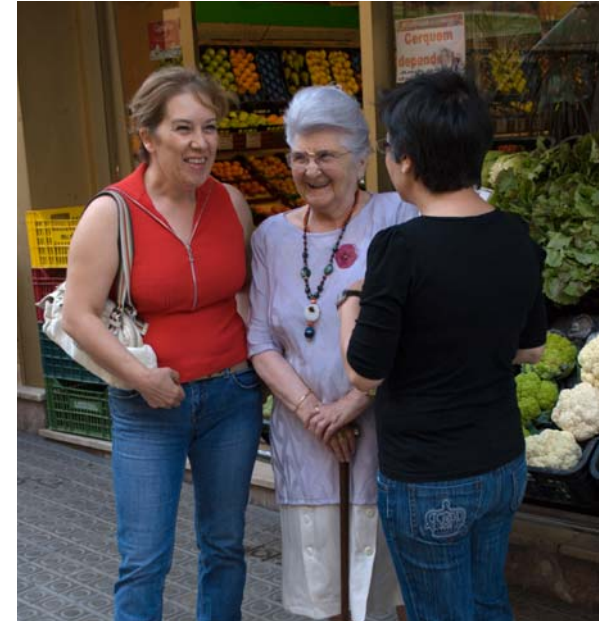
Anima a la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.

Anima a la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.

Anima a la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.

Anima a la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.

Anima a la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.



Acompanya el/la cuidador/a a fer encàrrecs i aprofita per estar actiu/va físicament i psíquicament.



Anima la persona a sortir de casa amb tu, per tal de que es relacioni amb la gent del barri.

Higiene i Mobilització



Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.

Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.

Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.

Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.

Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.



Comenta al/la cuidador/a, quins hàbits d'higiene personal té la persona.



Informa't de com has de realitzar la higiene personal a la persona i intenta respectar-ho tant com puguis.

Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.

Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.

Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.

Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.

Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.



Si cal, busca ajuda al CAP o als Serveis Socials perquè et facilitin un/a treballador/a familiar temporalment per tal d'orientar-te en la cura de la persona.



Quan et trobis que no saps com realitzar la higiene o mobilitzar la persona, no dubtis en dir-ho a la família.

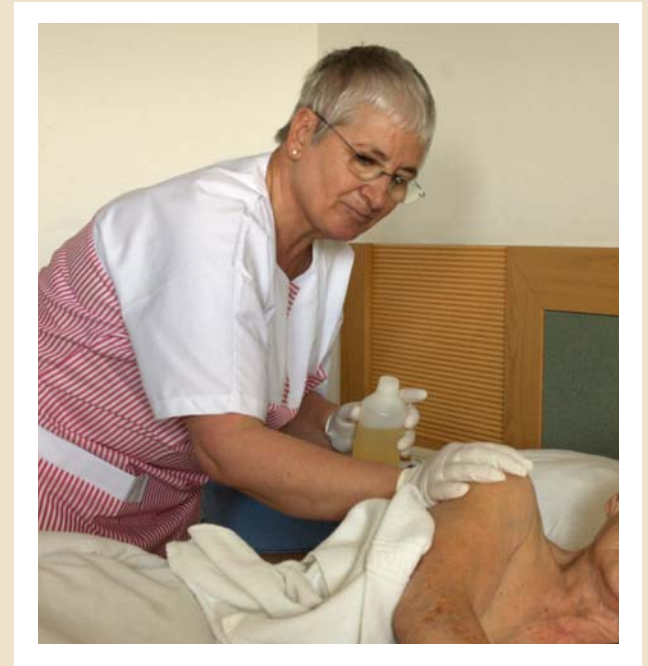
Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.

Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.

Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.

Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.

Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.



Fes saber al/la cuidador/a que és molt important per a la persona la seva intimitat.



Respecta al màxim la intimitat de la persona i fes-la sentir a gust.

Anima la persona a valdre's per sí sola.

Anima la persona a valdre's per sí sola.

Anima la persona a valdre's per sí sola.

Anima la persona a valdre's per sí sola.

Anima la persona a valdre's per sí sola.



Explica al/la cuidador/a que no fa falta fer-li tot a la persona i que cal potenciar la seva autonomia.



Anima la persona a valdre's per sí sola.

Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.

Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.

Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.

Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.

Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.



Facilita tot el material imprescindible per a la cura de la persona.



Demana el material que creguis necessari per a la seva cura.

Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.

Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.

Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.

Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.

Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.



Sigues flexible a l'hora d'adaptar la llar per tal d'aconseguir la màxima atenció a la persona.



Parla amb la família de les adaptacions que necessitis per a dur a terme la teva feina.

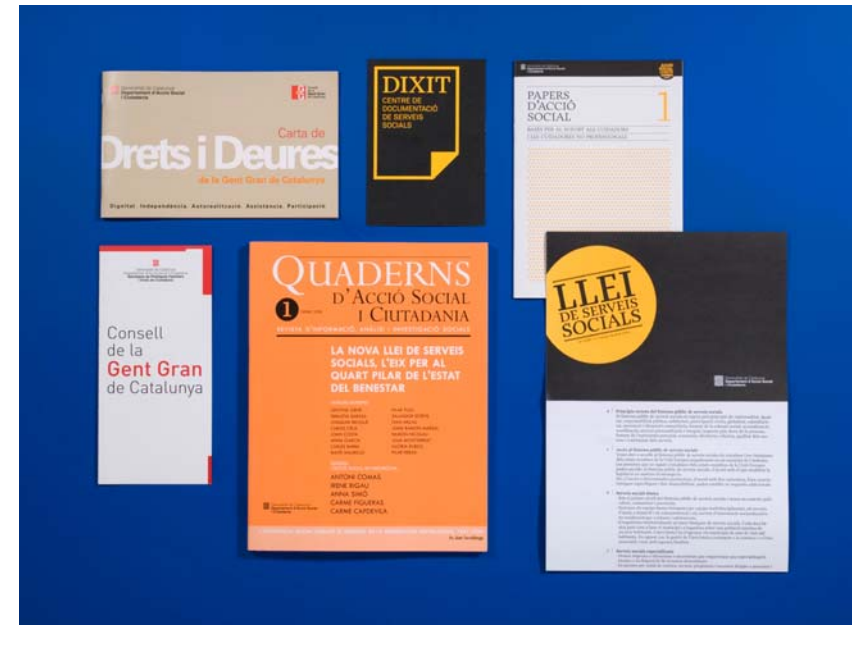
Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.

Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.

Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.

Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.

Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.



Si ho consideres adequat, informat dels cursos que hi ha per formar als/les cuidadors/es.



Si no tens els coneixements necessaris per a desenvolupar les tasques correctament, demana a la família que t'orienti per saber quins estudis et calen.



Cures i Me dicació

No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

Cures i Medicació



Explica al/la cuidador/a si la persona pren algun tipus de medicació o si segueix algun tractament mèdic.



No preparis ni donis mai cap medicació sense el consentiment de la família o de la pròpia persona.

No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o a la infermera.

No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o a la infermera.

No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o a la infermera.

No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o a la infermera.

No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o a la infermera.



Si s'ha de fer una cura a la persona, parla amb el/la infermer/a perquè valori si la podeu fer vosaltres.



No facis cap cura pel teu compte! Consulta-ho sempre a la família o al/la infermer/a.

Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.

Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.

Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.

Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.

Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.



Proposa-li al/la cuidador/a que vagi a buscar les receptes al CAP i, que aprofiti, si s'escau, per anar-hi amb la persona.



Fes-te càrrec de recollir les receptes al CAP. Si és possible, et pot acompanyar la persona.

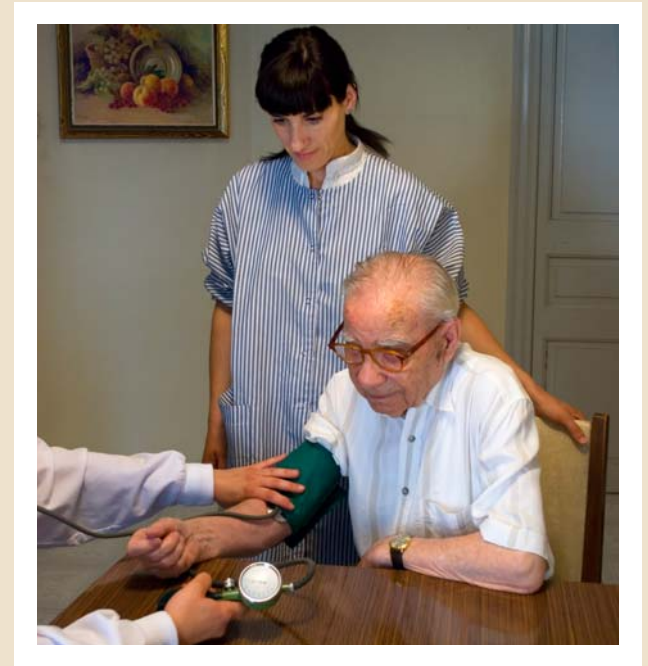
Estigues amb el metge o la infermera quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.

Estigues amb el metge o la infermera quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.

Estigues amb el metge o la infermera quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.

Estigues amb el metge o la infermera quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.

Estigues amb el metge o la infermera quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.



Demana al/la metge/ssa o al/la infermer/a que vinguin a fer els controls necessaris a casa, si la persona no pot anar a què la visitin al CAP.



Estigues amb el/la metge/ssa o infermer/a quan vinguin a casa i després, comunica als familiars les indicacions que t'hagin fet.

Tasques de la Llar



Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.

Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.

Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.

Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.

Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.



Explica al/la cuidador/a com organitzes la teva llar a l'hora de realitzar les tasques i quin ordre segueixes.



Intenta respectar l'organització de tasques i l'ordre a seguir de la família o persona.

Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Tasques de la Llar



Digues al/la cuidador/a com acostumes a fer les tasques de la llar (fer el llit, posar la rentadora, estendre la roba, etc..) i demana-li com les fa ell/a.



Encara que tinguis la teva manera de fer les tasques de la llar, mira com ho fa la família o persona i accepta les seves aportacions.

Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.

Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.

Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.

Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.

Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.



Dóna les instruccions clares de com s'han de fer les tasques de la llar.



Demana a la família o persona quan tinguis algun dubte de com s'ha de fer alguna tasca concreta.

Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Tasques de la Llar



Des d'un principi, pacta amb el/la cuidador/a quines tasques s'han de fer i quines no. Si s'escau, se'n pot compartir alguna.



Estableix, amb la família, les tasques de la llar que hauràs de fer.

Respecta i intent adaptar-te als costums de la família.

Respecta i intent adaptar-te als costums de la família.

Respecta i intent adaptar-te als costums de la família.

Respecta i intent adaptar-te als costums de la família.

Respecta i intent adaptar-te als costums de la família.

Tasques de la Llar



Fes saber al/la cuidador/a els teus costums més personals en relació a les tasques de la llar (ventilar les habitacions, la manera de plegar la roba,...)



Respecta i intenta adaptar-te als costums de la família.

Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.

Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.

Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.

Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.

Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.

Tasques de la Llar



Ensenya a la cuidadora com fas la neteja de la llar i quins productes utilitzes normalment.



Si has de fer la neteja de la llar, assabenta't de quins productes es fan servir i de com s'ha de netejar.



Relació Interp ersonal

Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Relació Interpersonal



Prepara bé la primera entrevista amb el/la cuidador/a. Sigues molt clar/a amb el què esperes d'ell/a i establiu compromisos mutus, tals com la temporalitat del servei, l'horari, el sou, etc. (Veure l'annex)



Pacta amb la família, des d'un principi, les condicions i els compromisos necessaris per començar a treballar. Deixa clar si podràs complir les expectatives.

Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Relació Interpersonal



Interessa't per conèixer millor el/la cuidador/a i dediqueu estones a saber quines preferències té l'un/a i l'altre/a.



Parla amb la família del què t'agrada, els teus costums...
Us ajudarà a tenir més confiança.

Demana qualsevol dubte que tinguis a la família.
Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Demana qualsevol dubte que tinguis a la família.
Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Demana qualsevol dubte que tinguis a la família.
Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Demana qualsevol dubte que tinguis a la família.
Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Demana qualsevol dubte que tinguis a la família.
Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Relació Interpersonal



Intenta estar amb el/la cuidador/a els primers dies per donar-li tota la informació necessària. L'adaptació serà molt més fàcil.



Demana qualsevol dubte que tinguis a la família. Començaràs la teva feina amb més seguretat.

Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Relació Interpersonal



Garanteix que el/la cuidador/a se senti còmode/a i tingui la seva intimitat. A ser possible, prepara-li una habitació.



Tingues en compte la teva intimitat dins de la casa i respecta la dels altres membres que hi convisquin (objectes personals, habitacions...).

Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Relació Interpersonal



Dóna al/la cuidador/a estones o dies lliures per dedicar-los a les seves coses.



Demana espais o dies lliures, en el cas que no se t'ofereixi. Necessites temps per a tu.

Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure juntes.

Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure juntes.

Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure juntes.

Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure juntes.

Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure juntes.

Relació Interpersonal



Comparteix moments per fer activitats conjuntes amb el/la cuidador/a.



Proposa-li a la persona de fer alguna activitat de lleure junts/es.

Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Relació Interpersonal



Assegura't que tot el què dius o pactes amb el/la cuidador/a s'entén. L'idioma o diverses expressions culturals poden portar a diferents interpretacions.



Si no entens alguna cosa o penses que no t'han entès a tu, fes-ho saber al moment, per evitar suposicions errònies.

Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

Relació Interpersonal



La responsabilitat de la cura de la persona és teva. El/la cuidador/a no ha d'assumir més responsabilitat que la que li correspon a la seva feina, ni prendre segons quines decisions.



Recorda que el principal responsable de la persona gran és la família. No assumeixis més obligacions que les que et pertoquen.

No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

Relació Interpersonal



Per molt bona relació que hi hagi amb el/la cuidador/a, tingues clars quins límits s'han d'establir per tal que la relació professional i la personal no es confonguin o provoquin situacions de conflicte.



No t'impliquis de manera excessiva. Pensa que la confiança i la bona relació amb la persona o la família no ha de confondre's amb la relació professional.

Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari.

Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari.

Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari.

Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari.

Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari.

Relació Interpersonal



Informa't i assessora, si cal, al/la cuidador/a d'aquells recursos o tràmits que pugui necessitar. (Veure annex)



Busca informació de serveis que et puguin fer falta.
Compta amb la família perquè et pugui assessorar en allò que creguis necessari. (Veure annex)

ADRÈCES I TELÈFONS D'INTERÈS:

Telèfons de:

- Els fills _____
- Familiars _____
- El CAP _____
- Ambulàncies _____
- Policia local _____
- Bombers _____
- Informació ciutadana _____
- Emergències _____
- Veí de confiança _____

Adreces de:

- Fills / família _____

- CAP/metges especialistes _____
- Botigues on sol comprar _____
- Banc _____
- CIO _____
- Serveis socials _____
- Lleure _____
- CITE/col·legi d'advocats/assessorament legal _____



Annexes

ENTREVISTES PRÈVIES:

De la família i/o persona gran al/la cuidador/a:

- De quin país prové _____
- Quant temps fa que està a Catalunya _____
- Si coneix el idioma _____
- En quin idioma s'expressa millor _____
- Quants anys té _____
- Familiars que te aquí a Catalunya _____
- Disponibilitat horària _____
- Perquè busca aquesta feina _____
- Experiència en el sector _____
- Situació legal _____
- Expectatives de la feina _____
- Dies festius que vol _____
- Acordar sou _____

Del/la cuidador/a a la família i/o persona gran:

- Membres de la família _____
- Edat de la persona gran _____
- Idioma que acostuma a parlar _____
- Caràcter de la persona _____
- Patologia o problema _____
- Qui viu amb ell/a _____
- Qui se'n fa al càrrec normalment o responsable _____
- Temps que fa que la cuiden _____
- Necessitats a cobrir _____
- Tècniques especials que apliquen a la persona _____
- Horari a fer _____
- Sou a pactar _____

RECEPTES DE CUINA:

ESCALIVADA

Una de les típiques receptes de la cuina catalana. Consisteix en “escalivar” o sigui coure al forn, verdures. Es pot servir com acompanyament a peix, carns... o sol.

Ingredients per a 4 persones:

- 4 albergínies.
- 4 pebrots vermells.
- 4 tomàquets.
- 4 Cebes.
- Oli d'oliva.

Elaboració:

Pre-escalfar el forn a 200°, netejar les verdures, posar-les al forn durant uns 45 min. , treure-ho del forn i deixar-ho refredar. Un cop fred, pelar les verdures i treure les llavors. Tallar les verdures en tires llargues, ratllar a gust all per sobre i posar-hi sal. Es pot presentar sol o acompanyat.

ESCUDELLA CATALANA

Ingredients per a 4 persones:

- Uns 3-4 litres d'aigua
- Carn de pilota
- Un os de pernil
- Un os d'espina
- Vegetals pel caldo (pastanagues,api...)
- Una patata
- Cigrons
- Sal
- Un quarter de pollastre
- Galets

Elaboració:

Posar l'aigua en una olla gran al foc. Rentar els ossos , el pollastre i les verdures. Afegir la pilota. Col·locar-ho a la olla i deixar que bulli durant 30 min. Rectificar de sal. Retirar els ossos i vegetal i deixar només el caldo. Afegir els galets i deixar que es facin. Presentar la sopa i el condiment abans retirat en dos bols diferents.

COL·LABORACIONS:

Botiga Mundoabuelo

Residència Sant Francesc