

TOLOSAKO Zaintza EKOSISTEMAREN DIAGNOSTIKO PARTEKATUA Aurkezpena



DIAGNOSTIKO PARTEKATUA: ZERTARAKO?

- Non eta nola egiten da zaintza Tolosan?
- Zer eta nortzuk egiten dute?
- Zein dira zaintzeko modu horien gaur egungo errealitate eta beharrak?
- Zein erronka ditugu aurrera begira?

- ¿Dónde y cómo se cuida en Tolosa?
- ¿Qué y quién lo hace?
- ¿Cuál es la realidad y las necesidades de esos tipos de cuidado?
- ¿Cuáles son los retos de cara al futuro?

DIAGNOSTIKO PARTEKATUA: ZERTARAKO?



**Haurtzarotik zahartzarora,
zaintza beti dago presente,
modu batera ala bestera.
Horregatik, zaintza
zentzurik zabalenean
ulertuta egin dugu lanke
hau.**

*De la infancia a la vejez, el
cuidado siempre está
presente, de una forma u
otra. Por eso hemos hecho
este trabajo entendiendo el
cuidado en su sentido más
amplio.*

DIAGNOSTIKO PARTEKATUA: BI HELBURU

1

Tolosako zaintzaren ekosistema ezagutzea, sare hori indartu eta hobetzeko puntuak identifikatzeko.

Conocer el ecosistema de los cuidados de Tolosa para identificar puntos de fortalecimiento y mejora de esta red.

2

Zaintza alorreko aukera guztiak mahai gainean jartzea, beharrak dituzten herritarrek dauden aukera guztiak ezagutzeko.

Poner sobre la mesa todas las opciones en materia de cuidados para que la ciudadanía que lo necesite conozca todas las posibilidades existentes.

AURREKARIAK: NOLA SORTU DA DIAGNOSTIKOA?

***PRECEDENTES: ¿CÓMO SE HA
CREADO EL DIAGNÓSTICO?***

TESTUINGURUA

Egungo erronkak:

demografia, migrazioa,
familia eta harreman
ereduen aldaketa,
bizimodu berriak...

Retos actuales:

demografía, migración,
cambio de modelos familiares
y relacionales, nuevas formas
de vida...

Herritarren Batzarra:

ongizate emozionalaren
lanketa, suizidioaren
prebentzioa,
boluntariotza...

Asamblea Ciudadana:

abordar el bienestar
emocional, prevención del
suicidio, voluntariado...

Greba Feminista:

zaintzaren diagnostiko
eta plan bat egiteko
konpromisoa hartzeko
eskaera egin zen.

Huelga Feminista:

se solicitó el compromiso de
realizar un diagnóstico y un
plan de cuidados.

AGINTALDI PLANA: ZAINZA, ERDIGUNERA

1

Zaintza lanen garrantzia azaleratzea

Poner sobre la mesa la importancia de las tareas de cuidado

2

Herriko zaintza ekosistema ikusgarri egin eta indartzea

Visibilizar el ecosistema de cuidados y reforzarlo

3

Zaintzaileen eta feminizatutako lanbideen baldintzak

Condiciones de las personas cuidadoras y de las profesiones feminizadas

4

Zaintza alorrean ikuspegi komunitarioa txertatzea

Incorporar el enfoque comunitario en materia de cuidados

NOLA ULERTU DUGU ZAINZA?

Zaintza **bizitzaren eta osasunaren jasagarritasuna** bermatzen duen edozein ekintza gisa. Gorputzaren edo materia fisikoaren gainetik, **pertsonaren eta bizitzaren maila ez materialak** ere bildu dira. Zaintza **formala eta informala** ere baloratu eta onartu ditugu.

El cuidado como cualquier acción que garantice la **sostenibilidad de la vida y la salud**. Más allá del cuerpo o la materia física, también se han recogido los **niveles inmateriales de la persona y de la vida**. También hemos valorado y aceptado el cuidado **formal e informal**.

DIAGNOSTIKOAREN BI EZAUGARRI

1

Lanketa ikuspegi
feministatik eta
intersekzionaletik egin da.

La elaboración se ha realizado
desde una **perspectiva**
feminista e interseccional.

2

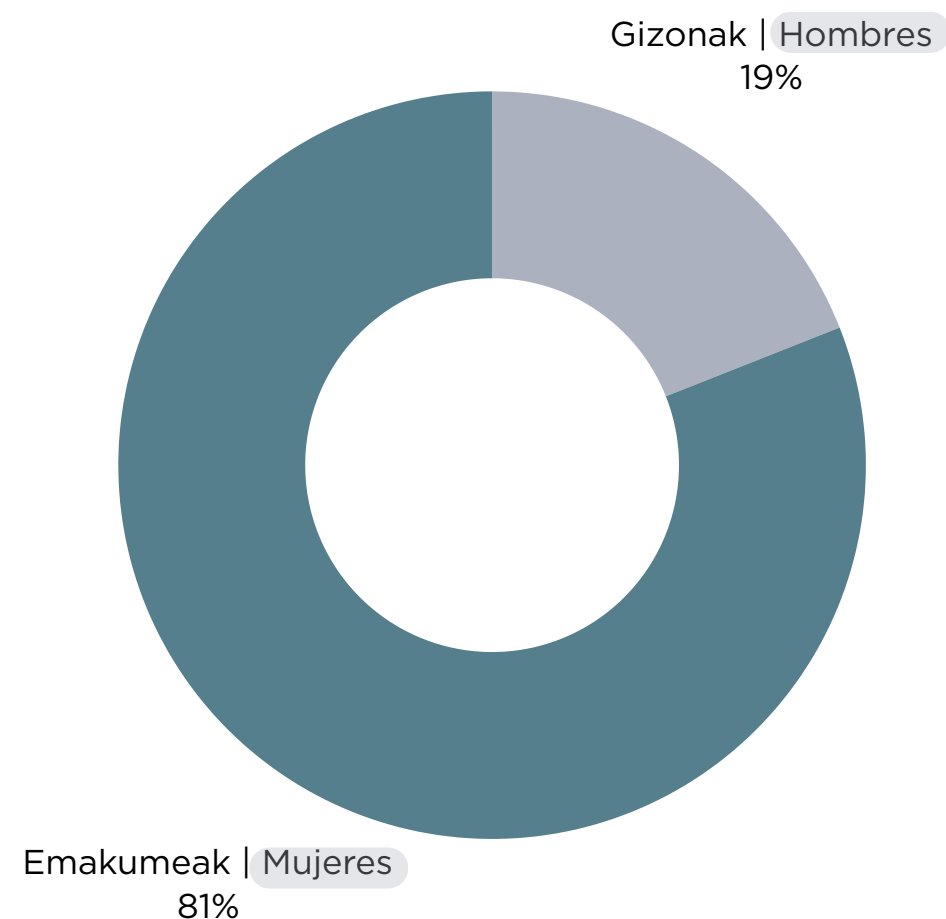
Modu partekatuan egin da, hau
da, profesional eta eragileen
parte hartze zabalarekin.

Se ha realizado de forma
compartida, es decir, con una
amplia participación de
profesionales y agentes del
sector.

DIAGNOSTIKOA: EMAITZAK ETA ONDORIOAK

*DIAGNÓSTICO: RESULTADOS Y
CONCLUSIONES*

NOLAKOA IZAN DA PROZESUA



9 talde-elkarrizketa monografiko
9 entrevistas monográficas grupales



17 banakako elkarrizketa
17 entrevistas individuales



4 entzute gune zaintzaileekin
4 espacios de escucha con cuidadoras/es



Prozesu hau **metodologia partekatua** jarraituz garatu da, eta lankidetza ekarri du hainbat udal-sailen, gizarte-eragileren eta, bereziki, hainbat errealitatetatik zaintzan aritzen diren pertsonen artean.

ZERTAZ ARI GARA?

Amaia Pérez Orozcoren (2014) hitzetan:

«Pertsona guztiok gara zaurgarriak, eta guztiok behar ditugu zainketak gure bizitzako egun guztietan, intentsitate desberdinetakoak. Eta izatez zaurgarria den bizitza zaintzeko modu bakarra, elkarrekin lan egitea da, horretan guztian elkarren mendekoak garelako».

«Todas las personas somos vulnerables y todas necesitamos cuidados todos los días de nuestra vida, de diferentes intensidades. Y la única manera de cuidar una vida vulnerable es trabajando juntas, porque en todo esto somos interdependientes».

Gaur egun, zaintza ez da eskubide unibertsala.

Hoy en día, el cuidado no es un derecho universal



NORTZUK BEHAR DITUGU ZAINTZAK?

- Adineko pertsonak
- Mendekotasun egoeran dauden pertsonak eta/edo desgaitasuna dela-eta, eguneroko bizitzan moldatzeko laguntza behar dutenak
- Haurrek, nerabeek eta gazteek

- *Personas mayores*
- *Personas con discapacidad o en situación de dependencia*
- *Infancia, adolescencia y juventud*

Tolosan zaintzak behar dituzten 20.065 pertsona daudela esan dezakegu.

En Tolosa podemos decir que hay 20.065 personas que necesitan cuidados.



LABURBILDUZ: TOLOSAKO ARGAZKIA

- Tolosako **biztanleria zahartzen** ari da eta horrek **zaintza-eskaeran eragina** izango du.
- **Adineko emakumeen kopurua nabarmen handiagoa** da eta **mendekotasun-indizea gora** doa.
- Familia-egitura aldatzen doa; kide kopurua jaisten ari da, pertsona gehiago bizi da bakarrik, **isolamendua areagotu eta zaintza-sare tradizionala murriztu da.**
- **Migrazioa** lan-aukerak bilatzeari lotuta dago eta etorkizunean **funtsezko rola** izango dute.

- *Envejecimiento de la población > aumento en la demanda de cuidados*
- *El número de mujeres mayores es significativamente mayor y **el índice de dependencia va en aumento.***
- *La **estructura familiar** va **cambiando**, el **número disminuye**, **más personas viven solas** y aumenta el aislamiento y la red tradicional de cuidados va disminuyendo.*
- *La migración está ligada a la búsqueda de oportunidades laborales y tendrán un rol fundamental en el futuro.*

ADINEKOAK ETA DESGAITASUN EDO MENDEKOTASUN EGOERAN DAUDEN PERTSONAK

***PERSONAS MAYORES Y
PERSONAS EN SITUACIÓN DE
DISCAPACIDAD O DEPENDENCIA***



EZAUGARRI NAGUSIAK

- Tolosako biztanleriaren % 5,4k du mendekotasun-graduren bat aitortua. **Gehiengoa emakumeak** (% 64) eta **lehen eta bigarren mendekotasun graduetan** (% 73) kokatzen da.
- **Desgaitasuna, aldiz, gizonetan da ohikoagoa.** 60-79 urtekoako dira % 43.
- **Proiektzioa:** biztanleriaren zahartzeak eta mendekotasunaren gorakadak gizarte-zerbitzuen eskaera handituko dute 2030erako.

*El **5,4 %** de la población de Tolosa había reconocido algún **grado de dependencia**. De ellas, la mayoría es mujer (64 %) y se sitúa en los grados de primera y segunda dependencia (73 %).*

*La **discapacidad**, en cambio, es **más frecuente en los hombres**. Sobre todo en personas de 60 a 79 años, (43 % del total).*

***Proyección:** mayor demanda de servicios sociales para 2030, por el envejecimiento de la población y aumento de la dependencia.*

ENTZUTE GUNEAK: PARTE HARTZAILEAK

1

ADINEKOEI ZUZENDUTAKO ZERBITZUAK ETA AZPIEGITURAK

SERVICIOS E INFRAESTRUCTURAS PARA
PERSONAS MAYORES

- Uzturre Asistentzia Gunea.
- Iurreamendiko Adinekoen Egoitza.
- Madre María Josefa Eguneko Zentroa.
- Etxez Etxeko Laguntza Zerbitzua.
- Udaltzaingoa (Giltzen Gordailua).

2

DESGAITASUNA EDO BURUKO GAIXOTASUNAK DITUZTEN PERTSONEI ZUZENDUTAKO ELKARTE, ZERBITZU ETA AZPIEGITURAK

ASOCIACIONES, SERVICIOS E INFRAESTRUCTURAS DIRIGIDOS A PERSONAS CON
DISCAPACIDAD O ENFERMEDAD MENTAL

- Gurutze Gorria.
- Ibarrako Garagunea.
- Atzegi.
- Ortzadar.
- Aransgi.
- Afagi.
- Sutargi.

3

ADINEKO PERTSONEN ELKARTEAK ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES

- Nagusilan.
- Harizpe.
- Adinkide.

4

MUGIMENDU FEMINISTA MOVIMIENTO FEMINISTA

- Oneka.
- Asanblada feminista

5

OSASUN SISTEMA SISTEMA SANITARIO

- Asuncion Klinika.
- Tolosako Osasun Mentala.
- Tolosako Anbulatorioa.

EKARPENAK ETA KORAPILOAK

ZAINTZA-ZERBITZUEN ESTIGMA ETA ONARPENERAKO ERRONKAK

“Laguntza eskatzearen edo lagundua izatearen estigma. Nahiago dugu laguntza jaso **inork ikusi jaso**”.

“Etxeko zaintzak maitasuna eta afektua ditu oinarri, baina batzuetan **ez dago baliabide edo gaitasun nahikorik** zaintza behar bezala egiteko”.

“Hain barneratuta dago zaintza **erantzukizun pertsonala** dela, ezen oharkabeen hartzen baitugu ardura hori. Baina **zaintzea ez da erraza**”.



ESTIGMA Y RETOS PARA LA ACEPTACIÓN DE LOS SERVICIOS DE CUIDADOS

“Estigma de pedir ayuda o ser ayudado. Preferimos recibir ayuda **sin que nadie nos vea**”.

“El cuidado en el hogar se basa en el amor y el afecto, pero a veces **no hay recursos o capacidades suficientes** para realizar correctamente el cuidado”.

“Está tan interiorizado que el cuidado es una **responsabilidad personal** que asumimos inconscientemente. Pero **cuidar no es fácil**”.

EKARPENAK ETA KORAPILOAK

NAHI GABEKO BAKARDADEA ETA HONI AURRE EGITEKO BALIABIDEA

“Adinekoak bakardade hitza **saihesten saiatzen dira**. Asko kostatzen zaigu bakarrik sentitzen garela aitortzea”.

“Bakardadearen inguruko eskaerak nabarmen gora egin du eta aurre egiteko programa espezifikoak sortu dira”.

“Programa eredugarriak ditugu. **Mugi Tolosa adibidez, oso positibotzat jo da**. Belaunaldiarteko harremanak sustatzen ditu eta **lagungarria da adinekoentzat eta gazteentzat**”.



SOLEDAD INVOLUNTARIA Y RECURSO PARA COMBATIRLA

“Los mayores tratan de **evitar la palabra soledad**. Nos cuesta mucho reconocer que nos sentimos solos”.

“La demanda en torno a la soledad ha aumentado considerablemente. Se han creado programas específicos para combatir la soledad”.

“Tenemos programas ejemplares. **Mugi Tolosa, por ejemplo, se ha valorado como una experiencia muy positiva**. Fomenta las relaciones entre generaciones y es de gran ayuda tanto para mayores como para jóvenes”.

INDARGUNE NAGUSIAK

- EAEko Gizarte Zerbitzuen Sistemaren **Prestazio eta Zerbitzuen Katalogoan jasotako zerbitzu guztiak** eskaintzen ditu Udalak.
- Tolosako **baliabideak**: eguneko zentroak eta egoitzak, Osasun Mentaleko Zentroa (CSM) eta abar.
- **Ordu kopurua igo da** Eguneko Arreta Zerbitzua edo Etxez Etxeko Laguntzan.
- Biztanleriaren **zahartze aktiboa** sustatzeko ekintzak.
- **Hauskortasuna eta kalteberatasuna** detektatzeko eta artatzeko esperientzia pilotuak.

- El Ayuntamiento ofrece **todos los servicios incluidos en el Catálogo de Prestaciones** y Servicios del Sistema Vasco de Servicios Sociales.
- **Recursos** de Tolosa: centros de día y residencias, Centro de Salud Mental (CSM), etc.
- Servicio de Atención Diurna o **incremento del número de horas** de Ayuda a Domicilio.
- Acciones para promover el **envejecimiento activo** de la población.
- Experiencias piloto de detección y atención de **fragilidad y vulnerabilidad**.

INDARGUNE NAGUSIAK

- **Desgaitasuna** duten haur eta helduentzako **egokitutako kirol eta kultur aukerak**.
- **Irisgarritasuna** hobetzeko aurrerapausoak.
- Eskuragarri dauden **zerbitzuak ezagutarazteko ekimenak**.
- Zaintzako langileen artean **euskararen erabilera** sustatzeko neurriak.
- Udalaren eta eragileen arteko **koordinazioa**.

- **Alternativas deportivas y culturales adaptadas** para niños y adultos con discapacidad.
- Avances en la mejora de la **accesibilidad**.
- **Iniciativas para dar a conocer los servicios** disponibles.
- Medidas para fomentar el **uso del euskera** entre el personal de guardia.
- **Coordinación** Ayuntamiento-agentes.

HAURRAK, NERABEAK ETA GAZTEAK

***INFANCIA, ADOLESCENCIA
Y JUVENTUD***



EZAUGARRI NAGUSIAK

- **Demografian aldaketa handiak:** biztanleria zahartzen, amatasun-adina 33 urte, jaiotza tasa beherantz...
- **Migrazioa funtsezkoa** biztanleria gaztetzeko, **hezkuntza giltzarria** da gizarteratze-prozesuan.
- **Gazteen ongizate emozionala okerrera doa**
- **Zaintza- eta kontziliazio-beharrak** egungo familien erronka nagusia
- Egindako **tokiko ekimenak:** Haur, Nerabe eta Gazteen Ekintza Plana (2023–2027)

-Cambios en la demografía

-La **migración es clave** para el rejuvenecimiento de la población, la educación es clave en el proceso de integración social.

-Bienestar emocional de las y los jóvenes **esta empeorando**

-Principales **retos** de las familias actuales: **cuidado y conciliación**

-**Iniciativas locales:** Plan de Acción Infantil, Adolescente y Juvenil (2023 – 2027)

ENTZUTE GUNEAK: PARTE-HARTZAILEAK

1

ZERBITZU ETA PROGRAMEN KUDEAKETA

GESTIÓN DE SERVICIOS Y PROGRAMAS

- HAURREN HIRIA PROGRAMA.
- HAURREKIN, NERABEEKIN ETA BEREN FAMILIEKIN KOMUNITATE MAILAKO ESKU-HARTZE PROGRAMA.
- GAZTE TOPAGUNEKO HEZITZAILEAK.
- JATORKIN PROGRAMA.

2

AISIALDIA

TIEMPO LIBRE

- KIRIKIÑO AISIALDI TALDEA.
- ATSEDENA AISIALDI TALDEA.
- GOROSTI GURASO ELKARTEA

3

HEZKUNTZA KOMUNITATEA

COMUNIDAD EDUCATIVA

- SAMANIEGO IKASTETXEA.
- ORIXE IKASTETXEA.
- LASKORAIN IKASTOLA.
- HERRIKIDE IKASTETXEA.
- INMAKULADA LANBIDE IKASTOLA.
- HAURRESKOLA.

EKARPENAK ETA KORAPILOAK



HARRERAREN GARRANTZIA, SEGREGAZIOA ETA KOMUNITATE FALTA

“Herrian, **eskolen artean desberdintasun handiak** daude, eta **publikoan ikasten duten umeei maiz estereotipo negatiboak ezartzen zaizkie**”.

“Ikastetxe bakoitzak bere jarduerak eta taldeak ditu; **Komunitate ikuspegia eta elkarlana indartzea zailtzen du**”.

“Emakume migratuek euren seme-alabak ekartzea lortzen dutenerako oraindik ez dute sarerik lortu, ordu gehiegi egiten baitute lan. Ume horiek ere behar dute sare bat”.

“**Eskolen arteko harremana lantzeko dinamikak egitea erronka bat da**. Badago horrelako korapilo bat”.

IMPORTANCIA DE LA ACOGIDA, SEGREGACIÓN Y FALTA DE COMUNIDAD

“En el pueblo hay **grandes diferencias entre las escuelas** y a menudo a **los niños y niñas que estudian en público se les imponen estereotipos negativos**”.

“Cada centro organiza sus actividades y grupos, lo que **dificulta reforzar el enfoque comunitario y la colaboración**”.

“Para cuando las mujeres migradas consiguen traer a sus hijos todavía no han conseguido la red, ya que trabajan demasiadas horas. Esos niños también necesitan una red”.

“Hacer dinámicas para trabajar la relación entre escuelas **es un reto**. Muchas veces oímos que hay un nudo así”.

EKARPENAK ETA KORAPILOAK



HAUR ETA NERABEEN ONGIZATE EMOZIONALA

"Bakardadea eta **isolatuak dauden ikasleak** ikusten ditugu, eta askotan, ez dute jakiten egoera emozionala kudeatzen ere".

"**Pandemia garaian haurrek adierazi zuten gurasoekin edo familiekin pasatutako denbora asko eskertu zutela**, baina badirudi hori galdu egin dela".

"Osasun mentalean dago hutsune handia. Gure inguruan gero eta kasu gehiago daude antsietatearekin eta auto-lesioekin lotutakoak".

"**Osasun mentalaren inguruko taldeak eta doako zerbitzuak sortzea premiazkoa da**".

BIENESTAR EMOCIONAL DE LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA

"Vemos a **estudiantes** que están **solitarios y aislados**, y que no saben gestionar su estado emocional muchas veces".

"Durante la pandemia los niños manifestaron que habían **agradecido mucho el tiempo que habían pasado con sus padres o familias**, pero parece que eso se ha perdido".

"El gran vacío está en la salud mental. En nuestro entorno cada vez hay más casos relacionados con ansiedad y lesiones de coche".

"Es urgente crear grupos de salud mental y servicios gratuitos".

EKARPENAK ETA KORAPILOAK



GAZTEEN AISIALDIRAKO ESPAZIOAK ETA ALTERNATIBAK

“Negua luzea da, eta **aisialdi alternatibak bilatzea** ezinbestekoa da”.

“**Asteburuetan kiroldegian egiten diren jarduerak indartzea** interesgarria da”.

“Geroz eta gazte gehiago daude aisialdi antolatu gabeen eta espazio publiko gutxi dituzte. **Denak ordainpekoak dira**”.

“**Parketarrak eredu interesgarria** izan daiteke: bi hezitzaile joaten dira parke batera eta haurren arteko harremanak lantzeko jolasak antolatzen dituzte”.

“**Ez dago espazio itxi eta irisgarririk** gurasoak hurrekin joan daitezen edo euria egiten duenean familiarekin egoteko lekurik”.

“Hiru eskolek ludoteka eskaintzen dute, eta igeriketa eta futbol taldeak ere badira. **Umeek aukera ugari dituzte Tolosan. Beste talde bat sortu ordez, baliabideak hobetzea izan beharko litzateke helburua**”.

ESPACIOS Y ALTERNATIVAS DE OCIO JUVENIL

"El invierno es largo y es imprescindible buscar **alternativas de ocio**".

"**Reforzar las actividades que se realizan en el polideportivo los fines de semana** puede ser una opción interesante".

"Cada vez hay más jóvenes en el ocio no organizado y con pocos espacios públicos. **Todos son de pago**".

"**El modelo "parketarrak" puede ser muy interesante**. Dos educadores/as acuden a un parque y organizan juegos para trabajar las relaciones entre los niños y niñas".

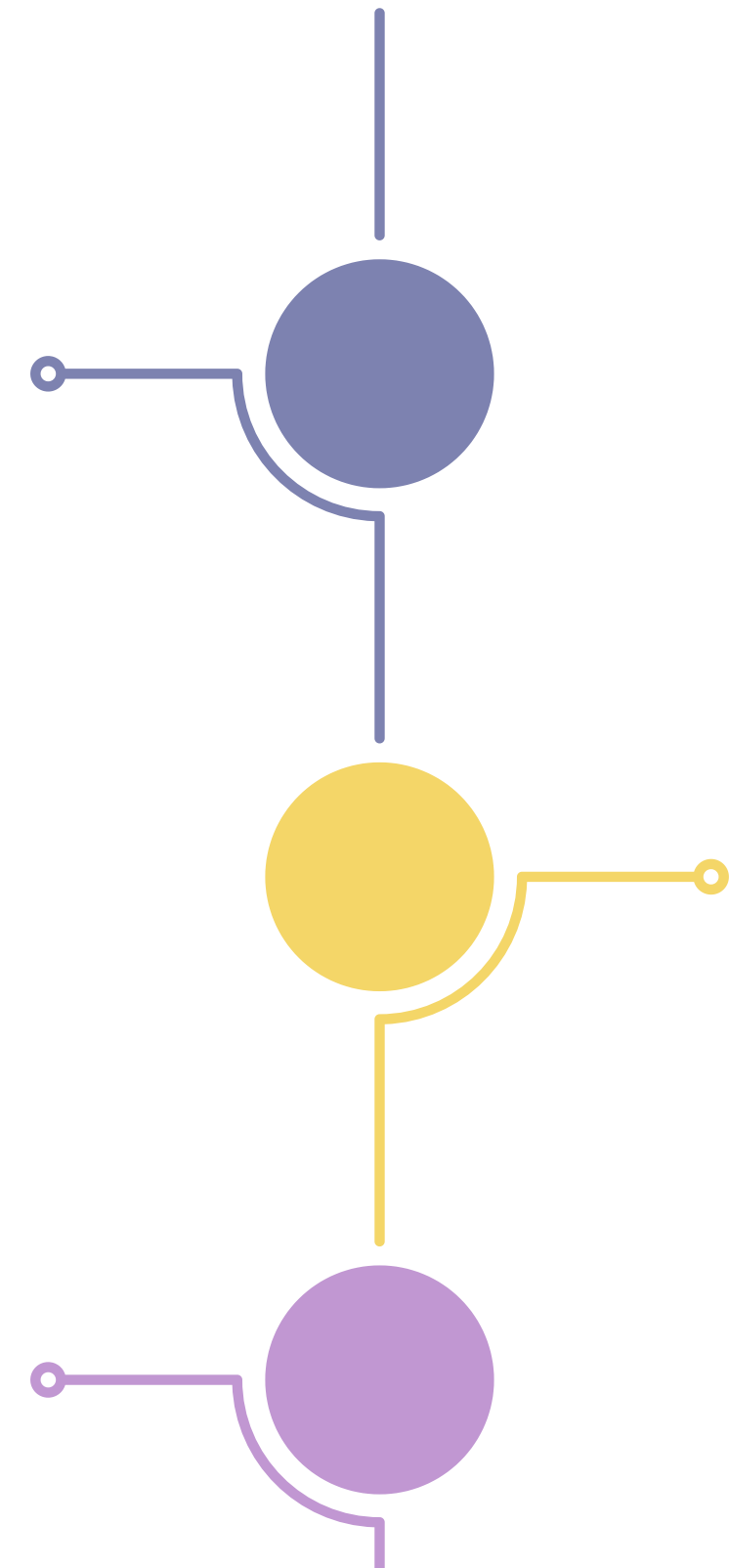
"**No hay espacios cerrados y accesibles** para que las niñas y los niños o para estar con la familia cuando llueve".

"Las tres escuelas ofrecen ludoteca, y también son equipos de natación y fútbol. Las niñas y los niños tienen muchas posibilidades en Tolosa. En vez de crear otro grupo, el objetivo debería ser mejorar los recursos".

INDARGUNE NAGUSIAK

- **Babesa eta ongizatea:** programa ugari
- **Kirola eta aisialdi eskaintza:** parte-hartze handia
- **Parte-hartze eta gazteria programak:** partaide ugari
- **Belaunaldiarteko harremanak eta kontziliazioa:** foro ezberdinak
- **Lau mahai sektoriala eta koordinazioa:** aktibo

- *Programas sobre **protección y bienestar***
- *Alta participación en **deporte y oferta de ocio***
- *Numerosos participantes en **programas de participación y juventud***
- *Diferentes foros sobre **relaciones intergeneracionales y conciliación***
- *Cuatro **mesas sectoriales y coordinación activas***



ZAINTZEN DUEN HERRIA

EL PUEBLO QUE CUIDA

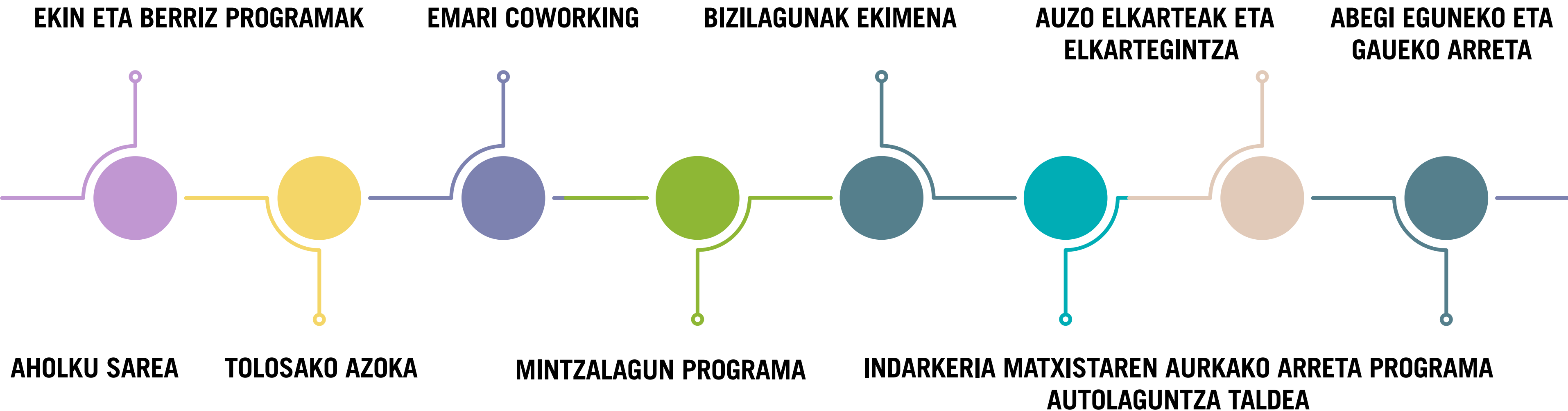




"Gizakiok, funtsean, zaurgarriak eta elkarrekiko menpekoak gara, eta, hortaz, zaintzak bestearen beharrei erantzuteko etika arduratsu baten parte da. Ondorioz, premiazkoa da zaintzak esparru politikoaren erdigunean kokatzea, demokrazia garaikidearen zentzua eraldatzeko. Azken finean, zaintzak politikoak dira".

"Las personas somos esencialmente vulnerables e interdependientes, por lo que el cuidado constituye una ética responsable para responder a las necesidades de quienes nos rodean. En consecuencia, urge situar los cuidados en el centro del ámbito político para transformar el sentido de la democracia contemporánea. Al fin y al cabo, los cuidados son políticos".

NON ZAI NTZEN DA?



EKARPENAK ETA KORAPILOAK

BOLUNTARIOTZAREN BEHERAKADA

“Boluntarioen batez besteko adina 70 urtekoa da. Etortzen diren gazteak, normalean, ikasgai batengatik edo psikologia ikasi dutelako etortzen dira, baina denbora jakin baterako”.

“Boluntariotza eta zaintza eredua aldatu behar da. Ezin da emakumeen ardura izaten jarraitu”.



DESCENSO DEL VOLUNTARIADO

"La edad media de los voluntarios es de 70 años. Los jóvenes que vienen normalmente lo hacen por una asignatura o porque han estudiado psicología, pero por un tiempo determinado".

"Hay que cambiar el modelo de voluntariado y cuidado. No se puede seguir responsabilizando a las mujeres".

EKARPENAK ETA KORAPILOAK

HAUTATU GABEKO BAKARDADEA ETA ONGIZATE EMOZIONALA

“Ez dago bakardadeari aurre egiteko espazio nahikorik. Askotan, sozializatzeko aukera bakarra kontsumoarekin lotuta dago: tabernak, kafetegiak... Alternatiba publiko, doako eta irisgarriak behar ditugu”.



SOLEDAD NO DESEADA Y BIENESTAR EMOCIONAL

"No hay espacios suficientes para combatir la soledad. A menudo, la única opción de socialización está relacionada con el consumo: bares, cafeterías... Necesitamos alternativas públicas, gratuitas y accesibles".

EKARPENAK ETA KORAPILOAK

HERRIA BIZIGARRIAGOA ETA INKLUSIBOAGOA IZATEA

“Jendeari entzutea eta benetan kontuan hartzea falta da. Irisgarritasuna ez da soilik aldapan edo arrapaletan pentsatzea; informazioa erraz ulertzeko moduan ematea ere bada”.

“Irakurketa erraza behar dugu dokumentu ofizialetan. Espazio publikoetan piktogramak behar dira seinaleztapena ulertzeko”.



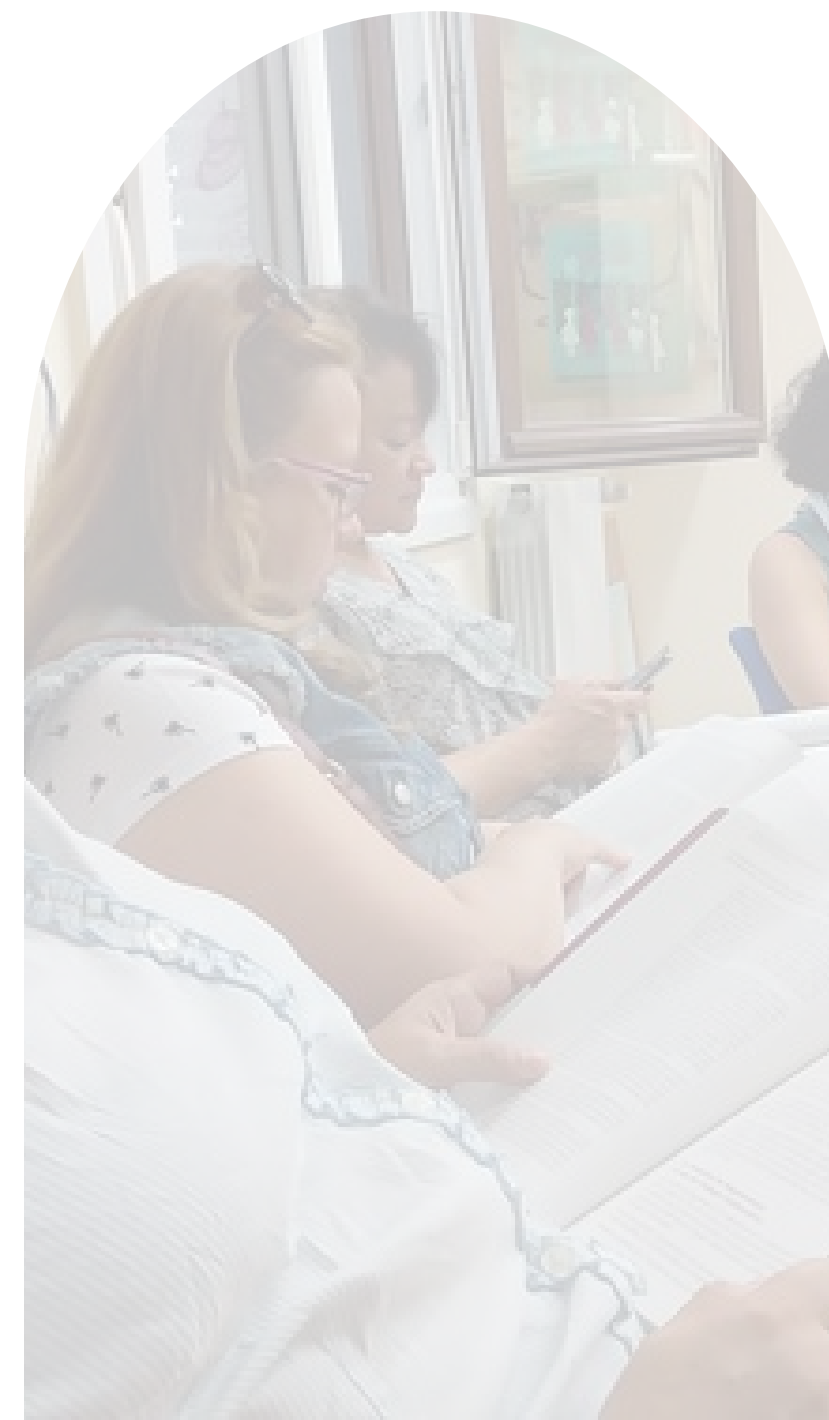
HACER EL PUEBLO MÁS HABITABLE E INCLUSIVO

“Falta escuchar a la gente y tenerla en cuenta de verdad. La accesibilidad no es sólo pensar en pendiente o rampas, sino también informar de forma fácil y entendible”.

“Necesitamos una lectura fácil en los documentos oficiales. En los espacios públicos se necesitan pictogramas para entender la señalización”.

NORK ZAINTZEN DU, ETA NOLA EGITEN DU?

*¿QUIÉN CUIDA Y CÓMO LO
HACE?*



EZAUGARRI NAGUSIAK

- Hiperfeminizazioa**, Tolosako Etxez-etxeko Laguntza Zerbitzuko, Gurutze Gorriko eta Iurreamendiko Egoitzako 285 langileren profila aztertu da; horietatik **%90 emakumeak eta %10 gizonak dira**.
- Jatorri atzeritarreko emakumeen** rola. Tolosan, Etxez-etxeko Laguntza Zerbitzuaren kasu langileria osoaren **%45a atzeritar jatorriko** pertsonak.
- Etxeko langile egoiliarren egoera**: ordu luzeak, atsedunik eza eta soldata eskasa dira ohikoak.
- Zaintza-lanak familia eta emakumeen ardura**.
- Lan-eskaera, formakuntza eta erregularizazioa**. Ez dira erraz bateragarriak lanaldi luzeak dituzten langileentzat.

- Hiperfeminización**, se ha analizado el perfil de 285 trabajadoras del Servicio de Ayuda a Domicilio de Tolosa, Cruz Roja y Residencia Iurreamendi, de los cuales el **90% son mujeres y el 10% hombres**.
- El rol de las mujeres de origen extranjero**. En el caso del Servicio de Ayuda a Domicilio de Tolosa, **el 45% de la plantilla** total corresponde a **personas de origen extranjero**.
- **Situación de las trabajadoras internas**: horas largas, falta de descanso y el escaso sueldo son lo habitual.
- **Los cuidados responsabilidad de las familias y de las mujeres**.
- Demanda de empleo, formación y regularización**. Difícilmente compatibles para trabajadoras con jornadas largas.

ENTZUTE GUNEAK: PARTE HARTZAILEAK

1

ZAINTZAILEENTZAKO LAGUNTZARAKO ELKARTEAK ETA ERAKUNDEAK

ASOCIACIONES E INSTITUCIONES DE APOYO A LAS CUIDADORAS

- AFAGI, GIPUZKOAKO SENITARTEKOEN, LAGUNEN ETA ALZHEIMERRA EDO BESTE DEMENTZIAREN BAT DUTEN PERTSONEN ELKARTEA.
- ARANSKI, GIPUZKOAKO FAMILIA GORREN PERTSONEN ELKARTEA.
- ATZEGI ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN ALDEKO GIPUZKOAKO ELKARTEA
- BIHOTZETIK ELKARTEA → BIZITZAREN AMAIERAKO ZAINTZAN ESPEZIALIZATUTAKO AHOLKULARITZA (EUSKADIKO PRE-MORTEM AHOLKULARITZA).
- BURU-BIHOTZEZ ELKARTEA → ALZHEIMERRA ETA BESTE DEMENTZIA BATZUK DITUZTEN PERTSONEN FAMILIEN ALDE LAN EGITEN DUEN ELKARTEA.
- ORTZADAR ADIMEN-MUGA PROFILA DUTENEN ETA FAMILIEN ELKARTEA.

2

ZAINTZAREN ARLOKO AHOLKULARITZA ETA LAGUNTZA ZERBITZUAK BEREZIKI ETXEKO LANGILEEI ZUZENDUTA

SERVICIOS DE ASESORAMIENTO Y APOYO EN MATERIA DE CUIDADO
DIRIGIDOS ESPECIALMENTE A LAS TRABAJADORAS DEL HOGAR

- IKASKETAK HOMOLOGATZEKO ETA PRESTAKUNTZA-IBILBIDEAK AHOLKATZEA → (BIDEZ-BIDE ELKARTEA).
- ETXEKO LANGILEEI ETA FAMILIEI ZUZENDUTAKO INFORMAZIO ETA AHOLKULARITZA ZERBITZUA → (ANDRAGORA – TOLOSALDEKO EMAKUMEEN ETXEA & SOS ARRAZAKERIA).
- ETXEKO LAN PROGRAMA.
- ANDRAGORAKO KAFE TERTULIA

EKARPENAK ETA KORAPILOAK

ZAINTZAREN ZAMA EMOZIONALA ETA LAGUNTZA PSIKOLOGIKOA

“Behin baino gehiagotan entzun dut laguntza eskatzea ez dela porrota, baina zaintzaile zarenean, zure ardura dela sentitzen duzu. **Asko kostatu zait onartzea nire burua zaindu behar dudala besteei lagundu ahal izateko**”.

“Gure **indargunea talde-laguntza da**. Bertan, hizkuntza bera hitz egiten dugu, eta esperientziak partekatzen ditugu ulertzen gaituen jendearekin. Askotan, lagunek eta senideek ez dute Alzheimerra duen pertsona bat zaintzea zer den guztiz ulertzen, baina **taldean ez dago epaiketarik**”.



CARGA EMOCIONAL DEL CUIDADO Y APOYO PSICOLÓGICO

“He oído varias veces que pedir ayuda no es un fracaso, pero cuando eres cuidadora sientes que es tu responsabilidad. **Me ha costado mucho aceptar que tengo que cuidarme para poder ayudar a los demás**”.

“Nuestro **punto fuerte es la ayuda grupal**. En ella hablamos el mismo idioma y compartimos experiencias con gente que nos entiende. Muchas veces las y los amigas/os y familiares no entienden del todo lo que es cuidar a una persona con Alzheimer, pero **en el grupo no hay juicio**”.

TOLOSAN NON ZAITZEN DA?

ESPERIENTZIA KOMUNITARIOAK

Pertsona nagusien, pentsiodunen
eta jubilatuen elkarteak

Gurasotasuna lantzeko elkarteak

Aisialdi eta kirol elkarteak

Berdintasuna, feminismoa eta
zaintza sistema komunitarioaren
aldarrikapenerako elkarteak

Gaixotasunak dituzten pertsonen eta
hauen zaintzaileei arreta eskaintzeko
elkarteak

Gizarte laguntzarako elkarteak

Jatorri anitzetako pertsonen elkarteak

Ezgaitasunak dituzten pertsonen eta
hauen familiei zuzendutako elkarteak

UDAL ETA MANKOMUNITATE ZERBITZUAK

Gizarte Zerbitzuak

Gazteria

Kirola

Merkataritza eta Azokak

Hirigintza, Obrak eta Zerbitzuak
eta Ingurumena

Berdintasuna

Migrazioa

Komunitatea eta Gobernantza

Euskara eta Hezkuntza

Kultura eta Festak

Herrian dauden baliabide publiko, pribatu eta komunitarioak mapatu dira, eta haien arteko harremanak aztertu. Gaur egun dauden zaintza-baliabideak eta etorkizunean erabili daitezkeen bitarteko potentzialak identifikatzeko tresna erabilgarria dugu.



**AURRERA BEGIRA:
ETA ORAIN ZER?**

Y, ¿AHORA QUÉ?

DIAGNOSTIKO PARTEKATUA: BI HELBURU

1

Tolosako Zaintzaren Mahaia sortu eta garatu, alor ezberdinetako eragileen parte hartzearekin.

Creación y desarrollo de la Mesa del Cuidado de Tolosa, con la participación de agentes de diferentes ámbitos.

2

Zaintzaren inguruko 2 urterako plangintza bat osatu eta gauzatu, Tolosan egin daitezkeen ekintzak eta horien denbora eta aurrekontuak jasoz.

Elaboración y ejecución de una planificación a 2 años del cuidado que recoja las acciones que se pueden realizar en Tolosa, así como su tiempo y presupuestos.

**ERRONKARI ELKARREKIN HELDU
DIEZAI OGUN!**

¡AFRONTAMOS EL RETO JUNT@S!

ESKERRIK

ASKO

