

## La Diputación revisará la tarifa del bus de Artziniega

Los vecinos iniciaron una recogida de firmas para que el precio sea igual que en otros pueblos

**ARTZINIEGA** — El Ayuntamiento de Artziniega se sumó en el Pleno de abril, por acuerdo unánime, a la campaña de recogida de firmas promovida por varios vecinos de cara a que se equipare el precio del billete de la línea 16 de autobús (Artziniega-Okondo) que pagan los ciudadanos de Artziniega con el que abonan los del resto de municipios.

El acuerdo fue trasladado a la Diputación que, tras reunirse con los promotores de la iniciativa, se ha comprometido a analizar la problemática y revisar la tarifa que pagan los vecinos de Artziniega. El cambio de precio podría hacerse efectivo el próximo año, según informa el Ayuntamiento de Artziniega. —A.O.

# Cuidadores que se cuidan

DOS FAMILIAS DE DEPENDIENTES YA SE BENEFICIAN DEL ASESORAMIENTO FORAL EN EL HOGAR, UNA ES LA DE ELISA, DE OION

Un reportaje de Pablo José Pérez  Fotografía P.J.P.

**M**uchas de las familias que tienen un familiar con un alto nivel de dependencia toman la decisión de cuidarlo en casa, en vez de solicitar su ingreso en un centro especializado. Para estas personas, su decisión implica un alto grado de compromiso y de trabajo que se realiza en la mayoría de los casos sin preparación ni apoyo técnico, con lo que a los problemas que conlleva el cuidado de su familiar se une el cansancio, la falta de calidad de vida y, muchas veces, la soledad de la cuidadora o del cuidador.

Para tratar de colaborar en la reducción de esas situaciones, el programa del Instituto Foral de Bienestar Social (IFBS) de apoyo a familias cuidadoras de personas mayores dependientes en el medio rural *Cuidarse para cuidar*, tiene tres acciones específicas, una de ellas novedosa, que se puso en práctica el pasado año.

Una de las primeras que se puso en marcha fue el apoyo psicosocial y/o familiar, con el que se prestó ayuda durante el año 2017 a 17 personas. Esta acción se realiza a través de sesiones que se llevan a cabo en el hogar de la familia cuidada. Trata de facilitar cómo afrontar la situación con el objetivo de mejorar la percepción de los recursos que se tiene, para disminuir la ansiedad, propiciar la corresponsabilidad familiar y prevenir los conflictos derivados del cuidado. Casi en paralelo se puso en marcha otra acción, la de los grupos de ayuda mutua, con la que fueron atendidos siete grupos con un total de 47 personas durante el año pasado.

Faltaba, no obstante, un programa de acciones prácticas y puntuales destinadas a solventar las actividades de la vida diaria en un domicilio con un gran dependiente. Para ello se puso en marcha el asesora-



Elisa Santamaría, de Oion, atiende a su marido.



## Gama Crossover de Kia

Ventajas exclusivas Hasta el 21 de mayo





**Kia Stonic**  
desde 12.900€



**Kia Niro**  
desde 19.900€



**Kia Sportage**  
desde 16.900€



The Power to Surprise

Con 3 años de mantenimiento o 1 año de seguro gratis.

**LANFAVI**

Calle Portal de Gamarra, 60 • 01013 Vitoria-Gasteiz, Álava • Tel.: 945 28 33 11 • [www.lanfavi.com](http://www.lanfavi.com)

Consumo combinado (l/100 km): 3,8-7,6. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 88-177.

PVPB Kia Stonic 1.2 CVT Concept/ PVPB Kia Niro 1.6 HEV Concept/ PVPB Kia Sportage 1.6 GDI Concept 4x2 (incluido impuestos, transporte y acciones promocionales). No incluye gastos de gestión y matriculación. Oferta aplicable para clientes particulares que financien con Banco Cotelam S.A.U. un importe mínimo de 8.000€ para Stonic, o 10.000€ para Sportage y Niro a través de la campaña 'FlexiPlan', a un plazo mínimo de 36 meses y con una garantía mínima de 36 meses. Tres primeros años de mantenimiento del vehículo o seguro a todo riesgo gratuito con franquicia de 300€/año durante el primer año, a contar desde la fecha de matriculación y vinculado a la financiación del vehículo. Asegurador MM GLOBALIS S.A.U. De Seguros y Reaseguros (NIF A85663604). Oferta incompatible con otras ofertas financieras, válida hasta el 21/05/2018 en concesionarios de Península y Baleares. Financiación sujeta a estudio y aprobación por parte de la entidad de crédito. Consulta disponibilidad y condiciones de la promoción por modelo en tu concesionario oficial Kia. Modelo visualizado no se corresponde con el ofertado. \*Consultar manual de garantía Kia.

miento en adaptaciones en el entorno y pautas de entrenamiento para las actividades para la vida diaria en domicilio, que tan solo han solicitado dos familias alavesas durante el pasado ejercicio: una de Murgía y otra de Oion. Ambos dependientes son hombres, de 74 y 76 años, con dependencia grado 2 y 3, atendidos por sus esposas, mujeres de avanzada edad. Un tercer caso ha comenzado a ser tratado en Belunza, en Izarra. En este caso, la persona con dependencia es una mujer. El programa consiste en intervenciones familiares de apoyo en el domicilio de la persona mayor dependiente por parte de un terapeuta ocupacional.

En este caso, el terapeuta, Jorge Casas, un profesional joven, pero con un importante bagaje académico y profesional, se ocupó de las dos familias, realizando primero una valoración de la situación y, posteriormente, asesorando a las familias cuidadoras en adaptaciones del entorno, productos de apoyo, pautas de manejo y en entrenamiento en actividades de la vida diaria, así como movilización y psicoestimulación para favorecer la autonomía de la persona mayor dependiente, mejorando la calidad de los cuidadores y favoreciendo la permanencia de la persona mayor con dependencia en su domicilio.

En Oion, la persona que solicitó este apoyo para su marido y para ella

fue Elisa Santamaría Tudanca. Ella ya se estaba beneficiando del grupo de ayuda mutua de la localidad, que coordina la trabajadora social del Ayuntamiento.

Sobre la efectividad de este programa, cuenta que "me ha servido para mejorar mi calidad de vida, porque para él es más difícil. Hay cosas que me han venido muy bien y en otras he seguido con el sistema que yo tenía porque me resultaba más fácil manejarlo. Además, me ayuda un hijo para poderlo centrar en la cama. Pero, en general, me ha venido muy

bien, porque me dan unas pautas para poder trabajar con él más fácilmente, sin forzarle tanto", sostiene.

Y es que, por lo general, las familias quieren que sus personas queridas se mantengan en el hogar. "Yo, personalmente, soy de la opinión de que no quiero que mi marido vaya a ningún centro. Mientras yo pueda atenderlo en casa, prefiero. Ésa es mi forma de pensar y la de mis hijos. Además, él se siente arropado por la familia", defiende.

Elisa recibe la visita del terapeuta ocupacional, Jorge Casas, que lleva a cabo tres sesiones de trabajo analizando el entorno y las dificultades que presenta, planificando las actividades que se pueden realizar para llevar a cabo una mejora en la rehabilitación del dependiente y estableciendo unos criterios de adaptación de la vivienda. "Es normal que un cuidador trate de cargar con el peso. Por eso le enseñamos pautas para que el dependiente no desaprenda lo que sabe", explica.

Quienes se han beneficiado de este programa se sienten satisfechos de la información recibida, porque les ayuda a mejorar su bienestar y, en consecuencia, el de la persona que atienden. Por ello, desde la Diputación Foral de Álava se insiste en que las personas interesadas pueden solicitar el programa o más información en los servicios sociales de base de sus respectivos ayuntamientos. ●

### El Post-it



● **Ayuda en el día a día.** Dos familias de Murgía y Oion han solicitado ya el novedoso programa de asesoramiento en el domicilio, destinado a cuidadores de personas dependientes. Ambos son hombres, de 74 y 76 años, con dependencia grado 2 y 3, atendidos por sus esposas, de avanzada edad. Un tercer caso ha comenzado a ser tratado en Izarra, con una mujer dependiente.

● **Llamamiento.** La Diputación insiste en que los interesados pueden pedir el programa en los servicios sociales de sus pueblos.



**PREMIO AL MEJOR EXPEDIENTE.** La joven riojanaolavesa Marta Jiménez Sáenz de Tejada ha recibido el premio al Mejor Expediente del Grado en Geografía e Historia de la Universidad de La Rioja (UR). Vecina de Lapuebla, Marta es graduada en Geografía e Historia y Máster en Europa y el Mundo Atlántico por la Universidad del País Vasco (UPV). Foto: Pablo José Pérez



# Confía a Skramer la reforma de tu casa

945 281 200

Cuéntanos tus planes  
Somos especialistas

albanilería  
fontanería  
pladur  
climatización  
parquets  
ventanas  
electricidad  
pintura  
eliminación de goteo

**Skramer**

COCINAS  
REFORMAS  
desde 1983

PARKING  
PRIVADO

Lunes a sábado, de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00

Portal de Gamarra, 5

Vitoria-Gasteiz

945 281 200

www.skramer.es