

2020

Memòria d'activitat



Mútua Terrassa
SOCIOSANITÀRIA





ÍNDEX

Presentació	4
Missió	5
Visió	5
Valors	5
Organs de govern	6
Equip directiu	6
Equip humà	7
Formació	8
Activitat docent i científica	8
Els nostres serveis	9
Responsabilitat social corporativa	12
Sabies que...	16
Memòria Covid-19	24



Fundació Vallparadís MútuaTerrassa

Aquest 2020 ha estat sense cap dubte l'any més extraordinari i fora de tota previsió dels que ha viscut la nostra entitat. Gestionar una pandèmia des d'una entitat que treballa per la salut, el benestar i l'autonomia de les persones ha estat el gran repte al que hem hagut de fer front i encara ho estem fent. La crisi derivada de la propagació del coronavirus (SARS-CoV-2) arreu del món ha representat un fet sense precedents a la nostra història recent.

Les mesures que van ser necessàries per controlar la propagació del virus limitar la pèrdua de vides i evitar el col·lapse dels sistemes sanitaris, han frenat l'activitat econòmica de manera sobtada, amb efectes significatius en els mercats de treball, i afectant els principals indicadors econòmics mundials.

Davant la gestió d'aquesta pandèmia, hem fet front a una situació catastròfica i inesperada, implementant tot el coneixement i expertesa dels nostres professionals, atenent a l'emergència del present i a les necessitats generades i amb una mirada posada en el futur per saber què, com i de quina manera cal actuar d'ara endavant.

A la **Fundació Vallparadís** la situació viscuda ha estat especialment crítica atesa la dificultat de gestió que han viscut les diferents residències que gestionem. Sent conscients que atenem a persones especialment vulnerables, ens hem vist obligats a aplicar mesures molt restrictives amb l'objectiu de protegir els usuaris dels més que possibles contagis. Aplicant l'expertesa, coneixement i amb el suport de **MútuaTerrassa**, la **Fundació Vallparadís** ha acabat esdevenint referent de gestió per a l'administració,

que l'ha utilitzat, en dues ocasions, per poder recuperar i restablir la gestió de residències que havien arribat a situacions crítiques per una gestió no prou adient dels administradors habituals.

Quant al propi centre **Sociosanitari Vallparadís**, en iniciar-se la pandèmia, va posar al servei de la **Fundació Assistencial MútuaTerrassa** tots els recursos i estructures per tal d'unificar la gestió transversal integrada de totes les instal·lacions de **MútuaTerrassa** en el Campus de Terrassa i fer front a les enormes necessitats d'hospitalització que hem viscut durant la pandèmia.

Aquesta situació crítica ha permès, de manera paral·lela, recuperar la gestió de la residència de Poblenui i iniciar estudis per a nous projectes de creixement que hauran de veure la llum al nostre territori els propers anys.

Cal reiterar, una vegada més, un especial agraïment a tots els **PROFESSIONALS** de **Fundació Vallparadís** que han permès assolir aquestes actuacions, amb l'esforç i el treball que, dia rere dia i de manera incansable, han dut a terme, amb un gran desgast emocional i físic. Un col·lectiu de persones que ha fet front a la primera gran pandèmia del segle XXI, en aquest final de la segona dècada, protegint les persones que atenem i posant en valor la nostra tasca.

També agrair a totes les **PERSONES** que atenem, per la seva comprensió i per la seva capacitat de resistència en tots els centres.

I en tercer lloc també a les **FAMÍLIES** que ens han ofert tot el suport, comprensió i ens han mostrat el seu agraïment en aquests temps difícils.

L'any 2020 ha estat, sens dubte, un any d'esforços titànics que ha suposat un abans i un després en la nostra entitat i també en el nostre entorn. Comencem a veure un futur diferent a partir d'ara, en el qual la resiliència, l'adaptació a l'entorn, la visió transversal i -sobretot- la capacitat de plantejar i integrar el canvi constant en el nostre dia a dia seran els nous reptes als quals ens haurem d'enfrontar per seguir avançant amb solidesa, eficàcia i eficiència.



**Treballem
amb persones
i per les
persones**



MISSIÓ

Atendre a les persones amb situació de dependència, promovent les condicions necessàries de forma personalitzada, des del respecte als valors ètics i la dignitat, per a la millora de la qualitat de vida.

VISIÓ

Volem ser referents en totes les activitats que desenvolupem, gosant ser diferents en la prestació de serveis a cada persona, amb una clara voluntat de creixement i evolució continuats, essent permeables a l'entorn tot mantenint la nostra identitat, solvència i compromís social.

VALORS

Com ens
desenvolupem?

Com
treballem?

Com ens
relacionem?

Atents, anticipant
necessitats

Eficiència arreu

Integritat i
conducta ètica

Encoratgem el Professionalisme

Primer les persones

ORGANS DE GOVERN

Segons s'estableix a l'article 13 dels Estatuts, el Patronat portarà a terme el govern, l'administració i la representació de la Fundació. Es compon per 5 membres que gaudeixen de la condició de Patrons, tres d'ells nats i dos electes.

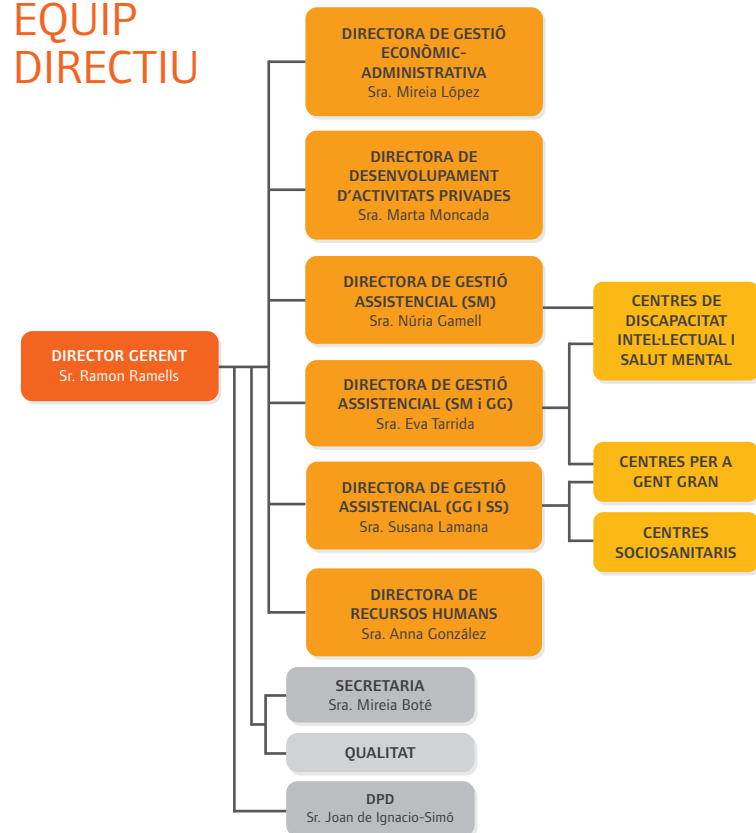
President

Sr. Jordi Parera Martinell

Vocals

Sr. Antoni Abad Pous
Sr. Martí Lloveras Serracanta
Sr. Josep Armengol Torrella
Sr. Esteve Picola Coromina

EQUIP DIRECTIU





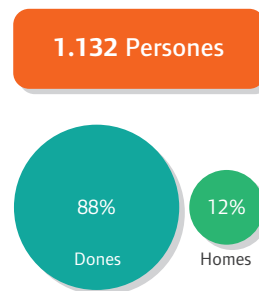
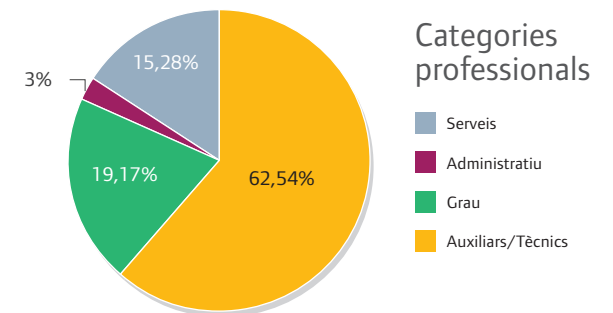
EQUIP HUMÀ

L'aspecte humà és fonamental en tots els àmbits en els que ens desenvolupem.

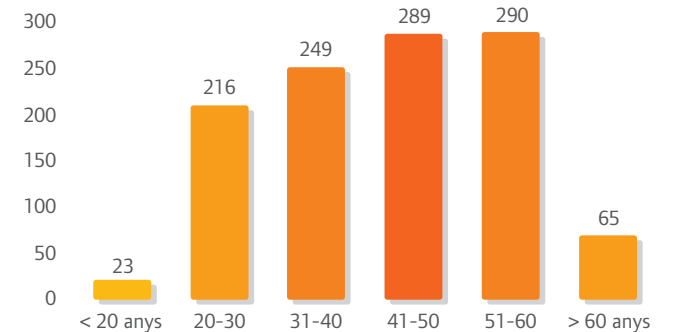
La nostra política de contractació de personal és rigorosa i el nivell d'exigència és molt elevat.

La nostra filosofia de treball interdisciplinari ens permet un abordatge integral i coordinat amb cada persona atesa, amb una visió holística i completa.

Els nostres equips reben formació continuada i estan en contacte permanent amb les famílies dels usuaris.



Edats



FORMACIÓ

- ✓ 7.929 Hores de formació
 - 4.331 hores - Covid-19
 - 3.598 hores - No Covid-19
- ✓ 245 Accions formatives
- ✓ 2.418 Alumnes

94 Alumnes
de pràctiques

14
Grau

71
Auxiliars/Tècnics

19.891
hores de
pràctiques

ACTIVITAT CIENTÍFICA

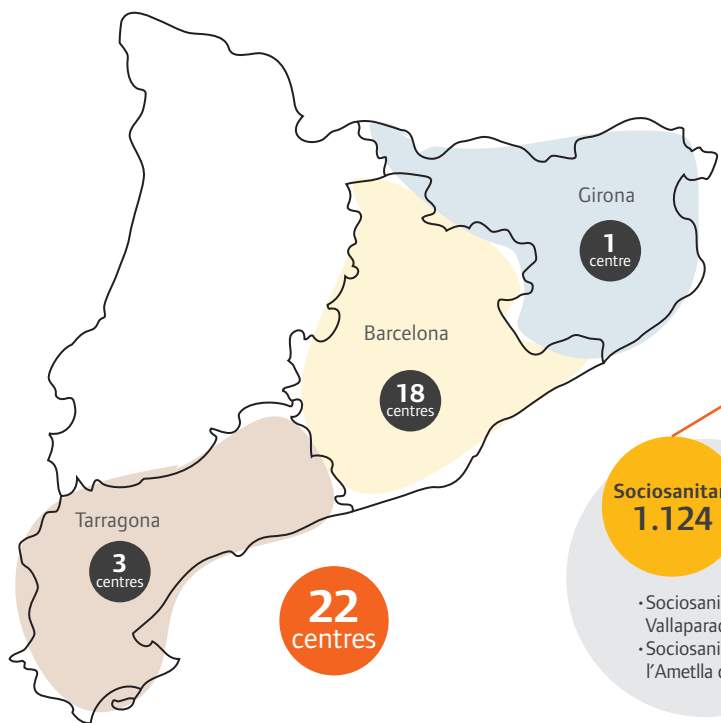
- ✓ 17 Docència / ponències / comunicacions
- ✓ 52 Assistència jornades / congressos
- ✓ 89 Participants
- ✓ 959,5 hores





ELS NOSTRES SERVEIS

✓ Hem atès **2.706** persones



Sociosanitari
1.124

- Sociosanitari Vallparadís
- Sociosanitari l'Ametlla del Vallès

Gent Gran
1.227

- Casa Vapor Gran
- Rcia. Tursia
- Rcia. Baix Camp
- Rcia. Móra la Nova
- Rcia. Horta
- Rcia. Falguera
- Rcia. Bon Pastor
- Rcia. Cambrils Suite
- Rcia. Poblenou
- C.Dia Ca n'Anglada
- C.Dia Les Arenes
- C.Dia Roureda
- Centre Borja

Discapacitat Intel·lectual
295

- Rcia. La Pineda
- Rcia. Tamarit
- Rcia. Montserrat Betriu
- Rcia. Mas i Dalmau
- Llar Torrent de Llops

Salut Mental
60

- Casa Marquès Salut Mental
- Triginta Salut Mental

GENT GRAN

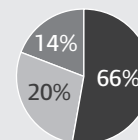
1.070
places



759
places
Residència



311
places
Centre de dia



Tipus de gestió:

- Gestió
- Privada
- Concertada

SOCIOSANITARI



159
places

Persones
ateses:

233

Llarga
estada

18

Sida

299

Convales-
cència

226

Subaguts

116

Cures
Pal·liatives

11

PIUC

30

Hospital
Dia

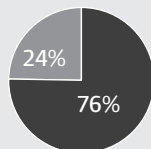
191

COVID-19
Subaguts/agut/post agut

DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL



286
places



Atesos Discapacitat Intel·lectual:

- CAE
- Residència

SALUT MENTAL



65
places

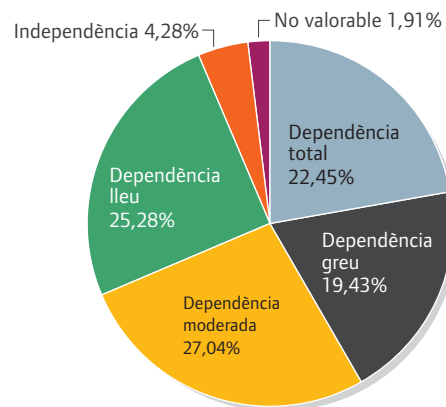
60
persones
ateses



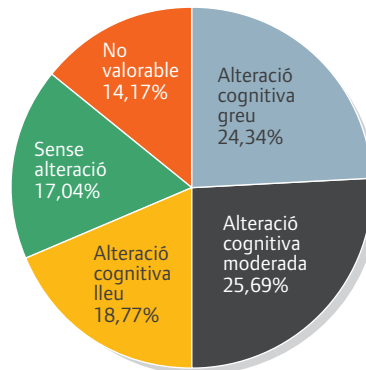


VALORACIÓ FUNCIONAL DE L'AUTONOMIA

Valoració física. Barthel



Valoració cognitiva. MEC



AVALUACIÓ DE LES MESURES APLICADES DURANT LA PANDÈMIA COVID-19

Grau de satisfacció dels familiars



Grau de satisfacció dels usuaris



RESPONSABILITAT SOCIAL CORPORATIVA

El compromís social és un fet inherent a la cultura de la nostra empresa, tant és així que des de l'any 2009 MútuaTerrassa es va adherir al Global Compact, i des de 2014 hem assolit el nivell "Global Compact Advanced".

Fundació Vallparadís disposa d'un comitè específic des d'on es vertebren i recullen totes les accions realitzades de manera natural pels professionals que, des de la generositat, han impulsat, participat i les han fet possible, com també han promogut de noves.

A més a més la Fundació Vallparadís a través de l'activitat assistencial, la nostra política de RRHH i el nostre sistema de gestió integral contribuïm en el compliment de l'Agenda 2030 per al desenvolupament sostenible i els seus 17 objectius de desenvolupament sostenible (ODS).



BJE
DE DESENVOLUPAMENT
SOSTENIBLE



Iniciatives destacades



Avancem en el model assistencial d'Atenció Centrada en la Persona

Àrees Sociosanitària i Geriàtrica, Salut Mental i Discapacitats Intel·lectuals.

Elaboració dels Plans Personals d'Atenció i Vida (PPAV), amb la **participació activa de la persona** usuària i/o família o tutors i de tots els professionals.

Mètode de validació: Conèixer i descobrir les característiques psicològiques, socials i emocionals que condueixen als canvis en les persones que viuen en els nostres centres.

Història de vida: Conèixer la biografia de la persona, és el principal referent per poder personalitzar l'atenció i donar coherència al seu projecte vital.



Teràpia assistida amb animals de companyia

Destinatari del programa:

- Persones residents als centres per a la gent gran.
- Persones amb trastorns severos de Salut Mental.
- Persones amb discapacitats intel·lectuals.

Objectiu: Participació d'animals de companyia en les intervencions terapèutiques, per tal de propiciar o de promoure la salut i el benestar dels nostres residents, ja que reverteix en beneficis físics, psíquics i socials per a ells.

Aquesta teràpia amb animals de companyia redueix les conductes disruptives i estereotipades de les persones amb discapacitat intel·lectual.

CTIUS
OLUPAMENT
ENIBLE

Iniciatives destacades



Espais de reflexió ètica als centres residencials

Objectius:

Intervenció social per ajudar a la millora de la gestió d'entitats i serveis de l'àmbit dels serveis socials posant una atenció preferent en la basant ètica.

Principals funcions:

- Dotar d'una eina consultiva propera i fàcilment accessible davant de casos o situacions que generin conflicte.
- Promoure la sensibilització i formació de valors ètics.

Temes tractats:

- Circuits de comunicació
- Contenció física
- Voluntats anticipades
- Sexualitat en la gent gran
- Intimitat i privacitat
- Elaboració bones pràctiques
- Presa de decisions per part dels usuaris
- Relacions entre usuaris
- Guia acollida famílies
- Atenció de la persona en situació terminal i informació en cas de defunció



Programes transversals d'integració entre els diferents àmbits d'actuació de MútuaTerrassa

Projecte "Filiberto: Iniciat l'any 2010 - 2011"

Objectiu:

Els residents de Triginta Salut Mental i Casa Marqués Salut Mental elaboren el regal de Nadal que es lliura als pacients ingressats a l'Hospital Universitari MútuaTerrassa i Àptima Centre Clínic en les dates de Nadal.

Com incentiu obtenen uns petits ingressos, que posteriorment els reinverteixen en alguna activitat lúdica per als residents dels centres.

Aquesta activitat ajuda a millorar l'autoestima i trencar l'estigma dels usuaris dels centres. Passen de ser subjectes passius (que reben atenció) a ser agents actius que participen en l'atenció als altres (vinculació de 2 col·lectius en situació de vulnerabilitat). Els nostres residents contribueixen a millorar la satisfacció de les persones ingressades a l'HUMT i Àptima Centre Clínic i a humanitzar els centres.

BJE
DE DESENVOLUPAMENT
SOSTENIBLE

CTIUS OLUPAMENT ENIBLE



Caixes de vida

Els alumnes de cinquè curs de l'Escola Pia de Terrassa realitzen, durant el curs escolar, diverses entrevistes amb les persones grans que viuen a Casa Vapor Gran, per tal saber com ha estat la vida d'aquestes persones. A partir d'aquesta informació elaboren una caixa personalitzada amb objectes i fotografies especialment significatives i relacionades amb la història de vida. El mes de febrer de 2020 els alumnes van venir al centre a presentar el seu obsequi a tots els residents amb qui havien treballat la caixa de vida.

Fomentem la relació entre generacions diferents, ja que es tracta d'una oportunitat per a millorar el benestar emocional de les persones grans que se senten escoltades i són el centre d'atenció. Per una altra banda, treballen amb els nois i noies valors com el respecte, la confiança, el compromís, la diversitat funcional, ...

Entitats implicades:

- Escola Pia de Terrassa
- Casa Vapor Gran



Gestió sostenible

Un dels objectius estratègics de la Fundació Vallparadís és la gestió mediambiental. En aquest sentit, una de les accions en fase pilot que s'ha portat a terme en l'àrea de gent gran ha estat la instal·lació de màquines generadores d'Ozò, amb la finalitat de reduir els productes químics en els rentats de roba i l'eliminació total de l'ús d'aquests en la neteja de superfícies.

Triple Objectiu = Sostenibilitat + Impacte econòmic + Saludable

- En no utilitzar detergents, no es generen residus dels envasos de plàstic ni es produeixen abocaments químics.
- Rentat en fred en programes de rentat més curts, per tant es redueix el consum energètic (elèctric i gas).
- Redueix la cistella de la compra de productes detergents.
- Neteja les canonades d'aigua.
- Conserva millor els teixits.
- Evita al·lèrgies cutànies, ideal per a les pells atòpiques i/o sensibles.

SABIES QUE...



"El club de la saviesa" estrena el 2020 amb un programa sobre les residències públiques per a gent gran a Terrassa

Es van abordar aspectes com els passos per optar a una plaça de caire públic i el dèficit de places estructurals existent.

El Sr. Ramells va referir-se a l'actual "gran repte de país" en termes de l'immediat envelliment de la població i va apuntar també la importància de prioritzar polítiques de gent gran i de dependència que puguin repercutir en el benestar i la qualitat de vida de les persones grans.



Fundació Vallparadís endega el projecte "Stigma Free Zone" per millorar l'atenció de les persones amb trastorn mental

Aquest projecte s'ha creat amb l'objectiu de reforçar els coneixements dels professionals del servei d'Urgències amb les persones amb trastorns mentals per tal de reduir estereotips, apropar-los a la seva realitat i fomentar la participació de la persona en la presa de decisions sobre la seva salut.



La Residència i Centre de Dia Falguera, finalista als Premis Nutrisenior

Sota el títol "*El fenomen de les Il·lusions*", el treball presentat recull una proposta innovadora que juga amb les percepcions sensorials en l'elaboració de receptes i que convida al comensal a estimular tots els seus sentits. Alhora, el projecte aborda l'alimentació com a experiència sensorial mitjançant les il·lusions òptiques.





Centenari del senyor Andreu Quadrat, resident de Casa Vapor Gran

Gran celebració del centenari del Sr. Quadrat, que supera la Covid-19 als 100 anys d'edat. UN HEROI DE LA PANDÈMIA!



L'entitat agraeix novament el compromís dels professionals amb un recull fotogràfic de l'emergència sanitària

Entre diverses iniciatives d'agraïment, l'entitat va fer un enviament, a les llars de tots els professionals, d'un recull gràfic de les vivències viscudes en aquests darrers mesos a tots els centres de MútuaTerrassa, així com un record de la intensitat i la solidaritat viscudes.



Ramon Ramells participa a la reunió entre el Govern i ACRA sobre la situació actual de les residències

L'Associació Catalana de Recursos Assistencials (ACRA) es va reunir, el passat 20 de juliol, amb el President de la Generalitat de Catalunya, Quim Torra, per parlar de la situació actual del sector i de l'afectació viscuda a les residències i centres de dia de gent gran durant la pandèmia. Així també van analitzar la situació dels rebrotos i el pla de contingència presentat per la Generalitat.

SABIES QUE...



La Residència Bon Pastor participa a la 1a Jornada d'Atenció Sanitària i Social Integrada a les Residències de Gent Gran

Des de l'organització d'aquesta jornada es va demanar a la directora de la Residència Bon Pastor, Elena Rich, que fes una exposició sobre mesures aplicades en el centre, com a exemple de l'abordatge en el control de la infecció per la Covid-19.



Direcció d'Infermeria i TIC posen en marxa l'estació clínica infermera a HCIS

Es tracta d'un projecte que abasta la Fundació Assistencial MútuaTerrassa, Àptima Centre Clínic i la Fundació Vallparadís. Aquesta estació facilita la comunicació del procés assistencial entre els diferents membres de l'equip, fent visible el procés d'infermeria complet.



Ràdio Sant Feliu aborda el Pla de retorn a la normalitat residencial amb l'exemple de la residència i centre de dia Falguera

A finals de juny, la Generalitat de Catalunya va fer públic el "Pla de retorn a la normalitat residencial", des de Ràdio Sant Feliu se'n va fer ressò d'aquest fet amb la intervenció de Sílvia Merino, directora del centre. Al llarg de l'entrevista va explicar que l'objectiu era recuperar la normalitat i garantir la seguretat i les mesures de prevenció, donat que els usuaris "son els més vulnerables de la població".





ACRA entre les diverses accions de campanya "Estem preparats" recull el testimoni de la Fundació Vallparadís

Susana Lamana, directora de coordinació assistencial, ha viscut molt a prop la gestió de les residències durant la pandèmia de la Covid-19.

Ella destaca que durant aquests mesos els professionals han "après molt", treballant en equip i adaptant-se a un ritme molt més ràpid, així que ara estan preparats per afrontar el que pugui passar en el futur.



TV3 visita Casa Vapor Gran per il·lustrar la finalització de les restriccions a les sortides dels residents a mitjans de setembre

La directora del centre, Mireia Cos, va intervenir per explicar com es van organitzar les sortides dels residents, com també els múltiples beneficis que suposen aquests per tots ells en termes socials i emocionals. Paral·lelament, diversos residents van donar els seus testimonis i vivències envers aquestes "noves" sortides, després de prop de mig any sense poder sortir al carrer.



La BIMBA arriba a Triginta i la XISPA a Móra la Nova!

Els usuaris i professionals de les dues cases van acollir amb molta il·lusió a la Bimba i a la Xispa, dos cadells que gaudeixen de la millor companyia dins dels grans espais interiors i exteriors que disposen les cases.

SABIES QUE...



La residència Móra la Nova aconsegueix l'acreditació Libera Care d'atenció a les persones

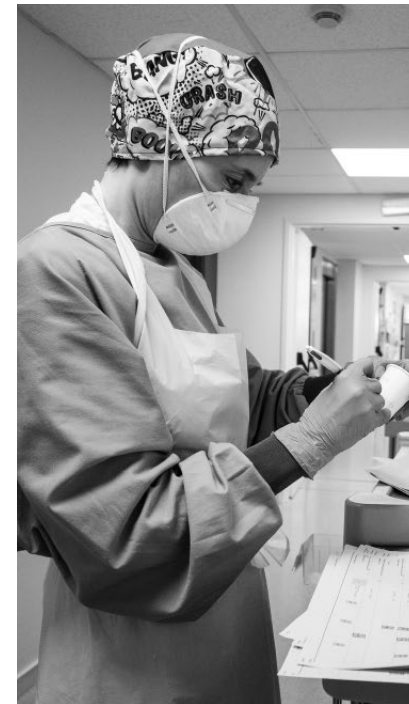
El centre ha rebut la màxima certificació oficial com a centre lliure de subjeccions en Fase III de la Norma Libera-Care. Aquesta certificació reafirma aquest model d'atenció centrat en la persona, com a visió de qualitat assistencial que respecta la dignitat de cada persona, la seva singularitat i el dret a control de la pròpia vida. Es tracta del reconeixement a la gran tasca desenvolupada per tot l'equip de professionals del centre, més encara donada la situació de pandèmia.



La Fundació Vallparadís i Qida refermen el seu compromís amb el benestar de les persones en situació de dependència

La Fundació Vallparadís i Qida han signat un acord de col·laboració per treballar de forma conjunta pel benestar de les persones en situació de dependència.

Aquesta aliança té com a objectiu oferir un servei personalitzat, professional i humà tenint cura -des del centre residencial i/o el domicili- i complementar els serveis de les dues entitats de forma continuada en funció de les necessitats específiques en cada moment de la vida de la persona.





La Realitat Virtual, una eina formativa més al servei de la Fundació Vallparadís

Els treballadors de la Fundació Vallparadís van realitzar una formació amb Realitat Virtual Immersiva (RVI). Es tracta d'una experiència visual i motivadora mostrada a través d'unes ulleres en 3D, a través del qual es pretén recordar i practicar les seqüències en la col·locació i la retirada de materials de protecció individual (EPIs) i altres elements de protecció.

L'experiència ha tingut una excel·lent acollida entre els professionals, ja que és intuïtiva i ràpida i aconsegueix causar la sensació que allò representat és real a través de la interacció.



La Fundació Vallparadís, nova gestora de la Residència i Centre de Dia Poblenou

El 15 de novembre, la Fundació Vallparadís va intensificar la seva presència a la ciutat de Barcelona gràcies a la gestió de la Residència assistida i Centre de Dia per a la gent gran Poblenou. Aquesta adjudicació s'ha aconseguit per segona vegada, ja que ja es va gestionar durant el període 2006-2017. Amb aquest centre són 4 els que gestiona la Fundació a Barcelona.

Compta amb un total de 90 places de residència assistida i 30 de centre de dia repartides en 5 plantes en un edifici molt lluminós i amb un ampli jardí.

SABIES QUE...



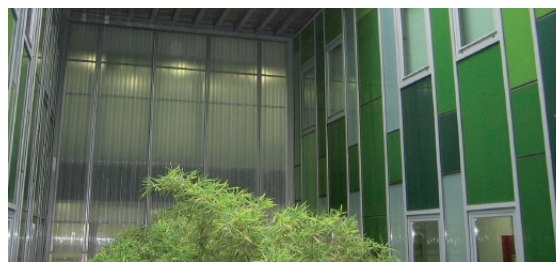
6a JORNADA EN ATENCIÓ CENTRADA EN LA PERSONA (ACP)

Les Residències Túrsia i l'Ametlla del Vallès participen en la 6a jornada d'ACP d'ACRA

En el transcurs de la jornada es van mostrar exemples de bones pràctiques durant la pandèmia centrat en el treball de ACP. Dos dels exemples pertanyien a les dues residències:

La Residència i Centre de dia Túrsia va presentar un projecte musical que és una història d'amistat, nascuda durant el confinament. L'Edu, el veí de davant del centre, i els residents van compartir música i construir un vincle que els durarà sempre.

La Residència L'Ametlla del Vallès va presentar *Qui cuida els cuidadors?*, que es centrava en la psicologia positiva per a l'autocura i per combatre els efectes negatius del confinament i la Covid-19 entre els professionals.



La Residència i Centre de Dia Montserrat Betriu celebra el 10è aniversari

La celebració va començar amb un projecte que va ser guanyador de la 14a Edició de les Beques de la Fundació Docència i Recerca MútuaTerrassa, que consisteix en l'adaptació de la metodologia TEACCH (Treatment and Education of Autistic Related Communication Handicapped) al context del centre i amb la incorporació de les TIC al projecte mitjançant la gamificació.

Una de les activitats previstes per al 2021 és l'edició especial del 10è aniversari de la revista del centre L'Aspa, on hi col·laboren professionals, familiars i usuaris. Altres activitats programades són un reportatge fotogràfic de "*La vida en el Centre*" i un vídeo on presenten el seu model d'atenció.





El tradicional concurs de postals de Nadal distingeix la nadala de la Residència i Centre de Dia Móra la Nova

Per divuitè any consecutiu, l'Àmbit de Servei Sociosanitari de MútuaTerrassa va organitzar el tradicional concurs de postals de Nadal; una iniciativa mitjançant la qual es premien les postals nadalenques realitzades pels residents dels diferents centres de dia i residències geriàtriques, de salut mental i de discapacitat intel·lectual gestionades per la Fundació Vallparadís de MútuaTerrassa. La Residència i Centre de Dia per a Gent Gran Móra la Nova va resultar la guanyadora d'aquesta divuitena edició amb la postal "Fils de Nadal".



Tots els treballadors de la Fundació Vallparadís reben l'obsequi d'una mascareta corporativa

Sota el lema, "Ens protegem i et protegem" la Fundació Vallparadís va repartir mascaretes per a tots els seus treballadors. Es tracta d'una mascareta homologada per utilitzar fora del centre i evitar els contagis de la pandèmia de la Covid-19.





COVID-19
Un any transformador
Memòria d'una pandèmia

COVID-19

Un any transformador

Cronologia de la pandèmia.
Un any on l'adaptació ha estat la principal protagonista

13-3-2020

Restricció de visites i sortides a les residències, el dia 17 es tanquen els Centres de dia.

14-3-2020

Declaració de l'Estat d'Alarma.

8-4-2020

El Departament de Salut assumeix la gestió única de totes les residències de gent gran, discapacitats intel·lectuals i malalties de salut mental.

4-5-2020

S'inicia el procés de desescalada

26-5-2020

Tornen les visites dels familiars a les residències

19-6-2020

Inici de l'etapa de represa

15-7-2020

Se suspenden les sortides als centres residencials

26-10-2020

Declaració del segon Estat d'Alarma

14-12 -2020

Pla de Nadal als centres





Confiança i seguretat. Fundació Vallparadís, els beneficis de pertànyer a un grup sanitari

1.132
professionals en actiu

- Salut Mental
- Gent Gran
- Discapacitat intel·lectual
- Sociosanitari



2020 ha estat un any especialment complicat a conseqüència de la pandèmia per la Covid-19. Aquest fet ha modificat els plans que inicialment ens havíem fixat. Hem assumit nous reptes i la pandèmia ha accelerat les nostres capacitats i habilitats per assumir nous desafiaments en l'organització, gestió i atenció de les cures, superant molts obstacles a l'hora que incorporant nous aprenentatges.

Posem en valor la **perseverança** dels professionals, la **resiliència** de les persones que viuen als nostres centres, que han sobreviscut no només al virus sinó a la distància social dels seus familiars i amics. La **comprensió** dels familiars i persones més properes i la importància de pertànyer a un **grup sanitari**.



COVID-19

Un any transformador

Seguretat i Salut

Anticipació i estratègia compartida, claus per donar resposta al nou desafiament

A la Fundació Vallparadís des del primer moment vam crear un *Comitè de Seguretat i Prevenció de Coronavirus* amb l'objectiu de replantejar escenaris i estratègies per cobrir les necessitats canviants d'incertesa constant de cadascun dels 22 centres que gestionem arreu del territori català.

Així mateix, alguns professionals de l'Àmbit del Servei Socio sanitari van formar part del Comitè de Seguiment de la Unitat de Vigilància Epidemiològica de la Fundació Assistencial MútuaTerrassa.

5 eixos de treball:

- Benestar de les persones ateses i de l'equip
- Atenció de la seguretat
- Eficiència
- Monitorització en temps real
- Comunicació, formació i transparència

Destaquem

- El Socio sanitari Vallparadís, reconvertit en un hospital d'aguts.
- Totes les mesures es van aplicar de forma transversal a tots els centres de la Fundació.
- Reestructuració dels equips de treball: equips mirall i equips de reserva.
- El paper de les noves tecnologies i els plans de comunicació amb les famílies.
- Coordinació amb els Equips d'Atenció Residencials (EARs).
- Encàrrec per part de la Conselleria de Salut de la Generalitat per a gestionar la intervenció de residències amb afectació Covid-19.



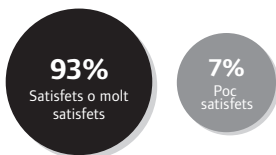


AVALUACIÓ DE LA QUALITAT PERCEBUDA

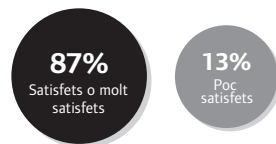
Una percepció GLOBAL en estat de pandèmia

Aquest any, més que mai, volíem conèixer l'opinió sobre les mesures aplicades als centres durant la primera onada de la pandèmia. Per nosaltres és important tenir en compte l'opinió de tothom, per això durant el 2020 vam passar una enquesta als usuaris i familiars, i durant el 2021 als professionals.

Grau de satisfacció dels familiars



Grau de satisfacció dels usuaris



INICIATIVES DESTACADES

Cuida't


Estem fets d'històries, una mirada de companyerisme.


Els professionals proposaven iniciatives d'ànims per als seus companys i companyes.


CUIDA'T, ÉS IMPORTANT!


DEMANA AJUDA

DAVANT LES DIFICULTATS NO ESTAS SOL/A

 Intenta conèixer la teva capacitat de resistència i els signes de cansament (irritabilitat i/o manca de concentració)

 Aprofita el rentat de mans per fer petites pauses regulars que et permetin desconnectar

 Dona't petites recompenses. Pensa i reconeix les teves qualitats. Allò que ens diem a nosaltres mateixos és fonamental per mantenir el benestar

 Reconeix la tasca dels teus companys i companyes. Donar-nos suport i valorar-nos entre nosaltres ens ajudarà a alleugerir la càrrega assistencial.


GRÀCIES

PER PROTEGIR A QUI MÉS ESTIMEM

Fundació Vulltararós Mútua Terrassa

COVID-19

Un any transformador

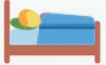



CUIDA'T, ÉS IMPORTANT

Una dieta equilibrada i sana contribueix al bon funcionament del sistema nerviós

 **MENJA** No et saltis cap àpat
Evita menjar amb presses
Posa atenció durant l'àpat

 **HIDRATA'T** Hidrata't de manera abundant i freqüent
Evita el consum excessiu de cafeïna i de dolços

 **DESCANSA** El descans suficient és fonamental, inclou també un nombre adequat d'hores de son

 **COMUNICA'T** Les trucades amb amics, companys i familiars són molt importants pel benestar psicològic, ja que ens fan sentir valorats i estimats.

 **GRÀCIES**
PER PROTEGIR A QUI MÉS ESTIMEM

CUIDA'T!

És Important!

REACCIONS POSSIBLES EN SITUACIONS D'ESTRÈS INTENS

Emocionals: ansietat, impotència, frustració, por, culpa, irritabilitat, tristesa, anestèsia emocional

Conductuals: hiperactivitat, aïllament, verborrea, plor incontrolat, dificultat per l'autocura i descansar

Cognitives: confusió o pensaments contradictoris, dificultats per la concentració i la memòria, malsons, negació, sensació d'irrealitat


Fisiques: dificultats respiratòries (pressió al pit, hiperventilació,...), sudoració excessiva, mal de cap, taquicàrdia, contractures musculars, esgotament, insomni

ESTRATÈGIES DE REGULACIÓ EMOCIONAL

- Reconeix els teus sentiments, accepta'ls i si ho necessites comparteix-los
- Deixa passar: no et quedis amb les males experiències
- Centra't en la intenció i no en el resultat
- Concentra't en el present: oblida tot el que ha passat i evita estar preocupat pel futur
- Evita la sobreinformació: connectar-se o escoltar informatius sovint augmentarà la teva ansietat
- Evita contagiar-te d'actituds culpabilitzadores: la responsabilitat és de tots i totes

GRÀCIES!

Per protegir a qui més estimem!



CUIDA'T!


És Important!

PLANIFICA UNA RUTINA FORA DE LA FEINA

- Quan surtis de la feina, no pensis més, demà serà un altre dia.
- Realitza activitats que siguin del teu interès: escoltar música, ballar, parlar, pintar,...
- Realitzar activitat física redueix la intensitat d'alguns símptomes de patiment psicològic.
- El bon humor pot ser un bon aliat per ajudar-nos a reduir l'angoixa.
- Envolta't d'objectes que et generin benestar. Crea un ambient agradable.
- Observa i observa't: concentra't en el teu entorn i fixa la teva atenció en cada element, així com en la teva respiració i l'estat del teu cos.

GRÀCIES!

Per protegir a qui més estimem!





Iniciativa: Tot anirà bé !

Durant la pandèmia, més que mai, hem pogut experimentar la importància que tenen per al nostre benestar les relacions amb les altres persones. La distància social ens fa més vulnerables, més fràgils. Ho hem notat en l'absència d'abraçades i petons, en els somriures atrapats sota les màscares.

MútuaTerrassa
SOCIOSANITÀRIA

Agraïments i suport als
PROFESSIONALS I RESIDENTS

#sommutua #joactua #joemcorono #enssortirem

www.fundacioalparadís.cat | @Mútua_Terrassa

Coronavirus SARS-CoV-2
Informació per als familiars

TOT ANIRÀ BÉ !

Quedant-nos a casa i confiant en el personal sanitari **protegem als nostres.**

Però sovint tenim la necessitat de fer quelcom per contribuir a combatre la solitud i les difícils situacions que viuen els residents.

- Si ets a casa i tens la necessitat d'ajudar.
- Si ets familiar, amic, companyia, membre del personal de la residència o veu i vols aportar el teu granet de sorra.
- Si vols combatre aquest virus amb solidaritat, compromís i paraules.

ENS POTS ENVIAR CARTES D'ANIMS I SUPORT, TANT PER ALS RESIDENTS, COM PER AL PERSONAL

totanirabesanitariametlla@gmail.com

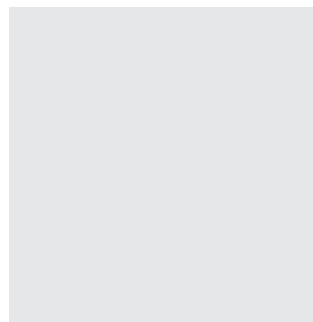
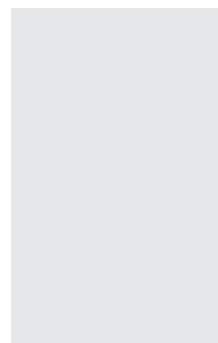
Llegir-les ens omplirà el cor!

MútuaTerrassa
SOCIOSANITÀRIA

COVID-19

Un any transformador

Unes festes diferents,
però igual d'especials





Testimoni de la Monica Boza, educadora social

Tot va començar durant el meu aïllament per infecció de Covid19.

Per a mi pintar en aquarel·la sempre ha estat una afició molt terapèutica. Durant el meu aïllament dibuixar i realitzar aquests retrats em va ajudar a alleugerir el malestar que em provocaven els símptomes.

Algunes companyes del Sociosanitari de l'Ametlla em van fer arribar unes fotografies per donar-me ànims i suport. A partir d'aquestes vaig voler retornar l'agraïment i vaig realitzar un primer retrat que els vaig enviar per Whatsapp. La meua sorpresa va venir després, quan em van fer saber la il·lusió que els havia generat i que era una manera molt maca i diferent de sentir-se recolzats.

D'aquesta manera vaig continuar retratant a la resta de companys. Aquests dibuixos es van anar convertint en petits homenatges destinats a tots els professionals del centre: bugaderia, recepció, equip tècnic, auxiliars...alguns els vaig acompanyar de missatges positius, d'ànims i d'esperança. Un cop enllestia el retrat els hi feia arribar per Whatsapp, (vaig arribar a realitzar 20 dibuixos). Al final, aquest petit homenatge va esdevenir un nou canal de comunicació entre nosaltres mitjançant el qual ens sentíem units en la distància i recolzats els uns en els altres. Els meus companys se sentien reconeguts i per a mi era una manera de poder fer costat i valorar l'esforç i la feina que feien dia a dia.

Ha estat una experiència molt positiva en la que tots vàrem poder evidenciar el poder de l'expressió artística com un canal més de comunicació que, sovint, va més enllà de les paraules.

Monica Boza

COVID-19

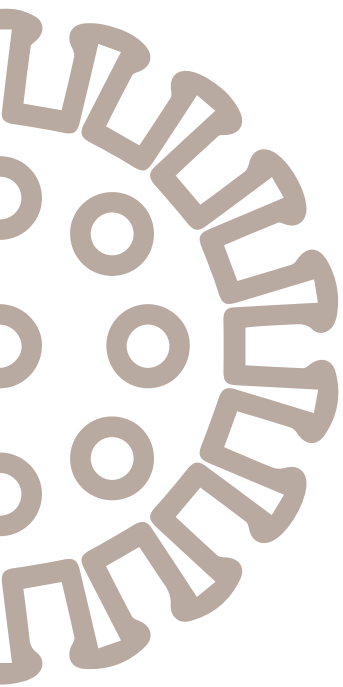
Un any transformador





Aquest document resum de l'any 2020 pretén ser un testimoni de reconeixement cap a tots els usuaris, professionals, familiars, voluntaris, proveïdors, veïns i entitats donants, que de manera conjunta ens hem vist afectats per la pandèmia. Com a organització volem mostrar el nostre agraïment per ser-hi.

Des de Fundació Vallparadís seguim compromesos en la millora del benestar de les persones que atenem, generant coneixement i serveis personalitzats que promoguin la seva autonomia i dignitat des de la qualitat, la transparència, la responsabilitat, la diversitat i el rigor.





MútuaTerrassa
SOCIOSANITÀRIA

Arribem més lluny

www.mutuaterassa.com