

# BOLETIN ASOCIACIÓN GIRASOL



El cuidado paliativo  
inmenso amor por la vida

## Un Homenaje a Nuestros Voluntarios



Nuestro cuarto boletín está dedicado a todos nosotros. Todos somos voluntarios – un grupo maravilloso de

personas que desinteresadamente damos nuestro tiempo, esfuerzo, energía y experiencia a nuestra causa: mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades avanzadas no curables, sus familiares y cuidadores.

Trini Marín ayuda en nuestra oficina como administrativa todos los lunes por las mañanas y Linda Robinson trabaja en nuestro puesto del mercadillo del Saydo, y también transporta familiares al hospital.

Esto es lo que dicen acerca de su trabajo con AG:

### ¿Por qué decidiste ser voluntario para la AG?

**T.M.** “Para ayudar a las personas que necesitan ayuda en momentos difíciles de sus vidas”.

**L.R.** “Decidí trabajar como voluntaria con AG porque creo que es una causa importante y que vale la pena. Cuando en un momento determinado de la vida las personas necesitan la amistad, la ayuda y el respaldo de personas que las cuiden. AG esta ahí para ellos en un momento muy duro y difícil”.

*“Eres importante porque tu eres tu, y serás importante hasta el último momento de tu vida. Haremos todo lo que podamos para ayudarte, no solamente a morir en paz, sino también a vivir hasta que mueras.”*

*Cecily Saunders, enfermera, médica, y escritora, y fundadora del movimiento hospicio 1981-2005*

Edición 4, Otoño/Invierno, 2013

### Contenido:

- **Un Homenaje a nuestros voluntarios**
- **Banco de Equipamiento Médico**
- **Sensibilización**
- **Formación: La Escucha Activa**
- **Profesionalismo**
- **Eventos**
- **Casos**
- **Nuestra biblioteca**

### ¿Cuál ha sido tu experiencia de voluntariado más gratificante?

**T.M.** “Conocer a otros voluntarios y a la vez hacer bufandas y gorras para vender y recaudar fondos para la AG”.

**L.R.** “He tenido muchas experiencias buenas: escuchar, aprender y darme cuenta de lo buenas, amable y considerable que es la gente. Formar parte del equipo de la AG es muy gratificante para mí”.

### Describe lo que haces por la AG.

**T.M.** “Yo trabajo en el centro de información, que esta abierto todos los lunes por la mañana en la Casa de Cultura de Alameda, desde las 10.30 a 13.00h. Hemos estado trabajando en la base de datos de los voluntarios, que nos regaló La Caixa. En este momento estoy llamando a todas las asociaciones de los cuatro pueblos para conseguir sus direcciones de correo electrónico o direcciones para enviarlas información sobre nuestra actividad. También asisto a eventos para recaudar fondos: senderismo, recojo juguetes y otros artículos para vender en el mercadillo del Saydo”

**L.R.** “Yo trabajo en el puesto del mercadillo del Saydo. Trabajamos en turnos y empezamos a las 8.15. Suelen ser 3 voluntarios en el puesto y 2 que se ocupan de traer la mercancía. Preparamos el puesto y sobre las 9.30 empieza a venir gente. Hay un flujo constante de clientes hasta las 13.00h. Hay una gran mezcla de clientes de todas las nacionalidades y compran y donan cosas durante la mañana. Nos aseguramos que todo el mundo reciba un folleto. Llevamos puestas nuestras camisetas

o sudaderas con el logotipo de la AG y la palabra “voluntario” en la espalda. Cuando tenemos un descanso y paseamos por el mercadillo a menudo nos preguntan sobre AG, y me da una gran sensación explicar sobre nuestra labor. La gente escucha y nos felicitan por lo que estamos haciendo. Me hace sentir muy orgullosa de ser parte de la AG.

#### ¿Cuánto tiempo le dedicas a la AG?

**T.M.** “Dedico aproximadamente 3 horas semanales en la oficina de AG”.

**L.R.** “Cerca de 20 horas mensuales en el mercadillo y otras 10 horas si estoy ayudando con el transporte”.

#### ¿Has asistido a alguna formación?

**T.M.** “Yo asistí al curso de orientación que es obligatorio para todos los voluntarios. También al curso “Aproximación al duelo”. Ambos fueron interesantes”.

**L.R.** “En la sesión inicial conocí a un grupo de voluntarios que trabajan duro y que se involucran en el cuidado de personas enfermas y sus familiares, recaudan fondos e intentan sensibilizar a la gente sobre el cuidado paliativo.

Fue una sesión excelente: muy informativa y constructiva.



El curso: “Aproximación al duelo” era muy interesante y me hizo apreciar los pensamientos, sentimientos y comportamientos de una persona en duelo, y cómo empatizar con ella. Yo perdí a mi marido hace poco y el curso me ayudó enormemente a darme cuenta de que lo que yo sentía era normal y que el apoyo está allí, siempre y cuando lo necesito”.

#### ¿Durante tu tiempo como voluntario has visto a la AG evolucionarse?

**T.M.** “Este año ha pasado muy rápido” He visto la Junta Directiva consolidar y clarificar las ideas. Hay una mayor participación de todos: socios, y voluntarios. En cuánto a los voluntarios hace falta más formación para los

que ayudan a los pacientes con cáncer, y sé que esto está planeado para el futuro”.

**L.R.** “AG recibe más donativos en el mercadillo. Hay más eventos para recaudar fondos, capturar voluntarios y sensibilizar sobre nuestra labor.

#### ¿Qué crees del futuro de la AG?

**T.M.** “No quiero que haya muchos casos, pero si hay quiero que reciba toda la ayuda que pueda ofrecer la AG. La AG esta creciendo y es cada vez más fuerte como asociación. Espero que continúe desarrollándose en la misma línea hasta que ahora y que siga involucrando a más personas.

**L.R.** “Creo que el futuro de la AG es muy fuerte y positivo. La gente está cada vez más conscientes del excelente trabajo que sus miembros realizan, se está tomando en serio a la AG y se corre la voz...adelante y arriba.” Gracias a Trini y Linda. Sin vosotros y nuestros otros voluntarios AG simplemente no existiría.

La AG tiene voluntarios profesionales y no profesionales.

Nuestros voluntarios no profesionales ayudan de muchas maneras: acompañamiento a domicilio, hacer mandados, transporte de familiares al hospital, trabajar en el puesto del Saydo, transportar mercancías al mercadillo, administración, recaudación de fondos etc. Nuestros voluntarios profesionales hacen la valoración inicial a domicilio, asesoramiento psicosocial y en el duelo, asesoramiento legal, formación de los voluntarios y escriben artículos sobre el CP.

Todos los voluntarios tienen un papel vital en la AG.y un simple gracias no es suficiente. ¡Saludamos a todos vosotros!

Todos tenemos algo que aportar. Si tu deseas formar parte de una gran familia y ayudar a otros, por favor ponte en contacto con nosotros: [Info@asociaciongirasol.com](mailto:Info@asociaciongirasol.com)



#### BANCO DE EQUIPAMIENTO MÉDICO

Tenemos un banco de equipamiento médico creciente y disponible para nuestros pacientes. En el caso de que se necesiten artículos grandes: camas o grúas, por ejemplo, estos los suministramos de forma gratuita a través de un sistema de alquiler.

## Sensibilización

Además de contar con varios artículos publicados, desde nuestro último boletín en mayo, hemos tenido mesas informativas en los



mercados de: Alameda, Fuente de Piedra, Humilladero y Mollina, donde repartimos folletos, y girasoles y dónde la gente local ha donado generosamente a nuestra causa.

## FORMACIÓN – La Escucha Activa

El 1 de junio nuestro psicólogo y vocal, Antonio Torres de la Piedra dio un curso sobre la escucha activa: una habilidad vitalmente necesaria cuando asisten a los pacientes, familiares y cuidadores. Al igual que con la mayoría de los cursos cortos había poco tiempo para practicar rol-play y debido al interés que hubo, habrá una sesión práctica en enero de 2014.

También esperamos poder ofrecer este curso en inglés el próximo año.



Antonio también dirigió el curso: Aproximación al duelo en inglés, y en

julio pasado hubo otra sesión de orientación para nuestros nuevos voluntarios.

## Profesionalismo

El cambio y la profesionalidad se crean a través de la educación y la formación. La AG

esta comprometida con la formación continua de nuestros voluntarios.

Este año 2013 veremos a nuestro voluntario y asesor de atención domiciliaria, vocal, y enfermero: Augusto Aguilera cumple el Master en cuidados paliativos. Augusto fue el destinatario de nuestra primera beca. Este año, nuestro psicólogo Antonio Torres de la Piedra se ha matriculado en el 111 Experto en Cuidados Paliativos ejecutado en conjunto con la Universidad de Málaga y Cudeca.



## EVENTOS

Desde mayo nuestros seguidores han organizado muchos

eventos benéficos para recaudar fondos, y la AG ha participado en eventos para sensibilizar a la gente de nuestros 4 pueblos. Gracias a todos por pensar en AG. sobre el cuidado paliativo y la labor de AG mismo.

Fecha	Evento	Lugar	Organizado por
19/5	Mercadillo	Alameda	La Posada (Recaudación)
27/5	Día de las Asociaciones	FdeP	AG (Sensibilización)
26/5	Merienda	FdeP	Cristina/Ma Paz
20/6	Concierto	Mollina	Coro de los Hombres de Saydo
20/6	Desayuno	Mollina	Pueblo Fiesta
29/6	Queso/Vino	FdeP	Marion/Clive
21/6	Picnic en el Parque	Santillan	AG (Sensibilización)
4/10	Día de los Niños	FdeP	Amigos de AG
20/11	Venta del calendario	Mercado del Saydo	AG
28/11	Mercadillo de Navidad Desayuno	FdeP	Tess
14/12	Gala	FdeP	Amigos de AG
21/12	Villancicos	FdeP	Amigos de AG



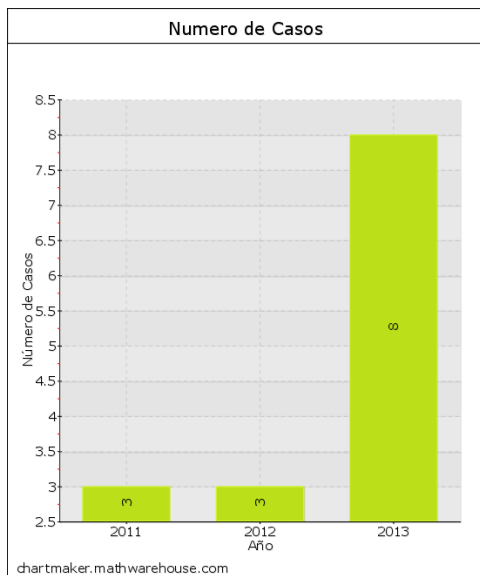


Día de las Asociaciones: Fuente de Piedra, mayo 2013

Si deseas organizar un evento y necesitas ayuda, o si quieres organizar un grupo de Amigo de Girasol en: Alameda, Humilladero o Mollina, para recaudar fondos, ponte en contacto con: Hilary 952736156.

## CASOS

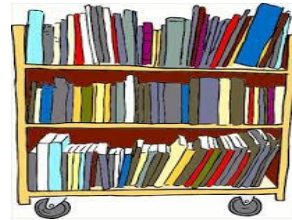
AG se dedica a ayudar a las personas con enfermedades avanzadas, no-curables, sus familiares y cuidadores: prácticamente, materialmente, emocionalmente, espiritualmente, y psicológicamente. Debido al hecho de que cada vez somos más conocidos, trabajamos mas con nuestras comunidades y con profesionales, nuestros casos han aumentado.



AG a veces recibe preguntas sobre casos que están fuera de nuestro ámbito. En estos casos ayudamos dando información y orientando al solicitante a una organización que está mejor cualificada para ayudar, como la Asociación de Cáncer de Mama y La Asociación de Alzheimer de Antequera.

## Nuestra biblioteca

La cantidad de información disponible en nuestra biblioteca en la página web ha aumentado considerablemente con respecto al año anterior, debido al aumento de la publicación de artículos/folletos por parte de profesionales. Esto nos dice que los cuidados paliativos está cogiendo impulso. ¡Qué noticia tan maravillosa!



Títulos incluyen:

Guía para el Cuidado a Domicilio del Paciente con Cáncer Terminal

Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Paliativos

Guía de información sobre Cuidados Paliativos

Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con los niños

Guía práctica para personas cuidadoras de personas dependientes

La espiritualidad en el final de la vida

Atención religiosa al final de la vida

En nuestra página web inglés hay enlaces a Macmillan UK y Help the Hospices.

Por lo tanto, echar un vistazo.

Esperamos que hayan disfrutado de nuestro tercer boletín y si te apetece contribuir de alguna manera, por favor, ponte en contacto con nosotros en:

687089951 o [info@asociaciongirasol.com](mailto:info@asociaciongirasol.com)

Nuestro objetivo es utilizar nuestros recursos con cuidado, por favor, háganos saber si usted NO desea recibir este boletín.

La AG simplemente no existiría si no fuera por usted, así que:

**GRACIAS DE NUEVO**, a nuestros voluntarios, a nuestros socios, nuestros seguidores, nuestros patrocinadores y a nuestras comunidades que nos apoyan.



