



Guztiok. En comunidad



Hace ya m3s de dos a3os que comenc3 a realizar mi trabajo en el Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores. Lo primero que me llamo la atenci3n en mi primera visita fue la diferencia con respecto a otras residencias en las que he trabajado. Es decir, en cualquier casa, la poblaci3n mayoritaria son mujeres, mientras que aqu3 son hombres. Su situaci3n familiar, es diferente. Debido a su dedicaci3n a la Iglesia, sus v3nculos familiares son hermanas/os, que a3n vivan, sobrinas/os...

A diferencia de muchas personas mayores, durante su infancia y adolescencia han podido recibir una educaci3n y una formaci3n, qu3 sin duda, les ha dotado de una gran reserva cognitiva.

Por su trayectoria vital son personas muy independientes, acostumbradas a tener unas rutinas diarias que responden a sus intereses y particularidades.

La media de edad de las personas que viven en el Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores es, de 87 a3os. De un total de 41 residentes,

23 son independientes, 13 personas presentan dependencia grave o moderada y 5 una dependencia leve.

Diariamente hay actividades tanto por la ma3ana como por la tarde

"... me llam3 la atenci3n en mi primera visita la diferencia con respecto a otras residencias ..."

cuyo objetivo es el mantenimiento de las capacidades cognitivas y funcionales. Tamb3n se desarrollan actividades extraordinarias con el objetivo de fomentar las relaciones y los v3nculos entre los convivientes.

Tanto la estimulaci3n cognitiva, el ejercicio f3sico, y las calidad y

cantidad de las relaciones interpersonales, son claves para tener una buena calidad de vida durante esta etapa de la vida y funcionan como vacunas contra la depresi3n, la ansiedad y el origen de otras patolog3as.

En este sentido la revista GURE ARTEAN persigue una serie de objetivos:

- 1.- Presentar art3culos de inter3s relacionados con la pr3ctica religiosa.
- 2.- Dar a conocer actividades que se desarrollan en el seminario.
- 3.- Recomendaciones para una vida activa.
- 4.- Generar el sentimiento de pertenencia a una comunidad; de ah3 el nombre de GURE ARTEAN.
- 5.- Aportaciones, sugerencias...

La revista GURE ARTEAN abre la puerta a todas/os las/os que quieran aportar, contribuir... Esperamos que este primer n3mero os guste. Iremos entre todas/os mejorando y avanzando en la construcci3n de esta gran familia.



Petra Garmendia Arocena: “La atención personalizada es un plus añadido”.

Ana Fernández



Subraya que su labor en el Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores “fue una etapa muy feliz de mi vida”. Petra, conoció a mucha gente muy interesante y le permitió crecer mucho como persona: “una experiencia muy valiosa que siempre recordaré con cariño”.

¿Cuándo comenzaste a trabajar en el Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores?

Comencé 1 de febrero del 2010, pero el inicio de mi relación laboral con el Obispado fue en el año 2002, en la Casa Sacerdotal de Irún.

¿Cuántos residentes había en aquel momento?

Aquel primer día, llegaron seis residentes procedentes de Irún y otros tres de la casa sacerdotal de San Sebastián. De los 9 residentes que vinieron, 5 eran dependientes y de

ellos 2, tenían deterioro cognitivo; el resto eran autónomos. A partir de aquel día fueron llegando más personas.

-En aquel inicio ¿cuántos trabajadoras/es componíais el equipo?

Durante los primeros meses, fuimos 8 trabajadoras; seis de ellas trabajaban como auxiliares y dos, en la cocina.

-Desde el inicio en el seminario hasta a su jubilación ¿han ido cambiando la manera de trabajar?

Durante los últimos años podemos decir que ha ido cambiado la metodología de trabajo. En un inicio nada estaba protocolizado, todas hacíamos de todo. Poco a poco se fueron definiendo las tareas que debían realizarse y se fue contrando más personal a medida que

“Fue una etapa muy feliz de mi vida”

aumentaban también el número de personas residentes.

Por lo tanto, en la actualidad es diferente.

Hoy en día, es un centro residencial con todos los servicios que una persona necesita para su día a día. El residente cuenta con todos los servicios en casa sin tener que trasladarse.

- ¿Cuándo dijiste adiós al Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores?

Me jubile el año 2013 en Irún.

Aquel año se volvió a abrir la casa sacerdotal de Irún y volví a mis inicios.

- Ahora ya jubilada ¿ha habido un antes y un después?

Creo que antes trabajábamos de una manera más mecánica y no se tenía tanto en cuenta los deseos del residente. Ahora, el cuidado está más centrado en la persona; la atención personalizada es un plus añadido.

Seguro que guardas alguna anécdota en la retina de tu pasado el Hogar Diocesano de Sacerdotes Mayores.

Hay muchas. Recuerdo el día que recibimos la visita de unos familiares y muy educadamente, pensando que éramos religiosas, preguntaron: “Perdone, Hermana. ¿De qué congregación son ustedes?”. A lo que una compañera contestó: “Nosotras somos de la congregación de la Santa Paciencia”. Los residentes fueron enterándose y les hizo mucha gracia.

Recuerda otra también. Esta fue más delicada. Un día nos quedamos sin luz en todo el barrio del Antiguo, justo a la hora de la cena. Tuvimos que trabajar con linternas frontales de cabeza. Aquello fue todo un reto. Al final, todo salió bien.

Luis Aranalde

Musika bake tresna

Funtsean, Frantzisko Aita Santu ohiarentzat, eta gizaki ororentzat, musikak duen garrantziaz idatzi nahi dut. Beraz, omenalditxo bat eskaini nahi diot hainbeste maite izan dudan Aita Santuari.

Duela ia hogeita bi mende Adriano enperadore erromatarrak zera esan zuen: “Homo sum et nihil humani a me alienum puto” (gizona naiz eta pentsatzen dut gizatasunari dagokion ezer ez zaidala arrotz). Bergogliok ere horrela pentsatzen zuen zalantzarik gabe: musika Bachena, Haendelena, Benito Lertxundirena, Beatlesena, Lady Gagarena edo San Remoko Festibalean kantatzen dena izan, guztiak dira gai mundu hobe bat eraikitzeko.

Joan zen otsailean, Bergogliok, berriro ere harritu egin ninduen. Eta oso positiboki gainera. San Remon (Italia), 29 artista lehian hasi ziren maiatzaren 13an Basilean (Suitza), Eurovisionen Italia ordezkatu ahal izateko aukeraketan.

“musika, guztiak dira gai mundu hobe bat eraikitzeko”

Frantziskok bideo mezu bat bidali zuen giza bizitzan musikak duen garrantzia azpimarratuz. Aita Santuaren hitzak, bertan zeuden entzuleek, sekulako txalo zaparradarekin jaso zuten.

Musika munduan nabil ni ere, eta guztiz ados nator; musika pedagogiko lezio bikaina da testu hori.

Italiako jaialdi entzutetsu honetarako bake deia.

“Musika edertasuna da”, zion Frantziskok; bake tresna. “Herri guztiek hitz egiten duten hizkuntza, pertsona ororen bihotzera iritsi ahal izateko, eta gizakion elkarbizitzan lagun diezaguke. Eta hau da nire desira

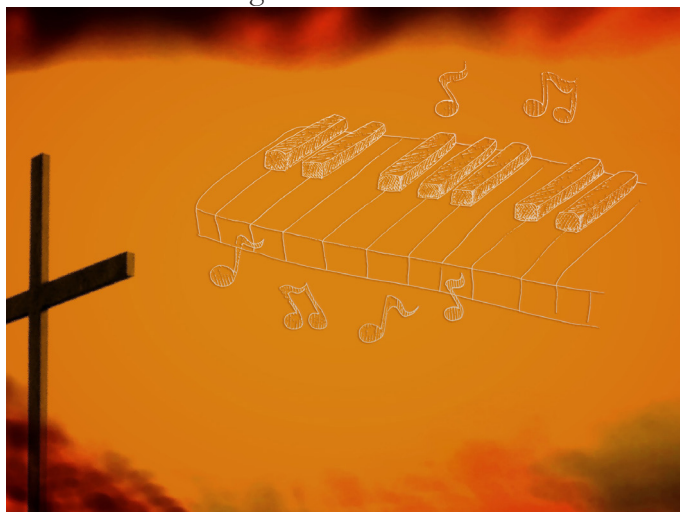
handiena: elkar gorrotatu duten elkarri eskua ematea, besarkatzea, eta biziarekin, musikarekin eta kantuarekin bakea posible dela esatea. Gaur, musikaren bitartez, horixe egiten eta esaten ari zarete”.

Gutun honetan, amarentzat ere pentsamendu hunkigarri bat izan zuen; berak kontatu eta adierazten zizkion nonbait operen zati batzuk. Armoniaren zentzua eta musikak eman ditzakeen mezuak erakutsi zizkion.

Haurrekin ere gogoratu zen: “Hauek ezin dute bizia kantatu, negar egiten dute eta gerren eraginez mundu honetako injustiziekin asko sufritzen dute. Gudek haurrak hondatzen dituzte. Ez dezagun inoiz ahantzi: gerra porrota da beti. Agurtzerako orduan, sufritzen dutenekin gogoratu zen batez ere: “musika denen bihotzetara iritsi dadila” opatu zien. Izan ere, “musikak, bihotza, armoniara ireki dezake, elkarrekin egotearen pozerak; musikak anaitasunezko eta justiziazko mundu bat eraikitzen lagun diezaguke. Musika bizitzaren metafora da, non besteekin, gizartearekin eta bere legeekin armo-

nian sintonizatzen gaituena”.

Frantziskoren hausnarketa hauen haritik, Daniel Barenboim pianojole eta orkestra zuzendari ospetsuarekin gogoratu naiz. Munduari frogatu nahi izan zion musika gai dela herriak elkartzeko, nahiz eta politikarengatik sakabanatuak egon.



Hasieran utopia huts bazen ere, bere lagun Edward Said palestinarrekin, gazte orkestra bat sortu zuen: musikariak palestinar zein israeldarrak ziren. Lehen kontzertua, 2005 urtean, Palestinan eman zuten. Sinesgaitza zirudien arren, musika bake tresna dela erakustea lortu zuten.

2016an, NBEk (Nazio Batuen Erakundea), Barenboim “bakearen mezulari” izendatu zuen.

Norbaitek zera zuen: “Frantzisko Aita Santua, pop musikaren antzekoa da; bere sinpletasunetik erakartzen du”. Nire ustez, sinbiosi perfektua lortzen zuen pentsatu, esan, eta egiten zuenaren artean. Horrek eman zion beti, azaltzen zuen barne askatasuna. Frantzisko anaia, bi desira onena zure izaera berri horretarako: eskuratu betiko atsedena eta segi bizia kantatzen.

San Juan María Vianney; Arseko santua.

Eduardo Aguirre



Nuestra residencia sacerdotal lleva el nombre de San Juan María Vianney, “el Santo cura de Ars”, patrono de los sacerdotes.

Algunos comentan que, ante el cambio socio-religioso que vivimos, su figura ejemplar queda desfasada. Sin embargo, si miramos profundamente su vida, hay que reconocer que no es imitable, pero sí admirable.

En su base está el profundo amor a Dios y al pueblo con el olvido de sí mismo. Su ejemplar entrega, es una luz viva para todo sacerdote.

Nació cerca de Lyon (Francia) en 1786. La revolución francesa y Napoleón marcaron su infancia y juventud. Involuntariamente desertor del ejército, con muchas dificultades para el estudio, apoyado por su párroco y la divina providencia, se hizo sacerdote.

Destinado al pequeño y abandonado pueblo de Ars lo transformó en un oasis humano y espiritual; con sus sencillas predicaciones, los ayunos y disciplinas, las viglias ante el

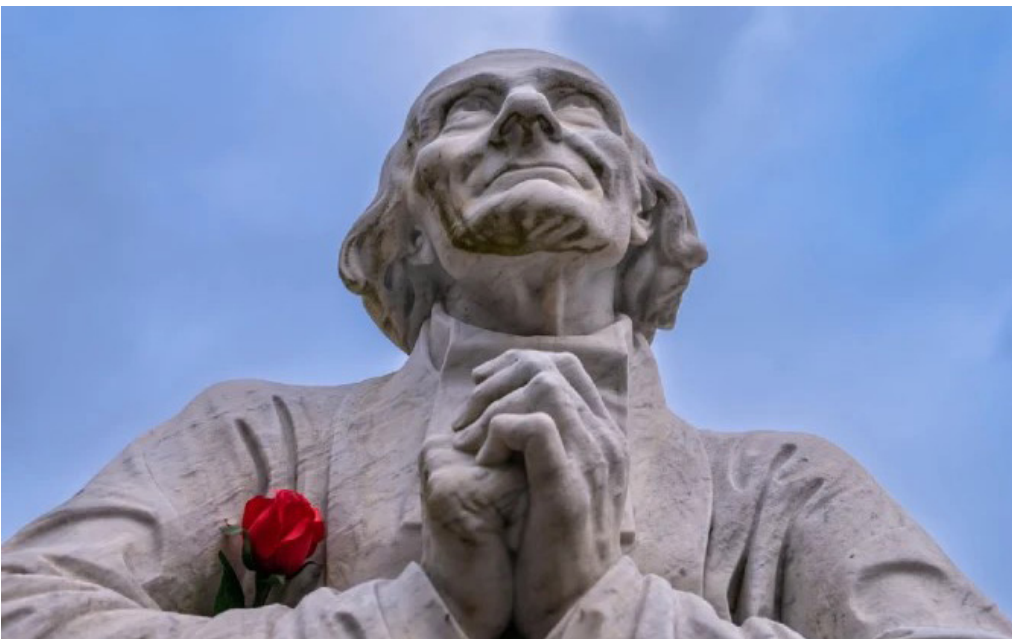
Sagrario, las horas en el confesionario, la devoción a la Eucaristía, su cariño a la Virgen... Desde Ars se expandió su luz a la descreída Europa del siglo XIX. San Juan María Vianney: ora pro nobis.

“Gurtzaile bat, egunsentian, aitzurra elizako atarian utzi, sartu, eta Sagrario-ra begira gelditzen omen zen tarte luze batez”, kontatu zuen Ars-ko apaizak.

Egun batean galdetu zion: “Zer egiten duzu elizan bainbeste denbora?”.

Nekazariak erantzun zion: “Berak begiratzek dit eta nik begiratu egiten diot”.

Hunkiturik, apaiz santuak zera esan obi zuen: “Berak Jainkoari begiratzek zion, eta Jainkoak berari”. Eta hauxe erantsi zuen: “Horretan datza guztia, seme-alaba maiteok”.



San
Juan María
Vianney

Gizatasunean aberatsak?

Bittor Gorria

40 pertsona inguru dira, egoiliar bakoitzeko bat, profesionalki edo borondatez, egunero ordu batzuk edo dezente, gure ongizateari, gure behar gero eta handiagoei, eskaintzen dizkietenak.

Pertsona prestatuak eta dedikazio miresgarrikoak dira. Batzuk profesionalak dira; beste batzuek boluntarioak.

Ez nuke ahaztu nahi Bordeleko Familia Santuaren Kongregazioko Lekaimiek ematen diguten laguntza baliotsua eta maitetsua. Gure osasuna zaintzen dute, garbitasuna, elikadura, garbiketa, osasun zen-troetako joan-etorriak...

Gure Artean aldizkariaren lehen zenbaki honetan, haiei eskaini nahi diet ondo merezia duten tarte hau. Eskerrik asko!

Egia da etengabe elkar ikusten eta hitz egiten ari garela, baina, agian, gure zaintzaile-egoiliar harremanaz gain, pertsonatik pertsonarako harremana izan genezake.

Ongizate pertsonala ez ezik, giro gizatiar eta onbera bat ere bilatzen duten pertsonen dagokien bezala, "San Juan Maria Vianney" deitzen diogun osotasun baten parte senti gaitzen; izen ofizial bat baino zerbait gehiago izatea nahi baitugu. Giza errealitate beroa izateak, denok, kide pribilegiatu sentitzera eramango gaitu.

Idazten ari naizen hau gehiegizkoa irudituko zaizue, eta baliteke hala izatea, baina ez al zaizue iruditzen giza kalitatea, zainketak, elkarreki-ko interesa neurtu edo pisatu ahal

izango balitz, baita beste batzueki-ko dugun maitasuna ere, balantzea nahiko positiboa izango litzateke-ela?

Batzuek pentsatuko duzue bata besteen artean errespetu gehia-go, pazientzia gehiago, eskakizun gutxiago... egon litezkeela, baina nahiago dut begirada positiboa izan eta daukaguna baloratu. Dugun asko eta ona.

Gure ongizatean, gau eta egun, aritzen diren pertsonen artean, gutxienez dozena erdi herrialdetako pertsonak ditugu. Turismo egin beharrik gabe, etxetik irten gabe, kulturaz eta gizatasunez aberasten gaituzten hainbat errealitatetatik, kulturetatik datozen pertsonekin topo egiten dugu.

Adineko Apaizen Elizbarrutiko Etxe honetan, mugarik eta gabeziarik ukatu gabe, giza arlo guztian bezala, Frantzisko Aita Santua zenak hainbestetan zera azpimarrat-

zen zuen: "elkarren interesaren eta zaintzaren giza kultura", bizitzeko eta aurrera egiteko aukera dugu. Gure artean, besteaz ez arduratzeak, triste eta depresibo bizitzea eragiten du.

Osasun langile batek pandemiaren ondoren esan zuen: "Lagundu ahal izan duzunaren poza geratzen zai-zu. Bada jendea hilabetea igaro eta, berriro eskerrak eman eta agurtzen gaituena. Hori poztekoa da".

Gogoratzen al dituzue arratsaldeetan gure leihoetatik osasun-langile guztiei eskaintzen genizkien txaloak? Bada, atera gaitzen egunero gure begietako leihoetara, gure begiradetara, gure adiskidetasunezko keinuetara, gure irribarreetara... gure bizitzako azken-aldia, atseginago egiten saiatzen ari direnei txalo egiteko.

Hurrengo artikulua: "Vivir en el desierto del aislamiento"



¡No te encierres!

¿Quieres reducir el estrés?, ¿La apatía? ¿Mejorar el estado de ánimo? No te quedes en la habitación, la participación regular en las actividades recreativas ayuda de manera efectiva a combatir el aburrimiento y la soledad. Así mismo, el entrenamiento físico mejora la movilidad, aumenta la resistencia, etc.

**Te esperamos
todas las
mañanas,
de lunes a viernes
de 10:45 a 11:50h.**

Comenzamos con la oración y los cantos, para seguir manteniendo nuestra relación con Dios, comentamos algo de actualidad, le damos el toque de humor con unos chistes... Tras ello, ya estamos preparados para dar comienzo con la actividad física; contamos con mancuernas, gomas elásticas, balones de goma, anillos de silicona de agarre...

Anima zaitez!

UMORETSU

Mari Prado

Un hombre compra un tigre con la ilusión de exhibirlo en su país y pone un anuncio que dice: “Vea al tigre por 20€”.

El hombre observa que nadie se acerca y pone otro cartel: “Vea al tigre por 10€”.

Viendo que nadie se acerca, cambia el cartel: “Vea al tigre gratis”.

Viendo que el local se llena de gente, el hombre cierra todas las puertas y dice: “Salida del local 10€ o suelto al tigre”.



Era un hombre tan vago que cuando se murió sus amigos pusieron la siguiente inscripción en su tumba “aquí continúa descansando”





"Askotan nahikoa da hitz bat, begirada bat, keinu bat, maite dugunaren bihotza betetzeko" (Ama Teresa Kalkutakoa).

"La mitad de la belleza depende del paisaje y la otra mitad de la persona que la observa"
(William Wordsworth, poeta).

