



I jo soc la Roser, la persona cuidada.

Hola, soc l'Elena cuidadora de l'AFA-VO.

Orientem, ajudem, tenim cura, Donem suport, aprenem juntes... Fes-te soci/sòcia de l'AFA-VO i recorda: **l'Alzheimer és cosa de tots!**

INFORMACIÓ

ORIENTACIÓ

ASSESSORAMENT

XERRADES  
FORMATIVES

SUPPORT

XARXA SOCIAL

SENSIBILITZACIÓ

DIVULGACIÓ

## AGENDA SANT CUGAT DEL VALLÈS

### TALLER ENDINSANT-NOS EN EL MÓN DE LES EMOCIONS



Dues modalitats:

**Presencial** i en grup reduït.

Dimecres 11.30 h – 12.30 h

Davant Casa de Cultura, StC

Taller a l'aire lliure

**Plataforma virtual**

Dimecres de 17 a 18 h

Inici del taller en cobrir les places.

**Cost** 40€ no socis i 30€ socis

### COMENCEU A PREPARAR ELS VOSTRES VIDEOS PERQUÈ TORNA EL CONCURS DE CURTMETRATGES. 2a Ed.



Amb motiu del Dia Mundial de l'Alzheimer organitzem el 2n concurs de curtmetratges amb l'objectiu de donar a conèixer aquesta malaltia.

**Temàtica:** ensenyar com afecta la malaltia a les persones que la tenen i als que la viuen de prop. Enfocant els aspectes positius, esperançadors i encoratjadors que no pas els negatius.

**Requisits:** vídeo de 2 a 10'

### ESTIMULA LA MEMÒRIA EN FORMAT DIGITAL



Guttman NeuroPersonal Trainer és una plataforma digital per estimular les capacitats cognitives: com és l'atenció, la memòria, el llenguatge i el raonament. El programa s'ajusta a les necessitats i al nivell de cadascú.

Està indicat tant persones amb alguna pèrdua de memòria associada a l'envelliment com persones que tinguin una demència.

**Cost** 25 €/mes o 300 €/anuals

### TRABADA PARLEM DE LA CURA



14 i 28 maig 2021

11.30 h – 13 h, Lloc a concretar

Parlem del que preocupa, del que inquieta. Compartim, perquè fent-ho el dia a dia es porta d'una altra manera.

**afavalles** Segueix-nos a



CASA DE CULTURA  
Sant Cugat del Vallès

Castellví, 8

93 589 13 82

dijous de 9 a 14 h

dijous de 9 a 12 h

CENTRE CÍVIC  
CAN FOLGUERA

Santa Perpètua de Mogoda

Pablo Ruiz Picasso, 28

649 870 600

Dijous de 17 a 20 h

Dijous de 10 a 12 h

## AGENDA SANTA PERPÈTUA DE MOGODA

### SI ESTÀS INTERESSAT EN COMPARTIR LA VIVÈNCIA POSA'T EN CONTACTE AMB NOSALTRES



S'ofereix obrir un grup de trobada per a compartir l'experiència de cuidar, del que preocupa i del que inquieta amb altres persones que s'hi troben vivint una situació similar. Aforament limitat a 6 persones.

## FENT CAMÍ

### OBERTURA DE L'ESPAI RESPIR A SANTA PERPÈTUA DE MOGODA

9 abril 2021



### MERCAT DE LES PLANTES

10 abril 2021



### PARADES PER SANT JORDI

22 abril 2021. Sant Cugat del Vallès



23 abril 2021  
Santa Perpètua de Mogoda



### OBERTURA TALLERS DE MEMÒRIA A SANT CUGAT DEL V. I TERRASSA

13 abril 2021

## UN VOLT PELS NOSTRES PRODUCTES



NOUS ORIGINÀRIES DE LLEIDA  
Producció Fundació Privada Obra  
Tutelar Agrària

Donació: 6€

*CLICA per  
COMPRAR*



MASCARETA HIGIÈNQUES  
REUTILITZABLES I CERTIFICADES  
Sota normativa UNE 0065 i Europea CWA 17553

Donació: 9,95€

*CLICA per  
COMPRAR*



## ACTUALITAT



ARTICLE: **Demència i Comunitat**

Redacció AFA

[+informació](#)



## Entrevista amb la Consol Farràs, coordinadora d'Atenció a les Persones de l'Entitat Dret a Morir Dignament a Catalunya

**Ens pots fer una breu presentació de qui ets?**

Acabo de passar la barrera del 70 anys, de professió sóc mestre, llicenciada en geografia i història, i a la darrera etapa laboral vaig ser al món editorial. Ara el meu temps el dedico a la defensa pel dret a morir dignament.

**Què promou l'entitat DMD?**

L'Entitat treballa per un dret social. Defensa el dret que tenim totes les persones a ser actives **en la presa de decisions també al final de vida.**

---

DMD va començar l'any 1984. A l'estranger es començava a parlar dels documents de voluntats anticipades i aquí calia obrir-ho. Des de l'Entitat informem, acompanyem, escoltem la vivència de cadascú, i fins ara hem lluitat políticament per aconseguir la llei a la eutanàsia. Ara caldrà vetllar per a que la llei s'apliqui correctament. Alhora, intentem sensibilitzar a la societat i també parlar als infants i joves per naturalitzar la mort que és part de la vida.

### **Quin rodatge tenen altres països?**

Els països que tenen aprovada l'eutanàsia de fa temps diuen que no ha crescut el número de demandes. Un 2-3% moren per eutanàsia.

Tenen el fàrmac a la seva disposició i són ells els que decideixen quan volen prendre-se'l. La realitat és que aquestes persones viuen millor. Quan un és actiu amb les decisions de la seva vida viu millor. El dubte de saber que vindrà, com acabarà i què hauràs de suportar produeix més dolor, esgota.

### **Recentment s'ha aprovat la llei d'eutanàsia, però en aquest cas les persones amb demència en estadis moderats ja no s'hi podrien acollir per no tenir plena capacitat legal per prendre aquesta decisió. Quines opcions hi ha en aquests casos?**

Cap i no es pot dir res més. Ara bé, cada cop que ens han de fer un acte mèdic se'ns demana sempre que signem un consentiment informat acceptant el què ens faran. La persona no competent per una demència ja no ho pot fer. En aquest cas si els familiars estan tots d'acord, poden signar un document en el que exposen quins eren els valors del seu familiar i la seva idea al final de vida i demanen a les persones sanitàries que no li facin tractament per allargar la vida, quan ja se sap que no hi ha curació possible. En aquest document, que seria com el Consentiment per Substitució, es pot demanar retirar o no imposar un tractament, aparell o fàrmac, solament lo que aporti confort a la persona malalta i se la lliuri del dolor.

### **Per a fer aquet document és important parlar. Què succeeix en els cas d'una persona amb demència inicial. Quines alternatives hi ha per decidir la teva intervenció i el teu final de vida?**

El document de voluntats anticipades

### **És important plantejar-s'ho?**

Si perquè amb les demències no hi ha marxa enrere ni curació, has de decidir mentre puguis. Per això és important fer-ho.

### **De què parla aquest document?**

Es deixa escrit la voluntat de la persona, fins on vol que s'arribi en el tractament i com desitja acomiadar-se de la vida. Aquest document només el pot signar la pròpia persona. Una persona amb principis de demència també el pot fer. Passa el mateix al sol·licitar l'eutanàsia: només la pot demanar la pròpia persona mentre és competent.

La dificultat en el document de voluntats anticipades és que no hi ha una necessitat immediata de definir fins on voldries que s'apliqués la intervenció i com acompanyar la mort, això fa que sovint aquesta decisió es dilata amb el temps. No és important fins que es necessita i llavors a vegades hi ha més dificultat.

### **A vegades es treballa molt per aprendre a viure millor però no com acomiadar-se de la vida. Com saber els límits d'aquestes decisions?**

Molt sovint es defineix a través de les experiències personals. El que has vist i el reconeixes que no voldries per tu. Les accions que per un mateix se li farien insuportables, i que són límits que no es voldrien traspasar. Sovint els límits parlen de la identitat, en aquest cas si els traspasso, jo ja no em sento jo.

### **Si un no ha tingut cap experiència propera, com els pot trobar?**

A través de pel·lícules, com Amor, Siempre Alice, Truman, Million dolar baby, Mar Adentro o un bon llibre tot pot ser un bon recurs...

### **Deixar dit fins on vols que s'intervingui en la teva mort és una qüestió de ser generós cap els altres?**

Més aviat és ser clar amb tu mateix, amb la teva família i amb els metges. Quan un és clar, no ubica la responsabilitat als altres, i els eximeix de certes decisions. No dones l'opció a generar sentiments de culpa.

Assumeixes la responsabilitat del teu cos i de la teva vida.

### **Hi ha algun llibre indispensable que vulguis recomanar per saber una mica més?**

Un assaig excel·lent és *Per una mort apropiada*, del Dr. Marc Antoni Broggi, Edicions 62. També hi ha novel·les clàssiques com *La mort d'Ivan Ilitx* de Lleó Tolstoi, Quaderns crema; *L'acabadora* de Michela Murgia, Proa. De més actuals hi ha *Permagel* d'Eva Baltasar, Club Editor; *Morir. Una vida* de Cory Taylor, Gatopardo Ediciones; *Pluja d'estels* de Laia Aguilar (premi Josep Pla 2020), Edicions Destino.

---