

Libertad e independencia son sinónimos. No solo en cuestiones de política y territorio, tan de actualidad en España en los últimos tiempos, sino también en

la vida cotidiana. Usuarios del Juan María viven por primera vez esa sensación, tras estrenar el pasado fin de semana la recientemente rehabilitada Casa dos

Mestres de Balinfra, en Camos, que el Concello de Nigrán ha puesto a disposición del centro para poner en marcha su programa de ocio y respiro familiar.

Fines de semana de independencia

Usuarios del centro Juan María estrenan la casa rehabilitada por el Concello en Camos para que ellos disfruten de la vida autónoma y sus cuidadores descansen por unas horas

NELI PILLADO ■ Nigrán

Un fin de semana libre resulta reparador para cualquiera tras cinco días de trabajo. Desconectar de la vida cotidiana y dedicar tiempo a uno mismo resulta indispensable para mantener la salud física y emocional a raya. Algo al alcance de la mayoría y prácticamente indispensable para las personas dependientes y sus familias. El centro de atención a personas con diversidad funcional Juan María de Parada ha puesto en marcha en enero un programa de ocio para que lo logren con un doble objetivo: unos se divierten y se liberan por unas horas de la "sombra" de sus padres o cuidadores y otros disfrutan de momentos de relax que les ayudan también a evitar las sobrecargas. La recién rehabilitada Casa dos Mestres de Balinfra, en Camos, contribuye a mejorar el servicio, ya que añade a la actividad "noches de libertad" para ambas partes. Tres usuarios y dos monitoras acaban de estrenarla.

Hasta ahora, los beneficiarios del proyecto pasaban los sábados fuera de casa, desde la mañana a la noche. Salían de compras, al cine, a conciertos... pero al oscurecer volvían. La antigua vivienda que el Concello de Nigrán ha acondicionado para el centro cierra el círculo del fin de semana. "Ahora podemos ofrecerles pernoctar, lo que resulta muy motivador para ellos a la vez que les permite mejorar su preparación para la vida autónoma. Es una experiencia de vida real. Hacen la compra, cocinan, limpian, recogen... En definitiva, viven de forma independiente hasta el domingo al

mediodía", explica Alberto González da Rosa, coordinador de servicios del Juan María.

Preparar la vivienda ya ha sido todo un aprendizaje. "Hemos realizado una excursión a Braga para y compraron algunos muebles en Ikea, han pintado cuadros para decorar, han pedido presupuestos de mobiliario... Todo eso ha supuesto también un gran aprendizaje", destaca.

La Obra Social de La Caixa se ha hecho cargo del equipamiento interior del inmueble, con capacidad para un máximo de cuatro usuarios. El "alojamiento" está muy demandado en el centro entre los mayores de 16 años. "A cada uno le tocará una vez al mes o ca-

da cinco semanas y todos están deseando que llegue su turno", comenta González, quien espera aumentar las estancias a una semana en los próximos meses.

La asociación La Esperanza del Valle Miñor, promotora del Juan Ma-

riía, muestra su agradecimiento al Ayuntamiento nigranés y a La Caixa por hacer posible esta iniciativa perseguida desde hace años. El centro había alquilado un verano una casa para ofrecer estas experiencias de autonomía personal, pero tuvo que dejarla por los elevados costes. Dispone asimismo de un aula-apartamento para ensayar tareas básicas del hogar, pero la vivienda de Camos "es mucho más real".



Arriba, los tres usuarios que estrenaron la casa el fin de semana y sus dos monitoras, en pleno desayuno. Abajo, uno de los beneficiarios se hace la cama. // J. Lores