

24h: 93 414 48 48
Telèfon de l'Esperança

JUNY 2019

UNA VEU AMIGA

1969
50 anys
2019
Telèfon de l'Esperança

 @tesperanzaCAT

 @tesperanzacat

 <https://www.facebook.com/TelefonEsperanca/>

 <https://www.telefonoesperanza.com/>

UNA VEU AMIGA

“Una veu amiga” és la publicació que dóna a conèixer als amics/es del Telèfon de l’Esperança que és el que hem fet en els últims mesos i d’aquesta manera fer-los encara més partícips de la nostra tasca. Si tens aquest exemplar entre les mans, vol dir que, d’una manera o una altra has ajudat al Telèfon de l’Esperança així que... Gràcies per haver fet possible tot el que llegiràs.

CONTACTA



<https://www.telefonoesperanza.com/contacte/>



comunicacio@telefonoesperanza.com



93 202 02 60

SUBSCRIU-TE AL BUTLLETÍ



<https://www.telefonoesperanza.com/contacte/subscriu-te-al-nostre-butlleti/>



Estem de celebració, una celebració molt especial: mig segle. Un 19 de març de 1969, fa cinquanta anys, el Mn Miquel Angel Terribas va fundar el Telèfon de l'Esperança de Barcelona, ell va exercir les funcions de direcció i promotor fins que, malauradament, va morir el 1986. Llavors va agafar el relleu en Mn Agustí Viñas, creant la Fundació Ajuda i Esperança, la que ara s'encarrega de vetllar per el bon funcionament del servei del Telèfon, gràcies a un equip de persones amb un valors ètics encomiables, unes 182 voluntàries i voluntaris amb l'ajuda d'altres que duen a terme les tasques de direcció, administració, logística i comunicació, hem aconseguit aquest 2018 assolir el record de trucades, unes 25.000, aproximadament entre unes 70 i 80 trucades per dia, en les dues cabines que tenim.

Es tracta d'una institució creada per una persona, però recolzada pels membres de la seva família, un agraïment especial a la família Terribas.

Estem convençuts de que la tasca del telèfon no té un final, sigui d'una forma o d'una altra continuarà, amb unes persones o amb unes altres, perquè la seva finalitat s'ho val. Sempre hi haurà necessitat de ser escoltat per una veu amiga. Moltes persones han contribuït a que s'arribi fins avui, directors, membres del patronat, voluntàries i voluntaris, però han estat i son moltes. A totes elles volem agrair la seva contribució.

Les fundacions han de saber transformar-se i evolucionar per adaptar-se a les necessitats reals de la societat. Des del mes d'octubre hem canviat la seu de barri, i un canvi d'ambient sempre comporta altres tipus de canvis. Es moment de fer una autoavaluació i una autocrítica del servei que, sens dubte, ens servirà per millorar i créixer. Avui contemplant el que hem fet i mirant cap al futur, apostem pel progrés d'aquesta institució. Moltes gràcies a tothom i PER MOLTS ANYS!

Maria Rosa Buxarrais
Presidenta Fundació Ajuda i Esperança

“Si el meu germà fos viu, estaria molt orgullós del Telèfon de l’Esperança del dia d’avui”

Jaume Terribas, germà del fundador del Telèfon de l’Esperança



Economista de professió, pare d’una de les periodistes més importants del panorama radiofònic i germà del fundador del Telèfon de l’Esperança de Barcelona. Jaume Terribas recorda al seu germà, Mossèn Miquel Àngel Terribas, al que defineix com “místic/activista” i assegura que si “poguéss passar unes hores a la terra i veiés com està el Telèfon avui, n’estaria molt orgullós i de ben segur el faria molt feliç”.

- Com era el seu germà, el Mossèn Miquel Àngel Terribas?

És una figura entre el místic i l’activista. Va estudiar al seminari dels caputxins però va sentir la necessitat de posar en marxa un servei més enllà de la congregació. Era activista perquè a qualsevol hora anava on fes falta, de fet crec que per això va morir tan jove. Era un místic perquè tenia molt clar l’esperit d’austeritat, d’estar a disposició de la societat... I ho va fer amb la creació del servei de Salus i amb el Telèfon de l’Esperança. Va implicar a tota la família! Els primers anys demanava ajuda a una de les nostres germanes, ja que el que més el preocupava era assegurar un servei continuat i per això ell i va demanar ajuda a la meua germana. El servei de Salus l’obligava a sortir de casa a qualsevol hora. El meu germà sortia de la plaça Letamendi, que era on estava el Telèfon de l’Esperança en el seu origen, i es desplaçava de punta a punta de la ciutat.



Mossèn Miquel Àngel Terribas

- Vostè el va ajudar alguna vegada?

És clar! I el meu germà Josep Maria també. Es va convertir en una mena d’objectiu de la família. Vam fer tots el que vam poder.

- Com descriuria el moment que està vivint el Telèfon ara mateix?

La família estem molt contents que el Telèfon segueixi fent camí malgrat les dificultats que han anat sorgint. Pel que fa al voluntariat, penso que potser no estem en el millor moment, ja que la gent jove no acaba d’entendre el “què” i el “perquè” de Salus i del Telèfon. Tot i això el Telèfon i Salus amb el pas dels anys han anat consolidant el seu servei i assolint els seus objectius. Penso que la presidenta del patronat, la Maria Rosa Buxarrais, està fent bona feina i garantint la continuat de l’obra del meu germà.

- Què creu que diria el seu germà si veiés el Telèfon de l’Esperança d’avui en dia?

Seria molt feliç de veure que hi ha un munt de voluntaris organitzats, un personal que garanteix l’administració... N’estaria molt orgullós.

- Com veu vostè el futur del Telèfon?

Crec que tots junts podrem tirar aquesta institució endavant i fer que duri molts anys. De fet ho demostra i vaig estar molt content a l’acte del 50è aniversari, va ser un acte brillant. Vaig sortir d’allà convençut de què la feina que va ini-

ciar el meu germà fa 50 anys, ha calat i que contribueix a millorar molts aspectes de la societat.

- Hi ha algun aspecte que consideri que es podria millorar?

Sí, hi ha un aspecte que sí que criticaria i és que penso que les institucions públiques s’haurien d’implicar molt més. Des del meu punt de vista tenen el deure moral i l’obligació ètica d’ajudar més a institucions com el Telèfon. Cada vegada estem perdent més l’humanisme, l’escala de valors cada vegada és menys consistent i això ho ha provocat el sistema. Estem perdent cada vegada més l’origen i la visió del que és veritablement essencial a la vida.

- Hi ha alguna cosa que se li hagi quedat al tinter?

Sí! M’agradaria agrair i felicitar a tots els voluntaris del Telèfon. Començant per la Rosa Navas, una de les persones que més ha ajudat al Telèfon i acabant per l’últim voluntari que acaba d’arribar i que està encara dubtant d’on s’ha ficat (riu), jo em dirigiria a ell i li diria que el que està fent és un servei molt d’agradar. M’agradaria tindre unes paraules també pel patronat, que és qui porta la càrrega de resoldre tots els problemes que van sorgint i el que lluita perquè el Telèfon creixi per servir a més gent, si aconseguim això (que el Telèfon creixi), serem tots més feliços i farem del món entre tots plegats un lloc molt millor.

NOTÍCIES

NOU RÈCORD DE TRUCADES ATESES L'ANY 2018

Amb les dades de l'últim any sobre la taula es pot dir que el Telèfon de l'Esperança de Barcelona l'any 2018 ha batut un nou rècord. Mai s'havia arribat a una xifra tan elevada de trucades ateses en un mateix any, **25.003**. Això suposa un increment progressiu de més d'un **25% respecte fa 5 anys**. D'aquestes trucades, **gairebé el 70% són dones** i més de la meitat de les persones que truquen tenen **entre 40 i 70 anys**. Els motius de les trucades són diversos. El **54% són problemàtiques directament relacionades amb la salut mental**, especialment la **depressió**. La **solitud** i la necessitat de parlar són també freqüents amb un **15% del total**, i no només entre la gent gran, sinó en **totes les edats**. Els **conflictes en les relacions familiars o de parella** ocupen el tercer lloc en les problemàtiques que manifesten les persones que ens truquen amb un **9%**. A totes elles hem ofert una veu amiga a través dels nostres **voluntaris i voluntàries que s'han esforçat al màxim** per pal·liar el seu patiment i preocupació. Volem expressar el nostre agraïment a tots i totes, així com a les persones que han trucat al **93 414 48 48** per a trobar suport.

ENS VISITEN DEL CENTRE PENITENCIARI BRIANS 2

Al mes de juny ens va visitar un grup de recluses del **centre penitenciari de dones Brians 2**. En aquesta visita, dirigida pel nostre voluntari Joaquim Deosdad, vam ensenyar a les nostres visitants la nostra seu i els vam fer una petita **introducció al món del voluntariat i l'altruisme**.



El voluntari Joaquim Deosdad (segon començant per l'esquerre) amb els visitants de Brians 2

EL TELÈFON ALS MITJANS!



La presidenta de la Fundació Ayuda i Esperança, Maria Rosa Buxarrais i dues voluntàries a Ràdio4

Enguany són molts els **mitjans de comunicació** que s'han fet ressò del nostre 50è aniversari i han volgut parlar amb nosaltres. Si ens segueixes a les nostres xarxes socials ens hauràs pogut veure a **TVE, TV3, Televisió d'Esplugues** o escoltat a **RAC1, Catalunya Ràdio, Ràdio Sabadell, Ràdio4, COPE, Ràdio Mataró**, o llegit a **La Vanguardia, el Diari de Sabadell...** Entre d'altres. Des del Telèfon de l'Esperança **volem donar les gràcies** a tots aquests mitjans que desinteressadament han difós la nostra tasca i que gràcies a aquesta cobertura hem pogut **arribar a molta més gent** que algun dia ens pugui necessitar.

MÉS D'UNA DESENA DE CELEBRITATS SE SUMEN A LA CELEBRACIÓ DEL 50È ANIVERSARI

Si ens segueixes a les nostres xarxes socials, hauràs pogut veure que han estat moltes les **personalitats de diferents àmbits** les que han volgut afegir-se a la festa i felicitar-nos el nostre 50è aniversari. Persones destacades del món de la comunicació com per exemple els periodistes, **Jordi Basté, Lluís Foix, Xavier Solà, Lidia Heredia,**



El periodista Jordi Basté felicitant el 50è aniversari

Kilian Cebrià o **Carlos Fuentes**. Pel que fa a l'àmbit de la medicina el **Doctor Estivill**, més conegut com "El doctor de la son" o el president de l'associació espanyola contra el càncer, el **Doctor Laureano Molins**. Del món de l'esport s'ha sumat a les felicitacions l'esportista **Cesc Fàbregas** i pel que fa al món de la faràndula han sigut moltes les personalitats que ens han desitjat un feliç aniversari, persones tan destacades com la **Judith Mascó**, l'**Isabel Rocatti**, el **Cesc Casanovas**, les **colometes de l'obra de teatre "La plaça del diamant"**... Entre moltes altres. Moltes gràcies a tots pels vostres desitjos i les vostres felicitacions!

EL PRESIDENT DE LA GENERALITAT ENS FELICITA

L'actual president de la Generalitat, **Joaquim Torra i Pla**, va voler sumar-se a les felicitacions a través d'un vídeo d'un minut en el qual va felicitar el mig centenari "**en nom de tot el govern de la Generalitat de Catalunya**". El President va voler mostrar el seu "**agraïment als centenars de voluntaris i voluntàries que durant tot aquest temps han estat fent del Telèfon de l'Esperança un telèfon d'ajuda a les persones**".

#JODONOESPERANÇA

Per a les entitats del tercer sector resulta fonamental poder comptar amb el **suport econòmic de particulars i empreses** per a poder seguir amb les nostres activitats. Al Telèfon de l'Esperança també **necessitem ampliar aquestes ajudes**. És per això que amb la col·laboració de l'Ajuntament de Barcelona estem dissenyant la campanya **#jodonoesperança**. Són moltes les persones que ens donen el seu suport però en necessitem més. Sumant molts petits esforços aconseguirem que tothom pugui tenir **una veu amiga**. Si vols col·laborar en la continuïtat del Telèfon de l'Esperança entra a **www.telefonoesperanza.com/donar/** Fes una donació!

50 ANYS ESCOLTANT

El passat 3 d'abril el Paranimf de la Universitat de Barcelona va viure entre les seves parets segurament una de les seves tardes més emotives: el 50è aniversari del Telèfon de l'Esperança de Barcelona. Dimecres passat es varen complir 50 anys de quan Mossèn Miquel Àngel Terribas va atendre la primera trucada l'any 1969.

L'acte va estar presidit pel patró Mossèn Agustí Viñas, per la Sra. Laia Ortiz, segona tinent d'alcalde com a representant de l'Ajuntament de Barcelona, la Dra. Maria Rosa Buxarrais, presidenta del patronat en representació de la Fundació Ajuda i Esperança, pel Sr. Francesc Iglesias, secretari d'afers Socials i Famílies com a representant de la Generalitat i pel Sr. Ramón Olaran voluntari i representant dels voluntaris.

El cor de Badalona va regalar als allà presents un repertori de cançons com a obsequi pel Telèfon de l'Esperança. Després de l'actuació es va procedir a una entrega de reconeixements als voluntaris que feia 20 anys o més que col·laboren amb el Telèfon. Finalment, per "pair les emocions" es va servir als presents un refrigeri acompanyat d'una copa de cava i es va concloure

l'acte, com no podia ser d'una altra manera, bufant les espelmes del pastís i brindant per 50 anys més.

Mentre al Paranimf hi havia la festa, les cabines del Telèfon de l'Esperança, com no podia ser d'una altra manera, no van parar la seva activitat i 4 voluntaris van quedar-se a seguir atenent les trucades de la gent que dia rere dia necessita una veu amiga a l'altra banda de la línia. Tot i quedar-se a la seu i no vindre a la celebració, també van poder bufar les espelmes i menjar un merescut tros de pastís. La del Paranimf va ser, sens dubte, una celebració molt emotiva que va suposar el retrobament de velles amistats, va aconseguir també que tots els assistents sentissin el caliu i la germanor entre voluntaris i sobretot va ser una bonica forma de recordar a tothom la importància de la tasca duta a terme durant els últims 50 anys.



La celebració, conduïda per la comunicadora Mireia del Pozo, va tenir com a plat fort la conferència de la periodista Mònica Terribas, neboda del fundador, que va voler homenatjar-lo explicant als presents que recorda veure de petita al seu tiet, "obsessionat" amb "no jutjar als altres", a més a més de cultivar "l'escolta activa". "Si parlava amb algú per telèfon i tenia la intuïció de què la persona que li havia trucat estava en perill, el meu tiet anava on fes falta", va assegurar.



A LA PELL D'UN VOLUNTARI ESCOLTA

Per Olga Roig

Dissabte, un quart de set del matí. És el dia que em llevo més d'hora de la setmana, i el que ho faig amb més il·lusió. Tinc una cita a cegues. Arribo a lloc i sempre, sempre, hi ha un somriure. Entro al despatx i el trobo ventilant. Les emocions d'una nit de sentiments i confidències volen cel amunt. M'assec i ja sona el telèfon. Als tres tons deixo de ser jo per ser tu, però amb la perspectiva que em dona una necessària distància.

Hi ha trucades més complicades que altres, com poden ser les de persones sotmeses a una addicció, amb tot el que representa de ruïna econòmica i molts cops també laboral i familiar. Addiccions al joc, a substàncies, al sexe... Quants desamors s'amaguen darrere aquests hàbits! Hi ha que després del bon dia s'identifiquen com a usuaris amb un trastorn mental. I sense intervenció per part nostre se senten molt millor explicant-nos el què els hi succeeix, **la seva realitat que sol estrènyer l'ànima**. Les malalties poden anar des d'un TOC a una depressió major o a una esquizofrènia. Nosaltres som un referent per molts psiquiatres.

A l'altre costat em diuen amb veu cansada "... Y yo les digo: entiendo que no me entiendan. Y cuando lo digo los libero. Y a mi vez, no tener que andar lo explicando todo me ayuda a sobrellevarlo." **"... Los monstruos existen, algunos viven conmigo me han convertido en algo que no quiero ser, en alguien que nunca fui"** "Ahora me ingreso solo. He aprendido a controlar los síntomas. La última vez agredí a mi madre, casi la mato, no puede volver a suceder. No era su hijo quien lo hizo, pero era yo. Pero el pensamiento de que un día no lo controle hace que me pase por la cabeza quitarme de en medio" "No me entienden, me creen loca sin más. Piensan que exagero, que tengo demasiada imaginación..., y esto me pone peor porque no les puedo pedir ayuda."

També hi han trucades terribles, trucades de pèrdues d'éssers molt i molt estimats, on l'únic consol és escoltar, perquè no hi ha res que es pugui dir que no ofengui el seu sentir, on les frases fetes i els estereotips són com puntades de peu al sentiment incommensurable que els ofega

fins que aconseguen esclatar a plorar, i el nus que els estreny la gola sembla que per uns moments s'afluixa. **Silenci, escolta i amor és l'únic que podem fer vers el plor, vers la mort**. Però a vegades les trucades, moltes vegades, ens arranquen un somriure. Poemes dedicades, cantates, acudits "Ai nena, que contenta estic que t'he fet riure, ens doneu tant...!"

A vegades, ens truquen per explicar-nos pèrdues materials que entortolliguen la butxaca amb els efectes. I és que costa de creure que la setmana que ve dormiràs al ras. Que no pots pagar, que ni que tinguis una feina..., no hi arribes! I el teu optimisme econòmic -amb el que els bancs ens van fer conviure- arrossega a tota la família cap al no-res.

Ens arriben trucades tan extremes que en escoltar-les el silenci es torna sòlid. A l'altre costat del telèfon pot haver-hi algú que, per decisió pròpia i meditada, no vol seguir vivint. I ens truca perquè l'acompanyem en aquest últim tram. Hi ha que el que desitja realment és sentir-se estimat i salvat fins i tot d'ell mateix. En aquests casos podem establir un compromís d'ajornament, i anem parlant..., fins a arribar a la calma. Hi ha que el que no vol és morir sol. Només desitja que una veu l'acompanyi en l'últim tràngol. Per descomptat que intentem que no es deixin arrossegar per la desesperació o per al moment, però..., no sempre és possible evitar-ho, perquè ho vol de veres.

També hi ha usuaris, malalts terminals, que sols volen parlar amb nosaltres per ser conscients del que viuen i han viscut fins al moment, **com si la memòria pogués materialitzar el miracle de la dilatació del temps**. Solen acomiadar-se, a trams, abans de traspassar. Solen ser habituals del nostre telèfon,

persones que ens han fet el regal de la seva confiança i ens han permès seguir la seva evolució fins a un desenllaç fatal i proper.

No ens podem allargar massa en cada trucada, calculem, sense rellogte, que una mitja hora, però és un temps molt aprofitat. **Un temps ple d'escolta sense judicis de valor, sense retrets, sense solucions. Una estona on el que intentem és que la persona trobi la seva pròpia sortida, ser com una mena de lupa d'augment de tota positivitat, un far que els retorni a si mateixos**. I ja quasi és hora de marxar, i no he pogut ni esmorzar. A l'office, ben nodrit, m'espera sempre un cafè negre, calent i amarg, com a mi m'agrada. **Però abans agafo l'última trucada. I aquesta, us prometo que no és oportunisme, justifica el no esforç de ser-hi**. És una senyora que presenta un cas on estan involucrats els seus dos fills, els diners, el negoci, la rancúnia, les males gestions... Després de parlar una estona, ja a punt de penjar em diu: **"Me ayudáis a vivir. Hablo con vosotros y los problemas se diluyen"** I aquestes paraules, ens donen benzina per sortir i menjar-nos el món.

Sempre ens donen molt més del que intentem donar. Sempre marxem amb un somriure. **Per dures que siguin les trucades, sempre hi ha una punta d'esperança**, la sensació que el nostre estar ha acompanyat i ha sigut útil, perquè molts cops a força d'explicar-nos la vida acabem entenent-la, i quan ho entenen estem més a prop de resoldre.

Hi ha vides explicades que podrien omplir llibres

*Olga Roig
Voluntària del Telèfon de
l'Esperança*

GRÀCIES

480 PERSONES PARTICULARS

ADMINISTRACIÓ PÚBLICA



Ajuntament de Barcelona



Unió Europea

Fondo Social Europeo
"El FSE invierte en tu futuro"

SOC

Servei d'Ocupació de Catalunya

FUNDACIONS I ALTRES ENTITATS

FUNDACIÓ PRIVADA
COTTET-MOR



EMPRESES



ENTITATS RELIGIUSES

Abadia de Montserrat



- Religioses de les Escoles Pies
- Germans de les Escoles Cristianes



ALTRES COL·LABORACIONS I SERVEIS



LA VANGUARDIA

LA DIFUSIÓ DEL SERVEI A TRAVÉS DE



Coordinadora Catalana de Fundacions



AJUDA'NS A SEGUIR. FES UNA DONACIÓ!

BENEFICIS FISCALS*

*Segons la llei 27/2014

Fundació Ajuda i Esperança
La Caixa **ES34 2100 0837 9002 0029 8184**

PARTICULARS/PERSONES FÍSQUES

1r i 2n any 3r any

Primers 150€

75% 75%

Resta de donació a partir de 150€

30% 35%

EMPRESES O ENTITATS

1r i 2n any 3r any

Desgravació quota impost

35% 40%

TOT AIXÒ + LA SATISFACCIÓ DE REGALAR ESPERANÇA I CONTRIBUIR A UN MÓN MILLOR