

BUENAS PRÁCTICAS EN  
**DESARROLLO RURAL**  
Y **PERSONAS MAYORES**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE MEDIO AMBIENTE  
Y MEDIO RURAL Y MARINO



FEADER

# BUENAS PRÁCTICAS EN DESARROLLO RURAL Y PERSONAS MAYORES

La Dirección General de Desarrollo Sostenible del Medio Rural desea agradecer la colaboración de todas aquellas personas e instituciones que han contribuido con sus aportaciones al presente documento. Se autoriza la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, conocido o por conocer, comprendidas la reprografía y el tratamiento informático, siempre que se cite adecuadamente la fuente y los titulares del Copyright.

## MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO

**Secretaría General Técnica:** Alicia Camacho García.  
**Subdirector General de Información al ciudadano,**  
**Documentación y Publicaciones:** José Abellán Gómez.  
**Director del Centro de Publicaciones:**  
Juan Carlos Palacios López.  
**Jefa del Servicio de Producción y Edición:**  
M<sup>a</sup> Dolores López Hernández.

**Dirección del proyecto:** Secretaría General del Medio Rural.  
Dirección General de Desarrollo Sostenible del Medio Rural.  
**Elaboración y coordinación:** Subdirección General de  
Igualdad y Modernización.

### Edita

© Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino  
Secretaría General Técnica  
Centro de Publicaciones

### Distribución y venta

Paseo de la Infanta Isabel, 1 Plaza San Juan de la Cruz, s/n  
Teléfono: 91 347 55 41 Teléfono: 91 597 61 87  
Fax: 91 347 57 22 Fax: 91 597 61 86

### Tienda virtual

[www.marm.es](http://www.marm.es)  
[centropublicaciones@marm.es](mailto:centropublicaciones@marm.es)

### Fotografía

<http://www.creativecommons.org/>  
<http://www.flickr.com/creativecommons/>  
pag. 7, autor: tambado the jaguar  
pag. 11, autor: galería de Sarah and Mike  
pag. 17, autor: sergis blog

### Diseño y Maquetación

Tres Tipos Gráficos

### Impresión y Encuadernación

Impresos Izquierdo S.A.

NIPO: 770 - 10 - 242 - 1  
Depósito Legal: 2010  
Catálogo General de publicaciones oficiales:  
<http://www.o6o.es>  
(servicios en línea /oficina virtual/Publicaciones)

La versión electrónica de este documento  
se puede descargar en la sección de Igualdad de:  
<http://www.mapa.es/es/desarrollo/desarrollo.htm>

Para cualquier comunicación relacionada con esta  
publicación, dirijase a: [observatoriodiagnostico@marm.es](mailto:observatoriodiagnostico@marm.es)

### Datos técnicos

Formato: 20 x 26,5 cm.  
Caja de texto: 12,5 x 17,62 cm.  
Composición: una columna  
Tipografía: Celeste a 10,5 pt. y Vonnés a 8 pt.  
Encuadernación: Rústica  
Papel: interiores en Cyclus Print 130 gr. En cubierta Cyclus  
Offset 300 gr.  
Tintas: negro y Pantone 3262 c

# ÍNDICE

<b>ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN</b>	<b>4</b>		
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>7</b>		
<b>METODOLOGÍA</b>	<b>11</b>		
<b>SELECCIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS PARA PERSONAS MAYORES DE COMUNIDADES AUTÓNOMAS</b>	<b>17</b>		
1. «ARTESANEANDO» <i>Cáritas Diocesana de Jerez (Cádiz), Andalucía</i>	19		
2. SERVICIO DE FISIOTERAPIA A DOMICILIO <i>Consejo Comarcal de la Comarca del Matarraña (Teruel), Aragón</i>	27		
3. BALNEARIOS DE VERANO: PROGRAMA «ROMPIENDO DISTANCIAS» <i>Centro Intermunicipal de Servicios Sociales de la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga, Principado de Asturias</i>	35		
4. RED SOCIAL DE PERSONAS MAYORES Y FAMILIAS DEL MEDIO RURAL <i>Unió de Pagesos Balears (Menorca), Illes Balears</i>	43		
5. TRANSPORTE A LA DEMANDA EN TAXIS ACCESIBLES DE USO COMPARTIDO <i>Ayuntamiento de Candelaria (Santa Cruz de Tenerife), Canarias</i>	49		
6. «ACTIVA-T»: PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE <i>Fundación Patronato Europeo del Mayor y de la Solidaridad Intergeneracional, Cantabria</i>	57		
7. PROGRAMA «VIVIR EN CASA CON CALIDAD»: SERVICIOS DOMICILIARIOS <i>Confederación de Centros de Desarrollo Rural (COCEDER), Centro para el Desarrollo Rural «El Sequillo» (Valladolid), Castilla y León</i>	67		
8. SERVICIO DE COMIDAS A DOMICILIO EL PUCHERO S.L. <i>Sierra de Alcaraz-Montiel (Albacete), Castilla-La Mancha</i>	77		
		9. PROYECTO DE ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA EN EL MEDIO RURAL <i>Associació l'Arada, Creativitat Social i Dinamització Socioambiental pel Desenvolupament Sostenible (Lleida), Cataluña</i>	83
		10. TALLER DE PRENSA <i>Residencia tercera edad «Casa de los Obreros San Vicente Ferrer» (Valencia), Comunidad Valenciana</i>	93
		11. SALA MULTISENSORIAL PARA ENFERMOS DE ALZHEIMER <i>AFAD Vegas Altas-La Serena (Badajoz), Extremadura</i>	101
		12. UNED-SENIOR EN EL MEDIO RURAL <i>Centro Asociado UNED (A Coruña), Galicia</i>	109
		13. DEPENDEN-TIC EN LA COMARCA DE LAS VEGAS <i>Asociación de Desarrollo Rural de la Comarca de las Vegas (ARACOVE), Comunidad de Madrid</i>	119
		14. RELACIONES INTERGENERACIONALES <i>Centro de Día «San Javier», Región de Murcia</i>	125
		15. DE ACAMPADA CON MIS ABUELOS: CAMPAMENTOS INTERGENERACIONALES DE VERANO <i>Residencias de mayores «Amma Betelu» y «Amma Ibañeta-erro». Grupo Amma, Comunidad Foral de Navarra</i>	131
		16. BIDEZ-BIDE (SERVICIO DE TRANSPORTE) Y BIDELAGUN (SERVICIO DE ACOMPAÑAMIENTO) PARA LA POBLACIÓN MAYOR DE LA ZONA RURAL <i>Asociación «Behemendi» para el desarrollo rural de la comarca de Donostialdea-Bidasoa, (Guipúzcoa), País Vasco</i>	139
		17. UN TECHO PARA LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER <i>Asociación para la Demencia de Alzheimer de Alfaro, La Rioja</i>	145
		<b>ANEXO</b>	<b>153</b>

# ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN

	ANDALUCÍA	ARAGÓN	ASTURIAS	ILLES BALEARS	CANARIAS	CANTABRIA	CASTILLA Y LEÓN	CASTILLA-LA MANCHA	CATALUÑA
Atención Domiciliaria		■					■	■	
Formación / Empleo	■					■		■	■
Salud	■		■			■		■	
Nuevas tecnologías									
Relaciones intergeneracionales									
Apoyo psicosocial	■			■	■		■	■	■
Transporte			■		■				
Sensibilización						■	■		
Cultura, Ocio y Participación	■		■			■			

	C. VALENCIANA	EXTREMADURA	GALICIA	C. DE MADRID	R. DE MURCIA	C.E. DE NAVARRA	PAÍS VASCO	LA RIOJA	
								■	Atención Domiciliaria
			■	■					Formación / Empleo
		■		■					Salud
				■			■		Nuevas tecnologías
					■	■			Relaciones intergeneracionales
	■	■	■						Apoyo psicosocial
									Transporte
								■	Sensibilización
	■		■			■		■	Cultura, Ocio y Participación

# INTRODUCCIÓN

---

*En España, la realidad demográfica de un acusado envejecimiento se agrava en las zonas rurales. Los movimientos migratorios hacia las ciudades, -el llamado éxodo rural urbano- experimentados de forma masiva en un primer momento, y más tarde protagonizados sobre todo por mujeres jóvenes, son el origen del despoblamiento y de la masculinización que caracterizan la mayoría de las zonas rurales del país. Si España está envejecida, su medio rural lo está aún más.*

---



22,3%

Tasa envejecimiento del medio rural

15,3%

Tasa envejecimiento del medio urbano

Según datos del Padrón Municipal de 2008 del Instituto Nacional de Estadística (INE), la **tasa de envejecimiento del medio rural es del 22,3%**, 7 puntos superior a la de las zonas urbanas. Mejorar la calidad de vida de las personas mayores que habitan el medio rural, estableciendo sinergias entre las iniciativas sociales y de desarrollo rural, es una de las prioridades de la política española.

El medio rural español abarca el 90% del territorio e integra al 20% de la población (el 35% si se incluyen las zonas periurbanas) y aunque no es homogéneo, podemos afirmar que existen características comunes que definen al medio rural español. Al declive demográfico del medio rural hay que sumarle la dispersión geográfica y la carencia o déficit de infraestructuras y servicios públicos que padecen la mayoría de las zonas rurales. Este contexto social y demográfico repercute en el riesgo de aislamiento del medio rural y aumenta la vulnerabilidad de las personas mayores, al poner en peligro su autonomía y calidad de vida y restringir además sus posibilidades de participación social.

El 14 de diciembre de 2006 se aprobó la *Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia*, cuyo objetivo es asistir las necesidades de las personas que, por razones derivadas de la edad, la enfermedad o la discapacidad, y ligadas a la falta o la pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial, requieren apoyos para desarrollar las actividades de la vida diaria, alcanzar mayor autonomía personal y poder ejercer plenamente sus derechos de ciudadanía.

Por su parte, la *Ley 45/2007 para el Desarrollo Sostenible del Medio Rural, aprobada el 13 de diciembre de 2007*, tiene entre sus objetivos la diversificación de la economía rural, el mantenimiento de la población del medio rural y la mejora de su calidad de vida, garantizando unos servicios públicos adaptados a las características específicas del territorio y adecuados a las necesidades de la población, con atención prioritaria a las necesidades de las personas mayores.

En este contexto, la búsqueda de soluciones al problema del envejecimiento de la población, además de suponer un reto para el futuro y la sostenibilidad del medio rural, puede ser visto como una oportunidad para la revitalización y la diversificación de la economía rural. El hecho de ser necesaria la creación de servicios y de infraestructuras hace que trabajar en la mejora de la calidad de vida de las personas mayores contribuya al desarrollo sostenible del medio rural, tanto a nivel social como económico y ambiental.

Las medidas establecidas en la *Ley 45/2007* para elevar el nivel de bienestar de las personas mayores que habitan en el medio rural y contribuir al desarrollo sostenible del mismo son transversales, es decir, contemplan diversos ámbitos como son la diversificación económica, la creación y mantenimiento de empleo, la mejora de las

infraestructuras, equipamientos y servicios básicos, el acceso y uso de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación, el desarrollo de actividades culturales y la mejora de la sanidad.

La mejora en el sistema de transportes repercute en la movilidad de las personas mayores y de la población en general, favoreciendo su acceso a los servicios sociales, sanitarios y educativos y la participación en actividades culturales y de ocio.

Una de las mayores aportaciones de las iniciativas para personas mayores al Desarrollo Rural es la creación de servicios de atención a las personas mayores que, además de mejorar su calidad de vida y autonomía personal y fomentar su participación social, contribuye a la creación de empleo y a la diversificación de la economía rural. Los empleos creados para proporcionar este tipo de servicios dedicados a las personas mayores, favorecen en gran medida la incorporación de las mujeres al mercado laboral, uno de los objetivos del Consejo Europeo de Lisboa. La permanencia de los roles de género en las sociedades rurales hace que, del mismo modo que tradicionalmente han sido las mujeres quienes han suplido la carencia de los servicios para personas mayores, hoy en día sean también las mujeres quienes ocupan esos nuevos puestos de trabajo que surgen al crearse este nuevo yacimiento de empleo.

#### ¿POR QUÉ UNA SELECCIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS?

La selección de buenas prácticas aquí descrita busca plasmar las iniciativas de desarrollo del medio rural sostenible dirigidas a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

El Ministerio de Medio Ambiente, y Medio Rural y Marino (en adelante MARM) quiere dar difusión a las actuaciones realizadas por entidades sociales y organizaciones de desarrollo rural en todo el territorio español, fomentando el intercambio de experiencias y resultados, y con ello, su adaptación y transferibilidad.

Las experiencias recogidas en esta publicación son ejemplos de buenas prácticas destacables por su innovación y efectividad en la mejora de la calidad de vida, promoción del envejecimiento activo y la participación social de las personas mayores del medio rural mediante la creación y puesta en marcha de nuevos servicios de proximidad adaptados a sus necesidades y demandas.



# METODOLOGÍA

---

*Para el establecimiento de una metodología para la selección de buenas prácticas, el primero de los pasos a seguir es definir el concepto de buena práctica. Las Buenas Prácticas en Desarrollo Rural y Personas Mayores se definen como «todos aquellos programas, proyectos o experiencias de intervención social que responden de una forma innovadora y satisfactoria al objetivo de mejorar la atención y la calidad de vida de las personas mayores que viven en territorios rurales».*

---

Para alcanzar la categoría de buena práctica, una iniciativa debe contener una serie de características inherentes a la definición de buena práctica en el ámbito de los servicios de atención social. Los elementos definitorios que se utilizan con mayor frecuencia para la identificación de buenas prácticas en este ámbito son los siguientes:

- **Innovación respecto a la intervención social habitual en la atención a las personas mayores que viven en zonas rurales:** la experiencia constituye una respuesta novedosa a las necesidades u objetivos de atención propuestos, bien porque se trate de un nuevo recurso en el medio rural, bien porque se proponga una organización o intervención creativa dentro de un recurso social ya existente en el sector.
- **Orientación hacia la mejora de la calidad de vida de las personas mayores:** la experiencia debe tener incidencia en alguna/as de las dimensiones de la calidad de vida de las personas mayores o grupos relacionados (familias, cuidadores...), que, según el modelo de calidad de vida propuesto por Schalock y Verdugo (2002), son las siguientes:
  - Bienestar físico
  - Bienestar emocional
  - Relaciones interpersonales
  - Inclusión social
  - Desarrollo personal
  - Bienestar material
  - Autodeterminación
  - Derechos
- **Participación activa de los agentes implicados:** la experiencia contempla la participación en la misma de las personas mayores, o, en su caso, de las familias cuidadoras y de los profesionales u otros miembros de la comunidad. Esta participación se contempla en el diseño, en el desarrollo y en la evaluación de la iniciativa.
- **Transferibilidad a otros recursos o contextos rurales:** La experiencia puede ser generalizada a otros recursos de atención a otros lugares con relativa facilidad. Sus características indican la posibilidad de ser aplicada sin grandes dificultades en otros contextos rurales.
- **Planificación del proceso que contempla diseño, implantación y evaluación:** la experiencia se lleva a cabo siguiendo el proceso de planificación, pudiendo identificarse actuaciones diferentes relacionadas con las fases de diseño, de implantación y de evaluación.
- **Eficiencia en la organización de los recursos:** la experiencia se ha realizado desde la óptica del aprovechamiento de los recursos existentes en el medio rural. La coordinación y el trabajo en red se visibilizan en la misma.

- **Impacto positivo evaluado como consecuencia de su implementación:** la experiencia ha sido evaluada y en dicha evaluación se describen impactos positivos tanto en relación con las personas mayores usuarias como en otros ámbitos del territorio rural (generación de empleo, asentamiento de población, dinamización de recursos, corresponsabilidad de agentes o grupos sociales, etc).
- **Durabilidad de su aplicación:** la experiencia no responde a una iniciativa aislada sin vocación de permanencia. Los motivos que la originan tienen que ver con la transformación o mejora de la intervención social en el enclave rural y no se ciñe a objetivos limitados de promoción o investigación en los que es legítima y habitual la temporalización limitada de las intervenciones.

De todos estos elementos definitorios, se entienden como fundamentales los dos primeros, innovación y orientación hacia la mejora de la calidad de vida, y serán de imprescindible cumplimiento para que un proyecto sea considerado buena práctica. El resto de los elementos se consideran de forma complementaria, sin considerarse *conditio sine qua non*.

Para realizar la selección de buenas prácticas se han establecido unos indicadores a valorar en cada uno de los proyectos. Estos indicadores son:

- Resultados obtenidos
- Valoración del proceso por agentes y destinatarios
- Mejoras conseguidas
- Durabilidad, sostenibilidad en el tiempo de las mejoras
- Aplicabilidad de la experiencias por otros
- Perspectiva de género
- Participación

## PROCESO DE SELECCIÓN DE LAS BUENAS PRÁCTICAS

### 1ª Fase: difusión del proyecto de creación del catálogo

La primera de las fases para la localización e identificación de buenas prácticas ha sido la difusión del proyecto del catálogo en sí mismo. En esta fase se ha publicitado de la manera más amplia posible la intención de elaborar un catálogo donde se reflejen buenas prácticas en intervención gerontológica.

En lo que respecta a esta labor de difusión se ha profundizado en los objetivos que se persiguen con la misma, que son:

- Mostrar un conjunto de buenas prácticas de intervención gerontológica existentes en el medio rural que sirvan de referente y sean imitables en otras zonas rurales.
- Recoger información completa sobre las buenas prácticas, a través de una ficha técnica y una entrevista.

- Dar visibilidad a las buenas prácticas relacionadas con la intervención gerontológica en el medio rural y la prestación de servicios de proximidad singulares, adaptados a cada lugar.
- Reconocer social y públicamente las buenas prácticas existentes y a sus protagonistas.
- Facilitar el conocimiento y el contacto con ejemplos de buenas prácticas que sean referente para emprender otras experiencias de intervención y replantear otras existentes.
- Promover la creación de servicios de proximidad de calidad en el medio rural, a partir del patrón de buenas prácticas.

Junto con este trabajo de difusión, se hizo una invitación a todos los actores implicados en iniciativas de este tipo, como son entidades sin ánimo de lucro, grupos LEADER/PRODER, organizaciones agrarias, fundaciones de organizaciones agrarias, agentes de desarrollo rural, entidades de personas mayores, agentes de igualdad, emprendedores rurales, entidades que trabajen con personas mayores, profesionales de la acción social, grupos de acción local, administraciones públicas de todos los niveles, entidades privadas, etc.

Con esta invitación se abrió un proceso participativo a través del cual, los actores implicados en proyectos relacionados con mejorar la atención y la calidad de vida de las personas mayores que viven en territorios rurales podían presentar sus proyectos como candidatos a ser buenas prácticas.

#### **2ª Fase: contacto con las autoridades de gestión y los promotores**

La siguiente fase para selección de las buenas prácticas recogidas en esta publicación fue contactar con las autoridades de gestión de las diferentes comunidades autónomas para, con su apoyo, localizar los proyectos que podrían ser considerados buenas prácticas.

#### **3ª Fase: localización y presentación de la experiencia**

Tras el proceso de difusión, se localizaron e identificaron los proyectos propuestos por las entidades de gestión y los promotores, y se les solicitó el envío de información de sus experiencias. Para el envío de esta información se les proporcionó una ficha técnica y una entrevista autoadministrada, con el fin de que la información recibida de cada proyecto fuese lo más homogénea posible.

Con estas dos herramientas de recogida de datos se pretendía, por un lado, recoger los aspectos descriptivos del proyecto y, por otro, reunir información sobre aspectos clave en el desarrollo del mismo (origen, motivación, formación, superación de dificultades...) y, en especial, aspectos que destacasen con relación a lo que se ha definido como una buena práctica en intervención gerontológica en el medio rural.

A partir de esta información se realizó una revisión inicial de la información aportada sobre la experiencia por expertos externos a la misma y se dio el visto bueno inicial en relación con el cumplimiento de los criterios para que un proyecto sea catalogado como buena práctica.

#### **4ª Fase: visita in situ**

Una vez constatado que, *a priori*, la experiencia podría ser una buena práctica, se procedió a la realización de una visita *in situ*, para recabar información complementaria. Esta visita ha sido realizada por expertos externos para constatar, validar y recabar información complementaria sobre el proyecto candidato a ser considerado buena práctica.

#### **5ª Fase: valoración de la experiencia**

La última fase consistió en seleccionar, entre los proyectos mejor puntuados, un proyecto por cada una de las comunidades autónomas. Para hacer esta selección primó el objetivo de representar todos los ámbitos temáticos.

Esta nueva selección se llevó a cabo tras una lectura detallada de los proyectos destacados, y la puesta en común y discusión de los miembros del equipo evaluador. De esta selección se excluyeron las comunidades autónomas de Ceuta y Melilla por tratarse de territorios de ámbito urbano.

Tras un análisis exhaustivo de toda la información recopilada en las distintas fases de la selección, se estableció la compilación final de proyectos que integran este catálogo.

Esta selección de proyectos, fue validada por el Subcomité LEADER y por el Grupo de Trabajo de Buenas Prácticas, ambos de la Red Rural Nacional. El Subcomité LEADER es un instrumento para intercambiar ideas, compartir experiencias, debatir nuevos conceptos, proponer iniciativas y, en general, para la comunicación de los actores implicados en la cooperación en el escenario rural español. En su composición se incluyen representantes de las comunidades autónomas y de las redes asociativas del medio rural. El Grupo de Trabajo de Buenas Prácticas está integrado en el Comité de Seguimiento del Programa de la Red Rural Nacional, y tiene como finalidad dar respuesta de forma ágil a las necesidades de conocimiento sobre temas específicos relacionados con el desarrollo sostenible en el medio rural, y el seguimiento y difusión de los mismos mediante una participación plural y activa, fruto de una gobernanza democrática. En el Grupo de Trabajo de Buenas Prácticas participan representantes de comunidades autónomas, asociaciones de mujeres, organizaciones ecologistas, sindicatos, entidades y cooperativas agrarias, y redes supraautonómicas de desarrollo rural, todos ellos actores implicados en el desarrollo rural de sus territorios.



# SELECCIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS

---

*Proyectos de Comunidades Autónomas*

---

01

# «ARTESANEANDO»

ANDALUCÍA Cádiz, Jerez de la Frontera



## RESPONSABLE

*Cáritas Diocesana de Jerez- Programa de Animación Comunitaria Rural*  
Palacio de Bertemati / Plaza del Arroyo, nº 50 / 11403, Jerez de la Frontera (Cádiz)  
T. 956 32 01 81 / F. 956 32 01 81  
caritas.cdjerez@caritas.es  
www.caritas.es

Técnica de dinamizadora del proyecto: Lourdes Barrera Valenzuela, Cáritas Diocesana de Asidonia-Jerez  
lbarrera.cdjerez@caritas.es  
T. 956 18 95 78

## LUGAR

La actividad se centra en la comarca de la Campiña de Jerez, ya que este es el ámbito de actuación del Grupo de Desarrollo Rural de la Campiña de Jerez, vinculado al proyecto desde sus inicios, y del que es miembro la entidad promotora Cáritas Diocesana de Jerez.

## OBJETIVOS GENERALES

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores en el entorno rural, creando una actividad que permita el aprendizaje mutuo y las **relaciones intergeneracionales**.
- Potenciar la comunicación, la convivencia y las relaciones interpersonales.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar las relaciones intergeneracionales a través del intercambio de conocimientos.
- **Recuperar tradiciones y costumbres** que se están perdiendo y que representan la identidad de la zona (oficios, profesiones, artesanía).
- Motivar la educación para la salud promoviendo hábitos saludables.
- Sensibilizar a otros sectores de la población hacia la **cultura y la educación popular**.
- Informar y orientar acerca de los trámites relacionados con la accesibilidad a los recursos que la administración pública ofrece, tales como pensiones, ayudas públicas, ayudas extras de viudedad, ayudas para la rehabilitación de viviendas, etc.
- Asesorar en la elaboración de proyectos.
- Detectar casos que precisen **apoyo social** para su derivación a los Servicios Sociales de la zona.
- Acercar a las personas mayores de las zonas rurales todos los recursos culturales, sociales, de ocio y de formación que ofertan las administraciones.
- Informar de las actividades o ayudas que se organizan en la Delegación del Mayor del Ayuntamiento de Jerez.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

La experiencia *Artesaneando* de Cáritas Diocesana de Asidonia-Jerez está subvencionada por el PRODER (Programa de Desarrollo Rural) e insertada en la línea de protección y mejora del patrimonio y del medio ambiente, dentro del programa de animación comunitaria rural que esta entidad sin ánimo de lucro desarrolla en la zona.

*Artesaneando* nace en 2003 con el objetivo de **recuperar la artesanía y antiguos oficios en desuso**, en una comarca rural con alrededor de 23.000 habitantes en aquel entonces, de los que un 25% eran personas mayores de 55 años.

La idea de trabajar con las personas mayores surge a propuesta de diversos colectivos, que proponen llevar a cabo una dinamización social más allá de lo meramente asistencial, favoreciendo la constitución de grupos asociativos de la tercera edad para lograr mejorar su situación de aislamiento.

Con *Artesaneando* se pretende fomentar la participación, mejorar la calidad de vida e integrar a las personas mayores de las zonas rurales, siendo ellos los propios protagonistas, y permitiéndoles transmitir su experiencia y su sabiduría a los más jóvenes o a los de su misma edad. Mediante esta iniciativa se espera también recuperar conocimientos y habilidades relacionadas con los antiguos oficios artesanales y tradicionales de la comarca y sus alrededores.

De este modo, se trabaja de forma directa con todas las personas mayores de 55 años, asociadas o no, y también con otros sectores de población de forma indirecta.

Con este diálogo intergeneracional se busca potenciar la **comunicación, la convivencia, y las relaciones interpersonales** para hacer frente a los problemas de soledad y aislamiento que sufren nuestros mayores, especialmente en las barriadas rurales, a la vez que fomentar experiencias intergeneracionales para sensibilizar a otros sectores de población hacia la cultura y educación popular.

Las actividades que se han llevado a cabo son las siguientes:

### *Formativas e informativas*

Sesiones con los distintos grupos de personas mayores y con temática variada, dependiendo de la demanda realizada por los mismos y de las necesidades planteadas. Así, a lo largo del proyecto, se han realizado talleres relacionados con el manejo y uso del euro, sesiones informativas sobre el acceso a los recursos públicos, herencia y testamento, etc.

### *Artesanales*

Realización de talleres de intercambio de conocimientos entre los participantes. Entre los trabajos realizados destacan: la construcción de un chozo tradicional en miniatura, trabajos en cestería, elaboración de asientos de sillas con enea, repostería artesana tradicional, taller de labores, taller de flores de papel, taller de pintura en tela y taller de mimbre.

25%  
de la población  
mayor de  
55 años

Relacionado con la artesanía con fibras vegetales, uno de los aspectos que contempla el proyecto es la formación sobre protección medioambiental de las plantas con las que se realiza productos de artesanía.

#### **Intercambio intergeneracional**

Estos talleres, impartidos en colegios, centros de barrio y sedes de asociaciones, cuentan con alguna acción intergeneracional y de convivencia con otros sectores de población, especialmente con los más jóvenes, a quienes los mayores transmiten sus conocimientos de artesanía. Este intercambio entre generaciones se considera uno de los resultados más positivos, por permitir que los niños y jóvenes vean, aprendan y valoren el trabajo de las personas mayores.

Del mismo modo, estos mayores han conocido mejor otra realidad, la de los niños y jóvenes de hoy. Este trabajo contó con la colaboración de los centros escolares de la zona y con centros de día de menores del Ayuntamiento de Jerez.

#### **Participación en Muestras y asociaciones**

Se ha participado con la exposición de los trabajos realizados en diferentes talleres en la celebración del Día de Andalucía, mediante un stand en la II Feria Comarcal de Muestras y Artesanía de Guadalcazín, con una exposición dentro de los actos de la Semana del Mayor organizada en Jerez por la Fundación ONCE y con la realización de demostraciones en vivo en el Mercado «El Arrabal» organizado en el barrio jerezano de La Plata. También se expusieron diversas obras en puntos de la ciudad para acercar las tradiciones del medio rural al urbano.

#### **Encuentros y actividades lúdico-recreativas**

Dentro de las acciones del proyecto también se programan encuentros para las personas mayores, con contenidos específicos como «la realidad de las personas mayores en la zona rural», «los tiempos cambian que es una barbaridad» o «la vejez, una etapa de la vida a descubrir». Del mismo modo, se coordinan actividades lúdicas como recopilación de refranes, canciones y chascarrillos antiguos, elaboración de un recetario de cocina tradicional casera, realización de labores agrícolas en el huerto, etc.

### **RECURSOS**

#### **Recursos humanos**

El proyecto requiere para su desarrollo el apoyo de un equipo de técnicos y personal voluntario para el desarrollo del mismo. La dinamizadora del proyecto, una educadora, cuenta con el apoyo del equipo de Animación Comunitaria Rural de Cáritas

Diocesana y de otros departamentos como el de Comunicación Cristiana de Bienes y Administración.

La actuación profesional se centra en el acompañamiento del proceso de animación comunitaria con las personas mayores y la dinamización del territorio. La competencia de la profesional se centra en la motivación, apoyo, formación y organización del propio proyecto.

#### **Recursos económicos**

Se cuenta con un presupuesto de 15.000€ anuales, que fueron financiados por el Grupo de Desarrollo Rural PRODER- Campiña de Jerez en los primeros años. También se cuenta con fondos de la Junta de Andalucía, del Ayuntamiento de Jerez y fondos propios de Cáritas Diocesana de Jerez.

### **PUESTA EN MARCHA**

Para emprender el proyecto, se mantuvieron reuniones con todos los representantes políticos, sociales y demás agentes de la zona, con el fin de informar sobre el mismo. Posteriormente se contactó con las asociaciones de personas mayores existentes en la Campiña, o se les convocó directamente, con el fin de hacer llegar a todos los implicados información sobre la experiencia que se quería poner en marcha.

Aunque algunos grupos no pudieron mantener compromiso con la iniciativa, el promotor confirmó el potencial artesanal de la zona, decidiéndose llevar a cabo este proyecto de recuperación de la artesanía.

La dinámica del proyecto fue participativa, abierta y flexible, basada en la animación comunitaria y respetando el ritmo de trabajo de cada persona. Así, se realizó un proceso de enseñanza-aprendizaje, partiendo del conocimiento de los propios participantes, pero teniendo en cuenta las limitaciones tanto físicas, como psíquicas y sensoriales de algunos de ellos.

### **SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

La evaluación del desarrollo de la experiencia se realiza trimestralmente con una evaluación final continua.

Al ser personas mayores con bajo nivel de instrucción, con discapacidad visual, etc., los instrumentos de evaluación utilizados son los denominados «círculos de opinión», donde cada participante expone su valoración, los aspectos a mejorar y aportación de propuestas, por considerarlo una técnica sencilla y amena de evaluación de las actividades. Los agentes que intervienen en la evaluación son los propios responsables del proyecto (el equipo dinamizador del proyecto Cáritas

Parroquiales, el equipo de Cáritas Diocesana y el Grupo de Desarrollo Rural- Campiña de Jerez).

Actualmente sólo se trabaja con dos grupos de personas mayores porque, debido a la disminución de los recursos desde la entidad promotora del proyecto, y queriendo mantener la calidad en las actividades, se apostó por el acompañamiento de un número reducido de grupos.

#### PRINCIPALES RESULTADOS

- Puesta en valor del conocimiento y el saber popular que poseen las personas mayores de la zona rural de Jerez.
- Impulso en la creación de asociaciones de personas mayores en las barriadas rurales de Jerez.
- Presencia de mujeres en los espacios que ocupan los grupos de personas mayores en los núcleos rurales.
- Incorporación de las mujeres en los órganos de decisión de asociaciones de mayores y otras.
- Creación de un puesto indefinido de empleo (un técnico que vive en la propia zona rural).
- Actualmente se orienta y asesora a ciento cincuenta personas sobre las diferentes ayudas y subvenciones, aunque se ha implicado directa o indirectamente a trescientas personas de la zona rural de Jerez.

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Los principales obstáculos encontrados se han relacionado con la escasez de equipamientos de la comarca y con la peculiaridad de los núcleos de población, ya que algunos de ellos estaban asentados en vías pecuarias y presentaban escasa planificación urbanística.

Las barriadas rurales tienen más de 1.000 habitantes y la mayoría no cuentan con equipamientos específicos para personas mayores o estos son poco accesibles para las mismas. Algunos barrios de estas barriadas, aún no están totalmente urbanizados y carecen de alumbrado público o pavimento idóneo para trasladarse de un sitio a otro. A pesar de esta dificultad, toda la comunidad comparte los centros de barrio, centros escolares, parroquias y centros de mayores para llevar a cabo el conjunto de actividades de la comarca.

#### CLAVES DEL ÉXITO

- Detectar la ausencia de centros sociales en las barriadas rurales y promocionar un espacio para la realización de actividades que cubran varios ámbitos.
- Apostar por la motivación y la mejora de la autoestima del colectivo de personas mayores dándoles un protagonismo dentro de la sociedad y sus pueblos, valorando sus conocimientos y favoreciendo la relación intergeneracional (infancia y juventud).
- Fomentar la participación activa de las mujeres en las asociaciones y centros de la tercera edad, incorporándolas a los ámbitos de decisión.

#### CONCLUSIONES

Se trata de un proyecto de dinamización social de un colectivo que en ocasiones no es considerado un motor del desarrollo socio-económico de los territorios rurales por considerarse inactivo pero que, sin embargo, juega un papel muy importante por la transmisión de conocimientos y experiencia en todos los ámbitos. El progreso no es tal si no tiene en cuenta a todos los miembros de la comunidad, y las personas mayores han de ser parte activa en todos los espacios sociales.

Las principales fortalezas del proyecto en la comarca se traducen en la propia satisfacción de las personas mayores implicadas al compartir sus conocimientos con el resto de la población, lo que contribuye a mejorar su calidad de vida. Por otro lado, la aceptación y legitimación del proyecto en la comarca ha sido importante, suponiendo la implicación de otros agentes educativos, sanitarios y culturales que intervienen en el territorio, por lo que se espera que se incorporen nuevas líneas a las ya descritas.

02

# SERVICIO DE FISIOTERAPIA A DOMICILIO

*ARAGÓN Comarca del Matarraña, Teruel*

---



---

**RESPONSABLE**

*Consejo Comarcal de la Comarca del Matarraña/ Matarranya*  
Consejero Delegado de Acción Social: D. Alberto Moragrega Julián  
Avda. Cortes de Aragón, 7  
44580 Valderrobres (Teruel)  
T. 978 89 08 84

31%

Tasa de envejecimiento\*

## LUGAR

El servicio se realiza en las poblaciones que integran la Comarca del Matarraña en el domicilio de los usuarios.

Matarraña es una comarca de Aragón situada en el Este de la provincia de Teruel.

- Capital: Valderrobres
- Superficie: 933 km<sup>2</sup>
- Población: 8.682 habitantes
- Municipios donde se desarrolla la práctica:
  - Arens de Lledó con 241 hab.
  - Beceite con 634 hab.
  - Calaceite con 1163 hab.
  - Cretas con 633 hab.
  - Fórnoles con 105 hab.
  - Fuentespalda con 362 hab.
  - La Fresneda con 542 hab.
  - La Portellada con 279 hab.
  - Lledó con 182 hab.
  - Mazaleón con 593 hab.
  - Monroyo con 414 hab.
  - Peñarroya de Tastavins con 511 hab.
  - Ráfales con 174 hab.
  - Torre de Arcas con 120 hab.

## OBJETIVOS GENERALES

- Mejorar de la calidad de vida de los usuarios del servicio **promoviendo la autonomía**.
- Facilitar un **servicio de proximidad** que ayude a la permanencia de las personas en su entorno habitual y rural.
- Incrementar el bienestar del paciente y prevenir situaciones de dependencia enseñando **técnicas de movilización en pacientes encamados**.
- **Prevenir situaciones de dependencia** a personas que sufren algún tipo de patología músculo-esquelética.
- Mejorar la autonomía de las personas mayores, manteniendo sus capacidades.
- Crear **empleo** para el desarrollo de las actividades socio-sanitarias en la comarca.

\* La Tasa de envejecimiento indicada se corresponde con el promedio de la Tasa de envejecimiento de los municipios donde se lleva a cabo el proyecto. Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

## LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS SON

- Conseguir el máximo nivel posible de funcionalidad en cada beneficiario, **reduciendo incapacidades y aumentando la independencia**.
- Acercar el **tratamiento fisioterapéutico** al ciudadano en su domicilio habitual, ampliando los campos de actuación (persona, entorno físico, hábitos...).
- **Ayudar al cuidador**, proporcionando apoyos y soluciones a situaciones difíciles en la vida diaria.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

Este innovador servicio socio-sanitario de carácter comunitario, se inicia en 2009 en la Comarca del Matarraña. Es un servicio que se presta como apoyo a personas mayores dependientes y a sus cuidadores cuando estos lo requieren por causas de movilidad, funcionalidad, rehabilitación...

Para acceder al servicio es preciso solicitarlo al **Área de Servicios**, a las personas de la comarca, a través de una instancia normalizada acompañada de la documentación que se indica, y que se presenta en la sede de la comarca en Valderrobres.

El servicio de fisioterapia a domicilio es llevado a cabo por profesionales especializados en fisioterapia que previamente valoran la situación física inicial de cada solicitante e indican en el informe los antecedentes personales, medicación y los objetivos a alcanzar con el tratamiento fisioterapéutico.

Se realizan tres informes para la valoración de la situación y aprobación de la solicitud: informe médico, informe fisioterapéutico e informe social.

El servicio de fisioterapia a domicilio se presta los sábados, domingos, festivos y días no laborables que establezca la comarca. Este servicio es diurno y flexible, estando condicionado por las rutas fijadas por los fisioterapeutas para obtener el mejor resultado.

Los horarios de asistencia, salvo petición por parte del paciente, no se inician en el domicilio antes de las 8:30 horas de la mañana, ni más tarde de las 14:30 horas. Los horarios de tarde son excepcionalmente prestados a aquellas personas que tengan una motivación acreditada.

El servicio se establece un día a la semana, a razón de tratamiento o sesión por persona, pudiendo ampliarse en función de la demanda, de las necesidades particulares y de las disponibilidades presupuestarias anuales. La **duración del tratamiento** es de **una hora aproximadamente**, teniendo en cuenta la disposición y aptitud de la persona en cada sesión.

Los trabajadores sociales de la comarca informan del servicio a los posibles usuarios y son los responsables de la realización del informe social y de la gestión de la tramitación.

Una vez se tiene recopilada toda la documentación y los tres informes, se realiza la suma de las puntuaciones del baremo y si se alcanza la puntuación mínima, se procede a la elaboración de la resolución que tiene que ser aceptada y firmada por el Consejero Delegado de Acción Social, dando así inicio al servicio e informando a la Comisión informativa de Acción Social del alta.

### RECURSOS

Para la puesta en marcha de este servicio, se contaba con una partida presupuestaria de 12.000€ en los presupuestos de 2009 destinados a pagar los honorarios del profesional fisioterapeuta. Esta cuantía está prevista para medio año.

El material necesario para poder prestar este servicio consiste en una camilla portátil y en diferentes productos médicos que se utilizan durante el tratamiento.

Se cuenta con dos trabajadoras sociales de la comarca que se encargan tanto de informar del servicio como de recoger las solicitudes de los interesados. Además, realizan un trabajo coordinado con los centros de salud, lo que facilita la realización de los informes médicos y la prestación del servicio.

### PUESTA EN MARCHA

El proyecto se inició con la presentación del programa de fisioterapia a domicilio en el medio rural, se valoró por los órganos comarcales competentes, y se comenzó con los trámites necesarios para la puesta en marcha. El primer paso fue la **elaboración de las condiciones para acceder al servicio**. Una vez elaboradas, se realizó la difusión del servicio por medio de folletos, que se repartieron por las poblaciones que componen la comarca.

Por otro lado, los profesionales de los servicios sociales difundieron el nuevo servicio entre las personas potencialmente beneficiarias del servicio. Por último, se trasladó el nuevo servicio para su difusión a los medios de comunicación.

El servicio comenzó con seis usuarios, y poco a poco fue aumentando el número de los mismos hasta alcanzar los veinte en 2009.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

El servicio y el sistema intentaron ser lo suficientemente flexibles para adaptarse a las necesidades de la población. Esto permitió, por ejemplo, introducir mejoras respecto a los informes que debían rellenarse para solicitar asistencia ya que, en un

principio, estaban relacionados con aspectos citados en la Ley de Dependencia, pero se comprobó que debían realizarse en base a otros parámetros.

La **evaluación** del desarrollo de la actividad se llevó a **cabo cada tres meses** por parte de los profesionales de fisioterapia, que valoraron la necesidad de continuidad de los pacientes en el programa. Según esta evaluación, parte de ellos pudieron continuar con el servicio, bien en los mismos términos o bien incrementando el tratamiento, mientras que otros finalizaron su participación en el programa.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Antes de la entrada en vigor de este programa no había existido servicio de fisioterapia a domicilio. Se ha comprobado que este tipo de asistencia ha mejorado la **calidad de vida**, ha creado **empleo de calidad**, ha favorecido la permanencia en el medio rural y ha prevenido la dependencia, lo que ha ahorrado costes mayores a los servicios públicos.

Por todo ello, este innovador servicio ha sido muy bien acogido por la población residente en los municipios que conforman la Comarca del Matarraña.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

En un principio surgieron dudas sobre cómo estructurar y organizar el servicio. Para ello, los promotores de la actividad se apoyaron en el conocimiento de otras comarcas de Aragón que ya tenían en marcha este tipo de servicio domiciliario.

Durante el desarrollo del proyecto se observó que el procedimiento de tramitación de la solicitud era a veces largo y complicado, puesto que se precisaban tres informes de tres profesionales diferentes: médico de cabecera, fisioterapeuta y trabajadora social. Se ha intentado, por tanto, explicar detalladamente los pasos a seguir a los potenciales usuarios.

### CLAVES DEL ÉXITO

- Gracias a la puesta en marcha de esta actividad se ha conseguido, por un lado, **dar respuesta a la demanda de la población** y, por otro, prestar un servicio que permite mejorar la calidad de vida de los usuarios. De esta manera se ha logrado promocionar la **autonomía personal** y **favorecer la no dependencia** en aquellas poblaciones en las que, por su pequeño tamaño, no existían profesionales dedicados a este campo. De igual modo se ha solucionado el problema de aquellas otras poblaciones, que sufrían limitaciones en cuanto al transporte regular de viajeros, lo que impedía a las personas mayores desplazarse a poblaciones de mayor tamaño en las que si existía dicho servicio.

- Ha sido un servicio con entidad propia, pero ha podido generalizarse a cualquier municipio o grupo de municipios cuyas administraciones tengan responsabilidad social y capacidad económica para facilitar este servicio a la población mayor.
- El **trabajo en red** ha facilitado la coordinación de los tres profesionales diferentes que intervinieron en el proceso de solicitud/valoración/tratamiento.
- Se han aprovechado los recursos existentes y las infraestructuras para gestionar y difundir el servicio, por lo que la eficiencia ha sido mayor y el coste aceptable.

### CONCLUSIONES

Con la realización de este proyecto, se acercaron al hogar del propio usuario los **cuidados de fisioterapeutas profesionales**, y ello ha facilitado la **promoción de la autonomía y la prevención de la dependencia**, aportando mayor calidad de vida para aquellos usuarios encamados o inmovilizados.

Este servicio también ha sido enfocado a la **ayuda de los cuidadores de personas en situación de dependencia**. Los profesionales les enseñaron la manera correcta de mover a sus familiares y mejorar su higiene postural, con lo que se han prevenido posibles patologías debidas al esfuerzo que supone su cuidado.

Mediante la realización de esta actividad la gente joven de la zona ha empezado a ver en los servicios a domicilio una **oportunidad de empleo y negocio en la comarca** donde se ha desarrollado esta actividad, esperándose que surjan nuevas iniciativas en esta área.

Durante el año 2010 se espera poder mejorar y ampliar las prestaciones ofrecidas, logrando una mayor fluidez y rapidez desde que se inicia el proceso, en el momento de recoger la solicitud del interesado, hasta que da comienzo el servicio. Además también se ha perseguido otro objetivo a medio plazo: la incorporación de este recurso a la cartera de servicios sociales ofrecidos por la Comarca del Matarraña.

03

# BALNEARIOS DE VERANO PROGRAMA ROMPIENDO DISTANCIAS

ASTURIAS *Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga*

---



---

## RESPONSABLE

*Centro Intermunicipal de Servicios Sociales de la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga*  
Presidente de la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga y Alcalde del Concejo de Cangas de Onís: Alfredo García  
Coordinadora: M<sup>a</sup> Jesús Hernández González  
Técnica de Atención a Mayores del Programa *Rompiendo Distancias*: Patricia Esther Vega Suárez

c/ Mercado nº 10  
33550 Cangas de Onís (Asturias)  
T. y F. 985 84 92 04  
[serviciossociales@cangasdeonis.com](mailto:serviciossociales@cangasdeonis.com)  
[serviciossociales@mcaop.es](mailto:serviciossociales@mcaop.es)

26%

de la población  
mayor de

65 años

#### LUGAR

El Programa *Balnearios de Verano* se desarrolla en el balneario de Las Mestas, situado en el Concejo de Ponga y está dirigido a personas mayores residentes en la Mancomunidad de Cangas de Onís (6.865 habitantes), Amieva (820 hab.), Onís (847 hab.) y Ponga (696 hab.).

Estos territorios se caracterizan fundamentalmente por tener una orografía de carácter montañoso con una población muy dispersa y envejecida (más de un 26% de la misma es mayor de 65 años).

#### OBJETIVOS GENERALES

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores acercándoles un conjunto de **servicios diversificados**.
- Favorecer un **envejecimiento activo y saludable** entre las personas mayores.
- **Evitar la discriminación de las personas mayores** que viven en zonas rurales dispersas.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Promover la adquisición de hábitos de vida saludables** entre las personas de mayor edad de los municipios participantes.
- **Fomentar y potenciar la participación e integración social** de las personas mayores en su comunidad, evitando situaciones de soledad y aislamiento.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El Programa *Balnearios de Verano* se enmarca dentro del Programa *Rompiendo Distancias* de la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga.

*Rompiendo Distancias* desarrolla dos áreas básicas de actuación: por un lado, la **atención a personas dependientes** y, por otro, el **fomento y la dinamización de la participación de las personas mayores de la comunidad**. Dentro de esta segunda área es donde se encuentra incluido el Programa *Balnearios de Verano*, que consiste en la realización de sesiones terapéuticas en el Balneario de Las Mestas, en el concejo de Ponga.

Durante los meses de verano, las personas mayores tienen acceso a un conjunto de **aguas termales con propiedades curativas** en turnos de cinco sesiones terapéuticas. Esto supone una mejora en su calidad de vida, tanto a nivel físico como a nivel psicosocial, ya que se trata de una actividad que fomenta la participación e integración social de los participantes y propicia la creación de un punto de encuentro.

Se han establecido dos turnos de cinco días consecutivos de duración, por cada uno de los municipios implicados.

Para facilitar la participación de los mayores, desde el centro de servicios sociales se les proporciona un **servicio de transporte** que los traslada hasta el balneario, situado a 24 kilómetros desde Cangas de Onís (capital del Concejo de Cangas de Onís), a 42 kilómetros desde Benia de Onís (capital del Concejo de Onís), a 16 kilómetros desde Sames (capital del Concejo de Amieva) y a 5 kilómetros desde San Juan de Beleño (capital del Concejo de Ponga).

Los interesados se inscriben a través de las asociaciones y del Centro Intermunicipal de Servicios Sociales, que es el responsable de desarrollar la actividad. Después desde estos organismos se coordinan las acciones con el servicio de transporte del Programa *Rompiendo Distancias* y con el balneario.

Para poder desarrollar esta actividad, ha sido necesario realizar varias actuaciones como, por ejemplo, concretar con el Balneario de Las Mestas el calendario de actividades y el horario de las mismas. Otros puntos fundamentales han sido la coordinación con las asociaciones para difundir la actividad y poder gestionar las inscripciones, así como la elección del monitor encargado de desarrollar las actividades físico-deportivas que se ofrecen.

Todo esto se lleva a cabo gracias al apoyo recibido por parte de diferentes agentes sociales que trabajan con el colectivo de personas mayores, como son el Centro Intermunicipal de Servicios Sociales, los ayuntamientos, las asociaciones de mayores y los centros de salud.

#### RECURSOS

##### *Recursos humanos*

Se cuenta con un equipo humano integrado por distintos profesionales: un **monitor de actividades físico-deportivas**, un **monitor de transporte**, un **técnico** encargado de atender a los mayores participantes y un **animador sociocultural**, además del equipo de las juntas directivas de las asociaciones implicadas.

Por otro lado, el resto del equipo de profesionales del Centro Intermunicipal de Servicios Sociales (dos trabajadoras sociales, una educadora familiar, una animadora sociocultural y el personal administrativo) colabora con la técnica de mayores en la dinamización de la actividad, siendo fundamental su papel en el éxito de la misma.

##### *Recursos económicos*

Para la prestación de este servicio se cuenta con un presupuesto de 2.612,4€, de los cuales 1.412,40€ están destinados al salario del monitor, y los 1.200,00€ restantes al uso de las instalaciones.

De igual manera se cuenta con las cuotas de los participantes para participar en la actividad, que suponen 15€ por persona, incluyendo monitor y transporte.

### Recursos materiales

Los materiales empleados en la realización de este servicio han sido una furgoneta, en la que se desplazaban los participantes, diferente material de trabajo, para la realización de ejercicios en el agua y la propia piscina de aguas termales.

### PUESTA EN MARCHA

El Programa *Balnearios de Verano* se puso en marcha en el año 2004. Con anterioridad se realizó un estudio de viabilidad para conocer las necesidades y los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades programadas.

En una primera fase, se realizó una campaña de difusión a través de las asociaciones de mayores, de los centros de salud y del Centro Intermunicipal de Servicios Sociales, con la finalidad de dar a conocer la iniciativa, los objetivos que se perseguían, la población a la que iba dirigida, el funcionamiento, etc.

La actividad tuvo muy buena acogida entre los socios de las asociaciones de mayores y también entre las personas mayores de la mancomunidad, obligando a establecer una lista de espera para gestionar la importante demanda que hubo y dar respuesta a todas las personas interesadas en participar.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Se ha seguido una metodología activa y participativa, prestando una atención especial a las necesidades particulares de las personas mayores, así como a sus intereses e inquietudes.

Para la puesta en marcha de esta iniciativa se ha realizado una evaluación continua, lo que ha permitido introducir cambios para mejorar el proyecto. Se distinguen tres fases:

- **Evaluación inicial:** donde se determinan los objetivos que se quieren conseguir y los recursos necesarios para ello. Al inicio de cada edición se mantiene una reunión con el monitor de la actividad, para concretar los objetivos que se persiguen y hablar de las instalaciones disponibles.
- **Evaluación intermedia:** durante el tiempo en el que se desarrolla la actividad, se intentan identificar aquellos aspectos problemáticos con el fin de reconducirlos y modificarlos. Para ello se mantienen reuniones periódicas en las que el propio monitor evalúa el desarrollo de las actividades.
- **Evaluación final:** se trata de determinar el grado de consecución de los objetivos planteados en la evaluación inicial. Es en esta fase, las personas mayores que han participado en el programa tienen la posibilidad de evaluar su experiencia. Cada año, una vez finalizadas las actividades, los participantes reciben un cuestionario donde pueden evaluar aspectos como horarios, cuotas, monitor, etc.

Una vez realizados los cuestionarios, los técnicos estudian los datos recogidos y valoran la posibilidad de llevar a la práctica las propuestas recibidas.

Al realizar esta evaluación se tienen en cuenta diversos indicadores, como el número de participantes iniciales, el número de participantes que terminan la actividad, así como la satisfacción de los mismos y la del propio monitor.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados observados en las diversas evaluaciones han sido positivos. En primer lugar, se ha conseguido promover hábitos de vida saludables entre los mayores, gracias a la realización de una **actividad física continuada**. Esto les ha permitido contactar con otras personas de igual condición que vivían aisladas y que hasta ahora no habían podido participar en actividades de este tipo. Cabe destacar una mayor **participación femenina** que, cada año, va en aumento.

En segundo lugar, gracias al Programa *Rompiendo Distancias*, se ha incentivado la **creación de asociaciones de personas mayores** en cada población. Esto ha supuesto un cambio de vida de las personas mayores, en especial para muchas mujeres mayores del medio rural que ahora se organizan, participando en actividades, y comparten la vida con otras personas de su edad.

Se ha conseguido una valoración muy buena por parte de los usuarios, siendo esta una de las actividades mejor valoradas del Programa *Rompiendo Distancias*.

Otro aspecto importante ha sido la **generación de empleo** por parte del programa, que ha posibilitado la creación de varios puestos de trabajo, tanto estables (técnica de atención a mayores y el monitor de transporte), como temporales (dinamizadora de asociaciones del centro de servicios sociales y los animadores socioculturales de las asociaciones participantes). También se han contratado **a personal especializado** para el desarrollo de talleres específicos y al monitor de actividades físico-deportivas. Todo esto repercute en la fijación de población en los cuatro municipios que conforman la Mancomunidad, puesto que los jóvenes han encontrado alternativas de empleo en la zona.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

En los inicios la mayor dificultad fue la **temporalidad** y los cambios de las personas contratadas (como monitores o personal para el transporte). Cabe destacar que en estos momentos, se dispone de una persona contratada de forma indefinida que se encarga del servicio de transporte, lo que da continuidad y estabilidad a la experiencia, ya que ofrece también la posibilidad de transporte durante todo el año para otras actividades del Programa *Rompiendo Distancias*.

### CLAVES DEL ÉXITO

- Esta actividad trata de optimizar y aprovechar los recursos disponibles, tanto los económicos como los de la comunidad.
- Se trata de una **actividad innovadora** en la zona, ya que nunca antes las personas mayores habían tenido la oportunidad de participar en una iniciativa de estas características de manera organizada.
- Se aprovecha un recurso natural accesible para las personas mayores, situado cerca de sus lugares de residencia.
- Esta iniciativa es una **intervención bio-psicosocial**, a través de la cual se promueven hábitos de vida saludables y se fomenta la participación e interacción entre las personas mayores.

### CONCLUSIONES

La puesta en marcha de esta experiencia ha supuesto un cambio significativo en el modo de envejecer de las personas mayores que viven en la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga.

Gracias a ella, se ha promovido un **envejecimiento activo y saludable** entre los vecinos de mayor edad a través de la actividad física. Con esto se ha logrado el propósito inicial de proporcionar hábitos de vida saludables que mejorasen la calidad de vida de estas personas, utilizando un recurso disponible en la zona como son las propiedades de las aguas termales.

De igual forma, se ha logrado incrementar la participación social de las personas mayores, al dotarles de una actividad y un punto de encuentro comunes.

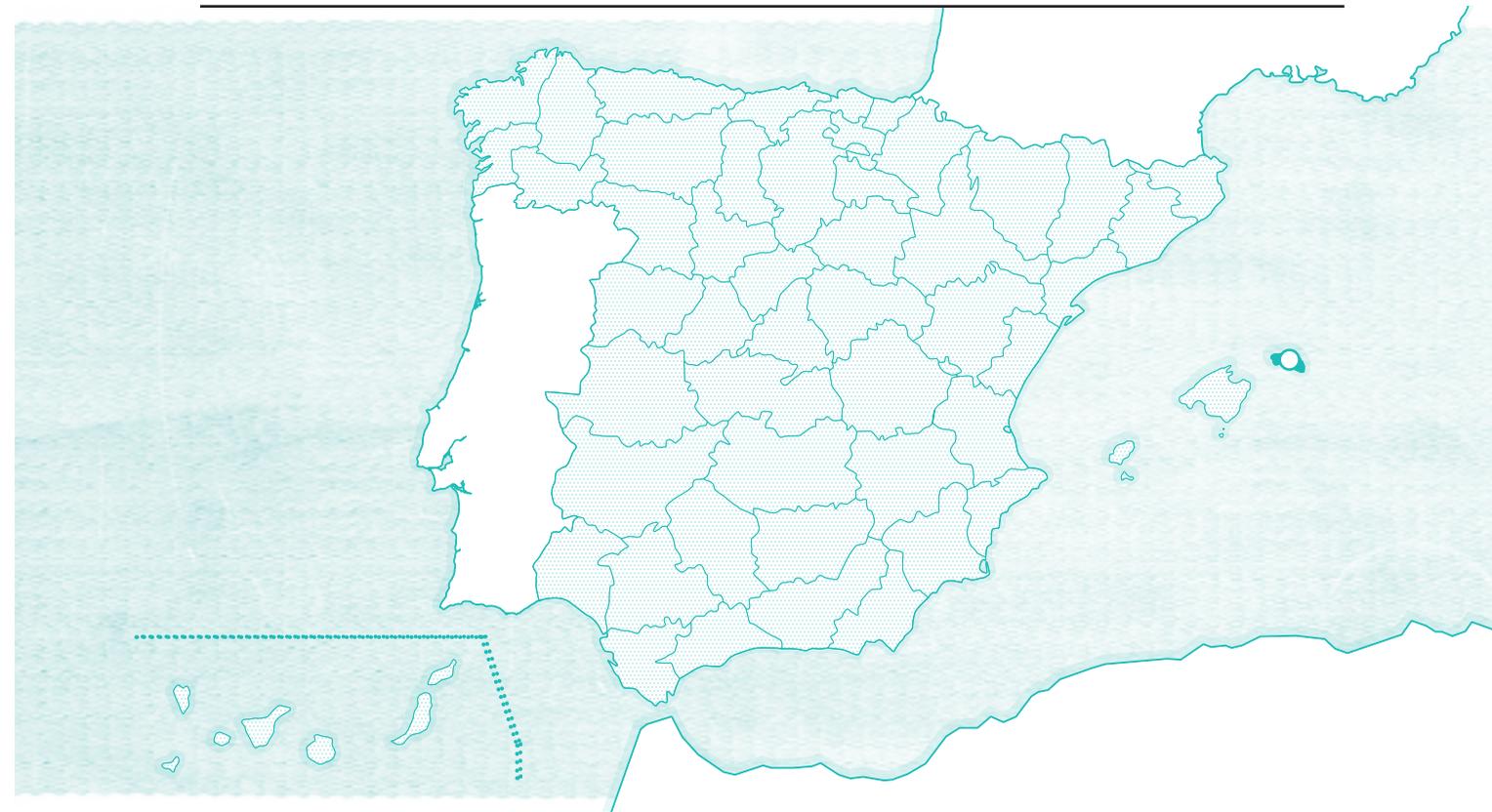
Dada la buena acogida, se plantea la posibilidad de continuar con esta iniciativa en el futuro, ya que, por los muchos beneficios que reporta a los participantes, cada vez es mayor su demanda entre los vecinos de la zona.

04

# RED SOCIAL DE PERSONAS MAYORES Y FAMILIAS DEL MEDIO RURAL

ILLES BALEARS *Mercadal, Menorca*

---



---

**RESPONSABLE**

*Unió de Pagesos Balears*

c/ Doctor Llansó N<sup>o</sup> 76 / 07740 Mercadal (Menorca)

T. 971 37 51 70

[unio@pagesos.org](mailto:unio@pagesos.org)

9%

de la población vive diseminada por el municipio\*

## LUGAR

Mercadal es un municipio de la provincia y Comunidad Autónoma de las Illes Balears situado en la isla de Menorca y perteneciente al partido judicial de Ciutadella. Cuenta con una población de aproximadamente tres mil habitantes y se encuentra en la falda de Monte Toro, la montaña más alta de la isla.

La mayoría de la población del municipio se concentra en el núcleo de Mercadal, que cuenta con 2.042 habitantes y centra su **actividad económica en la agricultura y el turismo**. Debido a su condición de pueblo de interior, Mercadal conserva desde tiempos inmemoriales una actividad agraria plena, como así atestiguan pinturas y fotografías antiguas existentes. En el municipio existen además numerosos núcleos de población costeros de reciente historia y carácter eminentemente turístico, como son: Arenal d'en Castell (206 hab.), Coves Noves (136 hab.), Macaret (138 hab.), Puerto de Addaia (348 hab.), Punta Grossa (124 hab.) y Sa Roca (43 hab.). Otros 183 habitantes viven diseminados por el término municipal. En época estival los núcleos acogen un gran número de turistas homogeneizándose la distribución de la población.

## OBJETIVO PRINCIPAL

Creación de un **programa polivalente** dirigido a fomentar la calidad de vida de las personas mayores del medio rural, dependientes o no, y de sus familias.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Difundir información sobre los servicios sociales y recursos** destinados a personas mayores en aquellos lugares donde el acceso a los mismos es más difícil, como es el caso de las poblaciones rurales de menor tamaño.
- **Asesorar y orientar** a las personas mayores y a sus familias sobre los **recursos y servicios** existentes en su entorno más próximo.
- **Facilitar la solicitud de servicios y prestaciones** que mejor se adecuen a las necesidades de los usuarios, así como realizar una labor de acompañamiento en la tramitación de los mismos.
- Favorecer la **permanencia en el entorno** rural de las personas mayores, gracias a este servicio de proximidad rural.
- Favorecer la **creación de empleo** en el medio rural.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El **servicio de información y consultoría** se plantea como una actuación de solidaridad para prestar ayuda de forma personalizada a las personas mayores residentes en el medio rural de la isla de Menorca y a sus familiares.

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

Este servicio, prestado por profesionales, se ofrece de forma gratuita a través de dos vías de **atención**:

- **Personal:** facilitando información en los municipios y oficinas distribuidas por la isla de Menorca.
- **Telefónica:** habilitando un número telefónico de la entidad a disposición de las personas que quieran realizar consultas o recibir información.

A través de ambos medios, se reciben consultas y solicitudes sobre las siguientes cuestiones:

- Información acerca de los diferentes **servicios sociales y recursos existentes**, en función del lugar de residencia.
- **Orientación y apoyo** sobre cómo realizar las **solicitudes**, fundamentalmente lugar y plazo en el que se deben presentar.
- Asesoramiento sobre las posibles **reformas** y cambios necesarios **en el domicilio** de la persona dependiente para hacer de él un lugar accesible.
- Orientación sobre las diferentes **ayudas técnicas existentes para las personas en situación de dependencia**, así como los lugares donde pueden encontrarlas.
- Información sobre las convocatorias a las que una persona mayor o una persona con discapacidad puede acceder en ese momento concreto.
- Aviso e información, a las personas que lo soliciten, sobre la apertura de **convocatorias de subvenciones** de las que puedan beneficiarse.

Este servicio, analiza cada consulta y responde a través de los medios más adecuados en cada una de las circunstancias.

Además, en los casos en que se considere necesario, por su situación de gravedad u otras causas, el equipo establece una relación directa con los centros de servicios sociales o el centro de salud correspondiente, para informarles de la situación.

## RECURSOS

Los servicios son llevados a cabo por un técnico social que desarrolla las funciones de información, asesoramiento y apoyo en la gestión de los usuarios.

El coste económico de este profesional se sufraga con el apoyo de los propios socios de Unió de Pagesos Balears y a través de ayudas públicas que hacen posible que el servicio se pueda prestar.

## PUESTA EN MARCHA

El planteamiento inicial perseguía dar respuesta a las necesidades más fácilmente abordables y realistas presentadas por las personas que solicitaban información y apoyo.

Así se formó una red de profesionales que, con apoyo de COAG y Solidaridad Intergeneracional, recibieron formación específica hasta que se pudo poner en marcha un servicio de estas características.

#### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Los datos de las llamadas recibidas se recogen en hojas de registro y se realiza un seguimiento de los usuarios que utilizan el servicio con el objetivo de comprobar la conveniencia de la información ofrecida.

El seguimiento permite conocer nuevas situaciones derivadas de una información inicial y acompañar al usuario durante todo el proceso.

Mediante correo electrónico o telefónicamente se realiza un cuestionario de satisfacción para conocer las opiniones de los usuarios y, en la medida de lo posible, para realizar los cambios sugeridos.

#### PRINCIPALES RESULTADOS

Se ha observado una **mejora en la calidad de la información** dada a la población rural de la isla de Menorca en relación con los servicios sociales existentes. Especialmente, ha mejorado la información en relación con la *Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de dependencia* y sobre ayudas comúnmente solicitadas por la población de mayores.

Además, se ha producido un **incremento progresivo en los usuarios** que acuden a la entidad, así como en los que solicitan información y asesoramiento telefónico, produciéndose una situación de mejora en la calidad de vida de las personas mayores, ya que se ha procurado resolver, de forma personalizada y con la mayor premura, todas las solicitudes surgidas.

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad radicó en **la comprensión del servicio**, tanto por parte de los profesionales sociales como de los beneficiarios. Se trata de un servicio de información, asesoramiento y apoyo a la gestión de los expedientes que pudiesen tramitarse, siendo la gestión del expediente responsabilidad de los Servicios Sociales, y no del programa.

Por otra parte, la red se ha encontrado con algunas dificultades derivadas de la falta de infraestructuras para llevar a cabo los servicios y se ha tenido que enfrentar a los problemas derivados de realizar una actividad sin ánimo de lucro, **cuyos resultados** no han sido un producto, sino unos beneficios sociales prestados de forma gratuita.

#### CLAVES DEL ÉXITO

La principal clave del éxito en este proyecto ha sido conseguir **dar respuesta a las demandas detectadas**. Además, la centralización de la información, junto con la formación específica de **profesionales polivalentes**, ha permitido ofrecer información y respuestas sobre temas muy diversos en una sola consulta (subvenciones y ayudas para agricultura, servicios para un familiar con requerimientos asistenciales concretos, etc.)

Finalmente, no sólo se ha conseguido atender la demanda de información sobre cuestiones concretas, sino que la iniciativa ha servido para **conocer las posibilidades existentes**, potenciando así la eficacia del servicio.

#### CONCLUSIONES

Partiendo de la base de que **la información es una fuente de poder e independencia**, mediante este proyecto se ha intentado acercar la mayor cantidad de información útil a las personas que habitan en el medio rural. En particular este servicio es especialmente beneficioso para las personas mayores del medio rural, por presentar marcadas dificultades de acceso a la información.

El servicio supone un impacto positivo en la población objetivo, mejorando su calidad de vida y favoreciendo la permanencia en el entorno rural de las personas mayores y de sus familiares.

Con la puesta en marcha de este servicio se ha conseguido que las personas mayores del territorio rural hayan podido **acceder a los recursos sociales**, independientemente del lugar donde viven, ya que se les ha atendido por teléfono y a través de la red telemática.

Debido a la utilidad de la información ofrecida, el servicio cada vez se está conociendo más, por lo que se prevé **un aumento en la cobertura de asistencia**.

05

# TRANSPORTE A LA DEMANDA EN TAXIS ACCESIBLES DE USO COMPARTIDO

*CANARIAS Santa Cruz de Tenerife, Ayuntamiento de Candelaria*

---



---

**RESPONSABLE**

*Ayuntamiento de Candelaria*

Alcalde – Presidente: D. José Gumersindo García Trujillo

Avda. Constitución nº7

38530 Candelaria

Santa Cruz de Tenerife

T. 922 500 800 ext.110

[alcaldia@candelaria.es](mailto:alcaldia@candelaria.es)

## LUGAR

El término municipal de la Villa de Candelaria se extiende desde el nivel del mar hasta los 1.700 metros de altitud. Ocupa una extensión superficial de 49,18 km<sup>2</sup>, y se encuentra situado a 19 kilómetros de la capital, Santa Cruz de Tenerife.

La mayor parte de la superficie municipal presenta una acentuada **complejidad topográfica**. Sólo en el sector más meridional y en las proximidades de la costa aparecen espacios relativamente llanos, donde se sitúan las entidades de población más importantes.

## OBJETIVO GENERAL

- Dotar de transporte público a zonas que en la actualidad carecen de él, para poder satisfacer las necesidades de movilidad en términos de sostenibilidad económica.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Incrementar la movilidad** de las personas en transporte público y la integración en la Red Insular de Transporte Público de los residentes para facilitar sus desplazamientos por la isla.
- Facilitar la **movilidad interior** al centro de Candelaria, principal punto de destino de los residentes.
- **Integrar** en el sistema de movilidad **a las personas de movilidad reducida** residentes en la zona.
- Desarrollar tecnologías adecuadas para la **eficiencia del servicio** de transporte de taxis accesibles de uso compartido.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El Ayuntamiento de Candelaria es consciente de la problemática de movilidad a la que se enfrentan los ciudadanos residentes en los barrios de medianías y zonas altas. Esta población asciende a un total de 8.425 habitantes, donde 1.327 personas son mayores de 65 años y 1.485 son menores de 18 años. En cuanto a personas con diversidad funcional, en estos barrios están censadas 236 personas, lo que supone un 33% de los discapacitados residentes en el municipio.

Actualmente las líneas de autobús del servicio público interurbano no acceden hasta el final de los citados barrios dado que **la pendiente**, que en muchos casos supera el 30%, **imposibilita el acceso para vehículos de servicio público** de más de nueve plazas.

Por otro lado, la **frecuencia de paso** (de dos o más horas) **resulta insuficiente** para posibilitar la movilidad de los residentes en dicha zona, especialmente para las personas de movilidad reducida.

Se ha llegado a la conclusión de que el **uso del taxi constituye la mejor alternativa posible**, fomentándose la introducción de taxis adaptados accesibles de hasta nueve plazas donde exista espacio, al menos, para un viajero en silla de ruedas.

Ya que el alto coste del servicio de taxi constituye también una barrera a la movilidad que debe ser superada, la tarifa a aplicar en el uso compartido de estos vehículos ha de representar una ventaja para los usuarios que pagan el importe mínimo de la tarifa urbana que aplican los autobuses, muy inferior al coste del traslado en taxi individual. Igualmente supone una ventaja para los taxistas que se benefician del incremento de la movilidad que el sistema promueve y de unos ingresos medios por viaje equivalentes a la tarifa del servicio ordinario, consecuencia de la autorización del cobro individualizado. Se cobra, por tanto, **una tarifa plana para todos los taxis compartidos**, equivalente al mínimo de percepción urbano, tanto para el que pague a bordo del taxi como para el que use el bono.

A continuación se detallan las especificidades técnicas del servicio de transporte:

- El servicio de transporte de taxis accesibles de uso compartido se presta por **vehículos de turismo habilitados con una licencia de taxi** en el término municipal de Candelaria, debidamente identificados como tales. Además de dicha identificación, los taxis contarán con otra de la ruta específica que estén realizando.
- El **horario y la oferta** regular del servicio se adaptarán en todo caso a la demanda. Bajo la supervisión municipal, se ajustará en cada momento la oferta de servicio a prestar, especialmente la oferta de servicio regular.
- Además de la utilización por parte de los usuarios de este servicio en los horarios y trayectos preestablecidos de recogida en las paradas, y en tanto se establezca otro sistema tecnológico, los usuarios podrán también **solicitar el servicio de taxis compartidos mediante una llamada telefónica** al centro de control, o mediante el envío de un «sms» identificando: la parada de origen, o domicilio si se es persona de movilidad reducida autorizada, y el destino del servicio. El sistema envía un mensaje confirmando la solicitud de servicio realizada.
- El centro de control recogerá y asignará las peticiones de servicio bajo los principios de **optimización, eficiencia y equitativa distribución**, atendiendo singularmente las necesidades de movilidad de los residentes en Candelaria y prestando especial atención a las personas de movilidad reducida.

## RECURSOS

Para la realización de este servicio se dispone de los siguientes **recursos materiales**:

- Siete vehículos Euro-Taxi Accesible de hasta nueve plazas, con al menos una plaza para usuarios en silla de ruedas.
- Cinco vehículos taxi de cinco plazas.
- Canceladora de bonos instalada en cada vehículo.

15,75%

de la población mayor de

65 años

Al inicio de las actividades se contaba con un presupuesto de 285.451,84€ repartidos en las siguientes partidas:

- Financiación para cambio de flota de vehículos, a través de convenio con ONCE-IMSERSO: 72.000€
- Financiación para cambio de flota de vehículos, a través de convenio con el Cabildo de Tenerife: 84.000€
- Subvención al titular de cada licencia de taxis, expedida por el ayuntamiento, como ayuda para la compra de vehículos para aquellas licencias que se hayan adherido al convenio: 3.000€ x 12 licencias.
- Adaptación del sistema de monética: 86.961,00€
- Difusión del servicio: 3.725,11€
- Identificación de vehículos: 1.226€
- Identificación de paradas: 1.539,73€

### PUESTA EN MARCHA

En el año 2006 se empezaron a sentar las bases de este proyecto con la realización de un estudio sobre la viabilidad de este servicio de transporte de taxis accesibles de uso compartido en la zona alta del municipio, dentro del Plan de Accesibilidad en el Transporte (encuadrado dentro del Plan Integral de Accesibilidad del Municipio de Candelaria). A continuación se firmó el convenio con la Asociación Profesional de Taxistas de Candelaria para comenzar con el desarrollo de este nuevo servicio de transporte.

En 2007 se consiguió financiación, tanto por parte de los convenios anuales que firma el IMSERSO y la ONCE para la cooperación e integración social de personas con discapacidad, como por el Cabildo de Tenerife para cambiar la flota de vehículos a taxis adaptados de hasta nueve plazas (Euro-Taxis).

A partir de aquí se realizó una fuerte inversión para la **adaptación del sistema de monética**. Se colocaron canceladoras de bonos en los primeros vehículos que se adhirieron al convenio firmado entre el ayuntamiento y la Asociación de Taxistas, beneficiándose así los usuarios del sistema de bonificaciones establecidos para todos los usuarios de la red de transporte público, especialmente los derivados del uso del bono y del transbordo gratuito.

Antes del inicio de este nuevo servicio de transporte, se realizaron **encuestas de demanda potencial** y se establecieron **puntos de recogida de comentarios y observaciones** sobre el proyecto en las mesas comunitarias de los cinco barrios de medianías y zonas altas del municipio y, también, aprovechando diferentes eventos realizados en el municipio. Por último se informó a la población de la puesta en marcha del servicio a través de prensa y radio.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Se ha realizado un **seguimiento diario** del número de usuarios del sistema de transporte, al igual que una serie de **encuestas mensuales** para conocer el grado de aceptación del servicio. Todos estos datos han sufrido un tratamiento estadístico exhaustivo.

El coordinador del servicio, un técnico municipal de accesibilidad, lleva a cabo diariamente el control y la gestión del servicio para su correcto funcionamiento. Este control diario se traduce en las siguientes medidas: **recogida de datos de usuarios en cada línea y turno**, con su correspondiente tratamiento estadístico, realización de informes de movilidad para establecer una oferta adecuada a la demanda existente, control de viajes, turnos y refuerzos, actualización de información y publicidad sobre el servicio, mantenimiento de equipamiento e infraestructuras dependientes del servicio, contacto con las diferentes administraciones (ayuntamientos, Cabildo de Tenerife, Comunidad Autónoma de Canarias,...), atención a quejas y sugerencias de usuarios y, en general diferentes acciones encaminadas a ofrecer al ciudadano un nuevo servicio de transporte barato, rápido, cómodo y eficaz.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Este proyecto piloto procura definir un modelo dirigido a su integración en la red de transporte público insular, en condiciones de sostenibilidad adecuadas a la demanda real de movilidad de la zona.

Se ha logrado que las personas que habitan lejos del núcleo administrativo del municipio puedan tener un mejor acceso a éste, aprovechándose de un menor coste económico y un servicio más rápido. Por otra parte, se han establecido efectos positivos por el ahorro de tiempo y también de consumo de energía, lo que se traduce en un menor impacto ambiental en el territorio.

Los principales resultados que se han conseguido con la puesta en marcha de este nuevo sistema de transporte público sostenible son:

- **Cubrir una demanda de transporte público con una dimensión adecuada** para un total de más de ocho mil cuatrocientas personas que podrán desplazarse a su destino y disfrutar de una movilidad que hasta hace poco no tenían.
- **Abaratar el coste** de los desplazamientos en el transporte público.
- Integrar en la red de transporte público insular de autobuses a los usuarios de los taxis compartidos, beneficiándose de las bonificaciones establecidas para todos los usuarios de la red (como billetes bonificados y transbordo gratuito en un intervalo de tiempo).
- Posibilitar la sustitución de las líneas de tráfico más débiles de transporte en autobuses (de un altísimo coste) que conectan con las líneas de taxi compartido, por un **transporte adaptado a la demanda real del servicio**.

- Fomentar el uso de la Red Insular de Transporte Público, al **posibilitarse el transbordo**, configurándose como la capilaridad que la red necesita para incrementar su área de influencia.
- **Reducir la utilización del coche individual**, con el consiguiente ahorro energético, bajada de la demanda de aparcamiento y disminución de emisión de contaminantes.
- Favorecer la **movilidad** de los mayores y de los jóvenes en edad escolar (especialmente los de bachillerato, pero también alumnos de primaria y secundaria obligatoria que no disponen de transporte escolar por residir a menos de 5 kilómetros del centro).
- **Mejorar la actividad comercial** que se desarrolla en estas zonas de medianías.

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad a la que se ha tenido que enfrentar esta iniciativa radica en la necesidad de conseguir **alcanzar el umbral mínimo necesario de usuarios para que el sistema sea rentable** para los profesionales del taxi. Analizando las cifras que arrojan las distancias de cada recorrido, los tiempos previstos y las tarifas actuales del taxi, se desprende que existe un desequilibrio entre los pasajeros reales y los necesarios para que el sistema se autofinancie.

Pero tras seis meses de servicio, en los que se han realizado análisis comparativos de datos diarios, se ha llegado a pensar en la consolidación del servicio con optimismo, en el sentido de que se alcanzará este umbral mínimo necesario. Hasta que esto se consiga, el ayuntamiento ha apostado por la mejora del servicio, concediendo una subvención a cada licencia adherida al taxi por turno realizado, para compensar las posibles pérdidas producidas.

#### CLAVES DEL ÉXITO

- Se ha contado con la **participación de los habitantes** de los núcleos potencialmente beneficiarios.
- Se han realizado **encuestas** para conocer la viabilidad del servicio.
- Se han **aprovechado los recursos existentes** con anterioridad a la puesta en marcha de la iniciativa (conductores, telefonistas, vehículos y centros de control de la Asociación Profesional de Taxistas de la Villa de Candelaria).
- Se ha **trabajado de manera coordinada** con diferentes concejalías que han prestado la ayuda de personal especializado en tareas de diseño gráfico, desarrollo rural y comunicación.
- El proyecto posee amplias **perspectivas de aplicación práctica** en la mayor parte del territorio insular.

#### CONCLUSIONES

Esta iniciativa pone de manifiesto las **ventajas y beneficios del transporte público** en términos de menor consumo energético, menor contaminación y menor ocupación de espacio público por pasajero transportado. A esto se suma la integración de las personas de movilidad reducida en la red general de transporte público, fomentando la vida independiente de estas personas.

Este proyecto define un sistema de transporte público sostenible basado en **equilibrar y ajustar la oferta del servicio a la demanda** en cada una de las líneas de taxis. Esto se consigue mediante el desarrollo de tecnologías que **identifican la demanda en tiempo real** y lanzan la oferta de taxis necesaria para cubrirla.

Las Islas Canarias presentan similares condiciones de marcada orografía y elevada dispersión de los núcleos de población, por lo que muchas zonas de medianías y zonas altas se ven desprovistas del transporte público o afectadas por una frecuencia de paso insuficiente.

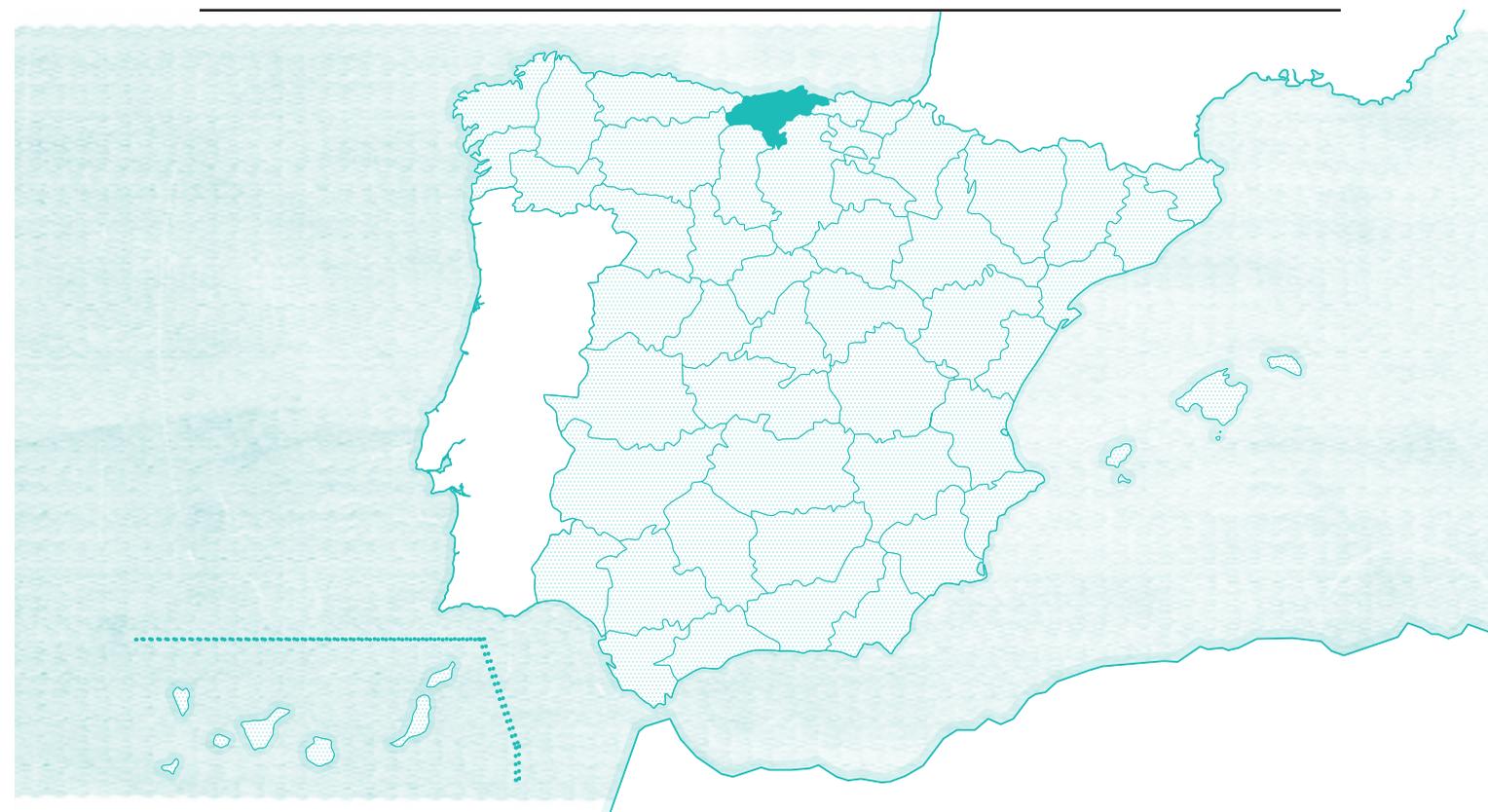
Este proyecto posee amplias perspectivas de aplicación práctica en la mayor parte de los territorios insulares, además de poder extenderse a otras comunidades autónomas que presenten similares características. Cabe reseñar que el Cabildo Insular de Tenerife ha impulsado este proyecto, presentado por el Ayuntamiento de Candelaria, para desarrollarlo como experiencia piloto que luego se pueda extender a otros municipios de la isla y del archipiélago. Así, este proyecto piloto permitirá trasladar el modelo de la red de taxis accesibles compartidos a otros municipios, tomando como modelo su software, sus sistemas de información y su metodología.

Se prevé una **continuidad del servicio** debido al gran éxito que está teniendo entre los ciudadanos y visitantes del municipio. Para ello se ha firmado un convenio con los taxistas para desarrollar el servicio durante los próximos 4 años, con previsión de futuras ampliaciones. Es por esto que actualmente se están tramitando nuevas solicitudes de subvenciones para la ampliación de las plazas en el resto de vehículos de taxi. Actualmente existen veintiuna licencias de taxi en Candelaria, de los cuales siete son Euro-Taxis accesibles, que son los encargados de llevar a cabo este pionero sistema de transporte.

06

# ACTIVA-T: PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

CANTABRIA



## RESPONSABLE

*Fundación Patronato Europeo del Mayor y de la Solidaridad Intergeneracional (Fundación PEM)*

Presidente: Modesto Chato de los Bueys

Responsables de la iniciativa: José Ramón Navarro Bragado y Myriam Burgaleta Jiménez

Lealtad 13, principal dcha

39002, Santander-Cantabria

T. 942 22 89 22 / F. 942 22 89 93

fiapam@unate.org

www.fundacionpem.org

19%

Tasa de envejecimiento\*

## LUGAR

Cantabria está dividida en diez comarcas, contando con un total de **102 municipios**, que integran a su vez varias poblaciones.

La implementación del programa *Activa-T* en el ámbito rural cántabro se ha circunscrito, en sus primeros cinco años de vida, a once localidades de seis comarcas cántabras: Santillana del Mar (Comarca Costa Occidental), Cabezón de la Sal (Comarca Saja-Nansa), Suances, Bárcena de Pie de Concha, San Felices de Buelna y Viérnoles (Comarca del Besaya), Mataporquera (Comarca de Campoo-los Valles), Renedo de Piélagos y Villanueva de Villaescusa (Comarca de Santander), y Solares y Galizano (Comarca de Trasmiera).

Cinco de estas once localidades tienen menos de dos mil habitantes (Bárcena de Pie de Concha, Galizano, Mataporquera, Viérnoles y Villanueva de Villaescusa) y seis tienen un carácter intermedio, entre dos mil y ocho mil quinientos habitantes (Cabezón de la Sal, Renedo de Piélagos, San Felices de Buelna, Santillana del Mar, Solares y Suances).

## OBJETIVOS GENERALES

- Fomentar el **envejecimiento activo y saludable** en términos de optimización de potencialidades y de mejora de la calidad de vida.
- Impulsar, en todos los ámbitos, la **continuidad de la participación activa** de las personas mayores en el seno de sus comunidades.
- Promover una **imagen más realista y ajustada del colectivo de personas mayores**, acorde con el importante papel que desempeñan para sus familias y sus comunidades.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Incrementar la oferta local de iniciativas de carácter preventivo** dirigidas a mejorar la calidad de vida y la calidad del proceso de envejecimiento en las personas mayores del medio rural de Cantabria.
- Proporcionar **recursos y estrategias de autocuidado** que contribuyan a mejorar los patrones de envejecimiento desde una perspectiva de salud integral.
- Animar a las personas mayores a incorporar estilos de vida más saludables, para evitar la pérdida de habilidades y capacidades.
- Ofrecer a las personas mayores espacios de participación que incrementen su presencia como sujetos activos y participativos en sus comunidades.
- Mejorar la autoestima de las personas mayores y favorecer una mejor aceptación de sí mismos y una óptima adaptación al proceso de envejecimiento.

\* La Tasa de envejecimiento indicada se corresponde con el promedio de la Tasa de envejecimiento de los municipios donde se lleva a cabo el proyecto. Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El programa *Activa-T* es una de las tres grandes líneas de trabajo que integran la estrategia de intervención de la Fundación PEM. Se fundamenta en el principio de que es posible intervenir en los patrones de envejecimiento con carácter preventivo, de tal forma que una mayor longevidad vaya acompañada de una mayor calidad de vida, salud y bienestar.

Se trata de un programa de carácter permanente que, año a año, desarrolla una serie de proyectos y actividades destinados a un número mayor o menor de beneficiarios, dependiendo de los apoyos públicos y privados obtenidos por la fundación.

Desde el punto de vista metodológico, el programa *Activa-T* tiene un **carácter activo y participativo**. A su vez, está dotado de un elevado componente motivacional; ya que se anima a los beneficiarios a que sean los protagonistas de su propio proceso de envejecer, incorporando pautas y estrategias de autocuidado y siendo, en definitiva, más activos.

Las actividades que integran el programa siempre están adaptadas a las características del colectivo al que van dirigidas. Durante estos cinco años el programa ha incluido una amplia gama de actividades en el ámbito rural. Así, se han llevado a cabo veintiuna actividades diferentes, con diversos formatos:

- Talleres de **entrenamiento cognitivo** y talleres de **entrenamiento y mantenimiento de memoria**.
- Talleres para la promoción de estilos de **vida saludables y calidad de vida** en personas mayores, como talleres de salud mental, talleres de relajación, talleres de medicina natural, talleres de motricidad y talleres de risoterapia.
- Campañas para la promoción de **hábitos saludables** y para la **prevención de patologías incapacitantes** en personas mayores; incluyendo conferencias sobre alimentación, ejercicio físico, higiene, relaciones sociales, participación social, estimulación cognitiva, tabaco y alcohol, sueño y descanso, medicación, revisiones médicas, etc.
- Ciclos de conferencias de **divulgación sobre la Europa comunitaria** (actividad que se lleva a cabo todos los años y que ha incluido una amplia variedad de temas).
- **Talleres y excursiones medioambientales y campañas** para impulsar la participación de los mayores en la gestión medioambiental.

El programa cuenta con los apoyos privados de la Obra Social de Caja Madrid, La Caixa, Caja Cantabria y Bancaja así como de la Fundación Rapala. Igualmente, el Gobierno de Cantabria a través de la Consejería de Empleo y Bienestar Social, la Consejería de Medioambiente, la Consejería de Desarrollo Rural, Ganadería, Pesca

y Biodiversidad y la Consejería de Sanidad, junto con el Ministerio de Sanidad y Política Social (a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales-IMSERSO), apoyan las iniciativas del programa *Activa-T*.

La implementación de las actividades de la Fundación PEM, al no disponer de locales propios, implica la **búsqueda de colaboración por parte de asociaciones o grupos de mayores locales**. Esta colaboración, que contribuye a una optimización de los recursos locales disponibles, se basa en:

- La **cesión puntual de un espacio** y sus equipamientos.
- La **difusión de la iniciativa a nivel local**.
- La disposición de **información sobre la actividad** para aquellas personas que estén interesadas en tomar parte.
- El apoyo a la ejecución y seguimiento de la actividad.

## RECURSOS

### *Recursos Humanos*

En la actualidad, el programa es gestionado por un técnico, licenciado en ciencias de la educación y especializado en intervención con personas mayores, con el apoyo de un administrativo.

La ejecución de las distintas iniciativas que durante estos años se han puesto en marcha en el marco del Programa *Activa-T* ha sido responsabilidad de profesionales colaboradores externos de la fundación. Dada la heterogeneidad del programa de actividades, los colaboradores proceden de diversos ámbitos; como la sanidad, la psicología, la sociología, la biología, la psicomotricidad, las ciencias políticas, la medicina natural, etc. En todos los casos los colaboradores cuentan con experiencia en el trabajo con personas mayores.

### *Recursos Materiales*

Cada una de las actividades desarrolladas durante estos años precisa de materiales específicos. Así, los talleres de memoria y entrenamiento cognitivo requieren de fichas de trabajo reunidas en torno a un «dossier del alumno».

En los diversos ciclos de conferencias y en los talleres con un carácter más expositivo se han entregado, a criterio del monitor-colaborador, fotocopias y otro material complementario, como publicaciones, trípticos, etc. Los responsables de estos ciclos apoyan generalmente sus intervenciones en presentaciones de *Power Point* o en transparencias.

En los talleres de carácter más práctico (como psicomotricidad, relajación o risoterapia) las actividades desarrolladas requieren de material específico: bastones de goma espuma, colchonetas, pelotas y balones de goma, globos, etc.

### *Recursos económicos*

Los recursos propios que aporta la fundación son complementados con subvenciones públicas y privadas. Al no ser subvenciones de carácter nominativo, el programa no dispone del mismo presupuesto todos los años, lo que se traduce en un impacto variable en cuanto a número de actividades y beneficiarios.

**Presupuesto:** el presupuesto del programa *Activa-T* en el ámbito rural, durante los últimos cinco años, ha sido próximo a los 168.000€.

**Financiación:** los proyectos que se llevan a cabo en el marco del programa *Activa-T* son cofinanciados por organismos privados (obras sociales) y públicos (como el IMSERSO y el Gobierno de Cantabria a través de varias consejerías), así como con recursos propios de la Fundación PEM.

**Plan de viabilidad:** conscientes de las características socio-económicas de muchos de los beneficiarios, la participación en las actividades siempre ha sido gratuita. Si bien la fundación aporta a cada una de las iniciativas recursos propios, carece de capacidad para autofinanciar dichas iniciativas en su totalidad, motivo por el cual la ejecución de los distintos proyectos que se llevan a cabo anualmente, así como su continuidad en el tiempo, está supeditada a la consecución de cofinanciación y apoyo público o privado.

Aún no teniendo garantizados los respaldos externos, el trabajo y experiencia de la fundación y el impacto de sus intervenciones durante estos años, han ayudado a conseguir una cierta regularidad de los apoyos externos, contribuyendo a la continuidad del programa.

Al tratarse de un programa con un carácter dinámico, abierto a las inquietudes del colectivo beneficiario y a las de los propios colaboradores, las propuestas van cambiando de unos años a otros, siempre con el objetivo común de promover el envejecimiento activo y fomentar la presencia de los mayores en sus comunidades.

## PUESTA EN MARCHA

Aunque el programa *Activa-T* surgió en el año 2005, y los distintos proyectos en torno a él se han ejecutado entre 2005-2009, representa una continuidad del trabajo que la Fundación PEM inició en el año 2003 con la incorporación de nuevos recursos humanos. Esto supuso un salto cualitativo en las actividades que hasta entonces se habían desarrollado, pues se incorporó una línea de trabajo específica en torno a proyectos de intervención social con personas mayores en toda la región.

El trabajo desarrollado en 2003 y 2004, que se podría considerar como los antecedentes del programa *Activa-T*, sirvió para ganar experiencia en el trabajo con personas mayores y para orientar en la toma de decisiones con respecto al tipo de proyectos a incluir en el programa *Activa-T*.

## SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Los diversos proyectos y actividades están sometidos a un **seguimiento permanente y a una evaluación continua** que permite ajustar, de forma flexible, la actividad a lo inicialmente planificado e introducir, si fueran necesarias, modificaciones y mejoras.

La **evaluación final** de cada actividad se lleva a cabo a partir de las aportaciones de los beneficiarios, los colaboradores y el técnico coordinador. Para ello la fundación dispone de fichas específicas de evaluación para cada uno de ellos (cuestionarios estructurados):

- La **ficha de evaluación para los beneficiarios de la actividad** es un cuestionario de preguntas cerradas y recoge información de carácter cualitativo sobre el material entregado, el desempeño del colaborador responsable, el contenido de la actividad y el aprovechamiento personal, así como una valoración general de la actividad en su conjunto. Un último apartado está reservado a observaciones y sugerencias de mejora y aportaciones para iniciativas futuras. El cuestionario es anónimo, debiendo indicar sólo edad y sexo.
- La **ficha de evaluación para los colaboradores es un cuestionario** que recoge tres apartados con preguntas cerradas y un cuarto apartado de valoración personal abierto. El primero está destinado a la valoración del aprovechamiento personal de los beneficiarios (participación, interés y satisfacción), y a la pertinencia de la actividad en la localidad donde se ha llevado a cabo. El segundo de ellos es para evaluar los recursos materiales y técnicos que se han empleado en la actividad concreta. El tercero valora la coordinación y comunicación con la Fundación PEM. Por último, el cuarto apartado está destinado a que el colaborador valore la actividad en su conjunto e indique posibles mejoras y sugerencias para iniciativas futuras.
- La **ficha de evaluación interna es cumplimentada por el coordinador del proyecto** y recoge información económica de la actividad (presupuesto ejecutado y presupuesto cofinanciado, valoración económica, valoración de los resultados obtenidos y eficiencia de los recursos empleados), información sobre los recursos humanos materiales y técnicos que han intervenido en su ejecución, información sobre los beneficiarios, evaluación sobre las actividades desarrolladas, evaluación de los resultados y, por último, valoración general de la ejecución del proyecto.

## PRINCIPALES RESULTADOS

- La Fundación PEM ha afianzado un programa permanente de **promoción del envejecimiento activo y saludable**.

- Ha habido un **incremento a nivel local de la oferta de actividades** de carácter preventivo y de fomento del envejecimiento activo dirigidas a personas mayores.
- Se ha promovido el **acceso y la implicación activa de las personas mayores** en actividades de formación e información en las que hasta ahora su presencia había sido poco representativa, como en el caso de las iniciativas de educación y sensibilización ambiental y de las iniciativas de divulgación sobre la Europa comunitaria.
- Los beneficiarios de las actividades conocen la **importancia de la prevención** y disponen de **recursos y estrategias de autocuidado** para mejorar su calidad de vida y su autonomía.
- El programa ha contribuido a promover a nivel local y regional una imagen más realista de las personas mayores y a afianzar su rol como colectivo activo, participativo e implicado en sus comunidades.
- Se han establecido **líneas de colaboración con organizaciones y asociaciones** de personas mayores de la región.

## DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad en el desarrollo y mantenimiento del programa es la **financiación**. Esta dificultad es cada vez mayor debido a que cada año se incrementa el número de entidades que presentan sus proyectos a las mismas convocatorias de ayudas que la Fundación PEM, no pudiendo concretarse cuántos apoyos se van a lograr o cuántos proyectos inicialmente programados se van a llevar a cabo.

En ocasiones los requerimientos de las entidades cofinanciadoras relativas a los presupuestos de los proyectos (en particular las limitaciones que establecen para algunas partidas presupuestarias) obligan a redefinirlos y conllevan serias dificultades para su ejecución. De la misma forma, el límite de cofinanciación que algunas convocatorias establecen (en determinados casos no se llega a cofinanciar más del 50% del coste total del proyecto), dificulta considerablemente el poder presentar propuestas y ampliar el número de intervenciones.

**Al inicio del programa, la búsqueda de asociaciones y organizaciones de mayores colaboradoras en la ejecución de proyectos** (cesión de instalaciones y aporte de recursos, colaboración en el seguimiento, etc.) conformaba cierta dificultad. Esta dificultad está actualmente superada, al haberse constituido una importante red de entidades que colaboran con la fundación.

Los cambios del personal en la fundación han supuesto un esfuerzo adicional de reestructuración y redirección del trabajo, pero no han afectado a las tareas que lleva a cabo el programa *Activa-T*.

### CLAVES DEL ÉXITO

Uno de los elementos que ha contribuido al éxito del programa es que éste ha apostado por **acercar actividades e iniciativas novedosas para los mayores y las asociaciones de mayores de localidades del ámbito rural**, aspecto que ha sido reconocido por las entidades que han cofinanciado los proyectos. De la misma forma, **la equilibrada relación entre el coste de las actividades y su impacto** en cuanto número de beneficiarios (personas mayores del medio rural) ha contribuido a conseguir cada año apoyos para mantener el programa.

Otro aspecto particularmente importante ha sido el **trabajo en red y la experiencia de colaboración con asociaciones de mayores**. Esto ha permitido orientar decisiones relativas a futuras intervenciones (las inquietudes, necesidades e intereses de los beneficiarios de las actividades sirven de referencia a la hora de definir el programa de actividades del año próximo) así como afianzar una metodología de trabajo que facilita la puesta en marcha y el monitoreo de los proyectos.

Por último, las personas que han tomado parte en las iniciativas se caracterizan generalmente por ser activos y participativos, lo que contribuye a la dinámica y desarrollo de las actividades y al éxito de las mismas.

### CONCLUSIONES

El programa *Activa-T* ha buscado **fomentar la calidad de vida en las personas mayores**, contemplando aquella como un indicador del buen envejecer. La intervención con mayores en el marco del programa parte de un enfoque de ciclo vital, concibiendo el **envejecimiento como un proceso dinámico que acontece a lo largo de toda la vida**. Esta concepción ha posibilitado que las personas que aún no están inmersas en esta etapa vital puedan participar en las actividades y adquirir habilidades, destrezas y pautas de comportamiento que contribuirán a un mejor envejecimiento y a una mejor adaptación al «proceso de envejecer».

El alcance del programa *Activa-T* en localidades del ámbito rural ha posibilitado a los beneficiarios acceder de forma gratuita a iniciativas novedosas y heterogéneas, específicamente planificadas para ellos. Estas actividades contribuyen a dinamizar y cohesionar al colectivo local de personas mayores.

La **colaboración y el apoyo entre instituciones**, tanto a nivel de cofinanciación como en la realización efectiva de las actividades, ha conseguido que el programa ofrezca año a año un elenco de iniciativas relativamente estable.

Se espera que el desarrollo del catálogo de servicios del Sistema para la Autonomía Personal y la Atención a la Dependencia en la región incluya en un futuro una línea específica de cofinanciación para programas de carácter preventivo dirigidos a personas mayores. Así mismo, la Fundación PEM se plantea para un futuro, incluir iniciativas de carácter intergeneracional en el programa.

07

# PROGRAMA **VIVIR** EN **CASA** CON CALIDAD: **SERVICIOS DOMICILIARIOS**

CASTILLA Y LEÓN *Valladolid*



## **RESPONSABLE**

*Centro para el Desarrollo Rural «EL SEQUILLO»*  
COCEDER  
Directora del c.d.r. «El Sequillo»: Esmeralda  
Martínez Martínez. Trabajadora Social  
c/ Mayor 4 / 47830 Tordehumos (Valladolid)  
T. 983 39 33 23 / 983 71 45 86  
cdrsequillo@wanadoo.es

*Confederación de Centros de Desarrollo Rural (COCEDER)*  
Director Gerente: Juan Manuel Polentinos Castellanos  
Responsable Área Social: M<sup>a</sup> José Illera Suárez  
c/ Fuente el Sol, 2 – entreplanta / 47009 Valladolid  
T. 983 37 12 79 / F. 983 20 18 64  
www.coceder.org  
info@coceder.org

26%

Tasa de envejecimiento\*

## LUGAR

Este proyecto se lleva a cabo en los treinta pueblos vinculados al **Centro de Acción Social de Medina de Rioseco (Valladolid)**: Aguilar de Campos, Barcial de la Loma, Berrueces, Cabrereros del Monte, Castromonte, La Mudarra, La Santa Espina, Medina de Rioseco, Montealegre, Moral de la Reina, Morales de Campos, Palacios de Campos, Palazuelo de Vedija, Pozuelo de la Orden, San Pedro de Latarce, Santa Eufemia del Arroyo, Tamariz de Campos, Tordehumos, Uruña, Valdenebro de los Valles, Valverde de Campos, Villabrágima, Villafrachós, Villagarcía de Campos, Villalba de los Alcores, Villamuriel de Campos, Villanueva de los Caballeros, Villanueva de San Mancio, Villardefrades y Villavellid.

En estos treinta pueblos, el colectivo de mayores de 64 años asciende a 3.189 personas sobre una población de 12.304 habitantes, de los cuales 1.030 tienen 85 años o más.

## OBJETIVO GENERAL

- Proporcionar **atención y apoyo de carácter personal, doméstico y social** a las personas mayores y sus familiares para facilitar su permanencia en sus domicilios y entornos habituales, mejorando su calidad de vida a través de **servicios de proximidad que atiendan y prevengan la dependencia**.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Acercar servicios básicos de **peluquería y podología** a las personas mayores, para responder a sus necesidades de cuidado personal, que mejoren su calidad de vida.
- Proporcionar servicios de **lavandería y catering**, con el objeto de prevenir posibles accidentes y proporcionar una dieta equilibrada a las personas mayores.
- Facilitar un **servicio de transporte adaptado** a las necesidades de los mayores, apoyado por voluntarios sociales que realicen tareas de acompañamiento.
- Incrementar las relaciones sociales de los mayores dependientes a través de un **servicio de compañía voluntaria** que favorezca las actitudes solidarias y facilite su integración y participación social, favoreciendo el descanso de los cuidadores.
- Proporcionar un **servicio de ayuda a domicilio** a las personas mayores y sus cuidadores en caso de emergencia.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

*Vivir en casa con calidad* es un programa de multiservicios que pretende satisfacer las necesidades básicas de las personas mayores sin que tengan que abandonar su domicilio y su entorno comunitario.

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

La metodología utilizada se caracteriza, además de por la flexibilidad, innovación, integralidad y participación, por utilizar:

- un **enfoque comunitario**, fomentando la activación y movilización de los recursos existentes en el territorio, tanto de infraestructuras como humanos.
- el **«empoderamiento»** como estrategia; dando especial importancia a la participación, la implicación del voluntariado social y de las asociaciones del sector con las que se cuenta para el desarrollo del proyecto.
- la **investigación-acción-participación**, por estar en continua adaptación a las demandas.

El servicio de ayuda a domicilio, incluido actualmente en el programa *Vivir en Casa con Calidad*, se concibe desde un nuevo modelo organizativo, adaptándose a las circunstancias específicas del medio rural y mejorando las condiciones laborales de las personas que trabajan como auxiliares. Se pretende llegar a todos los pueblos con necesidades de atención del CEAS de Medina de Rioseco y aumentar la atención a los usuarios, incluyendo servicios de comida, lavandería, peluquería, podología y transporte a la carta.

Todos los servicios del programa son gestionados por un trabajador social del CDR «El Sequillo» previa demanda de los usuarios que lo requieren.

Los servicios de comida y lavandería complementan en algunos casos los servicios prestados desde la Diputación de Valladolid y son realizados en parte por voluntarios sociales que ven compensados sus gastos de kilometraje.

Los servicios de podología y peluquería se llevan a cabo en aquellos pueblos carentes de ellos de forma privada y que no cuentan con una asociación de personas mayores que reciba estos servicios por parte de la Federación de Jubilados y Pensionistas. Se realizan en espacios habilitados al efecto y cedidos por los ayuntamientos y las asociaciones de la zona. En situaciones de discapacidad o imposibilidad para abandonar el domicilio, los profesionales se desplazan hasta el mismo para prestar allí el servicio.

Las actuaciones que integran el programa son las siguientes:

### *Servicio de comida a domicilio*

Mediante este servicio, se distribuye comida a las personas que lo requieren. La empresa de economía social ACUDES S.A., promovida por el CDR «El Sequillo», realiza el catering. El reparto de comida se realiza diariamente por **voluntarios sociales**, antes de las 13:30 horas (excepto los domingos que se lleva conjuntamente con la del

sábado), con un coste de 7€/persona por la comida y 4€/persona por la cena. En el caso de dos personas o más en el mismo domicilio el coste es de 6,50€/persona por la comida y 3,50€/persona por la cena.

#### *Servicio de lavandería a domicilio*

El servicio, realizado por voluntarios sociales, consiste en la recogida de la ropa que los usuarios necesiten lavar y su posterior reparto a domicilio, con un coste de 40€/mes (10€ por semana).

#### *Servicio de podología*

Para la puesta en marcha del servicio es necesaria una demanda mínima de cuatro o cinco personas del mismo municipio. Se da aviso al podólogo colaborador, que es el mismo profesional que trabaja en la zona junto a la Federación de Jubilados y Pensionistas, para que preste el servicio de podología básica. El importe que se cobra a los usuarios es el mismo que tiene marcado la Federación de Jubilados y Pensionistas, que cubre íntegramente el trabajo del profesional que realiza el servicio, externo a la asociación. El material es aportado por el propio podólogo (con los requerimientos de higiene y salubridad oportunos) y el CDR «El Sequillo» se encarga en cada ocasión de llevar una camilla portátil.

#### *Servicio de peluquería*

Se lleva a cabo gracias a la colaboración de dos peluqueras residentes en el área del proyecto. Una vez recibida una demanda mínima de cuatro o cinco personas en un mismo municipio, se da aviso a la peluquera correspondiente para que preste el servicio. El coste varía entre 5 y 20€. El material es aportado por la propia peluquera, aunque el lavacabezas y el secador de casco han sido cedidos por el CDR «El Sequillo».

#### *Servicio de transporte a la carta*

Se lleva a cabo con la colaboración de taxistas de la zona que transportan a los mayores para que puedan acceder a los servicios básicos de otros municipios; siempre dentro de la comarca de Medina de Rioseco. La tarifa es menor que la habitual (0,45€/Km, de los que el usuario paga únicamente 0,19€/Km, el resto corre a cargo del CDR «El Sequillo») y la forma de pago es a través del propio CDR, que abona el total del viaje directamente al taxista y cobra posteriormente a los usuarios por domiciliación bancaria. El servicio se solicita telefónicamente y con antelación; el trabajador social del CDR «El Sequillo» es quien avisa al taxista más adecuado según el recorrido a realizar. En todo caso se procura rentabilizar los viajes compartiendo el taxi entre varios

usuarios, siempre que sea posible. Existen también voluntarios, incluidos en el programa de compañía voluntaria que ahora se extiende fuera del ámbito del hogar, que acompañan a aquellas personas mayores que no se puedan valer por sí mismas.

#### *Servicio de auxiliares de ayuda a domicilio*

Consiste en la atención personal y la realización de tareas domésticas por parte de auxiliares cualificados. Es un servicio pensado para cubrir necesidades puntuales de los futuros usuarios hasta que se tramita su petición de ayuda a domicilio a través del CEAS.

#### *Servicio de acompañamiento voluntario*

Consiste en prestar apoyo a personas mayores en traslados a algún servicio básico a otro municipio y hacer compañía en el domicilio a mayores que viven solos o dependientes que viven con un familiar.

#### **RECURSOS**

Para el desarrollo del programa se precisa:

- un **trabajador social** que actúa como coordinador técnico del programa.
- un **auxiliar administrativo** de los servicios, que colabora en la tramitación y lleva la contabilidad.
- **voluntarios**, encargados de repartir los menús a los diferentes usuarios y de realizar un seguimiento del estado físico, psicológico y social de los mismos. Se cuenta además con un grupo de voluntarios que les acompañan en sus desplazamientos o en el propio domicilio.
- una **empresa de catering** que elabora y envasa la comida, organiza los menús para cada usuario y los deposita en un contenedor-nevera.
- un **podólogo** que acude a las distintas poblaciones.
- dos **peluqueras**, una para la zona este y otra para la zona oeste.
- dos **taxistas** de la zona.

En cuanto a infraestructuras para la realización de este programa se cuenta con locales cedidos por ayuntamientos o asociaciones de personas mayores, tanto para las reuniones con la población, como para llevar a cabo los servicios que se requieren, como los de peluquería y podología. Otros medios materiales utilizados son:

- Material de difusión: carteles y trípticos.
- Camilla portátil y accesorios.
- Lavacabezas portátil y secador de casco (dos unidades de cada uno de ellos).

- Vehículos de los taxistas colaboradores en el servicio de transporte.
- Coches particulares de los trabajadores.
- Coches de los voluntarios que distribuyen la comida a domicilio.
- Cocina y lavandería industrial de la empresa ACUDES, S.A.
- Recipientes para el servicio de comida condimentada.
- Neveras para el transporte de los menús diarios.

El presupuesto con el que se cuenta asciende a unos 50.000€ anuales, excluyendo los ingresos y gastos de los servicios que pagan directamente los usuarios de peluquería y podología.

La partida de ingresos comprende los realizados por los usuarios, así como las subvenciones de entidades públicas y privadas. Este proyecto recibió uno de los **premios sociales de la Obra Social de Caja España 2006**, siendo por ello subvencionado por dicha entidad durante un año, hasta abril de 2008. Durante el año 2009 el servicio se financió a través del Programa Integral de Desarrollo Rural que solicita el C.D.R. «El Sequillo» a la convocatoria del 0,52% del MTAS, una subvención de Bancaja, así como con el **copago** de los servicios por los usuarios.

En concepto de gastos se incluye el derivado del personal (trabajador social, personal administrativo y auxiliares de ayuda a domicilio), desplazamiento del personal voluntario y del coordinador del programa, gastos de comunicación, transporte de usuarios (servicio de taxi) y servicio de catering.

#### PUESTA EN MARCHA

Los inicios del servicio de comida a domicilio se remontan al año 1991, cuando el CDR «El Sequillo» puso en marcha el Proyecto Ocupacional basado en los **Nuevos Servicios Sociales**, subvencionado por el Ministerio de Asuntos Sociales a través de COCEDER. Se pretendía llegar a todos los pueblos del CEAS de Medina de Rioseco (Valladolid) con necesidades de atención, contasen o no con auxiliares de ayuda a domicilio, y complementar la atención a los usuarios. Actualmente el servicio de ayuda a domicilio está incluido en el programa *Vivir en Casa con Calidad*, que inició el CDR «El Sequillo» en Mayo de 2007.

Para la puesta en marcha del programa se hicieron reuniones en todos los pueblos de la zona de «El Sequillo» y se contactó con las asociaciones de personas mayores, grupos de voluntariado social, alcaldes, médicos, profesionales del CEAS y profesionales de los servicios que incluye el programa, para darles a conocer la iniciativa e implicarles en el proyecto. Se entrevistó y envió información del programa a todos los usuarios de ayuda a domicilio, respiro familiar y teleasistencia de la zona, para

darles a conocer el programa, analizar la demanda de los servicios propuestos y conseguir la colaboración de ayuntamientos, asociaciones y profesionales.

Hechos los acuerdos necesarios con los profesionales, y una vez adquirido el material y realizada la cesión de los espacios, los servicios se pusieron en marcha.

#### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Para la evaluación del proyecto, se entrega un cuestionario a los municipios, a los representantes de ayuntamientos y asociaciones, a los usuarios de los servicios y a los trabajadores del CEAS. Los resultados obtenidos se recogen, analizan e interpretan, teniéndolos en cuenta a la hora de realizar modificaciones y con el fin de detectar posibles necesidades que puedan surgir durante su desarrollo futuro.

El trabajador social del programa gestiona los servicios, en contacto directo tanto con usuarios, como con profesionales y entidades colaboradoras del mismo, por lo que el seguimiento es continuo. Esto sirve para realizar las modificaciones oportunas que facilitan el acceso al mayor número posible de usuarios, con el mayor índice de satisfacción posible.

#### PRINCIPALES RESULTADOS

En este último año el programa *Vivir en Casa con Calidad* ha llegado a diecinueve pueblos de la comarca y han disfrutado de alguno de sus servicios 219 personas diferentes (145 de ellas, en más de una ocasión). Todos los usuarios del programa han manifestado estar muy satisfechos con el mismo.

El servicio de peluquería ha sido utilizado por 95 personas y el de podología por 94. El de comida a domicilio ha satisfecho la demanda de 25 usuarios, implicándose además un número suficiente de voluntarios en la distribución de la comida. En este periodo ha sido atendido un caso de ayuda a domicilio (atención personal y doméstica) a través de la asociación mientras que el servicio de compañía ha llegado a 15 personas. La prestación de transporte se ha convertido en una herramienta casi indispensable y ha sido usada con asiduidad por un grupo de 4 personas; pudiendo así realizar compras, ir al centro de salud, a rehabilitación o realizar gestiones dentro de la comarca.

El programa se ha integrado perfectamente en los municipios donde se lleva a cabo algún servicio de forma regular, pasando a ser una faceta más del pueblo y de los servicios para la población. Ha permitido mantener y mejorar el empleo de los profesionales que intervienen en la prestación de servicios, aprovechando y dotando de recursos (camilla portátil, lavacabezas, secador de pelo) a los locales que se utilizan para otras actividades.

El proyecto también ha recibido una **valoración muy positiva** por parte de los responsables locales, las familias de las personas mayores dependientes, los trabajadores sociales del CEAS y las personas mayores en general, por el apoyo que les han prestado para poder permanecer en su domicilio y entorno comunitario.

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Las principales **dificultades** han sido de **carácter económico**. Sin el apoyo de las entidades que subvencionan el proyecto, habría sido imposible poder mantenerlo. Actualmente se cuenta con una subvención del Ministerio de Sanidad y Política Social, a través de COCEDER, y con otra de la Obra Social Bancaja.

Uno de los grandes retos del programa ha sido diseñar un nuevo modelo organizativo, adaptado a las circunstancias específicas del medio rural y mejorando las condiciones laborales de las personas que trabajan como auxiliares.

#### CLAVES DEL ÉXITO

Se ha conseguido cubrir necesidades sociales básicas de la población mayor, con la puesta en marcha de los servicios de proximidad que incluye el proyecto, mejorando así su calidad de vida y la de sus familias, y permitiendo a las personas mayores permanecer en su domicilio. Esto contribuye, por otro lado, al desarrollo del medio rural a través de la creación y mantenimiento de puestos de trabajo (auxiliares de ayuda a domicilio, una cocinera, una peluquera, un podólogo, taxistas, proveedores de mercancías) y nuevos servicios de proximidad.

La comunidad en general se considera beneficiaria, en la medida que este proyecto ha proporcionado una respuesta a las necesidades de la población.

#### CONCLUSIONES

La organización del servicio de ayuda a domicilio y la incorporación del servicio de catering, supuso una **innovación a nivel provincial y regional**, siendo la primera experiencia de estas características en el medio rural.

El proyecto ha cubierto necesidades básicas de alimentación, higiene y salud de la población mayor, por lo que en la actualidad el programa se sigue realizando en todos los pueblos en los que comenzó y además en otros cuyos ayuntamientos y población en general apoyan la iniciativa.

El servicio de transporte se ha convertido en una herramienta muy útil para un grupo de personas reducido que lo utiliza con asiduidad. En un futuro se trabajará para conseguir una mayor difusión del mismo y por tanto una mayor utilización por parte de la población, ya que se considera algo necesario para evitar el aislamiento

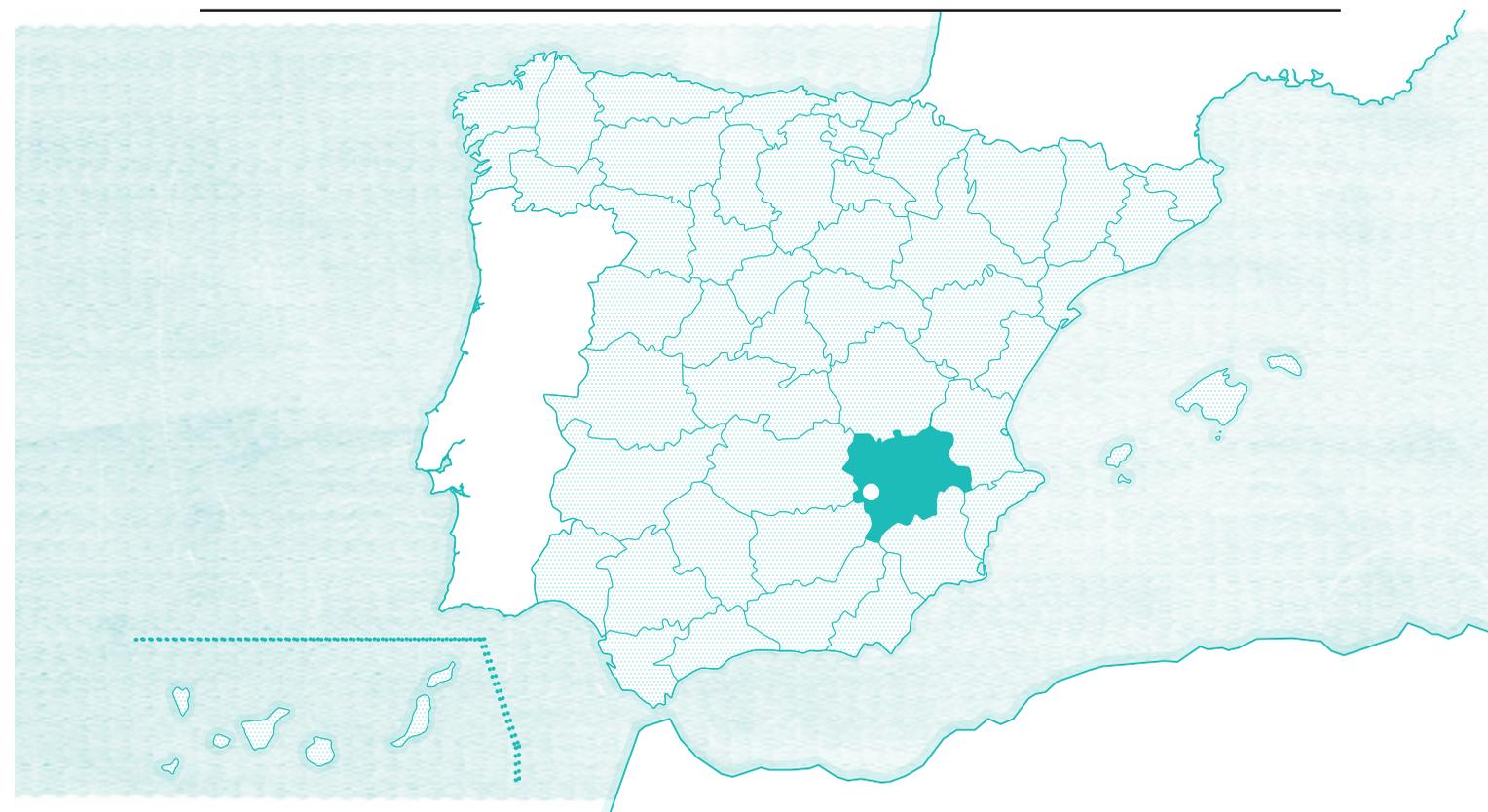
de las personas y para prevenir situaciones de dependencia en la realización de tareas que precisen el desplazamiento a otros municipios de la comarca o la utilización de servicios básicos.

Debido al éxito del proyecto el objetivo es seguir desarrollándolo, siempre que se cuente con el apoyo de las subvenciones para poder mantenerlo y ampliarlo.

08

# SERVICIO DE COMIDAS A DOMICILIO EL PUCHERO S.L. SIERRA DE **ALCARAZ-MONTIEL**

CASTILLA - LA MANCHA *Albacete*



**RESPONSABLE**

Comidas El Puchero S.L.

María Hernández Martínez, Luis Alfonso Auñon Hernández y Pedro Jesús Auñon Hernández

El Real, 57 bajo

El Bonillo, 02610 (Albacete)

T. 967 370 332 / 637 435 421 / 661 775 546

[www.cateringpuchero.com](http://www.cateringpuchero.com)

[comidaselpuchero@hotmail.com](mailto:comidaselpuchero@hotmail.com)

19%

de la población  
mayor de 65 años\*

### LUGAR

Comidas El Puchero s.l. realiza su actividad en la Comarca del Campo de Montiel en los municipios de El Bonillo, Munera, Lezuza, El Ballestero, Ossa de Montiel y Tiriez (entre todos ellos suman una población de aproximadamente 3.000 habitantes mayores de 65 años).

### OBJETIVOS

El principal objetivo es la creación de una empresa en la que se preste un servicio para personas mayores, innovador en la comarca, que permita crear y mantener **puestos de trabajo fijos para mujeres en edad avanzada** que no tienen fácil acceso laboral en el medio rural.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ayudar a mantener una cierta independencia de los usuarios que permanecen en sus hogares.
- Proporcionar una **alimentación sana, equilibrada y variada**.
- Establecer **vínculos afectivos** entre los usuarios y los trabajadores del programa, que los visitan y se preocupan por ellos.
- Dar una cierta seguridad a las familias de los usuarios, al asegurarse una **visita diaria al domicilio**.
- Descargar a los Servicios Sociales de tareas primarias de cuidado (alimentación y compañía), potenciando de esta forma la dedicación a tareas fundamentales relacionadas con la salud e higiene.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

Comidas El Puchero s.l. es una pequeña empresa familiar creada por María Hernández en El Bonillo que comenzó su andadura en abril del 2003. Su idea era dar un servicio de comidas a domicilio a personas que no pudiesen prepararse la comida diaria debido a su avanzada edad, discapacidad, o falta de conocimientos culinarios.

El proyecto comenzó con cinco trabajadores dando servicio a personas mayores en El Bonillo. Poco a poco, la demanda fue creciendo, aumentando el número de beneficiarios en la localidad y extendiéndose a las localidades cercanas de Ossa de Montiel, El Ballestero, Munera, Tiriez y Lezuza. En la actualidad cuentan con ciento veinte usuarios fijos y algunos discontinuos en periodos vacacionales.

El servicio de comidas a domicilio consiste en el **reparto diario de un menú formado por un primer y segundo plato, acompañado con ensalada, pan y postre**.

Los menús están adaptados individualmente a cada usuario según las necesidades específicas que presenta cada uno. La realización de los menús se lleva a cabo

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

de forma coordinada por **dietistas y médicos**. La elaboración corre a cargo de las cocineras que siguen siempre las recomendaciones de los profesionales, e intentan ajustarse a los gustos de los usuarios.

Una vez cocinados, los platos se envasan en recipientes de plástico reciclable y esterilizado que se introducen en unas bandejas de pvc isoterma que están personalizadas con el nombre y la dirección de cada usuario. Estas bandejas, una vez cerradas, mantienen la temperatura de la comida alrededor de tres horas, lo que asegura que la comida siempre llegue en perfecto estado y mantenga todas sus propiedades. Las bandejas son reutilizables ya que los usuarios las devuelven a los repartidores.

El reparto se hace con tres furgonetas isoterma. Cada una de las furgonetas realiza una ruta diferente.

En la mayoría de los casos, el propio usuario es el encargado de realizar el calentamiento de la comida que se le hace llegar, siendo labor de los auxiliares del reparto, en coordinación con el responsable de servicio, evaluar si se necesita asistencia en este sentido.

### RECURSOS

#### Recursos Humanos

- **Trabajadores de los Servicios Sociales de Campo de Montiel**, con experiencia en este ámbito. Cada pueblo tramita los expedientes a los posibles usuarios y lleva a cabo su seguimiento.
- **Médico y dietista**, que elaboran los menús en función de las necesidades de cada usuario.
- **Veterinaria**, que supervisa el estado de las instalaciones, material, envases, y el estado de las comidas, mediante revisiones mensuales e inspecciones periódicas.
- **Cocineras y repartidores**, que preparan y reparten los menús siguiendo las directrices marcadas por la empresa.

#### Recursos Económicos

Proviene de la subvención que realiza el Consorcio de Servicios Sociales, de subvenciones o aportaciones de otras administraciones públicas, y de los pagos que realizan los propios usuarios mensualmente.

### PUESTA EN MARCHA

Antes de la puesta en marcha de esta iniciativa, se realizó un análisis previo de la realidad, se estudiaron las necesidades y posibilidades de creación de empleo en los servicios de atención a los mayores de MANCOSI y la viabilidad económico-financiera para la implantación del servicio de comida a domicilio.

Una vez finalizado dicho estudio, el Consorcio de Servicios Sociales se comprometió a ofertar la prestación del servicio a todos aquellos ciudadanos que así lo requirieran y reunieran los requisitos establecidos en la Ordenanza que lo regula. Previamente dichos **beneficiarios potenciales** debían recibir una valoración positiva por parte de los **Servicios Sociales**.

Los inicios no fueron especialmente duros, aunque se trataba de una acción social novedosa. La aceptación por parte de los mayores no estaba asegurada en un principio, ya que existían ciertas reticencias a que alguien ajeno a su círculo diario les proporcionase este recurso. Por ello se adaptaron los menús a las necesidades de los usuarios, en función de las especificidades que presentasen, y se mantuvo la idea inicial de realizar comidas caseras cercanas a su dieta habitual.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

La evaluación se ha realizado tomando como indicativo el incremento en la demanda del servicio, que se analiza anualmente.

Esto ayuda a saber si se está llevando a cabo la labor correctamente, informando de las posibles dificultades que pueden presentarse en cada usuario (dificultades para masticar determinados productos, preferencia de alimentos, uso de condimentos alimenticios, dificultades en la digestión, etc.), así como realizando evaluación y seguimiento del trato recibido, adecuación de horarios y mejoras en el servicio de forma generalizada.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Actualmente Comidas El Puchero S.L. tiene ciento treinta usuarios fijos y algunos eventuales, lo que se traduce en una aceptación positiva en el entorno donde se realiza el servicio, que se encuentra en continua expansión.

El aspecto primordial es proporcionar una alimentación sana, variada, y equilibrada, con unos costes mínimos a cubrir. Debido a que el servicio se realiza de forma personalizada y los repartidores suelen ser siempre las mismas personas para cada ruta, se establece una relación de confianza que fomenta la tranquilidad de las familias respecto al cuidado de su familiar.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad en la implantación del servicio ha sido ganarse la **confianza** de la gente de los pueblos para permitir que las personas encargadas del reparto entrasen en sus hogares con la comida día a día.

Por otra parte, esta actividad se ha visto afectada por las estrictas exigencias higiénicas y de salubridad, propias del servicio que se oferta, debiendo mantener rigurosos controles tanto de los productos, como de las instalaciones donde se elaboran y envasan.

### CLAVES DEL ÉXITO

Las principales claves del éxito en la implantación del servicio han sido:

- La **calidad** de la comida.
- El **trato con los usuarios cercano y basado en una relación de confianza** y compromiso mutuos, ya que se pretende crear un clima de cordialidad y familiaridad.
- La formalidad en el servicio.
- Los **precios competitivos** ajustados a los usuarios.

### CONCLUSIONES

Este servicio de proximidad ha conseguido mejorar la calidad de vida de las personas mayores permitiendo que permanezcan en sus domicilios con una cobertura de sus necesidades básicas aseguradas.

Además, se ha creado un servicio innovador, ya que anteriormente no existía en la comarca una iniciativa de estas características.

El Puchero S.L. ha realizado un evidente esfuerzo para fomentar la creación de empleo de calidad en el medio rural, ocupando a mujeres con edades comprendidas entre los 40 y 50 años.

La continuidad de la iniciativa esta asegurada debido al progresivo envejecimiento de la población y a la necesidad que tienen las personas, cada vez más patente, de permanecer en sus domicilios el mayor tiempo posible, con una calidad de vida óptima.

09

# PROYECTO DE ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA EN EL MEDIO RURAL

CATALUÑA *Lleida*



## RESPONSABLE

*Associació l'Arada*

*Creativitat Social i Dinamització Socioambiental pel Desenvolupament Sostenible*

Cal Palà, s/n 08281 Prades de La Molsosa / La Molsosa (Lleida)

T. 660 52 85 82 / 663 83 94 65

[info@larada.net](mailto:info@larada.net)

[www.larada.net/ca/](http://www.larada.net/ca/)

Responsable del proyecto: Marina Vilaseca Puigpelat

[donaigentgran@larada.net](mailto:donaigentgran@larada.net)

## LUGAR

El ámbito de actuación del proyecto se constituye con la creación de una Agrupación de Municipios integrada por los municipios de Clariana del Cardener, Llobera, Pinós, Pinell y La Molsosa; en el sur de la Comarca del Solsonès, situada en la Cataluña Central.

## OBJETIVOS GENERALES

### *Mejorar la calidad de vida de las personas dependientes*

Mejorar la independencia de la persona mayor hacia su cuidador y/o cuidadora y reforzar el valor de la experiencia de las personas mayores en nuestra sociedad. Creación o recuperación de espacios y tiempos para su cuidado y su desarrollo vital a través de servicios de atención domiciliaria, de actividades en los locales sociales de los municipios y de transporte para su movilidad. Así mismo incidir en el sentimiento de carga que tiene la gente mayor, liberándoles del mismo al facilitar su autonomía e independencia respecto al núcleo familiar.

### *Mejorar la calidad de vida de las cuidadoras y cuidadores de personas mayores*

Dar un respiro familiar a la situación de dependencia y favorecer otras actividades de las mujeres rurales implicadas. Al tiempo, dar formación para el cuidado de las personas mayores y motivar para la profesionalización de esta tarea.

### *Fomentar el reconocimiento de los roles de la mujer rural*

Reconocer el rol de cuidadoras que por tradición han desarrollado las mujeres en las comunidades rurales, evidenciando la diferencia con los roles masculinos. Se pretende sensibilizar a la población respecto a la situación de desigualdad en cuanto a las oportunidades de desarrollo profesional y personal que esta situación de dependencia, natural en el proceso de envejecimiento, supone para la generación de mujeres que se constituye como generación soporte de la población dependiente.

### *Insertar laboralmente a las mujeres rurales*

Iniciar el cambio a partir de la inserción laboral de la mujer mediante la profesionalización de ésta tarea, y equiparación de los derechos laborales con los de los hombres. Crear una red de mujeres cuidadoras del hogar y de las personas, y motivarlas a emprender y calificarse para realizar esta función. En este espacio se creará la confianza y la aptitud para la gestión de los recursos que reforzarán los proyectos emprendedores liderados por mujeres y en el ámbito de atención a las personas mayores y con servicios adaptados a las características del territorio y de su población.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El *Proyecto de Atención a la Dependencia en el Medio Rural*, deriva de un proceso participativo llevado a cabo entre julio del 2007 y junio del 2008: *el Proyecto ESPAIS*, promovido por la *Associació l'Arada*. Dicho proyecto tiene como corolario una obra de autoría colectiva, realizada conjuntamente por la población del territorio: El Plan de Acción Integral del Solsonès (PAI), que incluye 200 propuestas de acción sujetas a implementación a fin de avanzar hacia un futuro más comunitario y sostenible.

De esta forma, el *Proyecto de Atención a la Dependencia en el Medio Rural*, se forja a partir de las propuestas del PAI y, en particular, promueve la coordinación y organización conjunta de un servicio de atención a la dependencia basado en servicios de proximidad y adaptado al mundo rural, a partir de un grupo de trabajo heterogéneo y pluridisciplinar, integrado por varias asociaciones del territorio, particulares, y las instituciones públicas de la agrupación de municipios implicados.

Los servicios ofertados a las comunidades rurales, debido a las características familiares y la asunción de los diferentes roles familiares, requieren un servicio basado en:

- la proximidad afectiva del cuidador.
- la proximidad física del servicio.
- la adaptación de las actividades al modo de vida de las zonas rurales, con la oferta de actividades destinadas a que la persona mayor se valore y sea más independiente del núcleo familiar. En los casos de menor dependencia se ofertan servicios destinados a cubrir estas necesidades, acompañando al dependiente en las tareas diarias que se consideren más importantes.

Puesto que histórica, tradicional y realmente es la mujer la que se ocupa de la atención y cuidado de la gente mayor del territorio, el citado proyecto se elabora desde una perspectiva de género. Con el fin de conseguir que los servicios de atención a la dependencia se adapten a las características del medio rural, el proyecto desarrolla estrategias para movilizar a las mujeres y familias cuidadoras, y también de visibilización y revalorización de la función social que éstas desempeñan, para conseguir la constitución de una red de mujeres. Se pretende que esta red de mujeres impulse tanto su realización personal, formación, cualificación y profesionalización, como el debido acompañamiento y tutorización de las iniciativas emprendedoras locales que éstas quieran llevar a cabo en el ámbito de servicios a las personas y, en concreto, en el ámbito de atención a la gente mayor y que se encuentra en situación de dependencia.

Así mismo, la creación de estos servicios hace posible la conciliación de la vida laboral y familiar porque hace aflorar a la superficie aquellas actividades económicas que las mujeres ya realizan, en muchos casos, sin los derechos que como

Tasa de  
envejecimiento

**3%**  
**superior**

media catalana

trabajadoras deben serles reconocidos. Por ello los servicios contribuyen a dar un respiro a la familia y a mejorar la calidad de vida de las personas.

Para entender la oportunidad que supone para las mujeres esta actuación, hay que tener en cuenta que el envejecimiento es una característica de la estructura demográfica de las sociedades occidentales, y que éste se hace más importante en las comunidades rurales, así como también sus consecuencias. La tasa de envejecimiento en la Comarca de El Solsonès, en la cual se implementa el proyecto, es un 3% superior a la media catalana, así mismo pasa con la tasa de dependencia senil. Es más, en los municipios en los que se implementa el proyecto, la tasa es superior a la media de la comarca, que oscila entre un 11% y un 27%. De ello deducimos que **cuanto más caracter rural, más envejecimiento** y, por lo tanto más población que requiere los servicios que desde el proyecto se articulan.

## RECURSOS

### Recursos humanos

Éste es el recurso fundamental del proyecto y de la metodología de trabajo que la Associació l'Arada desarrolla en su trabajo de dinamización territorial. Actualmente el Grupo de Trabajo, pluridisciplinar y heterogéneo está compuesto por:

- *Associació l'Arada*: 3 trabajadoras, 1 para los servicios, 1 coordinadora, 1 responsable del proyecto.
- *Associació de Dones del Solsonès*: 2 voluntarias
- *Teixit Rural*: 1 voluntaria
- *Fundació Món Rural*: 1 voluntaria
- *Creu Roja Solsonès*: 1 voluntaria
- *Associació d'Amics de Gent Gran de Pinós*: 2 voluntarias
- Ayuntamiento de Llobera: 1 voluntario
- Ayuntamiento de Pinós: 1 voluntario
- Ayuntamiento de Pinell: 1 voluntario
- Ayuntamiento de La Molsosa: 1 voluntario
- Ayuntamiento de Clariana del Cardener: 1 voluntario
- Personas individuales: 4 voluntarias y 1 voluntario
- *Centre Tecnològic i Forestal de Catalunya*: 1 voluntaria

En total, 3 mujeres trabajadoras y 18 personas voluntarias.

### Recursos económicos

Actualmente el proyecto cuenta con el respaldo del Servicio de Ocupación de Cataluña, que ha dotado al proyecto con una aportación de 24.735€ para la contratación de tres trabajadoras.

Además, el proyecto ha sido premiado por la Obra Social de Caixa Sabadell, en el marco de los Premios a Proyectos de Atención Social para el 2009, dotándose de 7.000€.

### Materiales e Infraestructuras

- Infraestructuras municipales de los ayuntamientos de la agrupación de municipios (sala para reuniones, centros cívicos, aulas para los talleres y servicios localizados, bibliotecas, equipos informáticos, etc.)
- Instalaciones del Centre Tecnològic i Forestal de Catalunya - CTFC. Además de las instalaciones actuales (aulas para la formación, espacio del Telecentro y despachos para el trabajo del Grupo de trabajo), el CTFC tiene previsto acoger el Vivero de Empresas a partir del 2011, espacio en el cual las iniciativas empresariales iniciadas por las mujeres tendrán un espacio físico como centro de operaciones.
- Equipos informáticos con sus complementos, para el trabajo telemático de la Asociación y de las personas del grupo de trabajo.

## PUESTA EN MARCHA

Como hemos señalado, el presente proyecto se articula en base a un proceso de participación anterior en el que la población detecta sus necesidades y define los retos de desarrollo que tiene su comunidad. A partir de este proceso se elabora un Grupo de Trabajo en el que el proyecto se concreta, toma forma, se busca financiación y empieza a ser implementado.

A raíz del primer encuentro del Grupo de Trabajo, se detectaron los núcleos familiares que presentaban problemas de dependencia. La información sobre las potenciales familias usuarias de los servicios de atención domiciliaria y de los talleres y actividades en los locales sociales fue facilitada por los ayuntamientos de la agrupación de municipios.

El análisis de los casos, la definición de las necesidades de atención y de los servicios a desempeñar, se realizó a partir de una encuesta a cada núcleo familiar definido por los ayuntamientos. Por último, se articularon los servicios demandados por la población.

Así mismo, la *Associació de Dones de El Solsonès*, se ocupó de realizar el **recuento de mujeres** que desempeñaban la función de cuidadora del hogar o de personas

mayores en los municipios (independientemente de que esta función de cuidadora se realizase de forma profesionalizada o no). A partir de este dato fue posible darles a conocer el proyecto, entrevistarlas para conocer sus necesidades y permitir que aquellas que estuvieran interesadas se constituyeran como miembros del Grupo de Trabajo y/o como integrantes de la **red de cuidadoras**.

A partir de esta información se pudo disponer de la plantilla base del proyecto y fue posible empezar a investigar, entrelazar necesidades y buscar soluciones para mejorar la calidad de vida, tanto de las personas mayores como de mujeres.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Además de los criterios e instrumentos de evaluación definidos y utilizados para comprobar la adecuación de los servicios a las necesidades de la población, es la metodología de trabajo la que, por su naturaleza, mejor permite realizar las tareas de seguimiento y evaluación de los procesos y los resultados que se definen deseables y, reconducir o redefinir las actuaciones para el beneficio de la comunidad y de las personas que la habitan.

La metodología básica es la **investigación-acción-participativa**, llevada a cabo en los Grupos de Trabajo. Se incluyen tanto asociaciones como entes públicos, entidades profesionales y personas interesadas a título individual, de las cuales la mayor parte son mujeres cuidadoras y gente mayor. Este órgano, conjuntamente con las técnicas de la *Associació l'Arada*, es responsable de realizar las tareas de seguimiento y evaluación.

La investigación presta atención a las condiciones de vida de la gente mayor en la estructura social. La finalidad práctica de este estudio es proporcionar **herramientas para gestionar los recursos propios** (básicamente humanos), **el tiempo y el espacio** que se habita y hacerlo desde la persona, pero también desde la colectividad. La práctica en el uso de estas herramientas genera conocimiento para la reconducción de los procesos que se llevan a cabo de forma participada, es decir, con la implicación no solo de los conocimientos de los profesionales, sino también de la comunidad sujeta y transformadora de su realidad.

Existen dos procesos interrelacionados: el de conocer y el de actuar. Por un lado se implica a la población de la realidad que se aborda, y por el otro permite que los agentes externos comprendan mejor la realidad de la población. Con ello se hace posible planificar acciones y medidas para transformar y mejorar la realidad. Igualmente se conjuga teoría y praxis, se posibilita el aprendizaje y la toma de consciencia crítica de la población sobre su realidad y, por último, se refuerzan y amplían las redes sociales, la movilización colectiva y su acción transformadora.

Así pues, esta metodología permite la capacitación y la formación de los miembros implicados en la gestión de los recursos necesarios, la creación de servicios en el medio rural y del servicio de acompañamiento a la creación de empresas. Éstas

serán lideradas por mujeres, especialmente cuidadoras, pues de lo que se trata es de profesionalizar su labor y otorgarle el merecido reconocimiento social.

Así mismo, los beneficios recaen directamente en la mejora de la calidad de vida de nuestros mayores, ya que se diversifica y mejora la calidad de los servicios sociales de proximidad. Con ello se consigue paliar el déficit estructural de servicios en las zonas rurales, que es una de las principales problemáticas descubiertas durante el proceso participativo que *l'Associació l'Arada* coordinó (y que apuntan también estudios de desarrollo del medio rural de El Solsonès, y de la población rural en España en general).

Igualmente, el espacio del Grupo de Trabajo permite el intercambio constante de experiencias y el enriquecimiento de los proyectos que desarrolla cada entidad.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados esperados quedan definidos así:

- Creación y adaptación de los servicios de atención a la dependencia basados en servicios de proximidad y relaciones de confianza.
- Inserción laboral de la mujer rural y creación de empresas lideradas por mujeres.
- Difusión y reconocimiento de la gente mayor y del rol de la mujer cuidadora.
- Incremento de la formación de las mujeres cuidadoras de la gente mayor.

Nos encontramos con grupos implicados directamente en los resultados: por un lado la gente mayor y en concreto los dependientes, y por otro las mujeres, en concreto las que realizan tareas de cuidado del hogar y de los familiares que necesitan apoyo en la cotidianidad.

En lo referente a la gente mayor, entre los meses de febrero y marzo se empezaron a ofrecer los servicios de atención y acompañamiento, a través del servicio de atención a domicilio y los talleres en los locales sociales de los municipios. El respaldo del Servicio Catalán de Ocupación para la contratación de una mujer cuidadora permitió iniciarlos.

Además, cabe destacar que en los talleres impartidos en los locales sociales se hace visible la presencia, sabiduría y experiencia de la gente mayor de los municipios y así se revaloriza su condición y su posición en la sociedad. Por ejemplo, el Taller de Memoria que se está realizando en el municipio de Llobera, no solo incide en aspectos relacionados con la estimulación neurológica, sino que trabaja desde una **perspectiva holística**, recuperando y verbalizando la experiencia vital de los participantes y, con ello, contribuyendo directamente al reconocimiento de las personas que a él asisten. En el taller se realizan recopilaciones de plantas medicinales del territorio, se escriben narraciones/experiencias de vida, etc. constituyéndose como un espacio y tiempo para la realización personal y estimulación de las capacidades cognitivas de las personas mayores. Además, algunos de los trabajos que en el taller

se realizan, se publican en los boletines del proyecto y así difundimos el trabajo de las personas mayores, y conseguimos que estén presentes fuera de las cuatro paredes en las que se realiza el taller.

Por otro lado, otro de los ejes fundamentales es la **creación de trabajo para mujeres**. En este sentido, el proyecto se encuentra en un momento en el que ya se ha constituido el grupo de mujeres que desea emprender la actividad, y por ello se ha iniciado el proceso que ofrece oportunidades para su desarrollo personal y profesional. Además, todas las mujeres están realizando los cursos de formación que desde el proyecto se han articulado y una de ellas ha decidido iniciar un proceso de formación reglado en el cuidado y la atención a las personas.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La mayoría de las dificultades encontradas en los procesos que se están desarrollando se originan en las características y la estructura de la sociedad, así como en las dinámicas culturales de ésta. Cabe señalar que las dificultades se constituyen como ejes clave en el trabajo de dinamización llevado a cabo y, por tanto, son susceptibles de transformación. Dichas dificultades son:

- La limitación asociada a las características de **dispersión de la población** y de **falta de autonomía** en la movilidad. Ésta se resuelve mediante las relaciones de confianza entre los miembros de la vecindad, puesto que el transporte de las personas dependientes a los centros sociales en los que se realizan los talleres se articula actualmente a través de voluntarios. Ello no implica que en el futuro, el servicio de transporte pueda desarrollarse de forma profesionalizada y, de hecho, el Grupo de Trabajo considera esta posibilidad viable.
- Las actividades de atención a las personas que se realizan sin reconocimiento de los derechos laborales están muy enraizadas en la comunidad rural. Así la **sensibilización en torno a los beneficios de un trabajo profesionalizado y legalizado** es esencial. Así mismo, la falta de poder de las mujeres en la toma de decisiones dentro de la economía familiar responde a los condicionamientos del rol social que desempeña. Al trabajar en el ámbito familiar, su trabajo no supone una aportación económica a la economía familiar y esto repercute en las oportunidades de participación de la mujer en las decisiones familiares que le afectan. Ello ha supuesto que algunas familias no acepten los servicios de atención domiciliaria porque la mujer ya realizaba los cuidados de los familiares dependientes, aún cuando ello suponga la falta de oportunidades para el desarrollo profesional y personal de aquella. Esto constituye un eje crucial de dinamización.
- La **tardanza/retraso en el pago de las ayudas** a las personas dependientes supone una limitación para éstas en el acceso a los servicios. Por ello los servicios se realizan a un precio reducido y no limitativo.

- En los talleres para la gente mayor nos hemos encontrado con la **resistencia de los hombres a participar** en ellos. Son las mujeres las que mayoritariamente participan en las actividades que se realizan en los locales sociales. No obstante, el reto aquí es descubrir las actividades que motivan a los hombres para articularlas.
- Existen **limitaciones presupuestarias** propias de las entidades que realizan su trabajo a partir de subvenciones. Esto se ve compensado por la cantidad y calidad de los recursos humanos implicados, que han permitido que los resultados esperados empiecen a vislumbrarse.

### CLAVES DEL ÉXITO

La principal clave del éxito reside en que el proyecto que se desarrolla se forja en el «sí» de la comunidad en la que se implementa. Es decir, el proyecto no da respuesta a una necesidad detectada por especialistas o técnicos externos, sino que se demanda desde las personas que viven allí y deciden desarrollarse en este sentido.

Además, se cuenta con el respaldo de las administraciones públicas municipales y de las entidades del territorio que, entre otras cosas, ponen a disposición del proyecto las infraestructuras de las que disponen.

Al mismo tiempo, el proyecto dispone de algunos recursos económicos, que son condición necesaria pero no suficiente para el éxito. Por ello, la cantidad de recursos humanos implicados y la fuerza con la que sienten el proyecto como suyo, hace que éste se encamine hacia los resultados previstos.

El reconocimiento social y la publicación en los medios de comunicación territoriales y del proyecto, de las labores que realizan las personas implicadas y de los resultados que se obtienen –desde la asociación, desde el Grupo de Trabajo, desde los talleres en los locales, desde los domicilios, etc...–, refuerza a las personas y las motiva a seguir trabajando y vencer los retos el proyecto supone.

### CONCLUSIONES

Por todo lo señalado anteriormente, es importante destacar que el proyecto **impulsa las iniciativas emprendedoras** en el territorio, en el ámbito de servicios a las personas y concretamente de servicios a la gente mayor. Además, el proyecto se presenta como una oportunidad para diversificar la economía en un entorno en el que prima el sector primario y se caracteriza por la falta de servicios, por lo que incide en la mejora de la calidad de vida de las generaciones futuras.

Además, el proyecto tiene un doble efecto: por un lado, para la población femenina trabajadora supone un avance en la consecución de los derechos de la persona y una mejora de su calidad de vida; por otro, para la población receptora de los servicios supone una mejora en la calidad de vida de las personas mayores y/o dependientes, así como su revalorización social.

10

# TALLER DE PRENSA EN LA RESIDENCIA DE TERCERA EDAD CASA OBREROS SAN VICENTE FERRER

COMUNIDAD VALENCIANA *Valencia*



**RESPONSABLE**

*Trabajador Social: Juan Miguel Muñoz (IASOC)*

Residencia de tercera edad «Casa de los Obreros San Vicente Ferrer»

c/ Del Pont, 1

46590 Estivella (Valencia)

T. 962 629 009

19%

de la población  
mayor de 65 años\*

#### LUGAR

El proyecto *Taller de Prensa* se lleva a cabo en la Residencia de tercera edad «Casa de los Obreros San Vicente Ferrer», que se encuentra situada en Estivella. Este municipio forma parte de la Comarca del Campo de Morvedre y cuenta con una población de unos 1.250 habitantes. Estivella dista 32 kilómetros de la ciudad de Valencia a la que se puede acceder por la carretera N-234 y por la línea C-5 del tren de cercanías, Valencia Sagunto-Caudiel.

#### OBJETIVOS GENERALES

- Integrar el proyecto del taller de prensa dentro del programa de animación sociocultural del centro y en su organización.
- **Conseguir una mejor adaptación de los mayores a la residencia**, sea cual sea su nivel social y cultural.
- **Mantener y potenciar las aptitudes** y habilidades de los residentes.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Fomentar y desarrollar la interacción entre los residentes** con el fin de lograr un sentimiento de pertenencia al grupo, así como la colaboración y solidaridad entre ellos.
- Promover la participación, impulsando la iniciativa de las personas mayores tanto para la realización de actividades, como para la organización de las mismas.
- Desarrollar la integración social de los participantes en el entorno en que se ubica el centro.
- Posibilitar la **integración y participación de la familia** de los mayores en el proyecto.
- Favorecer el **mantenimiento de las capacidades físicas, intelectuales y de expresión** de los participantes en esta iniciativa.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

La animación sociocultural y el fomento de la convivencia se encuentran ampliamente implantados en la dinámica interna de la Residencia de tercera edad «Casa de los Obreros San Vicente Ferrer». Actualmente el taller de prensa es una actividad englobada dentro del programa de animación sociocultural del centro.

Con las acciones de este programa se pretende **abordar las necesidades de afecto, seguridad, estabilidad, autoestima y autorrealización de los mayores**; así como contribuir a establecer relaciones de compañerismo y convivencia entre todas las personas que participan. Se propicia, asimismo, la **participación y la**

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

**colaboración de familiares y personal con el centro** para una mejor adaptación de los residentes.

El taller de prensa consiste en la elaboración de la revista del centro. En él participan todos los residentes que lo desean, bajo la supervisión de un trabajador social. Hasta el momento, se han publicado dos números de la revista y está previsto que salga otro próximamente. Aunque no hay una periodicidad fijada, se pretende elaborar, al menos, un número cada seis meses.

Esta iniciativa supone una manera de dar a conocer lo que se hace en la residencia tanto a los familiares de los participantes, como a las visitas externas o vecinos del municipio. Además, permite que los mayores se relacionen entre sí, implicando a los familiares en el proceso.

La metodología para el desarrollo de esta actividad es sencilla. Cada uno de los mayores elige un tema sobre el que le gustaría escribir y, con la ayuda del trabajador social, va desarrollando la idea y recogiendo documentación sobre el tema seleccionado. Poco a poco, los participantes van elaborando el texto que finalmente dará cuerpo al artículo. En ocasiones, varios residentes participan en un mismo artículo o reportaje.

Las noticias y artículos que se elaboran son sencillos y están adaptados a las posibilidades de cada uno de los residentes. Éstos asisten al taller dos días a la semana, aunque tienen flexibilidad para trabajar en su artículo siempre que quieran.

En el transcurso del taller se plantea una noticia o artículo sobre un tema en concreto. El siguiente paso es que los mayores se documenten a través de la prensa nacional/regional e Internet. Una vez que tienen una idea clara, comienzan a redactar el artículo, escribiéndolo a mano, para que cuando esté terminado se maquete en un ordenador. Para esta tarea los participantes cuentan siempre con la ayuda y supervisión de la persona responsable designada por el centro.

La residencia dispone de un aula con material de oficina disponible para la realización de esta actividad. Es un espacio abierto donde se han colocado mesas y sillas para que los mayores puedan realizar sus tareas con comodidad y en el que tienen a su disposición dos ordenadores con conexión a Internet. En este sentido, contar con la ayuda de un profesional ha sido imprescindible ya que existían cuestiones relacionadas con el manejo de los ordenadores en las que las personas mayores encontraban dificultades. Gracias a la orientación que han recibido han ido aprendiendo y poniendo en práctica las destrezas adquiridas.

Para el correcto desarrollo de esta actividad, la Residencia de tercera edad Casa de los Obreros San Vicente Ferrer ha permanecido en contacto directo con la trabajadora social del Ayuntamiento de Estivella y con el centro de salud de dicho municipio.

Al tratarse de una actividad de animación sociocultural se ha procurado que reuniera una serie de características:

- Permitir a los participantes hacer una elección de la temática.
- Ser vehículo de creatividad y de emociones, animando al participante a poner en juego procesos intelectuales que le permitan buscar alternativas de solución a circunstancias concretas.
- Inducir la participación activa de cada persona mayor.
- Ser coherente con el resto de actividades propuestas y mantener una continuidad y progresión dentro de las diferentes actividades que se realizan.
- Adaptar la actividad a las necesidades y motivaciones del grupo.

Plantear situaciones que favorezcan las relaciones interpersonales y la comunicación.

### RECURSOS

Los participantes cuentan con los recursos materiales necesarios para la elaboración de una revista, tales como: folios, rotuladores, pegamento, cartulinas, bolígrafos, pinturas, etc. Además, los mayores tienen acceso a dos **ordenadores con conexión a Internet**, un equipo de música y un aula especialmente adecuada al desarrollo de las actividades.

En cuanto a los recursos económicos, al ser el promotor del proyecto una empresa privada, la financiación del servicio se realiza a través de la aportación de los usuarios del mismo.

### PUESTA EN MARCHA

Los inicios de este proyecto fueron complicados debido a las reticencias de los mayores a participar en el taller. En su opinión, eran demasiado mayores para entender la actividad y consideraban que no tenía una utilidad futura definida. La mayoría de ellos no tenían las habilidades lectoescritoras básicas, por lo que también se planteaba el problema del uso de los ordenadores. Finalmente, pudieron comprobar que todas estas labores eran muy sencillas y que los profesionales del centro colaboraban con ellos en la realización de la actividad, y así se fueron integrando poco a poco en el proyecto.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

La evaluación de esta iniciativa se lleva a cabo mediante la **observación directa de los mayores** durante la realización de los talleres. Conforme se va trabajando en la edición de las revistas, se intenta detectar los aspectos que presentan mayores problemas a los participantes y se modifica la metodología para solucionarlos.

Hasta el momento, el trabajo ha resultado en ocasiones complicado ya que está dirigido a personas, que por su avanzada edad, presentan una mayor dificultad para adaptarse a las nuevas tecnologías y a los cambios en sus hábitos y actividades regulares.

Este seguimiento se ha plasmado en la memoria anual elaborada dentro del programa de animación sociocultural del centro.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados obtenidos hasta el momento han sido muy positivos. Los mayores que han participado se muestran muy satisfechos al ver plasmada su participación en la revista y disfrutan compartiendo, por este medio, sus inquietudes con sus familiares.

**Se han cumplido todos los objetivos planteados al inicio del proyecto**, tales como la integración de los mayores en la vida del centro, el fomento de la interacción con el resto de residentes o el aumento de la autoestima mediante la creación.

No todos los residentes del centro han querido participar en el taller de prensa, siendo la principal causa la falta de capacidades físicas o psíquicas para desarrollar las tareas planteadas. Sin embargo, durante este año el taller ha contado con la participación constante de diez personas, que han sido las encargadas de elaborar la revista.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad a la que tuvieron que enfrentarse los promotores de esta iniciativa fue el escaso nivel de conocimientos básicos de informática de los participantes. En ese sentido fue necesario que un profesional estuviera disponible todo el tiempo para poder resolver sus dudas y enseñarles, de forma práctica y básica, a utilizar un ordenador. Con el transcurso del tiempo, al contar con un taller paralelo de informática e Internet, algunos de los mayores fueron capaces de navegar por la Red de manera independiente y utilizar el correo electrónico de forma habitual.

A pesar de los buenos resultados obtenidos, son todavía muchas las dificultades que encuentran los promotores debido a las reticencias de muchos residentes a participar en este taller. A pesar de todo, gracias a los monitores y a los propios compañeros, esas dificultades se van superando progresivamente.

### CLAVES DEL ÉXITO

- Se ha hecho partícipe del proyecto a todo el personal del centro: residentes, empleados y familiares.
- Se trata de una actividad que puede realizarse en cualquier ámbito y en cualquier centro residencial o en otros tipos de centros, siempre y cuando se cuente con los recursos necesarios para su realización.
- Se ha considerado al **mayor como protagonista** y se han tenido siempre en cuenta sus deseos y preferencias.
- Ha sido un **proyecto innovador** en el que se ha hecho partícipe a todos, desde los que participan activamente en la elaboración de la revista, hasta los destinatarios de la misma (vecinos, familiares y restos de residentes, personal del centro, etc.).

### CONCLUSIONES

Los promotores de esta iniciativa han demostrado que la elaboración de una revista es una buena manera de dar a conocer y compartir lo que se realiza en la residencia, para que futuros usuarios conozcan la vida en el centro y las inquietudes de sus residentes.

Con el taller de prensa se ha conseguido hacer la estancia en el centro más agradable, fomentando el mantenimiento de las habilidades de los residentes y potenciando otras que no se habían desarrollado con anterioridad.

En general, se ha fomentado el trabajo en equipo y la interacción de los mayores, ya que se relacionan y cooperan para la realización de las tareas propias de la edición de una revista y comparten el proceso de aprendizaje de nuevos conocimientos. Además, es muy reconfortante para ellos ver los resultados de su trabajo, que quedan plasmados en una revista pensada e ideada por y para ellos.

En la actualidad, los integrantes del taller de prensa están elaborando los contenidos del que será el próximo número de la publicación y continúan ilusionados con la actividad emprendida.

11

# SALA MULTISENSORIAL PARA ENFERMOS DE ALZHEIMER

EXTREMADURA *Badajoz*



**RESPONSABLE**

*AFAD Vegas Altas-La Serena*

Avda. del Pilar 74

06400 Don Benito (Badajoz)

T. 924 80 31 11

F. 924 80 83 51

[afadsvegasaltaslaserena@yahoo.es](mailto:afadsvegasaltaslaserena@yahoo.es)

## LUGAR

La *sala multisensorial para enfermos de Alzheimer* y demencias, inaugurada en 2005, se encuentra situada en el municipio de Don Benito (Badajoz). Don Benito alberga una población de 35.000 habitantes y es uno de los términos municipales más extensos de España, con una extensión de 561,6 km<sup>2</sup>.

## OBJETIVOS PRINCIPALES

- Mejorar la calidad de vida de aquellas personas que padecen cualquier tipo de demencia física o psíquica, así como de sus familiares o cuidadores.
- Estimular y mantener las capacidades mentales de los participantes.
- Evitar la desconexión de los participantes con el entorno y fortalecer las relaciones sociales.
- Dar seguridad e incrementar la autonomía personal de los participantes.
- Estimular la propia identidad y autoestima de los participantes.
- Minimizar el estrés y evitar reacciones psicológicas anómalas.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mejorar el rendimiento **cognitivo y funcional** de los participantes.
- **Incrementar la autonomía** de los participantes en las actividades que realizan en su vida diaria.
- Mejorar el estado y sentimiento de salud de los participantes.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El proyecto consiste en la puesta en marcha y funcionamiento de la primera sala multisensorial que existe en España orientada a la estimulación integral de enfermos con demencia. Dicha sala se encuentra en las instalaciones del Servicio de Estancias Diurnas de AFDAD Vegas Altas-La Serena. El ámbito de actuación de la asociación abarca un gran número de poblaciones rurales de ambas comarcas, Vegas Altas y La Serena, que pueden beneficiarse de un recurso innovador y necesario a través de este proyecto.

Las sesiones se realizan en grupos homogéneos y reducidos, de cinco o seis personas, aunque en algunos casos se realizan terapias individuales, según lo determinen los expertos. La duración de cada sesión es de una hora y media aproximadamente. Antes de comenzar, se trata de **motivar a los usuarios** captando su atención con la utilización de material de fabricación propia. Después comienza la fase de estimulación de las funciones superiores (orientación, memoria, lenguaje, etc.) y de alteraciones conductuales (agitación, conductas repetitivas...). A la hora de programar la

estimulación, se parte de actividades placenteras y con las que los enfermos se encuentren familiarizados.

El principio básico a seguir es la estimulación de las partes del cerebro que aún no han sido afectadas por la enfermedad, proporcionando a la vez momentos de esparcimiento, placer y distracción.

## RECURSOS

El presupuesto total del que se ha dispuesto asciende a 37.500€, de los cuales un 20% (7.500,00€) procedían de los recursos propios de la asociación y el 80% restante (30.000€) procedían de la financiación obtenida.

Para el desarrollo de este proyecto se cuenta con la colaboración de una psicóloga-gerontóloga y un educador experto en lenguaje. La asociación también cuenta con un transporte propio para desplazar hasta sus instalaciones a los enfermos que lo requieren.

El desarrollo del proyecto requiere multitud de recursos materiales, adecuados a los diversos tipos de estimulación realizados:

### *Estimulación visual*

- Tubo de burbujas
- Fibra óptica
- Bola de espejos y foco para la bola
- Rueda de efectos
- Sensor de voz
- Bolas de luz
- Tubos reflectantes de diferentes colores
- Otros materiales: patos luminosos, linternas de luz ultravioleta, etc.

### *Estimulación auditiva*

- El Paleta
- Tubos musicales
- Instrumentos musicales de manejo sencillo: tambor, maracas, palo de lluvia, sonajeros y pelotas musicales
- Conjunto de compact-disc
- Cama de agua musical
- Silla Q
- Micrófono

**37.500€**

presupuesto total

### *Estimulación olfativa*

- Juego de aromas
- Kit de aromas y difusor
- Almohadas y cojines aromáticos

### *Estimulación táctil*

- Cojín de bolas
- Almohada vibratoria
- Bolsa de tejidos
- Tubo y mini-masajeador

### *Estimulación del gusto*

- Cualquier sustancia alimenticia que proporcione diferentes sabores y texturas

Entre los materiales de fabricación propia cabe destacar los siguientes:

### *Estimulación visual*

- Abecedario de mayúsculas y minúsculas realizado en tela de moqueta y marquetería
- Nombres de cada enfermo realizados en moqueta y velcro
- Fotos de cada enfermo
- Fotos de estancias del centro de día, de estancias de su domicilio, de iglesias/plazas/patronos de sus pueblos o ciudades
- Puzzles de animales y frutas
- Dominó de colores
- Fichas para reconocer y ordenar las vocales y el abecedario
- Crucigrama con sus nombres
- Escenografías: matanzas, vendimia, recogida de cereal, siembra y recogida de distintas hortalizas, recolección de aceitunas...

### *Estimulación olfativa*

- Sacos aromáticos rellenos de aromas de su entorno, como hierbabuena, tomillo o perejil
- Tubos de esencias donde se han introducido esencias de su época, como menta o perfumes tradicionales

### *Estimulación del tacto*

- Saquitos en tela muy sensibles al tacto y que llevan dentro diferentes materiales como: pesetas, garbanzos, judías...
- Almohadas de lana para percibir la textura realizadas con telas de su época
- Pelotas realizadas con distintos materiales como arroz y garbanzos

### **PUESTA EN MARCHA**

Desde el comienzo del proyecto se escogió a los profesionales más indicados para formar parte del proyecto. Éstos fueron seleccionados por poseer una amplia formación y experiencia teórico-práctica en demencia y por estar capacitados para investigar, asesorarse y coordinarse de cara a implantar una metodología pionera en España, para la cual no hay procedimientos de actuación establecidos. Estos profesionales fueron los encargados de elaborar la metodología propia, los objetivos, la valoración y el seguimiento del proyecto.

El segundo paso fue seleccionar a las personas que participarían en las actividades programadas. A los participantes, que reunían una serie de criterios diagnósticos de demencia tipo Alzheimer y/o vascular, se les aplicaron escalas a nivel cognitivo, funcional y conductual, para asignarlos a grupos dependiendo del estado de cada uno. De esta manera se formaron tres grupos, cada uno de los cuales siguió una programación específica. A la hora de planificar una sesión, se tuvieron en cuenta las necesidades y las emociones de las personas con demencia, sin olvidar las capacidades cognitivas y funcionales residuales, favoreciendo en todo momento la intervención más adecuada para garantizar su bienestar.

Durante las primeras fases del proyecto se realizaron **cursos de formación específica sobre el funcionamiento de la sala** y también una evaluación de todos los participantes para definir grupos homogéneos con los que realizar las sesiones de terapia.

Adicionalmente, tras observar las primeras reacciones de los enfermos ante los estímulos sensoriales, se descubrió que algunos materiales no aportaban las sensaciones esperadas, sobre todo por falta de conocimiento de los mismos. Por este motivo se buscaron y fabricaron otros materiales más acordes. En este proceso, los enfermos tuvieron una participación activa, consiguiendo así reforzar su sentimiento de utilidad y potenciando su autoestima.

### **SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

De forma semanal, se registraron las impresiones de los terapeutas referentes a la evolución de cada enfermo, con objeto de realizar modificaciones en el progra-

ma de actuación previsto, cuando se consideraba necesario. Además, se realizaron evaluaciones semestrales.

Cuando finalizó el periodo de doce meses de este estudio, se disponía de tres evaluaciones. Mediante un análisis comparativo de las mismas, se obtuvieron los datos que reflejaron en que medida se habían alcanzado los objetivos marcados.

Siempre se ha tomado como referencia, la historia de vida de los enfermos y sus necesidades. Esta información se ha recogido, en primer lugar, a través de una **observación directa en el día a día**, y después se ha reafirmado con indicadores pre y post tratamiento y con la aplicación de baterías neuropsicológicas y conductuales.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Actualmente los promotores están trabajando en diseñar una estimulación integral tomando como base la estimulación sensorial. Hasta el momento han sido varios los resultados obtenidos: por un aparte a nivel conductual se han conseguido **disminuir los niveles de agitación y las conductas repetitivas** y, por otra parte, se ha observado que los enfermos menos avanzados recuerdan cómo comenzaron cada una de las sesiones, tienen mayor fluidez en la expresión verbal y una comunicación más dinámica al exteriorizar vivencias a nivel cognitivo.

Funcionalmente hablando, la repetición de ciertas tareas ha facilitado la aparición de capacidades cognitivas que habían estado olvidadas por el desuso. Gracias a ello los enfermos mantienen un mayor grado de autonomía.

Por último, a nivel emocional es donde se han observado los cambios más significativos, ya que los integrantes del grupo entran en la sala con actitud alegre, calmados, motivados y dispuestos a trabajar. Se muestran cooperantes con los terapeutas y participan y ayudan en las tareas que se proponen a sus compañeros. Tienen asignado un lugar específico que son capaces de reconocer y respetan tanto este espacio como el de los demás. Además, en ocasiones demandan trabajar con determinados materiales que les causan una sensación especial.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad a la que los promotores han tenido que enfrentarse ha sido el **elevado coste del material** que integra la sala y el gran espacio que requieren algunos de los equipamientos. A ello hay que añadir que los tratamientos deben ser aplicados por técnicos especializados, por lo que a corto plazo no es viable extrapolar el recurso a otros lugares.

En los inicios del proyecto surgieron algunas dificultades al no disponer de referencias a las que dirigirse para la puesta en marcha. Para solucionar este problema, se resolvió realizar una formación acerca del equipamiento de la sala y una búsqueda de documentación para determinar las posibles aplicaciones de estimulación integral de enfermos con demencia.

### CLAVES DEL ÉXITO

Las principales claves del éxito de este programa se describen a continuación:

- Se ha contado con una sala que se encuentra en un lugar estratégico y de fácil acceso desde cualquier población rural de las comarcas de Vegas Altas-La Serena.
- Se ha mantenido una estrecha colaboración con los servicios de neuropsicología de la zona y con todos los servicios sociales de base de las poblaciones que constituyen ambas comarcas.

### CONCLUSIONES

La adquisición del salón multisensorial ha convertido a los promotores de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer en referente a nivel nacional en cuanto a esta intervención completamente innovadora. Además, AFAD Vegas Altas – La Serena no sólo ha consolidado un sexto puesto de trabajo, cumpliendo uno de los compromisos iniciales del proyecto, sino que ha conseguido un aumento considerable en su plantilla, compuesta en la actualidad por 21 profesionales del sector sociosanitario.

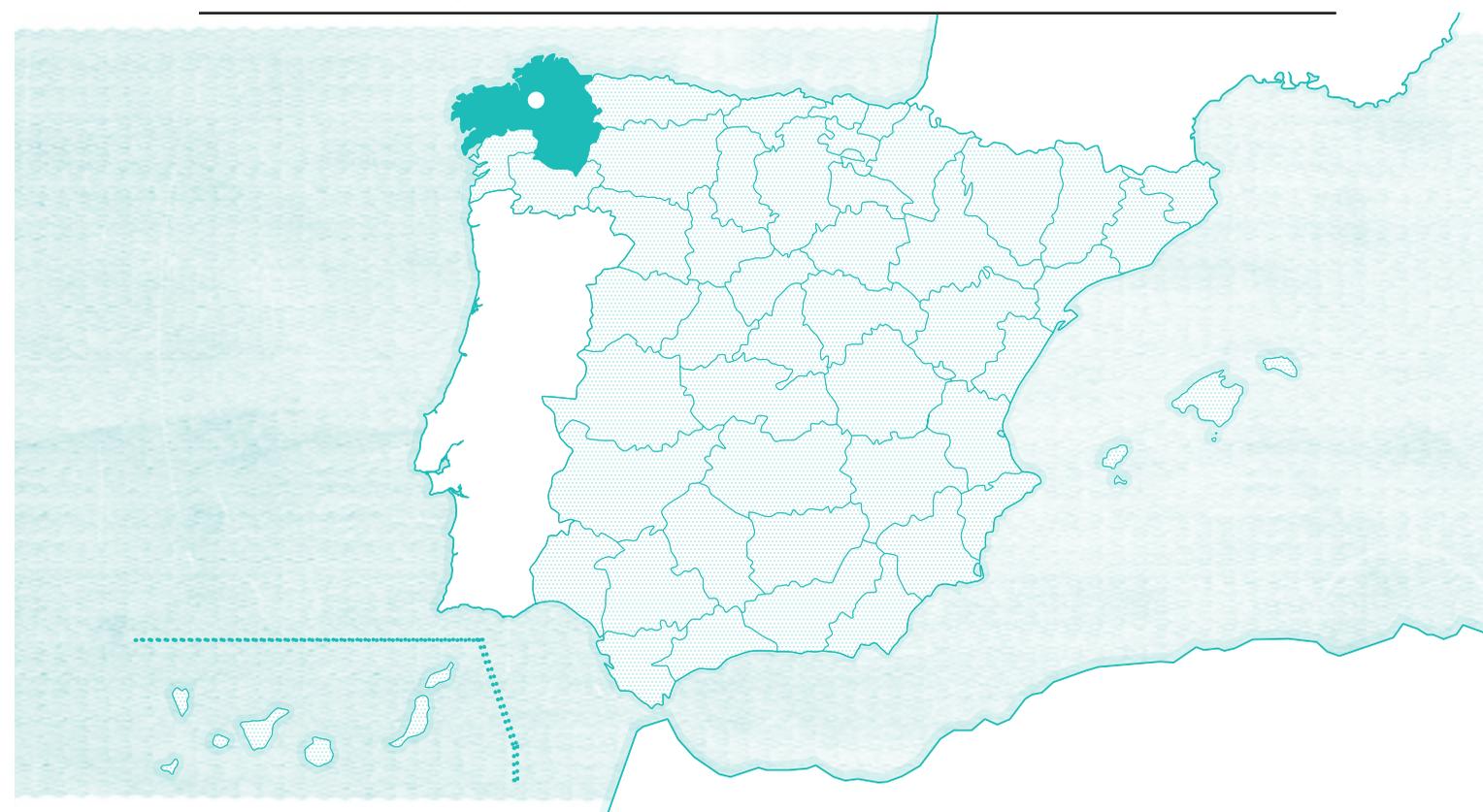
Tras los resultados obtenidos, se espera que todos los potenciales beneficiarios que residen en ambas comarcas se puedan acoger a esta iniciativa en el transcurso de su enfermedad.

Hasta el momento se ha logrado aumentar la calidad de vida de las personas aquejadas de demencia incluidas en el programa, mediante el mantenimiento de sus capacidades cognitivas y la mejora de sus capacidades funcionales, conductuales y, sobre todo, emocionales.

12

# UNED-SENIOR EN EL MEDIO RURAL

**GALICIA** *A Coruña-Lugo*



**RESPONSABLE**

*Centro Asociado UNED-A Coruña*

Consello de Ancianos de Xestoso-Cambás

Persona de referencia: Luis A. Rodríguez Patiño. Coordinador de la UNED-Senior

Lugar A Graña, 1. Alto de Xestoso / 15315 Monfero (A Coruña)

T. 609 85 21 25 / F. 981 14 59 60

parroco.xestoso@hotmail.com

www.xestoso.es

## LUGAR

El proyecto *UNED-Senior en el medio rural* se lleva a cabo en el territorio de los municipios de Monfero, Aranga, Irixoa y Xermade, pertenecientes a la provincia de A Coruña, y a los municipios de Paderne y Guitiriz, en la provincia de Lugo.

## OBJETIVO GENERAL

- Ofrecer una modalidad de formación continua sobre todas las temáticas, intereses, necesidades y preocupaciones de los mayores, con el fin de mejorar su calidad de vida.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Proporcionar conocimientos y estrategias de aprendizaje para el **desarrollo integral de las personas mayores**, y para aumentar la autonomía personal.
- Promover un mejor conocimiento de las posibilidades existentes de desarrollo social, cultural, económico y educativo.
- Favorecer la **comunicación y la participación activa**, a través del fomento de las relaciones interpersonales y del encuentro intergeneracional.
- Ofrecer a los mayores un espacio para intercambiar conocimientos y competencias, facilitando la transferencia de su saber y experiencia.
- Fomentar el **empleo de las tecnologías de la información y de la comunicación**.
- Acercar la Universidad al entorno rural gallego, donde tradicionalmente no se tenía acceso a determinados ciclos educativos.
- Dinamizar el medio rural.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El aumento creciente de personas mayores en España, las jubilaciones anticipadas a los cincuenta y cinco años, y el creciente interés de estos colectivos por desarrollar una formación a lo largo de la vida, ha movido a las universidades españolas a ofertar varios programas de formación continua.

El éxito de estas iniciativas y la creciente demanda de este tipo de formación condujo a la aprobación por el Consejo de Gobierno de la UNED, el 24 de junio de 2008, de la implantación, con **carácter experimental** para el curso 2008/09, de la *UNED-Senior*. El Centro Asociado A Coruña se incorporó en septiembre de 2008 al programa experimental *UNED-Senior* en colaboración con el Consejo de Ancianos de Xestoso-Cambás.

Las clases se desplazan al ámbito rural gallego para dar cobertura a una necesidad formativa específica, a la que no daban respuesta hasta ahora las universidades presenciales.

Inicialmente, la oferta formativa de este programa para el curso 2008-2009 era una oferta de mínimos, al tratarse de una experiencia piloto. Respondía fundamentalmente a los **intereses de los potenciales alumnos**, centrados especialmente en temas de salud.

Las materias ofertadas actualmente son las siguientes:

---

<b>BLOQUE I</b>	Aprender a envejecer: prevención de la salud. Medicina natural.
<b>BLOQUE II</b>	Cursos instrumentales: aspectos jurídicos. Sucesiones. Derechos del mayor.
<b>BLOQUE III</b>	Prevención del deterioro cognitivo: estimulación mental y de la memoria.
<b>BLOQUE IV</b>	Temas de actualidad: problemas científicos actuales. Cambio climático.
<b>BLOQUE V</b>	Recursos y servicios de salud y bienestar social.
<b>BLOQUE VI</b>	Historia del arte y patrimonio artístico.
<b>BLOQUE VII</b>	Otras actividades complementarias: visitas, concursos, encuentros, jornadas, etc.

---

El número de matriculados y su procedencia geográfica determinaron la necesidad de formar tres grupos de alumnos:

- Xestoso-Cambás: con sede en la Escuela Unitaria de Alto Xestoso (para las sesiones de los sábados), y en el Centro Cultural de Mayores de Cambás (para las sesiones de los miércoles).
- Paderne: con sede en el Centro Social de Mayores.
- Guitiriz: con sede en la Casa Habanera.

## RECURSOS

### *Recursos humanos*

Son varios los equipos humanos implicados en la experiencia. Como responsables principales de la actividad destacan la directora de UNED-A Coruña y el representante legal del Consello de Ancianos de Xestoso-Cambás, participando ambas entidades en el soporte administrativo. Puntualmente se recibe además la colaboración de los Ayuntamientos de Paderne y Guitiriz, del Consejo de Mayores de Paderne y del Consejo de Mayores de Momán y Labrada.

Por otro lado, el profesorado de la UNED-Senior ha sido seleccionado atendiendo a la idoneidad de su formación y experiencia profesional en relación con la materia a impartir, y teniendo en cuenta su experiencia y contacto con personas mayores. Se ha contado con los profesores siguientes:

- D. Marcelino Mosquera Pena. Médico. Especialista en Geriátrica.
- D. José Ramón Monterroso Marco. Médico especialista en Medicina de Familia y Comunitaria y Médico forense.
- D. Luis Ángel Rodríguez Patiño. Licenciado en Derecho por la Universidad de A Coruña. Diplomado en Criminología por la Universidade de Santiago de Compostela. Licenciado en Derecho Canónico por la Universidad Pontificia de Salamanca. Licenciado en Ciencias Políticas por la UNED. Abogado en ejercicio.
- D. Rogelio Fernández Díaz. Subdirector General de Espacios Naturales y Biodiversidad de la Consellería de Medioambiente de la Xunta de Galicia.
- D. José Manuel Varela Senra. Licenciado en Ciencias Químicas. Diplomado en Ciencias Ambientales. Ingeniero Técnico Forestal.
- D. Felipe Senén López Gómez. Técnico en Gestión Cultural y Museólogo de la Diputación de A Coruña.

Junto a estos profesores tutores, se ha contado con la colaboración puntual de numerosos expertos que imparten conferencias o seminarios.

Se estableció un sueldo de 24€ por hora de clase impartida.

#### **Recursos económicos**

El proyecto se financia con fondos provenientes principalmente de todos los ayuntamientos donde se lleva a cabo la actividad, además de la Diputación de A Coruña y de la Xunta de Galicia. Parte de las actividades se financian también con los importes de matrícula, que ascienden a unos 50€ por persona.

#### **Recursos materiales**

Todos los cursos tienen lugar en las instalaciones existentes en los diferentes municipios (Casas Rectorales, Casa Habanera, Centro de Mayores, Escuela Unitaria, etc.). Los gastos de funcionamiento de los emplazamientos se cubren por las parroquias o los propios centros. Aunque el material didáctico es sufragado por los alumnos, en algunos casos, como el del Ayuntamiento de Monfero, se dispone de ayudas para que los alumnos realicen el desplazamiento a la sede del curso.

#### **Plan de viabilidad**

Para el mantenimiento óptimo de la actividad se hace imprescindible que las ayudas que hasta ahora se han recibido de forma puntual y no sistemática se conviertan en aportaciones permanentes aprobadas año a año por las instituciones colaboradoras en sus respectivos presupuestos. Esto permite una **planificación y organización de las actividades más precisa** y con mayor antelación. Los ayuntamientos mencionados colaboran económicamente con el programa. Se cuenta con ayudas puntuales de otras administraciones públicas, como la Xunta de Galicia y la Diputación de A Coruña, plasmadas fundamentalmente en el apoyo institucional en la iniciativa y en la participación de algunos expertos como tutores responsables de materias, o como colaboradores especialistas. Sin embargo, no se han obtenido ayudas económicas específicas y estables para el sostenimiento de la *UNED-Senior*, ayudas que sí existen para el apoyo a los programas para mayores que se desarrollan en las tres universidades presenciales gallegas.

#### **PUESTA EN MARCHA**

El Consejo de Ancianos de Xestoso-Cambás comenzó su andadura en el año 2000, convirtiéndose en el primer órgano de esta naturaleza legalmente constituido en Galicia, y pionero en España. Nació con vocación de órgano que pudiera asesorar desde su experiencia a políticos, educadores y jóvenes, prestando su bagaje de conocimientos y su experiencia a una sociedad que infrutiliza el enorme potencial del colectivo de mayores. Actualmente cuenta con 65 miembros de diferentes parroquias y municipios y con **más de 150 participantes** en su programa de actividades. Una de las últimas iniciativas del Consejo de Ancianos ha sido la de implicar a la universidad con el entorno rural, buscando el establecimiento de líneas de colaboración con universidades e, incluso, intentando la creación de una «Universidad Rural». Finalmente, fue la UNED la que se prestó a abrir cauces de cooperación con el Consejo de Ancianos para la dinamización del medio rural.

A partir del año 2006, el Centro Asociado de la UNED en A Coruña colaboró con el Consejo de Ancianos de Xestoso-Cambás en la organización del curso *Cuidadores domiciliarios de ancianos*, reconocido por la Consellería de Sanidade de la Xunta de Galicia como curso de interés sanitario.

El éxito de esta experiencia colaborativa, unido al hecho de que la mayor parte de los alumnos que realizaron el curso superan los 55 años de edad, y a la notoria similitud entre algunos de los temas abordados y los que constituyen las materias

de los bloques temáticos ofertados por la *UNED-Senior*, llevaron al Centro Asociado de la UNED en A Coruña a participar en el programa piloto *UNED-Senior* para el curso 2008-09, en colaboración con el Consejo de Ancianos de Xestoso-Cambás.

El programa se puso en marcha a través de un convenio entre las dos entidades, en el que se fijó el marco básico de colaboración para el desarrollo de la experiencia. Desde el primer momento, teniendo en cuenta que el Consejo de Ancianos integra a personas de un área geográfica rural amplia y dispersa, se buscó la complicidad y colaboración de los distintos ayuntamientos, con los que se mantuvieron reuniones preliminares para explicarles el proyecto, e implicarles en el mismo.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Desde la dirección de la *UNED-Senior* se promueve la realización de una **evaluación de la calidad del programa a nivel nacional**, en la que participa el Centro Asociado de la UNED en A Coruña. Se han cubierto un total de cincuenta y ocho cuestionarios de alumnos, cinco correspondientes a profesores y dos destinados al personal de dirección-coordinación. Estos cuestionarios se realizan al término de cada cuatrimestre de trabajo para servir de pauta en la revisión del programa del curso anterior.

Los datos obtenidos permiten elaborar un perfil de alumno de la *UNED-Senior*, conocer el grado de satisfacción con la experiencia de los participantes en ella (alumnos, tutores y organizadores), e identificar puntos fuertes, líneas de mejora, e intereses y expectativas de los alumnos.

Durante los meses previos al periodo de inscripción se trabaja con la información reflejada en los cuestionarios para la mejora en selección de profesorado, horarios, naturaleza de las clases, posibles actividades complementarias, etc.

Estos cuestionarios también se envían a la sede central de la UNED, junto con la memoria de cada curso académico, realizada por la dirección y la coordinación del proyecto. La finalidad es que en la sede central de la UNED se conozcan las acciones desarrolladas para que se pueda asegurar el cumplimiento de las directrices básicas y hacer una lectura crítica de diversos aspectos organizativos que permitan, si fuese preciso, revisar las directrices generales.

### PRINCIPALES RESULTADOS

El programa *UNED-Senior* desarrollado en el Centro Asociado de la UNED en A Coruña tuvo en el curso 2008/09 una participación por encima de la esperada, con **un total de 106 alumnos en el primer cuatrimestre, y de 115 en el segundo cuatrimestre**. El programa para el curso 2009/2010 cuenta con 150 alumnos para el primer cuatrimestre (incremento de casi 40 personas en relación con el curso anterior).

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

Algunos de los rasgos más definitorios de este alumnado son los siguientes:

### Distribución del alumnado por asignaturas

- Prevención del deterioro cognitivo y estimulación mental y de la memoria: 104
- Prevención de la salud; medicina natural: 82
- Aspectos jurídicos: sucesiones, derechos del mayor: 82
- Problemas científicos actuales: cambio climático: 115
- Patrimonio artístico: 60
- Recursos y servicios de salud y bienestar social: 86

### Distribución por tramos de edad

- 55-65 años: 27,35%
- 66-70 años: 23,58%
- 71-80 años: 46,24%
- Más de 80 años: 2,83%

El alumnado tiene una edad media cercana a los 70 años, superior a la habitual en otros programas universitarios para mayores

### Distribución según nivel de estudios

- Sin estudios: 5,66%
- Estudios primarios: 65,11%
- Estudios secundarios: 4,71%
- Formación Profesional: 2,83%
- Estudios universitarios sin finalizar: 0%
- Estudios universitarios finalizados: 4,71%
- No sabe/No contesta: 16,98%

En general, las estadísticas han mostrado un alto nivel de satisfacción (con una puntuación media de 8,36 en una escala de 1 a 10), aunque no siempre se ha apreciado una aplicación directa de las materias impartidas en la vida cotidiana. No ocurre esto con las materias referidas a salud y servicios de bienestar social, que han propiciado directamente una mejora en la calidad de vida de estas personas. Se ha considerado que la metodología utilizada es interesante, asimilable y adecuada.

Los alumnos participantes en el programa proceden, en la mayoría de los casos, de núcleos de menos de 2.000 habitantes y geográficamente dispersos, lo cual dificulta, *a priori*, la socialización. Sin embargo, ha habido un escaso absentismo y un alto nivel de participación en actividades complementarias, evidenciándose una dinamización del entorno rural.

150

alumnos en el curso 2009/2010\*

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Los temores fundamentales fueron, por un lado, no conseguir la respuesta pretendida por parte de los potenciales alumnos, habida cuenta de lo innovador de la experiencia y de los posibles prejuicios y temores para emprender una nueva actividad, y por otro, no conseguir un apoyo institucional que permitiera publicitar, dinamizar y sostener económicamente la iniciativa.

La reticencia de los alumnos se superó ofreciendo una oferta formativa muy adaptada a sus intereses y vivencias, con una minuciosa búsqueda de profesorado con un perfil adaptado al alumnado, y mediante una diversificación de sedes que permitió acercar la oferta educativa a habitantes de áreas geográficamente muy dispersas. Fue esencial, también, la labor de dinamización/animación desarrollada por el coordinador del proyecto.

La colaboración de las instituciones se consiguió mediante una información exhaustiva acerca de la naturaleza y objetivos del proyecto, de sus beneficios a corto, medio y largo plazo, y de un afán permanente por aprovechar recursos y proyectos ya existentes en las instituciones locales (ayuntamientos, otros Consejos de Mayores, etc.).

### CLAVES DEL ÉXITO

- Se ha buscado, no sólo la mejora de la calidad de vida de los mayores, su **sociabilidad y su formación**, sino también crear vínculos y conciencia entre ellos y aprovechar su caudal de conocimientos en beneficio de su comunidad.
- La implicación de las diversas instituciones ha permitido que el programa alimente iniciativas desarrolladas desde los ayuntamientos u otras instituciones de la zona.
- Muchas de las materias seleccionadas han incidido directamente sobre la **salud y el bienestar de los mayores** y de las personas a su cuidado. Otras se han orientado a mejorar sus condiciones de vida o a tratar temas que les afectan directamente, ofreciéndoles una información valiosa para su vida cotidiana.
- Las clases han constituido un **foro de dinamización cultural** y un punto de encuentro social, algo especialmente importante en áreas rurales de población muy diseminada.
- Se ha enfatizado la vertiente de enseñanza fuera de las aulas, con tendencia a utilizar diferentes localizaciones, lo que ha posibilitado que los mayores realizaran excursiones y visitas culturales.
- Se ha mantenido un **planteamiento flexible**, que permitirá la adaptación de la iniciativa en otras zonas aunque sus circunstancias y características sean diferentes.

- Se ha implicado a toda la sociedad del entorno (empresas, municipios, centros de salud, asociaciones, etc.) en las actividades docentes, bien como profesores-tutores directamente, bien como organizadores o participantes en actividades complementarias.

### CONCLUSIONES

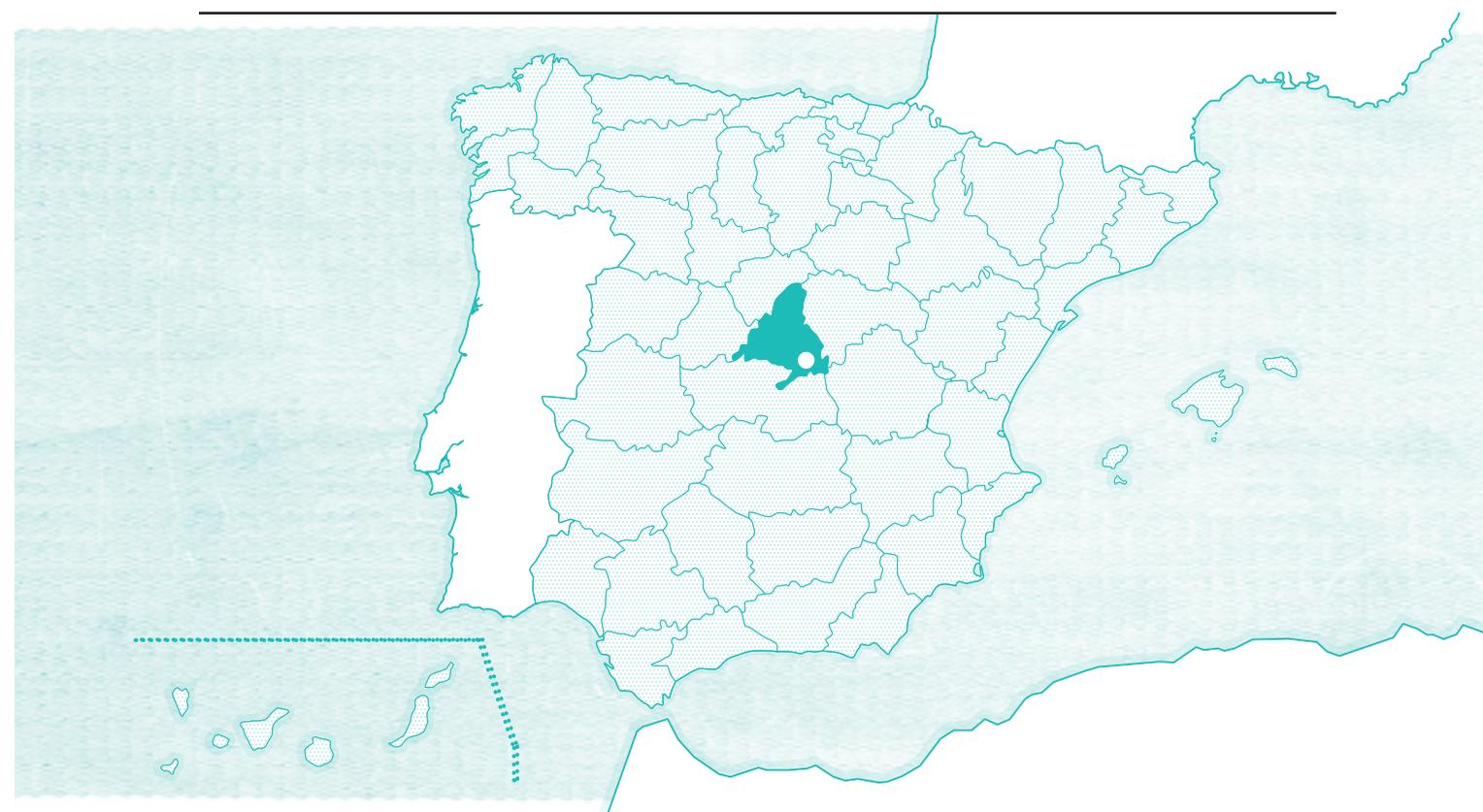
La experiencia en el primer año de funcionamiento del programa *UNED-Senior* ha sido positiva. Los principales beneficios obtenidos se han fundamentado en la doble proyección que ha caracterizado a la experiencia. Por un lado, la proyección interna, es decir, la incidencia que el programa ha tenido en los propios mayores participantes, en su formación, calidad de vida y autonomía. Por otro lado, se destaca la proyección externa que ha tenido el programa en la comunidad rural a la que pertenecen. En este sentido, **el paso por la Universidad facilita el diálogo y el trabajo conjunto intergeneracional**, contribuyendo a que los mayores del medio rural no se sientan aislados y tengan una participación activa en nuevas actividades.

Para los próximos cursos se deberán seguir pautas que ayuden a afianzar el programa, consiguiendo una financiación estable mediante la colaboración entre las distintas instituciones públicas y privadas. Se deberán ofertar nuevas materias que además de responder a los intereses del alumnado, sirvan para mejorar la calidad de vida de los mayores en el entorno rural y para potenciar la participación y protagonismo en su comunidad. El aprovechamiento de las nuevas tecnologías o el conocimiento de idiomas son algunas de las materias que ayudarán a compensar las diferencias existentes con la población urbana.

13

# DEPENDEN-TIC EN LA COMARCA DE LAS VEGAS

COMUNIDAD DE MADRID *Madrid*



## RESPONSABLE

ARACOVE (*Asociación de Desarrollo Rural de la Comarca de las Vegas*)

Responsable del proyecto: Lola Maraver Molina

Calle Infantas nº 55 / 28300 Aranjuez (Madrid)

T. 918 927 682 / 918 921 928 / F. 918924656

[www.dependentic.org](http://www.dependentic.org)

[equal@aracove.com](mailto:equal@aracove.com) / [aracove@aracove.com](mailto:aracove@aracove.com)

## LUGAR

Este proyecto cubre el territorio de la Comarca de las Vegas, situado en el sureste de la Comunidad de Madrid, y que incluye los veintitrés municipios siguientes: Ambite, Aranjuez, Belmonte de Tajo, Brea de Tajo, Carabaña, Ciempozuelos, Chinchón, Colmenar de Oreja, Estremera, Fuentidueña de Tajo, Morata de Tajuña, Orusco, Perales de Tajuña, San Martín de la Vega, Tielmes, Titulcia, Valdelaguna, Valdaracete, Valdilecha, Villacanejos, Villamanrique de Tajo, Villar del Olmo y Villarejo de Salvanés.

## OBJETIVO GENERAL

- Mejorar los servicios a la ciudadanía de los ayuntamientos pertenecientes a ARACOVE en cuestiones relativas a la *Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia*, más conocida como Ley de Dependencia.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Informar a la población en general sobre la Ley de Dependencia, así como sobre sus implicaciones.
- Formar a la población mayor sobre el uso de la Web del proyecto y sobre cuestiones relativas a la dependencia.
- Transferir el proyecto (metodologías y herramientas tecnológicas desarrolladas) a otras administraciones locales.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

La idea de realización de este proyecto surge de la unión de dos factores. Por un lado, la aprobación definitiva de la Ley de Dependencia, y por otro lado, la puesta en marcha del Proyecto *Avanza* del Ministerio de Industria, que pretende acercar las nuevas tecnologías a la ciudadanía, en especial al medio rural y a las personas mayores.

ARACOVE y los veintitrés ayuntamientos pertenecientes a esta entidad son **conscientes de la importancia de que la Ley de Dependencia y sus implicaciones lleguen al medio rural**. Así, se considera crucial que desde los ayuntamientos se proporcione una formación adecuada a los cuidadores de mayores en el medio rural y se les brinde ayuda para sobrellevar las tareas propias de la atención de una persona dependiente.

El proyecto *Dependen-Tic*, para la gestión de la dependencia desde la administración local, ha desarrollado tres tipologías o programas de actuaciones que se detallan a continuación:

## Programa 1: campaña de difusión del programa

- Edición de dípticos
- Edición de cartelera
- Visitas informativas a municipios
- Visitas a los servicios de dependencia de cada municipio

## Programa 2: portal Web temático [www.dependentic.org](http://www.dependentic.org)

- Diseño del portal Web
- Todo sobre la Ley de la Dependencia
- Termómetro *online* de la dependencia
- Mapa de recursos para la atención a la dependencia
- Intranet corporativa para servicios profesionales y atención a la dependencia
- Plataforma *e-learning*
- Bolsa de empleo en el campo de atención a la dependencia
- Detección de necesidades de atención a la dependencia
- Espacio destinado a asociaciones
- Servicios de apoyo

## Programa 3: aproximando y conectando la dependencia

- Talleres con personas cuidadoras. El objetivo de este taller es, en primer lugar, generar debate y reflexión acerca del papel de muchas mujeres como cuidadoras de personas dependientes, en su mayoría familiares, para ponerlo en valor y, en segundo lugar, presentar los servicios que se ofrecen a través de Internet y del portal Web del programa en materia de atención a la dependencia.

## RECURSOS

Los recursos humanos implicados en esta iniciativa consisten en un equipo de la entidad, dedicado expresamente al proyecto. El presupuesto disponible para 2007 y 2008 fue de 239.000€. Gran parte de dicha financiación, 167.300€, procedió de una subvención concedida por el Ministerio de Medio Ambiente, y Medio Rural y Marino. También se recibieron otros fondos del Ministerio de Innovación, Tecnología y Ciencia durante el año 2008 para la creación del portal Web. Durante 2009, el proyecto se sustentó con fondos propios de ARACOVE.

**88,3%**  
de los visitantes  
a la Web fueron  
mujeres\*

#### PUESTA EN MARCHA

Por su carácter innovador e intangible, el inicio del proyecto se vio marcado por dificultades a la hora de transmitir los objetivos que se perseguían. Para solucionarlo, se trabajó con la población local y se realizó una toma de contacto con todos los ayuntamientos pertenecientes a ARACOVE para que comprendieran la necesidad de crear el servicio propuesto.

#### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Se realiza una evaluación del servicio mediante el análisis del número de visitas al portal Web y la valoración de los porcentajes de uso según servicios, lo que permite tener conocimiento de cuáles son las secciones más consultadas y, en base a ello, **adaptar las características del portal**.

El seguimiento de las actividades permite estar siempre en disposición de conectar los recursos requeridos con la población. La coordinación es fundamental para incluir toda la información disponible en la zona, garantizando la autorización de uso por parte de sus propietarios para la incorporación al portal Web.

#### PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados obtenidos son difíciles de medir, ya que los únicos cuantificables son las visitas al portal Web. Hasta el 31 de diciembre de 2008, el portal fue visitado por 3.561 personas, de las cuales 3.143 fueron mujeres. **Las secciones más visitadas fueron: «Bolsa de Empleo», «Formación», «Recursos» y «Ley de Dependencia».**

En cuanto a los talleres, las personas de la zona han acudido principalmente a los que se han desarrollado para difundir el proyecto y facilitar el aprendizaje del uso de la Web, realizados en los centros públicos de acceso gratuito a Internet (CAPI).

Aunque hasta el momento se han obtenido buenos resultados, es importante **continuar con esta labor, realizando talleres y explotando los datos del portal para que siga adecuándose a las necesidades de la población.**

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Las principales dificultades encontradas en los inicios del proyecto, fueron las derivadas de lograr la colaboración de las personas que disponían de información sobre los recursos existentes en los distintos municipios. Una vez en marcha el proyecto, la colaboración fue excelente por parte de todos los agentes, lo que ha permitido centralizar información y contar con permanente retroalimentación.

Actualmente, las dificultades existentes son de tipo económico, ya que el proyecto se inició con una subvención y actualmente no hay fondos para el mantenimiento del mismo.

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

#### CLAVES DEL ÉXITO

Las claves del éxito de este proyecto han sido la **innovación** y la **participación de todos los agentes** con información disponible relativa al medio rural, que han posibilitado llegar a un mayor número de personas necesitadas, con mayor rapidez y eficacia.

#### CONCLUSIONES

Este proyecto, innovador en la Comarca de las Vegas, cubre el doble objetivo de **informar a la población acerca de la Ley de Dependencia** y de **romper la «brecha digital»** a través del fomento de las nuevas tecnologías.

Las facilidades en el acceso a los servicios generan sensación de seguridad en la población. Con este acercamiento de la población a la existencia de los servicios de proximidad en su entorno y su localización concreta a través de la Web, se ha contribuido a que las personas residentes en el medio rural no sientan la necesidad de trasladarse a la ciudad para cubrir sus necesidades.

Además de su carácter innovador, otra gran ventaja del proyecto ha sido su **transferibilidad**. Al tratarse de un portal Web, es fácilmente exportable y accesible para todas las personas del medio rural. Esta experiencia se podría implantar en cualquier emplazamiento del medio rural, siempre que se cuente con la **colaboración de los protagonistas de cada zona** para su puesta en marcha. De hecho, el éxito del servicio ha permitido su transferencia a otros países europeos, como Austria, Italia y Portugal, a través del programa *Leonardo da Vinci*.

14

# RELACIONES INTERGENERACIONALES

MURCIA



**RESPONSABLE**

*Directora del Centro Social de Personas Mayores IMaS de San Javier:*

D.<sup>a</sup> Emilia Martínez Reche

*Trabajadora Social Centro Social Personas Mayores IMaS de San Javier*

D.<sup>a</sup> Dolores Casas Mateo

c/ Luis Garay, nº 39 / 30730 San Javier (Murcia)

T. 968 / 19 12 90 / 19 15 73

**12,3%**  
Tasa de  
envejecimiento\*

#### LUGAR

Este proyecto se desarrolla en el Centro de Día de San Javier, Murcia.

#### OBJETIVOS GENERALES

- Posibilitar las **relaciones intergeneracionales**, invitando a participar a mayores y jóvenes en diversas actividades.
- Conocer las necesidades de la otra generación y ampliar, desde la diversidad, los saberes de los participantes **permitiendo que personas de diferente origen, edad, etnia, clase social y género, interactúen y se conozcan**.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Aumentar la empatía entre diferentes generaciones** y grupos de edad.
- Crear lazos afectivos que traspasen su estancia en el aula.
- Fomentar la **tolerancia** de la población, acercándoles a realidades y sentimientos expresados en primera persona
- **Aprender a trabajar en equipo**, compartiendo un espacio de diálogo y respetando el turno de palabra y las necesidades de cada individuo.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

El papel de los mayores en la sociedad actual ha cambiado considerablemente debido al aumento de la esperanza de vida y a la adquisición de una mayor independencia y actividad tras la jubilación. Por otra parte, existe un gran desconocimiento de la realidad de las diferentes generaciones y una falta de comunicación entre ellas. Por ello, las actividades consistentes en la realización de encuentros entre mayores y niños resultan muy **enriquecedoras** para ambos, ya que los mayores sienten reconocida su labor transmitiendo conocimientos y los niños incorporan nuevos valores para su desarrollo emocional y social. Para los mayores, mantener el vínculo con los niños y transmitirles unos valores, supone una fuente de seguridad, autoestima y renovación, lo que hace que las actividades de promoción de relaciones intergeneracionales sean regeneradoras y terapéuticas. El desarrollo de estas actividades se realiza fomentando el **intercambio de ideas y experiencias personales**, para así enriquecer la vida de todos los participantes.

En el marco de esta iniciativa, se llevan a cabo talleres de teatro, lecturas en común de cuentos populares, recitales de poesía, debates, así como jornadas y otros encuentros muy diversos: taller «Rompiendo estereotipos entre mayores y jóvenes»; entrevistas de los niños a los mayores, en las que éstos últimos relatan su vida;

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

jornadas de cooperación entre generaciones en Murcia; encuentro intergeneracional en la Universidad de Murcia, charlas-coloquio, meriendas, bailes intergeneracionales y gymkhanas.

Dentro del proyecto, también se participa en la organización de diferentes eventos. Con el desarrollo de estas actividades se pretende estudiar las celebraciones tradicionales y formar parte de las actividades programadas en ciclos culturales, fiestas y acontecimientos que se celebren en los colegios. Además de los beneficiarios directos, se informa a la población general de las actividades que se llevarán a cabo, a través de los medios de comunicación.

#### RECURSOS

Para la realización de este proyecto se dispone de los siguientes recursos humanos: una licenciada en psicología, una coordinadora de actividades, dos diplomadas en trabajo social y una estudiante en prácticas de la diplomatura de educación social.

En cuanto a los medios materiales, se dispone de invitaciones, material fungible (cartulinas de colores, bolígrafos, imperdibles, un silbato y fotocopias) y medios audiovisuales.

#### PUESTA EN MARCHA

El programa surgió tras observar el éxito y buenos resultados que se obtenían en iniciativas puntuales de este tipo organizadas todos los años, como la noche de Reyes Magos, el Día del Niño, etc.

La puesta en marcha comenzó por iniciativa de un grupo de profesores y personas mayores, que estaban convencidos de que las relaciones intergeneracionales tienen una importancia vital en el funcionamiento de la sociedad.

#### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Las actividades se evalúan de forma continua mediante el estudio y explotación de los siguientes indicadores: número personas mayores que participan en la actividad, número de charlas-debate realizadas y expuestas por los mayores, número de personas que participan en la actividad hasta el final, número de preguntas que les hacen los jóvenes, número de alumnos participantes y número de actividades anuales realizadas. Además, los coordinadores realizan una evaluación cualitativa mediante el análisis de las opiniones que se recogen por medio de encuestas y debates con los participantes. Las respuestas obtenidas son revisadas por todo el equipo de los programas intergeneracionales en reuniones internas, llevadas a cabo una vez por semana.

### PRINCIPALES RESULTADOS

El proyecto ha conseguido que las personas mayores se sientan útiles y necesarias en su comunidad, lo que ha aumentado su autoestima y seguridad. Además, se ha transmitido a los niños experiencias en primera persona, facilitando su asimilación y el desarrollo de nuevas habilidades sociales. Los lazos afectivos creados entre niños y mayores han aumentado la calidad de vida de ambas generaciones.

Cabe destacar especialmente el material que se ha elaborado como resultado de la actividad «**Conócelos y aprende: historias de vida**». Gracias al mismo, se ha confeccionado un dossier con todas las historias que relataron las personas mayores participantes que actualmente se encuentra a disposición de la población en la biblioteca municipal. De todas estas historias de vida, el periódico «El Municipio» seleccionó y publicó las tres más significativas (en ellas se trataban temas tan diversos como la infancia, juegos y poesías, la primera comunión, los noviazgos, las bodas, los embarazos, la participación en fiestas y costumbres, las canciones y dichos del pueblo, la guerra civil...)

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La mayor dificultad fue conseguir que existiera una coordinación entre las distintas instituciones implicadas. No ha habido problemas para conseguir implicación por parte de las personas mayores con otras generaciones, ya que se contaba con la experiencia previa de actividades puntuales de este tipo.

También es reseñable la limitación económica para llevar a cabo las actuaciones que, en ocasiones, han dependido de la **dedicación altruista** de los profesionales.

Se está trabajando para contar con más apoyo institucional que garantice la viabilidad en la continuación del proyecto.

### CLAVES DEL ÉXITO

Las principales claves que han llevado al éxito de este proyecto son:

- Se ha realizado un pormenorizado **estudio de necesidades y demandas**.
- Se ha escuchado a los participantes en todo momento, incorporando sus sugerencias en el diseño y desarrollo del programa. Se entiende que los protagonistas deben ser los que expongan las necesidades que detectan y los técnicos han de facilitar las herramientas para ejecutar las acciones planteadas.
- Se han aprovechado los recursos previos existentes en la zona, descartando actividades que necesiten un gran número de recursos técnicos o materiales.
- Se ha trabajado en equipo con un grupo multidisciplinar, logrando así consistencia y variabilidad de acciones.

- Se ha realizado una incesante búsqueda de apoyo institucional.
- Se ha mantenido la ilusión de los participantes en el programa, devolviéndoles los resultados obtenidos.

### CONCLUSIONES

El programa de relaciones intergeneracionales se ha llevado a cabo de forma continua **desde 1997** y todos los años se realiza una programación a desarrollar en diferentes **colegios, institutos, y centros de discapacitados**, dependiendo de las demandas de las distintas instituciones. Durante estos años se han fomentado las relaciones afectivas entre los participantes en el proyecto que, en muchas ocasiones, han traspasado el programa y han generado la puesta en marcha de nuevas actividades. A su vez, la creación de relaciones entre las instituciones y los profesionales ha hecho posible darle consistencia y continuidad temporal.

Mediante la realización de las actividades descritas anteriormente, los mayores experimentan una mejora de autoestima, ya que es evidente que los niños y jóvenes valoran las enseñanzas que reciben de ellos. Esta transmisión de la historia en primera persona es, en sí misma, una actividad de gran **riqueza cultural y social**. Por otro lado, conocer la realidad de todas las generaciones, compartir espacios, respetar el turno de palabra, y detectar las inseguridades de los demás, hace a las personas más tolerantes, hecho que se intenta aprovechar para poner de manifiesto la necesidad de mejorar los lazos afectivos y familiares en las comunidades, y mejorar la calidad de vida de todas las generaciones.

15

**DE ACAMPADA CON MIS ABUELOS:  
CAMPAMENTOS INTERGENERACIONALES  
DE VERANO EN LAS RESIDENCIAS DE MAYORES  
AMMA BETELU Y AMMA IBAÑETA-ERRO**

NAVARRA



**RESPONSABLE**

*Grupo Amma*

Director de Comunicación y Relaciones Institucionales: Roberto Rodríguez Andrés

c/ General Díaz Porlier 1, 3<sup>º</sup> izquierda / 28001 - Madrid

T. 91 781 76 05 / F. 91 577 57 06

comunicacion@amma.es

www.amma.es

**24,7%**  
Tasa de  
envejecimiento\*

#### LUGAR

La iniciativa se lleva a cabo en **dos residencias de personas mayores de Navarra**: la residencia de mayores Amma Ibañeta-Erro, ubicada en el municipio de Erro, y la residencia Amma Betelu, en el municipio de Beletu.

#### OBJETIVOS GENERALES

Crear un **entorno de convivencia** entre las personas mayores y los niños que acuden a los **campamentos**, acercando así a dos generaciones alejadas en el tiempo e involucrando al mismo tiempo a las familias. Para ello, se elabora un programa concreto que integra diferentes actividades encaminadas a potenciar la interrelación e intercambio de opiniones, deseos, modos de vida, valores y experiencias.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Que los niños y las personas mayores y acerquen lazos.
- Que los niños conozcan a las personas mayores más de cerca, rompiendo mitos y estereotipos, y que aprendan a cuidarlas y respetarlas.
- Que los niños reciban ayuda de las personas mayores aprendiendo de ellas, también en sus etapas avanzadas de la vida.
- Que los niños convivan con la fragilidad de las personas mayores, intentando que desdramaticen este concepto y aceptando que ser mayor forma parte del ciclo vital.
- Que los residentes reciban aire fresco con la llegada de los niños y con su convivencia durante unos días, rompiendo así también su rutina e intentando conseguir la mayor participación activa por su parte en las actividades.
- Que los residentes reciban otros puntos de vista y que aprendan, a su vez, de los niños.
- Que los residentes se sientan válidos y necesarios.
- Que residentes y niños disfruten durante unos días de la vida en común.
- Que ambos grupos realicen tareas interactivas, intercambiando opiniones, valores, cultura y experiencias.
- Que tanto niños como residentes sientan una satisfacción personal y una ilusión por la actividad realizada y los momentos compartidos.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

En el marco de las **actividades de innovación asistencial** que realizan los centros del Grupo Amma, ocupa un lugar muy destacado la celebración de encuentros intergeneracionales, en sintonía con las recomendaciones de la Red Intergeneracional del IMSERSO y de organismos internacionales. Estos encuentros son una oportunidad única para acercar a los mayores y a los más pequeños de la casa.

\* La Tasa de envejecimiento indicada se corresponde con el promedio de la Tasa de envejecimiento de los municipios donde se lleva a cabo el proyecto. Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

Según algunos expertos, la celebración de este tipo de iniciativas es una experiencia muy positiva para los mayores, con **repercusiones muy favorables en su estado de ánimo y en su sociabilidad**. Además, para los niños constituye también una actividad muy enriquecedora ya que les permite conocer mejor a sus mayores y adecuar a la realidad los esquemas y estereotipos que se asocian a la tercera edad. En definitiva, el hecho de acercar a dos generaciones alejadas en el tiempo, mientras se disfruta de actividades en común, reporta beneficios a unos y a otros.

Durante el desarrollo del programa, mayores y pequeños viven juntos en la propia residencia compartiendo numerosas actividades. Los niños duermen durante los días que dura la convivencia en las propias residencias, bien en los jardines con tiendas de campaña o en el interior de los centros, estando acompañados en todo momento por monitores.

Durante el día, todos comparten un variado programa de actividades lúdicas y culturales, entre las que se incluyen **talleres de manualidades/cocina/pintura, juegos, competiciones deportivas, concursos, gymkhanas, actividades de cine/teatro/cuenta cuentos, excursiones y fiestas de disfraces, entre otras muchas**. Además, los niños ayudan a los mayores en actividades cotidianas, como clases de gimnasia, y llevan a cabo también actividades propias de un campamento de verano, como corresponsabilidad a la hora de hacer las tareas domésticas (poner y recoger la mesa en la que comen ellos, fregar sus propios platos...).

En relación con este último punto, en el diseño del proyecto se tiene en cuenta que para los niños participantes, las actividades deben corresponderse con las que se realizan en un campamento; es decir, debe haber una serie de actividades, tanto educativas como de ocio, que no hagan desvirtuar esta figura tan difundida entre los escolares. Por su parte, para los residentes, el día a día tampoco debe alterarse demasiado; es decir, se deben realizar las actividades de siempre pero con un enfoque intergeneracional. Así, se mantienen las actividades terapéuticas y de ocio habituales, que durante esa semana se tiñen de la alegría que proporciona la participación de los niños.

Este programa se lleva a cabo con la colaboración del **Foro QPEA de Investigación y Docencia sobre Calidad de Vida en las Personas de Edad Avanzada y la Fundación Caja Navarra**.

#### RECURSOS

##### Recursos humanos

El liderazgo del proyecto recae en un miembro del equipo técnico, generalmente sobre los animadores socioculturales, junto con la Dirección del centro que es la responsable e impulsora del proyecto. En la revisión del proyecto participa la Dirección Técnica y de Calidad de Amma, que conoce, revisa y aprueba todas las actividades.

Los animadores socioculturales del centro colideran el proyecto, por lo que coordinan, diseñan y supervisan todas las actividades y su realización (junto con los trabajadores sociales). Se encarga también de la provisión de recursos, de la difusión de las actividades, y del fomento de la participación, ayudada en esta última tarea por el personal asistencial técnico, el personal asistencial de base y el personal no asignado.

Los departamentos de comunicación, compras y administración de Amma se encargan de la preparación, presupuestos, dotaciones y recursos para el campamento.

Todo el personal del centro se involucra en el desarrollo del campamento, logrando así la implicación y participación activa de todos los profesionales en la medida de sus posibilidades. Así todo el personal del centro (personal de terapia ocupacional, psicología, fisioterapia y trabajo social) se implica en el diseño, evaluación y ejecución de las actividades, fomentando a su vez la participación en las mismas.

Además, se cuenta con la colaboración de monitores específicos de la Fundación Caja Navarra, que se ocupan del cuidado de los niños.

### Recursos materiales

Los gastos de la realización del campamento corren por cuenta del centro: mantenimiento, comidas, tiendas de campaña, regalos, láminas, juegos, pinturas, etc. Se cuenta también con una aportación económica del Foro QPEA a través de la cuenta «Tú eliges, tú decides» de la Fundación Caja Navarra.

En cuanto a recursos materiales y técnicos, toda la infraestructura del centro está a disposición del campamento. Las tiendas de campaña se montan en los jardines y las dependencias del centro de día se utilizan para las actividades que se realizan en el interior del centro.

### PUESTA EN MARCHA

En la organización de los campamentos intergeneracionales se tuvo en cuenta la opinión de las personas que iban a participar en los mismos. Así, en el Consejo de Participación de los centros (en el que están presentes trabajadores, familiares y residentes) se explicó esta iniciativa y se buscó consenso para llevarla a la práctica, en el marco del diseño y aprobación del programa anual de actividades.

El programa se examinó y se aprobó en una reunión multidisciplinar en la que se repartieron las tareas y las responsabilidades que esta iniciativa implica y se consensó llevar a cabo el proceso de actuación que a continuación se explica.

En los últimos días de mayo o primeros de junio se envía una carta personal del director del centro a todos los familiares, invitando a que los niños participen en el campamento. Se hacen labores de difusión de la actividad y de implicación tanto

de residentes como de familiares. En las mismas fechas, se habla con los departamentos de comunicación, compras y administración de Amma para la preparación, presupuestos, dotaciones y recursos para el campamento.

En la recepción del centro se recogen las inscripciones y los animadores socioculturales confirman las mismas. Una semana antes del campamento, en la reunión del equipo, se vuelven a revisar todos los detalles para comprobar que todo está acorde según lo planificado.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Para la evaluación de proyecto, se entregan unos cuestionarios a los participantes, donde pueden expresar sus opiniones.

Durante el campamento se realizan **reuniones con los monitores** para que éstos trasladen su visión interna acerca del desarrollo de las actividades, aspectos mejorables o posibles cambios para próximas ediciones de los campamentos.

Dentro de este proceso se han analizado aspectos como la normalización de la vejez por parte de los niños, la participación, el incremento de las ilusiones a la hora de enfrentarse a la vida, el intercambio de opiniones, experiencias y formas de vida en la niñez del pasado respecto a la actual, el sentimiento de valía personal, la huida del aislamiento y el fomento de la autoestima y la motivación. Tras celebrar una puesta en común, los profesionales realizan una memoria-resumen, que incluye información sobre la evaluación del campamento, las ideas de los profesionales y la opinión de los participantes, además de recoger propuestas de mejora para las siguientes ediciones de la experiencia.

Se trabaja a su vez en la recopilación de la siguiente información:

- **Anecdotarios de los monitores**, comprobando diferencias entre este tipo de campamentos y los realizados con niños de manera exclusiva.
- Impacto de los campamentos como noticia en los medios, tanto escritos como sonoros y visuales.
- **Otros materiales de evaluación**, como diarios que los niños realizan sobre su estancia en el campamento, anecdotario de los mayores, recogidos verbalmente, o historias de vida en las que aparecen descripciones de los días pasados en el campamento.
- **Información sobre las visitas de los niños a familiares**, así como a no familiares, después de los campamentos, tras comprobar que los niños establecen relación con otros mayores además de los suyos propios, y de que continúan con la relación pasado el tiempo.

Desde hace algunos años los datos que se recogen en los campamentos se envían a la Red Intergeneracional del IMSERSO, formando parte de una investigación, llamada «Intergen», con cerca de treinta programas intergeneracionales en toda España. En ella se miden diferentes aspectos relacionados con los mayores, los niños o la comunidad. Los instrumentos de evaluación empleados han sido una entrevista semiestructurada a los coordinadores de los programas, grupos de discusión con personas mayores y niños, y un cuestionario que recoge diversos aspectos de estos programas.

#### PRINCIPALES RESULTADOS

Del desarrollo de la actividad se ha desprendido que **el 97,9% de las personas mayores piensa que participar en actividades con niños ha favorecido que se sientan útiles para los demás, el 94,9% ha reconocido que mejora mentalmente y el 93,8% ha asegurado sentirse mejor físicamente.** También han afirmado que se han encontrado más activos y han aumentado la sensación de bienestar o el disfrute del ocio y tiempo libre. Además, el 88,5% ha declarado que ha aumentado su interés por ser una persona más activa en la sociedad. Por otra parte, el 88,7% de los niños ha asegurado que han mejorado sus relaciones con los mayores y el 85,2% ha revelado que ven más positivamente a las personas mayores.

En todas las experiencias desarrolladas hasta ahora se han observado resultados positivos para las dos generaciones. En el caso de los mayores, estos beneficios se han concretado en diversos aspectos como: un mayor número de conductas de ayuda entre ellos, más sonrisas y muestras de afecto, mayor sociabilidad, aumento de autoestima, mayor motivación, reducción de síntomas depresivos, mayor empatía, mejora en la percepción entre generaciones (de los jóvenes sobre las personas mayores y de los mayores sobre la juventud).

#### DIFICULTADES ENCONTRADAS

La principal dificultad ha sido encontrar un grupo de niños homogéneo en edad, para facilitar el juego entre ellos mismos, y con una distribución equitativa de sexos (debido a que siempre se apuntaron más niñas). En caso de las personas mayores que no tenían niños en su familia, se ha abierto la oferta a hijos de trabajadores del centro.

#### CLAVES DEL ÉXITO

- Todo el personal del centro se involucró en el desarrollo del campamento, logrando así la implicación y participación activa de todos los profesionales.
- La percepción de la residencia como lugar de encuentro y no como un centro apartado de la vida social.
- El mantenimiento de la estructura de «campamento», integrando a los niños en la vida diaria de la comunidad.

#### CONCLUSIONES

Como se ha podido comprobar en los resultados expuestos, la celebración de estos encuentros ha tenido una **acogida excepcional por residentes, familiares y trabajadores de los centros.** Además, ha tenido una destacada repercusión en términos de opinión pública, puesto que numerosos medios de comunicación, tanto prensa como radio y televisión, de ámbito autonómico y nacional, recogieron noticias y reportajes sobre esta iniciativa. Esta repercusión ha favorecido, por un lado, la proyección a la opinión pública de un concepto de las personas mayores alejado de los estereotipos tradicionales y, por otro, ha contribuido a promocionar los entornos rurales en los que se lleva a cabo.

En cuanto a áreas de mejora para el futuro, además de las propias que se identificaron cada año para la celebración de los campamentos de los siguientes veranos, se perfeccionarán los sistemas de evaluación, tanto cuantitativos como cualitativos, y se seguirá trabajando en el aumento de la implicación de las familias y del número de niños participantes.

16

**BIDEZ-BIDE** (SERVICIO DE TRANSPORTE)

**Y BIDELAGUN** (SERVICIO DE ACOMPAÑAMIENTO)

**PARA LA POBLACIÓN MAYOR  
DE LA ZONA RURAL**

PAÍS VASCO *Gipuzkoa*



**RESPONSABLE**

*Asociación Behemendi para el desarrollo rural de la comarca de Donostialdea-Bidasoa*

Dirección c/ Mendiburu N<sup>o</sup> 14

20180 Oiartzun (Gipuzkoa)

T. 943 49 02 19 / F. 943 49 36 61

behemendi@telefonica.net

Técnico / Responsable del proyecto: Ainhoa Amundarain

behemendi@telefonica.net

T. 943 49 02 19

15,8 %

Tasa de envejecimiento\*

#### LUGAR

El proyecto se desarrolla en la zona rural de la comarca de Donostialdea-Bidasoa (Gipuzkoa), que incluye los siguientes municipios Andoain, Astigarraga, Hernani, Hondarribia, Irún, Lasarte-Oria, Lezo, Oiartzun, Pasajes, Rentería, San Sebastián, Urnieta, Usúrbil.

Esta comarca se caracteriza por estar densamente urbanizada, ya que la mitad de la población de Gipuzkoa (300.000 habitantes) se concentra en la parte baja de los valles, donde se desarrollan las actividades urbanas. Colindante con estos valles se extiende un área amplia en la que dominan los usos rurales y que suponen alrededor del 80% de la superficie territorial de la comarca. Esta amplia zona rural tiene como característica principal la dispersión de su población en caseríos o casas muy alejadas unas de otras y del centro urbano.

#### OBJETIVO GENERAL

Mejorar la calidad de vida de las personas mayores de la zona rural de Donostialdea-Bidasoa.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reducir el aislamiento físico y geográfico.
- Reducir el aislamiento social y personal.
- Ofrecer la posibilidad de realizar actividades cotidianas a las personas mayores como hacer compras, realizar gestiones, etc, de forma autónoma sin depender de otra persona.
- Facilitar un adecuado seguimiento de la salud de las personas mayores, ofreciendo la posibilidad de acudir fácilmente a los centros de salud, sin que el alejamiento geográfico suponga un impedimento.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

*Bidez-bide* es un servicio de transporte gratuito para la realización de actividades cotidianas, como ir al médico, hacer compras, realizar gestiones en la entidad bancaria, acudir a servicios administrativos o sociales, etc. Los beneficiarios son fundamentalmente personas mayores de 65 años que viven en viviendas o caseríos aislados en la zona rural, sin acceso a transporte público y con problemas de aislamiento social. Es un servicio a demanda, previa llamada con un día de antelación al conductor de una furgoneta adaptada, para solicitar día y hora de traslado del caserío al centro urbano.

El proyecto *Bidez-bide* se ha puesto en marcha de forma gradual en los diferentes municipios de la comarca: en el año 2007 comenzó el proyecto *Bidez-bide* en Oarsoaldea (Oiartzun, Lezo y Rentería); en el año 2008 este servicio se extendió a los

\* La Tasa de envejecimiento indicada se corresponde con el promedio de la Tasa de envejecimiento de los municipios donde se lleva a cabo el proyecto. Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

municipios de Andoain, Urnieta, Hernani y Usurbil y en el año 2009 se puso en marcha en Irún y Hondarribia. De esta forma, el proyecto *Bidez-bide* resulta un servicio muy útil para evitar el aislamiento social y la lejanía de los servicios que sufre la población rural de esta comarca.

*Bidelagun* es un servicio de acompañamiento y paseo que se realiza en grupos. Los beneficiarios son fundamentalmente personas mayores de 65 años que viven en viviendas o caseríos aislados en la zona rural, sin acceso a transporte público y con problemas de aislamiento social. Es un servicio que se realiza por las tardes con una furgoneta adaptada que va recogiendo a los usuarios en sus casas, para trasladarlos al sitio de reunión o de paseo, para volver a llevarlos a sus casas al final de la tarde.

Teniendo en cuenta que la discapacidad física-psíquica tiene grados que marcan los niveles de disfuncionalidad, lo que se pretende con este servicio es ayudar en la ocupación del tiempo libre de quienes sufren limitaciones, con una oferta adaptada a su realidad. Se pretende invitar a las personas mayores o discapacitadas a que escapen de la rutina y a hacer del tiempo libre un aliado, para ello se realiza lo siguiente:

- Se diseña y plantea el tiempo libre de forma individualizada teniendo en cuenta las características del grupo (viajes, excursiones, cultura, deportes...).
- Se fomenta la relación humana y la comunicación frente a la soledad y el aislamiento.
- Se realiza un acompañamiento durante el tiempo libre en forma de paseos, asistencia a espectáculos, meriendas, conferencias, bailes, campeonatos, etc.

Para llevar a cabo estos servicios se trabaja en estrecha relación con los ayuntamientos, firmando con cada uno de ellos un convenio de colaboración, a través del cual los ayuntamientos se comprometen a financiar los gastos de personal y la Asociación Behemendi se hace cargo de la inversión en las furgonetas.

#### RECURSOS

- Recursos humanos: coordinador del servicio y conductor de la furgoneta (que realiza también la atención telefónica).
- Recursos materiales: furgoneta adaptada.
- Recursos económicos: a través de un convenio de colaboración, cada ayuntamiento se compromete a financiar los gastos de personal (aproximadamente 10.000€/año) y la Asociación Behemendi se hace cargo de la inversión en las furgonetas.

#### PUESTA EN MARCHA

En el año 2006 la Asociación Behemendi elaboró una estrategia para promover la realización de una serie de diagnósticos en la comarca de Donostialdea-Bidasoa, para detectar las necesidades sociales de las personas mayores de la zona rural a través de

entrevistas personales y en colaboración con el Departamento de Bienestar Social de cada municipio. Así, se elaboraron diagnósticos en Oiartzun, Lezo, Renteria, Usurbil, Hernani, Andoain, Urnieta, Astigarraga, Hondarribia e Irún.

Analizados los diagnósticos, el principal problema que tenían las personas mayores de 65 años era la falta de transporte para realizar actividades cotidianas (como acudir al médico, hacer compras, etc). Por ello, a partir del año 2007, la Asociación Behemendi comenzó a dar un servicio para facilitar a la población de la tercera edad que habita en la zona rural, utilizando una furgoneta adaptada, el desplazamiento hasta los núcleos urbanos más cercanos y así cubrir sus necesidades más básicas.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Se ha realizado un **seguimiento diario del número de usuarios**, al igual que una serie de encuestas anuales para conocer el grado de aceptación del servicio. Todos estos datos han sufrido un tratamiento estadístico exhaustivo.

El coordinador del servicio, técnico de la Asociación Behemendi, lleva a cabo el control y la gestión del servicio para su correcto funcionamiento y la actualización de información y publicidad sobre el servicio, el mantenimiento de equipamiento dependiente del servicio, el contacto con los diferentes Departamentos de Bienestar Social de los ayuntamientos, y atención a quejas y sugerencias de usuarios.

### PRINCIPALES RESULTADOS

Los principales resultados que se han conseguido con la puesta en marcha de estos servicios:

- Se ha hecho frente al problema de aislamiento que provoca la falta de transporte público en la zona rural.
- Se ha facilitado y ampliado la movilidad de las personas mayores de la zona rural.
- Se ha respondido a las necesidades de transporte de personas mayores de 65 años y discapacitados que viven en la zona rural, en viviendas aisladas, sin acceso a transporte público y con problemas de aislamiento social, además de a personas sin carné de conducir, fundamentalmente mujeres mayores de 50 años, que dependen del marido o de los hijos para trasladarse al centro urbano.
- En definitiva, ha mejorado la calidad de vida de las personas mayores manteniéndolas en su entorno, el medio rural.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Los principales obstáculos encontrados, son la reticencia que tienen las personas mayores del entorno rural ante un servicio nuevo, por desconfianza y falta de costumbre a la hora de solicitar ayuda. Por ello desde el principio se ha tenido que hacer una labor de información directa, casa por casa, para informarles de las características de los servicios y la facilidad para utilizarlos (a través de una llamada telefónica).

### CLAVES DEL ÉXITO

Las principales claves del éxito han sido:

- Detectar las necesidades de las personas mayores del entorno rural a través de la realización de unos **diagnósticos basados en entrevistas personales**.
- Apostar por la mejora de la calidad de vida con la utilización de una furgoneta adaptada y una escala móvil, que en muchos casos ha sido fundamental para determinadas personas, teniendo en cuenta las barreras arquitectónicas (fundamentalmente escaleras) que existen en los caseríos
- Fomentar la autonomía de personas autónomas que, por la falta de transporte, eran totalmente dependientes; así como evitar el aislamiento personal y social de las personas por vivir en un entorno rural disperso.

### CONCLUSIONES

Esta iniciativa pone de manifiesto las ventajas y beneficios de un transporte a demanda en una zona rural tan extensa y dispersa. A esto se suma la **integración de las personas de movilidad reducida**, fomentando la vida independiente de estas personas.

Toda Guipúzcoa presenta similares condiciones de marcada orografía y elevada dispersión de los caseríos, por lo que mucha población de estas zonas rurales se ve desprovista del transporte público. Este proyecto tiene la posibilidad de ampliarse a toda la provincia, además de poder extenderse a otras comunidades autónomas que presenten similares características.

Se prevé la continuidad del servicio debido al gran éxito que está teniendo entre la población rural. Para ello se han renovado los convenios firmados con los Ayuntamientos de Oiartzun, Lezo, Renteria, Andoain, Urnieta, Hernani y Usurbil para seguir con los programas *Bidez-bide* (servicio de transporte) y *Bidelagun* (servicio de acompañamiento) y en breve se podrá firmar un convenio con el Ayuntamiento de Irún.

17

# UN TECHO PARA LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

LA RIOJA



**RESPONSABLE**

*Asociación para la Demencia de Alzheimer de Alfaró*

Responsable de la iniciativa: M<sup>a</sup> Aranzazu Sola Marcilla

Personas de referencia: M<sup>a</sup> Pilar Conde Pasquier (Presidenta)

y M<sup>a</sup> Aranzazu Sola Marcilla (Trabajadora Social, Directora del centro de día)

26540 Avda. Burgo Viejo s/n

T. / F. 941 18 21 94

asociacionalzheimer@hotmail.com

15,8 %

Tasa de envejecimiento\*

#### LUGAR

Este proyecto se lleva a cabo en el centro de la **Asociación para la Demencia de Alzheimer de Alfaro**, ciudad perteneciente a la Comunidad Autónoma de La Rioja y situada al Este de la provincia, en La Rioja Baja. Alfaro es la cabecera de la comarca a la que da nombre y el municipio más extenso de toda la comunidad, limítrofe con la Comunidad Foral de Navarra, albergando una población aproximada de 10.000 habitantes.

#### OBJETIVO GENERAL

- **Atender a las familias con enfermos de Alzheimer**, tratando de solucionar los problemas cotidianos que surgen a raíz de la enfermedad, y facilitar el acercamiento de todas las personas sensibilizadas con la enfermedad que desean recibir información y ayudar en la medida de sus posibilidades.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mantener, a través de la asociación, un punto de encuentro que sirva de referencia a las familias que busquen ayuda.
- **Reducir el trabajo** adicional al que se enfrentan **las familias de los pacientes** mediante el cuidado del enfermo durante unas horas. Se pretende que los familiares puedan desempeñar otras actividades, sabiendo que mientras el enfermo está realizando **talleres terapéuticos** que le ayudan a ralentizar el proceso de la enfermedad.
- Conseguir que las familias tengan pleno conocimiento de la **evolución de la enfermedad**, además de **formación** sobre cómo dar apoyo afectivo y emocional a los pacientes.
- Mantener un **servicio de biblioteca** para que las personas interesadas en conocer la enfermedad puedan disponer de bibliografía y solicitar el préstamo de libros.

#### DESCRIPCIÓN DE LA ACTUACIÓN

La enfermedad de Alzheimer incapacita a las personas que la padecen. Se trata de una enfermedad progresiva y degenerativa que, hoy por hoy, no tiene cura. Los fármacos, unidos a la estimulación activa de los pacientes, van encaminados a ralentizar el proceso en la medida de lo posible.

Con las actividades estimulantes que se desarrollan en este proyecto se prolonga la autonomía del paciente, contribuyendo a liberar al cuidador para que pueda realizar otras actividades y mejorando la calidad de vida de uno y otro.

Los talleres propician las relaciones sociales, tanto de los pacientes como de sus cuidadores. Por un lado, los afectados por el mal de Alzheimer tienden a recluírse en

sus domicilios, perdiendo sus amistades y contactos sociales. La asistencia al centro promueve que estas personas recuperen el sentido de pertenencia a un grupo y, en muchos casos, desarrollen nuevos lazos afectivos. Por otro, estas actividades brindan a los cuidadores la oportunidad de compartir experiencias y preocupaciones con personas que comprenden la situación por la que están pasando.

En conjunto, este proyecto pretende ser un servicio específico para personas con demencia de tipo Alzheimer, partiendo como base de las necesidades especiales que tienen, mediante la organización de una sede que agrupe el trabajo de estimulación y que finalmente se convierta en un centro de día para personas que sufren esta enfermedad.

Desde su puesta en marcha, la Asociación ha desempeñado una labor de formación, información, educación y sensibilización, a través de la realización de diversas actividades tales como cursos, charlas en distintos centros educativos y centros de salud de la región, eventos informativos por el Día Mundial del Alzheimer y fiestas locales, entre otras.

Sin duda alguna, la apuesta más importante de la Asociación es el proyecto *«Educar puede ser la solución»*, que integra una parte teórica consistente en terapias de grupo, donde los familiares aprenden qué es la enfermedad y cómo convivir con el paciente, compartiendo sus experiencias con las demás familias. Este proyecto integra también una segunda parte totalmente práctica. Dicha parte práctica se compone de los siguientes **talleres**:

- **Actividades relacionadas con la vida diaria:** entender y ejecutar órdenes sencillas, (como poner la mesa) y garantizar el cuidado personal (vestirse, abrocharse, etc.).
- **Terapia ocupacional:** se trabaja con actividades de tipo lúdico para aprovechar su efecto terapéutico.
- **Psicomotricidad:** gimnasia activa (baile), gimnasia pasiva y orientación espacio-temporal (fecha, qué tiempo hace, etc.).
- **Estimulación cognitiva:** potencia las capacidades que conserva el paciente (vocabulario, conversación, cálculo, orientación y praxis) y se realizan tareas para trabajar los sentidos (reconocer sonidos, escuchar música, pintar láminas, grafomotricidad, etc.).
- **Orientación a la realidad, audiovisuales y reminiscencia:** se trata de ayudar a los enfermos a orientarse en el espacio y en el tiempo, recordándoles la fecha en la que viven y manteniendo el contacto con el mundo a través de la lectura de periódicos, la visualización del telediario, así como diversas fotografías y películas.
- **Terapia grupal:** dirigida a todos los familiares y cuidadores que tienen a su cargo un enfermo de Alzheimer.

\* Fuente INE. Revisión del Padrón Municipal de habitantes 2009

El proyecto también contempla actividades como el préstamo de libros (servicio dirigido a todas las personas interesadas en informarse sobre del tema) y préstamo de material ortopédico.

Existe una coordinación con todos los recursos, intentando no duplicar servicios que ya se realizan desde el Ayuntamiento de Alfaro u otras entidades.

### RECURSOS

Los recursos humanos necesarios para llevar a cabo este proyecto son un trabajador social, un psicólogo, dos monitores para talleres, un técnico socio-sanitario, un auxiliar de enfermería, dos personas que se encargan de dirigir, ejecutar y valorar los talleres que se hacen con los enfermos, un auxiliar administrativo y varios voluntarios.

En cuanto a los recursos materiales empleados, se concretan en las herramientas propias de los profesionales como diarios de campo y fichas para los técnicos de los talleres, informes sociales, historiales y diarios de campo para el trabajador social, etc. También se requieren aparatos para la revisión del azúcar en sangre y la tensión, una camilla para masajes y material ortopédico para el servicio de préstamo.

Se cuenta desde mayo de 2003 con una sede propia y sin barreras arquitectónicas donde se centralizan todos los servicios que ofrece la asociación. Dicha sede cuenta con dos salas. Una sala de acogida está destinada a recibir a las personas que se interesan por la enfermedad y a las familias que precisan información y que sirve como oficina para las gestiones administrativas de la asociación. La otra sala es para la realización de talleres y en ella se llevan a cabo las actividades con los enfermos de Alzheimer o con otro tipo de demencia de características similares.

La iniciativa es apoyada por las siguientes entidades: el Ayuntamiento de Alfaro, la Fundación La Caixa, un grupo de empresas Alfareñas y Caja Madrid.

### PUESTA EN MARCHA

La Asociación para la Demencia de Alzheimer de Alfaro, nació en enero de 1.997, tras detectar en dicha localidad un total de 15 personas que precisaban atención y apoyo para sobrellevar la enfermedad. Fue fundada tras una ponencia sobre Alzheimer convocada con ayuda de la Concejalía de Bienestar Social. En ese momento se constituyó la Junta Directiva y se fijó una primera cuota para gastos de inscripción de la entidad. La sede de reuniones de la Junta Directiva se fijó en un local cedido por un empresario de la región, que puso a disposición también sus equipamientos. Este emplazamiento es a su vez la sede de la Asociación de Disminuidos Físicos de Alfaro (ADISFA), con quien se colaboró estrechamente desde el principio.

Tras el Congreso de Alzheimer en Pamplona se obtuvo la ayuda de la Fundación La Caixa para adquirir material de estimulación. El Ayuntamiento también se adhirió a la colaboración y en poco tiempo se dispuso de una sala compartida con otras asociaciones locales donde realizar una terapia de grupo con familias, dependiendo así en menor medida de ADISFA.

En 1998 comenzaron los talleres de estimulación cognitiva, realizados en un principio en los domicilios particulares. Más adelante, el ayuntamiento cedió una edificación cuyas barreras arquitectónicas fueron mejoradas progresivamente, especialmente en 2003, tras el convenio a tres bandas entre la Asociación, el Ayuntamiento de Alfaro y la Fundación La Caixa que, junto con la donación de varios empresarios, hicieron posible convertir la sede en el actual centro de día «La Florida». De esta forma, los pacientes pueden acudir al centro y se trabaja con todos a la vez, pudiendo ampliar el horario de atención en función de las necesidades.

Desde 1998 se realizan tanto talleres de estimulación con enfermos, como terapia de grupo con familias, y se cuenta con servicio de préstamo de bibliografía.

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Para el seguimiento del proyecto, cada año se lleva a cabo una evaluación continuada y una evaluación final. El trabajador social, los responsables de los talleres y voluntarios evalúan diariamente el funcionamiento del proyecto, mientras que el auxiliar administrativo y la Junta Directiva lo hacen semanalmente. Cada equipo elabora una evaluación mensual. También mensual y anualmente, se lleva a cabo una evaluación conjunta de todos los equipos. Con los resultados obtenidos en las distintas evaluaciones, se ejecutan los reajustes pertinentes.

Los puntos a evaluar en el seguimiento del proyecto son, entre otros, el **grado de satisfacción** con las actividades que se realizan por parte del enfermo y de la familia, el **grado de ansiedad** que muestra el cuidador tras este tiempo de **descanso**, las **mejorías** en el **estado** de los enfermos tras la realización de las actividades y que luego el cuidador puede apreciar en el domicilio, la **capacidad de autonomía del enfermo**, la constancia en la tarea y el **grado de movilidad**, así como el nivel de atención del mismo.

### PRINCIPALES RESULTADOS

- Se ha conseguido integrar la enfermedad y **concienciar a la sociedad** de la misma.
- Se ha creado un lugar de referencia en temática de Alzheimer o demencias similares.
- Se ha conseguido evitar que muchos enfermos y cuidadores tengan que sufrir la enfermedad en solitario.

### DIFICULTADES ENCONTRADAS

Inicialmente el mayor reto fue que la **iniciativa** perdurase y se hiciese un hueco en la sociedad, siendo **aceptada, respetada y valorada**. Fue complicado convencer a las familias de que llevar a los enfermos al centro no debía considerarse un abandono, sino una forma de mejorar la calidad de vida de todos los miembros de la familia.

Actualmente, la **dispersión de la población** plantea otra dificultad importante, pues la mayoría de los pueblos atendidos no superan los cien habitantes y eso hace más costoso en tiempo y dinero el transporte para recoger a los pacientes.

En cuanto a dificultades económicas, los gastos de personal son elevados y se costean gracias a las cuotas de los 370 socios, las ayudas de la Comunidad Autónoma de La Rioja y el Ayuntamiento de Alfaro, la recaudación en los aperitivos populares, la cuota de las familias, el evento del Día Mundial del Alzheimer y las empresas privadas. El gasto de trabajadores y otras iniciativas como la compra de material ortopédico y el mantenimiento del centro cuentan con el apoyo económico de entidades privadas.

La limitación de espacio y de tamaño del centro, plantea un problema que se va superando progresivamente: En este momento, existen talleres de un día por semana para que los pacientes en fase inicial de la enfermedad puedan seguir con una vida normal. Una vez que pasan a la siguiente fase, más dependiente, pueden acudir al centro de día por la mañana, por la tarde o mañana y tarde. Existe una falta acusada de espacio para el desarrollo de las actividades, que se prevé sea subsanada por la Comunidad Autónoma, que destinará los bajos de las viviendas del IRVI para un nuevo centro de Alzheimer de más de 300 m<sup>2</sup>.

### CLAVES DEL ÉXITO

Las claves del éxito de este proyecto han sido:

- La **seriedad**, la transparencia y el desarrollo progresivo de las cosas.
- El **voluntariado**, que constituye un pilar básico para el funcionamiento del centro. En este momento sólo hay cuatro trabajadores contratados en el centro y hay treinta voluntarios.
- La **evaluación de cada actividad**: diariamente se evalúa a cada paciente y se tiene un conocimiento diario de cómo se encuentran.
- La **especificidad del recurso solo para Alzheimer y demencias similares**, y no para otro tipo de personas dependientes.

### CONCLUSIONES

El acercamiento de un servicio específico de Alzheimer al domicilio del enfermo **evita el desarraigo**. Este servicio, que se presta a diez familias de Alfaro, ha sido clave para que estas personas no hayan tenido que ser trasladadas fuera del entorno familiar, lo que facilita la participación social de los mayores en su entorno.

La coordinación sociosanitaria existente entre los profesionales del centro y los profesionales externos es una garantía para el buen funcionamiento del proyecto, con el que se consigue una fijación de población, dotando a la vez a las zonas rurales de los servicios necesarios.

# ANEXO

COMUNIDAD AUTÓNOMA	Población > 64 años <sup>1</sup>		Población > 64 años <sup>2</sup> 1991-2007	Tasa de envejecimiento (%) <sup>3</sup>		Personas > 64 años con discapacidad (2008) <sup>4</sup>	% Tasa de actividad personas > 55 años <sup>5</sup>		Servicio de ayuda a domicilio Índice de cobertura (%) <sup>6</sup>	Centros de día para personas dependientes Índice de cobertura (%) <sup>6</sup>
	Mujeres	Hombres		Mujeres	Hombres		Hombres	Mujeres		
<i>Andalucía</i>	676.842	502.466	365.547	16,57	12,56	390.900	26,4	10,3	3,9	3,59
<i>Aragón</i>	148.277	113.138	49.207	24,01	18,86	70.100	29,1	12,5	4,3	0,64
<i>Asturias (Principado de)</i>	139.548	95.970	52.129	24,81	18,78	66.900	23,5	11,7	4,6	0,71
<i>Baleares (Illes)</i>	79.951	61.103	40.487	16,76	12,57	34.400	33,4	17,1	3,3	0,31
<i>Canarias</i>	140.429	111.524	109.742	13,57	10,45	67.200	32,5	15,0	3,5	0,96
<i>Cantabria</i>	62.294	44.089	25.218	21,78	16,34	22.800	27,5	14,0	3,6	0,68
<i>Castilla y León</i>	324.073	245.265	119.522	25,39	19,83	174.600	25,6	10,5	4,8	SIN DATOS
<i>Castilla-La Mancha</i>	202.130	159.371	86.173	21,94	17,62	119.200	26,3	9,8	7,8	1,41
<i>Cataluña</i>	686.992	496.636	321.066	19,86	14,82	299.600	33,8	16,7	4,8	0,62
<i>Comunidad Valenciana</i>	448.577	345.340	268.520	18,50	14,22	254.900	31,6	13,3	2,7	1,56
<i>Extremadura</i>	118.426	88.592	44.560	21,62	16,50	69.300	24,8	8,5	9,9	0,27
<i>Galicia</i>	350.573	247.710	148.075	23,85	18,01	190.400	25,2	13,3	1,7	0,49
<i>Madrid (Comunidad de)</i>	521.519	354.031	290.179	16,76	12,18	245.800	35,5	17,1	8,0	0,60
<i>Murcia (Región de)</i>	108.302	83.130	67.243	16,23	12,35	70.700	29,1	12,6	1,7	0,21
<i>Navarra (Comunidad Foral de)</i>	60.594	45.126	25.929	20,62	15,52	28.500	30,3	13,0	3,4	0,24
<i>País Vasco</i>	231.981	165.151	130.506	20,47	15,26	104.300	27,9	13,6	5,5	0,70
<i>Rioja (La)</i>	32.149	24.564	13.293	22,06	17,13	11.200	33,2	12,0	5,3	SIN DATOS
<b>TOTAL</b>	<b>254.862</b>	<b>187.247</b>	<b>126.906</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>130.635</b>	<b>29</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>1</b>

1: Fuente: INE, INEBASE, Revisión del Padrón Municipal de Habitantes a 1 de enero de 2007. Consulta en noviembre de 2008  
2: Fuente: INE, INEBASE, Revisión del Padrón Municipal de Habitantes a 1 de enero de 2007. Consulta en noviembre de 2008  
3: (población>64 años/pob total)\*100. Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Censo de Población y Vivienda 2001

4: Fuente: INE, INEBASE, Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y situaciones de Dependencia 2008. Avance de resultados. Consulta en noviembre de 2008

5: Fuente: INE, Encuesta de Población Activa. Consulta en julio de 2008

6: (usuarios/población>65 años)\*100. Fuente: Estadísticas autonómicas en: «Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas. Informe 2008». Instituto de mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). Año 2009



BUENAS PRÁCTICAS EN  
**DESARROLLO RURAL**  
Y **PERSONAS MAYORES**

Este catálogo de Buenas Prácticas en Desarrollo Rural y Personas Mayores es una valiosa herramienta de difusión e intercambio de las actuaciones realizadas en la última década en el territorio español. Actualmente las políticas de desarrollo rural prestan mayor atención a la realidad demográfica de las zonas rurales, que en los últimos años se caracterizan cada vez más por el despoblamiento y envejecimiento de sus habitantes, lo que incrementa el riesgo de aislamiento del medio rural y aumenta la vulnerabilidad de las personas mayores. En el contexto descrito, la búsqueda de soluciones a estos problemas, además de suponer un reto para el futuro y la sostenibilidad del medio rural, puede ser vista como una oportunidad para la revitalización y la diversificación de la economía rural.

El camino recorrido hasta el momento por las organizaciones de desarrollo rural y las entidades públicas supone, junto a la aprobación de un marco normativo específico – *Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia* y *Ley 45/2007 para el Desarrollo Sostenible del Medio Rural* –, un esfuerzo por garantizar el mantenimiento de la población rural y la mejora de su calidad de vida, garantizando unos servicios públicos adaptados a las características específicas del territorio y adecuados a las necesidades de la población.

La publicación y difusión de estas experiencias persigue prestar una atención prioritaria a las necesidades de las personas mayores, aumentando su autonomía y, por tanto, sus posibilidades de participación social.