



entre todoCAS



Constancio Rodríguez Martín

Presidente de la Asociación Amigos de Pescueza (Cáceres) entidad dinamizadora del proyecto *Quédate con nosotr@s*, de atención y acompañamiento a las personas mayores



Modelo de cuidados a personas mayores

Experiencia de cuidados a personas mayores en la comarca del Bajo Tormes en Salamanca





DESPEDIDA



El 5 de diciembre nos dejó Blas Berzal Cáceres, expresidente de CODINSE, de profesión y de vocación Maestro, en mayúsculas. Querido y respetado por todos sus alumnos, dinamizador de asociaciones, de actividades culturales, de debates de despoblación, de propuestas de desarrollo personal y territorial. Blas ha trabajado por el Nordesde de Segovia, ha creído en sus gentes, no le cundió el desánimo ante las adversidades, siempre les hizo frente desde esa serenidad, discreción y elegancia que le ha caracterizado. Queremos tenerle siempre presente dejando testimonio de sus acciones y sus reflexiones, entre otras: «Este territorio, sigue vivo, sigue en pie, porque hay personas que todos los días salen a la calle, y todos los días salen al campo a pisar la tierra que les vio nacer y esperan ceder a sus hijos e hijas», «Tenemos una obligación con nuestros mayores, debemos facilitar su permanencia en la tierra que les vio nacer».

¡Hasta siempre compañero del alma!

ENRED@NDO

Este mes desde CAS hemos estado visitando otras experiencias que nos han aportado nuevas visiones y reflexiones, de ambas nos llevamos ideas para mejorar nuestros proyectos. Así desde el P. *Me quedo en mi casa y en mi entorno*, acogidos por el Ayuntamiento de Cantalojas (Guadalajara) conocimos la gestión de la *Vivienda tutelada de mayores*. <http://www.cantalojas.es/wp-content/uploads/PLIEGOS-VTM-CANTALOJAS-2017.pdf>



Desde el P. *También contamos* nos desplazamos hasta Carbajosa de la Sagrada (Salamanca), recibidos por las autoridades y técnicos municipales, nos contaron el interesante proyecto de participación con la infancia y juventud: *La ciudad de los niños*: <http://ciudaddelosninosdecarbajosa.es/>



En este número han colaborado: Teresa Ibáñez Martínez, Constanco Rodríguez Martín, Juan Jesús Delgado Pascual, el Grupo de Mayores de CAS *Me quedo en mi casa y en mi entorno*, las personas protagonista y los colectivos de CODINSE, ADECASAL, ISMUR, AMUCA, Escuelas Campesinas de Segovia, Palencia y Salamanca, C.D.R. Tierra de Campos, las asociaciones El Telar, Alto Jalón, Zaragata, Zambra, Mojo Picón de Canarias y La Columbeta. | Imágenes: Personas y entidades participantes en este número. | Consejo de Redacción: Patricia Rodríguez de Lizana A., Juan Jesús Delgado P., Rosa Mª Arranz G. y Ana Encinas M. | C/ Eras, 28, 40551 - Campo de San Pedro, Segovia - Tfno 983 326401 | sede@ong-cas.org | Depósito Legal: SG199/2015 | Impresión: Gráficas Lafalpo - Valladolid. | Imagen de portada: «Participación en una fiesta local» - Autor: Escuelas Campesinas de Salamanca

Imagen de contraportada: «El cuidado de mayores no puede depender del código postal» - Autor: EECC Salamanca.



Aún tenemos voz

El colectivo de personas mayores es cada vez más numeroso, esto se debe, fundamentalmente, a la reducción de las tasas de mortalidad y al aumento de la esperanza de vida, junto con la progresiva caída de la tasa de natalidad.

La diversidad individual aumenta con la edad, el colectivo de personas mayores es un grupo heterogéneo. El envejecimiento más importante es el biológico, pero el fisiológico, el psicológico o el social pueden tener mucha repercusión en la vida de algunas personas. Este envejecimiento es un hecho individual que ocurre a diferentes tiempos, de modos diferentes, a ritmos y velocidades distintas y cada persona da importancia a un aspecto distinto.

El envejecimiento poblacional es algo que afecta a todos los órdenes de la sociedad, programación de televisión y radio, estructura de los espacios urbanos y rurales, políticas públicas y en especial políticas sociales, anuncios televisivos, programas de actividades de los ayuntamientos, estrategias de ventas en las empresas y creación de productos específicos para el mercado de mayores, desarrollo de centros y servicios geriátricos y gerontológicos, desarrollo en las universidades de itinerarios formativos especializados en mayores, así como de estudios de postgrado y un largo etc. Esto exige una adaptación del resto de los grupos sociales, que tienen que desembarazarse de estereotipos trasnochados para ver, sin lastres antiguos, la auténtica realidad de las personas mayores hoy y sus enormes potenciales.

Las personas mayores de hoy son en buena parte activas, sanas; se cuidan para ser independientes y autónomas el mayor tiempo posible y demandan espacio y voz social. Tienen el deseo decidido de seguir ejerciendo sus derechos de ciudadanía y de participar en todo lo que incumbe y atañe como sociedad. Y este hecho exige a la sociedad integración total y que responda a estas aspiraciones y a enriquecerse con ellas. Envejecer en el medio rural tiene sus ventajas que a la vez conviven con una serie de inconvenientes y carencias nada fáciles de salvar, a pesar de ello las personas mayores desean envejecer en su pueblo y si es posible en su casa. Pero esto precisa de actuaciones y programas diferenciados que alcancen el objetivo de no discriminación.

En este número se presentan dos experiencias novedosas que pueden servir como modelos a seguir y propuestas muy interesantes para nuestra realidad gerontológica.

Necesitamos políticas flexibles que contemplen la diversidad desde una planificación integral, para promover el envejecimiento activo con programas y servicios específicos de calidad para las personas mayores en general y del medio rural en particular. Las personas mayores deben ser protagonistas de su proceso de envejecimiento para tener una mayor calidad de vida; para ello debemos implicarnos todos: administraciones, agentes sociales, familias, vecinos, etc.

Las personas mayores desean envejecer en su pueblo y si es posible en su casa. Pero esto precisa de actuaciones y programas diferenciados que alcancen el objetivo de no discriminación.

Necesitamos políticas flexibles que contemplen la diversidad desde una planificación integral para promover el envejecimiento activo con programas y servicios específicos.



La administración debe entender y aplicar criterios adaptados a la diversidad, ya no sirve la estandarización de servicios y precio.

Pescueza, un pueblo implicado con sus mayores

La Asociación Amigos de Pescueza es un ejemplo de participación y dinamización en la atención integral a las personas mayores.

CONSEJO DE REDACCIÓN | Constancio Rodríguez Martín es Presidente de la Asociación Amigos de Pescueza (Cáceres) entidad dinamizadora del proyecto de atención integral a las personas mayores. Esta localidad de escasos 160 habitantes ha apostado por la atención y cuidado de las personas mayores. Hoy ofrece desde comidas en el Centro de Día hasta el proyecto, en proceso, de videovigilancia nocturna en la propia casa, pasando por el traslado de las personas mayores al Centro de día, a las consultas médicas, etc. en pequeños vehículos adaptados eléctricos.

Una de las claves de este proyecto está en el pueblo cuidador y la implicación y responsabilidad de todas las personas en el mismo, incluidos mayores y jóvenes, así como las personas vinculadas y amigas del pueblo.

Dinos brevemente en qué consiste vuestro proyecto de atención para las personas mayores.

El Proyecto *Quédate con nosotr@s* tal y como nos gusta seguir llamándolo, es un intento organizado por la inmensa mayoría de las personas de Pescueza, residentes o no, por generar un proceso de cuidados a nuestros mayores que favorezca



la permanencia en el entorno de manera real, clara y efectiva de las personas mayores, sin renunciar a la calidad en la prestación del servicio recibido.

¿Cómo surge esta iniciativa?

La iniciativa tiene ya casi una década de recorrido desde su germen allá por el año 2010. Un grupo de personas entendimos entonces que era necesario adelantarse a los tiempos y romper con los esquemas que dejaban los cuidados de las personas mayores como un mero proceso de

institucionalización de los servicios de atención cuando no como un servicio privado. Era necesaria una respuesta adaptada a la realidad y sobre todo a las necesidades sentidas de nuestras personas mayores, más allá de concepciones normativas o acuerdos formales entre administración, ciudadanos y ciudadanas.

¿Cómo habéis logrado implicar a todo el pueblo en el proyecto?

La concienciación fue en su momento un elemento de valor añadido al proyecto y hoy sigue siendo la piedra angular del mismo. No resultó fácil entonces y aun hoy cada día reclama nuestra atención para mantener viva esta llama del compromiso. Luchamos cada día con la asimetría propia de una comunidad pequeña y diversa.

¿Qué consecuencias o cuál es la repercusión del proyecto, en lo laboral, social, político, educativo, cultura, etc., en la zona?

Queremos pensar que el impacto es importante en casi todos los órdenes, pero el día a día nos devuelve a la realidad de tener que luchar para sostener económicamente un proyecto



del que se espera respuestas que demandan el apoyo constante de la administración y de los propios participantes del proyecto en forma de moneda, algo no siempre fácil de entender, aceptar y conseguir sin pequeñas heridas.

«Sólo una apuesta decidida desde lo público por la gestión de la diversidad permitirá alcanzar respuestas adaptadas a las necesidades de las zonas rurales».

La economía familiar mantiene un desencuentro permanente con la disposición de recursos aun cuando sea para atender una necesidad.

Sostener una estructura de nueve empleos es difícil cuando

dependes de una demanda condicionada por una población tan reducida. La administración debe entender y aplicar criterios adaptados a la diversidad, ya no sirve la estandarización de servicios y precios.

¿Cuáles han sido los apoyos fundamentales con los que habéis contado de las administraciones y privados?

Tanto la Junta de Extremadura, como la Diputación Provincial de Cáceres y el propio Ayuntamiento de Pescueza han sido y siguen siendo acompañantes imprescindibles en esta tarea, esencialmente en términos de apoyo al modelo y cofinanciación del servicio.

¿En qué medida la legislación se ha adaptado a las necesidades de vuestro proyecto?

La voluntad de cambio y

especialmente el esfuerzo que se requiere chocan frecuentemente con las disposiciones normativas. La sociedad en general sigue siendo víctima de una administración lenta que legisla a un ritmo diferente al que demanda la realidad. Sólo una apuesta decidida desde lo público por la gestión de la diversidad permitirá alcanzar respuestas adaptadas a las necesidades de las zonas rurales.

¿Cuáles están siendo las claves de éxito de vuestro proyecto?

El compromiso de todos los grupos de interés sigue siendo la mejor herramienta para hacer posible el funcionamiento del proyecto. Somos frágiles y si cae una pieza el puzzle se desmorona. Sin refuerzo normativo la debilidad es una constante que acompaña siempre este tipo de iniciativas.

¿En qué medida esta experiencia es válida para transferirla a otros territorios?

Cada territorio tiene sus particularidades, aunque la interpretación de deseos y necesidades sea semejante. Cada comunidad es un mundo y la aplicación de fórmulas de éxito no garantizan los mismos resultados. El modelo, además de apoyos institucionales, requiere una participación efectiva y sostenida de la comunidad para poder ser implantada.

Informáte en:

► Pescueza, proyecto centrado en sus personas mayores: <https://www.hoy.es/extremadura/quedate-nosotros-proyecto-pescueza-5808987840001-20180713150741-vi.html>.

► Información estadística destacada del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) IMSERSO: http://www.imserso.es/imserso_01/documentacion/estadisticas/info_d/index.htm

► Asociación de ámbito estatal Unión Democrática de Pensionistas (UDP) <https://www.mayoresudp.org/>



VALENTIN BARTOLOMÉ SÁEZ

He participado en las encuestas de CAS del programa *Me quedo en mi casa y en mi entorno*; mi sueño era volver a mi pueblo, Hernansancho (Ávila), donde fui pastor muchos años y por circunstancias tuve que emigrar a la capital. A los 50 años y con ayuda de mis hijos hicimos una casita y veníamos todo

lo posible y así realicé mi sueño. Mi mujer y yo nos volvimos al



pueblo. La cercanía con la gente, el pasear sin prisas, tu huerto, tus gallinas, no hay nada igual que el pueblo. Ahora desgraciadamente me quedé viudo y con ayuda de mis hijos y una señora que me ayuda a las tareas de casa, puedo seguir en el pueblo. Tengo 90 años y gozo de buena salud, ojalá me dure mucho tiempo. Ahora mi sueño es permanecer en el pueblo hasta que Dios quiera y me lleve. ¡Ojalá pueda llevarlo a cabo!

VICTORINO REVILLA Y FLORENTINA TEJEDOR

Hemos participado siempre en las actividades de Escuelas Campesinas de Palencia, pero ahora nuestra situación nos impide hacerlo en compañía de otras personas, por eso desde hace tres años viene Tere a nuestro domicilio a darnos estimulación cognitiva. Nos gusta mucho porque

además de hacer ejercicios para la memoria y otras actividades, nos hace compañía y nos entretenemos un rato hablando, recordando etc, es un día diferente. Nos gustaría que viniera más de un día a la semana y si pudiera ser, de vez en cuando, que nos visitara acompañada de más personas,

sería bueno también, porque intercambiar opiniones y ver a personas en tu misma situación nos hace sentir arropados. Nosotros estamos deseando que llegue el martes.



MUJERES DE VALLESECO

El proyecto *Desde la Memoria. La vida de la mujer en Valleseco*, realizado por la Asociación Mujeres Anaga (Tenerife), recoge con sus retratos y textos el recuerdo de decenas de mujeres. Con sus cuadros nos visitaron y nos contaron sus recuerdos de juventud, su cotidianidad en otros tiempos y sus vivencias.

Al pie de la vertiente norte del barranco de Tahodio, en El



Tomadero. Son las historias de Alfonsa, Concha, Irene, Juana, Encarnación y tantas, tantas otras, que pudimos compartir sobre sus casas, el barrio ayer y hoy, las formas de buscarse la vida en tiempos complejos, la cantera, la leña, la guerra... Con ellas hemos tenido la suerte de revivir historias de otros tiempos pero muy actuales y de disfrutar de su exposición, sus bromas y sus anécdotas. Gracias a todas por hacerlo posible.

MARÍA Y DORITA

Las dos vivimos en Mudrián, un pueblo de Segovia, y es la segunda vez que contamos con los talleres de ISMUR en nuestro municipio. En esta segunda ocasión ha sido tres meses, todos los miércoles durante hora y media. Estamos muy agradecidas a ISMUR por acordarse de nosotras para hacer estas activida-

des que nos han servido para recordar y para entretenernos.



Los días que hemos venido lo hemos pasado muy bien y han sido interesantes. Hemos hecho actividades para la memoria, de ocio y manualidades. La excursión también nos ha gustado mucho, pudimos visitar el Museo del Trillo en Cantalejo y Codinse y su comedor en Campo de San Pedro; nos pareció que prestan un gran servicio a los mayores de esa zona. ¡Ojalá se puedan volver a repetir el año que viene!

LA COLUMBETA

El Programa integral para personas mayores se desarrolla actualmente en dos municipios de Cantabria, Pomaluengo y Sobarzo. Está formado por un total de treinta mujeres que realizan actividades como gimnasia, memoria y manualidades. El programa lleva activo unos veinte años y en la actualidad está

dinamizado por La Asociación La Columbeta. A través de esta iniciativa los ayuntamientos, de Penagos y Castañeda, pretenden acercar a la población rural espacios de integración y de intercambio de experiencias. Destacamos la solidaridad de las personas participantes y su colaboración con diferentes

proyectos sociales como Pelones Cantabria, Movimiento 5P, etc. Dos grupos que hacen que la vida de las personas mayores sea más fácil y en los que pueden encontrar espacios de convivencia.



LUCIA CAMÓN, SOÑANDO UN LUGAR

Soy Lucía, presidenta de Pueblos en Arte, en Torralba de Ribota. Alfonso y yo vivíamos juntos en Madrid, dedicándonos al mundo del arte. Tras el nacimiento de nuestra hija Greta, y en busca de un cambio, decidimos trasladarnos a un pequeño pueblo en medio de un desierto demográfico. A través de los vecinos vamos

descubriendo la delicada situación en la que se encuentra ese lugar, motivo que nos empuja



a reinventarnos desde cero. Durante siete años, Alfonso estuvo grabando en los pueblos de la comarca. Sucede en Torralba pero podría haber sucedido en cualquiera de nuestros pueblos. Todas estas grabaciones acaban en la creación de una película-documental que estrenamos en Calatayud. Una visión diferente y positiva sobre el presente de estos pueblos y sus inmensas posibilidades.

nuestra vida

EN MÁLAGA

Zambra, Iniciativas para la Acción Social - Una semana con Zambra - | Zambra se reúne todos los lunes, temprano por la mañana para organizar la semana y para compartir el almuerzo, así hacemos comunidad. Luego cuatro reuniones más a lo largo de la semana

con las diferentes iniciativas que están en marcha. Mucha organización, muchos cuidados, mucho poner en común y apoyo mutuo. Zambra trabaja con el ejemplo, le gusta relacionarse con otras, aprender y enseñar, sabe que todas luchamos por lo mismo, conseguir que se haga justicia social. La General suele caer en domingo, cerrando la semana,

compartimos una cena mientras hacemos análisis de la realidad.



EN VALLADOLID

C.D.R. TIERRA DE CAMPOS - Muévete por una vida activa - | En Ampudia (Palencia) estamos llevando a cabo una nueva actividad: *Muévete por una vida activa*, para personas mayores de 60 años. Su objetivo es crear nuevos hábitos de vida saludable evitando el sedentarismo. Nuestro

organismo necesita movimiento y el hecho de no proporcionárselo



puede acarrear riesgos para nuestra salud, por eso no hay que limitarse a efectuar ejercicios cardiovasculares, como andar, sino que es necesario realizar trabajo de fuerza para prevenir la pérdida de tejido muscular y de la masa ósea, propia del envejecimiento, y ejercicios de equilibrio y flexibilidad para evitar caídas y mantener las capacidades que permiten ser independientes.

EN CÁCERES

ZARAGATA - Inauguración de la Plaza del Orgullo Canoso - | Desde hace cinco años vamos liderando una marcha del orgullo canoso para el reconocimiento de las personas mayores en nuestro entorno, en colaboración con una

residencia de mayores del sector solidario, de esta localidad.



Uno de los logros más importantes ha sido la creación de un Consejo Municipal de Mayores en 2016, desde ahí organizamos la *Semana del mayor* con participación de todos y que este año culminó con la Marcha del orgullo canoso, inaugurando la Plaza del Orgullo Canoso descubriendo una placa conmemorativa.

EN SALAMANCA



ADECASAL - Espacio comunitario de mayores - | ADECASAL y el resto de colectivos que trabajamos en el medio rural luchando por los derechos sociales, celebramos el pasado 10 de diciembre el segundo encuentro del curso del *Espacio comunitario de mayores*, bajo el lema «Construir comunidad con nuestras iniciativas; construir iniciativas en comunidad». En este espacio, como personas

trabajadoras, voluntarias, o simplemente como interesadas en el desarrollo de nuestro territorio, formamos parte de una amplia red de apoyo comunitario que apuesta por acciones e iniciativas sociales y productivas transformadoras, cercanas y concretas, por crear condiciones de vida digna que sólo se sostienen en comunidad y que son nuestro constante desafío.



EN ASTURIAS

ASOCIACIÓN EL TELAR - Fin de año repleto de actividades - | Participando activamente en las actividades de la Semana de la Ciudad educadora en Gijón. Hicimos varias jornadas de puertas abiertas y organizamos paseos educativos por las iniciativas de nuestra zona para que las per-

sonas pudiesen conocer todos los recursos educativos. Continuamos con el noveno aniversario de *La Voz del Barrio* periódico de Nuevo Gijón, Perchera y la Braña, en el que colaboramos; Semana Joven de Suañu del 17 al 21 de Diciembre, celebramos talleres y conciertos para que los y las jóvenes que participan, prueben y disfruten de actividades distintas a las del día a día: Capoeira,

percusión, rap, break y muchas más actividades para atreverse y probar.



EN SEGOVIA

CODINSE - Dinamización de mayores - | A las consolidadas actividades de estimulación psico-cognitiva, gimnasia y el servicio de comedor que hay en el centro de día de Campo de San Pedro, se une ahora el proyecto de creación de la figura del asistente personal. Para ello se

están realizando una serie de entrevistas para intentar descubrir otras



necesidades - más allá de la ayuda en domicilio - que pueden estar demandando las personas mayores que viven en sus casas y gozan de una relativa autonomía. Entre ellas pueden citarse de momento el acompañamiento, la solución de gestiones o la compañía, una necesidad de carácter psicológico pero no por ello menos importante para desarrollar una vida digna.

EN SEGOVIA

ESCUELAS CAMPESINAS DE SEGOVIA - Gente y Tierra - | En una última jornada de este 2018 en Nava de la Asunción, con el programa *Gente y Tierra*, analizamos nuestra cesta Navideña. Mediante un taller muy participativo y con la

visita a dos tipos de tiendas, una convencional y otra ecológica, revisamos los productos que habitualmente compramos.

«El valor de nuestras decisiones a la hora de llenar el carro de la compra»

Entre todos aprendimos el valor de nuestras decisiones a la hora de llenar el carro de la compra. Varias generaciones de mujeres compartieron las opciones de compra actuales y pasadas. Revisaron los modelos pasados y futuros. Ahora sabemos que comprando sano y justo ayudamos al planeta y a las personas.

EN SALAMANCA

ESCUELAS CAMPESINAS DE SALAMANCA - Conociendo iniciativas emprendedoras - | Un grupo de mujeres del noroeste visitamos el 10 de noviembre diversas experiencias de emprendimiento en Zamora impulsadas por mujeres que han optado por

hacerse un hueco en el mundo rural con un proyecto innovador.



En Venialbo, Alicia presentó la iniciativa que ella y Jorge pusieron en marcha en 2014: un gallinero para producción de pollos de corral en ecológico. En Moraleja del Vino, visitamos un obrador de chocolate artesano y ecológico, gestionado por Yolanda y Paul. En Fermoselle conocimos el proyecto de Charlotte Allen, una enóloga inglesa que apostó por el viñedo y los vinos de calidad.



Que las personas mayores puedan continuar viviendo el mayor tiempo posible, si así lo desean, en su casa y en su entorno, accediendo a los servicios que necesitan para tener una vida digna, recibiendo los cuidados que merecen como personas que antes lo han dado todo.

Nuevo modelo de cuidado de las personas mayores

Proyecto comarcal en el Bajo Tormes en consonancia con la realidad de los pueblos y respetuoso con el deseo de las personas

JUAN JESÚS DELGADO PASCUAL | En la zona del Bajo Tormes (comarca de Ledesma) estamos desarrollando desde hace unos diez años una iniciativa pionera e innovadora en la atención y cuidado de las personas mayores en nuestro medio rural, promovida desde tres asociaciones sin ánimo de lucro que nos coordinamos en el territorio (Escuelas Campesinas de Salamanca, ADECASAL y ASDECOBA) y varios ayuntamientos de la zona que han apostado por el proyecto.

Buscamos como objetivo que las personas mayores puedan continuar viviendo el mayor tiempo posible, si así lo desean, en su casa y en su entorno, accediendo a los servicios que necesitan para tener una vida digna, recibiendo los cuidados que merecen como personas que antes lo han dado todo y participando activamente en los espacios comunitarios del pueblo y comarca, construyendo comunidad intergeneracional (donde la

transmisión de la memoria y el saber que atesoran es importante para encarar el futuro).

El desplazamiento y acompañamiento al centro de salud comarcal y a las consultas hospitalarias.

No podemos olvidar el contexto de despoblación y envejecimiento de comarcas rurales como la nuestra, que ha llevado a una fractura del tejido social que se traduce en que muchas personas mayores viven solas, sin sus hijos y familiares cerca, sin apenas gente joven a su alrededor que se ocupe o cuide de ellas o que simplemente mantenga los servicios mínimos que se necesitan para seguir viviendo ahí.

Nuestra experiencia se asienta en cuatro pilares que se complementan:

► **LA PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE PROXIMIDAD**, que hace posible continuar viviendo en la propia casa y en el propio pueblo, con la seguridad, para ellos y sus familiares, de tener las necesidades básicas cubiertas. Son, por ejemplo, los siguientes:

✓ El servicio de catering, que les lleva puntualmente la comida caliente a casa todos los días del año.

✓ La limpieza del hogar y atención en el domicilio. Es un servicio semanal de dos horas que va más allá del cuidado de la casa y procura también compañía, cercanía, confianza y apoyo en tareas que lo requieren.

✓ El servicio de lavandería (lavado y planchado de la ropa de la semana) que, aunque ya operativo, aún está en ciernes y en fase de sensibilización para que tome impulso.

RETOS: En estos momentos nos estamos planteando la manera de poner en marcha nuevos servicios en respuesta a una demanda creciente:

✓ El desplazamiento y acompañamiento al centro de salud comarcal y a las consultas hospitalarias, pues es un verdadero problema para muchos mayores de nuestros pueblos.

✓ La compra y el acceso a los alimentos. En la mayoría de los pueblos no existe ya ninguna tienda y el dere-



cho a una alimentación saludable se resiente cuando ya no se puede seguir cultivando el huerto, cuidando el gallinero u obteniendo productos de calidad del entorno. En este sentido, vamos dando pasos hacia la creación de un centro de alimentación comunitario.

✓ **LOS SERVICIOS SOCIO-SANITARIOS Y ACTIVIDADES SOCIO-COMUNITARIAS** en el Centro de día o en otros espacios, que inciden en la prevención del deterioro físico y cognitivo, en la promoción de la salud y la autonomía personal y en el envejecimiento activo, a través de actividades y talleres grupales, espacios de encuentro y participación, etc.

El Centro de día Bajo Tormes, ubicado en Monleras, es en cierto modo una experiencia pionera en el medio rural, al menos en Castilla y León. Se trata de un centro abierto a la comarca, que da cabida a múltiples y diversas actividades y actúa como elemento dinamizador y vertebrador de las localidades del entorno. Entre las actividades que acoge, cabe destacar las siguientes:

✓ **Terapia ocupacional.** Un servicio del que disfrutan un buen número de personas de la zona, incluye gerontogimnasia, ejercicios de estimulación cognitiva y actividades de carácter lúdico-cultural.

✓ **Talleres de envejecimiento activo,** que procuran equilibrar las actividades de carácter manual y mental.

✓ **Talleres de manejo de la informática y las nuevas tecnologías,** como medio de comunicación con los hijos y familiares, relación con otras personas, acceso a la información, a la cultura, etc.

✓ **Fisioterapia individual.** Atención personalizada a las personas que demandan el servicio.

✓ **Fisioterapia grupal y gerontogimnasia.**

✓ **Podología.** Servicio a la demanda, se ofrece una vez al mes.

RETOS: En un futuro próximo, si se consiguen recursos para ello, se pretenden implantar:

✓ **El servicio de comedor comunitario,** que facilitaría la permanencia en el Centro hasta primera hora de la tarde a personas que viven solas.

✓ **Un servicio profesional de atención a personas con deterioro cognitivo diagnosticado y algún grado de dependencia reconocido.** Se plantea un trabajo coordinado con los servicios sociales y sanitarios de la comarca de Ledesma.

✓ **Otra necesidad que aparece cada vez con más fuerza es el Centro de noche,** que habría que organizar de manera similar al Centro de día, con desplazamiento de las personas del entorno que lo demanden. El problema principal estriba en la falta de una normativa legal adaptada a la realidad y necesidades del medio rural.



▶ **ESTANCIAS PERMANENTES O TEMPORALES EN PEQUEÑAS RESIDENCIAS O CASAS ASISTIDAS** en varias localidades de la zona, para atender a personas que, de manera definitiva o temporal, necesitan una atención más o menos permanente y ya no pueden seguir viviendo en su casa.

En nuestra zona existen tres residencias de este tipo, se trata de pequeñas residencias muy familiares, a escala humana, en las que las

personas mayores no se desarraigan como ocurre en otros centros residenciales, pues mantienen los vínculos con su pueblo y su comarca, reciben visitas de sus familiares y convecinos, permanecen en un entorno rural donde se les conoce por su nombre y participan de la vida del pueblo.

Admiten asimismo estancias temporales, por enfermedad transitoria o en períodos postoperatorios o por cualquier otra circunstancia, como puede ser la ausencia temporal de sus cuidadores/-as.

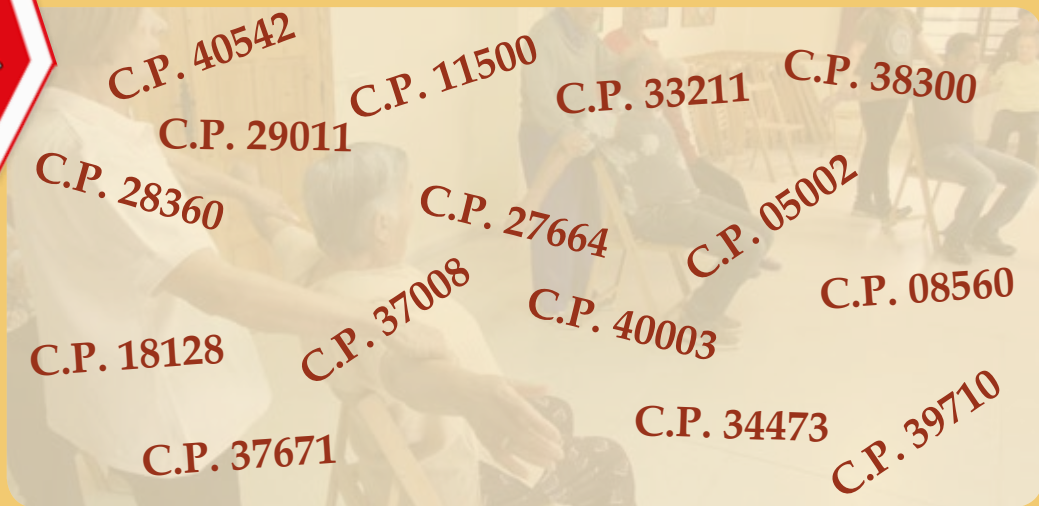
Retos: Luchar por una normativa más flexible y adaptada a la realidad rural. Favorecería que se abrieran casas asistidas en más pueblos.

▶ **LAS ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES DE DINAMIZACIÓN COMUNITARIA,** donde las personas mayores, que constituyen el sector más numeroso de la población de nuestros pueblos, participan activamente. A lo largo del año se organizan numerosos eventos, fiestas y encuentros que rompen la rutina de los días, celebran los momentos destacados en el año e intentan revitalizar el pulso de nuestros pueblos y comarca. En los pueblos pequeños la convivencia intergeneracional se vive de forma natural y sencilla en el día a día. Las celebraciones festivas tienen una raíz comunitaria muy profunda, congregan a todos, mayores, adultos, jóvenes y niños. La vida en el pueblo no se ha deshumanizado y las personas siguen siendo el centro.

Retos: Reforzar la coordinación y el trabajo en red, si queremos mantener los pueblos vivos y apostar por un mundo rural vivo.

La experiencia del proyecto de atención a las personas mayores en nuestra comarca es un ejemplo vivo de que, juntos, podemos conseguir hacer realidad sueños que parecían imposibles.

**FOTO
DENUNCIA**



LA ATENCIÓN A LAS PERSONAS MAYORES NO PUEDE DEPENDER DEL LUGAR EN DONDE VIVEN

- ✦ El artículo 14 de la Constitución Española dice así: «Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social».
- ✦ La Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, tiene por objeto regular las condiciones básicas que garanticen la igualdad en el ejercicio del derecho subjetivo de ciudadanía a la promoción de la autonomía personal [...] de un contenido mínimo común de derechos para todos los ciudadanos en cualquier parte del territorio del Estado.

Con estas dos máximas ¿cómo es posible encontrarnos con diferencias tan sustanciales entre comunidades autónomas? como es el caso de:

- ✦ Los tiempos en la valoración del grado de dependencia y en la asignación de la prestación correspondiente.
- ✦ La figura del Asistente Personal en cuanto a temas de edad para poder acceder a la prestación, régimen jurídico, el grado, la determinación de las actividades ...
- ✦ La significativa diferencia en los niveles de cobertura económica de las prestaciones para el cuidado en el entorno familiar.
- ✦ Por otro lado, nos encontramos con otras diferencias entre campo y ciudad como son el servicio de teleasistencia si la prestación la gestiona un ayuntamiento o una diputación; las diferencias normativas en unos casos y la falta en otros de su adaptación según sea el tipo de servicio residencial; el traslado a los servicios sanitarios; la casi inexistencia de Centros de Día en el medio rural, etc.

Proponemos respetar unos mínimos en la prestación de los servicios de atención a las personas mayores e igualmente una Ley Básica de Servicios Sociales.

SUBVENCIONADO POR:

