

¿Cómo contactar?

Solidaridad Intergeneracional

Teléfono gratuito: 900 101 332

Teléfonos: 971 464 142 y 971 375 170

sibaleares@solidaridadintergeneracional.es

www.solidaridadintergeneracional.es

www.efamilia.es

También podrán contactar a través de las oficinas que compartimos con Unio de Pagesos

Colabora:



Financia:



Realiza:



Solidaridad
Intergeneracional



**ATENCIÓN SOCIAL DE PROXIMIDAD:
PERSONAS MAYORES, DEPENDIENTES, FAMILIAS**

En las Islas Baleares viven 1.166.603 personas, de las cuales 195.000 son mayores de 65 años (16.72%), siendo mayores de 80 años, el 4,3% de su población. Envejecer es vivir, pero a medida que se envejece las capacidades pueden verse mermadas, sin que ello conlleve falta de autonomía, siendo importante desarrollar acciones y actitudes para lograr un envejecimiento activo y saludable, además de prevenir la dependencia y la soledad.

El aprendizaje continuo mejora la capacidad de envejecer con salud, de actualizar conocimientos, de adquirir destrezas y habilidades que serán necesarias para afrontar esta nueva y larga etapa de la vida de manera saludable, satisfactoria, responsable, colaboradora y competente.

En la actualidad 17.760 personas están recibiendo prestaciones de la Ley de la Atención a la Dependencia, de ellas más de 14.767 residen en su domicilio y reciben Cuidados en el entorno familiar 12.181 personas. El 26 % de los mayores de 80 años en situación de dependencia viven en soledad. Siete de cada diez mayores que viven solos en el archipiélago son mujeres, algo más de 26.600, de las que 19.100 son viudas y solo 4.400 son viudos. La proporción de mujeres mayores dependientes que vive en soledad, es significativa, 21,2% mujeres frente al 5,2% de los hombres.

En las Islas Baleares viven 1.166.603 personas, de las cuales 195.000 son mayores de 65 años (16.72%), siendo mayores de 80 años, el 4,3% de su población. Envejecer es vivir, pero a medida que se envejece las capacidades pueden verse mermadas, sin que ello conlleve falta de autonomía, siendo importante desarrollar acciones y actitudes para lograr un envejecimiento activo y saludable, además de prevenir la dependencia y la soledad.



¿Qué ofrece este programa?

Mejorar la calidad de vida de las cuidadoras y cuidadores no profesionales, capacitándoles en las habilidades técnicas y personales del cuidado y de autocuidado, así como con intervenciones psicoterapéuticas y apoyo psicosocial. Este programa presta una atención temporal a la familia cuidadora y a la persona mayor dependiente, ofreciendo un servicio de sustitución en determinadas circunstancias al cuidador principal.



¿Cuáles son los servicios principales?

01 SERVICIOS de RECAPACITACIÓN FUNCIONAL para la PROMOCIÓN del ENVEJECIMIENTO SALUDABLE en CASA ofrecer una atención integral centrada en la persona que mejore su calidad de vida, al tiempo que prevenir o retrasar el agravamiento de las limitaciones y de los grados de dependencia y hacer posible la permanencia en el domicilio. Los servicios domiciliarios son:



¿Dónde se va a realizar?

En el medio rural de la Isla de Mallorca y de Menorca.



¿Quién puede participar?

Familiares cuidadores de personas mayores, dependientes, y/o con discapacidad, o que vivan solas en medio rural de las Islas Baleares y necesiten atención y/o cuidado.

Personas mayores de 60 años, dependientes, con discapacidad y/o solas.

Personas voluntarias que deseen apoyar y acompañar a las familias cuidadoras, aportando su tiempo y sus habilidades para la vida en sociedad.

01 Servicio de atención psicológica con el objetivo de mantener un nivel óptimo de actividad para favorecer su autonomía y retrasar su deterioro cognitivo, fomentando su participación y socialización.

02 Servicio de fisioterapia para curar, recuperar disfunciones somáticas, psicósomáticas y orgánicas a través de métodos actuaciones y técnicas manuales e instrumentales, así como su mantenimiento y prevención con el propósito de mejorar su calidad de vida.

02 ACCIONES FORMATIVAS para el ENVEJECIMIENTO ACTIVO y la PROMOCIÓN del APRENDIZAJE a lo LARGO de la VIDA adaptadas a las necesidades del colectivo personas mayores de 60 años para mantener habilidades y destrezas que previenen y retrasan la aparición de los déficits asociados al envejecimiento no patológico. Podrán ser:

- Talleres de Entrenamiento de la Memoria, Risoterapia, Informática Aplicada a la Vida Diaria, Prevención de la Dependencia y promoción de la autonomía personal, Gerontogimnasia, Salud, Alimentación y Ejercicio, Creatividad, empoderamiento, derechos, participación social, etc.

03 ACCIONES FORMATIVAS PSICOEDUCATIVAS en COMPETENCIAS PERSONALES, para la ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES y DEPENDIENTE ofrece a los familiares cuidadores un sistema formativo completo que consta de formación básica para ejercer de cuidador y un apoyo emocional que ayudará a asumir su rol. Estas actividades podrán ser grupales e individuales.

04 INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA Individual y Familiar dirigida a cada familia o miembros de la misma. Se abordarán las problemáticas enseñando conductas eficaces, que favorezcan la reorganización de la dinámica familiar.

05 SERVICIO DE SUSTITUCIÓN DE LA PERSONA CUIDADORA durante periodos acotados de tiempo, en situaciones de urgente necesidad debido a alguna contingencia que se evaluará, se sustituirá a la persona dependiente en el domicilio, para aligerar la tarea de cuidado diario.

06 Programa de VOLUNTARIADO para favorecer el apoyo mutuo e incentivar el acompañamiento a personas dependientes con familiares cuidadores, o personas que vivan solas en el medio rural y se visitará con la frecuencia acordada con la familia.