

¿Cómo contactar?

Solidaridad Intergeneracional

Teléfono gratuito: 900 101 332

sigalicia@solidaridadintergeneracional.es

www.solidaridadintergeneracional.es

www.efamilia.es

También podrán contactar a través de las oficinas que compartimos con SLG

Colabora:



Financia:



XUNTA
DE GALICIA

Realiza:



Solidaridad
Intergeneracional



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

En Galicia viven 2.708.339 personas, de las cuales 666.000 tienen más de 65 años y representa un 24,58% del total de la Comunidad, ocupando el tercer lugar en el ranking nacional. 237.227 son personas con 80 y más años y suponen el 8,75% de la población total.

Un rasgo que caracteriza el envejecimiento es su feminización. Pero es a partir de los 80 años cuando estas diferencias se incrementan extraordinariamente, por ser más longevas las mujeres, pero con mayor necesidad de cuidados y de apoyo ante 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.

Vivir en casa!

Requiere de entornos domiciliarios y comunitarios accesibles y amigables, y una amplia gama de servicios de proximidad y acción coordinada con el sistema sanitario y social y el apoyo procedente del entorno familiar.

¿Dónde se va a realizar?

En el Medio Rural de Galicia de las provincias de Pontevedra y Ourense, priorizando aquellos Concellos con convenio de colaboración o con sede que compartimos con SLG



¿Qué ofrece este programa?

Mejorar la calidad de vida de personas mayores rurales, dependientes y sus familias cuidadoras a través de servicios gratuitos, que capacitan en destrezas y habilidades para el cuidado y el autocuidado.



¿Cuáles son los servicios principales?

01 DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN EN EL MEDIO RURAL a través de actividades y materiales informativos.

02 SERVICIO DE INFORMACIÓN, ASESORAMIENTO, GESTIÓN Y CONSULTORÍA SOBRE SERVICIOS SOCIALES Y SALUD. Consta de atención telefónica, presencial y online en las sedes y en los lugares donde se realizan las actividades programadas, Contamos con un portal de Servicios Sociales



¿Quién puede participar?

Personas Mayores, Dependientes y Familiares cuidadores del medio rural de Galicia.

www.solidaridadintergeneracional.es abierto las 24 horas del día, todo el año.

03 SERVICIOS DE PROMOCIÓN DEL “ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN CASA” persiguen ofrecer una atención integral centrada en la persona y en un entorno favorable y son:

01 SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA PERSONALIZADO para personas dependientes y cuidadores/as con el propósito de apoyarles a afrontar la difícil situación, con sosiego y responsabilidad, aprendiendo a adaptarse a las circunstancias que surjan.

02 SERVICIO DE FISIOTERAPIA. Para personas mayores, dependientes, con el fin de prevenir, diagnosticar y tratar las diversas patologías que les afectan con tratamientos personalizados. Se actuará a nivel individual, y se facilitarán conocimientos y destrezas a los cuidadores principales.

04 SERVICIO ASESORAMIENTO PARA LA ADAPTACIÓN DE LA VIVIENDA en función de las limitaciones presentadas en cada caso para lograr una casa accesible para toda la vida.

05 SERVICIO DE FORMACIÓN PARA EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y LA PROMOCIÓN DEL APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA adaptado a las necesidades del colectivo para el mantenimiento de las habilidades y destrezas y prevenir o retrasar la aparición de los déficits asociados al envejecimiento no patológico. Los talleres podrán ser:

- Talleres de Entrenamiento de la Memoria, Psicomotricidad, Risoterapia, de Informática Aplicada a la Vida Diaria, de Prevención de la Dependencia, Gerontogimnasia y de Salud, Alimentación y Ejercicio, Formación de Voluntariado, etc.

06 Servicio de Acompañamiento y Respirio Familiar, durante periodos acotados de tiempo, en situaciones de urgente necesidad debido a alguna contingencia, hospitalización, convalecencia, formación de cuidadores, enfermedad prolongada de cuidadores familiares que se harán cargo de la persona dependiente en el domicilio donde residan.

07 Red vecinal de voluntariado para favorecer el apoyo mutuo e incentivar el acompañamiento a personas dependientes con familiares cuidadores, que visitará con la frecuencia acordada con la familia.