



UDDP
CASTILLA-LA MANCHA

Memoria de Actividades 2019



Castilla-La Mancha



**BIENESTAR
SOCIAL**



U D P

CASTILLA-LA MANCHA

JORNADA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO



Castilla-La Mancha

1. Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales
 - 1.1. Podología Itinerante
 - 1.2. Jornadas de Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales
 - 1.3. Representación de las asociaciones, asambleas, reuniones y otras actividades
 - 1.4. La revista "EL ECO DE LOS MAYORES"
2. Voluntariado Social
 - 2.1. Voluntariado social
 - 2.2. Encuentro de Voluntarios y Clausura VIII Congreso
3. Envejecimiento Activo y Saludable "Creciendo Contigo"
4. Promoción del Buen Trato a las Personas Mayores
5. Servicios de Comidas a Domicilio y Atención Post-hospitalaria
 - 5.1. Comidas a Domicilio en Albacete y Villarrobledo
 - 5.2. Servicio de Atención Post-hospitalaria en Albacete
6. Convenios de colaboración con las Diputaciones
 - 6.1. Diputación de Albacete
 - 6.2. Diputación de Ciudad Real
 - 6.3. Diputación de Toledo
7. Convenios de colaboración con Ayuntamientos
 - 7.1. Ayuntamiento de Albacete
 - 7.2. Ayuntamiento de Cuenca
 - 7.3. Teléfonos del Mayor



Como en años precedentes, la Federación Territorial de Asociaciones Provinciales de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha «Don Quijote» U.D.P., a partir de ahora Federación Territorial CLM UDP, con el apoyo de las Personas Mayores de nuestra Comunidad, sigue promoviendo y participando en todo tipo de acciones encaminadas a mejorar el bienestar y la calidad de vida del colectivo de Personas Mayores.

Los Mayores de Castilla-La Mancha, están comprometidos activamente a través de nuestras Asociaciones en la gestión de todos aquellos asuntos que nos atañen, y que contribuyen al fomento de la solidaridad, la participación y la cooperación entre la ciudadanía y las Instituciones.

El objetivo de UDP, tanto de toda la Organización, como de nuestra Federación Territorial de CLM UDP, es mejorar la calidad de vida y el bienestar de todas las Personas Mayores y Dependientes de los diferentes pueblos y ciudades de España.

Este objetivo nos compromete a llevar ante los organismos competentes de las distintas administraciones las quejas y demandas de estas Personas, reivindicando medidas y acciones para solucionar los problemas que nos afectan.

Aparte de este compromiso reivindicativo, en esta Organización ponemos, todo el saber y la experiencia de nuestros años en el empeño colectivo para desarrollar y prestar servicios, que desde una visión humanista e integral, y orientados en el respeto escrupuloso de los derechos de las personas, permitan preservar la autonomía, la competencia, la dignidad y el bienestar de todas las Personas Mayores y Dependientes, evitando su marginación y propiciando su participación y el respeto social.

Nuestra labor se lleva a cabo desde los principios que rigen nuestra Organización: Democracia, Pluralismo, Independencia, Libertad, Unidad y Solidaridad.

Ya no somos aquella inexperta Asociación que fue fundada en 1976 por un grupo de pensionistas. Hoy la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España, UDP, es una Organización representativa de Personas Mayores, está representada en otros países europeos como Francia, Suiza y Alemania, donde existen asociaciones de Emigrantes Españoles. Igualmente la presencia de UDP se extiende a América Latina, donde tiene asociaciones en Perú y Uruguay. Es en la actualidad la Organización más antigua, numerosa y representativa en España.



Los asociados superan el 1.500.000, los cuales están agrupados en más de 3.000 asociaciones.

En nuestra comunidad la Federación Territorial de Castilla - La Mancha UDP, forma parte de esta gran Organización. Siendo en la actualidad la Federación Territorial de CLM UDP la más numerosa y representativa de la región con 74.032 socios en 514 asociaciones.

Estamos representados y somos parte activa en los diferentes Consejos y Comisiones de Trabajo, tanto a nivel estatal, autonómico, provincial o local de organismos públicos o privados.

La Federación Territorial de Castilla La Mancha U.D.P. pretende favorecer la participación y el desarrollo del asociacionismo entre las Personas Mayores y Dependientes de la Comunidad, potenciando las asociaciones existentes y promoviendo la creación de otras nuevas allí donde no existan.

	Albacete	Ciudad Real	Cuenca	Guadalajara	Toledo
Asociaciones U.D.P.	113	49	185	1	166
Socios U.D.P.	16.821	6.315	21.369	170	29.357
Total Asociaciones U.D.P.	514				
Total socios U.D.P.	74.032				

Representación de la Federación de CLM UDP	Año
Consejo Regional de Servicios Sociales	1995
Consejo Regional de Personas Mayores	2003
Consejo Estatal de Personas Mayores → Comisión Permanente → Grupo de Trabajo de "Pensiones, Seguridad Social y Dependencia" → Grupo de Trabajo de "Envejecimiento Activo"	2005
Consejo Municipal de Mayores.	2012

1. Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales

La Federación Territorial de Asociaciones Provinciales de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha “Don Quijote” U.D.P. se plantea en el presente proyecto como objetivo fundamental fomentar la participación social de las Personas Mayores.

Actualmente en Castilla-La Mancha, según datos extraídos del INE de 2019, 2 de cada 10 personas tienen más de 65 años de edad, lo que supone que un total de 386.483 personas castellano manchegas son mayores de 65 años, y las proyecciones demográficas indican que esta cifra va a seguir aumentando de manera muy importante, consecuencia de varios factores, como el incremento de la esperanza de vida, que actualmente se sitúa en los 83 años edad.

El campo ofrece a las Personas Jubiladas una calidad de vida en muchos aspectos superior a la de la gran ciudad. Pero el envejecimiento de la población jubilada acarrea nuevas necesidades de atención y servicios, que de no prestarse les obligará nuevamente a abandonarlo.

Por ello la calidad de vida de las Personas Mayores, y en cierta proporción el desarrollo del entorno rural, depende de la medida en que los Jubilados puedan seguir residiendo en los pueblos.

Las Asociaciones, los Clubs y Hogares de Mayores, se han convertido en la mayoría de los pueblos, en un centro de referencia para toda su población.

Por ello, es importante articular los procedimientos adecuados, que permitan utilizar las infraestructuras y recursos humanos disponibles desde las asociaciones, para la prestación de los servicios que normalmente no llegan a los pueblos ni a su población mayor. Este proceder nos permitiría llevar los servicios básicos que necesita toda persona.

Sin embargo, el coste que representa la prestación de numerosos servicios, dada la gran dispersión de la población castellano-manchega impide en muchos casos su implantación.

1.1. Podología Itinerante

Con este Programa, iniciado en Cuenca en el año 2001, la Federación Territorial de CLM UDP pretende facilitar los cuidados de podología mediante profesionales cualificados a las Personas Mayores y Dependientes que lo requieran y que no puedan acceder al mismo por no existir en su localidad. De esta forma, los podólogos se desplazan a la localidad para facilitar la atención podológica.

La organización y control del programa se realiza por la Federación Territorial de CLM UDP y por voluntarios, miembros de las Juntas Directivas de las Asociaciones Provinciales y Locales de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha.

Objetivos específicos del proyecto.

- o Mejorar la situación de salud de las personas mayores.
- o Prevenir el empeoramiento de las situaciones de movilidad y salud.
- o Educar y promover prácticas de higiene y salud personal.
- o Facilitar el acceso a los servicios de podología a las personas mayores, especialmente a las que residen en el medio rural.

	Albacete	Cuenca	Toledo
Servicios de Podología prestados	13.140	17.194	19.530
Localidades con servicio	92	160	128
Total servicios prestados	49.864		
Total localidades atendidas	380		
Total servicios desde el inicio del programa	784.676		
Profesionales independientes	13	11	18

1.2. Jornadas de Envejecimiento Activo y Saludable

Durante el 2019 se han realizado 9 Jornadas de Envejecimiento, Asociacionismo y Voluntariado, las Jornadas se han realizado en las 5 provincias de Castilla - La Mancha, 3 en la provincia de Albacete en las localidades de Albacete, Madrigueras y Yeste, 1 en la provincia de Ciudad Real, en Piedrabuena, 2 en la provincia de Cuenca, las dos en Cuenca capital, 1 en la provincia de Guadalajara en la capital y 2 en Toledo concretamente en Toldo capital y Talavera de la Reina.

Objetivos generales de estas Jornadas son:

- Dinamizar y promover un Envejecimiento Activo entre las Asociaciones de Mayores castellano manchegas.
- Promover actividades que fomenten y motiven entre las Personas Mayores la participación activa en la sociedad de forma continua, sin que el factor edad suponga una sensible disminución en lo que a su participación en la vida social, económica o cultural se refiere.
- Fomentar espacios de participación que faciliten que las Personas Mayores expresen sus opiniones en los procesos de toma de decisiones sobre cuestiones que como miembros activos de la sociedad les afectan.



Cuenca 13 de marzo

Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales

	Localidades	Socios	Invitados	Directivos y Técnicos	Asistentes Totales
Guadalajara	1	130	4	6	140
Cuenca	28	317	9	32	358
Albacete	33	407	22	18	445
Cuenca	1	65	4	4	134
Piedrabuena	11	154	5	19	178
Yeste	7	78	9	15	102
Toledo	10	140	10	17	167
Talavera de la Reina	14	108	7	12	127
Madrigueras	12	149	7	17	176
Total	117	1.548	77	140	1.827

Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales



Albacete 27 de marzo



Piedrabuena 10 de abril



Yeste (Tus) 18 de septiembre



Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales



Toledo 25 de Septiembre



Talavera de la Reina 23 de octubre



Madrigueras 28 de noviembre

1.3. Representación de las asociaciones, asambleas, reuniones y otras actividades

Dentro de este proyecto se llevan acabo diferentes actividades para ayudar y estar cerca de nuestros socios, asistiendo y participando en diferentes eventos dirigidos a personas mayores, defendiendo sus derechos en diferentes organizaciones institucionales.

También se les presta un servicio de asesoramiento jurídico tanto a socios como a las asociaciones.

Reuniones de representación con los organismos públicos y privados	Actos realizados	Asistentes
Albacete	8	33
Cuenca	2	9
Toledo	5	12
Madrid	1	1
Total	16	55

Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales



Director General de Mayores Toledo



Consejo Asesor de Servicios Sociales



Presentación Memoria 2018



Cuenca. Firma Convenio Ayuntamiento



Consejo Asesor de Bienestar Social



Reuniones en el Ayuntamiento de Albacete



Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales

Asambleas	Lugar	Asistentes
Asistencia Asamblea Local	Ledaña	2
Asamblea Extraordinaria Federación Territorial UDP	Alcazar de San Juan (CR)	27
Asamblea General Ordinaria UDP Nacional	El Escorial (M)	3
Asamblea General Ordinaria de la Federación Territorial de CLM UDP	Alcazar de San Juan (CR)	33
Asistencia Asamblea Local	Villacañas (TO)	11
Total	5	76



Asamblea de la Federación Territorial el 28 de febrero



Asamblea de la Federación Territorial el 2 de octubre

Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales

Visitas de Promoción y Reuniones	Actos realizados	Asistentes
Albacete	29	268
Ciudad Real	3	14
Cuenca	6	28
Toledo	6	36
Guadalajara	1	4
Total	45	350



Curso de Protección de Datos



Reunión de trabajo Junta Directiva

Asistencia a cursos de directivos	Actos realizados	Asistentes
Albacete	2	30

Promoción del Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales

Asistencia y Participación en eventos dirigidos a Personas Mayores	Actos realizados	Asistentes
Albacete	18	99
Cuenca	6	25
Toledo	6	23
Total	30	147



Día del Jubilado en Iniesta



Día del Jubilado en Vara de Rey

Programa de Asesoramiento Jurídico

Consulta de Asociaciones	Albacete	4
	Toledo	1
Consultas de Socios	Abacete	6
	Cuenca	0
	Toledo	0
Total		11

1.4. Revista "EL ECO DE LOS MAYORES"

En 2019 la Federación Territorial de Castilla La Mancha UDP, ha continuado con la publicación de su revista "El Eco de los Mayores" con el propósito de hacer llegar a los socios, voluntarios e instituciones la labor y el trabajo realizados por todas las personas que componen la Federación, desde directivos, socios, técnicos, voluntarios, etc...

"El Eco de los Mayores" se manda a las Asociaciones de Mayores, a los grupos de Voluntarios, Bibliotecas, Centros de Día...

Con esta revista se pretende conseguir los siguientes objetivos:

- Promocionar y difundir las actividades de Envejecimiento Activo.
- Difundir la labor asociativa de los Mayores.
- Informar de temas relevantes para los Mayores de Castilla La Mancha.
- Recoger información sobre las actividades realizadas por Mayores.

	Ediciones	Nº de Revistas
Revista nº 34	Enero - Febrero Marzo - Abril	1.300
Revista nº 35	Mayo - Junio Julio - Agosto	1.300
Revista nº 36	Septiembre - Octubre Noviembre - Diciembre	1.300



2. Voluntariado Social

En 2020 se conmemora el 25 aniversario del Programa de Voluntariado Social para Mayores que se lleva realizando desde la Federación Territorial de CLM UDP desde mayo de 1995. Mediante él, se sensibiliza a la población y se organizan y gestionan grupos de voluntarios en las Asociaciones de Pensionistas y Jubilados para prestar servicios de compañía y acompañamiento a Personas Mayores y Dependientes en coordinación con los Servicios Sociales de Base de los ayuntamientos.

Para llevar a cabo este programa se realizan una serie de actividades, tales como Cursos Básicos para los nuevos voluntarios que se quieran unir a nuestro voluntariado, Cursos de Coordinadores para ayudarles en su labor de organizar su grupo de voluntarios correspondiente, charlas y seguimientos por los técnicos de nuestra Federación Territorial de CLM UDP para resolver cualquier problema que tuviesen en su labor de voluntariado.

2.1. Voluntariado Social

Actividades Realizadas

	Actos realizados	Beneficiarios	
		Asociaciones	Personas
Cursos básicos de voluntariado para nuevos voluntarios	14	48	160
Cursos de Coordinadores	5	34	120
Charlas de sensibilización	9	10	290
Seguimiento de Grupos con técnico UDP o directivo	27	27	847
Reuniones de coordinación y seguimiento de grupos		961	

Datos Generales de Voluntariado

Voluntarios	Localidades con servicio	Personas
Grupos de Voluntarios existentes	87	1.527
Nuevos Voluntarios formados	160	
Horas de atención prestadas durante el 2019	112.542	
Horas de atención prestadas desde el inicio del programa	2.042.792	

Usuarios	Personas
Usuarios Totales	1.769

Centros	Nº de centros
Domicilios	1.481
Residencias	69
Viviendas Tuteladas	14

Cursos Básicos y de Coordinadores

DESTINATARIOS:
Destinado a aquellas personas que quieran pertenecer al Voluntariado Social de UDP

LUGAR DE CELEBRACIÓN:
ALBACETE
29 de Noviembre
9:30 h. Inaug.
Hotel Europa
C/ San Antonio, 23

ORGANIZA:
UDP
UNIÓN DE VOLUNTARIOS DE CASTILLA-LA MANCHA
C/ Mayor, nº 25, 02001. Telf: 967 39 00 78
C/ Muñoz, nº 7. Telf: 967 52 00 66
e-mail: federacion.udc@mayorcastilla.org
web: www.udc.org
www.facebook.com/ProgramaUDPcastillalamancha

SUBVENCIÓN:
Castilla-La Mancha
BIENESTAR SOCIAL
UDP

Damos mucho pero recibimos más

Curso Básico
Programa del Curso

09:30 h. Recepción

Reglas de juego

10:15 h. Cambio cultural y Necesidades de las Personas Dependientes. La Figura del Voluntario

11:30 h. Descanso

11:30 h. Ley del Voluntariado. Funcionamiento del programa de Voluntariado Social de UDP

12:30 h. Voluntariado

13:00 h. Clases: Intervención de Autoridades

14:00 h. Almuerzo

El Programa de Voluntariado Social para Mayores de UDP, se constituye como una red de apoyo mutuo que complementa con otros recursos la labor realizada por los profesionales de la atención a mayores.

Desde la forma de acudir a la mejora de las condiciones de vida de los mayores dependientes, al proporcionar recursos humanos, tiempo compartido, ayudas para de ocio, la paciencia que ofrece en su atención, la correcta atención, incluido y en definitiva cualquier tipo de ayuda de la mano de nuestro voluntariado.

Para todo ello, con los cursos básicos de formación ofrecidos a los voluntarios se pretende mejorar las competencias básicas para desarrollar las tareas de voluntariado.

Este curso se divide en dos partes en contacto con realidad, talleres:

02 Mayo, nº 25, 02001, Albacete 20001
Telf: 967 39 00 78

02 Mayo, nº 7, 02001, Albacete 20001
Telf: 967 52 00 66

Divulgación del voluntariado y fotografía foto carnet y fotografías del 25.N.2

DESTINATARIOS:
Destinado a los grupos de voluntarios para ayudarles en la gestión del mismo

LUGAR DE CELEBRACIÓN:
PEDRO MUÑOZ
7 de octubre
Restaurante La Florida
Avenida de la Constitución, 29

ORGANIZA:
UDP
UNIÓN DE VOLUNTARIOS DE CASTILLA-LA MANCHA
C/ Mayor, nº 25, 02001. Telf: 967 39 00 78
C/ Muñoz, nº 7, 02001. Telf: 967 52 00 66
e-mail: federacion.udc@mayorcastilla.org
www.udc.org
www.facebook.com/ProgramaUDPcastillalamancha

SUBVENCIÓN:
Castilla-La Mancha
BIENESTAR SOCIAL
UDP

Damos mucho pero recibimos más

Curso Coordinadores
Programa de Voluntariado Social

Registro de horas
Fichas voluntarias
Fichas usuarias
Servicios Sociales

El programa de Voluntariado Social para Mayores de la UDP, está fundamentado en diferentes niveles de coordinación, como mínimo se establece:

- Nivel Local: Coordinadores locales elegidos por los voluntarios y voluntarias del grupo
- Nivel Provincial: Coordinadores Provinciales elegidos por los coordinadores locales
- Nivel Regional: Coordinador Regional, designado por la Federación.

Entre las tareas de estos coordinadores se encuentran: la de detectar necesidades de planes mayores de la localidad, captar nuevos voluntarios en su localidad, proporcionar y adquirir de actividades del grupo y apoyar al grupo de voluntarios.

Con estos cursos se pretende facilitar a los coordinadores una serie de recursos que ayuden a mejorar su tarea cotidiana y distribuida como voluntarios, se pretende también propiciar el intercambio de experiencias, la reflexión y el trabajo en común.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

09:30 h. Recepción. Café

10:15 h. EL PAPEL DE LOS COORDINADORES EN EL GRUPO DE VOLUNTARIOS

11:30 h. Descanso

11:30 h. ANÁLISIS, PROPUESTAS DE MEJORA Y SITUACIÓN ACTUAL DEL PROGRAMA DE VOLUNTARIADO SOCIAL UDP

12:30 h. VOLUNTARIADO

13:30 h. Clases: Intervención de Autoridades

14:00 h. Almuerzo



Curso Básico en Madrigueras



Curso de Coordinadores en Talavera de la Reina

Promoción y Fomento del Voluntariado



Curso Básico en Villalgordo del Júcar



Curso Básico en Talavera de la Reina



Curso de Coordinadores en Cuenca



Curso de Coordinadores en
Torre de Juan Abad



Curso Básico en Abenojar



Charla informativa
en Horcajo de Santiago



Charla informativa en Munera



Charla informativa en Camuñas

2.2. Encuentro de Voluntarios

En 2019 se han realizado varios reconocimientos a nuestros nuevos voluntarios y a los coordinadores que nos apoyan y dan su tiempo en sus grupos de voluntarios desde hace ya 20 años.

OBJETIVOS GENERALES:

- ◇ Dinamizar y fortalecer la encomiable labor de ayuda que se promueve desde el Programa de Voluntariado Social de nuestra Federación y que, por su carácter altruista, resulta en muchas ocasiones poco visible.
- ◇ Dar a conocer la labor que los voluntarios vienen realizando con el objetivo de incrementar la sensibilización de la ciudadanía y su compromiso social.
- ◇ Reconocer la labor voluntaria y su contribución a la sociedad.
- ◇ Favorecer una jornada de intercambio de experiencias y dinamizar la vida social del voluntario, fortaleciendo las relaciones entre los voluntarios de diferentes provincias y localidades de nuestra Región.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ◇ Reforzar la labor de los voluntarios a través de un Acto Público en el que se reconozca la importancia y necesidad de su labor voluntaria.
- ◇ Reforzar la labor voluntaria transmitiéndoles apoyo por parte de las Instituciones Públicas.
- ◇ Entregar el Diploma Acreditativo a los nuevos voluntarios que se han incorporado al Programa de Voluntariado Social en el último año.
- ◇ Convocar a los medios de comunicación, con el objetivo de dar a conocer la labor que vienen desarrollando los voluntarios y así incrementar la sensibilización de la ciudadanía.

Actos realizados en 2019

	Localidades	Socios	Invitados	Directivos y Técnicos	Asistentes Totales
Cuenca	28	317	9	32	358
Albacete	33	407	22	18	445
Piedrabuena	11	154	5	19	178
Toledo	10	140	10	17	167
Talavera de la Reina	14	108	7	12	127
Total	96	1.126	53	98	1.275

Provincias	Diplomas entregados
Albacete	75
Ciudad Real	17
Cuenca	28
Toledo	26
Total	146

Diplomas de Reconocimiento a Coordinadores	
Albacete	8
Cuenca	5
Toledo	1
Total	14

Promoción y Fomento del Voluntariado

Las Jornadas se han realizado en las Provincias de Albacete, Cuenca, Ciudad Real y Toledo, en esta última separando las zonas de Toledo y Talavera de la Reina; entre las 5 Jornadas realizadas hemos tenido una asistencia de 1.126 socios y voluntarios.

En todas se han entregado los diplomas a los nuevos voluntarios/as, un total de 146 diplomas; también este año se ha querido reconocer el trabajo a los coordinadores que llevan con nosotros 20 años y aún continúan realizando su tarea, trabajando en sus respectivas localidades con los grupos de voluntarios, siendo para nosotros importantísima su labor ya que es la voz de los grupos de voluntarios y el nexo de unión entre Federación y Voluntarios.



Promoción y Fomento del Voluntariado



3. Envejecimiento Activo y Saludable “Creciendo Contigo”

A través del presente Proyecto, la Federación Territorial de CLM UDP se planteaba como principales objetivos:

- Promover las condiciones precisas para que las Personas Mayores lleven una vida autónoma, ofertando los medios para desarrollar sus potencialidades y frenar los procesos involutivos que acompañan a la edad avanzada, a través del impulso y mejora del bienestar físico, psíquico y social, mediante un cuidado preventivo e integral.
- Ofrecer a los Mayores que residen en Castilla-La Mancha, y especialmente, a aquellos Mayores que residen en el medio rural, actividades que promuevan un envejecimiento activo, como estrategia de prevención de la dependencia.
- Desterrar estereotipos ligados al envejecimiento que suponen un escollo para vivirlo en plenitud.
- Fomentar la prevención de la dependencia y ralentizar el proceso de deterioro a partir de consejos y recomendaciones para envejecer activamente.

Para ello, se han llevado a cabo talleres para las asociaciones de Mayores de Castilla-La Mancha, ajustados a sus necesidades e intereses concretos, a través de un enfoque integral e interdisciplinar, en los que se han trabajado las áreas más relevantes para las asociaciones implicadas en el Proyecto.

Estas actividades han sido llevadas a cabo por técnicos de la Federación Territorial de CLM UDP y diseñadas por un equipo multiprofesional compuesto por fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, psicólogos, educadores y abogados.

Este proyecto empezó en 2013 en las provincias de Albacete, Cuenca y Toledo, y desde el 2018 también en la provincia de Ciudad Real.

Se plantean 3 grandes áreas que abordar, dentro de las cuales, se engloban los contenidos.

- Activa tu mente.
- Activa tu cuerpo.
- Educación para el desarrollo personal.

ACTIVA TU MENTE:

“Date un respiro”. Gestión del estrés familiar.

“Jugando con las palabras”. Psicoestimulación.

“Olvidos cotidianos y estrategias para solucionarlos”.

“Adaptación a los cambios de la vida” (pérdidas afectivas...)

“Con una sonrisa” Estrategias de pensamiento positivo.

“Pensando en nosotros” Autoestima.

“Entrenando mis emociones” Inteligencia emocional.

“Musicoterapia”

ACTIVA TU CUERPO:

“1,2,3...enmarcha” Gerontogimnasia

“La mesa ya está preparada” Alimentación saludable.

“¿Dónde estás ovejita?” Higiene del Sueño.

“Realidad o sugestión” Conocimiento y prevención de las enfermedades más frecuentes en las personas mayores.

“La importancia de los pequeños gestos” Higiene postural.

“Tú sí que vales” Cambios en la

sexualidad de las personas mayores.

“Con los 5 sentidos”. Envejecimiento y cambios sensoriales. Estimulación sensorial.

“Fisioterapia preventiva”.

EDUCACION PARA EL DESARROLLO PERSONAL:

“Arreglárselas con menos” Planificación de gastos.

“Azules y Amarillas”. Uso racional de medicamentos.

“Sin dudas”. Hipoteca inversa y Ley de voluntades anticipadas.

“Ahorra, ahora”. Ahorro energético en el hogar.

“¿Que debemos saber?” Compras tecnológicas evitando sobre costes innecesarios.

“Entren@te”. Uso de nuevas tecnologías para el ejercicio mental.

“¿Estás seguro?”. Seguridad en el hogar. Prevención de accidentes.

“¿Que hacemos mañana?” Organización y planificación de eventos y actividades.

“Así es más fácil”. Prevención de dependencia en el domicilio. Asesoramiento en ayudas técnicas.

Promoción del Envejecimiento Activo y Saludable

Las Asociaciones de Mayores pueden solicitar hasta 5 talleres, según sus intereses, y la gran mayoría de Asociaciones han participado en 2 ó 3 actividades.

Los contenidos han sido seleccionados de manera conjunta entre el responsable de la Asociación en la que se va a realizar el taller y el técnico de la Federación Territorial de CLM UDP responsable del Programa, con el objetivo de diseñar una actividad en la que se trabajen los aspectos que realmente interesan a los asistentes y a su vez se ajustan a las necesidades concretas de la Asociación.

Los talleres se han diseñado de manera eminentemente práctica, para ello, con los contenidos pautados por los técnicos de la Federación Territorial de CLM UDP, los monitores han elaborado y diseñado materiales didácticos para los alumnos.

Talleres	Albacete	Ciudad Real	Cuenca	Toledo	Total
Talleres realizados	113	24	151	105	393
Horas de Formación	802	192	1.128	670	2.792
Profesionales independientes	9	5	11	13	38
Municipios atendidos	51	20	67	48	186

Datos de asistentes a los talleres

Asistentes	Hombres	Mujeres	Total
Albacete	265	1.638	1.903
Ciudad Real	72	309	381
Cuenca	344	1.938	2.282
Toledo	303	1.280	1.583
Total	984	5.165	6.149

Imágenes de los talleres



Promoción del Envejecimiento Activo y Saludable



Promoción del Envejecimiento Activo y Saludable



4. Promoción del Buen Trato a las Personas Mayores

En general las Personas Mayores se sienten bien tratadas tanto en su entorno más cercano como en el entorno institucional.

Sin embargo, en nuestra sociedad existen estereotipos hacia las Personas Mayores, que sin ser ciertos, influyen, no sólo en la visión que se tiene a cerca de éstas, sino también en el trato que se les dirige.

Desde la Junta de Comunidades de Castilla - La Mancha, en colaboración con la Federación Territorial de Castilla - La Mancha UDP, creemos que la mejor estrategia para promover los buenos tratos hacia las Personas Mayores es educar y sensibilizar a la población en general.

Es por ello, que con esta jornada pretendemos establecer un punto de partida, a través del fomento de estrategias de trato positivo para las Personas Mayores, las cuales les permitan no sólo un envejecimiento activo, sino también una calidad de vida adecuada en la que no haya cabida para los tratos inadecuados y sí un trato que respete sus derechos y dignidad como personas.

Muchas de estas estrategias deben ir encaminadas, primero, a lograr que las Personas Mayores puedan mantener una actitud positiva y saludable, y segundo, en aquellos casos en los que sea necesario, contar con los apoyos formarles que puedan proporcionales unas condiciones de vida idóneas.



Toledo 3 de abril

Localidad	Localidades Asistentes	Socios Asistentes	Invitados y Directivos	Total
Toledo	12	115	16	131
Talavera de la Reina	20	73	10	83
Almansa	3	140	21	161
Pozohondo	7	128	20	148
Socuéllamos	6	123	27	150
Belmonte	8	125	20	145
Total	56	704	114	818



Talavera de la Reina 8 de mayo

1ª Ponencia: “Está en nuestras manos: Estrategias positivas para el buen trato a las personas mayores”.

Esta ponencia trata de como en la sociedad existen estereotipos hacia las Personas Mayores, que sin ser ciertos, influyen, no solo en la visión que se tiene acerca de estas, sino también en el trato que se les dirige y que los primeros que deben luchar contra estos estereotipos propios de las Personas Mayores.

2ª Ponencia: Estar seguros en el domicilio y en la calle. Consejos

En esta ponencia se abordan aspectos tales como la seguridad en la vida diaria, timos, engaños, dando consejos para intentar evitarlos. Tanto en el hogar, en la calle y en los viajes. Como prevenirnos y la forma de actuar ante los pillos y timadores, que nos pueden abordar.

3ª Ponencia: Voluntariado y Solidaridad

En esta ponencia se desarrollaron aspectos por un lado, relacionados con la importancia del voluntariado como un recurso que apoya a familiares de Personas Mayores proporcionando el llamado “respiro familiar” como estrategia de prevención del maltrato a Personas Mayores. De cómo podemos estar activos realizando una labor de voluntariado y los múltiples benéficos que aporta el voluntariado. Haciéndolos participes de nuestro programa de “Voluntariado Social UDP”.



Almansa 12 de junio



Pozohondo 21 de septiembre



Socuéllamos 9 de octubre



Belmonte 6 de noviembre

5. Servicios de comidas a Domicilio y Atención Post-hospitalaria

Los cambios demográficos y sociales están produciendo un incremento progresivo de la población en situación de dependencia. Junto con el incremento de la población de más de 65 años y el aumento del colectivo de población mayor de 80 años, hay que añadir la dependencia por razones de enfermedad y otras causas de discapacidad o limitación.

Para la atención de estas personas en situación de dependencia, la Ley 39/2006 de 14 de diciembre de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia, menciona entre los servicios de prevención de dichas situaciones y los de promoción de la autonomía personal, el Servicio de Ayuda a Domicilio, el cual pretende posibilitar el mantenimiento de la persona en su medio habitual siempre que sea posible y conveniente, evitando la institucionalización.

En Castilla-La Mancha, como en el resto de España, el envejecimiento es una de las características más significativas de su población, debido, a ser una de las comunidades autónomas con la esperanza de vida más alta.

En la Federación Territorial de Castilla La Mancha UDP consideramos necesario llevar a cabo programas y servicios que faciliten su permanencia en el domicilio y en su entorno social y familiar, así como ofrecer apoyo y asesoramiento a sus familiares y cuidadores.

Objetivos del Proyecto

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores.
- Conservar y/o mejorar el bienestar físico, psíquico y social de la persona mayor.
- Posibilitar la permanencia del anciano en su entorno familiar y social el mayor tiempo posible.
- Prevenir situaciones personales y sociales críticas.
- Prevenir situaciones de dependencia.
- Mejorar la calidad de vida de las personas con dificultades en su autonomía.
- Prestar atenciones y cuidados de carácter personal, doméstico y social.
- Potenciar la autoestima.
- Prevenir el deterioro físico y psíquico.
- Mantener y reforzar hábitos alimentarios saludables, adecuados al estado de salud personalizado de cada usuario.

- Facilitar acompañamiento dentro y fuera del domicilio.
- Disminuir el riesgo de enfermedades y carencias por mala nutrición y malos hábitos alimenticios.
- Apoyar a las familias cuidadoras de ancianos dependientes.

Beneficiarios de los Proyectos

Pensionista o jubilado mayor de 60 años y donde concurran las siguientes circunstancias:

- 1 Personas que vivan solas con movilidad reducida.
- 2 No disponer de familiares directos que les puedan atender o bien en el caso de tenerlos estos reúnan una serie de circunstancias sociales por las cuales se vean imposibilitados de prestarles la atención que requieren.
- 3 Apoyo a familias con personas dependientes, con bajos recursos económicos.
- 4 Personas encamadas o con deterioros físicos o psíquicos.
- 5 Limitaciones o problemas para la realización de las Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD).
- 6 Carecer de recursos económicos y estar en situación de extrema necesidad.
- 7 Personas con deteriorado estado de salud.
- 8 Personas mayores de 60 años que hayan estado ingresadas en un centro hospitalario.
- 9 Residir en el municipio de Albacete o Villarrobledo.
- 10 Ser mujer pensionista y/o jubilada mayor de 60 años víctima de violencia de género con sentencia condenatoria y se encuentran en situación de riesgo ó exclusión social.



5.1. Comidas a domicilio en Albacete y Villarrobledo

Consiste en la elaboración, distribución y entrega, de lunes a viernes, en el domicilio del beneficiario de una comida completa, equilibrada y adaptada a sus necesidades nutricionales y de salud.

Es un servicio que pretende prevenir y dar respuesta a problemas que guardan relación con una mala alimentación, problemas de salud, falta de movilidad y aislamiento social que presentan las personas mayores, prevenir enfermedades metabólicas y de obesidad que suelen pasar inadvertidas pero que minan la salud, disminuyen la energía, etc.

Los servicios de Comida a Domicilio para mayores se llevan a cabo en los municipios de Albacete capital y Villarrobledo.

Usuarios	Albacete	Villarrobledo
menos de 60 años	1	0
Entre 61 - 65 años	6	1
Entre 66 - 70 años	12	2
Entre 71 - 75 años	7	4
Entre 76 - 80 años	17	1
Más de 80 años	46	12
Total	89	20

Comidas	Comidas normales	Comidas dieta	Total
Albacete	2.217	11.847	14.064
Villarrobledo	628	2.599	3.227

5.2. Servicio de Atención Post-hospitalaria en Albacete

Destinado a personas mayores que optan por permanecer en su hogar una vez que son dados de alta en el Hospital y que requieren apoyo y atención para seguir viviendo en su domicilio, dado el carácter de urgencia y necesidad que precisan hasta su paulatina recuperación.

Se centra en atender a la persona mayor que ha tenido un ingreso hospitalario, mientras tramitan la documentación correspondiente para gestionar el recurso social más idóneo o bien se produce la recuperación de la persona enferma.

Por eso la Federación Territorial de Castilla La Mancha UDP actúa en cuanto la trabajadora social del hospital se pone en contacto con la trabajadora Social de la Federación Territorial UDP, liberando una cama de hospital y así prevenir posibles riesgos de infección en el hospital. Pretendemos dar respuesta inmediata de cuidado personal y atención personal de carácter temporal en postoperatorios a las personas mayores tras ser dadas de alta de un centro hospitalario. Por media, el tiempo de atención en el programa son de 20 días de Lunes a Viernes, pudiéndose prorrogar por unos días más según las circunstancias de cada caso.

Servicios prestados	Usuarios	Horas
Atención post-hospitalaria en Albacete	39	751

	Atención posthospitalaria
Casos informados y derivados	83
Servicios valorados	63
Servicios denegados por Trabajador Social o por familiares	21
Servicios no valorados por no localizarlos	3
Servicios puestos en marcha	39

6. Convenios de colaboración con las Diputaciones

El aumento de la población de las Personas Mayores es uno de los cambios más importantes que se han producido en la segunda mitad del siglo XX. En Castilla-la Mancha, el envejecimiento es una de las características más significativas de su población; por eso resulta fundamental la realización de acciones cuya finalidad sea la potenciación de un envejecimiento activo y la participación social.

La Federación Territorial CLM UDP plantea, en el presente proyecto, fomentar la participación social de las Personas Mayores y potenciar un envejecimiento activo y además Promocionar el Buen Trato a las Personas Mayores.

Para ello, se han realizado varias colaboraciones con las Diputaciones llevando a cabo las Jornadas sobre Envejecimiento Activo y Solidaridad Intergeneracional y las Jornadas de Promoción del Buen Trato a Personas Mayores.

6.1. Diputación de Albacete

La Diputación de Albacete ha colaborado en 1 Jornada de Envejecimiento Activo, Asociacionismo y Voluntariado y una Jornada de Promoción del Buen Trato a Personas Mayores

Albacete 27 de Marzo. Jornada de Envejecimiento Activo
Almansa 12 de Junio. Jornada de Promoción del Buen Trato

	Localidades	Asistentes	Invitados	Directivos y Técnicos	Asistentes Totales
Albacete	33	407	22	18	445
Almansa	3	140	5	16	161

Convenios de colaboración con Diputaciones



Albacete



Almansa



Albacete



Almansa



Albacete



Almansa

Convenios de colaboración con Diputaciones

6.2. Diputación de Ciudad Real

La Diputación de Ciudad Real ha colaborado en este año con la Federación UDP de CLM en la organización de una Jornada de Envejecimiento Activo, Asociacionismo y Voluntariado y una Jornada de Promoción del Buen Trato a Personas Mayores.

Piedrabuena 10 de abril, Jornada de Envejecimiento Activo

Socuéllamos 9 de octubre. Jornada de Promoción del Buen Trato

	Localidades	Asistentes	Invitados	Directivos y Técnicos	Asistentes Totales
Piedrabuena	11	154	11	13	178
Socuéllamos	6	123	8	19	150



Piedrabuena



Socuéllamos



6.3. Diputación de Cuenca

Este 2019 la Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados de Cuenca “San Julián” UDP se ha trasladado a un nuevo local sito en la Avenida República Argentina número 10, bajo.

La Federación Territorial de CLM UDP ha adecuado esta nueva sede para continuar realizando sus programas en la provincia de Cuenca en las mejores condiciones.

La Diputación Provincial de Cuenca ha colaborado con la Federación Territorial UDP de CLM en la adecuación de dicho local.



7. Convenios con Ayuntamientos

7.1 Convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Albacete

Gracias a la colaboración entre el Ayuntamiento de Albacete y la Federación Territorial de CLM UDP se llevan a cabo 3 servicios:

7.1.1. Voluntariado social para mayores: en este apartado se incluyen las siguientes actuaciones.

- Colaboración en la promoción del voluntariado Social y en la captación de nuevos voluntarios.
- Realización de acciones de apoyo social mediante voluntarios en distintas actividades y servicios municipales y servicio de acompañamiento telefónico.

7.1.2. Servicio de Acompañamiento Telefónico.

7.1.3. Servicio de podología en el centro de autonomía personal y prevención de la dependencia.

El Ayuntamiento de Albacete colabora con la UDP Nacional en el Servicio de Atención Post-hospitalaria y en el servicio complementario de comida condimentada a domicilio en Albacete.

7.1.1.- Voluntariado Social para Mayores

Con este servicio se presta apoyo al grupo de voluntarios de Albacete que colabora en diversos servicios destinado a las Personas Mayores y Dependientes de la Ciudad de Albacete.

Se trata de una red de apoyo mutuo entre Personas Mayores, es decir, Personas Mayores que ayudan a otras Personas Mayores, ofreciendo calor humano, compañía, escucha, apoyo, y en definitiva, AMISTAD.

En este apartado se incluyen las siguientes actuaciones:

Colaboración en la promoción del voluntariado social y en la captación de nuevos voluntarios

El objetivo de este proyecto es promover la participación y la responsabilidad social de las Personas Mayores de Albacete mediante la formación de grupos de voluntariado en las distintas zonas de SS.SS. Así como formar y capacitar al grupo de voluntarios para el desarrollo de su actividad, a través de un programa mensual de reciclaje, formación y seguimiento.

Realización de acciones de apoyo social mediante voluntarios en distintas actividades y servicios municipales y servicio de acompañamiento telefónico.

Consiste en actividades complementarias a la ayuda a domicilio, realizadas por parte de los voluntarios como visitas presenciales de forma esporádica en domicilios y en residencias además de la realización de pequeñas gestiones que los usuarios no puedan hacer por sí solos, como por ejemplo ir al médico, tramitar documentación para los Servicios de SAD (Servicio de Ayuda a Domicilio) SED, (Servicios de estancias diurnas), Residencias teleasistencia, etc.

7.1.2.- Servicio de Acompañamiento Telefónico

El servicio de Acompañamiento telefónico, tiene como finalidad realizar por parte de los voluntarios sociales de UDP un acompañamiento y seguimiento telefónico de los usuarios derivados. Los voluntarios tienen asignados usuarios a los que llaman por teléfono una vez a la semana, y realizan las tareas de apoyo social descritas anteriormente.

	Albacete
Número de Voluntarios	4
Número de Usuarios	3
Número de horas realizadas	131

7.1.3. Servicio de podología en el centro de autonomía personal y prevención de la dependencia.

El servicio será prestado por profesionales cualificados e irá destinado a las personas y grupos que asisten al Programa de Promoción de la autonomía personal y prevención del deterioro en personas mayores, así como a voluntarios de UDP. Los objetivos de este programa son:

- Prevención del deterioro de las Personas Mayores.
- Evitar los problemas de salud que pueden producirse por la falta de atención y cuidado de los pies.
- Proporcionar tratamiento básico de podología como exploración primaria del pie, corte y fresado de uñas, asesoramiento de cuidados básicos para el correcto estado de salud del pie.

Número de servicios del año 2019	191
Número de Hombres	38
Número de Mujeres	153

7.2. Convenio con el Ayuntamiento de Cuenca

Gracias al convenio firmado con el Ayuntamiento de Cuenca se lleva acabo el servicio de:

Apoyo al grupo de Voluntarios de Cuenca

El objetivo del presente convenio es fijar la colaboración en los programas y proyectos de voluntariado, a desarrollar en el municipio de Cuenca.

7.3. Teléfonos del Mayor

El Teléfono del Mayor presta y facilita información a todas las Personas Mayores, Dependientes o familiares de estos en Almadén, Talavera de la Reina, Campo de Criptana y Pedro Muñoz

Mediante el mismo, Personas Mayores voluntarias ofrecen información sobre Servicios Sociales para los Mayores, actividades socioculturales, atención de casos urgentes, denuncia de situaciones de abandono o malos tratos y acompañamiento telefónico.

Almadén	
Número Voluntarios	18
Número horas realizadas	185
Talavera de la Reina	
Número Voluntarios	4
Número horas realizadas	219
Campo de Criptana	
Número Voluntarios	10
Número horas realizadas	154
Pedro Muñoz	
Número Voluntarios	7
Número horas realizadas	140
Albacete	
Número Voluntarios	4
Número horas realizadas	131

