

Andalucía

2017 SEGUNDO SEMESTRE Nº 1.016



**Cruz Roja atiende
a cerca de 30.000 personas
mayores en Andalucía**

“El envejecimiento hace preciso el apoyo a las personas mayores”

El presidente autonómico de Cruz Roja Española en Andalucía, José Carlos Sánchez Berenguel, explica los programas y proyectos que la Institución ofrece en esta área.



El Programa de Personas Mayores es una de las prioridades de trabajo dentro del Plan de Intervención Social de Cruz Roja Española en Andalucía, cuya misión es mantener la autonomía de las personas y colectivos en condiciones dignas, el desarrollo de un itinerario de inclusión con compromisos de participación por parte de los mismos y la mejora de sus condiciones de vida. Además del segmento más veterano de la población, forman el núcleo de nuestras actuaciones en esta área personas en situación de extrema vulnerabilidad, mujeres e infancia en dificultad social, personas inmigrantes y refugiadas, afectadas por VIH, con problemas de adicciones o población reclusa. En 2016, el total de beneficiarios de intervención social de la Organización en Andalucía fue de 570.476 personas, 467.077 de ellas de manera directa. Un 52,4% fueron mujeres.

Hay que tener en cuenta, en este sentido, que Andalucía es una de las comunidades autónomas con mayor número de mayores de 65 años. Este significativo envejecimiento de la población hace más necesario que nunca el apoyo y trabajo con las personas mayores, ya que suele ir acompañado de una serie de factores que aumentan el riesgo de vulnerabilidad, no solo a nivel económico, sino también aní-

mico y emocional, de dichas personas. A través de las distintas acciones puestas en marcha tratamos de mejorar su calidad de vida, retrasando situaciones de dependencia y favoreciendo la permanencia en su entorno habitual todo el tiempo posible. Así, en el año 2016, Cruz Roja Española en Andalucía atendió a un total de 29.324 personas mayores a través de 11 proyectos, lo que supone un incremento del 91,4% respecto al año anterior. En los primeros diez meses de 2017, esta cifra ha ascendi-

do a 35.761 personas atendidas, un 22% más que en 2016. También es importante señalar que un 68,6% de los participantes el pasado año fueron mujeres, lo que se corresponde con la elevada feminización de esta franja poblacional.

Cuatro nuevos proyectos

Como novedad con respecto a períodos anteriores, en 2016 se pusieron en marcha cuatro nuevos proyectos: Promoción del Envejecimiento saludable: Salud Constante, en el que se atendieron a 5.964 personas; Red Social para personas mayores: Enrédate, en el que participaron 8.111 personas; Atención a personas con funciones cognitivas deterioradas, que supuso el trabajo directo con 5.127 personas y Atención a personas en proceso de envejecimiento, que permitió el apoyo a 4.318 personas. Estos nuevos proyectos, junto a otros más tradicionales, entre los que se encuentran Ayuda a domicilio complementaria, Localización de personas con deterioro cognitivo y Centros de día, ofrecen una respuesta integral y ajustada a las necesidades de la persona en función de la problemática o situación que presente.

Las acciones desarrolladas en esta área se basaron, además, en una metodología de proximidad y carácter cercano a la persona, ofreciéndole una respuesta integral desde las Asambleas Locales, a través de la labor de la red de voluntariado. Más de 3.800 voluntarios y voluntarias participaron en el programa en 2016, lo que permitió que este tuviera un gran alcance territorial: se desarrolló en las ocho provincias andaluzas y alcanzó un total de 278 localidades.

Nuestra firme decisión de mantener el compromiso de atención a los más vulnerables, de tener una presencia activa y coordinada en los dispositivos de atención a las emergencias, los programas y recursos de salud, la formación para el empleo y los proyectos de atención a la infancia y los proyectos de atención a la infancia de Cruz Roja Juventud también protagonizaron nuestra actuación en 2016. Todas estas líneas de acción, junto con otras, las mantenemos en 2017.

Programa de Personas Mayores 2016

- Total personas atendidas: **29.324**
- Intervenciones: **471.889**
- Número de personas voluntarias: **3.823**
- Personas con Ayuda a Domicilio Complementaria: **14.063**



Cruz Roja Huelva se vuelca en octubre con las personas mayores

Las Asambleas Locales de la Organización en la provincia han programado actividades de manera conjunta para conmemorar el Día Internacional de los hombres y mujeres de más de 65 años.

Todas las Asambleas Locales de la provincia de Huelva han organizado de manera conjunta un calendario de actividades para conmemorar el Día Internacional de las Personas Mayores, el pasado mes de octubre. El objetivo ha sido activar a quienes ya han superado los 65 años para promover su participación, favorecer el aprendizaje reflexivo, potenciar sus capacidades -cognitivas, físicas, emocionales y relacionales- y fomentar la diversión.

Localidades como Aracena, Ayamonte, Bollullos del Condado, Cartaya, Cortegana, Isla Cristina, Lepe, Nerva, San Bartolomé, Valverde del Camino y Huelva se han unido en la realización de talleres, encuentros intergeneracionales y propuestas de ocio.

La implicación de los voluntarios y voluntarias es fundamental, ya que son ellos quienes hacen posibles las iniciativas del programa



Para todos los gustos

Las personas mayores de la provincia onubense han podido disfrutar de actividades como paseos culturales por los bonitos rincones de Huelva, el visionado de obras de teatro, la celebración de la iniciativa 'Bienvenida a los 65 años', talleres de risoterapia o entrenamientos físicos específicos para esta edad. Todo ello con la misión de potenciar su independencia y autonomía.

La implicación de las personas voluntarias de Cruz Roja Española en este programa ha sido fundamental, ya que son ellas quienes han hecho posible todas estas iniciativas.

UNA ESCALA MÓVIL PARA EVITAR EL AISLAMIENTO EN SEVILLA

Más de 50 personas ya se benefician de esta iniciativa en la capital andaluza y Dos Hermanas.

Más de cuatro años sin poder salir de casa desde que, en 2011, sufriera un infarto cerebral, que lo dejó postrado en una cama y atado a una silla de ruedas. A partir de ese momento, Paco, que reside junto a su mujer en la 4ª planta de un edificio sin ascensor, quedó aislado y sin posibilidad de bajar a la calle y disfrutar de los largos paseos que tanto solían gustarle. Cruz Roja Española en Sevilla, siempre atenta a las necesidades de las personas y en especial de las que tienen mayores dificultades, puso en marcha en 2015 la actividad Escala Móvil.

Consiste en un dispositivo mecánico al que se puede anclar una silla de ruedas y, mediante un mecanismo, permite la bajada y subida de escaleras. Esta iniciativa está enmarcada en el proyecto [Ayuda a Domicilio Complementaria](#) y va dirigida a personas con movilidad reducida que habitan en vi-



viendas con barreras arquitectónicas que imposibilitan su acceso a la vía pública. El manejo del dispositivo lo controlan personas voluntarias expresamente formadas para poder utilizarlo de la forma adecuada. En concreto, cada uso de la Escala Móvil se lleva a cabo con la ayuda de dos voluntarios, uno que maneja el mecanismo y otro que acompaña a la

persona y se encarga de que la bajada se produzca con total seguridad.

Un servicio al alza

Gracias a un grupo de 20 voluntarias y voluntarios, más de 50 personas se han beneficiado de este recurso en el último año, en ocasiones para ayudas puntuales y, en la mayoría de los casos, para intervenciones semanales.

En la actualidad son dos las Asambleas que desarrollan esta actividad, Sevilla y Dos Hermanas, pero el objetivo es ponerla en marcha en el resto de localidades dependientes de las asambleas sevillanas. Paco, primer usuario de la Escala Móvil, espera cada miércoles con entusiasmo la llegada de los voluntarios que le ayudarán a bajar las escaleras y le acompañarán en esos paseos de los que se vio privado durante tanto tiempo.

**Margarita Lázaro, usuaria del proyecto
'Promoción del Envejecimiento Saludable: Salud Constante'**

“En Cruz Roja se interesan por mi estado de salud y llevo una vida mucho más activa”

Tener más de 65 años no es sinónimo de aislamiento, pasividad y decaimiento. La Institución ofrece ayuda y compañía a las personas mayores, a la vez que trabaja por mejorar su calidad de vida.

Margarita Lázaro lo sabe bien. Ella es de Cádiz y tiene 87 años, pero a pesar de su edad y a que vive sola, no se ha resignado a quedarse en casa encerrada, sin hablar con la gente. Hace ya muchos años, más de 12, tuvo la feliz idea de acudir a Cruz Roja Española en Cádiz, según explica, descubrió en ella la compañía que le “faltaba”. Durante años ha participado en numerosas actividades, desde talleres de memoria a excursiones y convivencias. Allí encontró un lugar en el que poner remedio a la soledad, con la compañía del voluntariado y de otras personas de su generación.

Margarita vive en Cádiz capital y no siempre puede acercarse hasta la sede, aunque el voluntariado también le hace compañía a través del teléfono. Este verano, por ejemplo, la llamaron en varias ocasiones para preguntar cómo se encontraba y, sobre todo, para darle algunos consejos para combatir las olas de calor que han azotado la ciudad, a pesar de que las temperaturas aquí son más templadas.

“Otras veces un voluntario se acerca a mi casa y me hace compañía, me pregunta por mi salud. Además me toma la tensión, me controla el peso y lo apuntamos para hacer un seguimiento de cómo me encuentro. También me acompañan a hacer paseos saludables”, explica Margarita, al referirse a las actividades del proyecto Promoción del Envejecimiento Saludable: Salud Constante, que desde hace dos años se lleva a cabo en la provincia de Cádiz. “Me ofrecen todo tipo de ayuda interesándose por mi estado de salud, y me animan a llevar una vida más activa. El trato es muy cariñoso y afable. Insisto en que estoy muy contenta de todo ello y así se lo expreso a mi familia y conocidos, para que ellos se interesen también por esta altruista labor”, afirma con cariño Margarita.

Hace ya más de 12 años, Margarita tuvo la feliz idea de acudir a Cruz Roja Española en Cádiz, donde descubrió la compañía que le faltaba

El objetivo del proyecto ‘Promoción del Envejecimiento Saludable: Salud Constante’, enmarcado en el ‘Programa de Atención a Personas Mayores’, es difundir hábitos de vida saludable, que eviten o aplacen situaciones de dependencia



➤ Margarita Lázaro, acompañada por una persona voluntaria en un paseo junto a la sede de Cruz Roja Española en Cádiz.

Evitar la dependencia

El objetivo del proyecto Promoción del Envejecimiento Saludable: Salud Constante, enmarcado en el Programa de Atención a Personas Mayores, es difundir entre ellas hábitos de vida saludable, que eviten o aplacen situaciones de dependencia. Una firme apuesta desde la proximidad para que estas personas permanezcan en su entorno habitual.

“Estoy muy contenta y satisfecha de participar en este proyecto”, asegura Margarita. Y añade: “Siempre he respondido bien a todo lo que hago, aunque ya tenga una edad”.

Además de las visitas a domicilio, en el proyecto se organizan talleres, charlas sobre alimentación y actividades físicas que mejoran la calidad de vida de las personas. A los voluntarios y voluntarias “les daría una puntuación máxima: un 10... y porque no se les puede dar un 12”.



INFORMAR Y FORMAR A QUIENES CUIDAN

Éxito del proyecto de 'Información y Capacitación al Cuidador/a no Profesional' en Jaén.

Gracias a actividades de capacitación centradas en aspectos específicos del cuidado, como, por ejemplo, el trato con personas con deterioro cognitivo, cómo hacer movilizaciones o la ayuda que aportan los productos de apoyo en el cuidado se consigue que las personas cuidadoras se sientan más seguras a la hora de enfrentarse a sus tareas con el dependiente. Pero también se logra crear un espacio para compartir experiencias, escuchar buenas prácticas y, sobre todo, se genera un lugar para el desahogo que tan necesario puede llegar a ser por la gran carga emocional que suele conllevar el cuidado de un familiar mayor dependiente.

Mucha demanda

Este proyecto funciona con gran demanda de diversas entidades en Jaén, desde asociaciones y centros de atención al familiar del enfermo crónico hasta los mismos Centros de Salud. Los talleres y grupos de apoyo mutuo, así como el seguimiento personalizado de quienes llegan a Cruz Roja a través de Información y Capacitación al Cuidador/a no Profesional, supone un apoyo real extra, al que se suma el soporte documental y digital que viene con este proyecto.

Desde la web www.sercuidador.org hasta el teléfono de consulta gratuito 900 365 100, sin olvidar todas las guías específicas repartidas por el voluntariado, la persona cuidadora no profesional encuentra múltiples y variadas formas de acceder a esa información tan necesaria como obviada hasta ahora.



Cinco consejos básicos para atender a personas mayores en su vida diaria

Casi 2.800 beneficiarios en la provincia de Málaga participan de la 'Ayuda a domicilio complementaria' que ofrece la entidad.

- 1.- Genera un clima de confianza donde las personas mayores puedan expresar sus necesidades reales en su día a día, y las dificultades en aquellas tareas cotidianas que cada vez les cuestan más.
- 2.- Pregúntales qué pueden hacer para mejorar su situación y apoyar a otros mayores. Conseguirás empoderarlas para que participen y se impliquen.
- 3.- Enséñales pequeños trucos que les pueden ayudar cuando estén solas: un sencillo abridor de tarro o un andador les pueden resolver grandes problemas.
- 4.- Pasan mucho tiempo en casa, ¿están seguras en ella? Infórmalas sobre la prevención de riesgos en el hogar.
- 5.- Acompáñales en la gestión de recursos que necesitan: citas médicas, dependencia... Para ellas es imposible sin el apoyo del voluntariado de Cruz Roja y las actividades de 'Movilizaciones' y 'Acompañamiento a gestiones'.

Miles de horas de ayuda

Con estos cinco pasos conseguimos grandes resultados y damos respuesta a nuestro proyecto Ayuda a domicilio complementaria que, a nivel provincial de Málaga, se gestiona en 11 ámbitos locales. Esta iniciativa da respuesta a 2.799 personas con la inestimable colaboración de 216 voluntarios y voluntarias que les han dedicado 6.099 horas de su tiempo con cariño, dedicación y saber hacer. Conseguimos con ello un objetivo: mejorar la capacidad de la persona mayor para continuar con su vida autónoma en función de sus circunstancias, y retrasar en mayor medida su salida del domicilio. En este proyecto se hace aún más fuerte nuestro lema 'Cada vez más cerca de las personas', ya que las atendemos una a una, con nombre y apellidos, para que puedan hacer vida normal y continuar en su hogar.



“Ayudar a los demás vale más que todo el dinero del mundo”

María del Mar Muñoz, voluntaria del proyecto ‘Promoción del Buen Trato a las Personas Mayores’, relata su experiencia.

Apenas cumplida la mayoría de edad, María del Mar Muñoz hizo sus primeros pinitos en el voluntariado, silenciando así esa voz interior que le decía que debía dedicar tiempo a los demás. El trabajo, obligaciones familiares y avatares varios le hicieron abandonar Cruz Roja durante algunos años. Ahora, ya entrada en la treintena y con una hija de 6, esta cordobesa de sonrisa fácil y mirada marina ha vuelto a escuchar a su ‘Pepito Grillo’ particular. Hace ya dos años que colabora de nuevo con la entidad en distintas actividades, pero, sobre todo, en aquellas relacionadas con las personas mayores.

Te uniste al voluntariado nada más cumplir los 18. ¿Por qué diste ese paso?

Porque siempre había algo en mí que me decía que tenía que ayudar, que una parte de mi tiempo podía dedicarla a los demás.

¿Cómo fueron esos comienzos?

Empecé preparando materiales para el Día de la Banderita. Y luego en Socorros y Emergencias. A través de otras entidades, ya entré en contacto con la atención a las personas mayores. Lo que ocurre es que a los dos años tuve que dejar el voluntariado. Eso sí, siempre he tenido esa espina ahí clavada y quería volver, porque me encantó la experiencia. Era una familia, en la que te sentías muy bien acogida. Por eso, hace dos años, decidí volver.

Te has encontrado una Cruz Roja muy distinta...

No tiene nada que ver. Sigue siendo una familia, pero más numerosa, con más tecnología, nueva sede, pero la esencia es la misma: ayudar a quienes lo necesitan.

¿En qué programas colaboras?

Estoy en Socorros y Emergencias, en Teleasistencia y con el proyecto para Promover el Buen Trato a las Personas Mayores, que es el que personalmente más me gusta.

¿Por qué te inclinaste por los proyectos relacionados con mayores?

Porque como he trabajado con ellos y conozco bien las problemáticas que tienen, quería intervenir y aportar mi granito de arena en la búsqueda de soluciones.

¿Qué te aporta el voluntariado?

Todo. Es como mi vía de escape. Y te llena mucho, te da mucha satisfacción ver a esas personas contentas. Ayudar a los demás vale más que todo el dinero del mundo.

¿Crees que la sociedad trata a los mayores como se merecen?

En absoluto. Los tenemos ignorados. No te das cuenta de que están ahí y que tienen unas necesidades. Además, desaprovechamos su sabiduría, que es grandiosa.



BUENOS TRATOS PARA ROMPER ESTEREOTIPOS

Un nuevo proyecto pretende que las personas mayores mejoren su capacidad de afrontar posibles maltratos.

“Ser tratados con educación, dignidad, cariño y amor”, “participar en la toma de decisiones”, “evitar el aislamiento, no a la soledad”. Son algunas de las reivindicaciones recogidas en el Decálogo del Buen Trato elaborado por las personas mayores que participan en los proyectos de Cruz Roja. Aunque en la sociedad aún no es lo suficientemente visible, el maltrato a la persona mayor es un problema de envergadura sobre el que la institución quiere poner el acento. Desde principios de año, Cruz Roja Española en Almería desarrolla un proyecto que persigue mejorar la protección y la capacidad de afrontamiento de los mayores frente a una po-



sible situación de maltrato. La iniciativa promueve los buenos tratos y aporta herramientas prácticas a las víctimas potenciales. Asimismo, pretende influir de forma directa en la sociedad cambiando realidades y modificando la imagen que se tiene del colectivo.

Prevenir situaciones de riesgo

El equipo de la Organización en Almería, compuesto por personal técnico y 15 personas voluntarias, ofrece sesiones informativas, talleres, asesoramientos y acompañamientos a trámites y gestiones. La idea es prevenir e intervenir donde se detecten situaciones de riesgo, a través de un convenio con Guardia Civil y Policía Nacional. Solo en la primera mitad del año han participado en el proyecto 570 personas mayores.

Compartir legado, participar de forma activa

El ‘Programa de Personas Mayores de Cruz Roja Española’ en Granada busca mejorar su calidad de vida con todo tipo de actividades.

La provincia de Granada ha experimentado cambios demográficos y económicos en los últimos años. Estos cambios han conformado una sociedad en la que las personas mayores presentan nuevas necesidades y demandas: son cada vez más longevas y forman un grupo heterogéneo en cuanto a nivel económico, cultural o social. Pese a contar con tantas diferencias, todas ellas tienen una característica común: al estar jubiladas, aumenta su tiempo libre y disminuyen sus recursos sociales.

El proceso de envejecimiento ha cambiado también en el último período. En la actualidad, las personas jubiladas tienen un perfil más activo: los mayores de hoy ya no se conforman con ocupar todo ese tiempo con actividades pasivas, sino que cada vez buscan más una alternativa diferente. Necesitan trans-

Las personas mayores de hoy ya no se conforman con ocupar todo su tiempo mediante actividades pasivas y cada vez buscan más una alternativa diferente

mitir sus experiencias acumuladas, así como adquirir nuevos conocimientos en su proceso vital, ya que se encuentran en condiciones óptimas, en un porcentaje bastante elevado, tanto física como psicológicamente.

Por todo ello, uno de los objetivos del Programa de Personas Mayores de Cruz Roja Española en Granada es mejorar la calidad de vida de las personas en su proceso de envejecimiento, contribuyendo a crear, restablecer o mantener un estado de bienestar biopsicosocial y relacional.

Uno de los objetivos de esta iniciativa es mejorar la calidad de vida de mujeres y hombres en su proceso de envejecimiento

Numerosas acciones

Para contribuir a la consecución de este objetivo, la Institución desarrolla en la provincia diferentes actividades enfocadas a la realización de acciones necesarias para la mejora de las relaciones sociales y para fomentar el intercambio de experiencias entre personas jóvenes y mayores. De esta forma logramos la adquisición de conocimientos y la comprensión y respeto por ambos colectivos, al tiempo que se realizan actuaciones para una vida y hábitos saludables.

En definitiva, su misión es intercambiar experiencias, vivencias, hábitos y costumbres, cultura, conocimientos y tradiciones que fomenten las relaciones intergeneracionales e interculturales, a la vez que se aumenta la vida social de las personas mayores.



Por el Centro pasan muchas personas, niños y grandes. Y todas, ¡Todas! reciben algo. Da igual que pase el tiempo y haya cosas que cambien, ¡Eso no cambia nunca!

Neutralidad.



La creatividad al principio x Hey. Esta campaña nace como resultado de un fin de semana de talleres creativos planteados por el estudio de diseño gráfico Hey y coordinados por Cruz Roja Española. Los talleres se celebraron en el centro de atención a la infancia El Pinar de Loja, en Granada. Los niños y niñas, los voluntarios y el equipo de Hey trabajaron en la interpretación creativa y plástica de los siete Principios sobre los que versa y actúa Cruz Roja.

El Pinar
centro social
y de atención
a la infancia



COMITÉ AUTONÓMICO DE CRUZ ROJA EN ANDALUCÍA: AVDA. DE LA CRUZ ROJA, Nº 20. 41008. SEVILLA. TEL. 954 22 44 07. FAX 954 38 82 31.
REDACCIÓN: MARÍA DEL MAR CARILLO (ALMERÍA), MIGUEL DOMINGO GARCÍA (CÁDIZ), JOSÉ LUIS HITOS (CÓRDOBA), FRANCIS GONZÁLEZ (GRANADA), MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ (HUELVA), FRANCISCO LENDINEZ (JAÉN), MIGUEL PRADAS (MÁLAGA), M^a VALLE RODRÍGUEZ MARTÍN (SEVILLA). **COORDINACIÓN:** ISABEL BERMEJO.
FOTOGRAFÍAS: ARCHIVO CRUZ ROJA. **EDITA:** CRUZ ROJA ESPAÑOLA. **DIRECTORA DE LA REVISTA:** OLIVIA ACOSTA.



www.cruzroja.es

Para cualquier reclamación respecto a la distribución de la revista, póngase en contacto con su Comité Provincial. Cruz Roja es una publicación plural, respetuosa de las opiniones de sus colaboradores y articulistas aunque no las comparta necesariamente.