



Andrés

# “Medrando cos nosos maiores” II edición



## INDICE

• FUNDAMENTACIÓN.....	3
• POBOACIÓN DESTINATARA.....	7
• OBXECTIVOS.....	7
• METODOLOXÍA E ACTIVIDADES.....	8
• RECURSOS.....	9
• AVALIACIÓN.....	10
• ANEXOS.....	11



## TITULO

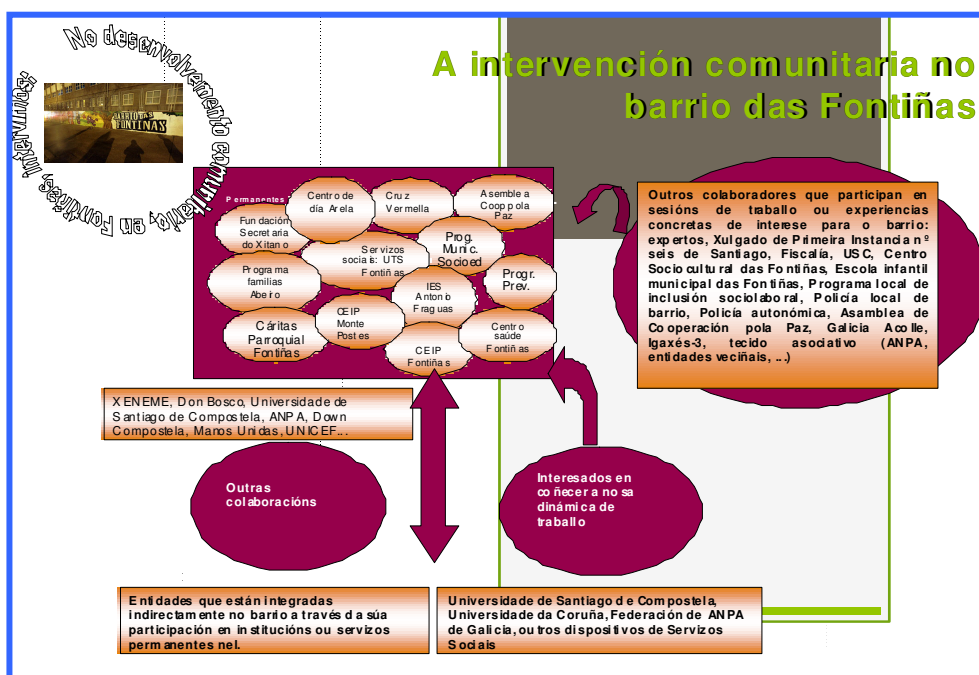
Proxecto: “Medrando cos nosos maiores”

## FUNDAMENTACIÓN

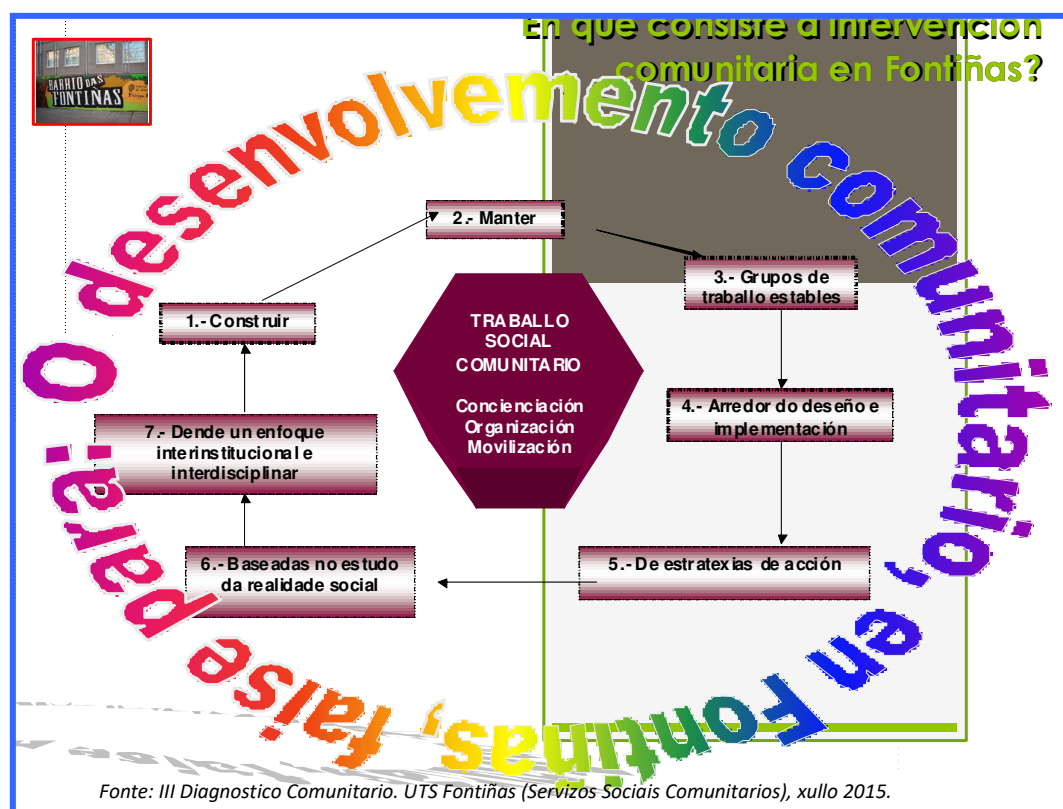
Nos últimos anos o barrio das Fontiñas caracterizouse polo inicio dun percorrido dentro da dinamización en rede comunitaria, a través do seu Plan de Desenvolvemento Comunitario. O mesmo naceu coa finalidade de incrementar o benestar de todos os colectivos que residen nesta zona, promovendo a súa inclusión social e a participación activa dentro da súa comunidade. Neste senso, teñen e tiveron cabida varios programas e proxectos que seguen este fío condutor da mellora social.

E, en consecuencia, impleméntase un traballo integral a nivel comunitario, baseado na intervención conxunta, en rede, respectando as características de cada servizo, pero buscando ao mesmo tempo as sinerxias e os puntos de encontro que permitan buscar obxectivos comúns e compartir estratexias de traballo:

Gráfica nº 4: A intervención comunitaria no barrio de Fontiñas.



Fonte: UTS Fontiñas (Servizos Sociais Comunitarios) e Departamento de Orientación do IES Antonio Fraguas, xullo 2015.



Non hai que esquecer que os fins da intervención comunitaria non deben ser exclusivamente asistencialistas (si ben hai que traballar para a cobertura das necesidades básicas da cidadanía), senón que debe dar un paso adiante, incidindo na prevención, como veremos máis adiante, e na integración no contorno comunitario (non dende a asimilación senón dende a pertenza a un barrio, dende a convivencia positiva da súa veciñanza, respectando as diferenzas de cada quen).



Fins da intervención comunitaria:



*Fonte: UTS Fontiñas – Servizos Sociais Comunitarios Básicos do Concello de Santiago de Compostela, 2015*

A fundamentación deste proxecto, radica principalmente nun enfoque preventivo e enmarcaríase nas seguintes liñas de intervención:

- **Liña nº 4 do III Diagnóstico Comunitario:** Activar proceso de solidariedade social.
- **Liña nº 15 do III Diagnóstico Comunitario:** Activación do voluntariado social.
- **Liña nº 11 do III Diagnóstico Comunitario:** Actividades de convivencia comunitaria.

O proxecto nace dentro das xuntanzas comunitarias do barrio das Fontiñas e en concreto da “Comisión de Maiores” coa idea principal de favorecer a participación das persoas en todos os ámbitos fomentando o envellecemento activo e saudable e a consecuente mellora na súa calidade de vida.

O marco de referencia no que se fundamenta este proxecto é o envellecemento activo, entendendo este como o “proceso de optimizar as oportunidades de saúde, participación e



seguridades co fin de mellorar a calidade de vida a medida que as persoas envellecen” (Active Ageing: A Policy Framework Genova, OMS, 2002).

Envellecer de forma activa, non significa “facer moitas actividades” senón máis ben se trata de converterse en “actores “ da nosa propia vida, ter oportunidades, ter opcións de elixir. A capacidade funcional das persoas redúcese en gran medida ao longo da vida, determinado por factores relacionados co estilo de vida, factores sociais, económicos e ambientais externos á persoa. As decisións individuais, comunitarias e políticas públicas como a promoción dun entorno amigable coa idade poden influír sobre o envellecemento.

O envellecemento activo é, sen dúbida, un factor que contribúe directamente ao mantemento da capacidade funcional dos individuos, con todas as vantaxes que isto entraña, tanto a nivel persoal como a nivel familiar e social. Fomentar un este proceso supón retrasar, incluso evitar, as situacións de discapacidade e dependencia.

Aínda que se promovan principalmente actuacións vinculadas ás liñas de traballo anteriores, os obxectivos principais diríxense á totalidade da poboación, tratando de favorecer a integración social de todas as persoas. A actuación comunitaria é unha estratexia metodolóxica que busca coordinar a todos os colectivos que forman a comunidade, ademais de acadar o seu compromiso e implicación para que, entre todos, se poidan realizar aportacións que conducen a un claro incremento do benestar social.

A Intervención Socioeducativa e a Participación Social, son unha peza máis do puzzle que conforman as estratexias de promoción do Envellecemento Activo e Saudable.

- Individuo = axente activo no seu proceso de envellecemento
- “Nunca é tarde para cambiar hábitos”

O éxito da anterior edición motivou a súa continuade no tempo dando resposta as demandas dos nosos maiores. Da avaliación realizada da anterior formación desprendíase o alto nivel de interese por estas iniciativas grupais coa presenza de profesionais de diferentes ámbitos: educativo, sanitario, TIC, ...



Este feito levou a programar unha nova edición deste proxecto en respostas as novas demandas realizadas polo maiores do barrio.

## POBOACIÓN DESTINATARIA

A actividade estará destinada persoas maiores de 65 anos pertencentes ao barrio de Fontiñas.

## OBXECTIVOS

- **Xeral:**
  - Promover hábitos socialmente saudables (aquelas condutas ou pautas de acción levadas a cabo pola persoa maior, orientadas de maneira principal a manter, desenvolver e potenciar as súas redes de apoio social), así como o establecemento de novos comportamentos potencialmente exitosos.
  - Mellorar a calidade de vida da poboación maior do barrio.
  - Optimizar as destrezas, capacidades e habilidades persoais que permitan o máximo grao de autonomía.
  - Mellorar o equilibrio persoal do individuo previndo posibles problemas de afastamento e soidade.
  - Desenvolver unha atención integral á poboación e, en especial, aos sectores mais vulnerables.
  - Incrementar o seu grao de coñecemento sobre os dereitos no ámbito da saúde.
- **Específicos:**
  - Xerar no barrio de As Fontiñas procesos de participación comunitaria centrado este proxecto na participación das persoas maiores.
  - Promover espazos de convivencia entre mozos e mozas e os maiores.



## METODOLOXÍA E ACTIVIDADES

Para a metodoloxía deste proxecto empregárase como estratexia o “traballo en rede”, como fórmula que permite potenciar os intercambios, crear sinerxías entre os participantes e favorecer as actitudes e mecanismos de adaptación e ampliación do núcleo inicial do proxecto. Os principios metodolóxicos do proxecto baséanse en:

- Na coordinación de esforzos entre as distintas entidades implicadas evitando a duplicidade de intervencións ou a existencia de lagoas.
- A complementariedade das accións.
- O seguimento da evolución do proxecto.

A abordaxe dos nosos maiores require estimular o traballo en equipos interdisciplinares, formado polos diferentes profesionais do eido socio sanitario implicados na súa atención, como medio que garanta a continuidade nas atencións e nos cuidados coa máxima participación do maior, da familia e da súa contorna.

A metodoloxía de traballo a seguir para a posta en marcha deste proxecto require de:

- Detección e/ou captación das persoas maiores de 65 anos sen apoio ou carente de rede familiar, para o estudo da súa situación, coñecemento da súa realidade, identificación de familiares,.. coa finalidade de identificar posibles situacións de vulnerabilidade ou risco social.
- Promoción da súa participación nestas accións formativas que den resposta ás necesidades detectadas polos diferentes profesionais que traballan directa ou indirectamente co colectivo de maiores.
- Avaliación dos resultados obtidos tras a implementación das actividades realizadas.

As accións programadas ata o de agora son as seguintes:





1. Charla-coloquio sobre o testamento vital ou documento de instrución previas (DIP), impartida pola traballadora social de saúde e persoal sanitario do centro de saúde de Fontiñas.
2. Unha charla informativa, impartida por profesionais do ámbito da saúde do Centro de Saúde de Fontiñas, que pretende concienciar sobre o uso dos fármacos, utilización do sistema de saúde, perigos da automedicación,... Cunha duración aproximada dunha hora.
3. Outras aberta as demandas realizadas polos maiores ao longo do ano 2019.

## CALENDARIO DE TRABAJO.

As actividades están programadas nas seguintes datas:

- 12 de decembro de 11:00 a 12:00 horas no salón de actos do Centro Sociocultural das Fontiñas.
- Charla informativa ámbito da saúde. Pendente de confirmación de datas, ao longo do primer trimestre do 2019, no salón de actos do Centro Sociocultural das Fontiñas.

## RECURSOS

- **Infraestructurais:** Sala onde se levará a cabo a sesión; o salón de actos da do C.S.C. das Fontiñas.
- **Humanos:** persoal sanitario do centro de saúde de Fontiñas, traballadora social do centro de saúde de Fontiñas, traballadora social de Cruz Vermella e técnicas municipais do PASS Fontiñas.
- **Económicos:** exenta de custe económico.
- **Materiais:** Material funxible de oficina



## AVALIACIÓN

O proceso avaliativo terá lugar desde o inicio da actividade ata o fin da mesma. Deste xeito procurárase coñecer de xeito real á efectividade do proxecto así como tamén o grao de satisfacción acadado, tanto por parte das persoas participantes, como dos/as coordinadores/as da actividade.

Consideramos que o feedback é fundamental dentro da planificación de proxectos sociais, xa que axuda a aprender dos erros, a reflexionar sobre o camiño seguido e as metas que se esperan acadar, mudando e aprendendo.

O proceso avaliativo terá lugar mediante un coloquio finalizadas as actividades, así como tamén mediante un pequeno cuestionario á realizar de xeito individual por parte de cada participante (ANEXO I).

Ademais disto, os/as encargados/as da actividade realizarán unha observación activa. Deste xeito, preténdese empregar a avaliación coma unha canle que axude a optimizar o rendemento deste proxecto de acción.

Destas accións formativas preténdese coñecer novas demandas e necesidades deste colectivo, as cales dar resposta dende o eido comunitario da rede de Fontiñas, mediante o desexo de novas accións formativas.



## ANEXOS

- **ANEXO I:** Valoración final

As seguintes cuestións teñen unha valoración do 1 ao 5, sendo 1 o valor máis baixo (totalmente en desacordo) e o 5 o máis alto (totalmente de acordo).

ÍTEMS	PUNTUACIÓN
A sesión foi entretida.	1 2 3 4 5
Tratáronse temas útiles para o meu día a día.	1 2 3 4 5
Gustárame saber máis sobre este tema.	1 2 3 4 5
A exposición dos contidos foi clara.	1 2 3 4 5
A actividade axudoume a reflexionar sobre os meus hábitos e/ou actitudes.	1 2 3 4 5
Algo que me gustaría traballar:	



Documento elaborado por:

- ✚ Alcira Baleato Negreira, traballadora social do centro de saúde de Fontiñas.
- ✚ María Jesús Viqueira Pérez, traballadora social do PASS Fontiñas (pertencente aos Servizos Sociais Comunitarios Básicos do Concello de Santiago de Compostela).
- ✚ Beatriz Sixto Solar, traballadora social do PASS Fontiñas (pertencente aos Servizos Sociais Comunitarios Básicos do Concello de Santiago de Compostela).
- ✚ María del Carmen Vilas Miramontes, traballadora social de Cruz Vermella
- ✚ Margarita Vázquez Teo, educadora social do PASS Fontiñas (pertencente aos Servizos Sociais Comunitarios Básicos do Concello de Santiago de Compostela).

Coa colaboración das restantes entidades sociais, sanitaria e educativas do Barrio de Fontiñas.