



MEMORIA ACTIVIDADES 2020

FEDERACIÓN PROVINCIAL DE JUBILADOS,
PENSIONISTAS Y TERCERA EDAD ALCARREÑA



ÍNDICE

FUNDAMENTACIÓN	Pág. 2
OBJETIVOS OPERATIVOS	Pág. 3
ACTIVIDADES DE LA FEDERACIÓN	Pág. 4
· SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO	Pág. 4
· ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA	Pág. 6
· SERVICIO PODOLOGÍA ITINERANTE EN EL MEDIO RURAL	Pág. 6
· SERVICIO DE QUIROMASAJE	Pág. 9
· REVISTA “SABER SER MAYORES”	Pág. 11
· JORNADA DE MAYORES	Pág. 12
· PROGRAMA INTEGRADO DE ACTUACIÓN EN LA PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y LA PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA	Pág. 12
· ACTUACIONES DE SENSIBILIZACIÓN SOCIAL	Pág. 19
· ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE.....	Pág. 19



FUNDAMENTACIÓN

La Federación Provincial Alcarreña de Jubilados, Pensionistas y Tercera Edad es una entidad sin ánimo de lucro creada en 1.992.

De ámbito regional, su función principal es coordinar y dar asesoramiento a las asociaciones federadas y servir de interconexión entre éstas y los diferentes organismos y entidades públicas y privadas que trabajan con el colectivo de personas mayores y la comunidad en general, favoreciendo con ello su presencia e inclusión en la sociedad.

En la actualidad hay un total de 116 asociaciones federadas.

Existen tres aspectos claves que justifican la necesidad del **Programa Envejecimiento Activo y Promoción de la Autonomía Personal**, desarrollado por la Federación.

Por un lado, la situación geográfica en que se encuentran ubicadas muchas de las asociaciones de la provincia, zonas rurales, que hace que el acceso a la información y orientación a todos los niveles (socio-sanitario, legislativo, institucional, etc.) sea deficitaria y con ello, el acceso a los recursos existentes.

Dicha situación también influye en la existencia de cierta “desconexión” entre las diferentes asociaciones y entre éstas y la comunidad en general, dificultando una adecuada interacción.

Por otro lado, la propia organización de las asociaciones, en la gran mayoría llevadas por personas voluntarias del colectivo de la tercera edad, que supone mucha dedicación, interés y voluntad, pero, al mismo tiempo, requiere de una serie de pautas, asesoramiento y formación para llevar a cabo la organización, la gestión y el funcionamiento de estas de una manera eficaz y efectiva.

Por último, el aumento de la esperanza de vida, que ha ido modificando la forma de afrontar y vivir la etapa de la “vejez”, una etapa de la vida cada vez más amplia que requiere actuaciones preventivas e intervenciones, mediante formación, talleres y actividades, en pro de una vida lo más autónoma y activa posible.

El Programa permite dar respuesta a estos tres aspectos. A través de éste, la Federación actúa como entidad de referencia para llevar a cabo la orientación y el asesoramiento que requieren las asociaciones y dar cobertura a todas las demandas que se van planteando, tanto a nivel de recursos, legislación, aspectos socio-sanitarios, institucionales, etc., como a nivel de gestión, organización y funcionamiento de las propias asociaciones. Al tiempo, favorece la creación de una red comunitaria coordinada por la Federación, que permite interconectar e interactuar a las asociaciones entre



ellas, entre éstas y las entidades públicas y privadas relacionadas con mayores y entre éstas y la comunidad en general.

Igualmente, promueve, mediante talleres preventivos y de intervención, el envejecimiento activo y la prevención de la dependencia.

Con todo ello, se favorece la consolidación del concepto de envejecimiento activo y promoción de la autonomía como objetivo fundamental en el colectivo de personas mayores; se da cobertura a las demandas de asesoramiento general de las asociaciones; se promueve el empoderamiento de éstas, apoyando su autonomía y se fomentan su presencia en la comunidad y la interconexión tan necesaria en una sociedad en “red”.

OBJETIVOS OPERATIVOS

El Programa Envejecimiento Activo y Promoción de la Autonomía Personal tiene unos objetivos operativos concretos:

- Favorecer la coordinación entre las asociaciones, entre éstas y la Federación y las instituciones públicas y privadas que trabajan con el colectivo de mayores.
- Informar, orientar y asesorar a las asociaciones federadas sobre todos los temas relativos al colectivo de mayores a nivel social, sanitario, institucional, legislativo; así como los relacionados con el funcionamiento, organización y gestión de las propias asociaciones.
- Promover la programación, planificación, coordinación y evaluación de las actividades y talleres desarrollados por la Federación.
- Fomentar la incorporación de estilos de vida saludables y promoción de la autonomía personal en el colectivo de mayores, así como favorecer el acceso a las nuevas tecnologías y su capacitación digital.
- Fomentar la gestión y utilización del servicio de podología, proporcionando pautas de autocuidados y curas sencillas no quirúrgicas para el cuidado de los pies.
- Fomentar el asociacionismo, dinamizando las asociaciones y facilitando la participación y representación de los asociados en sus respectivas asociaciones y en la Federación.
- Favorecer la publicación, divulgación y acceso a la información relativo a la legislación, temas de actualidad, así como información relevante relacionada con el



envejecimiento activo, la gerontología, la promoción de la autonomía personal a las asociaciones y la comunidad en general.

- Favorecer la participación en consejos y organismos oficiales relacionados con la accesibilidad.
- Colaborar en estudios, estadísticas e investigaciones relativas a la comunidad de personas mayores.

La situación de pandemia que hemos vivido en 2020 ha complicado la consecución de algunos de los objetivos programados, fundamentalmente de aquellos relacionados con la dinamización y participación de las asociaciones de mayores.

ACTIVIDADES DE LA FEDERACIÓN

El Programa está dirigido a las 116 asociaciones federadas, centros de día de mayores y grupos de personas mayores de la provincia de Guadalajara.

El servicio de podología itinerante en el medio rural da cobertura a las personas mayores jubiladas y/o pensionistas empadronadas en Castilla- La Mancha de toda la provincia, independientemente de que sean o no socios de asociaciones federadas.

Asimismo, tanto el servicio de información como diversas actividades de ocio y tiempo libre que desarrolla la Federación van dirigidas a todas las personas mayores de la provincia.

A continuación, se detalla cada una de las actividades desarrolladas en 2020.

• SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO

El servicio ha permitido dar cobertura a la demanda de información de las asociaciones de la provincia, asesorando sobre todos los temas relacionados con el colectivo de personas mayores a nivel social, sanitario, institucional, de subvenciones, legislativo... así como los relacionados con el funcionamiento, organización, gestión y coordinación de las asociaciones.

Se ha desarrollado de enero a diciembre, produciéndose cierta paralización en los meses de abril y mayo, en los que no se pudo realizar la atención telefónica desde la oficina y únicamente se podían atender las consultas a través del móvil de la presidenta o bien por correo electrónico.

Los objetivos del servicio han sido:



MEMORIA ACTIVIDADES 2020

- Favorecer el acceso a la información de las asociaciones federadas a todos los niveles.
- Dar respuesta a las necesidades de asesoramiento y orientación que presentan.
- Canalizar las demandas y derivar a los recursos adecuados, si procede.
- Fomentar el asociacionismo.
- Promover la autoorganización, autonomía y el empoderamiento de las asociaciones federadas.
- Colaborar en la coordinación e impulso de las actividades de las asociaciones.
- Facilitar la interrelación y conexión entre las asociaciones de la provincia y entre éstas y las entidades públicas y privadas que trabajan con el colectivo de mayores.
- Promover la presencia de las asociaciones de mayores en la comunidad en general.
- Favorecer la formación en la gestión y organización de las asociaciones.

Para la consecución de estos objetivos la Federación ha implementado unas actuaciones concretas:

- Atenciones individuales, grupales y comunitarias (telefónicas, presenciales y telemáticas).
- Reuniones.
- Campañas de sensibilización y concienciación
- Elaboración de material informativo y divulgativo.

Evaluación del Servicio.

La Federación asesora a un total de 116 asociaciones federadas de la provincia de Guadalajara; no obstante, el servicio está disponible para cualquier persona, grupo o institución relacionada con el colectivo de personas mayores que requiera asesoramiento u orientación en los diversos aspectos arriba mencionados, tanto si se trata de una orientación directa de la Federación como si ésta requiere la derivación a otro recurso o entidad más adecuada.

De las atenciones realizadas en 2020, un 83% aproximadamente se ha realizado de manera telefónica y/o telemática. El 17% restante, han sido atenciones presenciales en la Federación o en las propias asociaciones, que se han reducido considerablemente.

Las demandas más frecuentes han estado relacionadas con recursos socio-comunitarios, con el funcionamiento interno y la organización de las propias asociaciones y con las limitaciones establecidas en las diferentes situaciones vividas durante la pandemia.



MEMORIA ACTIVIDADES 2020

El Servicio de Información, Orientación y Asesoramiento responde de una manera muy cercana a la demanda de información de las asociaciones de la provincia de Guadalajara.

Teniendo en cuenta la extensión geográfica de la región y la situación de lejanía de muchas de las asociaciones con respecto a núcleos amplios de población, la Federación es el referente necesario para dar cobertura a esta demanda.

En relación con la organización y funcionamiento de las asociaciones, puesto que las juntas directivas están formadas por personas mayores voluntarias, requieren un amplio y constante asesoramiento que favorezca la auto organización, la autonomía y el empoderamiento de las asociaciones.

El grado de satisfacción manifestado con el Servicio es elevado, en especial en aquellas localidades más alejadas de los núcleos urbanos que tienen mayor dificultad para acceder a la información y a los recursos existentes. Asimismo, la disponibilidad horaria se valora de una manera muy positiva, pues fuera del horario de oficina tienen a su disposición de manera permanente el móvil de contacto que lleva la presidenta de la Federación.

Las asociaciones organizan actividades propias para sus miembros y funcionan de manera activa y dinámica. Sin embargo, en 2020 esto no ha sido posible, por lo que se considera muy importante llevar a cabo actuaciones para dinamizar actividades y espacios de convivencia que favorezcan la interacción social y el contacto humano en cuanto la situación de la pandemia lo permita.

• **ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA**

Este año, la Federación no ha podido celebrar la Asamblea General Ordinaria, cuya convocatoria estaba prevista para el 17 de marzo de 2020 y tuvo que ser anulada debido a la pandemia.

Queda pendiente de realización en el momento en que las circunstancias sanitarias lo permitan.

• **SERVICIO DE PODOLOGÍA ITINERANTE EN EL MEDIO RURAL**

Destinado a personas jubiladas o pensionistas de la provincia de Guadalajara que estén empadronadas en Castilla- La Mancha, el servicio consiste en la aplicación de curas no quirúrgicas y cuidados e intervenciones de podología básica.

El servicio cuenta con cinco podólogos que cubren toda la provincia y una auxiliar administrativa que se encarga de la atención telefónica, organización de citas y cuadrantes, preparación de listados y carteles, recogida de incidencias, elaboración de informes, seguimiento, evaluación del servicio y elaboración de estadísticas.

En 2020, el coste del servicio para las personas beneficiarias ha sido de 11€. Las personas con la Ley de Dependencia reconocida pueden ser atendidas en el domicilio, con un



MEMORIA ACTIVIDADES 2020

coste de 16€ el servicio, que a partir del mes de julio ha pasado a ampliarse a 20€, por el aumento de los costes en material higiénico- sanitario que están asumiendo los podólogos.

El Servicio se ha desarrolla de enero a diciembre. Por motivos relacionados con el Covid-19, quedó interrumpido desde mediados de marzo hasta finales del mes de julio, aunque en el mes de junio ya se llevó a cabo en las residencias.

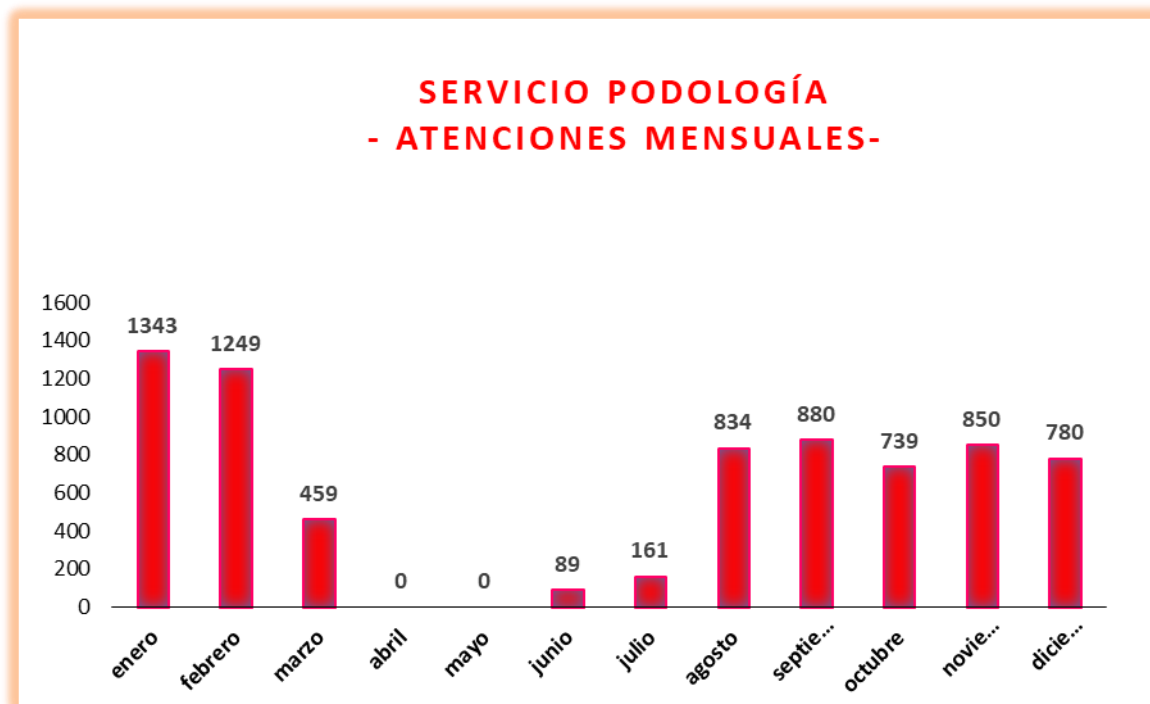
Actualmente, el Servicio se encuentra totalmente reestablecido y se desarrolla con la normalidad que requiere la situación, respetando toda la normativa y obligaciones de las autoridades sanitarias.

En función del censo poblacional y de la demanda de las diferentes localidades, el servicio se realiza de manera quincenal, mensual o bimensual.

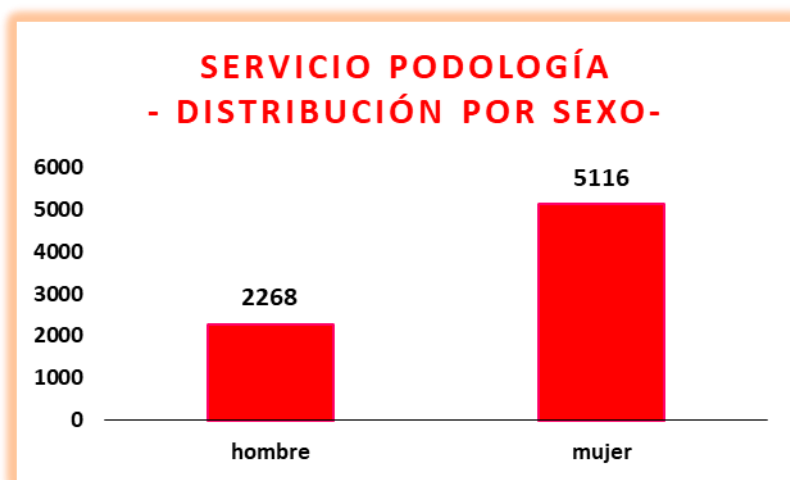
El Servicio de Podología ha dado cobertura a **146 localidades** y se han realizado un total de **7.384 servicios**. Se ha producido una disminución importante con respecto al año pasado.

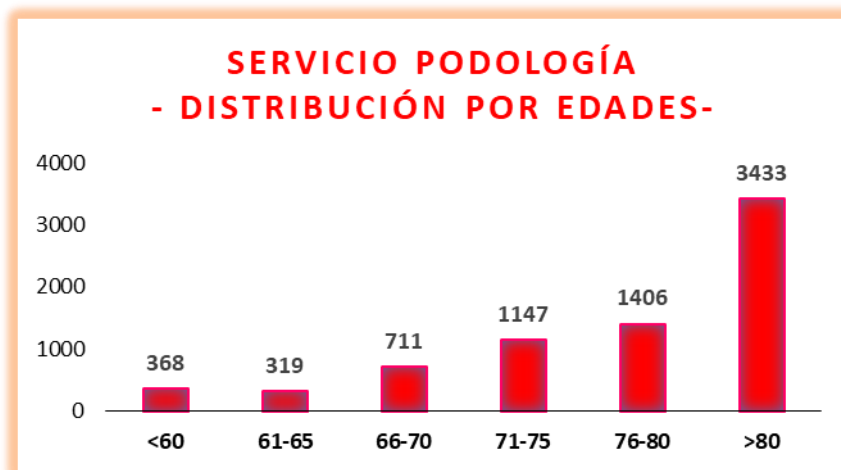
Las localidades en las que se ha realizado el servicio han sido: Alaminos, Alarilla, Albalate de Zorita, Albares, Alcocer, Alcolea del Pinar, Alcoroches, Alhóndiga, Almadrones, Almoguera, Almonacid de Zorita, Alustante, Anguita, Aranzueque, Arbancón, Argecilla, Armuña de Tajuña, Atanzón, Atienza, Auñón, Berninches, Brihuega, Budia, Cabanillas del Campo, Campillo de Dueñas, Cantalojas, Cañizar, Caraquiz Urbanización, Carrascosa de Henares, Casa de Uceda, Casa Sacerdotal, Castilforte, Cerezo de Mohernando, Checa, Chiloeches, Cifuentes, Ciruelas, Cogolludo, Driebes, Durón, El Casar, El Cubillo de Uceda, El Olivar, El Recuenco, Fontanar, Fuentelhiguera de Albatages, Fuentelencina, Fuentelsaz, Fuentenovilla, Gajanejos, Galápagos, Galve de Sorbe, Guadalajara, Henche, Heras de Ayuso, Hiendelaencina, Hita, Hontoba, Horche, Hostezuela de Océn, Hueva, Hmanes de Mohernando, Illana, Jadraque, La Algarga Urb. de Illana, La Beltraneja Urb. de Trijueque, La Toba, La Yunta, Las Inviernas, Ledanca, Loranca de Tajuña, Lupiana, Luzón, Majaelrayo, Málaga del Fresno, Malaguilla, Mandayona, Manolito Taberné, Maranchón, Marchamalo, Masegoso de Tajuña, Mazarete, MAzuecos, Membrillera, Mesones, Millana, Molina de Aragón, Molina de Aragón (Residencia), Molina de Aragón (Residencia Santa Ana), Mondéjar, Moratilla de los Meleros, Muduex, Orea, Pareja, Parque Las Castillas Urb. Torrejón del Rey, Pastrana, Peñalén, Peñalver, Peralejos de las Truchas, Pioz, Pobo de Dueñas, Poveda de la Sierra, Pozo de Almoguera, Pozo de Gualajara, Puebla de Valles, Quer, Renera, Residencia Fontanar, Residencia Humanes, Riba de Saelices, Robledillo de Mohernando, Romancos, Romanones, Sacecorbo, Sacedón, Salmerón, Sayatón, Selas, Sigüenza, Sigüenza Residencia, Solanillos del Extremo, Tamajón, Tartanedo, Torija, Torre del Burgo, Torrecuadrada de los Valles, Torrejón del Rey, Torremocha del Campo, Tórtola de Henares, Trijueque, Trillo, Uceda, Valdeaveruelo, Valdegrudas, Valdenuño Fernández, Valdepeñas de la Sierra, Valverde de los Arroyos, Villanueva de Alcorón, Villanueva de la Torre, Villed de Mesa, Viñuelas, Viñuelas Residencia, Yebra, Yunquera de Henares, Yunquera de Henares Residencia y Zorita de los Canes.

En la gráfica adjunta se indica el número de atenciones realizadas en cada uno de los meses del año.



A continuación, se muestra la distribución de los/as usuarios/as del servicio en 2020, diferenciados por sexo y por edades.





En el gráfico de distribución por sexo se puede observar que el número de mujeres beneficiarias del servicio es claramente superior al de hombres. El porcentaje de mujeres es del 69% (5.116), mientras que el de hombres es del 31% (2.268).

En relación con la distribución por edades, se observa que el rango más frecuente es el de personas de más de 80 años. El porcentaje es de un 46% (3.433) sobre el total de pacientes atendidos.

Un 5% (368 personas) tienen menos o igual de 60 años; otro 4% (319 personas) tienen entre 61-65 años; el 10% (711 personas) se encuentran entre 66-70 años; el 16% (1.147 personas) entre 71-75 años, el 19% (1.406 personas) entre 76-80 años.

• **SERVICIO DE QUIROMASAJE**

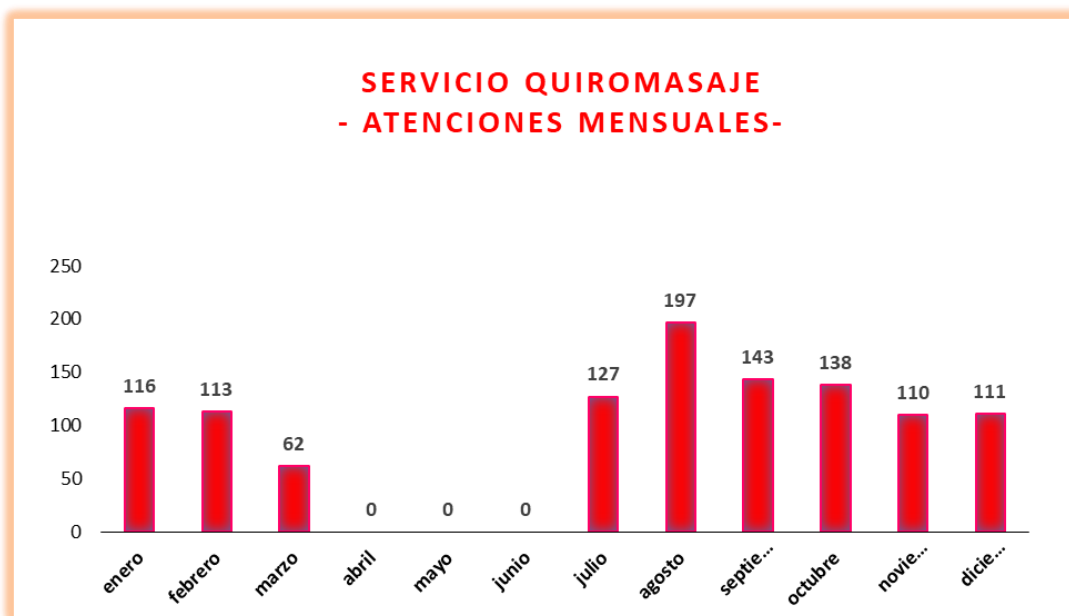
El Servicio, organizado y coordinado por la Federación, lleva desarrollándose desde abril de 2014.

Está dirigido a los socios y socias de las asociaciones federadas de la provincia de Guadalajara. Las sesiones se dan en los locales de las asociaciones, tienen una duración de treinta minutos y un coste de 10€ por sesión.

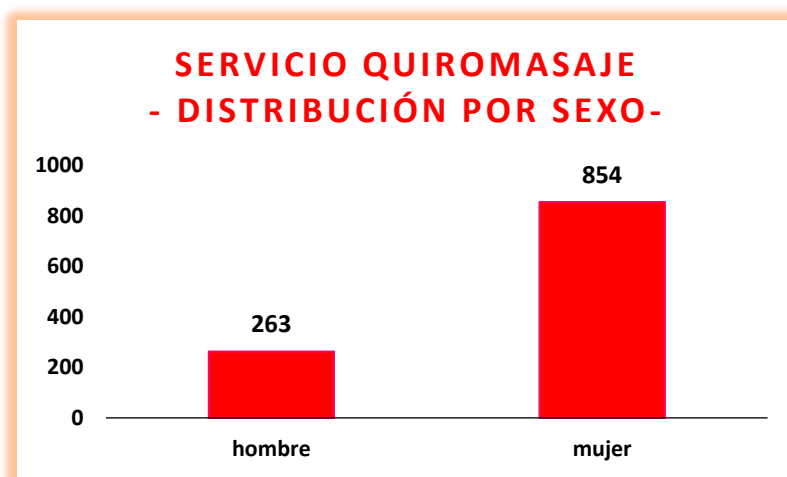
Se desarrolla de enero a diciembre, si bien este año se ha parado durante los meses de abril, mayo y junio debido a la pandemia.

El servicio ha atendido a **1.117 personas** en **15 localidades**: Auñón, El Recuenco, Galápagos, Millana, Parque de las Castillas de Torrejón del Rey, Pastrana, Sacedorbo, Salmerón, Torija, Torrecuadrada de los Valles, Trijueque Urb. La Beltraneja, Valdenoches, Villanueva de Alcorón, Yunquera de Henares y Zaorejas.

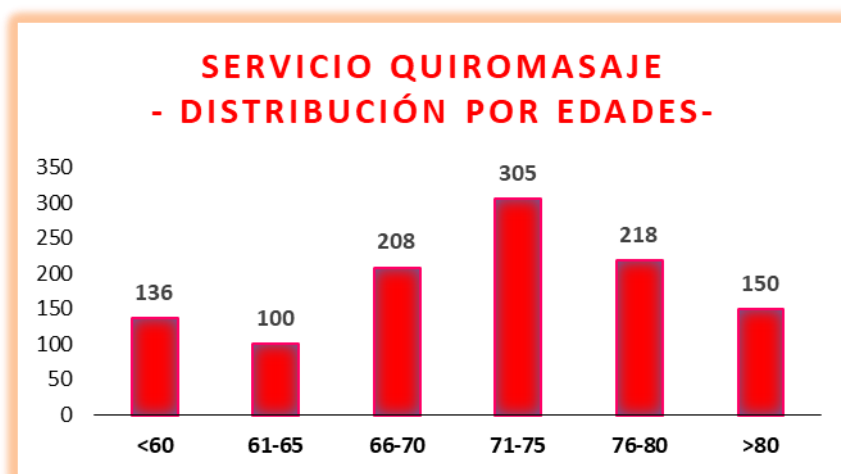
Ha continuación se detallan los datos del servicio por meses y según sexo y edades:



Como ocurre con la mayoría de los servicios y programas que desarrolla la Federación, las mujeres constituyen el mayor porcentaje de personas usuarias. En esta ocasión son el 76%, frente al 24% de usuarios masculinos.



En relación con la distribución por edades, el 12% (136 personas) tienen menos o igual de 60 años; un 9% (100 personas) tienen entre 61-65 años; el 19% (208 personas) se encuentran entre 66-70 años; el 27% (305 personas) entre 71-75 años, el 20% (218 personas) entre 76-80 años y un 13% (150 personas).



El Servicio de quiromasaje continúa teniendo muy buena aceptación y presenta una demanda bastante elevada, por lo que se pretende mantener en el año próximo.

• **REVISTA "SABER SER MAYORES"**

La revista "Saber ser mayores" permite la difusión de información relevante sobre programas, actividades y/o encuentros dirigidos a las personas mayores, ayudas y subvenciones, noticias relacionadas, temas de actualidad, novedades, legislación relevante, etc., al tiempo que constituye un medio de participación social de las asociaciones federadas en cuanto a que posibilita, dentro de la sección 'Actividades de las Asociaciones', un espacio de expresión en el que compartir eventos, actuaciones, fiestas, acciones solidarias o cualquier otro tipo de acto realizados por las asociaciones.

La revista da respuesta a la necesidad de acceso a la información de las asociaciones de la provincia, en especial de aquellas que se encuentran más alejadas y presentan mayores dificultades para acceder a dicha información.

La Federación realiza la elaboración completa de la revista y su distribución, a excepción de su impresión que es efectuada por una empresa especializada en ello.



En 2020, se ha editado en los meses de febrero y diciembre.

Se han realizado 1.500 ejemplares en cada edición, para su distribución entre las asociaciones federadas y las instituciones y entidades relacionadas con el colectivo de la tercera edad.

• **JORNADA INFORMATIVA DE MAYORES**

Las Jornadas permiten a las asociaciones federadas mantenerse informadas de novedades y buenas prácticas en actuaciones dirigidas al colectivo de personas mayores. Asimismo, se han constituido en un espacio de encuentro e interacción entre los miembros de las asociaciones federadas, favoreciendo la dinamización, el intercambio de información y la interrelación personal.

En 2020 no se ha podido realizar la Jornada informativa (en esta ocasión, la 27ª), que ha quedado aplazada hasta que la situación de la pandemia lo permita.

• **PROGRAMA INTEGRADO DE ACTUACIÓN EN LA PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y LA PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA**

El **Programa Integrado de Actuación en la Promoción de la Autonomía Personal y la Prevención de la Dependencia** desarrollado por la Federación consiste en un conjunto de talleres dirigidos a la prevención y la promoción de las capacidades de las personas mayores de la provincia de Guadalajara, así como su interacción con la comunidad, potenciando sus capacidades y habilidades, proporcionando apoyo humano y social, favoreciendo su autonomía personal, previniendo la aparición de situaciones de dependencia, promoviendo el envejecimiento activo y favoreciendo su mantenimiento en el ámbito sociocomunitario, lo que permite a la persona mayor vivir esta etapa con una mayor calidad de vida, de una manera participativa y activa.

Los talleres desarrollados en 2020 se encuadran dentro del Marco de Envejecimiento Activo de Castilla- La Mancha, cuya misión es la mejora integral del colectivo de personas mayores cuidando los aspectos físicos, psicológicos y emocionales del mismo, con atención especial a la sensibilización sobre el valor del envejecimiento activo, la valiosa contribución de los mayores hacia la sociedad, la promoción de la solidaridad intergeneracional. Concretamente, se enmarcan en dos ejes básicos de actuación: el eje 1, Envejecimiento Activo y Saludable y el eje 3, Protección de Derechos y Calidad de la Atención.



Dentro del EJE 1- ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE, los talleres que se han desarrollado han sido:

EJE 1. ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE.

- Programa 2. Desarrollo Personal.
 - Taller Con los 5 sentidos. Programa de estimulación cognitiva.
 - Taller Mente y psicología en época de pandemia.
- Programa 3. Hábitos de vida saludable.
 - Taller SARS- CoV-2 desde la atención primaria.
 - Taller Estimulación física.

EJE 3. PROTECCIÓN DE DERECHOS Y CALIDAD DE LA ATENCIÓN.

- Programa 7. Protección de los Derechos.
 - Taller Orientación legal en la nueva normalidad.

A continuación, se expone un breve resumen de cada uno de los talleres realizados.

⌘ **TALLER CON LOS 5 SENTIDOS.** El taller, continuación y actualización del trabajo de estimulación cognitiva iniciado en años anteriores, pretende prevenir el deterioro cognitivo que puede afectar a un cerebro sano durante el envejecimiento y conocer los cambios que provocan este deterioro, así como los factores que pueden influir. Tras los meses de confinamiento vivido, se creyó necesario mantener este taller al considerar que posiblemente fuera elevado el número de personas que pudieran haber sufrido una reducción significativa a nivel cognitivo.

⌘ **TALLER MENTE Y PSICOLOGÍA EN ÉPOCA DE PANDEMIA.** El objetivo del taller es tener un espacio de desahogo emocional, comprender lo que hemos vivido y sentido a lo largo de la pandemia y valorar las opciones de cambio que tenemos en la vida, tras vivir situaciones complicadas y que nos han llevado a cuestionar y a introducir cambios en la manera de plantearnos la vida al haber aprendido de la experiencia.

⌘ **TALLER SARS-CoV2 DESDE LA ATENCIÓN PRIMARIA.** Desde la convicción de que el conocimiento y la información veraz es una de las maneras más efectivas de hacer frente al miedo, la aprensión y el sentimiento de indefensión que siente una gran parte de las personas mayores de nuestra provincia con respecto a la pandemia, el taller busca facilitar información desde el punto de vista médico sobre la enfermedad del Coronavirus Covid-19,



sus síntomas, efectos, tratamiento, consecuencias, así como las maneras más eficaces para prevenir.

⌘ **TALLER ESTIMULACIÓN FÍSICA.** La inactividad es el mayor agravante del envejecimiento y la incapacidad. En la situación en la que nos encontramos, la actividad física de las personas mayores se ha reducido enormemente, lo que muy probablemente haya influido en su movilidad y agilidad, e incluso en su autonomía. Por este motivo, se ha visto conveniente mantener el taller este año, por lo que supone para las personas participantes tanto a nivel físico como a nivel emocional y mental.

⌘ **TALLER ORIENTACIÓN LEGAL EN LA NUEVA NORMALIDAD.** El taller pretende dar a conocer los derechos y las posibilidades legales que puedan derivarse de las complejas situaciones vividas a raíz de la pandemia, así como los plazos legales y administrativos existentes y la normativa legal de aplicación en la situación de nueva normalidad. Desde la Federación se ha considerado importante crear este espacio donde poder dar orientación legal a situaciones concretas relativas al Covid-19 que han vivido y viven las personas participantes.

Las circunstancias extraordinarias vividas en 2020 han hecho que los talleres se hayan tenido que reinventar y adecuar a éstas.

A nivel de contenidos, los talleres se reformularon con respecto a los que teníamos programados a principios de año, antes del Covid-19.

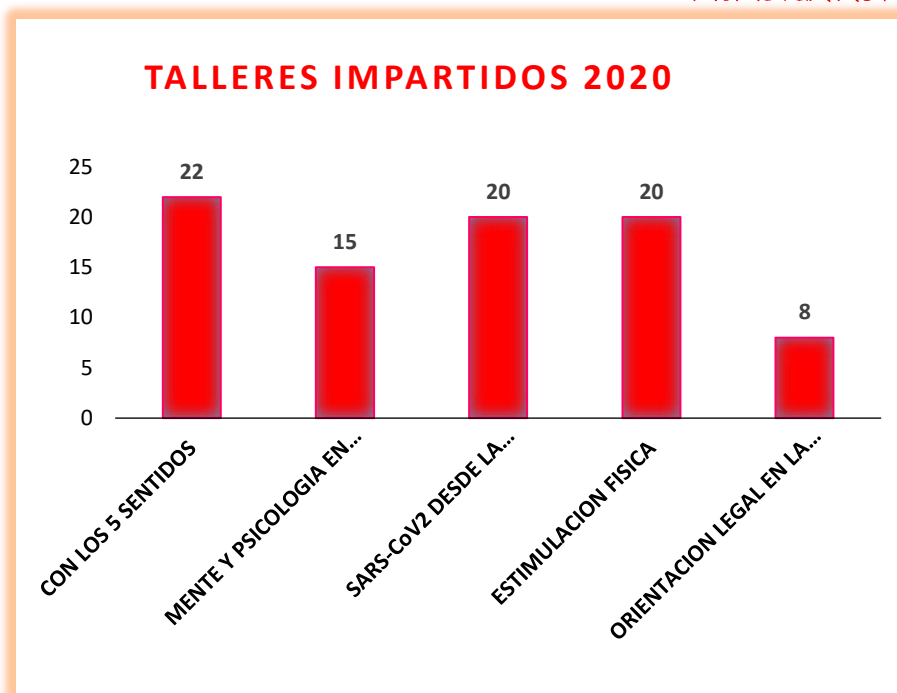
A nivel de metodología, se ha implementado la modalidad a distancia de los talleres, complementando a la modalidad presencial habitual.

Esta nueva modalidad a distancia ha consistido en la impartición de los talleres mediante material audiovisual y/o material documental (como es el caso del taller Con los 5 sentidos, en el que se entrega un cuadernillo de actividades junto al vídeo explicativo) que se han enviado a las personas de cada localidad interesadas en realizarlo en formato DVD o USB según posibilidades, y la realización de un seguimiento telefónico individualizado a cada participante por parte de los/as profesionales encargados de cada taller. En esas llamadas se ha realizado seguimiento y asesoramiento de los profesionales, se han atendido dudas, expuesto situaciones y experiencias individuales vividas por parte de las personas participantes y se ha realizado asesoramiento psicológico.

Además de esto, desde la página web de la Federación se han publicado los vídeos de los talleres para que cualquier persona interesada pudiera acceder a ellos.

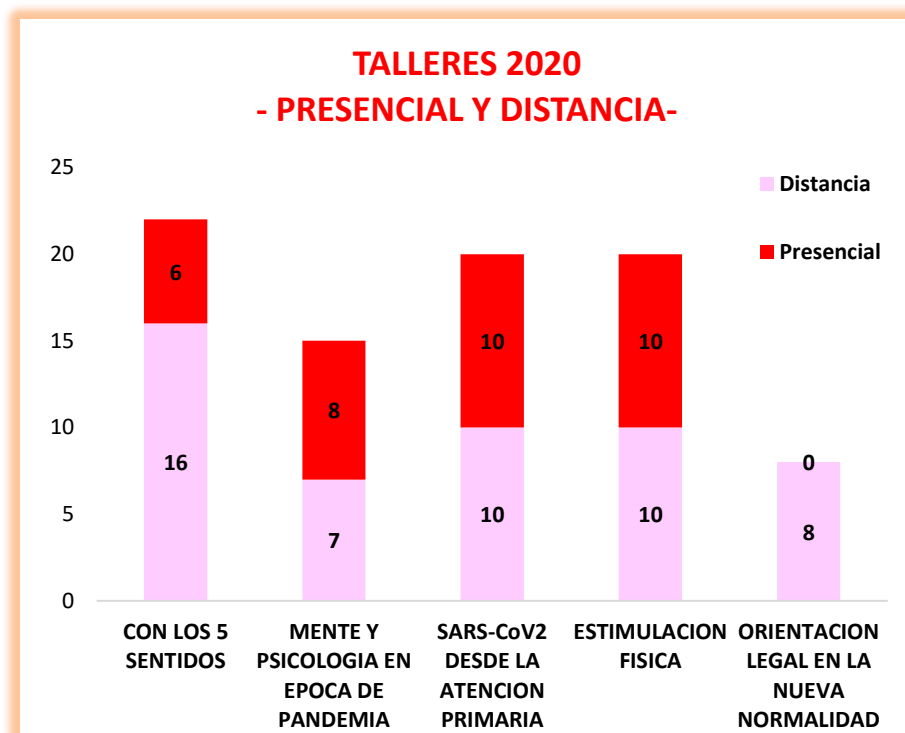
Los talleres comenzaron en el mes de septiembre y han finalizado en el mes de diciembre. La modalidad presencial solo ha podido realizarse durante los meses de septiembre y octubre.

Se han realizado un total de **85 talleres**, de los que **34 han sido presenciales y 51 en modalidad a distancia.**



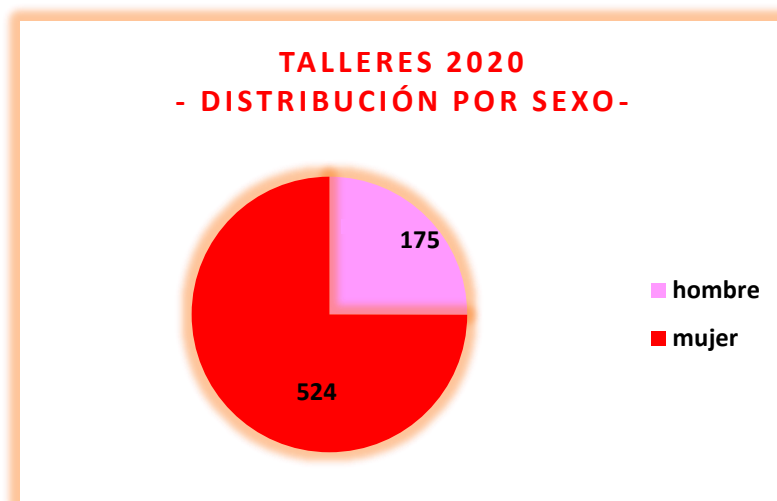
Han participado un total de **699 personas** en **23 localidades**: Alhóndiga; Anguita; Brihuega; Cabanillas Centro de Día; Cifuentes; El Recuenco; Espinosa de Henares; Fuentelviejo; Galápagos; Gualda; Heras de Ayuso; Hita; Horche; Humanes- San Esteban; Illana- El Vallejo; Las Inviernas; Malaguilla; Millana; Puebla de Valles; Sacecorbo; Torrejón del Rey- Parque Las Castillas; Valdeaveruelo y Yunquera de Henares.

En los gráficos siguientes se detalla la información de los talleres.



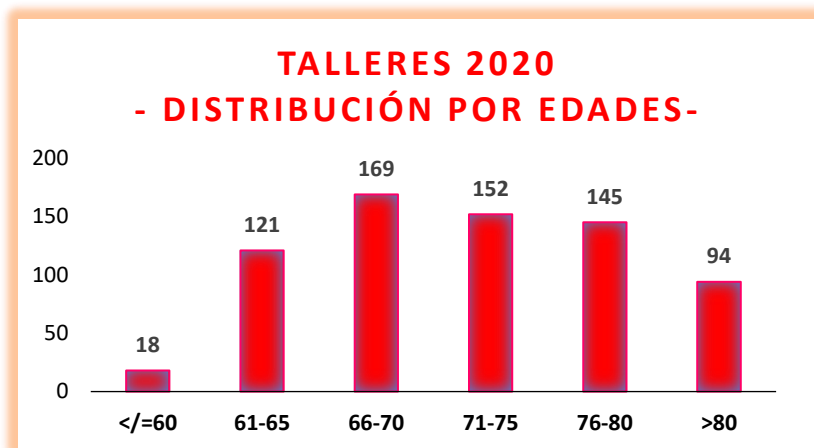


Como ocurre desde hace años, el porcentaje de mujeres (75%) que participan en los talleres es bastante mayor que el de hombres (25%).



Teniendo en cuenta las edades de las personas participantes, un 3% (18 personas) tienen menos o igual de 60 años; el 17% (121 personas) tienen entre 61-65 años; el 24% (169 personas) se encuentran entre 66-70 años; el 22% (152 personas) entre 71-75 años; el 21% (145 personas) entre 76-80 años y un 13% (94 personas) tienen más de 80 años.

La participación de las personas más mayores (de más de 80 años) se ha reducido con respecto a años anteriores tanto en los talleres presenciales, a los que mayoritariamente no han acudido por precaución con la situación de pandemia, como en los de modalidad a distancia, en los que la necesidad de disponer de aparatos de DVD o USB les ha supuesto cierto impedimento para realizarlos.



La situación vivida en 2020 con la pandemia ha afectado enormemente al colectivo de la tercera edad. La precaución requerida para prevenir contagios y las diferentes situaciones de confinamiento han reducido de manera muy significativa su vida social y familiar, produciéndose un incremento de la soledad no deseada que les ha afectado y les sigue afectando tanto a nivel físico como a nivel psicológico y emocional.

Las llamadas de seguimiento de los talleres nos han permitido acompañar y hacer un pequeño seguimiento a las personas que han participado, que, sin embargo, son un porcentaje muy pequeño con respecto al total de personas federadas a través de sus asociaciones.

Por este motivo, se considera muy importante que, en 2021 si la situación lo permite, se puedan mantener los talleres de envejecimiento activo y acompañamiento emocional, ya que es imprescindible, este año más que nunca, favorecer el contacto social y las relaciones interpersonales de las personas mayores, tras esta dura pandemia vivida.



• **ACTUACIONES DE SENSIBILIZACIÓN SOCIAL**

La Federación ha participado en las diversas actividades de sensibilización social del colectivo de tercera edad y de discapacidad que se han puesto en marcha a nivel regional y local.

- **Consejo de barrios.** Órgano de participación vecinal en el desarrollo de la ciudad de Guadalajara.
- **Consejo Sectorial de Accesibilidad.** Órgano de participación, información, propuesta y seguimiento de la gestión municipal en esta materia.
- **Jornada “Hablemos de Soledad”.** La Asociación Alganda Servicios Sociales de Talavera de la Reina (Toledo) organizó el 22 de octubre de manera on line la Jornada “Hablemos de Soledad” en la que distintos profesionales desde diferentes ámbitos y situaciones abordaban el tema de la soledad.

• **ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE**

El objetivo de estas actividades es favorecer la participación en la vida social y comunitaria de las personas mayores, dentro del marco de envejecimiento activo, mediante actividades de ocio que promuevan al tiempo una actividad física y mental.

De las actividades que la Federación suele organizar y/o participar, este año sólo se ha podido hacer el Festival de Mayores, que tuvo lugar el 13 de febrero en el Teatro- Auditorio Buero Vallejo de Guadalajara.

Esperamos volver pronto a recuperar nuestra “normalidad”.



MEMORIA ACTIVIDADES 2020



FEDERACIÓN PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS Y TERCERA EDAD ALCARREÑA

C/ GUSTAVO ADOLFO BÉCQUER Nº 6 LOCAL 5
19004 GUADALAJARA

TFNO.: 949 20 81 54

E-MAIL: federacion@federacionalcarrena.com

WEB: www.federacionalcarrena.com

SUBVENCIONADO POR:



Castilla-La Mancha



BIENESTAR
SOCIAL



DIPUTACIÓN DE
GUADALAJARA