

TUDELA
CIUDAD AMIGABLE
CON LAS PERSONAS MAYORES

Estudio realizado por:



BUNBURY
&ASOCIADOS

Diciembre 2017



AYUNTAMIENTO TUDELA



Obra Social "la Caixa"

PROYECTO

- 5 1.1. Introducción
- 7 1.2. Objetivos
- 9 1.3. Metodología

DIAGNÓSTICO DE SITUACIÓN

- 16 2.1 El Contexto
- 23 2.2. Las Áreas De Vancouver

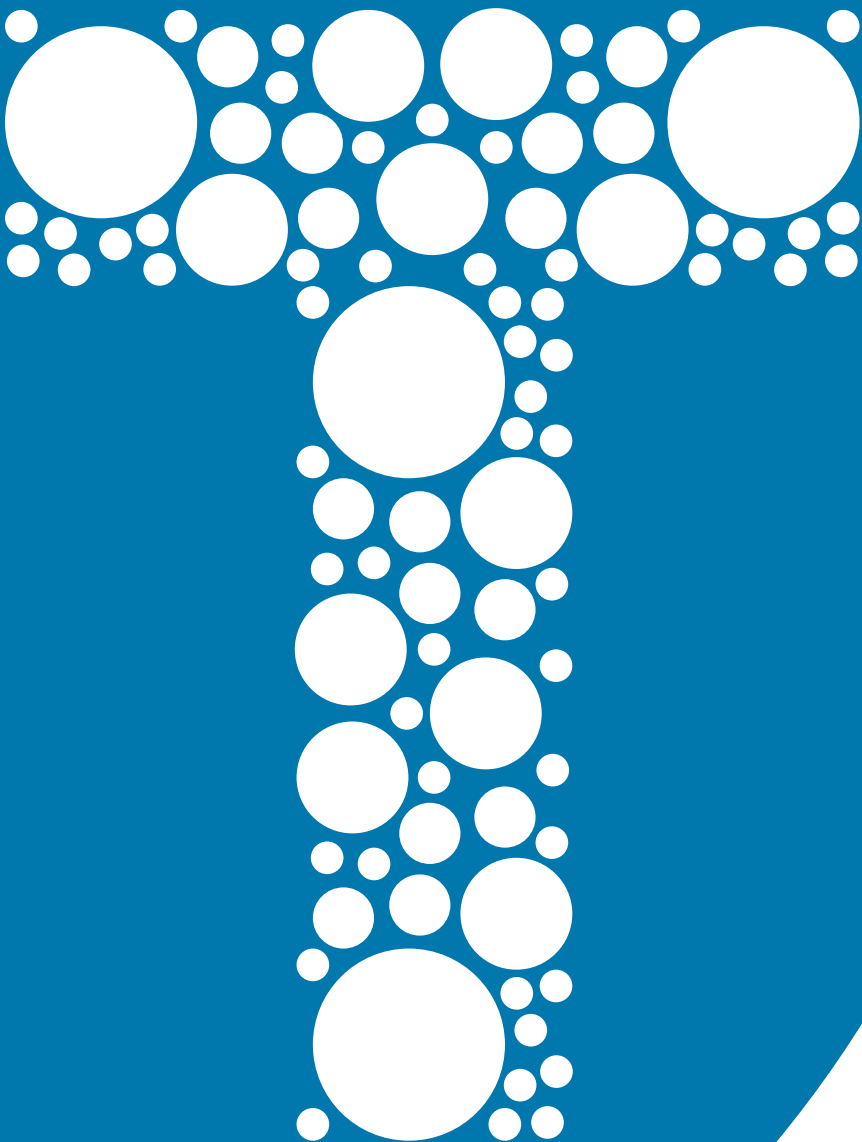
PROPUESTAS

50

UN PLAN DE ACCIÓN

54

PROYECTO ●●●



••● 1.1 Introducción / Fundamentación

Una vida larga es un signo de buena salud. El envejecimiento de la población mundial es un indicador de la mejora de la salud.

Sin embargo, esta tendencia positiva se acompaña de retos socio-sanitarios especiales para el siglo XXI. Es imprescindible desarrollar planes y programas capaces de solucionar esta nueva situación, adecuando el entorno global para que pueda dar respuesta a las necesidades de las personas mayores.

Por ello, la Organización Mundial de la Salud, consciente del [progresivo envejecimiento de la población mundial](#), trabaja en tres líneas que inciden directamente en el envejecimiento:

- Prevención de las enfermedades crónicas,
- Acceso a servicios de atención primaria adaptados
- Creación de entornos para las personas mayores.

En el marco de estas líneas de actuación, era necesario diseñar un programa capaz de ayudar a las ciudades a prepararse para dos tendencias demográficas mundiales: el rápido envejecimiento de la población y la urbanización creciente. En esa premisa se

basa el proyecto “Ciudades y Comunidades Amigables con Las Personas Mayores”.

Un programa orientado a los factores medioambientales, sociales y económicos que influyen en la salud y el bienestar, capaz de generar entornos adecuados para la población en general y para las personas mayores en particular, favoreciendo el envejecimiento activo y de calidad.

El entorno y las líneas de actuación quedan así definidas, pero falta tener en cuenta un último elemento transversal a todo el proceso y que da sentido al mismo, el Envejecimiento Activo como instrumento de actuación que enmarca todas las intervenciones diseñados para crear entornos adecuados, amigables, para las personas mayores.

Así, la O.M.S. inició en el año 2010 el Programa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, destinado a crear entornos que faciliten un envejecimiento activo y saludable.

La excelente acogida de este programa entre numerosas ciudades [Londres, Nueva York, Moscú, Nueva Delhi ...],

impulsó la creación, desde la Organización Mundial de la Salud, de una red de ciudades comprometidas con un proyecto de mejora continua: la [RED DE CIUDADES Y COMUNIDADES AMIGABLES CON LAS PERSONAS MAYORES](#).

Esta Red pretende incrementar los beneficios que genera la implementación del programa, ya que la Red:

- Establecerá relaciones entre las ciudades participantes y entre ellas y la OMS.
- Facilitará el intercambio de información y de buenas prácticas.
- Fomentará intervenciones apropiadas, sostenibles y costo-eficaces para mejorar la vida de las personas mayores.
- Proporcionará apoyo técnico y capacitación.

A su vez, este proyecto se caracteriza por su naturaleza integradora, abordando todos los aspectos de una ciudad que afectan en el día a día la vida de su población, promoviendo de manera directa la participación de toda la ciudadanía y particularmente de las personas mayores, convirtiéndolas en protagonistas activas del proceso de análisis y mejora de la ciudad.

Un proyecto que intenta crear entornos adecuados que favorezcan la calidad de vida de toda la ciudadanía y muy especialmente de las personas mayores, produciendo así las condiciones idóneas para transformar los entornos urbanos en Ciudades Amigables con las Personas Mayores.

Si el envejecimiento ha de considerarse una experiencia positiva, una vida más larga debe verse acompañada por continuas oportunidades de salud, participación y seguridad.

Muchos de los aspectos de los entornos y servicios urbanos que afectan a estos factores determinantes de un buen envejecimiento, se han incluido en el concepto de ciudad amigable con las personas mayores.

Actualmente son alrededor de 500 las ciudades que apuestan por este proyecto, que abarcan más de 100 millones de personas en todo el mundo.

En España son también numerosas las ciudades que muestran su interés por implementar el programa e ingresar en la Red, siendo uno de los países con mayor número de ciudades y municipios que han ingresado en la Red o están en proceso de hacerlo.

La implicación del IMSERSO en el proyecto supone una importante ayuda para facilitar la incorporación de nuevos miembros en la Red, lo que sin duda provoca la entrada de más ciudades de manera progresiva.

Incluye además y como factor especialmente enriquecedor para la Red, a ciudades de menor población y recursos que pueden acceder a la Red como consecuencia del apoyo técnico derivado de la implicación del IMSERSO.

El IMSERSO, además, ha impulsado la creación de un Grupo de Expertos de Ciudades Amigables con los Mayores, que tiene por objetivo la elaboración de protocolos de actuación y herramientas dirigidas a los ayuntamientos interesados en convertir sus ciudades en amigables con la edad, que faciliten tanto el proceso

de adhesión a la Red, como el trabajo posterior derivado de la pertenencia a la misma.

Para formar parte de la Red, las ciudades participantes se comprometen a realizar evaluaciones y mejoras continuas destinadas a las personas mayores del municipio, realizando además de un diagnóstico participativo, un continuo proceso de mejora.

En definitiva, las ciudades pertenecientes a la Red obtienen como principales ventajas:

- Conexión a una red mundial de expertos en envejecimiento y sociedad civil.
- Acceso a información fundamental acerca del programa [últimas noticias, prácticas óptimas, eventos, resultados, obstáculos y nuevas iniciativas].
- Orientación técnica y capacitación a través del proceso de ejecución del Programa Ciudades Amigables con los Mayores.
- Oportunidades para establecer alianzas con otras ciudades.

••● 1.2 Objetivos

El proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores tiene como punto de partida la afirmación de que una Ciudad Amigable, promueve el envejecimiento activo. Este constituye la base de la solidaridad entre las generaciones, un objetivo de la U.E. consagrado en el artículo 3 del Tratado de Lisboa, y significa que las personas mayores pueden hacerse cargo de sus propias vidas y aportar a la sociedad.

La O.M.S. define el envejecimiento activo como “el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez”.

El Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional 2012 incluyó los objetivos económicos y sociales más amplios, orientados a la sensibilización sobre estas cuestiones, promoviendo el cambio de actitudes y comprometiendo a todos los niveles de la sociedad, en un esfuerzo por ofrecer a las personas mayores mejores posibilidades de permanecer activas y parti-

cipar como miembros plenos de la sociedad, al lado de las generaciones más jóvenes.

Una Ciudad amigable trata en definitiva de diseñar una ciudad que facilite, promueva y favorezca el envejecimiento activo, ciudades donde las políticas, los servicios, los entornos y las estructuras provean sostén y faciliten el envejecimiento activo de las personas mayores.

- **Reconoce la diversidad** entre la personas mayores.
- **Promueve su inclusión** e influye en todas las áreas de la vida de la comunidad.
- **Respeta sus decisiones** y opciones de forma vida.
- **Anticipa y responde de manera flexible a las necesidades** y a las preferencias relacionadas con envejecimiento.

En una comunidad amigable con el envejecimiento, existe una cultura de inclusión compartida por las personas de todas las edades, independientemente de sus habilidades / capacidades.

Del mismo modo, las políticas, los servicios y las estructuras relacionadas con el entorno físico y social de la ciudad se diseñan para apoyar y per-

mitir a las personas mayores un envejecimiento activo; es decir, **vivir de manera digna, disfrutar de una buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena.**

El Proyecto de Ciudades Amigables hace especial incidencia en mejorar y adecuar el entorno para incrementar en lo posible el número de años que una persona puede vivir de **manera independiente y por encima del umbral de la discapacidad.**

En definitiva, el objetivo general de dicho proyecto se basa en mejorar el entorno de las ciudades.

Los objetivos específicos:

- **Generar procesos de participación** comunitaria.
- **Introducir cambios en las diferentes áreas competenciales del municipio** con el fin de mejorar la calidad de vida de la ciudadanía.
- **Aprovechar el potencial** que representan las personas mayores en la vida ciudadana.

Actualmente la Unión Europea se encuentra en un momento de transformación, en el que la presión sobre los recursos y el envejecimiento de la población se intensifican.

La Estrategia Europea 2020, define tres prioridades:

- **El Crecimiento inteligente:** desarrollo de una economía basada en el conocimiento y la innovación.
- **El Crecimiento sostenible:** promoción de una economía que haga un uso más eficaz de los recursos, que sea más verde y competitiva.
- **Crecimiento integrador:** fomento de una economía con alto nivel de empleo que tenga cohesión social y territorial.

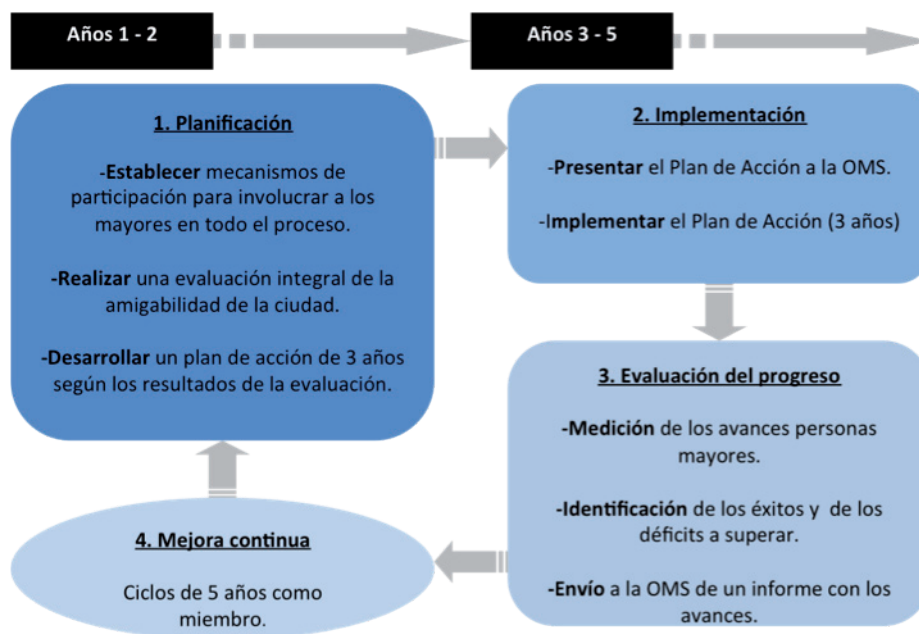
Además, el “Plan Estratégico de Aplicación de

la cooperación de innovación europea sobre el envejecimiento activo y saludable”, establece como uno de sus ejes prioritarios de actuación: El “Foro de intercambio temático: innovación dirigida a edificios, ciudades y entornos adaptados a las necesidades de las personas mayores” y como acción específica: “Fomento de la innovación en edificios, ciudades y entornos accesibles a las personas mayores”.

El envejecimiento activo constituye una parte esencial de la Estrategia Europa 2020, de cuyo éxito depende en gran medida de que se permita que las personas mayores contribuyan y participen plenamente.

Fases del proyecto

Para pertenecer a la Red, las ciudades participantes se comprometen a realizar un diagnóstico participativo, que dé lugar a un plan de acción que plantee líneas de mejora; realizando evaluaciones y mejoras continuas destinadas a las personas mayores del municipio.



••● 1.3. Metodología

El proyecto de Ciudad Amigable con las personas Mayores adopta un enfoque eminentemente participativo y de carácter “ascendente” que parte de la experiencia vivida principalmente por las personas mayores respecto a dos cuestiones:

- qué es y qué no es amigable **con las personas mayores en su ciudad/comunidad**
- qué se puede hacer para mejorar **la adaptación de su ciudad/comunidad a las necesidades de las personas mayores.**

El conocimiento y la experiencia de los proveedores de servicios comerciales, y voluntariado en la comunidad local se combina con la información de las personas mayores para proporcionar una visión más completa de los puntos fuertes y las barreras de la comunidad respecto a las facilidades que se les ofrecen a las personas mayores.

El Proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores establece como metodología del proyecto el señalado en el Protocolo de Vancouver. Este protocolo de

investigación fue utilizado por ciudades que colaboraron en la realización de la investigación con grupos focales en 33 ciudades de todas las regiones del mundo, lo que supuso la publicación de la Guía de Ciudades Mundiales Amigables con los Mayores en 2007.

Para que una ciudad forme parte de la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores debe comprometerse a establecer un Plan de Trabajo derivado de un estudio previo de las 8 áreas que quedan definidas en el protocolo de Vancouver.

Este protocolo se fundamenta en una metodología de investigación – acción, basada en:

Investigación

- Diagnóstico de la ciudad.
- Investigación cualitativa.

Acción

- Creación de un comité experto.
- Organización de foros de participación ciudadana.
- Intervención en fase de mejora.

A través de sus técnicas, la IAP [Investigación-Acción-Participación], desencadena intercambios constructivos entre investigador y comunidad en los que se abordan conjuntamente todas las etapas del proceso investigativo y de intervención social. A partir de un diálogo que concede un rol activo a la comunidad, estimula su participación en el diagnóstico y resolución de sus necesidades, poniendo fin a la imposición de lógicas externas que se apropian de la evaluación local y cultural.

Incorporación Perspectiva de Género.

Tudela incorporó en la fase de diagnóstico un elemento innovador con respecto a la metodología de la OMS: la inclusión -en cada una de las áreas del Protocolo de Vancouver- de preguntas específicas relativas a la perspectiva de género. Para ello se organizó un grupo focal en el que participaron componentes del Consejo Municipal de Igualdad de Tudela, con la finalidad de validar las preguntas incorporadas.

1. ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS	El uso de los espacios públicos se diferencia por género...	¿Cree que, debido a diferentes ocupaciones, las mujeres y los hombres salen en diferentes momentos del día?
	La percepción de la seguridad es distinta según género...	¿Las mujeres salen menos a ciertas horas del día porque se sienten menos seguras?
		¿Las mujeres frecuentan menos ciertas áreas de la ciudad, calles, parques, etc. por motivos de seguridad?
2. TRANSPORTE	Las mujeres mayores conducen en menor proporción que los hombres porque no disponen de carnet o vehículo propio...	¿Considera que las mujeres dependen más del transporte público que los hombres?
3. VIVIENDA	Las mujeres mayores sufren con más intensidad los problemas relativos a la vivienda...	¿Considera que disponer de ingresos menores, alcanzar edades más avanzadas y vivir en soledad agravan los problemas relativos a mantenerse en la vivienda habitual?
4. RESPETO E INCLUSIÓN SOCIAL	Las mujeres están expuestas a mayores riesgos de exclusión social por el papel social que han desempeñado...	¿Las relaciones sociales de las mujeres están supeditadas a las desarrolladas por sus parejas?
	La soledad y los bajos ingresos afectan a la inclusión social en mayor medida a las mujeres mayores...	¿Considera que las mujeres mayores, entre las que es más frecuente vivir con ingresos más bajos, tienen más posibilidades de sufrir problemas de exclusión?
		¿La soledad, más frecuente entre mujeres mayores, es un problema para establecer relaciones sociales?

5. PARTICIPACIÓN	Las mujeres son más participativas porque de esta manera se procuran una vida social, debido a que trabajan en el hogar, por lo que disponen de menos oportunidades de desarrollar una vida social autónoma...	¿Se disfruta el tiempo libre de forma diferente por razón de género entre las personas mayores?
		¿Considera que superar la edad de jubilación afecta de diferente manera a hombres y mujeres?
6. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN	Las mujeres mayores sufren en mayor medida los efectos de la brecha digital...	¿Considera que debido a que la mujer se ha dedicado al trabajo en el hogar y no ha desarrollado una carrera laboral se encuentra con mayores limitaciones en el uso de las nuevas tecnologías?
7. VOLUNTARIADO Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA	La implicación de las mujeres mayores en el voluntariado es mayor que la de los hombres...	¿Cree que esta mayor participación viene motivada porque, debido a que han desarrollado una menor participación en el mundo del trabajo, es una forma de tener mayor presencia social?
		¿Considera que las mujeres tienen una mayor iniciativa en relación a la ayuda a otros?
8. SERVICIOS SOCIALES Y DE SALUD	El género diferencia el papel jugado en los cuidados informales desarrollados por el entorno familiar de las personas mayores...	En su familia y entorno próximo, ¿son las mujeres las que cuidan de las personas?
	Las mujeres mayores reciben más cuidados de los servicios públicos porque su esperanza de vida es mayor y viven más en soledad, ¿es cierto?	
PREGUNTA DE RECAPITULACIÓN	Antes de terminar, ¿existen otros temas, que no se han planteado y que deseen comentar?	De igual manera, ¿existe algún otro aspecto relativo a la diferencia entre hombres y mujeres en el ámbito de las personas mayores que no haya sido mencionado?

El análisis de la amigabilidad desde el punto de vista del género pasa por abordar cada una de las áreas propuestas por el Protocolo de Vancouver bajo el prisma de las diferencias por género.

Se consideran tres los factores determinantes que colocan a las mujeres en una situación de desventaja, respecto a los hombres mayores:

- **El poder adquisitivo**
- **Las formas de convivencia**
- **Los cuidados**

En el proceso de Tudela se utilizaron las técnicas del IAP (Investigación-Acción-Participación) en **GRUPOS FOCALES, ENTREVISTAS** a personas clave y **ENCUESTAS** a la ciudadanía interesada.

GRUPOS FOCALES

La creación de grupos focales, permite adentrarse en la dinámica interna de las personas, profundizar en sus opiniones, actitudes y motivaciones.

La técnica de grupos focales es recomendable para:

- **Recoger información sobre un tema** y/o en un segmento de población.
- **Generar ideas** para la mejora de lo existente;
- Identificar argumentos con respecto a la adopción de determinados comportamientos o políticas.
- **Evaluar estrategias.**
- **Elaborar hipótesis, hacer listados de preguntas y establecer tipologías de la población.**
- **Ampliar, profundizar y comprender algunos resultados cuantitativos.** La metodología descrita anteriormente combina la valoración cualitativa de los agentes más directamente implicados, las personas mayores, con el análisis cuantitativo del contexto, siendo la primera el elemento fundamental de la metodología propuesta para elaborar el diagnóstico.

De esta forma, el debate, seguido de la valoración y las propuestas de las personas participantes en los grupos, debe realizarse de manera metódica y ordenada para cada una de las áreas que el Programa de Ciudades Amigables con los Mayores describe.

Estas áreas quedan definidas en las siguientes:

1. Espacios al Aire Libre y Edificios
2. Transporte
3. Vivienda
4. Respeto en inclusión social
5. Participación social
6. Comunicación en información
7. Empleo y participación
8. Servicios Sociales y de Salud



En cada una de las áreas del Protocolo de Vancouver el análisis se realizó sobre los mismos aspectos en todos los grupos focales, para facilitar en la medida de lo posible, la unificación de conclusiones de todos los grupos.

Para facilitar y dotar de mayor coherencia a esta tarea, se ha contado con la "**Lista de control de aspectos esenciales de las ciudades amigables con los mayores**" elaborada por la O.M.S., y además con la adaptación de dicha lista de control que ha sido realizada por parte del Grupo de Trabajo creado ad-hoc por el IMSERSO.

Para que la lista de control sea efectiva, y en línea con la metodología del programa, las personas mayores deben estar involucradas como principales participantes, evaluando las fortalezas y deficiencias de una ciudad.

Las personas mayores en los grupos focales han descrito las características positivas así como aquellas otras que suponen una barrera, y sean susceptibles de mejora

La investigación cualitativa se completa con el análisis de la situación de la ciudad en cuanto a los servicios y recursos existentes, y se establece así, un análisis cuantitativo que complementa la información obtenida en los grupos focales.

Composición de los grupos: descripción y características

Con la finalidad de asegurar una representación suficiente, los 4 grupos de personas mayores se han constituido teniendo en cuenta los parámetros establecidos por el Grupo de Expertos del IMSERSO, y se han organizado teniendo en cuenta la realidad de la localidad en cuanto a tamaño y estilo de vida.

El resto de grupos participantes se han seleccionado entre:

- Miembros del Consejo Municipal de Igualdad.
- Organizaciones de voluntariado de diferente índole.
- Cuidadoras tanto profesionales como informales.
- Jóvenes de entre 16 y 30 años de edad.

Todas las personas participantes en Tudela fueron previamente informadas del objetivo de la investigación, del procedimiento y las áreas de consulta.

Cada grupo focal estuvo formado por 8-12 personas. La participación fue voluntaria y se procuró captar participantes de distintas fuentes.

En Tudela se realizaron un total de 6 grupos focales:

- 3 grupos de personas mayores
- 1 grupo del Consejo Municipal de Igualdad
- 1 grupo de cuidadoras
- 1 grupo de jóvenes

En los grupos focales de mayores se incluyó a personas de mayor edad, esto es, a personas de más de 85 años. Cada grupo estuvo formado por hombres y mujeres para reflejar la distinta perspectiva y valoración de cada área que tienen ambos.

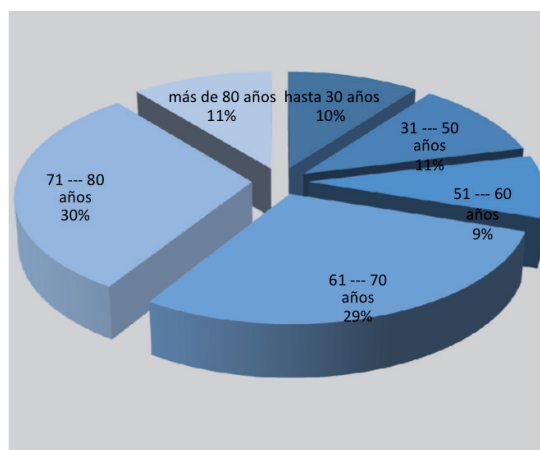
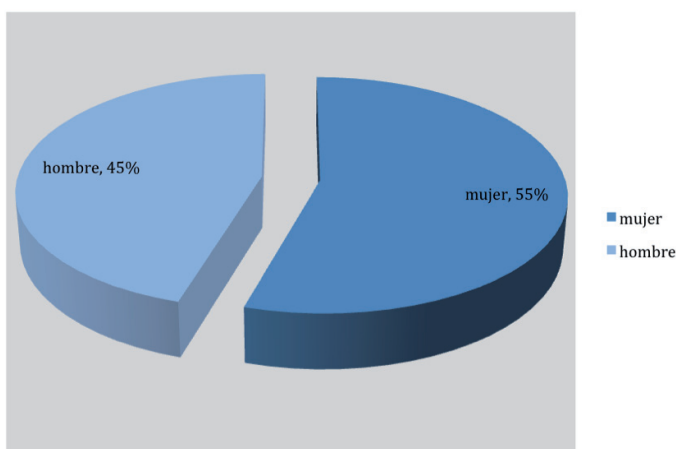
Todas las personas participantes en los grupos focales fueron seleccionadas dentro de la localidad.

ENCUESTAS

El proceso de investigación cualitativa realizada se completó con una encuesta a 300 personas. Se elaboró un cuestionario relativo a las diferentes áreas recogidas en el protocolo de Vancouver para perfilar en mayor detalle las opiniones recogidas en los grupos (Ver Anexo)

Las personas que participaron en este sondeo accedieron a realizarla de forma voluntaria.

Perfil de las personas encuestadas:



De las 300 encuestas realizadas, el 45% corresponden a hombres, y el 55% a mujeres. El 30% las realizaron personas de entre 71 y 80 años de edad, el 29% personas de entre 61 y 70 años, el 11%, personas de entre 31 y 50 años, otro 11% corresponden a personas de más de 80 y finalmente un 10% las contestaron personas menores de 30 años.

ENTREVISTAS PERSONALES

Dentro de los estudios cualitativos existen diferentes técnicas que ayudan a aproximarse a los fenómenos sociales, entre éstas la entrevista juega un papel importante, ya que se construye a partir de encuentros cara a cara del investigador/a y las personas entrevistadas, con el objetivo de adentrarse en su intimidad y comprender la individualidad de cada uno.

Durante las entrevistas se ha tenido en cuenta los objetivos de la investigación, desarrollando poco a poco los temas; manteniendo un diálogo asertivo y abierto que conduce a una conversación espontánea ágil y dinámica.

Al iniciar la grabación se ha registrado la ubicación de la cita: la hora, el día y el lugar, esto ha permitido delinear el contexto de cada encuentro.

Se han realizado en total 9 entrevistas, procurando abarcar una amplia representación en

cuanto a cada una de las ocho áreas del Protocolo de Vancouver.

Pilar Guerendiain [Trabajadora Social, responsable del Servicio de Atención a domicilio de personas mayores de los S. Sociales de base]

Marta Burgos [Animadora Sociocultural de S. Sociales de base, técnica referente del Consejo del Mayor]

Laura Puyo [Técnica del Área de Personas Mayores de Cruz Roja]

José Ángel Santa María [Jefe de Policía Municipal de la localidad]

Marisa Jiménez [Responsable de AFAN, Asociación de Familiares de enfermos Alzheimer de Navarra, en la Ribera]

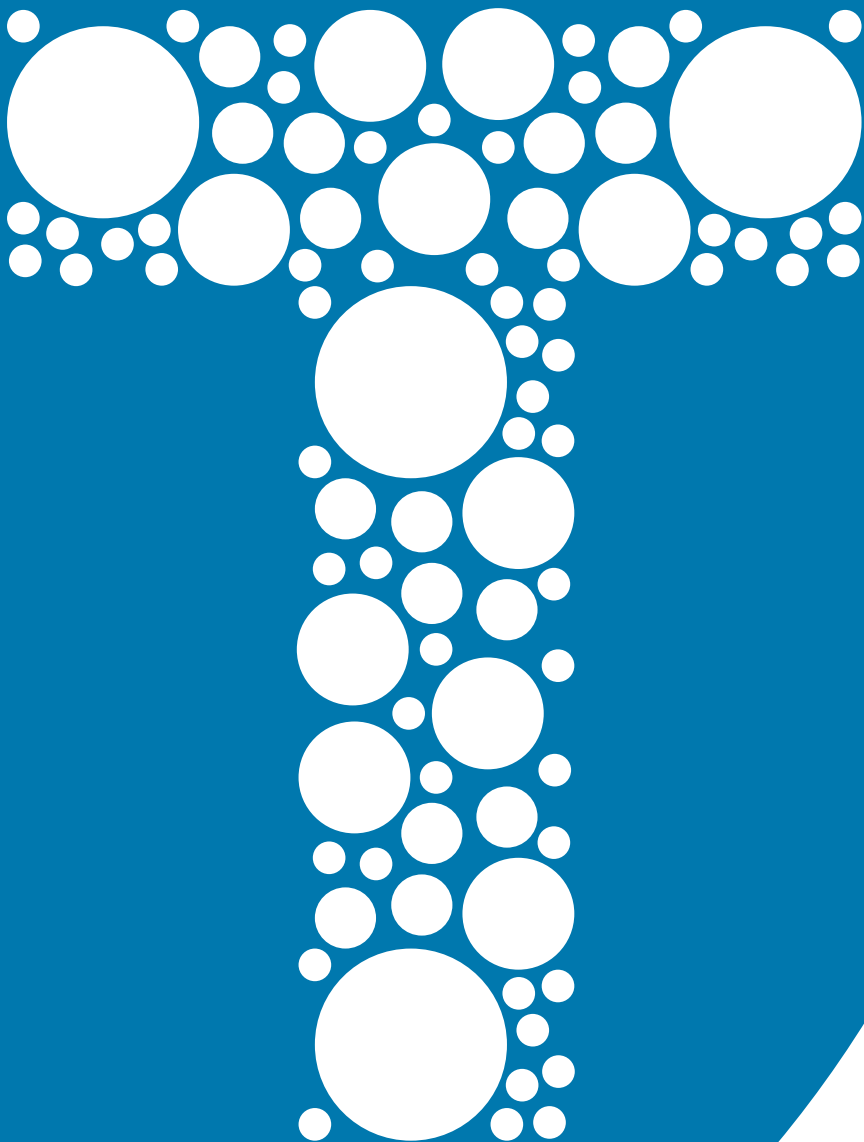
Manuel Campillo [Participante en el Aula de la Experiencia, voluntario en entidades sociales y exconcejal del municipio]

Luis Munarriz [Presidente Asociación Albea]

Mikel Ziordia [Técnico responsable de Centros Cívicos de Tudela]

Inés Francés [Directora Gerente de la Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas y ex responsable de la Unidad de Psico-geriatría del Área de Salud de Tudela.]

DIAGNÓSTICO DE ●●● SITUACIÓN



••● 2.1. El Contexto

La incorporación de un diagnóstico general relativo a diferentes aspectos geográficos, demográficos, económicos, sociales y de gobierno de la ciudad proporciona una contextualización adecuada para comprender la ciudad y elaborar medidas adecuadas a su entorno.

El objeto de incorporar a este estudio una primera parte destinada a caracterizar el entorno de Tudela respecto a su incorporación a la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores es exponer las peculiaridades de la ciudad que pueden condicionar el desarrollo de medidas dirigidas a procurar su adaptación a las necesidades específicas de las personas mayores.

2.1.1 LA GEOGRAFÍA Y ESTRUCTURA DE LA CIUDAD.

Este apartado reúne la caracterización geográfica, la disposición del asentamiento urbano y su evolución.

Las Características geográficas

Tudela se sitúa junto al río Ebro y en la desembocadura del Queiles, uno de sus

afluentes, que atraviesa la ciudad. De las peculiaridades de su entorno y su efecto sobre la vida de los habitantes de la ciudad se han de destacar los siguientes hechos.

El clima. Mediterráneo continentalizado, con precipitaciones escasas, concentradas principalmente en primavera y otoño. La temperatura media anual es de 14,6°C con un invierno moderado, en el que enero es el mes más frío, y un verano caluroso en el que agosto es el mes más cálido. El número de días de sol y ausencia de lluvias hacen de Tudela un lugar muy agradable para el desarrollo de la vida de las personas mayores.

El relieve. La dinámica fluvial del Ebro, el Mediavilla y el Queiles, los dos afluentes han acotado el espacio de llanos y elevaciones ocupado por la ciudad. Las cuevas existentes en la trama urbana generan problemas para la movilidad de las personas mayores.

El Ebro. Relegado en la periferia, se destaca dentro de este informe por el alto valor ecológico que atesora y por las posibilidades que puede

tener su aprovechamiento como espacio de ocio y desarrollo turístico.

Estructura urbana

La expansión de Tudela se ha realizado hacia el Sur y el Oeste por diferentes razones: En primer lugar, las de índole natural, hacia el Norte el terreno era irregular, dificultando el crecimiento. En segundo lugar, por motivos de naturaleza humana: al Oeste estaba el Circulo Conventual, espacio ocupado por órdenes religiosas y, más tarde, en los años 60 del pasado siglo, por los polígonos industriales que se ubican cerca del casco urbano y por el trazado del ferrocarril hacia el Este, separando a Tudela del río Ebro.

El punto de partida es la ciudad original, lo que hoy es el Casco Antiguo, situado a los pies del Cerro de Santa Barbara, a orillas del Ebro y con el límite que constituía el río Queiles. El número de personas mayores residentes es muy elevado y se caracteriza por el entramado urbano propio de los barrios antiguos, con problemas de accesibilidad que se repiten en las viviendas ubicadas en ese entorno.

La llegada del ferrocarril en 1861 supuso el inicio del cambio en Tudela y el traslado de actividades fuera del recinto de la ciudad. En la primera mitad del siglo XX se inició un proceso de establecimiento de nuevas actividades económicas y la construcción y el asentamiento de población junto a la estación y alrededor de las vías de comunicación, como la Carretera de Zaragoza y la de Tarazona.

Sin embargo, los principales cambios morfológicos se han dado en Tudela a partir de la década de los 50, con la industrialización y la creación de áreas de actividad fabril. De forma paralela se produjo el crecimiento de población y la edificación de vivienda para asentarla, el barrio de Lourdes, separado del Casco Antiguo, de baja calidad en la construcción y sin dotación de infraestructuras, situado en un espacio elevado que multiplica los problemas de acceso y movilidad a otras partes de la ciudad, donde actualmente se concentra un gran volumen de población mayor.

Posteriormente, se ocuparon los espacios entre las vías de acceso y el Barrio, generando una trama urbana continua. A finales del siglo pasado, se produjo un último impulso de crecimiento hacia el Sur, Este y Oeste, que se detuvo por el estallido de la burbuja inmobiliaria. [Azucarera y Paseo Queilés].

En los estudios de diagnóstico realizados en los últimos años: Plan Estratégico de la Ciudad, Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado, se señalan diferentes carencias y ámbitos de mejora generados a lo largo de este proceso de crecimiento relativos a movilidad, vivienda, energía o servicios y la existencia y concentración espacial de problemas de integración social.

La comarca y área de influencia

El análisis del entorno geográfico de Tudela se completa con la mención al papel que representa en el territorio circundante y las implicaciones que tiene para la ciudad ser la cabecera de la comarca.

En primer lugar, dentro de la organización administrativa de la Comunidad Foral, Tudela ejerce la función de cabecera de la comarca de la Ribera, acogiendo las sedes de diferentes órganos creados para múltiples contenidos dirigidos al territorio.

Reúne servicios comarcales prestados por diferentes administraciones: salud, el hospital; empleo, la oficina de empleo; educación, universidad, centros de secundaria, FP, educación especial; seguridad social, Centro de servicios sociales de la Ribera, cámara de comercio, EDER y otros.

En segundo lugar, ofrece una oferta comercial de servicios profesionales y de ocio variado, incluyendo franquicias y grandes áreas comerciales.

Estas características hacen de Tudela un referente en su entorno natural de la comarca que alcanza un entorno más allá de los límites de Navarra. Poblaciones de las comunidades vecinas de Aragón, Castilla y León y La Rioja, alejados de sus capitales, encuentran en Tudela un núcleo urbano cercano prestador de servicios de todo tipo.

Este papel tiene sus repercusiones en diferentes aspectos: económicas y sociales, pero también en aspectos como la movilidad y el tráfico afectados por la acogida a personas que se desplazan allí para realizar diferentes actividades.

2.1.2. POBLACIÓN.

La exposición de la situación actual de la ciudad de Tudela precisa del conocimiento de la evolución demográfica. A continuación, se explica la evolución seguida por la población de Tudela, sus características actuales y la previsión para los próximos años, dando prioridad al proceso de envejecimiento, que afecta a las sociedades desarrolladas.

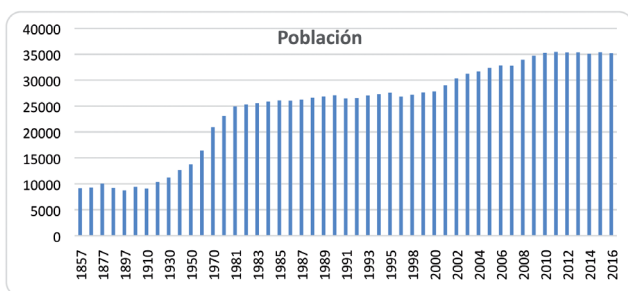
Evolución histórica de la población

El desarrollo de la población de Tudela corre parejo a la evolución histórica de la economía y de la urbanización de la ciudad.

Como se puede apreciar en el gráfico elaborado a partir de los datos del Instituto de Estadística de Navarra, el crecimiento demográfico desde 1900 ha sido del 375%, combinando periodos de un fuerte crecimiento, con otros de ascenso más sostenido o de mantenimiento de las cifras de población.

El incremento más fuerte es el que se dio desde 1910 hasta el inicio de la década de los ochenta. En una primera fase, el crecimiento fue importante; desde 1910 a 1950, Tudela paso de 9.072 a 13.740 vecinos; pero, a partir de 1950 el ritmo de crecimiento se aceleró, llegando en 1981 a situar el padrón en a 24.953 personas. Esto representa un 279% de aumento. Destacan sobremanera los 25 años transcurridos desde 1950 hasta 1975, período en el que se llegó a crecer en casi 10.000 habitantes.

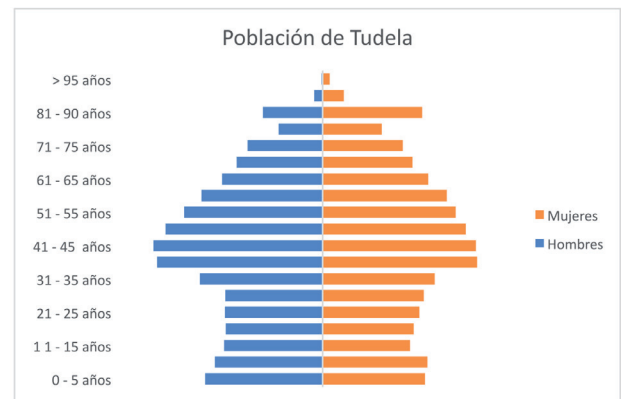
A partir de 1982 el crecimiento se ralentiza notablemente hasta el inicio del siglo XXI, que se crece a un escaso porcentaje medio del 1%. En 2000, la población alcanzaba las 27.819 personas. Con el crecimiento económico posterior, la cifra de población se elevó hasta 2011, año en el que se registró la mayor cifra de población de la ciudad, llegando a 35.429 personas. A partir de entonces, el padrón apenas ha apuntado movimientos. El 30 de noviembre de 2017, la consulta al padrón municipal arroja una cifra de 35.853 habitantes.



La población actual y sus características

En este apartado se pretende ofrecer una visión sintética de la situación demográfica actual de Tudela y las características que la distinguen. El punto de partida es la pirámide de población

que se ha construido para este estudio a partir de los datos extraídos del padrón municipal para que la imagen sea lo más actual posible.



En líneas generales se aprecia el peso de los grupos de población de más de 40 años, síntoma del envejecimiento, aunque también son reseñables los grupos de niños y niñas hasta los diez años. Se percibe el efecto de los dos principales fenómenos demográficos que se observan en Tudela, el envejecimiento y el crecimiento del volumen de población inmigrante de origen extranjero. Estos dos hechos se combinan de la siguiente manera:

El envejecimiento de la población, plasmado en el engrosamiento de los grupos de población de más edad, se ha visto compensado por el crecimiento de la población inmigrante de origen extranjero que viene a ocupar los estratos de población más joven.

En la actualidad el volumen de la población de 65 o más años alcanza el porcentaje del 17,6%. Si lo comparamos con la tasa de la comunidad foral, que es del 19,4% a 1 de enero de 2017 y la del país en su conjunto, 18,4% a 1 de enero de 2016 se ve que el envejecimiento ha sido frenado por una mayor presencia de población joven, correspondiente en parte a la población inmigrante.

Población y espacio urbano

En cuanto al análisis de la localización en el espacio urbano, es destacable el volumen de po-

blación envejecida así como un elevado índice de población inmigrante ubicados en el Casco Antiguo y en el Barrio de Lourdes, como se señala en la Estrategia de Desarrollo Urbano y Sostenible. Esto es un efecto del proceso de segregación espacial que conduce a la población con bajos recursos a los espacios con vivienda más barata y en peores condiciones, lo que deriva en la concentración de personas con necesidades de diferente tipo.

El elevado nivel de desempleo que sufre la ciudad también tiene su efecto porque provoca la emigración y el descenso de la población en los grupos de personas más jóvenes. Fenómeno que se une a una oferta educativa escasa en grados universitarios y especialidades de Formación Profesional, que hace que las personas jóvenes salgan fuera a formarse y en muchas ocasiones no regresen.

Proyección demográfica

Para hacer una previsión del comportamiento de la población de Tudela hacia el futuro, se siguen las pautas que tiene en cuenta el Instituto Nacional de Estadística en la proyección de la población española en 2031 y 2066. Los resultados se obtienen aplicando las tendencias observadas de reducción de nacimientos y aumento de defunciones, de crecimiento de la esperanza de vida, del saldo migratorio ligeramente positivo.

De mantenerse estas pautas, los efectos son un descenso de la población general, que según el INE en Navarra sería mínimo, un 0,1% y un aumento de la población mayor de 65 años en unos grandes porcentajes, del 34,8% de aquí a 15 años y del 63,1% dentro de 50 años.

Con el único objeto de ilustrar el efecto de este proceso en la sociedad tudelana, si aplicamos estos porcentajes de incremento a las cifras actuales de población de la ciudad. El resultado es que dentro de 15 años el número de personas mayores de 65 años se acercará a los 8.500 habitantes y que en un período de 50 superará los 10.000.

Si se aplicarán esos mismos porcentajes a Tudela, la población mayor de 65 años se acercaría a las 8.500 personas dentro de 15 años y superaría las 50.000 dentro de 50 años.

2.1.3. CARACTERÍSTICAS SOCIOECONÓMICAS

Dentro de los objetivos de este estudio es preciso contemplar y analizar una serie de elementos descriptivos de la realidad social correspondiente a la población mayor de Tudela, tanto para situar su estado actual como para definir adecuadamente medidas orientadas a la mejora de la atención a las personas mayores. En este apartado se van a exponer dichos elementos.

Al mismo tiempo, se debe contextualizar la situación en la que se encuentra la ciudad con respecto al resto de la comunidad; en ese análisis se aprecia una importante diferencia en indicadores socioeconómicos, en los que la ciudad presenta una de las situaciones más adversas (desempleo, pobreza y otros indicadores similares.)

En la Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado que desarrolla el Ayuntamiento de Tudela, se señala como una debilidad el incremento de la desigualdad social, acentuada por la situación de crisis económica.

a) Los Ingresos de las personas mayores

Prácticamente la totalidad de las personas mayores recibe alguna prestación económica del sistema público de pensiones, ya sea directamente o a través de la pensión del cónyuge; pero la población mayor ofrece diferencias notables en este ámbito, sobre todo si se tiene en cuenta el género, que se trata en un apartado específico.

Las pensiones. El número de pensiones se situó en 2016 en 9.409.174 en todo el país. En Navarra se elevaron hasta las 130.990 pensiones, según datos del Instituto Nacional de la Seguridad Social. La pensión media en Navarra es de 1.034,99.- €, situándose un 14,54% por encima de la media nacional, que era de 903,56.- €.

Este dato no debe ocultar la realidad de la distribución de las pensiones. En España, el 51,6% de las pensiones medias no llegaba en 2016 a los 700.-€ mensuales y el 74% se sitúa por debajo de los 1.100.- €.

Las personas que perciben una Pensión no Contributiva por jubilación en Navarra son 1.869, de las cuales 1.425 son mujeres, el 76,24%. En Tudela un total de 119 personas perciben pensiones no contributivas, de las que 85 (el 72% del total), son mujeres.

Las ayudas en Navarra. El Gobierno de Navarra tiene previsto poner en marcha deducciones y complementos a las pensiones. Por un lado, se incrementarán en un 8% las deducciones fiscales de las pensiones de viudedad en 2017, y por otro, las pensiones contributivas inferiores al SMI aumentarán de manera progresiva su cuantía hasta igualarse en tres años con las nuevas pensiones de viudedad. Se prevé que esta medida beneficie a 22.000 pensionistas.

Para años sucesivos, se prevé que todas estas pensiones, más el complemento que aporta Navarra, se vean revalorizadas en la misma cuantía que se incremente el IPC de Navarra, de tal forma que no pierdan poder adquisitivo.

Por otro lado, gracias a la extensión de la Renta Garantizada a mayores de 65 años, las unidades familiares que perciben pensiones no contributivas con ingresos inferiores a la cuantía de la Renta Garantizada pueden ya solicitar un complemento económico hasta alcanzar la cuantía establecida en dicha prestación. Se calcula que la medida puede afectar a 1.300 familias.

b) La brecha de género en los ingresos

Cuando se habla de ingresos en las personas mayores, la referencia fundamental son las pensiones en sus diferentes tipos. Las diferencias en detrimento de las mujeres son muy notables en dos aspectos: quiénes tienen derecho a percibir esas pensiones y cuál es la cuantía de las mismas. La razón es que las mujeres han tenido

un menor acceso al mercado de trabajo, lo han abandonado prematuramente o su presencia ha sido intermitente. Estas situaciones se relacionan con la mayor implicación de las mujeres en los cuidados dentro de la unidad familiar.

Acceso. El derecho a la percepción de una pensión dentro del sistema contributivo viene ligado a la cotización a lo largo de la vida laboral. La diferencia por género se advierte en las cifras de hombres y mujeres que adquieren derecho a percibir una pensión.

Si se analizan los datos relativos a número de cotizantes en el régimen general de la Seguridad Social desagregado por sexo, no se advierte desigualdad en las cifras generales: 4.579.801 hombres por 4.829.182 mujeres. La diferencia, sin embargo, estriba en el número de personas que acceden a una pensión de jubilación. La cifra de mujeres, 2.125.895, es un 41,04% inferior a la de hombres: 3.605.892.

Por el contrario, las pensiones de viudedad, subsidiarias de la cotización del cónyuge, son 177.122 en el caso de los hombres, mientras que suponen 2.181.510 en el caso de las mujeres (el 92,49% del total.)

De igual manera, el peso de las mujeres entre las personas receptoras de las Pensiones No Contributivas es del 72,03%. De 1.869 perceptores, 1.425 son mujeres.

Cuantía. Por efecto de la diferencia en las carreras laborales entre hombres y mujeres, las diferencias en cuanto al importe de las pensiones percibidas son notables. Según un estudio realizado por UGT el 72,02% de las mujeres que han accedido a una pensión de jubilación, reciben cantidades inferiores a 700.-€ brutos mensuales.

En las cifras de la Seguridad Social también se advierte la diferencia. En las pensiones en general, la cuantía media es de 991,52.- € para los hombres y 815,90.-€ para las mujeres. La diferencia en la carrera laboral y cotizaciones se nota en la media de las pensiones por jubila-

ción, 1.211,19.- € por 756.80.- En las de viudedad, se invierte la relación, 482,06.-€ por 650,52.- €. La razón es la misma ya que la cuantía depende de la cotización del cónyuge fallecido.

c) Las formas de convivencia

La edad aumenta la posibilidad de vivir en soledad. Se ha observado en los últimos años un incremento de los hogares unipersonales en personas de 65 años y más, aunque las proporciones son más bajas que en otros países europeos que se sitúan en torno al 40%, como Suecia, Estonia o Finlandia o lo superan, como Dinamarca o Lituania.

De acuerdo a la Encuesta Continua de Hogares realizada por el INE en 2016 cuyos resultados han sido publicados en marzo de 2017, en España se observa la tendencia a la reducción en el tamaño de los hogares. El tamaño medio del hogar se situó en 2,50 personas, frente a las 2,51 del año anterior. El número de personas que viven solas volvió a crecer hasta alcanzar los 4.638.300, el 25,2% del total de hogares.

La forma de vida más habitual entre las personas mayores es en pareja sin hijos. Según el Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística en su edición de julio de 2014 el 40,7% de las personas mayores viven así. En 2016, en la encuesta continua de hogares de este instituto se destaca que los hogares unipersonales de personas de 65 y más aumentaron un 4,0% respecto a 2015. Por el contrario, los formados por personas menores de 65 años disminuyeron un 0,7%. En Tudela, el número de hogares de personas mayores de 65 años compuesto por una sola persona es actualmente, según la consulta realizada al padrón municipal en diciembre de 2017, de 1.374. Estas personas solas, representan el 3,86% de la población de la ciudad y el 21,91% de los mayores de 65 años que viven en la ciudad.

d) La esperanza de vida

El aumento progresivo de la esperanza de vida, que está haciendo replantarse el concepto mis-

mo de inicio de la vejez, afecta de diferente manera a hombres y mujeres, influyendo directamente en las condiciones de vida de las mujeres puesto que tiene los siguientes efectos.:

• **La soledad.** Según los datos de la Encuesta Continua de Hogares del INE el número de personas que vivían solas en todo el país fue en 2016 de 4.638.300 personas. De esta cifra, 1.933.300 tenían 65 años o más, un 41,7% del total de personas solas. Las mujeres mayores solas eran el 70,7%.

Esta situación no se da en Tudela. Según el padrón municipal, el 14 de diciembre de 2017 había 1.374 personas mayores de 65 años viviendo solas, que representan el 3,86% de la población de la ciudad y el 21,91% de los mayores de 65 años. De esta cantidad, el 24,89% son hombres, 342 personas. Las mujeres solas son 1.032, el 7,11%.

• **El estado de salud.** La esperanza de vida es un indicador evidente de la mejora de la calidad de vida. En Navarra, este indicador se situó en 83,8 años de media, 86,3 para las mujeres frente a 80,9 años para los hombres, una de las más elevadas del país.

En relación con el estado de salud, el mayor número de años de esperanza de vida en todas las edades de las mujeres tiene el efecto de verse asociado a peores condiciones de salud. A mayor edad, peores condiciones de salud. De acuerdo al INE, con información correspondiente al año 2015, a los 65 años, los hombres viven el 50,5% de sus años de horizonte de vida en buena salud frente al 39,2% del horizonte de años de las mujeres.

• **La atención.** Como consecuencia de la situación expuesta, las mujeres son usuarias de los servicios de atención en mayor medida que los hombres. Sirva para evidenciar esta realidad las cifras correspondientes al Sistema de la Dependencia en Tudela.

De las 661 personas mayores de 65 años valoradas como dependientes en la ciudad hasta el

31 de diciembre de 2016, las mujeres representan el 70,80%, frente al 9,20% de los hombres. De igual manera, las solicitudes de valoración de dependencia presentadas por personas mayores fueron en 2016 de 294, de las que 241 las presentaron mujeres, es decir, un 82%.

En cuanto a los servicios recibidos en 2017, de las 386 personas que tenían el servicio de teléfono de emergencia en Tudela, 298 eran mujeres y 88 hombres. Igualmente, el Servicio de Atención Domiciliaria del Ayuntamiento de Tudela atendió en 2017 a 150 personas, 91 mujeres y 59 hombres. La mayor demanda por parte de las mujeres se debe a que la esperanza de vida es mayor y por tanto, la permanencia en el hogar más prolongada.

e) El nivel de formación

La evolución del nivel de formación en las últimas décadas en Navarra y en todo el país en general se ha caracterizado por la reducción de las personas analfabetas o sin estudios.

Tomando los datos del Censo de Población y Viviendas realizado en 2011 relativos al nivel de estudios de la población de Tudela, destaca que la población sin estudios está compuesta en un 64,7% por personas de 65 y más años y el peso de las personas mayores en la población con estudios de primer grado es del 50,12%. Estos porcentajes se reducen sensiblemente en la población con estudios de segundo grado, el 13,18% y de tercer grado, el 3,48%.

Los resultados de una consulta similar abarcando el territorio de la comunidad foral y el de todo el país son similares. En Navarra, un 8,3% de las personas mayores de 65 años y un 8,81% tienen estudios de tercer grado, frente al 3,48% mencionado en Tudela.

En el diagnóstico incluido en la Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado se señala como debilidad de la población en general el bajo porcentaje de población tudelana con estudios de tercer grado, es decir con un nivel

de estudios más cualificado, que es significativamente inferior al de la media navarra.

2.1.4 LA POLÍTICA MUNICIPAL DE SERVICIOS

El Ayuntamiento de Tudela destaca en la gestión de los servicios por la búsqueda de la mejora a través de una forma de actuar que conjuga el uso de la planificación y la participación ciudadana. La calidad en la gestión pública está sustentada en la conexión de ambos elementos: avanzar en la eficacia y la eficiencia y profundizar en los procesos participativos.

La asunción de esta forma de gestión desde 2012 ha dado como resultado la generación de una planificación estratégica hasta 2030. A partir de un estudio diagnóstico, en 2015 se aprobó el Plan Estratégico por unanimidad.

Además, como parte de esta forma de gestión, Tudela cuenta con un plan de acción que define líneas y objetivos estratégicos para cuya consecución se definen actuaciones específicas, calendario de ejecución e indicadores de evaluación. Actualmente está en desarrollo el correspondiente al periodo 2015 – 2019. El anterior, 2011 – 2015, ha sido efectivamente evaluado.

Esta forma de acción es estimable por dos realidades: en primer lugar, la elaboración participativa de la estrategia, pues contó con la ciudadanía en su definición y por la continuidad en su implantación, que da valor al proceso de planificación, evaluación y mejora.

En la misma línea destaca la Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado de la ciudad de Tudela que ha sido incluido y recibirá financiación del Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) para las actuaciones en cinco áreas: ciudad sostenible, calidad ambiental, movilidad urbana sostenible, bienestar social y calidad de vida y ciudad inteligente. La dotación económica hasta 2020 alcanza los 2.663.000.-€.

Así mismo, la participación ciudadana como principio rector se ha plasmado en los presu-

puestos de 2017, en los que la ciudadanía decidió entre una serie de proyectos propuestos cuáles iban a contar con dotación para su ejecución. También en 2018 está abierto el Proceso de presupuestos participativos, donde la ciudadanía ha presentado más de cuarenta propuestas de proyectos.

La estructura por áreas de estudio definida por el Protocolo de Vancouver para realizar el diagnóstico sobre la amigabilidad, cuya aplicación a Tudela se expone en el capítulo siguiente, se puede utilizar para definir tres grandes ámbitos sobre los que observar la actividad municipal en las que se enmarcan las actuaciones diseñadas y gestionadas por el ayuntamiento, los planes de actuación y los programas sectoriales correspondientes.

- **El referido a las políticas sobre el medio urbano.** Están íntimamente ligadas a los tres primeros aspectos del protocolo mencionado: espacios al aire libre y edificios, transporte y vivienda.
- **La participación social.** El respeto y la inclusión, la participación social y el trabajo y voluntariado son tres elementos del protocolo de Vancouver relativos a la convivencia ciudadana.

- **La prestación de servicios para la mejora del bienestar.** Este eje se refiere al uso para la mejora de la calidad de vida en los dos restantes aspectos tratados en el protocolo de Vancouver: los medios y formas de comunicación e información existentes, así como de la utilización y conocimiento por parte de los mayores de los servicios de sociales de apoyo y de salud disponibles en la ciudad.

••● Análisis por áreas.

Las áreas de Vancouver

2.2.1. ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS.

La autonomía de las personas mayores y su bienestar al usar los espacios abiertos vienen determinados por la configuración del medio urbano, calles, plazas, calzadas y edificios públicos; pero también por la convivencia con otras personas que hacen un uso diferente del mismo medio con automóviles o bicicletas. Además, se deben tener en cuenta otros aspectos, como las distancias a recorrer, la posibilidad de llegar a pie a los sitios que interesen y, claro está, la importancia de sentirse seguro/a al usar las calles o los parques.

La relevancia del contenido de esta área de análisis se explica claramente en Tudela, tomando como referente los resultados de las votaciones del presupuesto participativo de 2017. Las seis primeras propuestas más votadas tienen relación directa con el urbanismo.

El medio urbano

Las calles. Incluyendo todos los elementos que para la ciudadanía forman parte de este espacio, como las pla-

zas, la calzada y otros, es el medio sobre el que focalizar las medidas orientadas a facilitar el bienestar en su uso y propiciar las condiciones necesarias para la vida social y un contacto interpersonal satisfactorio.

El rasgo topográfico más destacable de Tudela son los desniveles existentes y, en consecuencia, las cuestas. Para las personas mayores suponen un grave problema para el desarrollo de su actividad habitual. Dentro de la Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado, incluida en las ayudas del Fondo Europeo de Desarrollo Regional, se encuentra la adecuación de los accesos del centro a la Torre Monreal y al barrio de Lourdes. La ejecución de este proyecto es un ejemplo de mejora y adecuación del entorno urbano a las necesidades de las personas con problemas de movilidad.

La calzada es un elemento más de las calles, pero debido a la intensidad del tráfico rodado, debe ser tenido muy en cuenta porque en algunos casos suponen verdaderas barreras para las personas mayores y para otros colectivos. En este sentido la exis-

tencia de pasos de cebra y semáforos son verdaderas necesidades para posibilitar el tránsito de las personas de más edad.

El adecuado cuidado de las calles transmite sensación de bienestar a las personas que las utilizan. Se incluye el mantenimiento y la limpieza. En las mesas de participación ciudadana sobre el plan de acción municipal en el ámbito del mantenimiento urbano, se plantearon como aspectos a priorizar la limpieza de las calles y la reparación de aceras y adoquines.

Los parques y espacios naturales. En los entornos urbanos, las áreas verdes se vinculan al ocio y a la salud y en relación a este informe al envejecimiento activo y saludable.

Entre los contenidos incluidos en las Estrategias de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado diseñadas por el Ayuntamiento de Tudela, y financiadas al 50% por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER). También hay un hueco para la mejora de las zonas verdes. Se contemplan dos acciones: restauración ambiental y paisajísticamente cinco hectáreas de pinares

y el rediseño, restauración y conexión de las zonas verdes urbanas integrando los ríos Ebro y Queiles en la ciudad.

Los edificios. Los equipamientos públicos han mejorado en los últimos años de forma notable con el desarrollo de la normativa y planes de accesibilidad. En 2004 Tudela, de acuerdo al plan de accesibilidad, realizó adecuaciones en bordillos y barreras, quedando pendiente la accesibilidad de los edificios públicos, cuestión abordada en 2017. El 31 de octubre de 2017 se ha entregado el Plan de Accesibilidad de edificios municipales, el cual se está trabajando en el Consejo de la Discapacidad, para realizar una priorización en las ejecuciones y se ha dotado una partida en el presupuesto de 2018 para empezar a ejecutarlo. Por otro lado, la normativa también ha supuesto el acondicionamiento de los locales de titularidad privada abiertos al público.

Compartir los espacios públicos

El desarrollo de las ciudades orientado a procurar una movilidad basada en el uso del vehículo-peatón privado ha dado como resultado, visible en Tudela, ciudad en la que la convivencia se ha hecho muy complicada y requiere de actuaciones orientadas a un cambio progresivo en esta orientación.

El papel de Tudela como referente comercial, administrativo y de servicios para las poblaciones cercanas incrementa la presión de los automóviles sobre la movilidad y el uso compartido del medio urbano.

El diagnóstico incluido en la Estrategia de Desarrollo Urbano e Integrado define con claridad la situación actual de Tudela. Señala entre las debilidades observadas las siguientes:

- Uso abusivo del vehículo privado, con 7.000 desplazamientos internos diarios de duración inferior a 5 minutos.
- Cultura de movilidad ciudadana que prioriza el coche frente a modos de transporte más sostenibles.

- Tudela no es una ciudad preparada para el peatón y la bici contando con numerosos déficits en materia de accesibilidad.

- Déficit en la gestión de aparcamientos que imposibilita la intermodalidad en los desplazamientos internos.

El efecto sobre las personas mayores de la primacía del automóvil en el casco urbano es innegable debido a su vulnerabilidad, creciente de acuerdo a la edad. Aparte de la limitación de uso de las vías públicas.

Según datos recogidos por la Dirección General de Tráfico, en España se producen anualmente 11.000 atropellos aproximadamente, de los que 10.000 se dan en el ámbito urbano. En cuanto a las personas fallecidas, seis de cada 10 muertes por atropello se producen en ciudad. No obstante, es preciso indicar que en uno de cada tres atropellos el responsable es el peatón.

Siguiendo los datos de la DGT, los accidentes registrados en las vías urbanas de Tudela causaron en 2015 la muerte de un peatón; 7 personas sufrieron ingreso hospitalario, de las que 5 eran peatones y hubo 68 heridos leves, 9 de ellos peatones.

Una de las soluciones para hacer más amable la ciudad es, entre otras, la peatonalización de calles. En Tudela se ha venido dando este cambio generando tres zonas en el entorno del Casco Antiguo de la ciudad. El último proceso se ha cerrado el pasado 19 de abril con el cierre al tráfico de las calles Verjas, Rúa y adyacentes, contando con el visto bueno de vecinos y comerciantes. Además, se cuenta con otras zonas de circulación prohibida o restringida. Todas estas medidas tratan de respetar a los vecinos/as y tener en cuenta las necesidades de carga y descarga, manteniendo en todo momento la prioridad de los peatones.

Otra muestra de la importancia de este aspecto para las necesidades de las personas mayores se encuentra referido en la Estrategia Navarra

de Seguridad Vial 2013-2020, que determina objetivos concretos para el colectivo. Relacionados con el asunto tratado en este apartado se pueden señalar dos: el primer objetivo es proteger a los/las usuarios más vulnerables, entre los que señala a las personas mayores como tema clave en la necesidad de proporcionar espacios seguros de movilidad para personas mayores, lo que se precisa en potenciar una movilidad segura en la zona urbana.

La seguridad

El reconocimiento del entorno vecinal como el encuadre óptimo para el bienestar de las personas de más edad lleva a que se centren las actuaciones en la eliminación de barreras, en un transporte accesible y, también, en conseguir dotar a los barrios de las políticas de seguridad adecuadas.

En este sentido, la sensación de seguridad viene dada por medidas adoptadas desde diferentes ámbitos. Por un lado, están las propiamente físicas, unas calles que transmitan confianza a través de una iluminación adecuada y un mantenimiento apropiado; las relacionadas con el uso de las calles, compartir el espacio con otros viandantes aporta tranquilidad y explica la importancia de proveer itinerarios adaptados y seguros; por último, el apoyo prestado por la presencia de la policía y su labor de servicio a las personas mayores.

Aunque la tasa de criminalidad en Navarra se incrementó en 2016 respecto a 2015 un 7,5%, sigue por debajo de media española. La ratio española, 43,2 delitos y faltas por cada 1.000 habitantes al año en 2016 es la más baja en 13 años y es una de las más bajas de Europa.

Sin embargo, la población mayor no precisa solamente de la seguridad relativa a la protección ante el delito. La seguridad se refiere también a la protección ante otros riesgos asociados a la edad y que, cada vez más frecuentemente son objeto de intervención de las fuerzas de seguridad. La desorientación, el encontrarse perdido en las calles o situaciones de esta índole.

La Policía Local de Tudela, que cuenta con 59 agentes en su plantilla, apunta en sus registros que durante 2015 se ha asistido en 115 ocasiones a personas disminuidas, enfermas o mayores, en el año 2016 a 86, y en el 2017 a 94.

Además, la ciudad cuenta con la presencia de otros cuerpos policiales, Policía Nacional y Guardia Civil y la Policía Foral de Navarra. La actividad de la Comisaría de Tudela, destaca en el ámbito de la comunidad foral por los elevados niveles de actividad en los diferentes aspectos relacionados en su memoria anual.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

Las personas que han participado en los grupos focales y entrevistas valoran muy positivamente los parques en Tudela, tanto por su tamaño como por su diseño. No obstante, agradecerían contar con más espacios verdes en la zona urbana. Los mejor valorados son El Prado y Queilés.

Por otra parte, en cuanto a su mantenimiento, coinciden en que habría que reforzar este tipo de servicios, ya que opinan que en los últimos años, se ha notado un descenso en los mismos. Al preguntarles por el número y diseño de los bancos en los parques, las personas participantes afirman que hay cierta insuficiencia en algunas zonas y su diseño podría así mismo mejorarse, reconociendo a su vez, que últimamente el diseño va en progreso.

Los parques cuentan con aparatos de gimnasia de los cuales, según los grupos focales, se hace un buen uso de ellos. Las instrucciones de dichos aparatos vienen claramente indicadas y por lo general saben usarlos y los usan; aunque manifiestan que el mantenimiento es casi inexistente. Como buenos ejemplos representativos, citan los que están situados en el Paseo de los Poetas y el Parque de Otoño.

En cuanto a la limpieza, la percepción general es que los parques y zonas de paseo no están todo lo limpios que sería deseable, principalmente debido a la suciedad generada por los

perros. Coinciden en que supone un problema. La limpieza diaria en las calles, en cambio, resulta muy bien valorada. Aunque perciben diferencia entre el centro y las afueras.

Añade alguna persona de las entrevistadas, que aunque sí es cierto que ha habido recortes en mantenimiento y limpieza, es la propia ciudadanía la que debiese concienciarse de que la limpieza es cosa de todos y todas, es necesario la colaboración ciudadana a este respecto.

En cuanto a las aceras, su mantenimiento es mejorable. Hay muchas baldosas en mal estado y la anchura de las calles no es adecuada, lo que provoca que haya problemas con bicicletas, peatones, carritos, sillas de bebé, sillas de ruedas, etc. A ello se le suma que en algunos casos, las farolas están colocadas en la acera, por lo que el espacio es mínimo.

De unas zonas a otras manifiestan que hay diferencias. En el barrio de Lourdes, por ejemplo, las mejoras realizadas son más escasas. Es un barrio de los años 60, en el que se perciben carencias. Todos los servicios públicos han sufrido recortes, que ahora se van recuperando, aunque más despacio y en menor medida.

Las personas participantes creen que queda bastante por hacer en cuanto a la accesibilidad en las calles de Tudela. Tiene muchas cuestas, y no está pensada para personas que padecen alguna discapacidad.

Y que lógicamente, zonas como El Casco Viejo o Lourdes, son las más antiguas y por tanto, menos adaptadas a necesidades especiales.

Los edificios públicos en cambio, están totalmente adaptados, según la opinión de las personas participantes en los grupos focales.

Al preguntar por la iluminación, la falta de ella se centra en algunas áreas en concreto, no en todo el municipio, y entre ellas el centro y más bien entre instalaciones nuevas y antiguas. Advierten, pues, de que la distribución es desigual.

Aunque de forma general la convivencia es aceptable, [excluyendo lo referente a la su-ciedad generada por los perros], las bicicletas constituyen la mayor de sus inquietudes, sobre todo en tramos de bajada de cuestas.

La opinión de las personas mayores es que Tudela es una ciudad segura. No suele haber problemas ni conflictos. Las Claras es percibida como una zona que impone más respeto por la poca iluminación, aunque recientemente ha sido mejorada.

Se agradecería mayor presencia de los cuerpos de seguridad, esto es una sensación que com-parten la mayor parte de las personas que han participado.

El mayor problema en cuanto a inseguridad que estas personas mayores pueden vivir en Tudela, se concentra en caídas, tanto en las viviendas como en las vías públicas, y que por otra parte, las personas mayores constituyen el foco principal de timos y estafas. Notan que últimamente hay más gente a la que le entran en casa con excusas, [de la luz, el gas, teléfono, etc.].

Uno de los profesionales apunta en relación a la seguridad, que la presencia policial es suficiente, que lo realmente importante, no es su presencia continua, si no que se pueda contar con ella siempre que se les necesite.

Los datos reales del nivel de denuncias están por debajo de la media nacional. Además, existe una buena coordinación entre los diferentes cuerpos de policía, por tanto, es la comunicación la que suple la posible insuficiencia poli-cial percibida por las personas mayores.

En cuanto a diferencias por género en la seguridad; coinciden en que la mujer siempre va ser la más afectada en el sentido negativo en este tema, pero que la vulnerabilidad de la persona mayor aumenta de igual forma tanto en mujeres como en hombres.

2.2.2. TRANSPORTE

La disponibilidad de una movilidad adecuada a las necesidades de las personas mayores propicia un envejecimiento activo en diferentes ámbitos como los relacionados con la participación social y el acceso a los servicios públicos disponibles.

La ciudad de Tudela cuenta con tres planes que inciden sobre esta realidad: el plan de movilidad urbana y sostenible, el plan de tráfico y el plan de accesibilidad. Esta situación es destacada por la Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado como problemática puesto que no ha conducido al establecimiento de un modelo concreto de movilidad urbana sostenible, ciclabilidad, peatonalización y conectividad urbana.

El análisis de esta área se estructura en diferentes apartados, que se refieren fundamentalmente a la relación existente entre las personas mayores y los medios de transporte público que hay a su disposición, y al automóvil como medio privado de transporte.

Las personas mayores como conductores

Se calcula que la proporción de personas mayores conductoras en Navarra es de un 15% del total, unas 3.000 personas que conducen después de los 65 años en Tudela. Estos datos avalan la importancia del vehículo privado en el transporte y su toma en consideración en este informe. No todas las personas mayores conducen, ni conducen a todas las edades, pero han de ser tenidas en cuenta en el diseño de la movilidad.

El número de conductores y conductoras en Tudela, según datos de la Dirección General de Tráfico, se elevaba a 31 de diciembre de 2015 a 20.139 personas, de las que 11.918 eran hombres y 8.221 mujeres. Los vehículos de todo tipo registrados en el territorio municipal eran a esa misma fecha 23.447, destacando que, de esa cifra, 15.311 eran turismos.

Tudela destaca por el uso masivo del automó-

vil para desplazamientos cortos en el entorno urbano, 7.000 desplazamientos internos diarios de duración inferior a 5 minutos. Como se ha visto en el apartado de los espacios al aire libre esto constituye un grave problema para la convivencia con otros usuarios de las calles.

No obstante, de acuerdo a un estudio realizado por la Fundación Línea Directa, el colectivo de personas mayores registró entre 2009 y 2014 cuatro veces menos accidentalidad que los jóvenes menores de 25 años y menos de la mitad que los conductores de 35 a 44 años. Respetan más los límites de velocidad, no son agresivos en la conducción y aceptan mucho mejor sus propias limitaciones, auditivas y visuales, sobre todo.

Sin embargo, la mortalidad y la lesividad grave de las y los conductores más veteranos son muy superiores a la media. De hecho, la mortalidad de las personas mayores de 65 años multiplica por 2,5 la del resto de conductores y tienen un 9% más de probabilidades de resultar heridos/as graves tras una colisión. Los motivos son claros: mayor debilidad física y la propia naturaleza de su accidentalidad, generalmente golpes más severos.

El autobús urbano y su adaptación a las personas mayores

Es evidente la importancia de este medio de transporte para las personas mayores por dos razones: por un lado, gradualmente van perdiendo capacidad para desplazarse a pie y requieren la cobertura de las necesidades de desplazamiento. En relación con esto, hay que tratar sobre las líneas de transporte urbano establecidas, sus recorridos y los días y horarios de funcionamiento.

Tudela cuenta con 8 vehículos en la actualidad con tres líneas con las siguientes características:

- **Línea 1 Circular.** Funciona de lunes a sábado, comenzando el servicio las 8:00 horas y finalizando a las 20:50 horas. La frecuencia es de media hora.

- **Línea 2.** Centro Barrio de Lourdes Hospital. Funciona todos los días, con diferentes hora-

rios para sábados y festivos. Comienza a las 7:30 horas y acaba a las 21:00 horas. La frecuencia de paso es cada media hora.

-**Línea 3.** Casco antiguo Hospital. Funciona de lunes a viernes, iniciando el recorrido a las 8:10 horas y acaba a las 13:45 horas. La frecuencia es cada media hora.

- **La espera:** Las paradas y las marquesinas constituyen un elemento auxiliar importante por dos cuestiones: la primera, ser el soporte de una información clara de recorridos y frecuencias de la línea, la segunda, facilitar una espera confortable por disponer de asiento y protección contra la lluvia o el sol, si dispone de marquesina. El Transporte Urbano de Tudela cuenta con 41 paradas, 19 de ellas disponen de marquesina con asientos y todas ellas están equipadas con poste de información sobre todos los horarios.

- **El acceso:** Hay dos elementos a tener en cuenta: el primero es la adaptación del vehículo para facilitar el acceso a las personas; el segundo, relativo a las condiciones de las calles para que el autobús tenga posibilidad de aproximarse a la parada y facilite el acceso a las personas con problemas de movilidad. En Tudela todos los vehículos están adaptados: son autobuses de piso bajo, rampas y escalones móviles.

- **El interior de los vehículos:** El aspecto a valorar es la existencia de reserva de asientos para las personas con problemas de movilidad y estabilidad, que suelen ser personas mayores y su buen uso, que requiere de la colaboración de todos los usuarios/as. En Tudela los autobuses disponen de asientos reservados para personas mayores con sus indicativos correspondientes.

- **Las tarifas.** Otro factor influyente en el uso de este medio de transporte es que sea asequible en coste para la ciudadanía. El coste unitario del trayecto en Tudela, a través de las tarjetas de transporte disponibles es de 32 céntimos de €. Para las personas mayores, hay dos tarifas especiales: la primera tiene un coste de 12 céntimos por recorrido y es válida para todas las personas mayores de 65 años; la segunda, con un coste de 10.- céntimos de €, se dirige a las personas mayores de 65 años con ingresos limitados.

El taxi

Es el segundo medio de transporte público disponible para los desplazamientos dentro de la ciudad. Es utilizado en menor medida para realizar estos movimientos en relación a otros medios. No obstante, hay que señalar la importante función que desempeña para su uso en situaciones en las que o bien los desplazamientos no pueden ser realizados por otros medios o bien sus usuarios/as requieren especiales cuidados. Estas situaciones se dan con cierta frecuencia en las personas mayores. En la actualidad hay nueve licencias activas y 2 taxis adaptados.

El transporte adaptado

Este apartado se refiere a la disposición de medios más especializados para la cobertura de necesidades relativas a condiciones y situaciones que impiden el uso de los medios de transporte habituales. En lo referido a las personas mayores se relaciona con el creciente número de personas en situación de dependencia.

- **Reserva de aparcamientos.** La cercanía a los equipamientos de atención facilita su accesibilidad a las personas que los utilizan.

- **Transporte adaptado.** Dirigido a las personas que presentan un grado reconocido de dependencia severo o de gran dependencia y que asisten a un servicio o programa garantizado para personas con dependencia. La Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas elaborará un Informe de idoneidad en función de la posibilidad o imposibilidad de utilizar otros medios de transporte y calculará la aportación económica que corresponde realizar a la persona beneficiaria.

En Tudela, este servicio lo realiza Cruz Roja en diferentes líneas organizadas para que las personas atendidas acudan a los servicios o programas contemplados para ellos en su Plan individual de Atención

LA OPINIÓN DE LOS GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

La opinión de los grupos focales en cuanto a la señalización en Tudela, es que es mejorable, no tanto en la zona centro, como en las afueras.

Valoran de forma muy positiva la peatonalización de la zona centro.

Insisten en la falta de pasos de cebra, sobre todo en algunas áreas [Calle Ador] y algunos de ellos indebidamente colocados [Avenida Zaragoza].

Una de las propuestas en este sentido es la pacificación de vías en las zonas más transitadas por peatones.

Perciben como una complicación para los conductores, la vuelta que es necesaria dar para poder llegar al centro de la ciudad, y las rotondas nuevas que se han instalado sustituyendo semáforos.

Están de acuerdo en que sería necesario reforzar las acciones encaminadas a reforzar la educación vial. Reconocen que muchas personas mayores son las primeras en no respetar algunas de las normas, como por ejemplo, cruzar por zonas no señalizadas.

En cuanto al transporte público, se muestran por lo general satisfechos. Cuando menos, los precios los encuentran razonables y las tarjetas en muchos casos subvencionadas.

La conexión es buena para moverse por el centro de la ciudad, y los horarios razonables. Además, las paradas de autobús por lo general están estratégicamente situadas, en relación a las necesidades de las personas mayores, exceptuando el hecho de que no haya paradas de autobús en ninguno de los 3 centros cívicos. Las posibilidades de desplazamientos dentro del casco urbano para personas con movilidad reducida son mínimas.

En cuanto a los aspectos a mejorar, destacan que así como el transporte es adecuado para moverse dentro de Tudela, no es así al desplazarse a municipios cercanos o a Pamplona. Los horarios son reducidos y el precio inadecuado.

Sería interesante contar con microbuses en todas sus líneas.

Se percibe como una necesidad una mejor conexión entre municipios y el aumento de paradas de autobús [citan como ejemplo Torre Monreal, que es precisamente la zona más alta de Tudela].

En cuanto a la accesibilidad de los autobuses, habría que intentar llegar a la totalidad de la flota, ya que el acceso a los vehículos resulta notablemente complicado para las personas mayores o con movilidad reducida.

Las marquesinas, por otra parte, mejorarían con un mejor mantenimiento.

El servicio de taxi en la opinión de las personas participantes tanto en grupos focales como en las entrevistas es satisfactorio. Aunque su presencia por la ciudad no es habitual, sí que vienen casi de forma inmediata al llamarles por teléfono. El servicio es adecuado, pero el precio no es bajo.

En cuanto al transporte privado, existe la sensación de que el coche se utiliza demasiado, al menos por parte de otros grupos de edad. Afirman que no es necesario coger el coche para todo, porque, además, supone un problema para encontrar aparcamiento.

En cuanto a diferencias por género en el transporte en Tudela; los grupos comentaron que las mujeres hacen un mayor uso del transporte público que los hombres, y por el contrario los hombres utilizan más el transporte privado. Es más, la mayoría de mujeres mayores de los grupos no contaba con permiso de conducir.

2.2.3. VIVIENDA

Las personas mayores pasan la mayor parte de su tiempo en su domicilio y en el entorno más cercano, porque es en ese territorio donde satisfacen sus necesidades, donde mantienen la mayor parte de las relaciones sociales y donde lo afectivo se relaciona con el medio físico, ya que en esos lugares se ha desarrollado las vivencias, la historia familiar. Los vínculos afectivos, la pertenencia, se convierten en factores de arraigo y de seguridad.

La mayor parte de los programas de atención a personas mayores sitúan a la permanencia en el entorno como un objetivo prioritario, un valor a garantizar, pero este objetivo se debe alcanzar en torno a unos parámetros bien definidos. Es muy importante que lo cercano constituya una ayuda, un elemento de bienestar y calidad de vida, no un problema con el que convivir.

El estudio de la amigabilidad de Tudela centra el análisis de esta área en dos apartados:

2.2.3.1. Envejecer en casa

Esta expresión es reflejo de un anhelo muchas veces manifestado por las personas mayores, que se hace posible si se dan unas condiciones, entre las que sobresalen las siguientes:

La accesibilidad. Eliminar las barreras en las cercanías y, sobre todo, en los edificios y las viviendas, permiten disfrutar de la vivienda en plenitud.

Las medidas que la administración dispone para posibilitar la adaptación de las viviendas son de dos tipos. Por un lado, las medidas normativas. Dentro de estas se distinguen las aplicables a la vivienda de nueva construcción de las dirigidas a la adaptación de las antiguas. La Ley 8/2013, de 26 de junio, de Rehabilitación, Regeneración y Renovación Urbanas, publicada en el BOE el 27/06/2013, introdujo importantes modificaciones en la Ley de la Propiedad Horizontal.

En Tudela se cuenta con:

La Oficina de Rehabilitación de Viviendas y Edificios de la Ribera, que es un servicio gratuito a la ciudadanía para la gestión y el asesoramiento en materia de obtención de ayudas económicas del Gobierno de Navarra para la rehabilitación de las viviendas.

Estas ayudas se dirigen a las obras de reparación, mejora y adecuación de viviendas destinadas a residencia habitual y permanente de las personas empadronadas en la misma bajo una serie de condiciones relativas a los edificios: antigüedad superior a 25, 50% del mismo dedicado a viviendas; a la obra a realizar: que no suponga la demolición o supere una cuantía determinada por m².

Las subvenciones pueden alcanzar para las personas mayores con ingresos por debajo de 2,5 veces el IPREM, un máximo del 45% del presupuesto, pudiendo acceder a préstamos cualificados para el resto del coste. En Tudela, que está calificada como área de rehabilitación preferente, la subvención puede alcanzar los 25.000.- €. Además, las comunidades de vecinos pueden beneficiarse de ayudas como la supresión de barreras arquitectónicas en los elementos comunes: instalación de ascensor o la supresión de escaleras.

De acuerdo a los datos mencionados en las decimoprimeras Jornadas sobre Rehabilitación, en 2017 se observa un cambio de tendencia respecto a años anteriores en la actividad rehabilitadora ya que se tramitaron 58 expedientes en el primer trimestre de 2017. En todo 2015 fueron 101 y en 2016 se redujeron a 43.

La Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible e Integrado definida por el Ayuntamiento de Tudela incluye en su diagnóstico la incapacidad financiera y la dificultad de acceso al crédito por parte de las familias residentes en las zonas urbanas más deterioradas para afrontar la rehabilitación y mejora de las viviendas.

En lo referido al Ayuntamiento de Tudela, se pueden exponer dos iniciativas con efecto en la mejora de la calidad de vida de las personas que habitan en dos de las zonas con mayores problemas de las condiciones de la vivienda: el casco Antiguo y el barrio de Lourdes.

En relación con el presente informe, el Plan Especial de Protección y Reforma Interior del Casco Antiguo, incluye ayudas a la rehabilitación y adaptación de edificios y viviendas y las referidas a locales comerciales, que redundan en un entorno amigable, actualmente en vigor.

Por otro lado, la iniciativa que supuso el proyecto Lourdes Renove, desarrollado en 2010 y 2011, dio lugar a la renovación del sistema de calefacción de 486 viviendas y la mejora de la accesibilidad de 80 viviendas.

La proximidad a los servicios. Este punto se refiere a la accesibilidad, la cercanía de los servicios básicos en las diferentes áreas de la ciudad.

• **Salud.** El bienestar que proveen los servicios sanitarios, provistos por el Servicio Navarro de Salud – Osasunbidea, se concreta en Tudela en la existencia de dos centros de salud y un hospital general. Esta cobertura, complementada por la red de 31 farmacias, con presencia en todos los barrios, se puede calificar de muy adecuada.

• **Servicios Sociales.** Los servicios sociales municipales, se encuentran ubicados en un único edificio, en el centro de la ciudad. Cuentan con los cuatro programas básicos que establece el Gobierno de Navarra: Acogida y orientación Social; Promoción de la autonomía personal y atención a personas en situación de dependencia; Incorporación Social en Atención Primaria; Atención a la Infancia y Familia en Atención Primaria. Además desde Servicios Sociales se gestionan los temas de igualdad, accesibilidad, mayor, inmigración y drogodependencia.

Disponer de un comercio diverso y cercano. Tudela, como núcleo principal de un grupo de municipios que constituyen la segunda con-

centración de población de la Comunidad Foral, participa de un rasgo propio de las sociedades urbanizadas como es la instalación de grandes superficies comerciales en zonas periféricas y el establecimiento de cadenas comerciales en su casco urbano.

A pesar de esta realidad, los barrios que componen la ciudad disfrutan de un tipo de comercio propio de poblaciones de menor tamaño. Esta realidad es provechosa para las personas que lo utilizan, y las personas mayores lo hacen, ya que genera contacto y crea vínculos entre semejantes aportando calidad de vida.

La existencia de tres asociaciones en este ámbito, Asociación Tudela Ciudad Comercial, Asociación de Comerciantes del Casco Antiguo de Tudela y Asociación Zona Comercial Barrio de Lourdes, da muestra de la vitalidad del sector y del arraigo en el territorio ya que dos de esas entidades son de ámbito de barrio, casco antiguo y el barrio de Lourdes.

El Ayuntamiento de Tudela cuenta con las tres asociaciones existentes en el sector para la planificación de actuaciones en materia de comercio y para prestar apoyo al sector y mantener una comunicación fluida a la vez que organiza cursos de formación para comerciantes con la Federación de Comercios de Navarra.

Hay que destacar la actividad de ayuda al comercio local desarrollada por el Departamento de Desarrollo Económico del Gobierno de Navarra a través de subvenciones a emprendedores, a la mejora de la competitividad, a la formación y al fomento en el sector del comercio minorista.

Así mismo, el 28 de julio de 2017, el Ayuntamiento de Tudela aprobó la ordenanza de ayudas al emprendimiento, fomento del empleo y renovación, reforma y apertura de locales comerciales, que regula la concesión de las siguientes ayudas:

- **Ayuda al emprendimiento**
- **Ayuda al fomento del empleo**
- **Ayudas para la renovación, reforma y apertura de locales comerciales**

Disfrutar de una oferta de cultura y ocio accesible. La gestión cultural descansa en buena medida en la gestión pública atribuida por el Ayuntamiento a la Entidad Pública Empresarial Local Castel Ruiz, y a los equipamientos vinculados a su gestión, pero es necesario mencionar a los cuatro centros cívicos y su actividad y a las dos entidades de personas mayores que, con el apoyo municipal, ofrecen una variada oferta de actividades de ocio y tiempo libre. También hay que señalar la oferta de actividades deportivas, incluyendo alguna destinada específicamente al colectivo.

Las atenciones a domicilio. Incluir los servicios domiciliarios en el apartado de vivienda pretende mostrar la importancia de servicios profesionalizados que aportan atenciones que mejoran notablemente el bienestar y ayudan a superar las crecientes limitaciones para la realización de las actividades de la vida diaria.

No obstante, hay que señalar que Tudela muestra unas características peculiares respecto a estas atenciones. Esta realidad se observa cuando se comparan las cifras relativas a los servicios de atención domiciliaria con los correspondientes al sistema de atención a las personas en situación de dependencia.

En 2016 el número de personas que ha recibido el Servicio de Atención a Domicilio municipal es de 135 personas, y los servicios de comida y de lavandería a domicilio han atendido a 27 y 10 personas respectivamente en ese periodo.

Los datos referidos al Servicio Telefónico de Emergencia, que atendió en 2016 a 477 personas como usuarias en Tudela o el tipo de prestación más común recibida por las personas beneficiarias del sistema de atención a las personas en situación de dependencia en la ciudad es el de prestación económica para cuidados en el entorno familiar.

En junio de 2017, en Tudela había 644 personas receptoras de servicios del sistema de la dependencia, de los que un 48,48% recibían una

ayuda económica para cuidados en el entorno familiar.

Tudela mantiene un modelo tradicional en la atención a las personas mayores. La familia asume la responsabilidad de prestar los cuidados a los miembros que la precisen y prefiere los servicios que apoyan esta forma de cuidados a los que se dirigen a suplir o complementar a las familias en esta responsabilidad.

Las alternativas

Lo más deseable para las personas de edad es mantener una vida autónoma, sintiéndose cómodos/as en su vivienda e integrados/as en su vecindario. No obstante, la vivienda como espacio, debe estar en concordancia con las necesidades de sus habitantes y, llegado el caso, hay que pensar en alternativas que faciliten el bienestar necesario.

En España la movilidad residencial es muy reducida, más en el caso de las personas mayores. La resistencia al cambio de vivienda suele ser por motivos culturales, afectivos y económicos. En términos económicos, la casa es generalmente la principal inversión familiar, además de constituir la herencia a dejar a los hijos.

Estas circunstancias conducen a una habitual falta de posibilidades de elección de otra opción en aquellos casos en los que el medio habitual se convierte en un problema.

En Tudela, no hay más opción que las residencias para personas mayores. Variantes como los pisos tutelados, las viviendas con servicios comunes u otras, no pueden ser utilizadas, lo que hace que personas que podrían disfrutar de alternativas como las señaladas, deban establecerse en una residencia.

En esta localidad hay actualmente tres residencias que suman 385 plazas, 135 de ellas concertadas con el Gobierno de Navarra. Si se tiene en cuenta el ámbito comarcal el número de centros se eleva a doce y un total de 862 plazas.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

En cuanto a accesibilidad de las viviendas, no todos los edificios disponen de ascensor en la actualidad. No obstante, se han realizado modificaciones en muchos de los edificios para su instalación. Y todas las edificaciones nuevas ya disponen de ellos, por tanto, los vecinos/as en Tudela se muestran satisfechos/as.

La mayoría de las personas participantes realiza las tareas domésticas de forma independiente y autónoma.

Se sienten bastante seguras dentro de la vivienda. Y aunque siempre hay casos de robos en las viviendas y timos para acceder a ellas, no se sienten demasiado afectados/as al respecto.

Dentro de sus viviendas, se han realizado así mismo, las reformas necesarias para su accesibilidad. No obstante, aún quedan barreras para las personas más dependientes. Además se ha detectado poco conocimiento por parte de las personas mayores en lo relativo a la existencia subvenciones para este tema, así como confusión sobre la normativa de las comunidades en cuanto a adaptación de portales, ascensores, etc.

La mayor parte de las personas participantes no cambiaría su vivienda aunque pudiera, a excepción de aquellas que no disponen de ascensor, factor que en el caso de las personas dependientes, supone un obstáculo muy importante, lo que ocurre en determinadas zonas, donde por ejemplo, la vivienda se encuentra en planta baja, pero las habitaciones en un primer piso sin ascensor.

La gran mayoría de las y los participantes poseen su vivienda en propiedad. En relación al precio de la vivienda y a los gastos que deben afrontar para mantenerla, las personas mayores opinan que siguen siendo muy altos. Además manifiestan que los recibos les proporcionan una información confusa y/o insuficiente.

El acceso a los servicios es muy bueno, cercano y accesible. Disponen de una proximidad adecuada tanto a establecimientos comerciales

como a bancos y demás servicios, aunque una vez más, existen diferencias dependiendo de la zona. Las personas entrevistadas en cambio, comentan que los comercios se concentran en el centro de la ciudad y en las calles que van hacia éste.

Las personas mayores participantes en los grupos focales prefieren comprar en pequeños comercios, desean que se les atienda personalmente y, preferiblemente, ser atendidas por la misma persona, además de contar con ayudas al entrar en los establecimientos, como banquetas para descansar, etc., frente a las grandes superficies, donde tienen que desplazarse en coche y el trato no es personalizado.

Al referirnos a las residencias, coinciden en que las plazas son escasas y los precios muy altos. Muchas personas tienen que ir a residencias fuera de Tudela. Además, no existen pisos tutelados dirigidos a personas mayores.

4.2.4. Respeto e inclusión social

A partir de la jubilación, convención que inicia la vejez como categoría social, el envejecimiento se asocia a paulatinos procesos de pérdida, no solo en las capacidades funcionales e intelectuales, sino en otros aspectos relativos a la integración, la minoración de ingresos, relaciones sociales y participación social.

Hay que considerar, no obstante, que las personas mayores constituyen un heterogéneo grupo social con características muy diferenciadas de acuerdo a variables como edad y estado de salud, además de las diferencias por género. Por esta razón los contenidos de este capítulo se refieren a situaciones relacionadas con la inclusión que se van acentuando de acuerdo a la edad.

De todas maneras, el envejecimiento activo apela a la integración en la sociedad, a mantener una vida plena en todos los ámbitos de actividad y evitar la evolución de la sociedad hacia configuraciones que generan separación y desafección respecto a la comunidad.

Los contenidos de esta área de análisis se exponen en tres apartados relativos a elementos

relacionados desde diferentes enfoques a la integración de las personas mayores.

La vulnerabilidad

A continuación, entre los factores que pueden hacer más vulnerables a las personas mayores están los tres que se señalan a continuación:

La soledad. El empobrecimiento de la calidad de las relaciones sociales es una de las situaciones de riesgo más importantes. La edad aumenta la posibilidad de vivir en soledad. De acuerdo a la Encuesta Continua de Hogares publicada por el INE en abril de 2017, el 26,9% de los hogares de la Comunidad Foral son unipersonales, frente a un 25,2% si se considera todo el país.

Los hogares unipersonales de personas de 65 y más años aumentaron un 4,0% respecto a 2015. Por el contrario, los formados por personas menores de 65 años disminuyeron un 0,7%. Sin embargo, estas proporciones son más bajas que en otros países europeos que se sitúan en torno al 40%, como Suecia, Estonia o Finlandia o lo superan, como Dinamarca o Lituania.

En Tudela la situación es muy diferente; de acuerdo a los datos del padrón municipal extraídos en diciembre de 2017, los hogares unipersonales de personas de más de 65 años son un total de 1.374. Esto supone solo el 3,83% sobre la población total de la ciudad. De estos 1.032 corresponden a mujeres y 342 a hombres. Es decir, las mujeres suponen un 96,09% de las personas mayores que viven solas.

La reducción de la capacidad económica. El principal riesgo de exclusión social es carecer de recursos económicos. Como se ha visto en las características socioeconómicas expuestas en el apartado del contexto, aunque la pensión media en Navarra es superior a la del país en su totalidad, los ingresos de las personas mayores son limitados para un gran número de las personas que componen el colectivo. Estas limitaciones se acentúan para las mujeres mayores, principales receptoras de pensiones no contributivas y pensiones de viudedad, cu-

los ingresos por este tipo de prestaciones o por pensiones del sistema contributivo son muy inferiores a los percibidos por los hombres.

Además, la responsabilidad de los cuidados a otras personas recae mayoritariamente en las mujeres. Está constatado que esta responsabilidad única es una de las realidades que explica la feminización de la pobreza ya que, en el caso de las mujeres mayores, el cuidado ha condicionado su acceso y permanencia en el empleo.

Las personas que perciben una Pensión no Contributiva por jubilación en Navarra son 1.869, de las cuales 1.425 son mujeres, el 76,24%. En Tudela son 119 pensionistas y 85 mujeres, el 72,03%.

La dependencia. De acuerdo a las cifras facilitadas por el Observatorio de la Realidad Social de Navarra, el 80% de las personas en situación de dependencia en Tudela son mayores de 65 años, 661 sobre 832 personas. Destaca también en este aspecto la necesidad de cuidado de las mujeres mayores. La mayor esperanza de vida provoca que a partir de los 65 años, la expectativa de vida en buena salud es menor para las mujeres que para los hombres.

En el siguiente cuadro se muestran las cifras de personas de 65 y más años de Tudela que tienen reconocida la dependencia, con indicación de su grado, según datos del Observatorio de la Realidad Social de Navarra.

Grado de Dependencia	Mujer	Hombre	Total
Gran dependencia	93	30	123
Dependencia severa	190	64	254
Dependencia moderada	185	99	284
Total	468	193	661

Aunque no haya apenas datos sobre fenómenos relacionados con la discriminación y el maltrato, se hace precisa su mención en este apartado para ayudar a su visibilización.

Los servicios sociales y la gerontología realizan un gran esfuerzo para sacar a la luz el problema y convertirlo en un objeto de acción social y jurídica desarrollando la necesidad de debatir y legislar sobre la relación entre envejecimiento y derechos.

- **El edadismo.** El estereotipo relativo a la exageración de algunas características del envejecimiento, tiende a ser negativo porque se omiten los aspectos positivos, y se da lugar a opiniones y actitudes prejuiciosas hacia las personas mayores.

En cuanto a su impacto, la Unión Democrática de Pensionistas ha publicado un estudio en enero de 2016, según el cual no existe un sentimiento generalizado de discriminación por edad entre las Personas Mayores. No obstante, el sentimiento se acrecienta con la edad, con la soledad, las personas que viven solas se sienten claramente más discriminadas que quienes viven acompañadas y lo mismo ocurre entre las personas que viven en las grandes ciudades.

Así mismo, a través del análisis de situaciones de discriminación, este estudio concluye que tienen una mayor incidencia entre las mujeres, entre personas con menores ingresos y entre las de menor nivel educativo.

- **Los malos tratos.** Es un fenómeno muy poco conocido y estudiado, pero que debe ser mencionado en un estudio relativo a la calidad de vida de las personas mayores, y se define en relación a actos deliberados que causen perjuicio por acción u omisión a personas mayores y se produzcan a en un ambiente de una relación de confianza, cuidado, convivencia o dependencia.

La Fundación de la Comunitat Valenciana para el Estudio de la Violencia, Centro Reina Sofía,

establece cinco categorías dentro del maltrato de personas mayores: físico, psicológico, negligencia, económico y sexual. Se trata de la misma tipología que se ha establecido tradicionalmente en el maltrato infantil, pero añadiendo, por razones obvias, el abuso económico.

Es difícil determinar estimaciones precisas sobre la prevalencia de los malos tratos y/o negligencias en las personas mayores, tanto en ámbitos locales, nacionales, e internacionales. La Red Internacional para la Prevención del Maltrato a las Personas Mayores (INPEA) indica un 3,5% en los domicilios y un 10-15% en las instituciones, lo que situaría a un 75% de los maltratos en el ámbito familiar y un 25% en instituciones.

- **La violencia de género.** En este aspecto, es preciso señalar la situación vivida por las mujeres, que sufren un maltrato añadido. Se constata que la violencia se extiende por todas las edades, tanto en lo que respecta a las mujeres como a los agresores. A pesar de las causas sociales, culturales y económicas, vinculadas a la dependencia de la pareja, la denuncia de esta realidad está aflorando también entre las personas mayores.

De acuerdo al Informe Anual del Instituto Navarro para la Igualdad, el número de denuncias recogidas por los Cuerpos de Seguridad en 2016, en Navarra asciende a 1.199, con un incremento del 18,71% respecto al año anterior. Las denuncias de las mujeres mayores de 65 años han sido 40.

En 2017, las cifras de este Instituto, correspondientes a los 9 primeros meses del año, se elevan a 1.010 denuncias presentadas, lo que significa un aumento del 9,30% respecto al mismo periodo del año anterior, en el que se presentaron 924 denuncias. Las referidas a la zona de Tudela son un 15,15% del total y las correspondientes a mujeres de 65 años o más alcanzan un 1,98% de las denuncias presentadas en toda la Comunidad Foral.

Las redes sociales

En las personas mayores la crisis de pertenencia se experimenta por el cambio o la pérdida en los papeles sociales a desempeñar en relación al trabajo, familia, pareja y en los grupos donde se venía relacionando. Además, se puede acompañar por una falta de relaciones que impidan contar con ayuda en su entorno en caso de necesidad y la falta de actividades de ocio y de relación social.

Las relaciones familiares. El contacto con los miembros del grupo familiar es un indicador de inclusión social. Además, la familia es la referencia para las personas mayores, tanto a la hora de recibir apoyos como también para darlos.

La sociedad tudelana, teniendo en cuenta indicadores indirectos como la tipología de las prestaciones por dependencia más comunes entre las personas atendidas y la baja demanda de la atención domiciliaria, se puede asociar a un modelo de familia meridional caracterizada por la cercanía y el contacto entre miembros de diferentes generaciones, por lo que se da una buena comunicación entre personas de diferentes generaciones.

Las relaciones intergeneracionales. La inclusión entre las personas mayores guarda relación con la consideración en su comunidad, en su familia y en su entorno.

En cuanto a las relaciones fuera del ámbito familiar, el tamaño de la comunidad y la organización de actividades que incluyen a diferentes colectivos sin diferencia por edades propicia la relación. Las actividades deportivas y culturales en Tudela son de carácter inclusivo ya que no están diferenciadas por edades, lo que posibilita la relación entre grupos generacionales diferenciados, propiciando el conocimiento mutuo.

Desde el Ayuntamiento de Tudela se realizan actividades intergeneracionales, al igual que desde la Asociación de Jubilados de la Ribera.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

Los grupos focales opinan que en Tudela las personas mayores se pueden sentir respetadas y que la relación, tanto vecinal como ciudadana, es buena.

En cuanto a sus redes familiares, afirman que todavía son fuertes, que pueden contar con sus hijos/hijas como apoyo; en cambio, las redes vecinales empiezan a desquebrajarse, sobre todo en viviendas nuevas, donde la juventud, por su forma de vida, se relaciona menos en la comunidad.

Algunas asociaciones [como Cruz Roja o residencias] llevan a cabo actividades intergeneracionales que funcionan estupendamente, ambas partes quedan satisfechas. Responden muy bien ante este tipo de relaciones.

En este sentido, son conscientes de que la crisis ha acarreado más gastos por problemas familiares, fortaleciendo la solidaridad intergeneracional, ya que las personas mayores adquieren un importante papel en el seno familiar cuidando a los nietos y colaborando económicamente. Esto, por supuesto, cuando no se convierte en abuso.

Un aspecto a destacar es el cambio que han percibido en cuanto al respeto y trato a las personas mayores. Es decir, antes, lo que decía la persona mayor se respetaba y se obedecía, y ahora esa cultura no se está transmitiendo. Sí se sienten respetadas por lo general, pero creen que esos valores se están perdiendo.

En este apartado cabría destacar la opinión de una de las personas entrevistadas:

“Las personas mayores son invisibles, nadie se quiere hacer mayor; es algo social, todos queremos ser jóvenes y nos da miedo hacernos mayores. No se ve como una época más de la vida, ni como algo positivo, sino que se asocia con enfermedad y deterioro. El cuidado de nuestras personas mayores se vive como una carga.”

Coinciden tanto las personas entrevistadas como aquellas que participaron en los grupos focales, en que el papel de la mujer sigue siendo fundamental como cuidadora, es aquella sobre la que sigue recayendo esa responsabilidad.

En relación a la soledad, las personas participantes en los grupos focales coinciden en que se dan muchos casos de aislamiento en personas mayores, y que no se les informa como es debido.

La mayor parte de los grupos focales está muy sensibilizada con la situación de soledad que viven algunas personas mayores en Tudela y proponen la creación de servicios para atender a estas personas.

El servicio de atención a domicilio funciona correctamente, sin esperas, pero no quedan cubiertos todos los casos de soledad, muchos ni siquiera se conocen, según las personas participantes en los grupos focales.

Se incidió a su vez en otro gran problema de soledad. La soledad de las personas cuidadoras. En muchos casos, el cuidador/a no delega ese cuidado en nadie; Eso también es soledad; por ello, ven la necesidad de concienciar y buscar voluntarios y voluntarias, y formarlos para poder ayudar en esos casos.

En cuanto a diferencias de género en este aspecto, los grupos opinan que hay más casos de soledad entre mujeres; ya que suelen alcanzar mayor edad y además son las que con mayor frecuencia se encargan de las tareas domésticas, y por ello son más autónomas.

Por otro lado, de acuerdo con una de las personas entrevistadas, la vulnerabilidad es mayor entre los hombres. Quienes, a la hora de quedarse con el cuidado de la casa, o de la pareja misma, encuentran que tienen más dificultades como cuidadores, porque se ven desempeñando un papel que no han jugado a lo largo de su vida.

4.2.5. Participación social

La participación en la vida social y cultural de una comunidad constituye un elemento más de la integración social de sus vecinos. El ocio adquiere gran significación para las personas mayores porque se reduce o desaparece su dedicación a otros contenidos como el trabajo y se dispone de más tiempo libre. Las relaciones y los vínculos establecidos con la comunidad y otras personas por medio de la participación social proporcionan nuevos referentes válidos como persona y ciudadano.

A continuación, se exponen tres diferentes aspectos que destacan por su importancia en la vida social de las personas mayores que les proporciona la vida en Tudela.

La oferta de actividades para mayores

Una peculiaridad de los servicios ofrecidos a la ciudadanía en Tudela es que no cuenta con un equipamiento de titularidad pública que ofrezca la atención a las personas mayores en el ámbito del envejecimiento activo y el tiempo libre.

Esta situación viene dada por la desaparición de los recursos que la extinta Caja de Ahorros de Navarra dedicaba este fin manteniendo dos centros de mayores.

El Ayuntamiento de Tudela, además de sus propias actividades, ofrece su apoyo a la organización de actividades utilizando la fórmula de la subvención a las entidades que las desarrollan y/o recogiendo propuestas de actividades de las entidades en el Consejo del Mayor, que intenta llevar a cabo. En concreto hay que señalar dos asociaciones y una entidad, que llevan a cabo su actividad dirigida a la población mayor de la ciudad, además de las propias del Área de Bienestar Social:

- **Área Bienestar social:** Cursos de Mente Ágil (Ajedrez), de prevención de caídas para las personas mayores, de smart-phone para personas mayores, taller de relajación y memoria, etc.

- **Asociación de Jubilados La Ribera**, ofreciendo concursos y campeonatos, cursos de informática, guitarra, pintura, canto, manualidades, bailes de salón, bailes en línea, sevillanas, labores textiles, talleres de memoria, yoga, tahi chi. Organiza también karaokes, monólogos, juegos de cartón, actuaciones de coro, exhibiciones de baile, charlas, sesiones de baile, viajes y excursiones, así como celebraciones de fechas señaladas.

- **Albea Asociación de Jubilados y Pensionistas de Tudela**. Ubicada en el Centro Cívico Lestonnac, utiliza los espacios municipales para la organización de su oferta de talleres, curso y otras actividades. Ofrece entre sus actividades Talleres de Relajación y Memoria, informática, ajedrez, charlas culturales, visitas a museos, viajes, cine, biblioteca, excursiones y servicios de masajes y podología.

- **Cruz Roja**, por su parte organiza paseos saludables, espalda sana, movilidad articular, aulas de bienestar, smartphones y tablets, préstamo de ayudas técnicas, aulas de respiro, respiro en el domicilio, formación a cuidadores y cuidadoras, aulas de estimulación cognitiva, compañía dentro o fuera del domicilio, acompañamientos puntuales a diversas gestiones, acompañamiento durante ingreso hospitalario, servicio de llamadas telefónicas de seguimiento.

La oferta cultural y deportiva.

En Tudela se combina la oferta cultural ofertada por la iniciativa privada y la pública. La oferta de iniciativa pública, parte de la organizada desde Turismo, los centros cívicos y los servicios sociales, está gestionada principalmente por la entidad Pública Empresarial Local Castel Ruiz, medio que el Ayuntamiento de Tudela dispone para la organización de la vida cultural de la ciudad, y que aglutina a diferentes centros y museos, a través de los cuales lleva a cabo la programación de actividades, festivales, ciclos y eventos.

Las personas mayores vecinas de Tudela aprovechan la oferta como el resto de la ciudadanía.

Prueba de ello es la mención que hacen sobre el uso del cine Moncayo y la información sobre actividades ofertadas o desarrolladas por entidades dirigidas al colectivo de personas mayores presente en la Agenda Cultural publicada mensualmente por Castel Ruiz, que recoge las actividades a celebrar por la iniciativa pública y la ciudadana, convirtiéndose en un medio de difusión y de recepción de información muy útil para la sociedad tudelana.

De igual manera, las diferentes convocatorias de actividades desarrolladas en los cuatro centros cívicos del Ayuntamiento de Tudela contemplan la participación de personas mayores y ofrecen una bonificación del 40% para las personas en situación de pensionista por jubilación o viudedad y/o mayor de 65 años.

La Universidad Pública de Navarra completa el abanico de posibilidades abierto a las personas mayores con el Diploma de Humanidades y Ciencias Sociales organizado en el Aula de la Experiencia. El título se desarrolla a lo largo de 4 cursos académicos, en dos semestres cada curso, y se imparte en asignaturas de 3 créditos cada una, conforme a su plan de estudios. Según los datos, en el pasado curso 2016-2017, fueron 28 los estudiantes matriculados en el Aula de la Experiencia; comenzando el curso en septiembre de 2016, y finalizaron en mayo de 2017, con 21 estudiantes. El presente curso 2017-2018 por el momento cuenta con 25 estudiantes matriculados.

Por otro lado, los exalumnos del Aula de la Experiencia cuentan con cursos culturales. En el pasado curso 2016-2017, se ofertaron 7 cursos; siendo 6 finalmente los llevados a cabo con un número de 50 matriculados. En el presente curso 2017-2018; se han ofertado en el 1er semestre 5 cursos; llevándose a cabo 3, con 12-15 matriculados y quedando aún pendiente el segundo semestre. Por el momento se ofertan 4 cursos, manteniendo la matrícula abierta.

De igual manera, la Universidad Nacional de Educación a Distancia incluye en su centro de

Tudela el programa Sapiencia 2017-2018, que es una iniciativa de desarrollo cultural, científico y social dirigido a personas mayores de 50 años. Los estudios están estructurados en dos cuatrimestres y se imparten dos materias en cada uno de ellos; la evaluación se realizará a través de la presencia en clase.

El número de mayores matriculados/as en dicho programa durante el curso 2016-2017 fue de 90 personas. En el curso actual, 2017-2018, por el momento cuentan con 82 matriculados/as. El 90% de las personas son mayores de 50.

En lo concerniente a la actividad física, en la oferta municipal, desde la Concejalía de Deportes, destaca la organización de la actividad de gerontogimnasia, específicamente dirigida a personas mayores y el establecimiento de cuotas específicas en el resto de las actividades abiertas a todo tipo de personas.

Los actos religiosos

Acudir a los diferentes actos celebrados por la iglesia es también una forma de participación. Dejando aparte su contenido espiritual, la misa representa un acto social y, como tal, se incluye en este informe el contacto social que propicia y el arraigo en el entorno que procura.

Aunque la sociedad española se encuentra en proceso de secularización, la práctica religiosa está fuertemente arraigada entre las personas mayores. Según el Barómetro del CIS de abril de 2017, se declaran creyentes un 74,1 % de los encuestados, 69,9% católicos; aunque la asistencia a oficios religiosos se reduce a un 13,8% que dice acudir casi todos los domingos y festivos, un 9% alguna vez al mes y un 2,5% varias veces a la semana.

En Tudela existen actualmente 8 parroquias y se celebra misa en 19 templos distintos. Estos datos explican la facilidad que existe para participar y, por tanto, para la relación social y el apoyo mutuo.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

En cuanto a la oferta pública, se muestran satisfechos y satisfechas por las actividades ofrecidas por las dos Asociaciones de Personas Mayores (Albea y La Ribera), tanto por su variedad como por los horarios en que se ofertan.

Muestran asimismo satisfacción respecto a la oferta privada de actividades, aunque manifiestan que su utilización es mucho menor debido al coste de las mismas.

Se percibe cierta preferencia por afiliación a una u otra asociación. Se propone la creación de un solo centro que ofreciera actividades dirigidas a personas mayores, con el fin de mejorar su integración y satisfacción a la hora de relacionarse. Sin duda opinan que sí hay una nueva generación de personas mayores. Esta nueva generación de mayores es mucho más joven, más vital, y con más ganas de seguir participando en la sociedad. Se cuidan más. Tienen otras inquietudes, quieren viajar y conocer mundo, están más preparados y tienen ganas de seguir aprendiendo en la etapa de jubilación.

Reconocen que están envejeciendo, pero no se identifican con ser personas mayores como antes se entendía. Son conscientes de que antes se vivía menos y con peor salud, además de que se sufría una mayor pérdida de nivel adquisitivo, todo ello mermando sus posibilidades de participación social, quedándose desplazadas y desplazados, y ocupando una posición más pasiva. En cuanto a la participación, se encuentran diferencias según el género. Las mujeres suelen salir a pasear más por el municipio, los hombres sin embargo, prefieren otro tipo de actividades como la petanca y otros entretenimientos más tradicionales. Ellas son más participativas.

Se perciben además, un uso de los espacios públicos diferenciado por género: los espacios se usan más por parte de los hombres por las mañanas, mientras que por la tarde son las mujeres quienes más los utilizan.

4.2.6. Comunicación e información

Disponer de información suficiente y accesible supone para las personas mayores acrecentar las posibilidades de mantener el contacto con otras personas, de participar en eventos interesantes, y de administrar su vida y atender sus necesidades personales.

El desarrollo de la vida social referida en los anteriores capítulos de este informe viene determinado por elementos de configuración del medio urbano y de la movilidad; pero también hay un elemento crucial, disponer del acceso a la información. La recepción de la información se convierte en un derecho vinculado a disfrutar de una calidad de vida óptima, la garantía de derechos se entiende como el definir los contenidos de información precisos y el establecimiento de los canales de comunicación adecuados.

Para un adecuado análisis de la situación de las personas mayores respecto a la información y el diseño de políticas dirigidas a lograr un entorno adaptado a sus necesidades hay tres elementos que deben ser tenidos en cuenta:

En primer lugar, los contenidos. Los mayores tienen que disponer de información adecuada a sus necesidades. En segundo lugar, la adaptación de esta información y de los canales de comunicación a través de los que acceden a la misma. En tercer lugar, la necesidad de que participen en la sociedad de la información, de superar la brecha digital.

La información para las personas mayores

Los contenidos de la información que las personas mayores precisan para desenvolverse en su vida diaria varían de acuerdo al tipo de necesidad que se deba satisfacer. Lo importante es que la información sea fácilmente accesible a las personas mayores en todos los contenidos. De acuerdo a la necesidad a cubrir el contenido variará. La cultura es un ejemplo, pero hay otros aspectos en los que la información se convierte en un derecho y un servicio para las personas mayores.

La participación social se ve facilitada claramente si se dispone de información adecuada para poder tomar parte en las actividades programadas. En Tudela, esta función la cumple adecuadamente para las personas mayores la Agenda Cultural de Castel Ruiz. Se trata de una publicación con diferentes contenidos relativos a la oferta cultural de la ciudad en el que las personas mayores, como otros grupos de población, encuentran satisfacción a sus necesidades en ese ámbito.

Además, deben ser mencionadas otras vías de información sobre las actividades organizadas de las que es más difícil conocer su eficacia, como son los dípticos, carteles, hojas informativas de centros, asociaciones y entidades de la ciudad.

El desarrollo de las actividades diarias y habituales de las personas mayores y la satisfacción de sus necesidades en los diferentes órdenes de la vida, precisa de contar con la información necesaria.

La Unión Democrática de Pensionistas ha publicado el mes de marzo de 2017 un informe que sitúa este aspecto de forma adecuada. Entre los resultados del estudio cabe destacar que el 15,5% de las personas mayores no se consideran con conocimientos e información suficiente para realizar todo lo que necesitan para vivir como desearían. El porcentaje sobrepasa el 20% entre los que tienen un nivel inferior de estudios, 21,8%; quienes tienen una capacidad de gasto insuficiente, 21,2%; o entre quienes viven en el ámbito rural, el 23,6%.

Por otro lado, en cuanto a los contenidos a los que se refiere el desconocimiento, la tecnología es la que alcanza mayores porcentajes ya que en torno al 50% afirman no conocer nada de lo relativo a las tecnologías de la información. Manejar un smartphone, alcanza el 45,6%; manejar un ordenador, el 55,0%; y realizar trámites por internet, un 59,6%.

No obstante, lo más reseñable del estudio para el objeto del presente diagnóstico es la aler-

ta relativa a la escasa información sobre cómo realizar y cómo conseguir la información correspondiente a un grupo de actividades realmente importantes para el desarrollo de la vida diaria de las personas mayores compuesto por: las gestiones bancarias, las reclamaciones ante organismos públicos, las denuncias o reclamaciones por compra, las solicitudes de ayuda a la dependencia, solicitudes del servicio de ayuda a domicilio, sea este teleasistencia o plaza en residencia, y las denuncias de agresión o maltrato.

La administración, como prestadora de servicios dirigidos a las personas de más edad, que precisan de mayores apoyos para sus actividades habituales: salud, servicios sociales y dependencia, debe desarrollar acciones de adaptación y de explicación de los servicios prestados cuyo contenido debe ser comprensible por las personas a las que van dirigidos.

Los canales de comunicación

La comunicación alcanza sus mayores niveles de consecución cuando se produce cara a cara, cuando la información se transmite en persona. El análisis de los datos aportados por la memoria de la Oficina de Atención Ciudadana aporta elementos a ser tenidos en cuenta en el diagnóstico de la amigabilidad de Tudela.

- **La atención presencial.** Es destacable la accesibilidad de esta atención; tanto por la amplitud de horario, de lunes a viernes mañana y tarde y sábados por la mañana, como por la cercanía a la ciudadanía ya que cuenta con dos sedes, el propio ayuntamiento y la oficina ubicada en el barrio de Lourdes. En cuanto al volumen de atención hay que valorar el mantenimiento del alto volumen de demanda de atención en 2016, cerca de 45.000 personas, y la variedad de contenidos, información y trámites, que suponen un apoyo real destacable en la parte que pueda referirse a las personas mayores y su necesidad de ayuda.

- **La atención telefónica, el 010.** El valor del servicio viene dado, en el caso de las personas mayores, porque permite el diálogo y la adapta-

ción a sus capacidades y porque supone un servicio que posibilita la permanencia en su medio de vida habitual. Las cifras de 2016 suponen un incremento del 25% de usos respecto al año anterior, tras cinco años de descenso. El tipo de servicios, centralita, trámites e información.

- **La atención a través de la página web.** Se trata de un medio de comunicación e información en crecimiento por el aumento constante de sus posibilidades. En 2016 su uso se incrementó en más del 7% sobre el año anterior, pero, como se verá en el siguiente apartado, su utilización por parte de las personas mayores es bastante limitada, por el efecto de la brecha digital. No obstante, se debe avanzar en la superación de esta limitación y lograr de este modo que este colectivo se beneficie de las oportunidades que este medio puede aportar a la provisión de servicios.

- **Servicio social de base.** La acogida y la atención personalizada son un factor de calidad en la atención a las personas mayores puesto que adaptan la comunicación a sus necesidades y capacidades.

La superación de la brecha digital

La destreza en el manejo de las tecnologías de la información y la comunicación tiene un doble efecto. Por un lado, convertirse en receptor de información de forma incomparablemente más rápida, amplia y eficaz y, por otro, incorporarse plenamente a una forma de gestionar todo tipo de asuntos y de procurarse servicios desconocida hasta ahora; convertirse en un elemento activo de una sociedad que vive un cambio radical.

De acuerdo a diferentes estudios, entre los que destaca el realizado por la Unión Democrática de Pensionistas, la brecha digital que sufren las personas mayores se relaciona con dos elementos principales: por un lado, las personas mayores no disponen de los equipos y el acceso a internet; por otro lado, la falta de hábitos relacionados con su uso, la motivación y la carencia de conocimientos para su uso.

En el caso de las personas mayores, principal-

mente se busca facilitar su acceso a las TIC, y que dichas tecnologías sirvan para promocionar la vida independiente, el envejecimiento activo, así como incrementar su participación social.

En Tudela se puede señalar una iniciativa específica orientada a dar a las personas mayores el apoyo para superar esta limitación. El centro que gestiona la Asociación la Ribera dispone de una sala de ordenadores a disposición de las personas asociadas y realiza actividades de alfabetización digital.

Además, otras entidades realizan diferentes actividades orientadas a la incorporación de las personas mayores al uso de estas tecnologías. La Cruz Roja forma en el manejo de smartphones y la asociación Albea en el manejo del ordenadores.

Por otra parte, la red de bibliotecas de Navarra dispone de medios a disposición de la población en general. Ofrece el uso público de los ordenadores y la conexión wi-fi a cualquier usuario que disponga de su propio ordenador portátil.

La Fundación Dédalo, creada por el Ayuntamiento de Tudela y el Gobierno de Navarra, tiene como objeto la promoción, el impulso y desarrollo de la sociedad de la información en el área geográfica de la Ribera, lo que enlaza directamente con el contenido de este apartado. Entre las actuaciones dirigidas a la ciudadanía se encuentra la puesta a disposición de un cibercentro, que aporta una avanzada y completa infraestructura además de organizar actividades formativas y talleres.

Por último, la página web del Ayuntamiento de Tudela está diseñada de forma accesible para que el mayor número posible de personas puedan llegar a la información que se transmite, independientemente de las limitaciones de la persona o de las que se deriven del contexto de uso, incluyendo las personas mayores.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

Facilitar los medios para que las personas mayores dispongan de canales de información

adecuados a sus necesidades, que ofrezcan una información útil para los mayores, es uno de los objetivos que se persiguen dentro del concepto de amigabilidad de las ciudades. En este capítulo del diagnóstico se hace referencia al contenido de la información disponible para los mayores.

A este respecto las personas mayores que han participado en este estudio mantienen que están bien informadas en general. Reciben información escrita, pero habría que realizar un esfuerzo para que ésta fuese un poco más accesible, tanto en forma como en contenidos (no sólo tamaño y fuentes inadecuados, sino también por la complejidad de vocabulario utilizado). Esto último, aplicable especialmente a información recibida de bancos, compañías de suministro eléctrico, etc.

En numerosas ocasiones, las personas mayores manifiestan los problemas que les ocasiona –debido a su escaso manejo de las nuevas tecnologías– el hecho de que determinadas compañías (teléfono, gas, etc.), ya no suministren este tipo de información por escrito y por correo postal, sino que sólo permitan la consulta online.

Por otra parte, hoy en día ya hay gestiones que sólo pueden realizarse mediante correo electrónico o plataformas virtuales. Ni que decir tiene, que muchas de las personas mayores, (en realidad la mayoría), se encuentran de manos atadas para acceder a este tipo de información, aunque los esfuerzos sean importantes por parte del Ayuntamiento y de Asociaciones, por subsanar estas dificultades mediante talleres de aprendizaje.

No obstante, cuando se acercan a cualquier centro público, la atención es buena, y si piden ayuda para comprender cualquier escrito, la información ofrecida ha sido valorada de forma muy positiva.

Presentan también dificultades para el manejo de llamadas telefónicas con centrales automáticas y en este sentido, se destaca la valoración positiva que hacen del servicio 010 del Ayuntamiento.

4.2.7. Participación ciudadana y empleo

Este apartado se dedica al papel que desarrollan las personas mayores en relación a su aportación social, tanto en lo referido al trabajo en beneficio de la comunidad, como en el ámbito de la participación cívica, la participación en las decisiones de la comunidad. Son dos caras del compromiso ciudadano estrechamente relacionadas con el envejecimiento activo. La participación activa como desarrollo de las capacidades individuales da lugar a beneficios individuales y favorece a la sociedad en su conjunto.

Este papel activo de las personas mayores se relaciona directamente con el apartado relativo al respeto y la inclusión social, porque supone para estas personas asumir una función social reconocible.

El compromiso ciudadano

La participación ciudadana se entiende en este apartado como una implicación a nivel político, es decir, la participación del ciudadano en actividades que implican la toma de posición ideológica o de abogar por determinadas opciones en las decisiones referidas a la forma de administrar los proyectos de ciudad, de comunidad vecinal, de servicios a prestar a determinados colectivos, que pueden abarcar desde el voto, hasta la implicación en partidos políticos o campañas ciudadanas.

La participación en la toma de decisiones por parte de la ciudadanía se configura como una profundización en la democracia. El ámbito local es especialmente propicio para estos fines puesto que hay más cercanía entre la administración y los gobernantes con las personas que forman la comunidad,

En los últimos años se han venido desarrollando iniciativas referidas tanto a la ciudadanía en general como a colectivos concretos, como las personas mayores, orientados a involucrarlas en la responsabilidad ciudadana y la mejora de democracia a nivel local.

En Tudela, es evidente la apuesta por la participación ciudadana en la gestión y decisión mu-

nicipal, con la organización de procesos de consulta y órganos participativos.

Presupuestos participativos. El proceso abierto para elegir a través de la votación entre diferentes proyectos propuestos desde el gobierno municipal y desde la ciudadanía, es una muestra de confianza en la madurez de la ciudadanía.

Aparte de la aceptación de los resultados, hay otra posible lectura del posicionamiento de los vecinos: la relativa a las áreas temáticas que les suscitan interés y en qué sentido se manifiestan. En el proceso llevado a cabo para los presupuestos de 2017, las puntuaciones alcanzadas por los proyectos relativos a la organización del espacio urbano explican claramente cuál es la demanda expresada.

En cuanto al presupuesto para 2018, la cuantía económica destinada a este fin se eleva a 200.000.- €. El proceso se llevará a cabo en las cinco fases previstas: información, recogida de propuestas, estudio y valoración técnica, votación e incorporación a los presupuestos municipales.

El Consejo del Mayor. Se puso en marcha en octubre de 2015 y participan en él tanto las asociaciones de jubilados de Tudela como las residencias de ancianos y entidades que realizan actividades para personas mayores.

Este órgano está presidido por el Alcalde de la ciudad o la persona en quien delegue y los Vocales que serán elegidos de la siguiente manera: Un máximo de seis Vocales, en representación de cada una de las asociaciones o agrupaciones de asociaciones de personas mayores; un máximo de tres vocales de otras instituciones vinculadas con el sector de la actividad propia del Consejo y un o una representante por cada uno de los grupos políticos con representación municipal designados a tal fin. Así mismo, participarán en las sesiones de este consejo el director o directora del área de Asuntos Sociales y un/a técnico/a municipal. Así, tenemos:

- Concejala Delegada del Área de Bienestar Social, Mujer e Igualdad.

- Un representante de cada grupo político con representación municipal
- Asociación de Jubilados la Ribera.
- Asociación de Jubilados La Albea.
- Federación de Asociaciones Puertas Abiertas.
- Real Casa de Misericordia de Tudela.
- Residencia Nuestra Señora de Gracia.
- Cruz Roja

Asociacionismo y voluntariado

Las asociaciones son las organizaciones a través de las cuales los voluntarios hacen su aportación solidaria a la comunidad, pero también son una herramienta de participación social y política que permite a la ciudadanía ejercer la partici-

pación en diferentes ámbitos, de propuesta de actuaciones o la defensa de intereses particulares o colectivos.

Las asociaciones en Tudela. En la estrategia de desarrollo urbano diseñada por el Ayuntamiento de Tudela, se señala como fortaleza que la ciudad cuenta con una buena dinámica social y con asociaciones y entidades que la favorecen.

En el diagnóstico del Plan Estratégico de la Ciudad de Tudela, se expone una tipología de las asociaciones existentes a partir de los datos del registro municipal, que se recoge en el siguiente cuadro:

Tipo	Número	Porcentaje
Asistencial	49	23,90
Cultural	35	17,07
Deportivo	41	20,00
Educativo	14	6,83
Empresarial	8	3,90
Juvenil	13	6,34
Medio ambiente, ocio y tiempo libre	5	2,44
Mujeres	6	2,93
Peñas musicales y festivas	21	10,24
Religioso	4	1,95
Personas mayores	4	1,95
Vecinos/as	2	0,98
Varios	3	1,46
Total	205	

El apoyo a las entidades. La política autonómica y municipal presta a la actividad asociativa reconocimiento de su papel activo y reconoce la necesidad de ayuda para el desarrollo de su actividad en diferentes aspectos. En relación a las asociaciones de mayores de Tudela y entidades que trabajan con mayores:

- **Facilitando infraestructura y equipamiento.** Los centros cívicos de Tudela ofrecen a las enti-

dades el uso de espacios y equipamientos para la realización de actividades. Es destacable el uso realizado por la Asociación Albea, compuesta por personas mayores, cuya sede, mediante una contraprestación en forma de cuota anual, es el Centro Cívico Lestonnac, y que utiliza en exclusiva parte de las instalaciones de dicho centro, y organiza sus actividades usando las salas del centro de forma puntual, gratuitamente como el resto de la ciudadanía.

- Colaborando con entidades sin ánimo de lucro en proyectos que propician la participación social de las personas mayores procurando un envejecimiento activo y saludable.

- Cruz Roja Tudela, que mantiene un convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Tudela, con el que se ayuda a la financiación, entre otras cosas, de las actividades para mayores.

Así mismo, concede subvenciones a entidades de participación social sin ánimo de lucro que desarrollen proyectos de prevención, promoción y cooperación social.

De la actividad del Gobierno de Navarra en el ámbito de las subvenciones a las entidades sin ánimo de lucro, la información facilitada por el Observatorio de la realidad Social de Navarra ofrece los siguientes datos de las convocatorias de subvenciones en el ámbito territorial de Tudela durante 2017:

- **Entidades de servicios sociales que desarrollan programas de voluntariado social.**

- **Entidades de iniciativa social en el área de discapacidad.**

- **Entidades en el área de personas mayores.**

- ASOCIACION DE DAÑO CEREBRAL (ADACEN)
- ASOCIACIÓN DE ESCLEROSIS MULTIPLE DE NAVARRAADEMNA]
- ASOCIACIÓN DE FAMILIARES ENFERMOS DE ALZHEIMER
- ASOCIACIÓN NAVARRA DE PARKINSON (ANAPAR)
- COCEMFE NAVARRA
- ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CANCER
- ASOCIACIÓN RETINA NAVARRA
- ASOCIACIÓN NAVARRA DE DIABETES(ANADI)
- FUNDACIÓN PROFESIONALES SOLIDARIOS. (FUNDAPROS)
- FUNDACIÓN TUTELAR NAVARRA(FUTUNA)
- MEDICOS DEL MUNDO
- MEDICOS DEL MUNDO
- ASOCIACIÓN NAVARRA DE APOYO A LAS PERSONAS CON TDHA DE LA RIBERA Y SUS FAMILIAS (ANDAR)
- FUNDACIÓN CIVIL SAN FRANCISCO JAVIER

- ACCION EN RED-ELKARLAN SAREA
- FUNDACIÓN TUDELA COMPARTE
- FUNDACIÓN ACCIÓN SOLIDARIA (FAS)
- APYMA CP MONTE SAN JULIAN
- APYMA CP GRISERAS
- APYMA CP ELVIRA ESPAÑA

Convenios con Entidades 2017:

- CRUZ ROJA
- AMIMET
- ANASAP
- ANFAS
- FUNDACIÓN PROYECTO HOMBRE
- ASC. JUBILADOS Y PENSIONISTAS LA RIBERA
- REAL CASA MISERICORDIA
- BANCO DE ALIMENTOS

TOTAL SUBVENCIONES A ENTIDADES SOCIALES: 131.000,00€

La actividad de voluntariado. Además de apoyo a la familia y al entorno más próximo que realizan las personas mayores, el voluntariado tiene un matiz de ciudadanía activa que lo diferencia de otras formas de envejecimiento activo y que reporta a las personas un mayor grado de satisfacción. En este punto, el envejecimiento activo entra en relación con el compromiso personal con la comunidad.

El Gobierno de Navarra aprobó en 2015 la Estrategia Navarra del Voluntariado dirigida a su promoción, incluyendo el desarrollo de la actividad de la Oficina del Voluntariado.

En Tudela, de acuerdo a los datos de la Plataforma del Voluntariado de España aparecen tres entidades con actividad en este ámbito. Aparte de la residencia Nuestra Señora de Gracia y la Asociación de Personas con Discapacidad de La Ribera, destaca la agrupación local de la Cruz Roja que cuenta con 508 voluntarios/as en estos momentos. También incorporan voluntariado otras asociaciones de Tudela, destacando por número y por la participación de personas mayores, Villa Javier y el Banco de Alimentos.

En el caso del banco de alimentos de Tudela cuentan con 22 voluntarios, de los cuales 20

son mayores de 65. En Cruz Roja, cuentan con 50 personas voluntarias mayores de 65.

También señalar, dentro de la organización de actividades de voluntariado, la realizada en la prestación del Servicio de Atención a domicilio. De forma complementaria a la atención prestada, se cuenta con un grupo de jóvenes de un centro educativo de la localidad que realizan tareas de acompañamiento a las personas titulares del servicio.

La actividad laboral

De acuerdo a los datos del Instituto Nacional de la Seguridad Social, para todo el país, sólo 164.983 personas mayores de 64 continuaban afiliadas, lo que representa un exiguo 0,93% del total de la afiliación, cifrada en 17.728.907 personas a 28 de febrero de 2017.

Este escaso número, no obstante, ofrece también diferencias de acuerdo al género. Si se atiende al estudio publicado por Eroski Consumer en abril de 2010, entre los sectores de actividad laboral que cuentan con trabajadores mayores de 65 años, en el caso de los hombres, la mayoría son técnicos y profesionales científicos e intelectuales, seguidos de quienes ocupan puestos en la dirección de empresas y en la Administración pública, así como los trabajadores cualificados en agricultura y pesca.

En el caso de las mujeres, los sectores más habituales cambian. Aunque también hay un grupo importante de directivas empresariales, administrativas y profesionales científicas e intelectuales, las actividades que más trabajadoras concentran son la hostelería y el comercio, los servicios de restauración y las ventas. Destaca otro grupo muy numeroso de mujeres que desempeñan tareas no cualificadas, una cifra tres veces mayor que la de los hombres que ocupan puestos similares.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

Las personas mayores que han participado en los grupos focales conocen, en mayor o menor medida, la labor de las Asociaciones y ONGs de

Tudela. Algunos y algunas participan de forma activa en ellas. Una labor que normalmente les llena de satisfacción. La mayoría está de acuerdo en que el intercambio de información entre este tipo de entidades es casi inexistente, y en ocasiones se duplican los servicios ofrecidos.

Aquellas personas que están más implicadas, se muestran muy satisfechas de realizar este tipo de tareas y hacen un llamamiento a todas aquellas que aún no participan, puesto que entienden que hay mucho por hacer.

Las personas que sí participan en labores de voluntariado se muestran muy interesadas, ya que la mayoría quieren seguir siendo y sintiéndose personas útiles y autónomas el mayor tiempo posible. Y esto no tiene sólo que ver con las condiciones de vida y de salud específicas de cada uno/a, sino que tiene que ver también con el sentimiento de pertenecer de forma útil a la sociedad, realizando tareas y funciones socialmente provechosas, que ya se desarrollan en la actualidad, pero que no reciben un reconocimiento adecuado.

Quiere asimismo decir que toda etapa vital es buena para aprender y para enseñar, en la línea de lo señalado por el movimiento de educación permanente [lifelong learning], que pretende trasladar a todos los niveles y estados de la vida del ser humano hacia un aprendizaje continuo, para que a cada persona le sea posible tanto recibir como llevar a cabo formación, mejorando conocimientos, competencias y actitudes. Imagen que quieren proyectar al resto de la sociedad. Demandan un reconocimiento mayor, pero sobre todo para “contagiar” de ese espíritu al resto de personas mayores.

Las diferencias de género en este aspecto son muy destacables. Las mujeres son, en general, más participativas sin lugar a duda. Hay muchas asociaciones de mujeres, mientras que no existen las de hombres. Los hombres han participado más en otras actividades; deportes, política, huertos...

4.2.8. Salud y servicios sociales

La provisión de cuidados a las personas mayores ha ido evolucionando paulatinamente desde la atención prestada en el ámbito familiar a los cuidados provistos por los poderes públicos, principalmente por el sistema sanitario y el de servicios sociales y, desde hace diez años, por el sistema de atención a las personas en situación de dependencia.

La calidad de vida de las personas en situación de dependencia precisa de un adecuado ajuste en diversos planos. Uno, entre los sistemas formales, responsabilidad de servicios y profesionales sociales y sanitarios y los informales, familia y comunidad; dos, entre servicios de salud y servicios sociales; y tres, entre diferentes administraciones públicas, local, foral y nacional.

Esta parte del estudio de amigabilidad tendrá en cuenta estos tres componentes fundamentales en cuanto a los cuidados de larga duración: la atención informal, la salud, y los servicios sociales y la dependencia.

Los cuidados informales

Aunque el incremento de los recursos públicos destinados a este fin es un hecho, es también una realidad evidente que el mayor esfuerzo en la atención a las personas en situación de dependencia es llevado a cabo por el entorno cercano, fundamentalmente la familia. Como ya se ha apuntado, si analizamos en profundidad quién asume la responsabilidad de esta tarea, son las mujeres las protagonistas.

La Encuesta Europea de Salud, realizada por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, es una de las fuentes referidas al país entero para describir esta situación. Destaca el número de personas dedicadas a estas tareas: El 11,34% de la población de 15 y más años cuida, al menos una vez a la semana, de alguna persona mayor o de alguien que tenga una dolencia crónica, con mayor presencia de mujeres, un 13,41% frente al 9,17% de los hombres. En cuanto a edades, la mayor frecuencia de cuidadores se observa entre los 45 y los 64 años. El máximo se alcanza en mujeres de 55 a 64 años, grupo en

el que una de cada cuatro mujeres cuida a una persona mayor o enferma.

No se han encontrado datos concretos referidos a la comunidad foral ni a la ciudad de Tudela. No obstante, como se verá en su apartado correspondiente, llama la atención el reducido número de personas atendidas por el Servicio de Ayuda a Domicilio gestionado por el ayuntamiento. Se podría concluir que la baja demanda de servicios de este tipo apunta a una sociedad caracterizada por la permanencia de fuertes lazos familiares y de la conservación del papel de proveedor de cuidados a las personas mayores dentro de ese medio.

Los servicios sociales y el sistema de atención a la dependencia.

La atención profesionalizada a las necesidades de la población mayor fue iniciada por el sistema de servicios sociales y se ha desarrollado por la atención a la dependencia a través del sistema de protección correspondiente.

Los Servicios Sociales de Base, de competencia de las Entidades Locales, constituyen el núcleo de las unidades básicas del sistema público de Servicios Sociales y son la puerta natural de acceso a éste. Tudela constituye una zona básica de servicios sociales que desarrolla su actividad en torno a cuatro programas diferenciados. En relación a las personas mayores destaca el de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia. Tiene como objetivo posibilitar a las personas en situación de dependencia la permanencia en su medio habitual el máximo tiempo posible

La atención a las personas en situación de dependencia es competencia del Gobierno de Navarra. Los datos de gestión registrados en el Sistema de Información del Sistema de Atención a la Dependencia indican que, de las 1.622.203 solicitudes registradas en toda España, 18.323 corresponden a Navarra, de las que se ha resuelto el 98,17%, atribuyendo grado de dependencia a 14.086 personas. Las beneficiarias a 31 de diciembre de 2016 eran un total de 9.754 personas que recibían 11.941 prestaciones.

En Tudela, hasta el 31 de diciembre de 2016 había 832 personas que tenían reconocida la situación de dependencia, de las que 661 eran mayores de 65 años. De esas 832 personas dependientes, 140 están pendientes de recibir alguna prestación. Las prestaciones servidas en Tudela son 757, entre las que destacan notablemente las 367 personas dependientes que reciben la ayuda económica para cuidados en el entorno familiar.

En cuanto al papel de los servicios sociales municipales, se debe mencionar, por un lado, su actuación en el proceso de atención a las personas en situación de dependencia. Sobre la base de la valoración realizada, elaboran los planes de atención individualizada, habiendo realizado 142 a lo largo de 2016. Por otro lado, como prestador de servicios para las personas mayores el servicio de Atención Domiciliaria atendió a 150 personas en el mismo periodo (91 mujeres y 59 hombres).

La sanidad

El Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea es el organismo encargado de la prevención y la atención en la comunidad foral. Este municipio está incluido en el área de salud de Tudela e incluye las zonas básicas de Tudela Este y Tudela Oeste, con sus correspondientes centros de salud y el Hospital Reina Sofía.

La importancia de la atención sanitaria se explica suficientemente por el aumento de la esperanza de vida y de la calidad de vida. Contar con los equipamientos mencionados, dos centros de salud y centro hospitalario en el mismo término municipal son elementos positivos, aunque la demanda de un tercer centro de salud y las mejoras pendientes en el hospital hablan de un margen de mejora en la adecuación de los recursos a las necesidades de la población mayor de Tudela.

La atención farmacéutica se considera parte del sistema público de salud y para las personas mayores es uno de los recursos en el medio más cercano que más aportan en la adaptación a las necesidades de este colectivo. En Tudela existen actualmente 31 farmacias distribuidas por los diferentes barrios de la ciudad.

OPINIÓN DE GRUPOS FOCALES Y PERSONAS ENTREVISTADAS:

Los servicios de atención primaria obtienen una valoración positiva, especialmente referida al trato por parte de los profesionales.

El hospital es accesible pero no céntrico, por lo que tienen la necesidad de desplazarse en coche o transporte público. Las instalaciones son adecuadas, las valoran positivamente y son accesibles.

La atención sanitaria está bastante bien cubierta, aunque quedan algunas cuestiones por resolver.

En cuanto al uso de estos servicios, las listas de espera son aceptables, y el trato que reciben por parte de los profesionales muy bueno. En algunos grupos focales, se ha solicitado el Servicio de Geriátrica integrado en el Centro de Atención Primaria, del mismo modo que existe un Servicio de Pediatría.

Creer que hay necesidad de contratar más médicos, personal sanitario en los centros para una atención más rápida; aunque existe la conciencia de que la falta de ingresos lo dificulta.

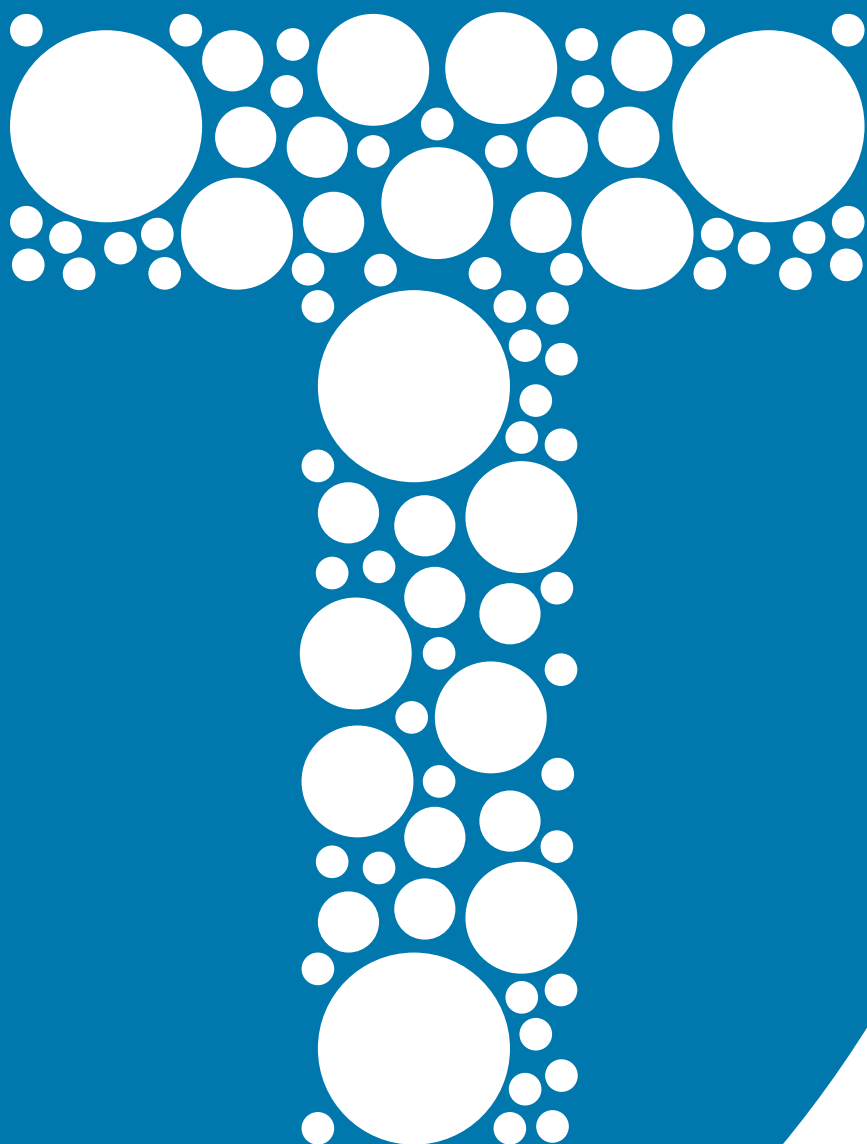
En cuanto a la atención especializada, comentan que funciona bien, pero al no haber un centro de especialidades como tal, ven la necesidad de su instalación.

Por otra parte, en cuanto a urgencias, coinciden en las largas esperas.

El trato que reciben por parte de los profesionales es bueno.

Por otra parte, en relación a los Servicios Sociales, se ha detectado una falta de información por parte de los participantes. No sólo de los servicios que se ofrecen desde el Ayuntamiento, sino también de la valoración de la dependencia. Las personas mayores que han participado en los grupos, afirman que sólo ante la existencia de un problema, se enteran de los cauces a seguir y muchas veces, con dificultades para obtener ese tipo de información.

PROPUESTAS ●●●



••• Todas las propuestas

Ciudad

- 1 Ralentizar el tráfico en ciertas calles o áreas urbanas para posibilitar la convivencia de medios de transporte y evitar atropellos y accidentes.
- 2 Asegurar que las avenidas principales sean seguras para todas las personas y no sólo para los automóviles.
- 3 Incorporar a la accesibilidad una señalética adaptada en el exterior y en el interior de los edificios.
- 4 Aumentar las calles peatonales y las vías de velocidad limitada a 30 Km/h.
- 5 Aumentar el número de semáforos para los peatones y además mostrarlo en contador de segundos.
- 6 Aumentar el número de bancos y mejorar su diseño en los que se instalen nuevos, además de revisar el estado de los existentes.
- 7 Mejorar las conexiones de transporte con otros municipios.
- 8 Mejorar el mantenimiento y uso de aparatos de personas mayores.
- 9 Mejorar el mantenimiento de marquesinas.
- 10 Mejorar Información acerca de las convocatorias de subvenciones para la adaptación de viviendas.
- 11 Diseñar proyectos dirigidos a personas que viven solas.
- 12 Aumentar el número de Viviendas Tuteladas.

- 13 Aumentar el número de Espacios de Respiro.
- 14 Ofrecer información sobre la normativa de adaptación de los portales y la relación con las comunidades.
- 15 Promocionar el comercio de proximidad.
- 16 Fomentar acciones de educación vial.
- 17 Promocionar acciones de sensibilización sobre limpieza especialmente en cuanto a parques y animales de compañía.

Convivencia

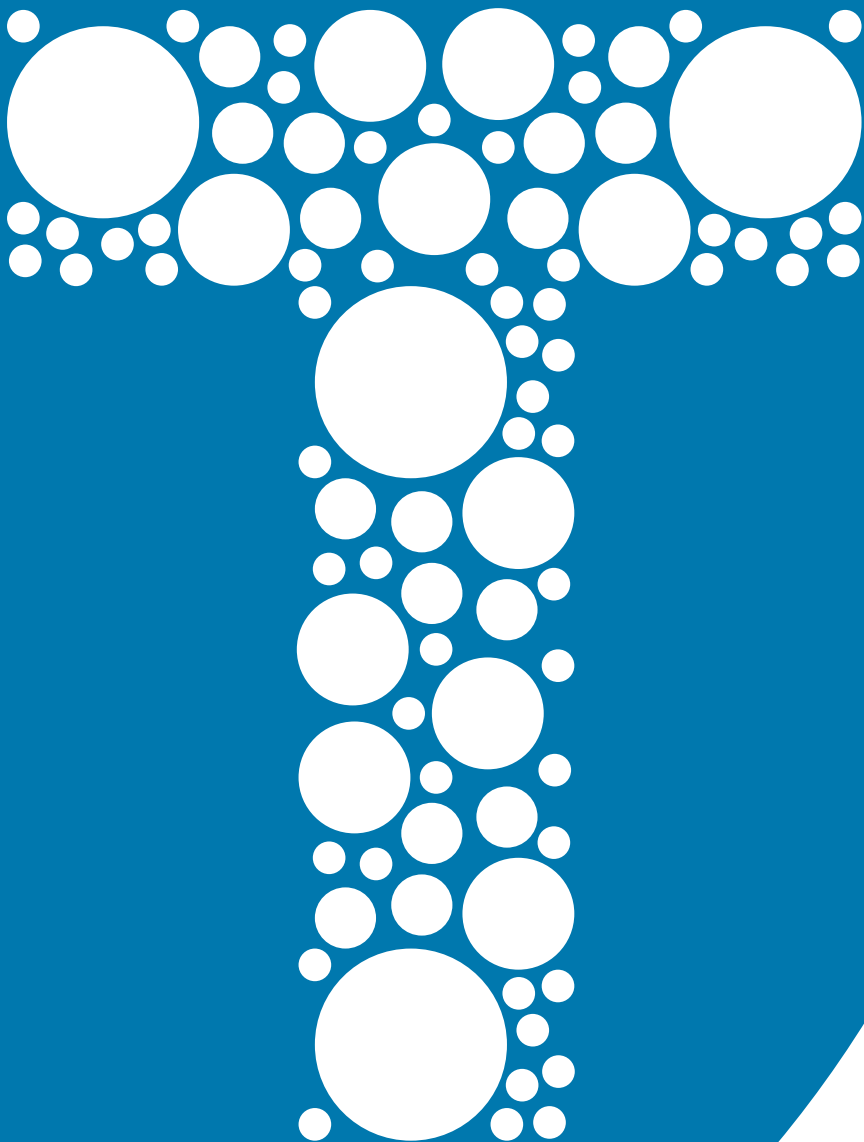
- 18 Incorporar medidas de intercambio intergeneracional a los planes de juventud.
- 19 Estimular la incorporación de las mujeres a las juntas directivas de las asociaciones y centros sociales de personas mayores.
- 20 Aumentar el número de actividades intergeneracionales.
- 21 Avanzar hacia órganos directivos participativos y estilos directivos democráticos y eficaces y ofrecer formación para ello.
- 22 Impulsar más actividades relacionadas con la mejora de la salud y el envejecimiento positivo.
- 23 Desarrollar en coordinación con otros recursos comunitarios, una programación cultural y formativa amplia y actualizada, que contemple temas de interés [culturales, educativos, sociales].
- 24 Habilitar espacios informativos donde puedan participar las personas mayores [radio, Tv...].

- 25 Aumentar el número de actividades y talleres con el fin de formar en TICs..
- 26 Crear o dinamizar un espacio de asesoría jurídica.
- 27 Apoyo para la resolución de papeleo, trámites, etc.
- 28 Promocionar la amigabilidad de trámites en la administración.

Atención

- 29 Reforzar el punto de información y coordinación del voluntariado.
- 30 Reforzar el reconocimiento de la labor de los voluntarios.
- 31 Promocionar la interrelación entre las diferentes asociaciones habilitando canales de comunicación.
- 32 Ofrecer más información sobre el sistema de la dependencia y de los servicios sociales en general.
- 33 Proponer la geriatría como especialidad en los centros de atención primaria.
- 34 Establecer canales de coordinación para los servicios sociales.

PLAN DE ACCIÓN ●●●



••● Introducción

El análisis de las áreas realizado por la propia ciudadanía, es la base del diagnóstico de la ciudad de Tudela y presenta gran interés y utilidad en cuanto a que define una visión de conjunto de la ciudad, proponiendo acciones de mejora.

Estas acciones de mejora se traducen en 34 propuestas formuladas con niveles de concreción diferentes y que se encuadran lógicamente en una o en varias de estas áreas objeto del análisis.

Estas propuestas constituyen la base para la definición de un Plan de Acción capaz de dar respuesta a todas ellas, lo que requiere de una sistematización de proyectos, objetivos y acciones que permitan dar respuesta a las propuestas planteadas desde una perspectiva de conjunto de toda la Ciudad.

La elaboración del Plan de Acción obedecerá lógicamente a la definición de una serie de programas y proyectos, que por un lado, respondan a los objetivos de mejora derivados del diagnóstico, y por otro, recojan todas y cada una de las acciones necesarias para dar respuesta adecuada a las propuestas de las personas mayores.

Se trata, en definitiva, de establecer un Plan de Acción que defina los programas y proyectos con los objetivos a conseguir, debiendo ser:

- coherentes con las propuestas ciudadanas
- orientados a la mejora global de la ciudad
- transversales en cuanto a áreas de gestión y necesidades de la ciudad
- que generen proyectos viables y evaluables
- que den respuesta a las 34 propuestas

Teniendo todo lo anterior en cuenta, se estructura un Plan de Acción en 5 Programas, tres de ellos abarcan las diferentes propuestas realizadas en la fase de diagnóstico, un cuarto programa de carácter transversal, se centra en la igualdad de género como línea estratégica de actuación y por último, el quinto de ellos, de carácter instrumental, pretende generar los recursos y la organización necesaria para el desarrollo del Plan.

Los diferentes programas incluyen los proyectos donde se concretan propuestas fundamentadas en el modelo de envejecimiento activo, ofreciendo marcos de intervención diversos e innovadores que contemplan las diferentes dimensiones relacionadas con el bienestar y la participación social de las personas mayores.

De esta forma el Plan queda constituido por:

PROGRAMA 1:
LA CIUDAD Y EL ENTORNO FÍSICO

PROGRAMA 2:
PARTICIPACIÓN Y RECONOCIMIENTO SOCIAL

PROGRAMA 3:
SERVICIOS Y CUIDADOS A LAS PERSONAS MAYORES

PROGRAMA 4:
PERSPECTIVA DE GÉNERO (TRANSVERSAL)

PROGRAMA 5:
REORIENTACIÓN DE LOS RECURSOS DIRIGIDOS A FAVORECER EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO (INSTRUMENTAL)

Recoge las características claves del entorno físico del municipio donde desarrollan su vida diaria las personas mayores vecinas de la ciudad. Los espacios abiertos, el transporte y la vivienda condicionan en buena medida la calidad de vida de las personas mayores y la amigabilidad de la ciudad.

Las prioridades más relevantes se articulan en cuatro objetivos generales orientados, en base a las propuestas del diagnóstico, para la mejora de las condiciones de las personas mayores.

- Aliviar el malestar producido por el papel preponderante del automóvil en las calles de Tudela para mejorar su uso y seguridad por las personas mayores.

- Incorporar en el mobiliario urbano elementos orientados a las personas mayores como bancos y aparatos de gimnasia, realizando un adecuado uso y mantenimiento de los mismos.

- Generar mejoras en el entorno diario de las personas mayores y mejorar la convivencia ciudadana.

- Mejorar las condiciones de las viviendas y en la oferta de alternativas con especial consideración a las personas que viven en soledad.

- Incorporar mejoras en la adaptación a las condiciones de las personas mayores al transporte de viajeros, como los recorridos y paradas.

- Áreas de Vancouver:

Área 1: Espacios al aire libre y edificios

Área 2: Transporte

Área 3: Vivienda

1.1. PROYECTO DE MOVILIDAD, SEGURIDAD VIAL Y CONVIVENCIA URBANA

Definición:

Para mejorar la seguridad vial en la ciudad, y la relación entre los diferentes usuarios de la misma, con las distintas formas de movilidad, se requieren medidas orientadas por un lado, a mejorar la seguridad de toda la ciudadanía y en especial de las personas mayores, además de mejorar la relación y compatibilidad de las diferentes formas de transporte urbano.

El proyecto incluye acciones de mejora de la seguridad vial, desde mejoras en la red semafórica o la determinación de vías pacificadas, hasta la información y consejos sobre seguridad a los mayores.

Estas actuaciones se complementarán con otras orientadas a promover la convivencia entre los diferentes modelos de movilidad y uso del espacio público (zonas de paseo, espacios para mascotas, bicicletas...). Por último, la mejora de la conexión interurbana es una de las facetas que incluye este proyecto.

Objetivos:

- Mejorar la convivencia en el área pública (peatones, coches, ciclistas..)
- Impulsar la perspectiva de edad en los planes municipales de movilidad.
- Desarrollar acciones de información y sensibilización sobre seguridad vial y convivencia urbana.

Propuestas relacionadas:

- Ralentizar el tráfico en ciertas calles o áreas urbanas para posibilitar la convivencia de medios de transporte y evitar atropellos y accidentes.
- Asegurar que las avenidas principales sean seguras para todas las personas y no sólo para los automóviles.
- Aumentar el número de semáforos para los peatones y además mostrarlo en contador de segundos.
- Mejorar las conexiones de transporte con otros municipios.
- Promocionar acciones de sensibilización sobre limpieza, especialmente en cuanto a parques y animales de compañía

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Desarrollar acciones de información y sensibilización sobre seguridad vial para las personas mayores	Nº de actividades de seguridad vial/año Nº de participantes en las actividades de seguridad vial / año	Bienestar Social e Igualdad Policía Local Urbanismo SAC
Desarrollar acciones de convivencia entre los diferentes usuarios de la vía pública	Nº de acciones organizadas	

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Mejorar la seguridad en las zonas destinadas a viandantes en las avenidas	Nº de mejoras realizadas en las zonas destinadas a viandantes	Bienestar Social e Igualdad Policía Local Urbanismo SAC
Establecer zonas pacificadas (límite 30KM/H) de tráfico	Nº de zonas pacificadas solicitadas Nº de zonas pacificadas	
Establecer zonas de prioridad peatonal	Nº de nuevas zonas de prioridad peatonal	
Incorporar semáforos con contador al menos en las avenidas de 3 carriles	Nº semáforos con contador/Nº de avenidas de tres carriles	
Incrementar los semáforos en pasos de peatones	Nº de semaforos en 2017/Nº de semáforos en 2020	
Solicitar la mejora de las comunicaciones a la administración responsable		
Incorporar vías de participación de las personas mayores en los planes de movilidad	Nª de acciones Nº de participantes	

1.2. PROYECTO RUTAS AMIGABLES CON LAS PERSONAS MAYORES

Definición:

El proyecto se orienta a la mejora y el mantenimiento del mobiliario urbano, contando con la participación de las personas mayores, tanto en el diseño y la ubicación de los mismos, como en las aportaciones e indicaciones de éstos en su mantenimiento, estableciendo para ello itinerarios urbanos, donde además de favorecer el uso de la ciudad como espacio de paseo y actividad física, se mejore progresivamente el equipamiento de las mismas.

Objetivos:

- Diseñar rutas urbanas basadas en el uso fre-

cuenta por las personas mayores.

- Mejorar y mantener el mobiliario y equipamiento urbano de esas rutas desde las propuestas de las personas mayores.

- Fomentar el uso de la ciudad entre las personas mayores como espacio de ocio y actividad física. Propuestas relacionadas:

- Incorporar a la accesibilidad una señalética adaptada en el interior y exterior de los edificios.

- Aumentar el número de bancos y mejorar su diseño en los que se instalen nuevos, además de revisar el estado de los existentes.

- Mejorar el mantenimiento de las marquesinas.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Revisar y reparar las marquesinas	Nº de marquesinas mejoradas Nº de marquesinas	Urbanismo Bienestar Social e Igualdad
Renovación de marquesinas con indicación de frecuencias y tiempos	Nº de mejoras en marquesinas solicitadas Nº de marquesinas	
Instalación de nuevas marquesinas en función de las zonas y los usos y las propuestas de los mayores	Nº de instalaciones nuevas	

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Revisar y mejorar la señalética de los edificios públicos	Nº edificios revisados Nº de edificios públicos[municipales]	Urbanismo Bienestar Social e Igualdad
Elaborar un plan de acciones de mantenimiento anual y mejora de los bancos	Nº de bancos reparados por año Nº de bancos nuevos instalados por año	

1.3. PROYECTO DE ACTIVIDADES FÍSICAS AL AIRE LIBRE

Definición:

Las actividades físicas representan una de las mayores demandas de las personas mayores. El desarrollo de estas actividades en el entorno urbano, zonas verdes, parques..., supone la mejora del mismo y de su uso como espacio de convivencia y actividad.

Junto al mantenimiento e instalación de zonas de aparatos de gimnasia para personas mayores en espacios urbanos, incluye la organización de actividades como circuitos de ejercicios en aparatos, senderismo.....

Objetivos:

- Mantener y mejorar los equipamientos urbanos de actividad física para personas mayores.
- Impulsar la realización de actividades físicas grupales en el entorno urbano.

Propuestas relacionadas:

- Mejorar el mantenimiento y uso de los aparatos de gimnasia de los mayores.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Organizar actividades dirigidas de uso de los aparatos de gimnasia	Nº de actividades realizadas/ Nº de zonas de aparatos	Deportes Urbanismo Bienestar Social e Igualdad
Revisar y subsanar anualmente las reparaciones necesarias	Nº de desperfectos detectados Nº de reparaciones	

1. 4. PROYECTO DE COMERCIOS AMIGABLES

Definición:

El comercio representa uno de los entornos que forma parte de las actividades diarias de las personas mayores. La compra en el comercio cercano genera relaciones personales y de confianza entre comerciantes y clientes.

Mejorando la atención a los mayores en este tipo de comercio, se favorece un entorno más amigable y la amigabilidad de la ciudad para las actividades diarias de las personas mayores, a la vez que se promociona la compra en el comercio de proximidad.

Objetivos:

- Mejorar las condiciones y el servicio a las personas mayores en el comercio de proximidad.
- Sensibilizar al tejido comercial sobre la importancia del trato cercano y personal a las personas mayores.
- Apoyar el comercio de proximidad.

Propuestas relacionadas:

- Promocionar el comercio de proximidad.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Mejorar el servicio de atención a las personas mayores en los comercios de proximidad creando una red de comercios amigables	Nº de comercios participantes en acciones de mejora	Comercio Bienestar Social e Igualdad

1. 5. PROYECTO DE MEJORA DEL ENTORNO URBANO Y LA VIVIENDA

Definición:

Se incluyen actuaciones orientadas a diferentes aspectos, todo ellos vinculados al entorno más próximo de las personas mayores, incluida la vivienda y sus condiciones.

Objetivos:

- Facilitar e informar sobre recursos relacionados con la vivienda que favorezcan la permanencia en el domicilio.
- Mejorar la oferta de alternativas habitacionales para personas mayores.

- Mejorar la oferta de servicios de apoyo a cuidadores.

Propuestas relacionadas:

- Mejorar la información sobre las convocatorias de subvenciones para la adaptación de viviendas.
- Aumentar el número de viviendas tuteladas.
- Ofrecer información sobre la normativa de adaptación de los portales y la relación con las comunidades.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Mejorar el acceso a la información sobre adaptación de viviendas para personas mayores	Creación de un Punto de información Nº de consultas recibidas sobre el tema/año	Urbanismo Bienestar Social e Igualdad
Incrementar el parque de viviendas tuteladas	Nº de viviendas actuales Nº de viviendas al finalizar el Plan	
Crear puntos de información de asesoramiento de adaptación de comunidades y edificios y de vivienda para personas mayores	Creación de un Punto de información Nº de consultas recibidas sobre el tema/año	

PROGRAMA: PARTICIPACIÓN Y RECONOCIMIENTO SOCIAL

La consideración y el respeto, la integración y la participación plena son elementos que recorren las áreas que se incluyen en este contenido y que abordan distintos elementos del entorno social y de la cultura que afectan al bienestar subjetivo de las personas.

Las ideas y sugerencias emitidas en el proceso de participación van encaminadas a lograr la consecución de una mayor igualdad y procurar la convivencia armónica entre generaciones y grupos sociales.

Objetivos Generales:

- Promover el encuentro y el conocimiento mutuo entre generaciones a través de las actividades ofrecidas a la ciudadanía.
- Impulsar la oferta de actividades orientadas a promover el envejecimiento activo y saludable.
- Apoyar la incorporación de las personas mayores a las TICs, como instrumento de comunicación información e integración.
- Favorecer la participación de los mayores en su entorno ciudadano.
- Promover el voluntariado entre personas mayores.
- Mejorar la accesibilidad de la información.
- Incorporar la igualdad a todos los proyectos que se desarrollen, incluyendo los órganos consultivos, gestores o representativos.

Áreas de Vancouver:

Área 4: Respeto e inclusión social

Área 5: Participación social

Área 6: Comunicación e información

Área 7: Trabajo y participación. (Participación Cívica y Voluntariado)

2.1. PROYECTOS INTERGENERACIONALES

Definición:

La relación entre generaciones que se produce de forma natural en el entorno socio-familiar más cercano a las personas mayores es uno de los elementos más enriquecedores de convivencia social e integración.

La realización de actuaciones de carácter intergeneracional mejoran la convivencia y permiten el intercambio de experiencias y perspectivas sociales de la ciudadanía.

Por otro lado, permite la participación activa de las personas mayores y su implicación en acciones de voluntariado, poniendo en valor la aportación social de las personas mayores.

Objetivos:

- Fomentar los programas y experiencias de intercambio generacional.
- Crear espacios y estrategias de encuentro entre generaciones.
- Reconocer la importancia de las personas mayores en la transmisión de valores y experiencias vitales esenciales para las nuevas generaciones.

Propuestas relacionadas:

- Incorporar medidas de intercambio intergeneracional a los planes de juventud y aumentar el número de actividades intergeneracionales.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Iniciar proyectos y actividades intergeneracionales en colaboración con casas de juventud y centros escolares	Nº de actividades intergeneracionales con casas de juventud/año Nº de actividades intergeneracionales con centros escolares/año	Juventud Educación Bienestar Social e Igualdad

2.2. PROYECTO DE PARTICIPACIÓN SOCIAL

Definición:

La participación en los diferentes ámbitos sociales es uno de los mecanismos de integración social y de mejora de amigabilidad de las personas mayores. La participación abordada desde una perspectiva inclusiva pretende mantener la implicación y aportación social de las personas mayores en su entorno.

Incluye además acciones de coordinación, información y promoción de la participación democrática de las personas mayores en asociaciones propias y en el tejido asociativo de la ciudad.

Objetivos:

- Impulsar procesos de participación democrática y fomento del asociacionismo de personas mayores.
- Incorporar la perspectiva de las personas ma-

yores en la elaboración y revisión de planes de participación ciudadana municipales.

- Avanzar en la autogestión de las personas mayores.
- Impulsar la participación y coordinación de las asociaciones de personas mayores.
- Facilitar canales de expresión para la opinión de las personas mayores.

Propuestas relacionadas:

- Avanzar hacia órganos directivos participativos y estilos directivos democráticos y eficaces.
- Promocionar la interrelación entre las diferentes asociaciones habilitando canales de comunicación.
- Habilitar espacios informativos donde puedan participar las personas mayores (radio, TV, ...)

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Fomentar una mayor participación del consejo municipal de personas mayores	Nº de sesiones celebradas	Bienestar Social e Igualdad
Puesta en marcha de talleres de radio y prensa y expresión en redes sociales en los centros y/o asociaciones de personas mayores	Nº de talleres realizados Nº de participantes en talleres	
Crear un ciclo de formación anual para responsables de asociaciones, juntas, etc.	Nº de cursos realizados/año Nº de participantes / año	

2.3. PROYECTO DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Definición:

La demanda de actividades y servicios orientados a fomentar un envejecimiento activo y saludable, pretende mantener la capacidades personales y sociales de las personas mayores, actuando en el marco de la prevención primaria.

El proyecto incluye el desarrollo de talleres sobre diferentes temas orientados a mejorar las capacidades físicas, cognitivas y sociales de las personas mayores y especialmente actividades de:

- Salud y actividad física
- Tecnologías de la Información y la Comunicación
- Actividades culturales

Objetivos:

- Impulsar la oferta de actividades de envejecimiento activo orientadas a mantener las capaci-

dades físicas, cognitivas y sociales.

- Favorecer la participación de las personas mayores en actividades inclusivas de la programación de cultura.
- Apostar por los programas de incorporación a las nuevas tecnologías.

Propuestas relacionadas:

- Desarrollar en coordinación con otros recursos comunitarios, una programación cultural y formativa amplia y actualizada, que contemple temas de interés [culturales, educativos, sociales].
- Impulsar más actividades relacionadas con la mejora de la salud y el envejecimiento positivo.
- Aumentar el número de actividades y talleres con el fin de formar en TICs.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incrementar el número de talleres de salud y actividad física	Nº de talleres actuales Nº de taller al final del Plan	Cultura Bienestar Social e Igualdad
Incrementar talleres de uso de Internet en ordenadores, y de manejo de móviles y tabletas	Nº de talleres actuales Nº de talleres al final del Plan	
Crear un programa cuatrimestral de actividades culturales de todos los recursos de la ciudad para su discusión entre las personas mayores	Nº de ofertas cuatrimestrales realizadas Nº de actividades ofertadas	

2.4. PROYECTO DE MEJORA DE LA ACCESIBILIDAD A LA INFORMACIÓN

Definición:

El acceso a la información en igualdad de condiciones que el resto de la ciudadanía, es uno de los pilares básicos para favorecer el mantenimiento y la integración social de las personas mayores en su entorno.

Para ello el proyecto incluirá actuaciones orientadas a facilitar la accesibilidad de la información pública, mejora de la facilidad de lectura de documento e impresos, simplificación de trámites....

Objetivos:

- Facilitar asesoramiento jurídico a las personas mayores.
- Mejora de la accesibilidad de los trámites administrativos: accesibilidad de documentos y apoyo a la realización de trámites. Formación

para los funcionarios.

- Impulsar el acceso a las prestaciones sanitarias y de servicios sociales, mejorando el conocimiento de los ciudadanos acerca del sistema de la dependencia y los servicios sociales en ge
- Revisar y actualizar los términos empleados en los contenidos informativos y publicitarios municipales utilizando términos “personas mayores” frente a “tercera edad” o “ancianos”.

Propuestas relacionadas:

- Dinamizar un espacio de asesoría jurídica.
- Apoyo para la resolución de papeleo, trámites, etc.
- Promocionar la amigabilidad de trámites en la administración.
- Ofrecer más información sobre el sistema de la dependencia y de los servicios sociales en general.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Dinamizar una unidad de información, asesoramiento y apoyo para los mayores	Creación de la unidad Nº de solicitudes recibidas	SAC Bienestar Social e Igualdad
Mejorar la accesibilidad de documentos municipales: incorporando lenguaje de igualdad y suprimiendo edadismos	Nº de documentos adaptados	

2.5.- PROYECTO DE VOLUNTARIADO

Definición:

La participación de las personas mayores en proyectos de voluntariado permite aprovechar los conocimientos y experiencia de vida de las personas mayores, a la vez que les oferta un instrumento eficaz para mantenerse socialmente activos, reconociendo además no solo su experiencia y aportación social del pasado, si no muy especialmente su aportación social del presente. Supone la creación de un catálogo de puestos de voluntariado donde las personas mayores pueden participar, facilitándoles la información, formación, el seguimiento y el reconocimiento de su tarea.

Objetivos:

- Promocionar el voluntariado entre personas mayores.
- Poner en valor la aportación social de las personas mayores y su experiencia de vida.
- Facilitar información y formación sobre la participación voluntaria a las personas mayores.

Propuestas relacionadas:

- Reforzar el punto de información y coordinación del voluntariado.
- Reforzar el reconocimiento de la labor de los voluntarios.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incorporar la información de voluntariado al Centro de información y apoyo para personas mayores	Nº de consultas realizadas	Bienestar Social e Igualdad
Realizar al menos una actividad al año de carácter lúdico de homenaje a los voluntarios/as	Nº de actividades realizadas	

3

PROGRAMA: SERVICIOS Y CUIDADOS A LAS PERSONAS MAYORES

En este programa se agrupan dos elementos básicos para una existencia plena. Uno es el disponer de toda la información para que las personas mayores puedan desarrollar una vida autónoma y satisfactoria recibida de forma comprensible. El otro es disponer de unos servicios sociales y sanitarios adecuados a su situación.

La opinión manifestada se centraba en la necesidad de hacer más fácil la comprensión de los sistemas orientados a la atención y, por tanto, mejorar su aprovechamiento por las ciudadanía de Tudela.

Objetivos generales:

- Potenciar la información a las personas mayores y ofrecer contenidos referidos a los programas asistenciales para personas mayores.
- Aumentar la cercanía de los servicios y facilitar el tramite administrativo de las diferentes prestaciones.
- Promover una óptima coordinación entre servicios destinados a las personas mayores de manera que se complementen y aumenten su eficacia.

Áreas de Vancouver:

- Área 8 Servicios Sociales y Salud
- Área 4: Respeto e inclusión Social

3.1. PROYECTO DE MEJORA DE SERVICIOS SOCIO-SANITARIOS Y DE APOYO EN EL HOGAR

Definición:

El mantenimiento de las personas mayores en su entorno el mayor tiempo posible es una de las demandas más frecuentes y a las que se destina este proyecto.

Prestaciones sociales como Teleasistencia y Ayuda a Domicilio, junto con un mayor impulso de actuaciones de apoyo a cuidadores y actuaciones vinculadas con el Área de Vivienda, facilitan el mantenimiento de las personas mayores en su entorno.

Por último, la coordinación institucional con el sistema de Salud, así como entre los recursos de los propios Servicios Sociales, son acciones destinadas a los objetivos del proyecto.

Objetivos:

- Facilitar la permanencia de las personas mayores en su domicilio.
- Facilitar desde los Centros de Servicios Sociales y Punto de Información a personas mayores, información sobre asuntos relacionados con la mejora de la vivienda.
- Apoyar desde los Centros de Servicios Sociales

y Punto de Información personas mayores, la tramitación de solicitudes: subvenciones vivienda, bonificaciones de impuestos municipales, etc.

- Desarrollar acciones específicas destinadas a detectar, prevenir y paliar las situaciones de soledad.
- Facilitar la coordinación entre los recursos y estructuras de los servicios sociales.
- Mejorar los servicios prestados en los Centros de Salud.

Propuestas relacionadas:

- Mejorar Información acerca de las convocatorias de subvenciones para la adaptación de viviendas.
- Diseñar proyectos dirigidos a personas que viven solas.
- Aumentar el número de Espacios de Respiro.
- Ofrecer más información sobre el sistema de la dependencia y de los servicios sociales en general.
- Proponer la geriatría como especialidad en los centros de atención primaria.
- Establecer canales de coordinación entre las diferentes secciones de los servicios sociales.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incremento del número de servicios del proyecto respiro	Nº de servicios actuales Nº de servicios al finalizar el Plan	Bienestar Social e Igualdad
Mejorar el acceso a la información sobre adaptación de viviendas para mayores	Creación de un Punto de información Nº de consultas recibidas sobre el tema/año	

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Solicitar al Sistema Público de Salud la especialidad de Gerontología	Realizar solicitud	Bienestar Social e Igualdad
Creación de una mesa de coordinación técnica de Servicios sociales (local, autonómica...) dirigida a personas mayores	Constitución de la mesa	
Promover el uso de la teleasistencia para todas las personas mayores que viven solas	Nº de acciones de difusión/año Nº de personas incorporadas/año	

3.2. PROYECTO DE SEGURIDAD EN EL HOGAR

Definición:

Mejora de la seguridad de las personas mayores en su propio hogar basada en la prevención de accidentes, e incluso de posibles actuaciones fraudulentas de las que pueden ser objeto por el simple hecho de su edad, y contribuir a favorecer la permanencia de las personas mayores en su domicilio, mejorando su calidad de vida y confianza en el entorno.

Objetivos:

- Prevenir accidentes domésticos.
- Mejorar la seguridad y confianza de las personas mayores.
- Detectar situaciones de riesgo y soledad.

Propuestas relacionadas:

- Diseñar proyectos dirigidos a personas que viven solas.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Crear espacios de relación para personas mayores	Nº Espacios creados Nº de participantes / año	Bienestar social Policia Local
Desarrollar acciones de seguridad en el hogar	Nº de acciones/año	

4 PERSPECTIVA DE GÉNERO (TRANSVERSAL)

La promoción de la igualdad de género, el empoderamiento de las mujeres y la prevención de malos tratos, centran los ejes de trabajo de este programa, incorporando la perspectiva de género a todas aquellas actuaciones municipales relacionadas con las personas mayores.

Los proyectos de desarrollo de esta programa parten de dos perspectivas diferenciadas. Por un lado, las personas mayores como colectivo social donde es necesario promover la igualdad de género, a la vez que prevenir la violencia de género, e incluso el maltrato a personas mayores en sus diferentes vertientes.

Por otra parte, las personas mayores son, en numerosas ocasiones y especialmente en su entorno familiar, transmisoras de valores, por ejemplo, en los tiempos de relación y cuidado de los nietos, o en el momento de la compra de regalos y juguetes a éstos...

Es necesario facilitar el comportamiento y la transmisión de valores feministas que promuevan la igualdad de género y prevengan el maltrato.

Objetivos:

- Promover la igualdad de género entre las personas mayores.
- Detectar y prevenir posibles situaciones de violencia de género y maltrato entre personas mayores.
- Facilitar el papel de las personas mayores como agentes trasmisores de valores de igualdad de género

Áreas de Vancouver:

- Todas

4.1. PROYECTO DE PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES

Definición:

La participación de las mujeres mayores en las diferentes asociaciones y organizaciones se encuentra en clara desigualdad. Es necesario promover acciones destinadas a facilitar la incorporación activa y el empoderamiento de las mujeres en su entorno sociofamiliar, además la participación femenina de mujeres mayores en los cargos con poder de decisión es bastante escasa, como resultado de su falta de preparación y experiencia que les lleva a tener un escaso nivel de liderazgo.

Objetivos:

- Promocionar la igualdad de oportunidades.
- Fomentar la igualdad de opinión y participación.

- Fomentar de una manera especial la participación de las mujeres mayores en órganos y espacios de poder, dirigiéndola prioritariamente a favorecer la confianza en ellas mismas y el fortalecimiento de su autoestima.

Propuestas relacionadas:

- Estimular la incorporación de las mujeres a las juntas directivas de las asociaciones y centros sociales de personas mayores.
- Avanzar hacia órganos directivos participativos y estilos directivos democráticos y eficaces y ofrecer formación para ello.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Realizar al menos una campaña de información sobre el papel de la mujer mayor	Nº acciones de difusión realizadas Nº acciones de igualdad específicas para mayores	Bienestar Social e Igualdad
Establecer el carácter paritario de los órganos de dirección y representación de personas mayores		
Crear un ciclo de formación anual para responsables de asociaciones, juntas..	Nº de cursos realizados/año Nº de participantes / año	

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
<p>Realizar acciones formativas en las asociaciones locales sobre la integración de la perspectiva de género en sus propias organizaciones.</p>	<p>Nº de acciones formativas realizadas/año</p> <p>Nº de participantes/año</p>	<p>Bienestar Social e Igualdad</p>
<p>Organizar actividades anuales de sensibilización en conmemoración de días señalados como el 8 de marzo, 25 de noviembre...</p>	<p>Nº de actividades organizadas/año</p> <p>Nº de participantes/año</p>	
<p>Realizar campañas de sensibilización sobre la prevención y detección de la violencia contra las personas mayores y específicamente, de la violencia contra las mujeres mayores</p>	<p>Nº de campañas/año</p> <p>Nº de participantes/año</p>	

4.2. PROYECTO DE IGUALDAD DE GÉNERO

Definición:

La difusión de los valores de igualdad de género entre las personas mayores supone el primer paso para poder desarrollar políticas de igualdad entre las personas mayores, que afecten tanto a su relación y comportamiento entre iguales como con otros colectivos sociales.

Objetivos:

- Promover valores de igualdad entre personas mayores.

- Prevenir y detectar situaciones de violencia de género y de maltrato al mayor.
- Facilitar a las personas mayores información para la transmisión de valores de igualdad a otros colectivos.

Propuestas relacionadas:

- Avanzar hacia órganos directivos participativos y estilos directivos democráticos y eficaces y ofrecer formación para ello.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incorporar acciones específicas sobre mayores en las acciones municipales de igualdad	Nº acciones de igualdad específicas para mayores	Bienestar Social e Igualdad

5 REORIENTACIÓN DE LOS RECURSOS DIRIGIDOS A FAVORECER EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO (TRANSVERSAL)

La mejora de la amigabilidad con las personas mayores de la ciudad, requiere de la gestión de recursos y servicios destinados en definitiva a promover el envejecimiento activo y saludable.

Conseguir los diferentes objetivos de los programas destinados a ello, supone la ejecución de proyectos y acciones coordinadas y abiertas a la participación de los recursos municipales y de los colectivos y asociaciones de personas mayores de la Ciudad.

Por otro lado, la participación activa de las personas mayores y la transversalidad, entendida como la coordinación de las diferentes actuaciones y la incorporación de la perspectiva de edad a las acciones municipales, de las actuaciones a llevar a cabo, son los dos ejes metodológicos principales del Programa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores.

Todo ello plantea la necesidad de definir y poner en funcionamiento recursos municipales responsables de la coordinación y ejecución de estas actuaciones.

Recursos que deben caracterizarse por desarrollar actuaciones basadas en:

- **Carácter comunitario:** que promueva valores asumidos por la política de envejecimiento activo como contacto intergeneracional y otros aspectos de índole comunitaria.
- **Acogedor:** Complementario a otras iniciativas desarrolladas por el sistema de la dependencia o los servicios sociales con el objetivo de evitar la soledad, posibilitar el contacto entre personas, etc.
- **Diversificado:** Atractivo para los nuevos y nuevas mayores y sus gustos y características,

pero sin olvidar a las personas más mayores a los que encontrar un sitio donde compartir un tiempo les pueda ser valioso.

- **Participativo.** Siguiendo otro criterio de amigabilidad, promover la participación real en los proyectos.
- **Coordinado:** Con otras áreas y recursos municipales así como con otras administraciones públicas y la iniciativa social.

Áreas de Vancouver:

Por tratarse de un programa de carácter estructural y transversal estará relacionado con todas las áreas del diagnóstico:

Área 1: Espacios al aire libre y edificios

Área 2: Transporte

Área 3: Vivienda

Área 4: Respeto e Inclusión social

Área 5: Participación social

Área 6: Comunicación e información

Área 7: Trabajo y participación social

Área 8: Servicios Sociales y de salud

5.1. CREACIÓN DE UNA UNIDAD TÉCNICA DE PERSONAS MAYORES.

Definición:

Creemos necesaria una reflexión sobre la gestión del área de envejecimiento activo. Se aprecia la conveniencia de proceder a la revisión de este recurso, tan cercano y utilizado por las personas mayores, de cara a posibilitar y potenciar un espacio, recursos y propuestas de intervención que sintonicen con la realidad social actual y la propia evolución de las necesidades de las personas mayores.

En este sentido, se propone la creación de una unidad técnica, dotada de los recursos básicos necesarios para desarrollar los diferentes programas, con el fin de promocionar el envejecimiento activo mediante la participación social de las personas mayores, y la coordinación de los recursos y servicios implicados.

Objetivo:

- Dotar de una estructura administrativa y de gestión para el desarrollo de actuaciones en materia de envejecimiento activo.
- Gestionar y coordinar las actuaciones del Punto de Información y del espacio de Actividades [Proyectos 5.2 y 5.3].
- Promover la coordinación de entidades y recursos.
- Impulsar, coordinar y ejecutar las diferentes actuaciones del Programa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores.
- Realizar el seguimiento y evaluación de los diferentes proyectos y actuaciones.

Propuestas relacionadas:

Todas

5.2. CREACIÓN DE UN PUNTO DE INFORMACIÓN PARA PERSONAS MAYORES

Definición:

La información es uno de los aspectos que ha sido demandado por las Personas Mayores participantes en la fase de diagnóstico.

Información sobre aspectos de gran trascendencia para promover el envejecimiento activo y prevenir situaciones de dependencia, soledad... requieren como primer paso disponer de acceso a la información como primera herramienta para promover la igualdad y la integración social de las personas mayores.

La vivienda, los asuntos legales, el acceso a recursos o la atención a la dependencia serían los asuntos que mayor demanda de información han generado.

Junto a estos, la información sobre actividades

ciudadanas, especialmente de carácter cultural, pero también sobre información general de recursos municipales, de otras administraciones o de las asociaciones y entidades de la ciudad, especialmente de personas mayores, completarían los elementos más importante de información a las personas mayores.

Objetivos:

- Facilitar información a las personas mayores sobre servicios y recursos de su interés.
- Prestar asesoramiento legal a los mayores.
- Facilitar información orientada a promover la participación social de los mayores y promover el envejecimiento activo.

Propuestas relacionadas:

Por ser un proyecto de carácter transversal, to-

das las propuestas están relacionadas en mayor o menor medida, no obstante este proyecto incide de forma especial en la consecución de las propuestas realizadas por las personas mayores relacionadas con la información, como son las siguientes:

- Mejorar Información acerca de las convocatorias de subvenciones.

- Ofrecer información sobre la normativa de adaptación de los portales y la relación con las comunidades.
- Ofrecer más información sobre el sistema de la dependencia y de los servicios sociales en general.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incorporar la información de voluntariado al Centro de información y apoyo para mayores	Nº de consultas realizadas	
Crear puntos de información de asesoramiento de adaptación de comunidades y edificios y de vivienda para personas mayores.	Creación del punto de información	
Mejorar el acceso a la información sobre adaptación de viviendas para mayores	Nº de consultas recibidas sobre el tema/año	
Incorporar información sobre el Sistema de Atención a la Dependencia	Nº consulta sobre dependencia /año	
Facilitar información y asesoría jurídica a las personas mayores	Nº de consultas realizadas/año	
Crear una unidad de información, asesoramiento y apoyo para las personas mayores	Creación de la unidad Nº de solicitudes recibidas	

5.3. CREACIÓN DE UN ESPACIO DE ACTIVIDADES PARA PERSONAS MAYORES.

Definición:

Para el desarrollo de actividades de envejecimiento activo es necesaria una oferta de participación y servicios que requieren de espacios y equipamientos adecuados.

La disponibilidad de un espacio municipal de referencia para las personas mayores facilitará de forma importante el desarrollo de las actuaciones previstas.

Se pretende la creación de un espacio donde desarrollar diferentes actividades, dotándolo de al menos los siguientes recursos:

- Espacio de cursos y talleres de envejecimiento activo: sala de talleres y aula.
- Espacio de dinamización y relación de personas, zona dedicada exclusivamente a la tertulia y la relación personal.
- Sala de reuniones.
- Sala multiusos con equipamiento audiovisual.

Objetivos:

- Establecer un espacio de referencia para las personas mayores, como lugar de participación, de desarrollo de actividades de envejecimiento activo y de información.
- Desarrollar cursos y talleres de envejecimiento activo.
- Facilitar información y recursos para promover la autonomía personal.

Propuestas relacionadas:

- Impulsar más actividades relacionadas con la mejora de la salud y el envejecimiento positivo.
- Aumentar el número de actividades y talleres con el fin de formar en TICs.

ACCIONES	INDICADORES	ÁREAS MUNICIPALES
Incrementar talleres de uso de Internet en ordenadores, y de manejo de móviles y tabletas	Nº de talleres actuales Nº de talleres al final del Plan	Bienestar Social e Igualdad Cultura
Incrementar el número de talleres de salud y actividad física	Nº de talleres actuales Nº de talleres al final del Plan	

●●● Referencias bibliográficas

2012: Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad intergeneracional. Mercado laboral y retiro. Cifras INE: Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística 11/2012. [2012]. [disponible on-line]

Abad Alcalá, Leopoldo. La alfabetización digital como instrumento de e-inclusión de las personas mayores. Prisma Social 16: 156-204 [2016]. [disponible on-line]

Abad, Francisco. La participación de las personas mayores en una sociedad para todas las edades. Madrid: Fundación Empresa y Sociedad, 2013. [disponible on-line]

Abellán García, Antonio | Ayala García, Alba | Pujol Rodríguez, Rogelio. Un perfil de las personas mayores en España, 2017. Indicadores estadísticos básicos. Madrid, Madrid: Departamento de Población, Instituto de Economía, Geografía y Demografía del Centro de Ciencias Humanas y Sociales, Consejo Superior de Investigaciones Científicas [CSIC], 2017. [Informes Envejecimiento en Red; nº 15] [disponible on-line]

Abellán García, Antonio | Pujol Rodríguez, Rogelio. Las mujeres envejecen solas, los hombres envejecen en pareja. Blog Envejecimiento [en-red], 24 de septiembre, 2014. [disponible on-line]

Abellán García, Antonio | Puga, M^a Dolores | Pujol, Rogelio. Las personas mayores y el desafío intergeneracional. En: Informe España 2015: una interpretación de su realidad social. Madrid: Fundación Encuentro, 2015, pp. 58-88. ISBN: 978-84-89019-43-0. [disponible on-line]

Ageing, longevity and demographic change: A factpack of statistics from the International Longevity Centre-UK, July 2013 / ed., Vojak Florence. Londres: International Longevity Centre, 2013. [disponible on-line]

La atención a la dependencia de las personas mayores en Navarra: Informe especial al Parlamento de Navarra. [Pamplona]: Institución de la Defensora del Pueblo de la Comunidad Foral de Navarra = Ararteko Nafarroa, 2005. [disponible on-line]

Así somos: El perfil del voluntariado social en España. Plataforma del Voluntariado de España. Madrid, Plataforma del Voluntariado en España, Observatorio del Voluntariado, 2013. [disponible on-line]

Atención sanitaria. Edición 5, Informe 9. Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2017. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

Barrio, Elena del | Mayoral, Olga | Sancho, Maite. Estudio sobre las condiciones de vida de las personas de 55 y más años en Euskadi. Vitoria-Gasteiz: Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia = Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, 2015. [Documentos de Bienestar Social; nº 77] [disponible on-line]

Castellano Garrido, Isabel. La medición del voluntariado: una aproximación a través de los datos. Índice: Revista de Estadística y Sociedad 66: 11-13 [2016] [disponible on-line]

Los centros sociales de personas mayores como espacios para la promoción del envejecimiento activo y la participación social / coord., Teresa Martínez Rodríguez... [et al.] Oviedo: Gobierno del Principado de Asturias, Consejería de Vivienda y Bienestar Social, 2006. [Documentos de política social. Serie Documentos Técnicos; 17] [disponible on-line]

Cepeda García, Emilio Jesús. La importancia del ferrocarril en la evolución y la morfología urbana de Tudela. Cuadernos del Marqués de San Adrián: Revista de Humanidades 5: 153-170 [2007] [disponible on-line]

Ciudades globales amigables con los mayores: una Guía. Ginebra [Suiza]: Organización Mundial de la Salud, 2007. ISBN: 978-92-4-354730-5. [disponible on-line]

Dávila de León, M^a Celeste | Díaz-Morales, Juan Francisco. Voluntariado y tercera edad. Anales de Psicología 25 [2]: 375-389 [2009] [disponible on-line]

Dependencia y familia: una perspectiva socio-económica. Madrid, Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaría General de Política Social y Consumo, Instituto de Mayores y Servicios Sociales [IMSERSO], 2010. [Colección Estudios, Serie Dependencia; nº 12013] ISBN: 978-84-8446-129-6. [disponible on-line]

Economía y personas mayores / dir., Marta Fernández Moreno, Olga Ruiz Cañete y Dolores Dizy Menéndez. Madrid: Ministerio de Trabajo e Inmigración, Instituto de Mayores y Servicios Sociales [IMSERSO], 2008. [Colección Estudios, Serie Personas Mayores; nº 11003] NIPO: 661-08-010-8. [disponible on-line]

Encuesta Continua de Hogares, año 2016. 5 abril 2017. Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

Encuesta de Condiciones de Vida ECV, año 2016. 25 abril 2017. Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

Encuesta de condiciones de vida en Navarra [situación económica], año 2013. Pamplona: Instituto de Estadística de Navarra, 2014. [disponible on-line]

Encuesta de hábitos y prácticas culturales en España 2014-2015: Síntesis de resultados / Elaborado por la Subdirección General de Estadística y Estudios, Secretaría General Técnica Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Madrid: Subdirección General de Documentación y Publicaciones, 2015. [disponible on-line]

Encuesta Europea de Salud en España, año 2014. 21 octubre 2015. Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

Encuesta Nacional de Salud 2011-2012. 14 marzo 2013. Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

Enlace en Red 24: 7-8 [2013] [disponible on-line]

Estrategia navarra de seguridad vial 2013 - 2020. Gobierno de Navarra, Departamento de Presidencia, Justicia e Interior, [2013]. [disponible on-line]

Estudio de satisfacción de las personas usuarias de centros gerontológicos propios o con plazas concertadas en Navarra. Pamplona: Gobierno de Navarra, Departamento de Derechos Sociales, Observatorio de la Realidad Social, Planificación y Evaluación de Políticas Sociales, 2016. [disponible on-line]

Euskadi Lagunkoia Sustraietatik. Guía práctica para la implantación y uso en municipios. Vitoria, Gobierno Vasco, Departamento de Empleo y Políticas Sociales, 2015. [disponible on-line]

Flores Martos, Raúl. El análisis de la exclusión como herramienta para la acción social. Índice: Revista de Estadística y Sociedad 66: 23-25 [2016] [Ejemplar dedicado a: Ética y Solidaridad], págs. 23-25 [disponible on-line]

Las formas de la convivencia: 20^o Aniversario del Año Internacional de la Familia. Cifras INE: Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística 7/2014. [2014] [disponible on-line]

Franco Rebollar, Pepa | Guilló Girard, Clara Inés. Situación y tendencias actuales del voluntariado de acción social en España. Documentación social 160: 15-41. [2011] [disponible on-line]

El fomento y la dinamización de la participación social de las personas mayores: recomendaciones / Consejo de Personas Mayores del Principado de Asturias. Oviedo: Principado de Asturias, Consejería de Vivienda y Bienestar Social, 2006. [disponible on-line]

Gómez Alonso, Francisco. El maltrato a las personas mayores. Enlace en Red 23: 26-31 [2013]. Red

Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica para el desarrollo de políticas de atención a personas con discapacidad y adultos mayores - Red Iberoamericana de Cooperación Técnica (Riicotec). [disponible on-line]

[Guía de orientaciones hacia un envejecimiento activo](#). [Pamplona]: Asociación Navarra de Jubilados Progresistas, 2015. [disponible on-line]

[Guía práctica social y jurídica para mayores: por un envejecimiento activo](#). [S.l.]: UGT, Unión de Jubilados y Pensionistas, [2016] [disponible on-line]

[Healthy and Positive Ageing for All: Research Strategy 2015-2019](#). Dublin: Health Service Executive, 2017. ISBN: 978-1-78602-048-2. [disponible on-line]

[Iborra Marmolejo, Isabel. Maltrato de personas mayores en la familia en España](#). Valencia: Fundación de la Comunitat Valenciana para el Estudio de la Violencia, Centro Reina Sofia, 2008. ISBN: 978-84-612-3800-2 [disponible on-line]

[Indicadores Urbanos \(Urban Audit\) 2017. 20 junio 2017](#). Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

[Informe 2014 Envejecimiento activo en las mujeres mayores](#). Madrid: Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, 2014. [disponible on-line]

[Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Ginebra](#) [Suiza]: Organización Mundial de la Salud, 2015. ISBN: 978-92-4-356504-0. [disponible on-line]

[Informe sobre discriminación por edad. Edición 6, Año IV](#). Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2016. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[Informe sobre las mujeres mayores en España](#). [Madrid]: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, Secretaría General de Política Social y Consumo, IMSERSO : Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, Secretaría de Estado de

Igualdad. Instituto de la Mujer, 2011. [disponible on-line]

[Innovaciones para vivir bien en casa cuando las personas tienen una situación de dependencia. El papel de las tic en la promoción de la vida independiente](#). / Pilar Rodríguez Rodríguez [coord.] Madrid: Fundación Caser : Fundación Pliares, 2015. [disponible on-line]

[Instituto Nacional de Estadística. Encuesta de Condiciones de Vida \(ECV\): Metodología](#). Madrid, Instituto Nacional de Estadística, 2005 [rev. 2013]. [disponible on-line]

[Jornadas de Prevención e Intervención en Malos Tratos a Personas en Situación de Dependencia: celebradas el 7 y 8 de noviembre de 2006](#). Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), 2007. [Serie Documentos Técnicos; nº 21012] NIPO: 216-07-060-0. [disponible on-line]

[Laria Del Vas, Julio | Monclús González, Jesús | Ortega Pérez, Jorge](#). Atropellos y personas mayores: lesiones, factores y propuestas de acción / con la colaboración de J. M. López Zafra [et al.] Madrid: Fundación Mapfre, 2014. [Estudios de investigación; nº 2] [disponible on-line]

[Losada Baltar, Andrés. Edadismo: consecuencias de los estereotipos, del prejuicio y la discriminación en la atención a las personas mayores. Algunas pautas para la intervención](#). Madrid, Portal Mayores, 2014. [Informes Portal Mayores; nº 14] [disponible on-line]

[El maltrato de personas mayores: detección y prevención desde un prisma criminológico interdisciplinar / José Luis de la Cuesta Arzamendi \[ed.\]](#) Donostia [Guipuzkoa]: Hurkoa Fundazioa, 2006. ISBN: 84-611-0017-4. [Ponencias presentadas en el curso de verano organizado por el Instituto Vasco de Criminología y Hurkoa Fundazioa, del 15 al 17 de julio de 2004 en el marco de los XXIII cursos de verano de la UPV/EHU en San Sebastián.] [disponible on-line]

[Malos tratos a mayores: observa y actúa \(Jornadas 2008\)](#). Madrid: Ayuntamiento de Madrid, Área de Gobierno de Familia y Servicios Sociales, 2009. ISBN: 978-84-692-5957-3. [disponible on-line]

[Malos tratos y abusos a personas mayores. 4ª ed.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2010. [UDP - Guía de Información; nº1] [disponible on-line]

[Los Mayores y las elecciones 1 y 2. Edición 2, Año IV.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2015. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[Mayores y necesidades de información y formación. Año V.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2017. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[Mayores y seguridad vial: recomendaciones de diseño vial. La perspectiva de los mayores. Fundación MAPFRE, 2014.](#) Proyecto elaborado en colaboración con la Asociación Española de la Carretera. [disponible on-line]

[Observatorio Social de las Personas Mayores 2016 \(OS16\): Para un envejecimiento activo.](#) Madrid: Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, 2016. [disponible on-line]

[Opinión y expectativas sobre las pensiones. Edición 1, Año IV.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2015. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[Otero Osuna, Pablo | Abellán García, Antonio. Una de cada tres personas mayores vive sola en Europa.](#) Blog Envejecimiento [en-red], 30 de noviembre, 2016. [disponible on-line]

[Pensiones desagregadas por sexo: Análisis de algunas variables sobre pensiones desagregadas por sexo.](#) [Madrid]: UGT, Comisión Ejecutiva Confederal, Vicesecretaría General, Departamento Confederal de la Mujer Trabajadora, 2017. [disponible on-line]

[Las Personas Mayores en España: Informe 2014: Datos Estadísticos Estatales y por Comunidades Autónomas / Jesús Fernández Muñoz \(coord.\)](#) Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2015. [Colección Documentos, Serie Documentos Estadísticos; nº 22029] [disponible on-line]

[Las Personas Mayores y el uso digital \[internet\]. Edición 2, Año III.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2015. [UDP - Barómetro Mayores] [disponible on-line]

[Políticas sobre el envejecimiento de la mujer. Edición 8, Año IV.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2016. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[¿Por qué una ley en defensa de las personas mayores?](#) [Madrid]: UGT, Unión de Jubilados y Pensionistas: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, IMSERSO, 2017. [disponible on-line]

[Problemas de accesibilidad. Edición 6, Informe 12.](#) Madrid: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España UDP, 2016. [UDP - Informe mayores] [disponible on-line]

[La protección a la dependencia: La incidencia del RD 20/2012.](#) Madrid: UGT, Secretaría de Igualdad. Departamento Confederal de Servicios Sociales, 2015. [disponible on-line]

[Proyección de Hogares 2016-2031. 20 octubre 2016.](#) Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

[Proyecciones de Población 2016-2066. 20 octubre 2016.](#) Instituto Nacional de Estadística. Notas de Prensa. [disponible on-line]

[Proyecto Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores.](#) Protocolo de Vancouver: Adaptación al Contexto Español / Grupo de expertos.

Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), Secretaría General, 2016. [disponible on-line]

[Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores: reunión de expertos para su impulso Red Mundial OMS de Ciudades Amigables con las Personas Mayores](#). Ginebra [Suiza]: Organización Mundial de la Salud, Envejecimiento y ciclo de vida (ALC), Salud de la Familia y la Comunidad (FCH), 2009. [WHO/FCH/ALC/2010.1] [disponible on-line]

[Rodríguez Cabrero, Gregorio. Políticas sociales de atención a la dependencia en los Regímenes de Bienestar de la Unión Europea](#). Cuadernos de Relaciones Laborales 29 (1): 13-42 (2011) [disponible on-line]

[Rodríguez Rodríguez, Pilar | Martínez Rodríguez, Teresa. Etxean ondo: Proyecto piloto para mejorar la atención domiciliaria y la inclusión y participación comunitaria de las personas mayores en algunos municipios de Euskadi](#). Documentos metodológicos y de soporte y programas de intervención marco. Vitoria-Gasteiz: Eusko Jaurlaritza-Gobierno Vasco; Madrid: Fundación Pilares, 2012. [disponible on-line]

[Rodríguez Rodríguez, Pilar. El sistema de servicios sociales español y las necesidades derivadas de la atención a la dependencia](#). Madrid, Fundación Alternativas, 2006. [Documentos de trabajo; nº 87]. ISBN: 84-96653-00-5. [disponible on-line]

[Rodríguez Rodríguez, Pilar. La atención integral y centrada en la persona](#). Madrid: Fundación Pilares para la Autonomía Personal, 2013. [Papeles de la Fundación; nº 1] ISBN: 978-84-616-5392-8. [disponible on-line]

[Roger García, Jesús. Los tiempos del cuidado: El impacto de la dependencia de los mayores en la vida cotidiana de sus cuidadores](#). Madrid: Ministerio de Trabajo e Inmigración, Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), 2010. [Colección Estudios, Serie Dependencia; nº 12011] ISBN: 978-84-8446-126-5. [disponible on-line]

[Tendencias de salud en 30 indicadores. Encuesta Europea de Salud en España 2014 y Encuesta Nacional de Salud](#). Madrid: Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación, Subdirección General de Información Sanitaria e Innovación, 2014. [disponible on-line]

[Tortosa Chuliá, M^a Angeles | Fuenmayor Fernández, Amadeo | Granell Pérez, Rafael. Instrumentos de financiación y gestión en residencias de personas mayores](#). Madrid: Departamento de Población, Instituto de Economía, Geografía y Demografía del Centro de Ciencias Humanas y Sociales, Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), 2017. [Informes Envejecimiento en Red; nº 16] [disponible on-line]

[United Nations Economic Commission for Europe, European Commission. Active Ageing Index 2014: Analytical Report / report prepared by Asghar Zaidi and David Stanton](#). Bruselas, European Commission's Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion, 2015. [disponible on-line]

[Vilaplana Prieto, Cristina. Sanidad y dependencia. Atención sanitaria y servicios sociales: ¿una cuestión de integración o sólo de coordinación?](#). Ekonomiaz: Revista Vasca de Economía 81(3): 149-204 (2012) [disponible on-line]

[Villar, Feliciano | Serrat, Rodrigo. La participación cívica de las personas mayores como expresión de la generatividad en la vejez](#). Estudios Interdisciplinarios sobre el Envejecimiento 19 (2): 345-358 (2014) [disponible on-line]

[Welle, Ben | Li, Wei | Adiazola, Claudia | King, Robin | Obelheiro, Marta | Sarmiento, Claudio | Liu, Qingnan. Cities safer by design: Urban design recommendations for healthier cities, fewer traffic fatalities](#). Washington: World Resources Institute Center for Sustainable Cities, 2015. ISBN 978-1-56973-866-5. [disponible on-line]

[XVII Dictamen del Observatorio de la Ley 39/2006 de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia](#). [S.l.]: Asociación Estatal de Directoras y Gerentes en Servicios Sociales, 2017. [disponible on-line]

Ayuntamiento de Tudela. Ordenanzas [disponible on-line: <http://www.tudela.es/>]

- Ordenanza fiscal reguladora de las tasas por utilización de los equipamientos socioculturales (centros cívicos y albergue municipal de juventud) de Tudela.
- Ordenanza fiscal reguladora de las tasas por los servicios de asistencia domiciliaria municipal [S.A.D.]
- Ordenanza fiscal reguladora de la tasa para la prestación del servicio de alimentación básica.
- Ordenanza del servicio público urbano de auto taxis de Tudela.
- Ordenanza General de tráfico del Ayuntamiento de Tudela.
- Texto refundido de la modificación de la ordenanza reguladora de las tarifas sociales del transporte público urbano para el municipio de Tudela.
- Ordenanza de administración electrónica del Ayuntamiento de Tudela.
- Ordenanza reguladora del servicio público municipal de equipamientos cívicos.
- Ordenanza municipal de ayudas a la ejecución de obras en el casco antiguo de Tudela.

Ayuntamiento de Tudela. Planes [disponible on-line: <http://www.tudela.es/>]

- Plan de Acción Municipal Ayuntamiento de Tudela.
- Plan Estratégico Ciudad de Tudela.
- Estrategia de Desarrollo Urbano Integrado y sostenible.
- Plan de Accesibilidad de Espacios y Edificios Públicos de Tudela.
- Plan de igualdad para hombres y mujer.