

DIAGNÓSTICO AMIGABILIDAD DEL AYUNTAMIENTO DE
VEGA DE LIÉBANA
CON LAS PERSONAS MAYORES

Septiembre 2019



Índice de contenido.

Cap. 1: Presentación: Vega de Liébana Amigable con las Personas Mayores	Pág. 3
Cap. 2: Descubriendo el territorio. Descripción del municipio.	Pág. 5
Cap. 3: Cuestiones previas y metodología.	Pág. 9
Cap. 4: Aspectos generales de la amigabilidad del ayuntamiento de Vega de Liébana con las personas mayores.	Pág. 15
Cap. 5: Espacios al aire libre y edificios.	Pág. 17
Cap. 6: Transporte.	Pág. 20
Cap. 7: Vivienda.	Pág. 22
Cap. 8: Respeto e Inclusión Social.	Pág. 25
Cap. 9: Participación Social.	Pág. 29
Cap. 10: Comunicación e información.	Pág. 32
Cap. 11: Trabajo y participación ciudadana.	Pág. 35
Cap. 12: Servicios sociales y de la salud.	Pág. 37
Cap. 13: Resumen indicadores amigabilidad.	Pág. 39

Cap. 1: Presentación: Vega de Liébana Amigable con las Personas Mayores

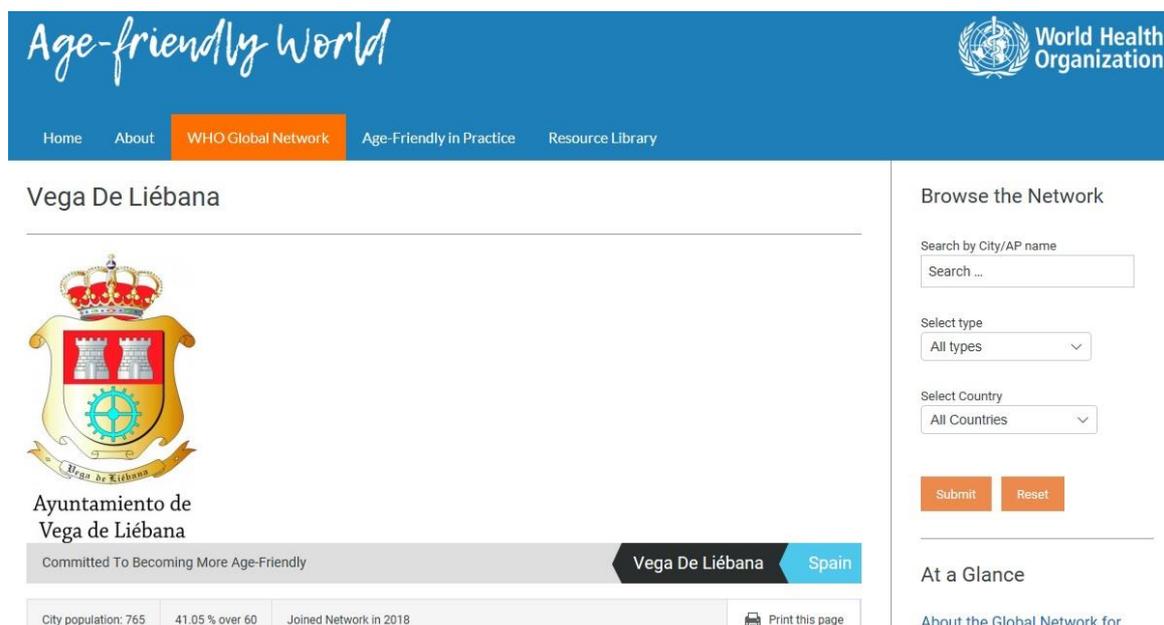
La Red Mundial de Ciudades y Comunidad Amigables con las Personas Mayores es un proyecto promovido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) destinado a crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable.

El IMSERSO, desde el 2012, a través de un Convenio de Colaboración con las OMS, es el organismo encargado en España de promocionar y apoyar este proyecto, impulsando y coordinando la creación de una Red Española de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, ofreciendo asesoramiento y facilitando el proceso de adhesión a la Red a las corporaciones locales interesadas.

Es el Gobierno de Cantabria, a través de la Dirección General de Política Social, quien toma la iniciativa y ha promovido el "Programa de Buen Trato y Promoción de Territorios Amigables con las Personas Mayores" en la Mancomunidad del Alto Asón, Mancomunidad de los Valles de San Vicente, Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia y Laredo.

Dentro de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia se encuentra el municipio de Vega de Liébana el cual ha mostrado voluntad e interés por formar parte de la "Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores". Por tanto, aprobó en pleno municipal, el día 15 de marzo de 2018, la adhesión e incorporación del ayuntamiento a la Red.

Posteriormente, se llevó a cabo el trámite de adhesión con el IMSERSO, siendo coordinadora con este organismo la Educadora Social de Servicios Sociales de Atención Primaria de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia y ejecutada el día 18 de julio de 2018. Puede ser consultada en el siguiente enlace: <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/network/vega-de-liebana/>.



Age-friendly World World Health Organization

Home About WHO Global Network Age-Friendly in Practice Resource Library

Vega De Liébana



Ayuntamiento de Vega de Liébana

Committed To Becoming More Age-Friendly Vega De Liébana Spain

City population: 765 41.05 % over 60 Joined Network in 2018 [Print this page](#)

Browse the Network

Search by City/AP name
Search ...

Select type
All types

Select Country
All Countries

Submit Reset

At a Glance

[About the Global Network for](#)

Un territorio amigable con las personas mayores es aquel que diseña y reorganiza las políticas, los servicios y las estructuras tanto físicas como sociales de la comunidad para apoyar y permitir a las personas mayores vivir dignamente, disfrutar de buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa.

En cuanto a la metodología que se utiliza en este programa, se trata de un modelo de “abajo hacia arriba” en el que resulta fundamental la participación activa de las personas mayores en todo el proceso, junto con la experiencia de profesionales, asociaciones, proveedores de servicios públicos, comerciales y de voluntariado que puedan proporcionar una visión más completa de los puntos fuertes y débiles del entorno con las personas mayores.

Por ello, prima como objetivo principal en la primera fase, conocer a través del “Protocolo de Vancouver”, las necesidades sentidas por parte de las personas mayores y de los diferentes agentes, profesionales y movimientos asociativos que existen en Vega de Liébana, conociendo su percepción y visión de qué pasos consideran óptimos para mejorar el bienestar de las personas mayores y de su comunidad.

Tabla 1.1. Fases del proyecto de amigabilidad propuesto por la OMS.

Fases	Objetivos	Duración
Planificación	<ol style="list-style-type: none"> 1) Desarrollo grupos focales. 2) Elaboración informe (necesidades y propuestas de mejora). 3) Elaboración plan de acción. 4) Identificación de los indicadores 	1-2 años
Ejecución	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ejecución del plan de acción 2) Seguimiento de los indicadores 	3-4-5 años
Evaluación	<ol style="list-style-type: none"> 1) Medición de los progresos. 2) Identificación de los éxitos y las deficiencias persistentes. 	3-4-5 años
Mejora Continua	<ol style="list-style-type: none"> 1) Planificación 2) Ejecución. 3) Evaluación. 	6-10 años

Cap. 2: Descubriendo el territorio: descripción del municipio

1. Características geográficas y físicas:

Vega de Liébana es un municipio perteneciente a la comunidad autónoma de Cantabria. Está situado en la comarca de Liébana, en el extremo occidental de la región. Limita al norte con Camaleño y Potes, al este con Pesaguero y Cabezón de Liébana, al sur con la provincia de Palencia y al oeste con la provincia de León, ambas últimas en la comunidad autónoma de Castilla y León, con la que se comunica a través del Puerto de San Glorio.

Este municipio está compuesto por 17 pueblos y su capital es La Vega.

En el municipio se encuentran núcleos rurales muy representativos de la arquitectura de la zona así como pequeñas iglesias como las de Cucayo, Dobres, Tollo, Tudes, Vada, Villaverde, Valmeo o Enterrías. Por su parte, en Ledantes se conserva la única pisa o batán que se conserva en Cantabria.

Sus principales recursos son la ganadería, la agricultura y el turismo.

2. Demografía y población:

- **La población** del municipio de Vega de Liébana cuenta con un total de 745 habitantes (*dato obtenido ICANE 2019*).

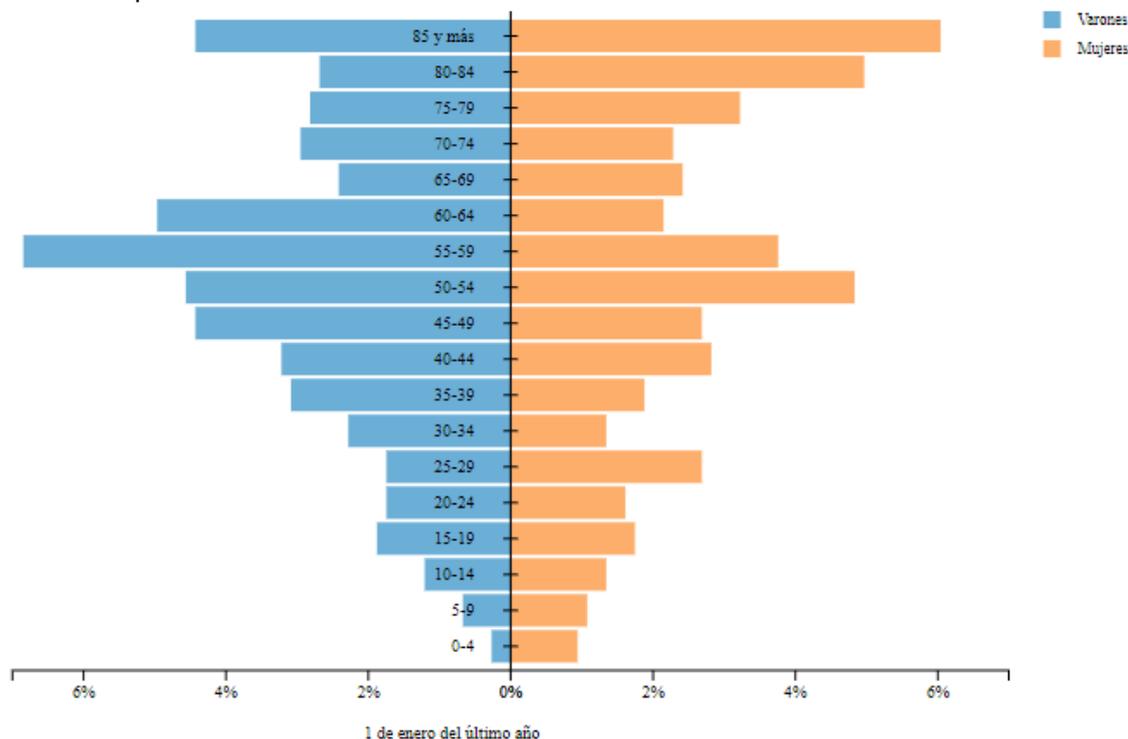
Tabla 2.1. Resumen total habitantes del Ayuntamiento de Vega de Liébana.

POBLACIÓN	HABITANTES	MUJERES	HOMBRES	DISTANCIA EN KM*
BÁRAGO	89	37	52	4,2
BARRIO	41	19	22	5,4
BORES	26	13	13	3,3
CAMPOLLO	44	17	27	4,1
DOBARGANES	23	8	15	8,7
DOBRES	74	33	41	11,2
ENTERRÍAS	10	5	5	5,1
LEDANTES	50	28	22	7
POLLAYO	9	5	4	4
TOLLO	29	15	14	6,2
TORANZO	32	14	18	4,6
TUDES	36	19	17	8
VADA	19	11	8	2,7
VALMEO	41	16	25	4,9
VEJO	44	20	24	7,2

VILLAVERDE	17	10	7	5,7
LA VEGA	161	86	75	

* El campo "DISTANCIA en Km" se refiere a la distancia de cada población a la capital del municipio La Vega.

- Pirámide poblacional:



Municipio: Vega de Liébana
Fuente: Padrón Municipal de Habitantes, Instituto Nacional de Estadística (INE)
Última actualización: 30/01/2019
Unidades: Número de personas

La pirámide poblacional del municipio de Vega de Liébana presenta una estructura regresiva:

- Los intervalos con más población son los comprendidos entre los 55-59 años siendo muy superior el número de hombres que de mujeres en este rango.
- El 41,34% de la población de Vega de Liébana es mayor de 60 años.
- El número de mujeres mayores de 60 años (157) es ligeramente superior al de hombres mayores de 60 años (151).
- La tasa de envejecimiento de la población de Vega de Liébana (40,05%) es superior a la tasa de envejecimiento de Cantabria (23,58%). Se sitúa muy por encima de la tasa de envejecimiento nacional 19%.
- La tasa de envejecimiento de la población es superior en hombres (34,90%) que en mujeres (30,15%).

Tabla 2.2. Tabla resumen habitantes mayores de 60 años en Vega de Liébana.

EDAD	MUJERES	HOMBRES	TOTAL
60-64 AÑOS	16	37	53
65-69 AÑOS	18	18	36
70-74 AÑOS	17	22	39
75-79 AÑOS	24	21	45
80-84 AÑOS	37	20	57
85 + AÑOS	45	33	78
TOTAL	157	151	308

(Datos obtenidos del ICANE 2019)

Como se puede observar en esta tabla un 58,44% de la población mayor de 60 años del municipio de Vega de Liébana se encuentra por encima de los 75 años, franja de edad en la que aumenta la posibilidad de encontrarse en una situación de dependencia, de fragilidad, de que pueda aparecer un deterioro cognitivo... En definitiva, donde se va a necesitar una red de apoyos y recursos adecuados y amigables para dar respuesta a estas personas.

Tabla 2.3. Estadística de Dependencia en Vega de Liébana.

	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
PERSONAS CON DERECHO	41	25	16
PERSONAS CON PRESTACIÓN	30	20	10
PECEF	26	16	10
TAD	2	1	1
SAD	2	2	0
CENTRO DE DÍA	1	1	0
RESIDENCIA	0	0	0

(Datos obtenidos del ICASS 2017)

- El índice de dependencia en Vega de Liébana es de 74,34%, bastante superior al de la Comunidad Autónoma que se sitúa en 52,06% (según ICASS 2017).
- Este índice de dependencia de Vega de Liébana es superior en las mujeres siendo el 98,94% frente a 56,65% en hombres. Este dato concuerda con el mayor número de mujeres con 85 años o más que de hombres en el municipio de Vega de Liébana.

- Según datos del ICASS 2017;
 - 25 mujeres y 16 hombres del municipio de Potes tienen derecho a prestación.
 - 20 mujeres y 10 hombres reciben prestación.
 - 16 mujeres y 10 hombres reciben prestación económica por cuidados en el entorno familiar.
 - 1 mujer y 1 hombre cuentan con servicio de Teleasistencia.
 - 2 mujeres cuentan con el apoyo de Servicio de Ayuda a Domicilio.
 - Una mujer es usuaria del Centro de Día.
 - No hay usuarios de Residencia en este municipio.

Cap. 3: Cuestiones previas y metodología

Para la realización del informe diagnóstico de amigabilidad se han realizado diversas técnicas de investigación y participación para analizar las ocho áreas que establece la OMS acerca de las directrices a seguir para convertirse en un municipio amigable con las personas mayores. Estas dimensiones en su conjunto establecen el punto de partida en el que se encuentra el ayuntamiento y los pueblos que lo conforman, favoreciendo la identificación de necesidades y la recogida de propuestas realizadas por parte de las personas mayores y por otros agentes comunitarios.

Las áreas sobre las que se están trabajando son las siguientes:

- 1) Espacios al aire libre y edificios.
- 2) Transporte.
- 3) Vivienda.
- 4) Respeto e inclusión social.
- 5) Participación social.
- 6) Comunicación e información.
- 7) Trabajo y participación ciudadana.
- 8) Servicios sociales y de la salud.

Las técnicas utilizadas han sido las siguientes:

- 1) Presentación del programa
- 2) Realización de reuniones – grupos abiertos.
- 3) Realización de cuestionarios.
- 4) Grupos focales
- 5) Entrevistas

1) Presentación del programa.

En esta fase inicial se aprovechó la fiesta de clausura del Programa de Envejecimiento Activo para realizar una presentación oficial, de esta forma se facilitaba llegar a las máximas personas mayores de una vez y dejar abierta la posibilidad de continuar con unas sesiones grupales en cada municipio durante el mes de mayo en el que ya no había actividades. Esto tuvo muy buena acogida permitiendo mantener reuniones y grupos abiertos durante un mes en el que se establecieron sesiones informativas.

A su vez, facilitó la presentación del mismo ante agentes sociales y políticos de la zona para reforzar la importancia de participación de todos para llevar a cabo acciones conjuntas.

2) Reuniones – grupos abiertos.

Se aprovechó el grupo de personas mayores que en la actualidad participan en actividades, denominadas en Cantabria Programas de Envejecimiento Activo. Estas reuniones se han desarrollado hasta finales de mayo, antes del descanso estival, para evitar que se produjese el abandono de este tipo de actividades hasta el comienzo o mediados de otoño.

AYUNTAMIENTO	Nº PARTICIPANTES	LUGAR DE REUNIÓN
VEGA DE LIÉBANA	16	La Vega

Además de los grupos focales, se contempló también poder realizar otro tipo de presentaciones, asambleas, entrevistas individuales... como parte de la presentación y acercamiento del proyecto, proceso y metodología a los residentes en el municipio y a los diferentes agentes de interés.

Se llevó a cabo una presentación del proyecto (durante la cual se pasó una encuesta y se debatió sobre las necesidades en los pueblos) y unas jornadas formativas e informativas sobre amigabilidad con los usuarios del programa de "Envejecimiento activo". En total han participado 11 personas, 9 mujeres y dos hombres, en 1 sesión semanal durante 4 semanas.

3) Cuestionarios.

Con el fin de establecer una evaluación de la amigabilidad del ayuntamiento de Vega de Liébana se planteó la importancia de analizar determinados elementos de amigabilidad del municipio que permitieran medir y evaluar de forma cuantitativa los indicadores que componen las dimensiones fijadas por la OMS. Para ello, de forma paralela, se elaboró y realizó de un cuestionario dirigido exclusivamente a personas mayores.

El cuestionario, se divide en las ocho dimensiones del proyecto y establece un total de 52 indicadores que evalúan la amigabilidad de los pueblos, estructurados de la siguiente forma:

Tabla 3.1. Relación de indicadores recogidos en el cuestionario según área.

	Número de indicadores
ÁREA OMS	
Espacios al aire libre y edificios	14
Transporte	4
Vivienda	3
Redes y apoyo social	6
Voluntariado, asociacionismo y participación	6

Respeto e inclusión social	2
Comunicación e información	3
Servicios Sociales y de salud	5
SATISFACCIÓN	9
Total indicadores	52

La recogida de información mediante cuestionarios comenzó en el mes de noviembre a través de cuestionarios autocumplimentados en papel. Estos cuestionarios se han facilitado a las personas mayores desde:

- Los Servicios Sociales; donde los distintos profesionales se han encargado de entregarlos a las personas mayores, ayudarlos cuando ha sido necesario y de recogerlos de nuevo cumplimentados, para posteriormente desde el equipo de Cantabria Amigable hacer un análisis de lo recogido.
- El Centro de Salud; donde la Trabajadora Social del centro se ha encargado de entregarlos a las personas mayores. Debido a las dificultades que ella misma expresaba para dedicar tiempo a rellenarles con ellos, ya que su horario de atención directa es muy reducido, les explicaba el proceso y les indicaba que podían entregarlos a través de servicios sociales; sin embargo, por este método no hemos conseguido recoger un solo cuestionario.
- Jornadas informativas, aprovechando las reuniones de presentación del programa donde se les invitaba a participar en los grupos focales a las personas mayores, también se dio la opción de participar a través de cuestionarios a todo aquel que lo prefiriese por este medio.

A través de las diferentes vías han participado en los cuestionarios un total de 16 personas del municipio, si bien la cifra no pudiera parecer muy alta, cabe destacar que es uno de los municipios que más participación ha tenido por esta vía.

Tabla 3.2 Características de las personas mayores que han cumplimentado los cuestionarios

Edad	
De 60 a 75 años	10
76 y más años	6
Sexo	
Hombre	4
Mujer	12
Localidad	
Campollo	1
Toranzo	3
Señas	1
Bárago	2
Soberao	2
La Vega	5
Pollayo	2
TOTAL: 16	

4) Grupos focales.

La OMS establece en sus documentos metodológicos, la participación de las personas mayores como fundamental para la elaboración, no solo de este informe de amigabilidad, sino del conjunto del proceso para que el municipio de Camaleño sea amigable con las personas mayores.

Cuando hablamos de Grupos Focales nos referimos a reuniones donde los participantes, entre 8-10 personas, participan de forma voluntaria para hacer un análisis de las necesidades que se observan en el entorno y propuestas de mejora. Dicha reunión es grabada y posteriormente transcrita para extraer las ideas y propuestas aportadas.

Siguiendo las indicaciones del protocolo de Vancouver en el municipio de Vega de Liébana, con una población total de 745 habitantes, y, por tanto, por debajo de 1000 se propone:

Tabla 3.2 Recomendaciones metodológicas del protocolo de Vancouver.

	<i>Municipios entre 1001 y 5000 habitantes</i>	<i>Municipios menores de 1000 habitantes</i>
<i>Nº de grupos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Un grupo de 60 a 70 años • Dos grupos de 70 a 80 años • Un grupo de más de 80 años • Un grupo de cuidadores, miembros de asociaciones... 	<ul style="list-style-type: none"> • Un grupo de mayores de 60 a 75 años • Un grupo de más de 75 años • Un grupo de cuidadores, profesionales...

Pero atendiendo a las características demográficas, orográficas, de dispersión de los núcleos de población, escasez de servicios y escasa cultura de participación del municipio de Vega de Liébana y con el fin de favorecer la participación se han realizado las siguientes adaptaciones:

- Separar los grupos por franja de edad: Desde el protocolo de Vancouver para poblaciones inferiores a 1000 habitantes se propone realizar dos grupos focales (un grupo de personas mayores de entre 60-75 años y otro mayores de 75 años), pero conociendo las características concretas de la zona y la escasa participación no ha sido una variable excluyente del grupo.
- Número de participantes: participaron 4 personas mayores de 2 pueblos pertenecientes al municipio, por debajo del número mínimo de 8 personas para cada grupo focal. En el caso de grupos focales de profesionales la participación fue de 6 personas en el primero y 9 personas en el segundo, esto se debe en gran parte a la escasez de servicios propios del municipio, ya que muchos de estos se encuentran Mancomunados o se comparten con municipios vecinos, tales como los Servicios Sociales y de Salud.
- El estatus socioeconómico: no ha sido considerado adecuado segmentar los grupos en función del estatus socioeconómico porque en municipios y localidades con tan poca población todos los vecinos y vecinas se conocen y puede ser una barrera para la participación.

- Tiempo de desarrollo: Desde el protocolo de Vancouver se establece un tiempo estimado para el desarrollo del grupo de 2'5- 3 horas que en esta ocasión no se ha superado por el escaso número de aportaciones (No existe cultura de participación social).
- La OMS recomienda que las personas participantes en los grupos focales y/o grupos abiertos no mantengan una relación estrecha lo que ha sido tarea imposible ya que la escasa población de las localidades hace que todos/as los vecinos y vecinas se conozcan, además para garantizar un mínimo de participación se aprovecharon grupos ya constituidos por participantes en otro tipo de actividades.

Tabla 3.4 Perfil, número y participantes de los grupos focales.

Perfil de los grupos.	Nº de Grupos.	Nº de personas.
Grupo de Personas Mayores de 60 años.		
Grupo A	1	4
Grupo de profesionales y/o proveedores de servicios		
Grupo B	1	6
Grupo C	1	9
TOTAL	3	19

Grupo A: Personas mayores del municipio de Vega de Liébana.

Este grupo estuvo formado por un total de 4 personas mayores de 60 años, 3 mujeres y 1 hombre, residentes en 2 localidades diferentes del municipio. Duración: 53 minutos.

Grupo B: Profesionales y/o proveedores de servicios de Cabezón de Liébana.

Participaron 6 profesionales de diferentes ámbitos de los social, 3 técnicas del Programa "Envejecimiento Activo" que se desarrolla en todos los municipios de la Mancomunidad, 2 Integradoras Sociales que desarrollan el programa "Viviendo", con atención a personas con discapacidad intelectual y 1 Trabajadora Social del "Asilo Félix de las Cuevas". Duración: 1 hora y 9 minutos.

Grupo C: Profesionales y/o proveedores de servicios de Cabezón de Liébana.

Participaron 9 profesionales de diferentes ámbitos de lo social, 2 trabajadoras sociales de SSAP, 2 representantes del Plan Mayor de la Guardia Civil, 4 voluntarias y voluntarios de programas y servicios dedicados a personas mayores y 1 representante del Grupo de Acción Local de Liébana. Duración: 1 hora y 53 minutos.

Tabla 3.5 Sexo, edad y lugar de residencia de los participantes mayores del grupo focal.

Sexo	Edad	Lugar de Residencia
Hombre	78	Pollayo
Mujer	74	Pollayo
Mujer	75	Toranzo
Mujer	94	Toranzo

Tabla 3.6 Características del grupo de personas mayores.

Edad	
De 60- 75 años.	50%
76 y más años.	50%
Sexo	
Hombre.	25%
Mujer.	75%
Situación Actual.	
Jubilado/a.	100%
Trabajador/a. En búsqueda de empleo.	0%

5) Entrevistas:

Ante la imposibilidad de algunos profesionales que mostraron su intención de participar en el programa de acudir a la celebración de los grupos focales, se decidió realizar la recogida de información en forma de entrevista, en vez de pasarles un cuestionario con preguntas cerradas, ya que desde su posición y trabajo continuado con personas mayores de la zona, nos podían aportar un punto de vista amplio sobre las áreas a analizar, y hacer de transmisores de las ideas que oyen a sus propios vecinos.

En total, se han recogido dos entrevistas de manera formal; se han contactado con más profesionales que si bien, han aportado ideas o mantenido conversaciones telefónicas o de manera informal en encuentros de otro tipo, no se han podido recoger a través de grabaciones o manuscritos por la forma y momento en el que se dieron los encuentros.

Acciones de este tipo, constatan las dificultades de encontrar en la zona personas que participen de forma activa; sobre todo personas mayores, aunque en ocasiones, nos encontramos con otro tipo de perfiles que muestran también muchas reticencias: bien son profesionales no afincados en la zona por lo que no son conocedores de áreas que se salgan de su campo de trabajo, además de no disponer de tiempo, ya que acuden a las horas de atención directa; o bien son reacios a esta metodología de trabajo o han participado en el programa en alguna de sus otras formas.

Cap. 4: Aspectos generales de la amigabilidad de Vega de Liébana con las personas mayores

En esta introducción del análisis de la amigabilidad del municipio de Vega de Liébana se pretende mostrar de forma contextual algunas percepciones generales sobre cómo es vivir en Vega de Liébana para una persona mayor. Se ofrece así un punto de partida sobre el que comenzar la evaluación del conjunto de dimensiones que hace que una ciudad sea amigable con las personas mayores.

Se trata de datos medidos de forma cuantitativa recogidos a través de cuestionarios, si bien, al ser poco numerosos no resultarían representativos para una muestra de población de este número, parece interesante incluirlos, por una parte en consideración con los vecinos participantes en el programa por este medio, y por otro, porque a la hora de analizarlos son coincidentes con las percepciones que tienen sobre el municipio el resto de participantes por otras metodologías.

Tabla 4.1 Puntuaciones medias de satisfacción del municipio.

	Puntuación media. (En una escala de 1, nada, y 10, totalmente satisfecho)
1. Con los parques y zonas al aire libre del municipio.	4,14
2. Con las formas de transporte para moverse dentro y fuera del municipio.	1,57
3. Con la vivienda del municipio.	6,71
4. Con la relación con la familia, vecindad, amistades...	7,64
5. Con las oportunidades de participación social (Voluntariado, asociacionismo) que ofrece su municipio.	5,50
6. Con la forma en la que disfruta de su tiempo libre en el municipio.	4,64
7. Con el respeto y la inclusión de las personas mayores en la vida de su municipio.	5,57
8. Con la forma de comunicación e información que recibe de lo que ocurre en el municipio.	3,50

9. Con el funcionamiento de los servicios sociales y sanitarios del municipio.	6
TOTAL SATISFACCIÓN DEL MUNICIPIO.	5,03

Se obtiene una puntuación media de 5,03 puntos en la valoración general de satisfacción con el municipio de Vega de Liébana lo que indica, tal y como se ha comentado anteriormente, que bajo el punto de vista de las personas mayores se podría mejorar la amigabilidad del municipio.

De las puntuaciones medias obtenidas por área es destacable que las más bajas corresponden a la falta de transporte, idea reiterada tanto en entrevistas como en grupos focales, por la importancia que tiene en generar oportunidades de participación en la vida social tanto de este municipio como de municipios vecinos en donde se realizan parte de las actividades de la zona, esto hace que la percepción de aislamiento se incremente e incide directamente en el bienestar social de las personas mayores.

Cap. 5: Espacios al aire libre y edificios

Esta primera área, de las 8 que define la OMS para la evaluación de la amigabilidad del ayuntamiento es uno de los capítulos más extensos teniendo en cuenta el conjunto de aspectos que recoge para su valoración. Dentro de este apartado se tratan los siguientes aspectos:

- Parques y zonas verdes.
- Bancos para sentarse.
- Aceras y calles.
- Tráfico y semáforos.
- Seguridad personal.
- Accesibilidad a los edificios públicos.

Carreteras, aceras, caminos, iluminación.

En general los vecinos del municipio expresan estar satisfechos con las obras de mejora que se han llevado a cabo en los pueblos, sobre todo destacan las inversiones en asfaltados, y diferencian su municipio de los vecinos en cuanto a dotación de servicios e infraestructuras, aunque reconocen que siempre hay algo por mejorar, en general, valoran positivamente el mantenimiento que se realiza en los pueblos.

"Las carreteras que hay en el municipio las tenemos bastante bien, los caminos bastante bien, y los pueblos están bastante bien con luz de noche, bueno hay casi de todo"

"Los pueblos bastante bien"

"Oye los coches agarran mucho mejor, el calzado no se gasta tanto, mucho mejor que el hormigón es, mucho mejor"

"Perfecto"

"Sí, sí, de iluminación bien"

Desde los grupos de profesionales se insiste mucho en el buen mantenimiento de las carreteras y las cunetas. Sobre todo en los municipios que cuentan con pueblos más dispersos entre sí, los arcenes de la carretera son utilizados como paseos, con el riesgo que ello conlleva cuando no se hace con las condiciones de seguridad adecuadas.

"la gente mayor en los pueblos habría que concienciarla, porque salen a pasear por la carretera de hacer uso del chaleco reflectante o ropa reflectante, porque salen un día de amanecida, salen al atardecer y no les ves, y eso sí que había que concienciarlos porque no se lo ponen"

Edificios públicos

Cada vez son más los edificios públicos que están adaptándose para ser accesibles a personas con movilidad reducida, se valoran positivamente los esfuerzos pero se reconoce la necesidad de adaptar los espacios municipales cedidos para la realización de actividades ya que las barreras arquitectónicas que presenta la sala en la que se desarrolla el Programa de Envejecimiento Activo hace que la gente no pueda participar aunque muestre voluntad de hacerlo.

"tiene una silla, pero la tiene estropeada, además la tiene estropeada desde el principio"

"las escaleras imposibles, además son unas escaleras bastante pindias"

"además la barandilla tampoco está muy allá porque está como un poco baja, porque para bajar bajan todos con un miedo"

"hay gente que no puede llegar al taller"

"el año pasado un hombre dejó de venir porque no podía"

Bancos y áreas de descanso

Este punto es susceptible de mejora en todos los pueblos, valoran mucho la instalación de bancos en puntos estratégicos de los mismos, ya que esto facilita un punto de reunión para los vecinos, además una de las principales fuentes de socialización en núcleos que cada vez están quedando más despoblados y tienen una expansión geográfica tan amplia, es salir a pasear, actividad que hacen casi todas las personas mayores por lo que necesitan áreas de descanso que lo faciliten. Se asume como dificultad para la realización de algunas mejoras la orografía propia del terreno, sin que esto impida señalar pequeñas inversiones que reviertan en beneficios para los vecinos.

Es necesario una mejora en la adecuación de espacios públicos, creación de áreas de descanso con bancos y protección frente a la lluvia, el sol..., parte de estas mejoras han sido realizadas por los propios vecinos en función de sus necesidades lo que justifica esta solicitud de mejora.

"y en el camino de Tollo también hay un banco que lo utiliza mucho la gente pero es que lo han hecho ellos"

"en Enterrías, bueno los bancos que hay son puestos por los propios vecinos"

"y la marquesina igual, le han puesto una cortina a la marquesina de Vejo"

"yo creo que no hay muchos bancos"

Tabla 5.1 Puntuaciones medias de satisfacción de “Espacios al aire libre y edificios”.

	Puntuación media. (En una escala de 1- nada y 5- mucho).
Parques y zonas verdes	
Hay suficientes.	2
Están bien cuidados.	3,36
Están bien situados.	3,29
Están bien equipados (baños públicos, bancos, papeleras...)	2,50
Asiste con frecuencia.	2,07
Aceras y calles	
Están bien cuidadas.	2,21
Son accesibles (sin desniveles, están rebajadas, con espacio suficiente).	2,29
Hay bancos o lugares donde poder descansar	2,14
El tráfico y las señales del municipio	
Se respetan las señales de tráfico	2,36
Los vehículos van a una velocidad adecuada	2,71
Seguridad ciudadana	
Suficientemente iluminado	3,36
Está convenientemente vigilado	1,93
Hay peligro de robos	2,14
Existen zonas donde se sienta inseguro/a	1,43

Cap. 6: Transporte

El capítulo de evaluación de la amigabilidad del municipio relacionada con el transporte se centra en el transporte público existente y en la experiencia como conductores y conductoras.

El grupo formado por las personas mayores, es un tipo de colectivo que por multitud de circunstancias presenta factores muy heterogéneos. Esa heterogeneidad se traslada de forma clara al uso de los medios de transporte. A medida que avanza la edad de la persona, los diferentes medios utilizados van conllevando algunos problemas para su uso de forma efectiva, cómoda y segura. Por ejemplo, diversos factores como la salud de la persona, la accesibilidad al transporte público, el nivel económico, etc., hacen que algunas personas mayores sigan utilizando el vehículo propio o bien se decanten por el transporte público.

De ahí surge la importancia y la necesidad marcada por la OMS de estudiar esta área específica y su situación con respecto a la población de personas mayores del municipio de Vega de Liébana.

Transporte Público.

La falta de transporte público se considera el principal problema a la hora de acceder a programas y servicios desarrollados en el municipio o en municipios vecinos, teniendo en cuenta la distancia entre pueblos y la prestación de la mayoría de servicios en Potes como núcleo central de la comarca, la queja es reiterada entre la población mayor y entre los proveedores de servicio de la zona.

Además, a esta falta de transporte público hay que añadir que muchas personas mayores no cuentan con carné de conducir, bien porque nunca lo tuvieron, sobre todo en el caso de mujeres, o porque se les ha ido retirando el permiso, esto hace que se acentúe la sensación de dependencia y aislamiento.

"Había baile cada 15 días en Potes los sábados pero yo no bajé nunca pues por lo mismo, porque no tienes..."

"No tienes manera de moverte"

"Tampoco, pues si hubiese vivido mi marido, cuando vivía mi marido íbamos a todos los sitios"

"Hoy el coche es para todo"

"Si te subes aquí y te gusta vivir en el pueblo con un coche no hay distancias"

"Hay mucha diferencia de vivir en Potes a vivir en un pueblo, en Potes puedes pasar sin coche"

"si se quedan sin carné en el pueblo ya se mueren"

"les quitan el carné y... uff... y además es que hay una diferencia, es muy diferente, tengo el carné me muevo, no tengo el carné y ya..."

Taxi

A nivel usuario se valora positivamente el servicio que se da en cuanto accesibilidad, amabilidad, trato personal, disponibilidad y en general, calidad del servicio; sin embargo, se reconoce como un servicio con coste inasumible para algunos usuarios, sobre todo, porque al carecer en la zona de otro medio de transporte público, éste es utilizado para desplazamientos de actividades de primera necesidad, tales como consultas médicas, analíticas...

"que hay veces que tienen que gastarse 30 o 40 € para ir a tomarse la tensión, porque yo también entiendo que desde salud, los médicos y las enfermeras no se quieren desplazar a domicilio si esa persona se vale, sí, me valgo, pero no tengo transporte, no tengo cómo bajar al CS, entonces tengo que llamar al taxi, me baja que el taxi me espere y me vuelva a subir, pero el taxi me lo cobra"

Conducción

Asociado al avance de la edad se reconoce una pérdida de facultades para la conducción lo que conlleva un riesgo para uno mismo y para los demás; sin embargo, la pérdida del carné de conducir supone un golpe importante en el recorrido vital de las personas que las convierten en más dependientes y más vulnerables al aislamiento.

"aquí las personas mayores que conducen, pues fíjate tú aquí la media de edad que hay, la gente que el carné le tendrán un año, dos años como mucho"

"sí, porque hay sitios que a lo mejor en el pueblo lo tienen dos o tres, porque bajan los lunes y le ponen carné reducido, ¿a cuánto está tu pueblo?, a 25 km, pues 25 km, del pueblo para bajar al mercado los lunes y volver a casa, no hay otra opción, pero es que si se lo quitas a lo mejor es el único que baja del pueblo, claro porque ese es el problema los dejás incomunicados"

Tabla 6.1 Puntuaciones medias de satisfacción con el "Transporte".

	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Bus: Existen suficientes paradas.	1
Bus: Las rutas y la frecuencia son aceptables.	1
Bus: El precio es asequible.	1
Bus: Lo utiliza con frecuencia.	1

Cap. 7: Vivienda

El análisis de determinadas características de la vivienda es un elemento clave para medir la calidad de vida de la población, pero además es especialmente relevante para el segmento de personas mayores. Esta población es la que en mayor medida experimenta problemas de accesibilidad a sus viviendas (puertas de acceso, ascensor, rampas, etc.) siendo necesario realizar diversas reformas para mejorar esa situación, lo que en ocasiones no es fácilmente realizable por ausencia de capacidad financiera, por falta de ayudas económicas, o por la propia comunidad de vecinos/as.

El área de vivienda, por otro lado, debe entenderse también de manera significativa atendiendo a la propia infraestructura del hogar para aquellas situaciones en las que las limitaciones de las personas, derivadas de un empeoramiento del estado de salud, o que por situaciones de mayor dependencia pudieran emerger, suponen una necesidad imperante de llevar a cabo reformas en el hogar para adaptar la vivienda a estas situaciones.

La falta de accesibilidad a la vivienda provoca diferentes situaciones perjudiciales y contrarias a los parámetros de calidad de vida para las personas mayores. Uno de estos perjuicios es que esta accesibilidad inadecuada provoca que las personas mayores afectadas no puedan realizar alguna actividad con total normalidad. Por tanto, un análisis de la condición y posible mejora de la situación de las personas mayores debe estructurarse, entre otras dimensiones, sobre indicadores relativos a la vivienda.

En este sentido, es primordial la capacidad de respuesta que ante estas situaciones tenga el Municipio, dando a conocer y publicitando las medidas llevadas a cabo y las posibles ayudas que pudieran ponerse en marcha.

Esta área de trabajo, trata de reflejar la percepción que tiene la población mayor sobre diversos aspectos relacionados con la vivienda: desde la valoración de diversas situaciones de accesibilidad, necesidades de adaptaciones, hasta el conocimiento de las políticas de ayuda a la vivienda puestas en marcha, etc.

Accesibilidad y autonomía dentro de las propias viviendas. Reformas y adaptaciones.

En general, las personas mayores participantes en los grupos de debate mantienen sus casas en óptimas condiciones y se hacen cargo de reformas para adaptarlas a sus necesidades, también son conscientes de las futuras reformas que deberán afrontar, en su mayoría baños, sustitución de bañeras por platos de ducha con el fin de evitar caídas o traslado de habitaciones principales a las primeras plantas, ya que casi todas las viviendas cuentan con escaleras.

Son concededores de que existen ayudas y subvenciones, reconocen que en muchas ocasiones por tener a alguien cercano que en algún momento lo ha solicitado y saben a qué organismo dirigirse a pedir información y asesoramiento en los trámites.

"A la mía no le hace falta na, la mía la hice nueva"

"Y el plato de ducha ya quité la bañera y bien, tengo una casa demasiado grande, cuando la hicimos éramos muchos y ahora estamos dos solos"

"Sí, sí, no nos espabilamos, yo lo he hecho yo todo y estoy haciendo todavía, dentro de casa hace poco puse una chimenea más moderna, me sale el aire fuera, tengo calefacción de gasoil pero esto ayuda mucho porque como la tienes encendida todo el día"

Sin embargo, a través de las opiniones de los profesionales que trabajan en el municipio, sobre todo, profesionales de ayuda a domicilio que tienen acceso a gran número de casas de gente mayor, se sabe de la existencia de muchas viviendas que no son accesibles ni están adaptadas, en muchas ocasiones las características de la construcción y el lugar en dónde se encuentran tampoco permiten grandes adaptaciones, lo que dificulta en gran parte su permanencia en la vivienda si pierden facultades, movilidad o sufren deterioro considerable.

"sí que hay muchas viviendas que no son nada accesibles, ni internas...,ni dentro del domicilio ni fuera del domicilio y sí que dificulta la movilidad pero... en os pueblos, la gente mayor puede vivir en la casa de toda la vida, la casa tradicional en la que siempre han estado viviendo y a veces es la casa familiar, que no es una casa de nueva construcción, que no es una casa adaptada, que es una casa de hace montones de años con todos sus problemas"

En ocasiones los propios mayores son reacios o no son conscientes de la necesidad de realizar reformas que mejoren su calidad de vida en sus domicilios, por lo que es necesario un trabajo multidisciplinar de todos los profesionales de los diferentes ámbitos en conjunto con las familias, tanto para detectar este tipo de situaciones como para concienciar a los usuarios en la importancia de invertir en mejoras de su calidad de vida.

"no ven al necesidad de hacer, están acostumbrados a vivir en unas determinadas condiciones y no lo ven necesario, lo ven como un lujo"

"por no meterme en obras..., hay veces que se hace la reforma o se hace la adaptación pues por presión familiar"

Residencias, centros de día y ayuda a domicilio.

Se insiste en la necesidad de invertir en más recursos orientados a la permanencia de las personas mayores en sus domicilios: Teleasistencia, ayuda a domicilio..., ya que consideran que es el mejor recurso que se les puede ofrecer. Aunque valoran la Residencia de la zona de forma positiva, consideran que el número de plazas es insuficiente y excesivamente caras, además, reconocen el

duro trámite que supone para la gente mayor abandonar sus casas, las personas más mayores de los grupos focales verbalizaban angustia de pensar en no poder valerse dentro de sus domicilios, sobre todo viven el traslado a las residencias como una pérdida de sus redes sociales y desarraigo de los pueblos, y aunque reconocen el buen trato de los profesionales que trabajan en ellas, también una pérdida de libertades e independencia que repercute en su bienestar psicológico.

"les cuesta mucho, tomar la decisión de salir de casa les cuesta mucho..."

"les cuesta dejar su casa para ir a casa de un familiar, más todavía si..."

"la gente mayor tiene también sus costumbres, sus manías en su casa, que las tenemos todos y claro..."

"Ese es el problema porque los viejos siempre nos tenemos que morir, no hay otra pero antes si se morían 20 nacían otros 20 pero ahora resulta que se mueren como antes, aunque sea con algún año más pero no hay repuesto ahora y ese es el problema y encima el repuesto, lo poco que hay no se queda aquí, las residencias se van a quedar pequeñas y no son ni accesibles porque ya en esta de Potes cobran 1500 € y las jubilaciones de aquí de Liébana la mayoría están en 600€, 700, bueno pues una de las salidas es más asistencias sociales y que las gentes se queden en sus casas"

Tabla 7.1 Puntuaciones medias de satisfacción de la "Vivienda".

	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Dispone su municipio de viviendas asequibles en cuanto a precio.	1,64
Conoce la existencia de ayudas financieras para las reformas, el mantenimiento o adaptación de la vivienda.	1,29
Su vivienda está adaptada a posibles situaciones de dependencia.	1,71

Cap. 8: Respeto e inclusión social

El respeto y la inclusión social son dos términos que cuentan con elementos de unión, ya que un buen nivel de inclusión social genera sensación de respeto social hacia las personas mayores.

Es preciso, que desde el conjunto de actores implicados en un municipio se trabaje a favor de conseguir potenciar un concepto e idea sobre las personas mayores que ayude a entender y a configurar bajo el mismo prisma qué es envejecer y cómo debemos hacerlo. Ampliando el conjunto de acciones destinadas a personas mayores a lugares y espacios compartidos con otras generaciones.

Que las personas mayores de un municipio tengan una sensación de ser respetadas por el resto de la ciudadanía es clave para generar espacios eficientes de participación e inclusión en la comunidad. Esta percepción puede venir dada por la experiencia personal de cada individuo en función de los espacios de relación social en los que de forma más clara estén inmersos cotidianamente, o incluso puede observarse a través de la ausencia de los mismos, como elemento generador de exclusión y marginación social.

En este caso, se trata de reconocer posibles situaciones de riesgo para las personas mayores, evitando entornos poco incluyentes en los que la edad, el hecho de ser mayor, sea la variable fundamental para que generen espacios de exclusión de cualquier tipo.

Respeto

Desde el punto de vista de las personas mayores que expresaron su opinión en los grupos, sienten que siguen siendo respetadas tanto en su comunidad como dentro de su núcleo familiar, no obstante, reconocen que no se ponen en valor sus opiniones, no sienten que a nivel político y comunitario se haga un esfuerzo por escucharles y activar políticas e inversiones atendiendo a sus necesidades reales.

Sin embargo, esta percepción choca con la que manifiestan los profesionales que reconocen que socialmente estamos sufriendo muchos cambios y no somos capaces de transmitir a nuestros jóvenes determinados valores que pongan en relieve la figura de la persona mayor dentro de la sociedad.

"eso son ya valores y normas que se transmiten en el propio domicilio, que la época que estamos viviendo ahora es completamente diferente a lo que..., hoy las circunstancias cambian, cambian pues porque no se transmiten de la misma manera, porque además tienen unos modelos que ven que están..."

"creo que nos está fallando la educación desde las bases, es decir, desde los jóvenes, yo para mí respeto a los mayores creo que se está perdiendo mucho (...) en la calle lo ves pues cuando te cruzas con una persona y le tienes que ceder el paso, vamos yo veo a chavales jóvenes es que pasan, no dicen, vamos, nada, se tiene que

bajar de la acera a veces la personas mayor o va con un carro o va con una silla, bueno yo creo que lo del respeto, aquí, dejamos, estamos, no lo estamos haciendo bien con la gente mayor, yo creo que no, a mí me duele"

"no lo estamos haciendo bien con la gente joven"

Despoblación de las zonas rurales

En este punto sería interesante destacar una preocupación repetida una y otra vez por el fenómeno de la despoblación, junto con la pérdida de vecinos se han ido perdiendo servicios, costumbres, relaciones interpersonales y en definitiva bienestar social.

Dan mucha importancia al uso de los servicios del municipio para que se puedan seguir manteniendo y a la buena relación entre vecinos que favorezca su bienestar psicosocial. Este último punto lo valoran como muy positivo, destacan la unión entre vecinos y el apoyo mutuo como rasgo distintivo en su municipio.

"Yo no digo que no haya cosas entre los vecinos, pero normalmente no, a alguien le pasa algo y están ahí"

"Viene el verano y muchas tardes, ya estuvimos allí esta mañana allí no sé cuántos sentados"

"... en aquellos tiempos me segaron la hierba y todo los vecinos y ya hace 40 y pico de años que murió el marido mío"

"Yo cuando se fueron ya todos mis hijos de casa, viene (...) si tienes miedo me quedo a dormir contigo"

"Si a mí me dicen es que sois poca gente, somos pocos pero estamos bien unidos"

"Son pocos y no están unidos y eso en los pueblos con la poca gente que queda en muy duro"

Cada vez más encontramos personas mayores en los municipios, en muchos casos solas, o con una red de apoyos cada vez menor, y más aislados de recursos y zonas poblacionales mayores con más servicios, de ahí surge la idea de una figura profesional encargada de un observatorio de las personas mayores, con funciones de coordinación con otros profesionales de la zona, de salud, sociales..., tareas de supervisión y prevención de casos de aislamiento, transmisora de información y dinamización en el entorno natural de la persona.

"conocer las personas dependientes mayores de 65 años o menores que fueran dependientes y que barreras arquitectónicas había, o sea que barreras había en el domicilio, y qué familiares convivían, que ayudas tenían, qué recursos, eso se iba casa por casa, yo creo que en la zona debería de haberlo"

Desde el grupo de profesionales se insiste mucho en la concienciación sobre una mejora de las políticas e inversión pública que respeten las necesidades individuales y los derechos de las personas mayores, atendiendo a la particularidad del territorio en el que viven si queremos mejorar la calidad de vida de éstos y paliar el terrible despoblamiento que sufren las zonas rurales y que incide de forma negativa directamente en este colectivo.

"y nada decirle a las administraciones que inviertan en tercera edad, que esperemos todos llegar allí"

"pero que inviertan con recursos continuos en el tiempo, no algo puntual le pongo un parche y..."

"y que políticas de las ciudades no son las mismas que en zonas rurales pero para todo, para empleo, para educación, sabes que está muy bien la globalización o muy mal, eso ya depende... pero que se estudie el territorio y las necesidades"

Como ejemplo de programa que apuesta por la atención individualizada de la persona y se centra en el respeto e inclusión de la misma y de sus cuidadores, en el caso de personas dependientes, destacan una acción puntual llevada a cabo municipios vecinos un "Programa de Acompañamiento", que fue valorado de forma positiva por parte de sus beneficiarios y familias y que sería interesante implantar en el resto de la comarca de forma más continuada.

"y sobre todo que te quita también una carga al cuidador porque yo sabía que ese día tenía a alguien para estar con la persona y esas dos horas que venía a casa era cómo a comprar a tal a tal, porque si no, no tienes ese tiempo, y es una carga la que te quita..., a mí me ayudaba a duchar a mi madre, es que estabas deseando que vinieran, si no yo sola no puedo, si puedes contratar a alguien y si no... y para mí fue un proyecto súper bueno, y también dos años o un año y se olvidó, y lo veo también súper importante ese proyecto, yo bueno esto venían a casa al apoyo"

"había gente que era muy reticente a salir a pasear, no sé qué, no sé cuánto y sabía que ese día tenía que salir con Fulanito y Menganito y ellos se sentían en la obligación de que iban a venir, ya tenían como un aliciente, no era el pasar tiempo por pasar"

Servicios, programas y comercios.

Satisfacción por los servicios que encuentran dentro de su municipio, consideran que son muchos teniendo en cuenta el tamaño del mismo y valoran positivamente el trato que reciben desde los mismos.

"Y aquí también, porque además te lo suben a casa, el pedido te lo suben"

"Yo creo que en La Vega estamos muy bien: farmacia, banco, supermercados, restaurantes..."

"Peluquería"

"No lo tienen el resto de municipios"

"Y piscinas"

Tabla 8.1 Puntuaciones medias de satisfacción "Respeto e inclusión social".

	Puntuación media. (En una escala de 1-nada y 5- mucho).
Respeto e inclusión social	
Cree que las personas mayores son respetadas en su municipio	3,29
Existe contacto suficiente entre personas de diferentes edades (Mayores, jóvenes, niños, niñas)	3,14
Tejido y apoyo social	
El contacto familiar es frecuente	3,71
El hogar de sus familiares se sitúa cerca del suyo	2,86
Conoce a sus vecinos/as	4,38
Existe apoyo vecinal (intercambio de ayuda)	3,85
Conoce a las y los comerciantes (dueños/os y empleados/as de establecimientos)	4,31
Le ayudan en situaciones concretas	4

Cap. 9: Participación social

Es interesante conocer otra de las áreas clave para observar la amigabilidad de un municipio con las personas mayores, y en este caso tiene que ver con la expresión del interés que tienen las personas de más edad de Vega de Liébana por participar en las distintas actividades que se le ofrecen desde las alternativas de las esferas públicas y privadas del municipio.

Se reconoce el impacto positivo en el bienestar, tanto físico como emocional, de la persona el hecho de participar en actividades, en la vida social y cultural del territorio. Las reconocen como indispensables para mantener sus redes sociales ya que por el despoblamiento y por la distancia geográfica se sienten aislados unos de otros.

"y la gente cuando participa en talleres, les gusta y salen contentos, y además satisfechos, o sea que no es una experiencia negativa, sino todo lo contrario es una experiencia muy positiva, entonces ¿por qué no vuelven?, ¿por qué no repiten?"

"Bueno pero siempre me distraigo un rato"

"Eso es, pero viene muy bien, tú sabes lo bien que viene el ejercicio"

"Tú sabes lo que es el bajar, el hablar un día a las semana y ya parece que la semana es más corta, el lunes a Potes y otro día aquí pues ya..."

Poco a poco, sobre todo por la falta de gente se van perdiendo costumbres de los pueblos en los que había mucha implicación por parte de los vecinos, por eso se hace necesario gente implicada y activa que mantenga tradiciones.

"Es que ya no se hace nada, (...), aquí también suelen hacer algo y he bajado algo a la iglesia"

"Lo organiza el cura"

"Hay un cura para tres municipios y tiene otro más en otro, así que ya te puedes imaginar lo que puede hacer, la dedicación, se dedica total pero..."

"Para el Carmen nos dice misa y... después yo hago una merienda para todos los que van a misa"

"Sí, pero siempre tiene que haber alguien que lo mueva si no..."

Sin embargo, la valoración tanto de la participación como de la oferta que se hace desde el municipio de las mismas es negativa, principalmente por las razones que se exponen a continuación:

- Se reconoce como generalizado una falta de cultura de participación ciudadana en actividades colectivas ya que hasta hace relativamente poco tiempo no existían, además las dinámicas de vida en los pueblos antes respondían a otras necesidades en las que éstas no tenían cabida.

"tampoco somos muy participativos en ese tema pero ocurre con todo en general en Liébana, ocurre con el fútbol, con los muchachos, con los padres y ocurre con todo"

"no hay cultura de participación, no la hay y luego, parece una tontería pero la orografía influye muchísimo en todo lo que hacemos aquí"

- La falta de transporte las hace inaccesibles para muchas personas, se trata de una zona con núcleos poblacionales alejados entre sí.

"si no tengo transporte..., es que hay gente que se ha quedado sin ir"

"porque son 5, 10... pero si mucha más gente del municipio hubiera querido participar de esto, habría transporte para todos"

"Había baile cada 15 días en Potes los sábados pero yo no bajé nunca pues por lo mismo porque no tienes"

"No tienes manera de moverte"

- La información no siempre llega, por lo que se hace necesario revisar de qué forma se transmite, por experiencias recientes se ha comprobado que el boca a boca sigue funcionando en estos entornos y que es necesario las publicaciones pueblo a pueblo y no sólo por municipio.

"la experiencia de este año es que yendo a los pueblos es como captas gente, yendo puerta por puerta, es mucho trabajo pero al final es..."

"mucha gente no baja y dice, que me he enterado ahora"

- Las actividades están limitadas en cuanto a la variedad, por ejemplo no hay actividades intergeneracionales, y al tiempo de ejecución, muchas se realizan durante unos meses al año dependientes de una subvención.

"se quejan de que es poco tiempo al año"

"Nada, un curso de pintura"

"Si, muy puntuales"

Tabla 9.1 Puntuaciones medias de satisfacción "Participación Social".

	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Tiempo libre	
Hay una amplia variedad de actividades de tiempo libre.	2,23
Las actividades de ocio son asequibles.	2,46
Los lugares donde se realizan actividades de tiempo libre (centros culturales, teatros, centros deportivos...) se encuentran bien ubicados.	2,15

Cap. 10: Comunicación e información

Indudablemente, la forma en que se proporciona la información, la información en sí misma, su calidad, su estructura y su formato es un elemento fundamental para incentivar la participación e inclusión social de las personas mayores del municipio.

En una sociedad en la que la realidad de la comunicación e información está desarrollándose de forma evidente mediante medios integrados en las nuevas tecnologías, la utilización y manejo de estos medios por parte del segmento de población mayor es un elemento que las administraciones públicas tienen que observar y estudiar, con el fin de evitar situaciones de marginación y exclusión al respecto.

No hay integración, ni participación sin contar con mecanismos que acerquen la información a la ciudadanía, y en este caso, es necesario acudir a aquellos elementos comunicativos que son más útiles y manejables para las personas mayores, los cuales harán que este grupo impulse su participación cívica y social dentro del municipio. Sin duda, no hay lugar a la participación si no existen personas informadas, clave por tanto para desarrollos participativos más complejos y ambiciosos.

Un primer aspecto fundamental para posibles desarrollos de políticas comunicativas e informativas por parte de la administración municipal, es conocer cómo de informados/as se consideran y perciben que están las personas mayores de nuestro municipio. Se trata de un indicador que permite de una forma clara sondear posibles carencias y situaciones de vulnerabilidad, y que pueden generar situaciones no deseables en las personas mayores.

Hay que tener en cuenta que la falta de información de lo que ocurre en el municipio, puede ser de alguna manera, una forma de detectar situaciones en las que otro tipo de informaciones no lleguen de forma correcta a las personas mayores, bien sea de tipo sanitario (desconocimientos de campañas para mejorar la salud de las personas mayores, por ejemplo), económico o social, entre otros muchos aspectos.

De las opiniones expresadas en los grupos focales por las personas mayores se desprendería que el municipio realiza un gran esfuerzo por hacer llegar la información a sus vecinos, creen que este no sería el problema de la baja participación de las personas si no que se debe más bien a falta de iniciativa y falta de gente en los pueblos.

"Mandan bandos a los pueblos"

"Lo ponen en los pueblos, eso lo pegan los alcaldes, lo que son los encargados de poner eso"

"Si ponen un papel"

"...y para enterarte de todas esas cosas te mandan a la asistente social"

Sin embargo, a través de las opiniones expresadas por los diferentes profesionales y otras personas mayores a través de otros medios, se observa la necesidad de revisar los medios que se utilizan para informar acerca de lo que pasa en los municipios, desconocen las actividades y programas de los que pueden beneficiarse. Valoran positivamente cuando esta información se les hace llegar de forma personal e individualizada, no sólo porque se ha demostrado que este método es eficaz sino porque incide directamente en otro área de este análisis ya que les hace sentirse más valorados en integrados dentro de su comunidad.

"puerta a puerta va servicios sociales, va Mancomunidad, vamos nosotros... te preguntan oye que sabes de esto, cuando sale lo otro"

"mucha gente no baja y dice, que me he enterado ahora"

"hay mucha falta de información"

"la experiencia de este año es que yendo a los pueblos es como captas gente, yendo puerta por puerta, es mucho trabajo pero al final es..."

Son conscientes de que la manera de informar ha cambiado sustancialmente a lo largo de los años y muchos pueblos no se han adaptado, las nuevas tecnologías van ganando terreno en este campo sin embargo, la conexión a internet en zonas rurales sigue siendo deficiente. Esta falta de infraestructuras se suma el desconocimiento de muchas personas mayores del manejo de las nuevas tecnologías, aunque por otro lado reconocen que hubo un esfuerzo municipal hace años por impartir cursos y que, por todos los motivos expuestos anteriormente, más sumado a que en su día no hubo una conciencia de esta necesidad no se aprovecharon. En la actualidad reclaman un nuevo esfuerzo público tanto para asegurar la conexión a internet de todos los habitantes del municipio como para formar en el uso de las nuevas tecnologías a todas aquellas personas que lo precisen.

Principalmente reconocen que las nuevas tecnologías les facilitan el contacto con familiares que viven fuera, y comienzan a ser fuente de ocio; sin embargo, para trámites más oficiales como puede ser gestiones bancarias, citas telemáticas..., les generan todavía mucha desconfianza e inseguridad.

"Sí que es cierto, si no llega no llega"

"hombre y eso da mucha compañía también, entretiene"

no, es que sigue estando uno fuera nada más que para eso, tú a una personas mayor ahora de 80 años que tiene que... que se ponga a teclear ahí en una pantalla a modo de dibujar... en vez de sacar dinero del cajero te lo saca para hablar con... (...), y aquí viene la gente que tiene sus ahorros y viene y tiene su cartilla y quiere... no que a las 11 de la mañana le digan ya no te puedo dar dinero"

"en cada ayuntamiento, se hicieron 4 cursos porque yo participé de uno de ellos pero que pasa, un día no había internet, otro día se había bajado no sé qué, otro día tal..."

"eso tenía que haberse aprovechado también para que la gente hubiera tenido un sitio, que en La Vega había un montón, y es una manera que la gente pueda acceder a internet, a dar un curso, incluso a qué lo utilicen"

"En general en los pueblos yo creo que la gente no maneja internet"

"la familia que haya introducido el móvil y la Tablet a su madre para que trastea y tal si, si no, no"

"sí, pero mira por ejemplo en mi pueblo que son 3, el único que maneja la Tablet es el señor, para leer el periódico, si, como no le llega el periódico de otra manera compró una Tablet, le enseñaron a usarla los hijos, y lee el periódico todos los días, eso y mira a ver dónde van los aviones que pasan por el pueblo, ese va a San Francisco"

Tabla 10.1 Puntuaciones medias de satisfacción "Información y Comunicación".

Información y comunicación	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Se considera bien informado/a sobre lo que ocurre en su municipio.	1,77
Dispone en su municipio de acceso a internet	3,08
Utiliza las redes sociales como fuente de comunicación	1,77

Cap. 11: Trabajo y participación ciudadana

La participación asociativa de las personas mayores, acción ya considerada por las Naciones Unidas, a través de la Organización Mundial de la Salud, como relevante para mejorar la calidad de vida y la propuesta de un envejecimiento activo de la población, con lo que propone la potenciación de políticas públicas incentivadoras de la participación de las personas mayores en diferentes ámbitos de la vida pública, entre ellos el ámbito asociativo, es un pilar fundamental.

Por lo que se refiere a la participación de las personas mayores consultadas, se puede apreciar que pocas personas pertenecen a una asociación. En general, existen pocas asociaciones tanto en el municipio como a nivel Mancomunidad y poco sentimiento asociativo entre las personas mayores, pero las personas que si forman parte de alguna asociación, valoran la experiencia como positiva.

Las participantes, mayoría mujeres, reconocen que parte de su desempeño siguen siendo las labores del hogar, mantienen el rol de cuidadoras toda su vida y dedican gran parte de su tiempo a las atenciones del resto de la familia; por una parte, muchas veces son cuidadoras de los mayores, pero ahora además atienden también a nietos y nietas, esto, reconocen que les aporta un reconocimiento social y les mantiene en activo; sin embargo, en ocasiones el coste físico y emocional también es alto.

Apenas existen labores de voluntariado en la zona, el grado de colaboración de las personas mayores en los pueblos se limita a las festividades patronales y a la ayuda en los negocios familiares, tales como ganadería... Una tarea muy extendida también es el cultivo de huertos. Todas estas actividades se reconocen como de especial importancia frente al deterioro físico y cognitivo y como una fuente de reconocimiento social y de sentimiento personal de utilidad.

"aquí el único voluntariado que hay en la zona es Cruz Roja y Cáritas"

"no hay nada más, sí que la gente intenta pues eso ayudar en la ganadería, en los negocios, que yo lo veo un punto importante porque desde mi punto de vista y desde mi experiencia, mantente ocupado porque si no la cabeza"

"al no haber gente, salir a la calle, no poder hablar con nadie, por la despoblación, la distancia de los recursos"

"es que antes se reunían mucho hasta para pasear ¿verdad? Pero ahora ya"

"en los concejos, los concejos se prohibieron, sabes se reunían la gente en esos sitios y ahora eso ha desaparecido"

Tabla 11.1 Puntuaciones medias de satisfacción "Trabajo y Participación ciudadana".

	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Voluntariado y Asociacionismo	
Participa en actividades de voluntariado.	2,21
Participa en asociaciones.	2,14
Le gustaría participar más en la vida ciudadana de su municipio.	3,08

Cap. 12: Servicios Sociales y de la salud

El ayuntamiento de Vega de Liébana forma parte de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia, mediante esta asociación de municipios se prestan algunos servicios conjuntamente a los ciudadanos, como es el caso de los Servicios Sociales de Atención Primaria (SSAP). Estos servicios tienen sede central ubicada en Potes, desde donde se atiende al conjunto de la población empadronada en cualquiera de los municipios mancomunados. No obstante, cada Ayuntamiento tiene asignada una trabajadora social para atención específica de la población de su municipio que se desplaza al mismo, en el caso de Vega de Liébana los martes en horario de 9:00 a 11:00h.

En general, la cartera de servicios sociales es conocida por el conjunto de la población, y se muestran satisfechos con la atención, se reconoce que podría mejorarse o incrementarse los servicios que se prestan, ya que aunque son amplios nunca son suficientes, sobre todo de cara al futuro en donde se prevé un aumento significativo de población mayor en los municipios como venimos observando en los últimos años. Además de este aumento de recursos, sería necesario una simplificación de los trámites administrativos que generan mucho malestar entre los usuarios, y un acortamiento de los plazos de resolución para acceder a un recurso o servicio.

"nunca son suficientes, todo puede ser mejorable, eso está claro (...) la población que más atiende es precisamente esa la Tercera Edad o la gente mayor, se conocen los recursos y si no les conocen se les informa, en muchas ocasiones, la ventaja de vivir en una zona tan pequeña que todo el mundo nos conocemos es que muchas veces la demanda no te llega a través de la usuario, si no que te llega a través de terceros o bien de la Guardia Civil, o bien del Centro de Salud, o bien de un vecino, del Ayuntamiento, porque se coordina, eso es lo bueno que tenemos, o del Centro Educativo, y o se acude a domicilio"

"hay veces que tienen unas expectativas inmensas, ahora llego y lo soluciono todo, y luego cuando llegan y ven la realidad y los recursos de los que se disponen, vaya, es lo que hay"

"Sí que es verdad que se agobian, se agobian porque en el momento que ven dos papeles: uff y ahora cómo encuentro esto, cómo hago esto, mejor lo dejo. Es la inseguridad que les crea encontrarse un montón de documentos"

"muchas veces te llegan y te dicen yo creo que es de esto, ya lo saben, necesitan que se lo confirmes, están inseguros"

En general, las personas mayores valoran positivamente tanto estos servicios como los sanitarios, dando especial importancia a tener ambulatorio con médico y enfermera en el propio municipio con atención diaria. De igual manera valoran positivamente el buen trato que reciben de profesionales de todos los ámbitos.

Durante un tiempo estuvo puesto en marcha a través de contrataciones de corporaciones locales un programa de acompañamiento a mayores en municipios vecinos, se valora positivamente la iniciativa, viendo que cada vez es más útil y necesaria esa figura, ya que la despoblación de las zonas rurales y el incremento de la esperanza de vida, hace que cada vez exista más gente mayor en los pueblos en situación de aislamiento y soledad; sin embargo, este programa debería someterse a una revisión que permita a la mejora del servicio, que no dependa de contrataciones temporales y con un perfil profesional que sea sensible a las necesidades del colectivo al que atiende.

"Después ha habido ayuntamientos, que esto se nos ha olvidado decirlo en algún punto, que sí que ha introducido la figura de persona de acompañamiento en los pueblos, que le gustaba mucho porque iban cada día a un sitio, salían a pasear, charlaban, se juntaban tal... pero yo creo que en Liébana no sé si lo ha hecho un par de Ayuntamientos solo, tenían que introducir en corporaciones locales no solo peones forestales o peones tal... si no la figura d acompañamiento"

"pero eso estaría guay en todos los ayuntamientos y en todas las corporaciones, salir a pasear y reunirles en la casa del pueblo en el centro no sé qué, sabes, ya si un día viene, los lunes viene Citanito, los miércoles bajo a EA, los miércoles voy al médico a no sé qué y ya los sábados viene la familia, los periodos de tiempo se pasan más..."

Tabla 12.1 Puntuaciones medias de satisfacción con "Servicios Sociales y Sanitarios".

Servicios Sociales y Sanitarios	Puntuaciones medias (Escala 1- Nada y 5- Mucho).
Conoce el servicio de ayuda a domicilio.	3
Conoce el servicio de teleasistencia.	2,69
Conoce el servicio de centro de día.	2,92
Conoce el funcionamiento de las residencias para personas mayores.	3
Está el centro de salud ubicado de forma adecuada y cercana.	3,62

Cap. 13: Resumen cuadros amigabilidad

En este apartado, se pretende identificar de forma visual alguna de las opiniones de menor y mayor amigabilidad que las personas mayores y proveedores de servicios del municipio de Vega de Liébana han expresado a través de las diferentes técnicas de investigación desarrolladas en el municipio.

De este modo, el informe de amigabilidad se resume en un cuadro dividido por las principales áreas analíticas y en el que se especifican algunas necesidades de mejora relevantes sobre cada una de ellas, así como alguna de las medidas de mejora que pueden desarrollarse para impulsar la amigabilidad del municipio de Vega de Liébana con las personas mayores.

Tabla 13.1 Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión de Espacios al Aire Libre y Edificios.

		AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS		CUNETAS Y SEGURIDAD PERSONAL	Falta de seguridad al pasear por cunetas o caminos.	Campañas de concienciación de seguridad vial respecto al uso del chaleco reflectante.
		ÁREAS DE DESCANSO Y BANCOS	Bancos en puntos estratégicos de pueblos y caminos.	Instalación de bancos y mantenimiento de los que ya existen.
		EDIFICIOS PÚBLICOS	Barreras arquitectónicas en las salas cedidas por el Ayuntamiento para la realización de actividades	Cambio de ubicación de las actividades. Mejora en el acondicionamiento de las salas, eliminación de barreras arquitectónicas.
		CARRETERAS Y CAMINOS	Cunetas y caminos llenos de bardas, se tardan en limpiar y obligan a invadir la carretera cuando caminas por ellos.	Aumento de la frecuencia de limpieza y desbroces

Tabla 13.2. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Transporte.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
TRANSPORTE	AUTOBÚS	Inexistencia de transporte público.	<p>Unión por parte de los ayuntamientos para poner un sistema circular de autobuses.</p> <p>Identificar cual es la demanda de las personas mayores y dar servicio a esa demanda (médico, mercado, compras...).</p> <p>Poner un servicio de línea interurbana, sin mirar la rentabilidad económica y si el derecho de las personas a estar comunicados.</p>
	TAXI	<p>Satisfacción tanto con la calidad del servicio.</p> <p>Encarecimiento de gestiones de la vida cotidiana al ser el único transporte existente en la zona.</p>	<p>Reducción del coste de taxi para personas mayores en situación de fragilidad (Convenio con Ayto.).</p>

Tabla 13.3. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Vivienda.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
VIVIENDA	ACCESIBILIDAD Y AUTONOMÍA	Viviendas con barreras arquitectónicas (Baños no adaptados, escalones en la entrada, escalera de acceso al dormitorio...)	Adaptación de la vivienda en función de las necesidades.
	REFORMAS Y ADAPTACIONES	<p>Ayudas financieras para adaptación de la vivienda.</p> <p>Dificultad en la solicitud de ayudas y plazos de concesión.</p> <p>Falta de conciencia de muchas personas mayores de la necesidad de adaptar y reformar sus propias viviendas</p>	<p>Información de las ayudas financieras para la adaptación de la vivienda a través de asambleas abiertas implicando a las juntas vecinales y asociaciones del municipio.</p> <p>Simplificación de los trámites administrativos de acceso a las ayudas.</p> <p>Campañas de información y seguridad en los domicilios: prevención de caídas, prevención de incendios...</p>
	RESIDENCIAS, CENTROS DE DÍA Y AYUDA A DOMICILIO	<p>Recursos que faciliten la permanencia de las personas mayores en sus domicilios en mayor tiempo posible.</p> <p>Impacto emocional negativo en la mayoría de las personas que deben trasladarse a residencias o casas de otros familiares, por el aumento de la sensación de dependencia, pérdida de raíces, red social...</p>	<p>Aumentar los recursos de Teleasistencia, ayuda a domicilio....</p> <p>Apoyo psicológico que favorezca en bienestar de la personas durante el proceso de cambio vital.</p>

Tabla 13.4. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Respeto e Inclusión Social.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
RESPECTO E INCLUSION SOCIAL	DESPOBLACIÓN	<p>Pérdida de servicios e inversión pública</p> <p>Soledad y aislamiento</p>	<p>Políticas que atiendan a la particularidad del territorio</p> <p>Políticas e inversión pública que atiendan las necesidades individuales y los derechos de las personas mayores.</p> <p>Creación de un observatorio propio del mayor en el territorio con funciones de coordinación con otros profesionales de la zona, de salud, sociales..., tareas de supervisión y prevención de casos de aislamiento, transmisora de información y dinamización en el entorno natural de la persona.</p> <p>Continuación del Programa de Acompañamiento que aporta beneficios no sólo a los usuarios si no a sus familiares.</p>
	RESPECTO	<p>Pérdida de valor social de los mayores desde el punto de vista de los jóvenes</p>	<p>Campañas de sensibilización y buen trato hacia los mayores</p> <p>Fomento de actividades intergeneracionales.</p>

	<p>RELACIONES FAMILIARES</p>	<p>Sobrecarga de las personas mayores que cada vez con más frecuencia adoptan roles de cuidadores dentro de los núcleos familiares</p>	<p>Apoyar este rol cada vez más frecuente en personas mayores mediante servicios de descanso al cuidador, apoyo psicológico y de ayuda a domicilio.</p>
	<p>RELACIONES VECINALES</p>	<p>Soledad y aislamiento en pueblos cada vez más despoblados</p>	<p>Favorecer y fomentar la colaboración vecinal, facilitar encuentros y actividades que permitan una mayor socialización</p>

Tabla 13.5. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Participación Social.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
PARTICIPACIÓN SOCIAL	ACTIVIDADES EDUCATIVAS, CULTURALES Y DE OCIO	Falta cultura de participación	Fomentar el apoyo entre vecinos y el uso compartido del transporte
		Falta de transporte público	Proporcionar transporte para poder acudir y participar en las actividades
		Falta de información	Revisar las formas de informar, poner en valor acercar la información de forma personal e individualizada.
		Poca variedad de actividades y frecuencia.	Ofrecer actividades novedosas, de acuerdo a su trayectoria de vida, con mayor frecuencia y mayor duración.
		Casi inexistencia de actividades en el propio municipio.	Cesión y acondicionamiento de locales públicos para reunirse
		Pérdida de costumbres y fiestas populares, poca iniciativa y pocas personas residiendo en los municipios.	Apoyar y fomentar desde las instituciones públicas el mantenimiento de fiestas, costumbres y la participación ciudadana.

Tabla 13.6. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Comunicación e Información

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN	INTERNET	<p>Cobertura telefónica, internet y televisión deficiente o inexistente.</p> <p>Desconocimiento en el uso de nuevas tecnologías.</p>	<p>Mejora de la infraestructura con el fin de mejorar la comunicación y ofrecer unos servicios básicos.</p> <p>Formación práctica a través de cursos/ talleres de uso de móviles, tabletas, ordenador para gestiones básicas (Cita médica, DNI, Cajero automático, multas...).</p>
	INFORMACIÓN MUNICIPAL	<p>Información sobre programas y actividades del municipio que no llega al conjunto de la población mayor.</p>	<p>Puntos de información en cada pueblo: tablón de anuncios...</p> <p>Información individualizada y personalizada a través de diferentes profesionales.</p>

Tabla 13.7. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Empleo y Participación Ciudadana

EMPLEO Y PARTICIPACION CIUDADANA	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
	OCUPACIONES DESPUÉS DE LA JUBILACIÓN	La mayoría de participantes en las actividades comunitarias son mujeres, que tras la jubilación siguen asumiendo rol de cuidadoras y dedicándose a tareas del hogar. Esta actividad en ocasiones es incompatible con otras de ocio.	Ofrecer apoyos desde la administración pública al cuidador para poder desarrollar su vida social de forma plena.
	ASOCIACIONISMO	Falta de asociaciones en el municipio y de cultura asociacionista en las personas mayores.	Incentivar la participación y creación de asociaciones en la vida del municipio desde las administraciones públicas.
	ACTIVIDADES RELIGIOSAS Y FIESTAS PATRONALES	Les aporta reconocimiento social.	Seguir fomentando desde las administraciones públicas la participación no sólo en las celebraciones sino en la programación y preparación de este tipo de eventos.

Tabla 13.8. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Servicios Sociales y de la Salud

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD	SERVICIOS SOCIALES	<p>Trámites administrativos complicados y plazos largos.</p> <p><i>Cartera de servicios desconocida.</i></p> <p>Prevenir las situaciones de aislamiento, soledad y exclusión.</p>	<p><i>Simplificar los trámites de solicitud.</i></p> <p>Aumentar el tiempo de atención directa y frecuencia.</p> <p><i>Campaña de información y explicación sobre los servicios y sus prestaciones.</i></p> <p>Continuidad del programa de acompañamiento a las personas mayores</p> <p><i>Implantación de un servicio de catering.</i></p>