

# PLAN DE ACCIÓN CON LAS PERSONAS MAYORES.

## VEGA DE LIÉBANA

Septiembre 2019



## Índice de contenido

Cap. 1 Introducción	Pag. 3
Cap. 2 Plan de Acción y Calendarización de Vega de Liébana	Pag. 4
2.1 Espacios al aire libre y edificios	Pag. 5
2.2 Transporte	Pag. 8
2.3 Vivienda	Pag. 9
2.4 Respeto, inclusión social y participación social	Pag. 11
2.5 Comunicación e información	Pag. 15
2.6 Empleo y participación ciudadana	Pag. 17
2.7 Servicios Sociales y de la Salud	Pag. 20
Cap. 3 Posibles indicadores para mejorar la amigabilidad con las personas mayores de 60 años en el Municipio de Vega de Liébana	Pag. 23
3.1 Espacios al aire libre y edificios	Pag. 24
3.2 Transporte	Pag. 26
3.3 Vivienda	Pag. 27
3.4 Respeto, inclusión social y participación social	Pag. 29
3.5 Comunicación e información	Pag. 32
3.6 Empleo y participación ciudadana	Pag. 33
3.7 Servicios Sociales y de la Salud	Pag. 34

## Cap. 1 Introducción

Dentro de la primera fase, la fase de planificación se realizó el Diagnóstico en el Municipio de Vega de Liébana, cuyo resultado se ofrece en las tablas que se exponen en el Cap. 2. En ellas se recogen las necesidades y propuestas de mejora en las distintas áreas, según las aportaciones recogidas y debatidas en las distintas reuniones realizadas.

También se ha elaborado un Plan de Acción para el Municipio que recoge las acciones y actuaciones a llevar a cabo, así como la calendarización de realización. Dichas actuaciones serán asumidas por las diferentes áreas municipales que correspondan, siendo los encargados de la puesta en marcha los responsables municipales u otros organismos o entidades responsables. EL Plan de Acción ofrece, además, una serie de los posibles indicadores para valorar la mejora la amigabilidad del municipio con las personas mayores.

**Tabla 1.1: Fases del proyecto de la amigabilidad propuesto por la OMS**

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

---

## *Cap. 2 Plan de Acción y Calendarización de Ejecución de Vega de Liébana*

---

### **Plan de acción de VEGA DE LIÉBANA.**

#### **CALENDARIZACIÓN DE EJECUCIÓN**

A fin de facilitar la posterior puesta en marcha y el buen desarrollo del Plan de Acción, se ofrecen las propuestas de acción, ideas junto con un calendario y con la asignación de la persona responsable de cada una.

Se aconseja por ir marcando, por ejemplo, los años que se planifique ejecutar la actuación correspondiente. Así como en la casilla DESESTIMADO cuando se descarte realizar ninguna acción, junto a observación si se estima conveniente, que favorezca no perder esa información y si procede, retomarla o modificarla posteriormente.

## 2.1 ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS PÚBLICOS

Espacios al aire libre	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	Carreteras y caminos	Mejora de cunetas y caminos	Limpieza de las cunetas y caminos más veces al año							
Seguridad personal	Aumento de la seguridad de los peatones que pasean por las cunetas	Campañas de concienciación de seguridad vial respecto al uso del chaleco reflectante.								

Espacios al aire libre	Bancos y zonas de descanso	Bancos en paseos y lugares de reunión de los pueblos	Instalación de bancos y mantenimiento de los existentes.							
	Edificios públicos	Mejora de la accesibilidad a los espacios cedidos por el Ayuntamiento para las actividades	Eliminación de barreras arquitectónicas  Cambio de ubicación de las actividades							

## 2.2 TRANSPORTES.

Transportes	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	Autobús	Falta de transporte público	Recuperar convenios para el uso compartido del transporte escolar							
		Ofertar actividades en el municipio complementadas con servicio de transporte								
		Implantación de línea de autobús en períodos o días puntuales que conecten los municipios.								





## 2.3 VIVIENDA.

Vivienda	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	Reformas y adaptaciones	Dificultad de los trámites administrativos para el acceso a las subvenciones	Facilitación de los trámites desde la administración pública.							
Mayor acompañamiento por parte de los profesionales del servicio.										
Falta de concienciación de muchos mayores de mejorar la movilidad y seguridad dentro de sus viviendas		Campañas de concienciación y seguimiento individual por parte de los profesionales de servicios sociales								

Propuesta

Residencias, Centros de Día y Ayuda a Domicilio	Falta de recursos para facilitar la vida en los domicilios el mayor tiempo posible	Aumento de apoyos técnicos y recursos humanos: ayuda a domicilio, servicio de catering, Teleasistencia...								
	Impacto emocional negativo en el traslado de domicilio	Apoyo psicológico que ayude en el proceso								

## 2.4 RESPETO, INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN SOCIAL.

	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	<b>Respeto</b>	<b>Convivencia</b>	Progresar en acciones y/o actitudes de empatía con las personas mayores	<p>Esfuerzo conjunto de familias y agentes sociales por transmitir una educación que ponga en valor el papel de las personas mayores en todos los ámbitos</p> <p>Organizar puntos de encuentro donde personas mayores y jóvenes puedan disfrutar de actividades conjuntas o complementarias, creando espacios donde ambos grupos compartan sus experiencias, cultura y emociones</p>						

ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
Inclusión y participación social Actividades y programas	Ampliar la oferta de actividades y favorecer su continuidad en el tiempo	Adecuación de locales públicos destinados a ocio							
		Implicación de los profesionales de los diferentes ámbitos por acercar la información y los recursos a las personas mayores							
	Fomentar la participación social como forma de prevenir el deterioro físico y psicológico así como el aislamiento y soledad	<p>Esfuerzo por parte de las administraciones por mantener una oferta de actividades que no dependan de acciones puntuales.</p> <p>Recoger la opinión de las personas mayores sobre la programación y variedad de las actividades.</p>							

Propuesta

Relaciones familiares	Rol de cuidadores	Apoyar este rol cada vez más frecuente en personas mayores mediante servicios de descanso al cuidador, apoyo psicológico y de ayuda a domicilio.							
Relaciones vecinales	Soledad y aislamiento en pueblos cada vez con menos vecinos	Favorecer y fomentar la colaboración vecinal, facilitar encuentros y actividades que permitan una mayor socialización							

Propuesta

Despoblación	Pérdida de servicios, costumbres e inversión pública	<p>Políticas que atiendan a la particularidad del territorio</p> <p>Políticas 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>								
	Soledad y aislamiento	<p>Continuación del Programa de Acompañamiento que aporta beneficios no sólo a los usuarios si no a sus familiares.</p>								

## 2.5 COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN.

Comunicación e información	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	Conexión a internet	La conexión a internet y cobertura móvil no llega a todos los pueblos del municipio.	Más inversión para la mejora de las conexiones.							
Nuevas tecnologías	Su uso como fuente de información e incluso para ocio y prevenir la soledad.	Cursos para el manejo de ordenadores y dispositivos móviles, adaptados a las necesidades individuales de cada uno.								

Comunicación e información	Información del municipio	La información sobre actividades del municipio no llega a todos.	<p>Instalación de tabloneros de anuncios en los pueblos.</p> <p>Implicación de todos los profesionales por acercar la información de tú a tú.</p> <p>Registro de personas mayores a las que enviar información individualizada sobre las actividades que se realizan.</p>							
----------------------------	---------------------------	--	---	--	--	--	--	--	--	--



## 2.6 TRABAJO Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA.

	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
Participación ciudadana	Voluntariado	Impulsar de nuevo el programa de acompañamiento pero abierto a voluntarios y que incluya una cartera de servicios más amplia.	Coordinado por los S.S.A.P							
			Integrado por profesionales y personas voluntarias, que estén previamente formadas. Tanto por personas mayores, promoviendo su percepción de autonomía y solidaridad, como por otras generaciones							
			Donde se realicen apoyos y acompañamiento en paseos o en actividades socioculturales y de ocio							
			Donde se realicen visitas informativas a los hogares sobre las distintas actividades de interés que próximamente se vayan a desarrollar en el municipio							

			Donde se realicen acompañamientos a gestiones administrativas, centro de salud, hospital (incluido ingresos) etc.							
<b>Participación ciudadana</b>	<b>Actividades comunitarias</b>	Incentivar la participación en festividades y fomentar actividades de ocio y convivencia.	<p>Reconocimiento por esta participación dentro de la comunidad</p> <p>Motivar y alentar desde las administraciones esta participación; trabajar para producir un cambio cultural que fomente la vida comunitaria.</p>							

Propuesta

Centro Social	Promover su uso	<p>Facilitar el acceso mediante transporte</p> <p>Dinamizar el centro a través de profesionales y programación de actividades</p>								
Cuidadores	<p>Rol de cuidadores dentro de las familias de las personas mayores, sobre todo mujeres, que les impide el desarrollo pleno de la vida social y repercute de forma negativa en su salud.</p>	<p>Ofrecer apoyos desde la administración, como descansos y programas de ayuda psicológica.</p>								

## 2.7 SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD.

Servicios Sociales y de la Salud	ÁREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA	2019	2020	2021	2022	2023	INSTITUCIÓN RESPONSABLE DE LA ACCIÓN	DESESTIMADO
	S.S.A.P	Falta de información sobre los servicios y programas ofertados	<p>Dar información de manera individualizada a los usuarios.</p> <p>Llevar un registro de usuarios para informar de futuras acciones.</p> <p>Elaborar un folleto informativo donde se recojan todos los recursos y servicios que se ofrecen desde Servicios Sociales</p>							

Servicios Sociales y de la Salud	S.A.D	Atención insuficiente	Dotar a este recurso de mayor presupuesto para aumentar el tiempo y el número de personas beneficiarias.							
	T.A.D	Mayor implantación de este servicio	Dotar de infraestructura al entorno rural para mejorar el servicio.							
	Servicios	Aumento de servicios que ayuden a prevenir situaciones de soledad y exclusión	Implantación servicio de catering.  Continuidad del programa de acompañamiento							

Propuesta

Acontecimientos vitales inherentes	Ofertar servicio educativo de prevención a personas mayores de 60 años	<p>Gestionado por una psicóloga/o y en donde se trabaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El proceso de jubilación</li> <li>-El duelo y la perdida de seres queridos</li> <li>-La pérdida de facultades y capacidades</li> <li>-El aislamiento</li> <li>-La sexualidad</li> </ul>							
------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

---

## *Cap. 3 Indicadores para mejorar la amigabilidad con las personas mayores en Vega de Liébana*

---

Un aspecto muy importante del proyecto es poder valorar el grado de avance o logro de los objetivos de la amigabilidad deseada, en sus diferentes áreas. Es por ello que a continuación de presentan una serie de indicadores, a modo de ejemplo, que pueden ser utilizados a tal fin. Por supuesto éstos pueden ser complementados con otros que puedan diseñarse con posterioridad.

### 3.1 ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
ESPACIOS AL AIRE LIBRE	Carreteras y caminos	Cunetas	Limpieza de cunetas	Nº de siegas anuales
		Caminos	Acondicionar y mantener los caminos para facilitar su uso en condiciones climatológicas adversas.	Nº de caminos mejorados
	Seguridad personal	Seguridad de los peatones	Uso del chaleco reflectante	Campaña de concienciación sobre seguridad vial
	Bancos y zonas de descanso	Instalación de bancos	Instalar bancos en zonas de paseo y reunión en los pueblos.	Nº de bancos instalados
Mantener en buenas condiciones las zonas de descanso existentes			Nº de bancos y mesas sustituidas o arregladas	



Edificios  
públicos

Eliminación de  
barreras  
arquitectónicas

Garantizar la accesibilidad a los espacios  
donde se realizan actividades.

Cuestionarios de satisfacción sobre la ubicación y  
dotación de los espacios públicos tanto para los  
usuarios como para los profesionales que las utilizan.

### 3.2 TRANSPORTES.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
Transportes	Autobús	Implantación líneas de autobús	Recuperar convenios para el uso del transporte escolar	Nº de plazas compartidas Nº de líneas compartidas
			Implantación líneas de autobús en días o períodos puntuales	Nº de líneas implantadas Nº de usuarios a la semana
	Taxi	Facilitar y fomentar su uso	Convenios, subvenciones y bonos para mayores de 65 años	Nº de bonos expedidos al año Porcentaje de trayectos subvencionados
			Actividades complementadas con transporte	Nº de usuarios de programas que solicitan transporte

### 3.3 VIVIENDA

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
Vivienda	Accesibilidad	Propulsar la eliminación de barreras arquitectónicas en las viviendas.	Promover una campaña a modo de sensibilización y prevención del aislamiento y la exclusión social, en la que se informe a las de vecinas y vecinos de las ayudas económicas para eliminar barreras arquitectónicas del hogar.	Nº de sesiones informativas.  Nº de pueblos donde se realizan las sesiones informativas.  Nº de viviendas que han tenido ayudas para la rehabilitación de la vivienda al año.
		Facilitar los trámites administrativos de acceso a las subvenciones	Acortamiento de los plazos de resolución.  Acompañamiento y apoyo profesional en la solicitud y recogida de impresos y documentos	Nº de meses transcurridos entre la apertura de expediente y la resolución.  Cuestionarios de evaluación y satisfacción a cumplimentar por los solicitantes.

Vivienda	Residencias, Centros de Día y Ayuda a Domicilio	Facilitar la permanencia de las personas en sus domicilios	Aumento de recursos de Teleasistencia, ayuda a Domicilio, Servicio de Catering...	Nº de solicitantes del servicio al año
		Acompañar en el proceso de traslado a Residencias y Centro de Día tanto a usuarios como a familiares	Apoyo psicológico que minimice el impacto emocional que supone la salida del domicilio	Nº de intervenciones de apoyo

### 3.4 RESPETO, INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN SOCIAL.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
<b>Respeto</b>	Convivencia	Progresar en acciones y/o actitudes de empatía con las personas mayores	Programas conjuntos de familias y agentes sociales que pongan de manifiesto el valor de los mayores.	Nº de actividades programadas
			Promover actividades intergeneracionales	Nº de actividades realizadas al año Nº de usuarios mayores de 60 Nº de usuarios menores de 60 años
		Sensibilizar en el buen trato hacia las personas mayores	Campañas de sensibilización dirigidas a todos los sectores de población.	Nº de campañas dirigidas a la población en general Nº de campañas dirigidas a escolares Nº de campañas dirigidas a profesionales Nº de participantes en cada una de ellas

Actividades y programas	Ampliar la oferta y el tiempo de los programas	Mantener una oferta de actividades en el municipio que no dependan de subvenciones puntuales	Nº de actividades programadas y desarrolladas.	
		Recoger la opinión de las personas mayores sobre la programación y variedad de las actividades.	Cuestionarios y buzón de sugerencias	
	Fomentar la participación social como forma de prevenir el deterioro físico y psicológico así como el aislamiento y soledad	Adecuación de locales municipales destinados al ocio.	Reformas de locales.  Dotación de material y mobiliario.	
		Campañas por parte de los profesionales para informar y motivar a la participación comunitaria	Nº de campañas llevadas a cabo  Nº de participantes	
	Relaciones familiares	Apoyo a los cuidadores	Aumento de plazas del programa Cuidando al Cuidador	Nº de plazas ofertadas  Nº de solicitantes del servicio
			Servicio de ayuda a domicilio para descanso de los cuidadores	Nº de plazas ofertadas  Nº de solicitantes del servicio

Relaciones vecinales	Prevenir el aislamiento y la soledad	Favorecer la colaboración vecinal mediante encuentros y acciones en el propio municipio donde ellos mismos se auto gestionen: traslados, labores, meriendas...	Nº de talleres y acciones. Nº de participantes.
		Creación de una oficina del mayor con funciones de coordinación, prevención, información y dinamización.	Nº de acciones puestas en marcha al año Nº de usuarios atendidos al año
Despoblación	Mantener los servicios y la inversión pública.	Continuación del Programa de Acompañamiento que aporta beneficios no sólo a los usuarios si no a sus familiares.	Nº de solicitantes del servicio al semestre

### 3.5 COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
Comunicación e información	Conexión a internet	Cobertura móvil y conexión a internet en todos los pueblos	Mejora de la infraestructura en telefonía móvil, internet y televisión con el fin de mejorar la comunicación y ofrecer unos servicios básicos.	Nº de acciones destinadas a la mejora de la infraestructura de telecomunicaciones.  Pueblos beneficiados
	Nuevas tecnologías	Facilitar su conocimiento y uso	Cursos para el manejo de ordenadores y dispositivos móviles, adaptados a las necesidades individuales de cada uno.	Nº de personas mayores de 60 años participantes
	Información del municipio	Acercar la información a todas las personas mayores del municipio	Instalación de tabloneros de anuncios en los pueblos	Nº de tabloneros instalados
			Envío de información sobre actividades del municipio por carta	Registro de personas mayores del municipio.



### 3.6 TRABAJO Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
Participación ciudadana	Voluntariado	Programa de acompañamiento	Impulsar de nuevo el programa de acompañamiento desde los servicios sociales, coordinado y efectuado por profesionales en colaboración con voluntarios.	Nº de personas interesadas en ser voluntarias. Nº de horas de formación. Nº de personas que solicitan el servicio
			Donde se realicen apoyos y acompañamiento en paseos o en actividades socioculturales y de ocio.	Nº de personas que solicitan el servicio. Nº de acompañamientos realizados.
			Donde se realicen acompañamientos a gestiones administrativas, centro de salud, hospital (incluido ingresos) etc.	Nº de solicitudes para acompañamiento. Nº de acompañamientos realizados.
	Centro social	Promover e incentivar su uso	Facilitar el acceso mediante la subvención del transporte	Nº de usuarios solicitantes de transporte al mes
		Dinamizar el centro a través de profesionales y programación de actividades	Contratación de profesionales para su gestión y programación, y dinamizar con apoyos de voluntarios	Nº de contrataciones Nº de usuarios del servicio a la semana

### 3.7 SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD.

	ÁREA	ACCIÓN	ACTUACIONES	INDICADORES
Servicios Sociales	S.S.A.P	Mejora de la información sobre la cartera de servicios	Elaboración de un folleto informativo donde se recojan todos los recursos y servicios que se ofrecen desde Servicios Sociales	Nº de folletos impresos
			Dar información de manera individualizada a los usuarios.	Registro de usuarios
	S.A.D	Mejora de la atención	Dotar a este recurso de mayor presupuesto para aumentar el tiempo y el número de personas beneficiarias.	Aumento presupuestario Nº de usuarios nuevos al año Nº de horas de atención incrementadas al mes
	T.A.D	Dotar de infraestructura al entorno rural para mejorar el servicio.	Mayor implantación del servicio y ofertar a más beneficiarios.	Nº de personas que solicitan el servicio.  Nº de acciones dirigidas a la mejora de la infraestructura.  Nº de personas beneficiarias.

	<p><b>Acontecimientos vitales inherentes</b></p>	<p>Prevención de casos de riesgo de exclusión, aislamiento o soledad. Fomento del bienestar psicosocial de los mayores.</p>	<p>Ofertar servicio educativo de prevención a personas mayores de 60 años, gestionado por una psicóloga/o y en donde se trabaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El proceso de jubilación</li> <li>-El duelo y la pérdida de seres queridos</li> <li>-La pérdida de facultades y capacidades</li> <li>-El aislamiento</li> <li>-La sexualidad</li> </ul>	<p>Nº de talleres llevados a cabo</p> <p>Nº de participantes en cada uno de ellos</p>
--	--	---	--	---