

## MEMORIA DEL AREA DE PERSONAS MAYORES DEL IMAS.

### 1.- FUNDAMENTACIÓN.

Una ciudad amigable con las personas mayores es un entorno integrador y accesible, tanto física como cognitivamente, que facilita el acceso a los servicios, a los recursos y la participación de las personas mayores en todos los ámbitos de la vida de la ciudad.

El Plan de actuación “Cáceres Ciudad Amigable con las Personas Mayores”, que el Ayuntamiento de Cáceres, a través del IMAS, y en coordinación con otras áreas del Ayuntamiento desarrolla, está enmarcado en un proyecto promovido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), de ámbito mundial cuya misión es ayudar a los municipios, a prepararse para el envejecimiento rápido de la población, una tendencia mundial.

EL Ayuntamiento de Cáceres quiere fomentar un envejecimiento activo y saludable, para ello considera prioritario la creación de entornos amigables con la edad, lo que requiere un proceso que mejore **la adecuación entre las necesidades de las personas y el entorno en el que viven.**

Cáceres, ciudad amigable con las personas mayores, queremos que sea el lugar en el que las personas quieren envejecer. El Ayuntamiento de Cáceres, a través del Área de las personas mayores, quiere que esta ciudad se reconozca como amigables con las personas mayores trabajando para fomentar el envejecimiento activo y saludable.

**Cáceres quiere posibilitar a las personas mayores para: envejecer de un modo seguro; donde no sufran situaciones de pobreza; seguir creciendo y desarrollándose en lo personal; y contribuir a sus comunidades, conservando al mismo tiempo su autonomía y dignidad.**

Debido a que las personas mayores saben lo que necesitan mejor que nadie, deben estar en el centro de cualquier esfuerzo del Ayuntamiento para crear una ciudad más amigable con la edad.

**EN CÁCERES SE ELABORA ESTE PLAN DE ACTUACIÓN UTILIZANDO COMO REFERENCIA CUATRO OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE:**



✓

**Garantizar una educación inclusiva y equitativa de cálida y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos/as, en este caso para las personas mayores de la ciudad. (Aprendizaje permanente, a lo largo de toda la vida)**



✓

**Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres, así como trabajar la perspectiva de género en todas las acciones que se diseñen para las personas mayores, Es una realidad que las mujeres y los hombres envejecen de manera diferente, que las situaciones que viven unas y otros a medida que envejecen son similares en unos aspectos y diferentes en otros, que también existen diferencias en los recursos económicos y sociales de los que disponen hombres y mujeres, incluso en el uso diferente que hacen de los servicios y recursos públicos o del espacio público.**



✓ Lograr que la ciudad sea inclusiva, segura, resiliente y sostenibles.



✓ Garantizar una vida saludable y promover el bienestar de las personas mayores.

El abordar de manera integral los aspectos que afectan al día a día de nuestra ciudad promoviendo la participación de las personas mayores, teniendo en cuenta sus necesidades, percepciones y opiniones a lo largo de todo el proceso de análisis y mejora del municipio, es sin duda la prioridad en el área de personas mayores del Ayuntamiento.

Actualmente en nuestro país, las personas mayores de 65 años son 8,8 millones, lo que supone casi el 18,8% de la población. Para 2050 seremos casi el 33%. Es por tanto, evidente, la necesidad de disponer de entornos y servicios diseñados y mejorados para optimizar la calidad de vida de todas las personas y, especialmente, de las personas mayores.

La ciudad de Cáceres cuenta con 96.720 habitantes, lo que supone un aumento de 207 personas respecto a la cifra dada en 2018. De los habitantes que se indican en la cifra actual de población, 50.233 son mujeres y 46.487 son hombres.

El número de habitantes con edad igual o superior a 65 años en la ciudad es de 15.843, lo que supone el 16,30% sobre el total de la población. De este 16,3% 6.440 son hombres y 9.403 son mujeres que en porcentajes supone que el 6,6% de las personas mayores de 65 años son hombres y el 9,7% son mujeres.

Personas que viven solas mayores de 65 años: 1646, de ellas:

Franja de edad	Número de personas
65-70 años	415
71-75 años	290
76-80 años	247
81-85 años	280
86-90 años	244
91-95 años	123
96-100 años	41
>100 años	6

Desde este Plan de acción se ha pretendido incorporar la perspectiva del envejecimiento poblacional en la planificación de todas las áreas de actuación municipal. No se trata tanto de “hacer” como de “pensar” en otra clave, y desde ese pensamiento, diseñar y planificar en todos los ámbitos municipales. Al igual que

ocurre con la accesibilidad, planificar y diseñar los entornos y servicios desde la perspectiva de las necesidades de las personas mayores redundará en beneficio de toda la población, no sólo de los mayores.

Se ha pretendido innovar priorizando la participación activa de las personas mayores, teniendo en cuenta sus necesidades, percepciones y opiniones a en las acciones que se han programado. No se trata de “hacer para” si no de “hacer con”.

Este Plan adopta como marco conceptual el paradigma del envejecimiento activo y saludable e incluye en todo el proceso la participación activa de las personas mayores, teniendo en cuenta siempre sus necesidades, percepciones y propuestas.

Una ciudad amigable es una localidad diseñada para todas las edades porque el envejecimiento activo es un proceso que dura toda la vida y por tanto sus beneficios inciden en toda la población.

En una ciudad amigable con las personas mayores, las políticas, los servicios, los entornos y las estructuras apoyan y facilitan el envejecimiento activo de las personas existiendo factores que favorecen la salud, la participación y la seguridad en la vida de las personas. Una ciudad amigable reconoce la diversidad entre las personas mayores, promueve su inclusión e influye en todas las áreas de la vida en la comunidad.

## LOS OBJETIVOS ABORDADOS EN EL AÑO 2019 DEL PLAN DE ACTUACIÓN CON PERSONAS MAYORES SON:

- ✓ Generar procesos de participación comunitaria, centrados en la participación de las personas mayores.
- ✓ Facilitar la introducción de cambios en las diferentes áreas competenciales del municipio para mejorar la calidad de vida de las personas, tanto mayores como ciudadanía en general.
- ✓ Aprovechar el potencial que representan las personas mayores en la vida ciudadana.
- ✓ Generar una red de iniciativas de amigabilidad en la ciudad.
- ✓ Aglutinar proyectos y actividades que tienen como objetivo general mejorar la amigabilidad de la ciudad y, con ello, mejorar la calidad de vida de las personas mayores y, por extensión, de toda la sociedad de Cáceres

## PROYECTOS MÁS RELEVANTES REALIZADOS

### DINAMIZACIÓN SOCIO CULTURAL DE ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES.

Desarrollo de actuaciones de promoción socio cultural de las personas mayores en los centros municipales de mayores. De manera específica se ha trabajado con las personas mayores asociadas en los centros de mayores de la ciudad de Cáceres, que no cuentan con un recurso de dinamización público (SEPAD).

El Ayuntamiento de Cáceres a través del Instituto Municipal de Asuntos Sociales, están trabajando, para ofrecer a las personas mayores de la ciudad , talleres lúdicos-formativos , culturales e intergeneracionales, repartidos por diferentes sedes sociales y vecinales de la ciudad , garantizando que en

todas las barriadas las personas mayores puedan participar en las diferentes actividades y ser promotoras de su desarrollo.

**OBJETIVO GENERAL:** promover el envejecimiento activo de las personas mayores, propiciando la participación y la integración social.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Posibilitar la integración en el entorno cercano habitual, facilitando la independencia y previniendo el aislamiento y la soledad.
- Impulsar el voluntariado social.
- Potenciar e incentivar la participación de los mayores en la vida comunitaria
- Fomentar el auto cuidado y la formación sobre hábitos saludables.
- Facilitar la utilización productiva del ocio.
- Fomentar el asociacionismo y la participación

**Actuaciones relativas a promoción de salud integral para mayores.**

- **Cursos de entrenamiento de la memoria para personas mayores en centro municipales.**

--Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en la Asociación Santa Lucia. Para quince mujeres entre cincuenta y setenta años.

- Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en la Casa de las personas mayores. 25 personas.

--Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en San Marquino, 10 personas.

--Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal Asociación mayores de Aldea Moret. 20 personas, entre cincuenta y ochenta años.

-Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en Nuevo Cáceres. 15 personas entre 60 y 80 años.

Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en la Asociación de mayores la bondad.

--Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento personal en Rodriguez Moñino.

--Grupo de estimulación cognitiva y crecimiento Hogar Docente Jubilado 10 personas.

**Grupos de Estimulación Cognitiva Zona Sur**



**Grupos de Estimulación Cognitiva y Crecimiento Personal Aldea Moret**



**Grupos de Estimulación Cognitiva Zona Centro**



**Grupos de Estimulación Cognitiva Nuevo Cáceres**



**Grupos de Estimulación Cognitiva Zona Norte-Mejostilla**



**Actuaciones Relativas A Promoción Cultural,** que comprende la realización de diferentes cursos y talleres de promoción de la actividad cultural, creativa y artística de las personas mayores.

- Talleres de expresión plástica: manualidades, (Especialmente Casa de las personas mayores , asociación de personas mayores de la bondad.)



**Actuaciones relativas a nuevas tecnologías y comunicación.** Realización de actividades formativas de nuevas tecnologías en los diferentes centros municipales de mayores para introducir y fomentar el uso de la tecnología de la información y de la comunicación a personas mayores.

- Taller de informática de la Bondad 30 personas.
- Taller informática Casa de las personas mayores mayor. 30 personas.
- Taller informática nuevo Cáceres. 30 personas.
- Taller informática Asociación Docente jubilado. 15 personas.





### **ACTUACIONES RELATIVAS AL APOYO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y DE ATENCIÓN SOCIAL A PERSONAS MAYORES DE LA CIUDAD: PROGRAMA DE AYUDA A DOMICILIO Y TELE ASISTENCIA.**

Actualmente el Servicio de **Ayuda a domicilio** da cobertura a 545 personas:  
EULEN 340

De gestión directa 205 (Empleo Experiencia)  
En lista de espera 164 personas.

Actualmente el servicio de **Teleasistencia** domiciliaria da cobertura a 354 personas.  
En lista de espera 381 personas.

El Programa EDUSI comprende los siguientes proyectos:

- Monitorización.
- Catering
- Servicios de bienestar
- Bolsa de horas des SAD:

### **CASA DE LAS PERSONAS MAYORES:**

La Casa de las personas Mayores, cambiará su denominación e incrementará su actividad como espacio intergeneracional donde jóvenes y personas mayores compartirán un espacio de encuentro en el que realizar diferentes actividades, compartir experiencias, cursos y jornadas y se programarán actividades relevantes para las fechas significativas de la ciudad, reyes, San Jorge, Carnavales, ferias de la ciudad, Las Candelas...etc.

La Casa de las personas Mayores, centro de encuentro y participación social de las personas mayores de la ciudad de Cáceres, realiza una serie de actividades, impartidas mayoritariamente por personas voluntarias.

**Los talleres programados actualmente son: Expresión corporal, relajación y masajes, manualidades, patchwork, bolillos, informática, dibujo, pintura y fotografía.**

Actualmente están inscritos en las actividades de la casa 107 personas mayores, más del 80% mujeres.

En este espacio de encuentro, las personas que asisten a los diferentes talleres, participan activamente de la vida del centro, implicándose en la programación de talleres, y creando un clima de convivencia y encuentro que genera que la casa incremente las actividades y que un gran número de personas mayores soliciten participar en las mismas.





## **VOLUNTARIADO SOCIAL:**

La Casa de las Personas Mayores es un ejemplo de participación social de personas voluntarias, que se esmeran con su trabajo diario y su ejemplo, en concienciar a la población de la ciudad de la importante contribución del voluntariado social, estimulando así a más personas a ofrecer sus servicios como voluntarias en muchos ámbitos de actuación, donde su compartir puede ayudar a muchos ciudadanos.

Durante los últimos años, más de veinte personas voluntarias han contribuido a hacer de este recurso, un espacio vivo para las personas mayores colaborando activamente en el funcionamiento de la Casa y consolidándola como lugar de encuentro en el que las personas mayores comparten espacio y tiempo. El dedicar unas horas del día a realizar talleres y cursos formativos, dirigidos e impartidos, muchos de ellos por las personas voluntarias, que desde el altruismo, la solidaridad y la entrega, hacen de estos talleres la esencia de este recurso municipal, es una labor encomiable que no podemos dejar de resaltar.

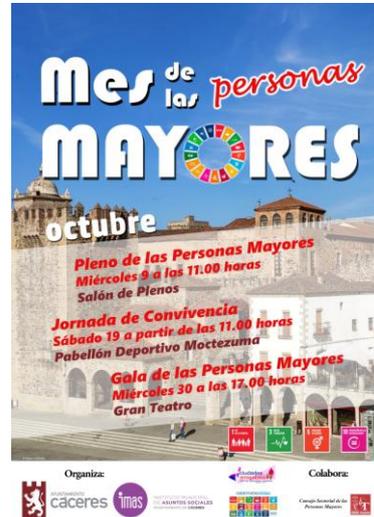
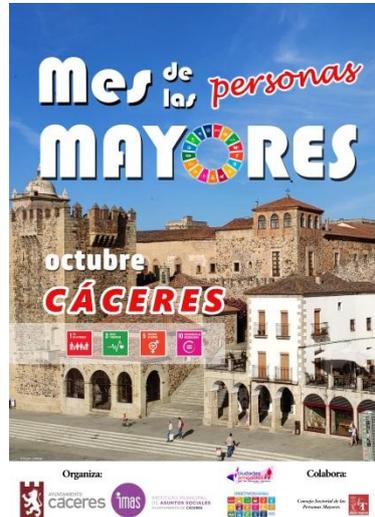
Más de doscientas personas han participado en las actividades programadas para el curso 2019-en la Casa de las personas mayores en muchos de los cuales la labor de las personas voluntarias ha sido fundamental para hacer de este Centro un espacio compartido en el que la solidaridad y la generosidad imperan en cada uno de sus rincones.

Este buen hacer que mueve a las personas voluntarias de ayudar a los demás, revierte de nuevo en ellos en forma de una vida más rica, cargada de experiencias, aprendizajes, destrezas y habilidades que quieren compartir con los demás. No hay mejor forma de ser ciudadano, que el compromiso de estas personas voluntarias a las que les agradecemos su trabajo, su ser y su estar.

## **OTRAS ACTIVIDADES DE DINAMIZACIÓN SOCIAL:**

- 26 de Marzo. Visita Gran Teatro, con motivo del Día Internacional del Teatro con un grupo de 40 usuarios.
- Conferencias en la sala multiusos de la Asociación de Diabéticos. Un total de cinco durante todo el año.

## MES DE LAS PERSONAS MAYORES (OCTUBRE 2019)



El día 14 de diciembre de 1.990 la Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el 1 de Octubre como Día Internacional de las Personas Mayores y señaló un doble objetivo: La necesidad de reflexionar sobre el hecho demográfico del aumento de las personas mayores en nuestro mundo, sobre todo en los países desarrollados, y la necesidad de solidaridad con las personas de edad para mejorar su calidad de vida y paliar algunos de sus déficits.

Año tras año se alienta a los gobiernos, las organizaciones no gubernamentales y la sociedad civil a que celebren esa jornada con declaraciones de los jefes de Estado o de organizaciones, anuncios en los medios de comunicación, foros o conferencias públicas, y actividades intergeneracionales.

Desde el Ayuntamiento de Cáceres a través del Instituto Municipal de Asuntos Sociales, en el marco del área de las personas mayores se presta una especial atención a las personas mayores durante todo el mes de octubre, diseñando un amplio abanico de actividades con las personas mayores de la ciudad representadas por lo hogares y asociaciones que conforman el Consejo Local de Mayores de Cáceres.

El objetivo prioritario durante el mes, es aunar todos los esfuerzos, en que las personas mayores sean las protagonistas indiscutibles de las acciones que se programan desde el IMAS, tratando de reconocer de forma especial y resaltar, el importante papel que tienen nuestros mayores en la sociedad cacereña.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

1.- Involucrar a la sociedad cacereña, no solo de reconocimiento a nuestros mayores, sino también de sensibilización con sus problemas, inquietudes y vivencias,

2. Facilitar que las personas mayores se sientan protagonistas, promotores de su propio desarrollo y participen activamente en la vida de la ciudad.

## **ACTIVIDADES DESARROLLADAS EN EL AÑO 2019**

En el mes de octubre, desde el IMAS se ha trabajado en la planificación y puesta en marcha de las actividades a realizar con motivo de la conmemoración del mes de las personas mayores.

Un año más se ha pretendido dedicar este mes de octubre de forma especial a las personas mayores resaltando el papel relevante que tienen en la sociedad y compartiendo espacio y tiempo desde la instituciones con los verdaderos protagonistas del mes, que son sin duda los hombres y mujeres mayores, y muy especialmente los hogares y asociaciones de mayores de nuestra ciudad, que representan la participación activa y la defensa del envejecimiento activo. octubre es el mes del año que dedicamos a los mayores de una forma más intensa y especial, resaltando los valores de solidaridad intergeneracional y potenciando el papel promotor de las personas mayores en el desarrollo de la ciudad con su participación.

Es en el consejo sectorial de mayores donde se ha consensuado las diferentes propuestas de actividades a realizar este año, aunque el IMAS, a través de su equipo técnico realizó una propuesta inicial de actividades, abierta a modificaciones y ampliable, basada en la experiencia acumulada en los años anteriores y las aportaciones de los diferentes técnicos municipales y de otras instituciones que trabajan directamente con población mayor, para agilizar el trabajo a realizar y ajustar los recursos tanto humanos, materiales y económicos que este año se han dedicado a esta celebración.

Este año conmemoramos el mes de las personas mayores desde el Ayuntamiento de Cáceres, con un programa de actos que se inicia el día **nueve de octubre con la celebración de un pleno para las personas mayores** y tiene como punto final la gala que sirve como colofón, que se celebra **el día 30 de octubre en el Gran Teatro**, donde como fin de fiesta, las asociaciones y hogares de la ciudad, con sus mejores galas, ofrecen sus actuaciones, esmeradamente ensayadas durante todo el año, para lucir bonito, con sus coros, rondallas y agrupaciones musicales.

**El Ayuntamiento intenta contribuir a que las personas mayores de la ciudad tengan el papel protagonista que merecen y por ello en todos y cada uno de los actos programados las asociaciones y hogares de la ciudad participan de manera activa.**

Los actos programados **este año 2019 han sido:**

- **Día 9 de octubre, miércoles, a las 11,00 horas**, Pleno de las personas Mayores, en el salón de Plenos del Excmo. Ayuntamiento de la ciudad. Donde los/las representantes de las diferentes asociaciones de personas mayores de la ciudad explicaron sus propuestas y reivindicaciones para conseguir una ciudad mejor y más accesible.
- **Día 19 de octubre, sábado, a partir de las 11,00 horas**, Jornada de Convivencia de mayores, en el pabellón Municipal de **Moctezuma**, con una comida de convivencia, en la que se ofrecerán una garbanzada, tarta, café y refrescos a los asistentes. Toda la jornada amenizada por la orquesta Bolero que nos acompañara en este día hasta las 20,00 horas. Durante la mañana los/las asistentes han podido participar en diferentes competiciones de parchís, tute, dominó, petanca y tiro de la rana. Tras la comida de hermandad se celebró el concurso de bailes con distintas modalidades, pasodoble, tango, y vals... Este año realizamos un concurso de diferentes formas de preparar tortillas, donde las personas que asisten a la convivencia presentan sus propuestas para demostrar sus artes culinarias.
- **El Día 30 de octubre, miércoles**, Gala homenaje a las personas mayores, a las 17,00 horas en el Gran teatro de la ciudad, donde se rinde homenaje a **Doña Maria Fernanda Sanchez Franco** por su

trayectoria personal y social y su contribución a la ciudad de Cáceres. Asimismo se reconocerá la labor de 15 mujeres representativas del movimiento asociativo de personas mayores de la ciudad. En la Gala actuarán los coros y rondallas de las distintas asociaciones y hogares de mayores de la ciudad, presentado todo y amenizado por Julio Pedrosa y Patxidifuso que a través de cuentos y payaso dirigieron la gala y la amenizaron.

Con este programa de actuaciones el IMAS reafirma su interés por las personas mayores de la ciudad que son indiscutiblemente las protagonistas del mes de octubre en Cáceres.





## PLAN DE SUBVENCIONES 2019 PARA ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES DE LA CIUDAD.

Es objeto de la presente convocatoria, al objeto de complementar las actuaciones del Instituto Municipal de Asuntos Sociales de Cáceres en la prestación de los servicios sociales, la concesión de subvenciones públicas en régimen de concurrencia competitiva a las Asociaciones de Personas Mayores de la ciudad, dentro de los límites presupuestarios, para apoyar las actividades de formación, de información, promoción social, participación y sensibilización, dirigidos a la promoción personal y social de las **personas mayores de la ciudad de Cáceres**, así como ayudar en la financiación de los gastos de funcionamiento de estas asociaciones, de conformidad con lo previsto en la Ley 38/2003, de 17 de noviembre, General de Subvenciones, en el Reglamento General de Subvenciones, aprobado por Real Decreto 887/2006, de 21 de julio y en la Ordenanza General de Subvenciones del Excmo. Ayuntamiento de Cáceres.

Los fondos destinados a la financiación de las ayudas reguladas en estas bases se financian con cargo la partida 10 23102 489 del vigente presupuesto del IMAS, hasta un máximo de **20.000,00 euros**.

Se han presentado un total de 14 solicitudes correspondiente a las siguientes asociaciones:

Nº EXPEDIENTE	ENTIDAD
1	ASOCIACIÓN DOCENTE JUBILADO.
2	ASOCIACION DE JUBILADOS DE LA UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA
3	ASOCIACION CULTURAL DE MAYORES DE FOLKLORE DE ALDEA MORET
4	ASOCIACION DE MAYORES PARQUE DEL PRINCIPE
5	ASOCIACION DE MAYORES SAN MARQUINO
6	ASOCIACIÓN CULTURAL DE MAYORES PLAZA MAYOR.
7	ASOCIACION DE ANTIGUOS ALUMNOS DE LOS COLEGIOS DE LA GUARDIA CIVIL
8	REAL HERMANDAD DE VETERANOS DE LAS FF.AA. Y DE LA GUARDIA CIVIL.
9	ASOCIACION PENSIONISTAS LA BONDAD
10	ASOCIACIÓN HOGAR DE PENSIONISTAS Y TERCERA EDAD DE VALDESALOR
11	ASOCIACION ADESAEX. ASOCIACION DEPORTE Y SALUD DE EXTREMADURA.
12	ASOCIACIÓN DE LA TERCERA EDAD DE ALDEA MORET
13	ASOCIACION DE MAYORES PEÑA DEL CURA
14	ASOCIACIÓN DE MAYORES LOS RETOÑOS.

Para financiar la totalidad de solicitudes de subvenciones se ha reservado una cuantía de 20.000 euros.

Desde el IMAS se ha intentado ofrecer información y asesoramiento a todas las Asociaciones que lo han requerido para facilitar la presentación de la documentación necesaria, así como se ha mantenido conversación telefónica con todas las personas responsables de las asociaciones para invitarlas a participar en la convocatoria.

Igualmente se ha conseguido que todas y cada una de las Asociaciones justifiquen adecuadamente la subvención del año anterior, requisito imprescindible para poder participar este año en la convocatoria, trabajando con cada una de las que han tenido que rectificar o presentar nuevamente documentación, ya que el informe de fiscalización así lo pedía y en muchas ocasiones los trámites eran complicados.

Desde el area de las personas mayores se ha trabajado conjuntamente con las Asociaciones para que previamente a la presentación de las justificaciones de las subvención del año 2015, sean revisadas por la Técnico responsable y facilitar así la adecuación de las justificaciones sin que los mayores tengan que asistir al IMAS a completar el procedimiento o a subsanar errores.

Es voluntad del IMAS, ser un recurso cercano a las personas mayores y a las Asociaciones, y facilitar en la medida de sus posibilidades al movimiento asociativo de mayores un espacio de encuentro y apoyo donde poder solucionar sus necesidades y compartir sus inquietudes. Ese es nuestro cometido como servicio público y por ello trabajamos día a día.

### **PARTICIPACIÓN. CONSEJO DE PERSONAS MAYORES.**

**En el año 2019 han tenido lugar un Consejo de mayores:**



Es en el consejo sectorial de mayores celebrado en el mes de septiembre donde se consensaron las diferentes propuestas de actividades a realizar este año en el mes del Mayor, aunque el IMAS a través de su equipo técnico realizó una propuesta inicial de actividades, abierta a modificaciones y ampliable, basada en la experiencia acumulada en los años anteriores y las aportaciones de los diferentes técnicos municipales y de otras instituciones que trabajan directamente con población mayor, para agilizar el trabajo a realizar y ajustar los recursos tanto humanos, materiales y económicos que este año se pueden dedicar a esta celebración.

Se realizó la Propuesta y elección de la persona mayor a homenajear por su trayectoria y dedicación a la ciudad y la Propuesta de homenajeados por los distintos hogares.