

## I ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA PERSONAS MAYORES

### I Introducción

Como se ha visto en la acción anterior, desde el año 2013, la ciudadanía de Alfaro se compone cada vez más de personas mayores de 65 años, y así es como queda reflejado en la siguiente gráfica que muestra una curva con una tendencia clara al envejecimiento.

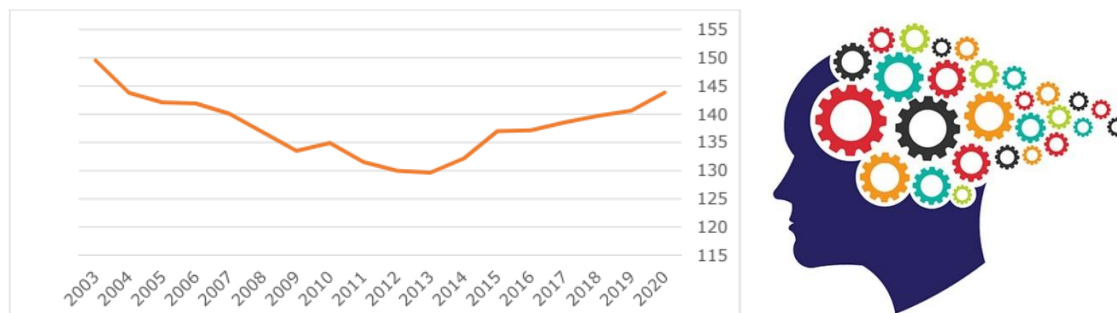


Fig.5.38. Evolución índice de envejecimiento en Alfaro. 2003-2020.

Ahora bien, esto no significa que todos ellos sean dependientes, pues cada vez hay más personas mayores que no necesariamente demandan una atención continuada y un apoyo en sus Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD), si no que gozan de un buen estado de salud físico y mental y que buscan mantenerse activos dentro de sus limitaciones. También es frecuente encontrar a muchas de estas personas en situación de soledad.

Además de ello, son los municipios los cauces inmediatos de participación ciudadana en los asuntos públicos, que institucionalizan y gestionan con autonomía los intereses propios de las correspondientes colectividades<sup>144</sup>. Y así lo confirma el Gobierno de La Rioja, a quien corresponde aprobar la planificación estratégica y sectorial de Servicios Sociales, la ordenación territorial del Sistema Público Riojano de Servicios Sociales y adoptar las medidas necesarias para garantizar la existencia de unas prestaciones mínimas homogéneas en todo el territorio de la comunidad autónoma<sup>145</sup>. Y más aún, considera que son funciones de los servicios sociales de Primer Nivel actividades como apoyar a la unidad de convivencia mediante la atención o el cuidado de carácter personal, psicosocial, doméstico y técnico, entre otras<sup>146</sup>.

Asimismo, el Gobierno regional y los municipios riojanos se han comprometido desde el año 2009, a garantizar la asistencia y apoyo a las personas mayores, personas con discapacidad y personas en situación de exclusión social en el marco del Sistema Riojano de Dependencia. Este compromiso se plasma en convenios anuales de colaboración (convenios de personal y de programas de servicios sociales o inversiones), que reafirman la actuación conjunta de los poderes e instituciones públicas y, en especial, de las Entidades Locales, que se constituyen como la Administración más cercana a las necesidades y demandas de los ciudadanos y, por tanto, la más inmediata para favorecer la atención a las personas en situaciones de vulnerabilidad.

<sup>144</sup> Artículo 1 de la Ley 7/1985, de 2 de abril, Reguladora de las Bases del Régimen Local (texto consolidado, última modificación: 15 de julio de 2016- BOE número 80 de 3/4/2016)

<sup>145</sup> Título III, artículo 28, letras b, c y d) de la Ley 7/2009, de 22 de diciembre, de Servicios Sociales de La Rioja.

<sup>146</sup> Artículo 17, de la Ley 7/2009, de 22 de diciembre, de Servicios Sociales de La Rioja.

Y es por todo ello, que se hace necesario plantearse este proyecto, que permitirá atender de forma adecuada a estos colectivos, con nuevas terapias y formas de trabajo participativo y colectivo.

### **Proyecto**

Se trata de un servicio público de intervención psicosocial, un recurso de promoción de la autonomía personal e integración social. Dicho servicio pretende ser un instrumento de recuperación para colectivos vulnerables, a saber: mayores con una dependencia moderada, mayores solos o personas con problemas de integración social. También se incluirán en el programa a los sujetos que han sufrido y sufren mayor aislamiento social derivado de esta situación de COVID-19. Cabe destacar que se trata de un modelo de atención colectiva, para fomentar la estimulación cognitiva y servir de entretenimiento y acompañamiento a personas que se encuentren en soledad, fomentando su integración en la sociedad.

La intervención psicosocial es un proceso dirigido a incrementar la capacidad de desarrollo del ser humano, la familia y la comunidad. Permite que los sujetos ejerzan control y poder sobre su ambiente individual y social. Por lo tanto, incrementa el bienestar de las personas y la calidad de vida, capacitando y dotando al individuo de herramientas que le permitan afrontar y solucionar problemáticas y lograr cambios en el entorno social.

Además, con la puesta en marcha de este servicio se pretende facilitar la inserción laboral de jóvenes menores de 30 años sin una oportunidad laboral anterior, con la finalidad de disminuir los altos índices de desempleo en este segmento de la población. Asimismo, estos deberán ser licenciados o graduados universitarios en las ramas o especialidades de trabajo social, educación social, terapia ocupacional, psicología, maestro o cualquier otra titulación de carácter social. De esta manera, tendrán la oportunidad de tener contacto con el mundo laboral adquiriendo a través de esta experiencia nuevas habilidades y competencias profesionales básicas para mejorar su valoración como profesionales en el ámbito de los servicios sociales y de la atención psicosocial, y podrán mejorar en las siguientes capacidades profesionales transversales:

- (1) Habilidades de comunicación y negociación con los usuarios.
- (2) Organización: Puntualidad, programación y gestión del tiempo.
- (3) Flexibilidad y capacidad de adaptación para el diseño de programas individualizados y grupales de atención.
- (4) Mejora en la utilización de herramientas informáticas y tecnológicas.
- (5) Trabajo en equipo y relaciones laborales con compañeros de los servicios sociales, de los servicios de empleo y del Servicio Riojano de Salud.
- (6) Mejora en la capacidad de implementación de programas base de Servicios Sociales.
- (7) Mejora en habilidades como la empatía, la asertividad y la resiliencia.
- (8) Mejora en las técnicas preventivas de tratamiento psicosocial.
- (9) Mejora en las habilidades de organización y coordinación de talleres y grupos de trabajo.

### **Objetivos**

La finalidad de este proyecto es atender y responder a las necesidades de diferentes colectivos (mayores con una dependencia moderada, mayores solos, personas con problemas de integración social,) de la localidad de Alfaro. Para ello, los objetivos que se pretenden alcanzar, son los siguientes:

- (1) Prevención de situaciones de aislamiento social.
- (2) Atención y mejora de los conocimientos culturales básicos de los asistentes, como la comprensión lectora y las habilidades matemáticas fundamentales.

- (3) Conseguir una mayor participación de personas mayores en las actividades culturales y sociales propuestas por el Ayuntamiento, especialmente todas aquellas relacionadas con la historia de su municipio y su región.
- (4) Ocupar el tiempo libre de los usuarios del servicio con actividades sanas y recreativas.
- (5) Dotar de herramientas y habilidades personales para disfrutar del ejercicio y el deporte en la tercera edad.
- (6) Favorecer las relaciones personales de todos los participantes.
- (7) Mejorar el disfrute de la cultura y del tiempo libre en grupo.
- (8) Elevar la autoestima de los participantes.
- (9) Conseguir mayores niveles de motivación en la participación social activa de cada individuo.
- (10) Fomentar un estilo de vida nutricionalmente saludable.
- (11) Dotar de herramientas a las personas mayores como prevención ante posibles situaciones de estafa o abuso.
- (12) Mejorar los niveles de información y conocimiento de los mayores como compradores, clientes y consumidores, para prevenir abusos.
- (13) Mejorar las capacidades y habilidades digitales de la tercera edad.
- (14) Fomentar la creatividad y el gusto por nuevas aficiones y hobbies.

### **| Actividades a realizar**

A lo largo del programa se esperan desarrollar algunas actividades en parejas o pequeños grupos, y de forma general, se espera llevar a cabo las siguientes:

- (1) Punto de información y asesoramiento: se plantea como la puerta de entrada al programa, así como un servicio más, donde los diferentes colectivos afectados y sus familias pueden solicitar información y asesoramiento psicológico y social e informarse sobre las actividades propias del programa.
- (2) Rehabilitación de habilidades: sesiones grupales en talleres de participación activa de adquisición y entrenamiento de habilidades de la vida diaria, sociales y de control emocional. Se trabaja especialmente el nuevo contexto social de pandemia, de cuidados, prevención anti-covid y las nuevas necesidades sociales post-covid que están surgiendo derivadas de esta situación.
- (3) Actividades complementarias: actividades de otros programas de la entidad o externas complementarias a las actuaciones del presente programa, como, por ejemplo: actividades propuestas por la biblioteca municipal, actividades de la educadora social y actividades propuestas por la agente de promoción de empleo local.
- (4) Apoyo familiar: sesiones de apoyo psicológico y/o incorporación al grupo de ayuda mutua y a otros programas propuestos por el Servicio Riojano de Salud.

Así, todas las intervenciones que se lleven a cabo se adaptarán a los usuarios del programa y a las necesidades y prioridades que se planteen para cada colectivo junto a los Servicios Sociales.

### **| Financiación y planificación**

El programa podrá llevarse a cabo en la medida que se publiquen convocatorias en el marco de los servicios sociales. Como objetivo, en este plano, se pretende comenzar el proyecto el 1 de octubre de 2022. No obstante, esta fecha es provisional y queda sujeta a modificaciones, respetando todos los plazos indicados por la normativa reguladora.