



Cruz Roja Navarra con las Personas Mayores



Cada vez más cerca de las personas



Humanidad

Imparcialidad

Neutralidad

Independencia

Voluntariado

Unidad

Universalidad

■ Envejecimiento de la población

En la actualidad, casi 700 millones de personas son mayores de 60 años. Para 2050, las personas de 60 años o más serán 2.000 millones, más del 20% de la población mundial. En este contexto, Cruz Roja desarrolla gran parte de su labor con estas personas, porque envejecer no tiene que estar reñido con la plenitud o la felicidad.

■ Personas mayores y Derechos

El envejecimiento es un reto que debe afrontarse, garantizando que las personas mayores disfruten, en condiciones de igualdad y sin barreras, de sus derechos. Porque está cambiando su papel en la sociedad y tienen una presencia más activa.

Cruz Roja participa activamente en foros cuya misión es defender los derechos de las personas mayores frente a abusos o violencia, luchar contra la discriminación por edad, hacer visible a este sector de la población en el actual sistema de protección de derechos humanos y destacar las contribuciones positivas que realiza a sus familias y a la sociedad en general.

Porque las personas mayores son expertas en vivir, han superado todo tipo de problemas personales y profesionales. Y ese conocimiento es vital para sociedades necesitadas de referencias como la nuestra. Cuidar esa aportación tan valiosa es un objetivo de los programas que realiza Cruz Roja con este colectivo.

■ Cruz Roja y las Personas Mayores

Desde hace décadas, el colectivo de mayores es una prioridad para Cruz Roja. No en vano, en 1953 creó el primer el Dispensario Geriátrico en su Hospital Central de Madrid.

Actualmente, la labor que realiza la organización con estas personas, se centra en desarrollar proyectos que eviten el aislamiento y permitan a la persona permanecer en su entorno habitual, actividades dirigidas a la prevención de la dependencia y la mejora de la calidad de vida y campañas de sensibilización que fomenten un cambio en la percepción que existe sobre el envejecimiento. Esta atención se realiza con una intervención individualizada, centrada en la persona. Queremos responder a sus necesidades y estar siempre cerca.

Envejecer cuidando de la salud es relevante para Cruz Roja. Ni las enfermedades, ni sumar años deberían ser sinónimo de restar calidad de vida. Sin embargo, para muchas personas mayores, el riesgo de vulnerabilidad ha aumentado debido a las consecuencias de la crisis económica.

Cruz Roja Española atiende en la actualidad a casi 245.000 personas mayores al año a través de diferentes proyectos que tienen como **objetivo**:

- Posibilitar una adecuada gestión de la vida diaria y que la persona disfrute de la suficiente autonomía para permanecer en su entorno habitual.
- Más de un 20% de las personas de 65 años o más viven solas. Por ello, combatir la soledad es otro de los objetivos que persigue la organización.
- El cuidado de la salud se sitúa como otro eje de intervención. Mediante tareas de promoción del envejecimiento saludable se trata de reducir el impacto del deterioro físico en las personas usuarias.
- El apoyo a personas cuidadoras no profesionales.

El voluntariado de Cruz Roja es fundamental para llevar a cabo su labor con los colectivos más vulnerables. Más de 42.900 personas voluntarias participan en proyectos dirigidos a personas mayores.

■ Proyectos con Personas Mayores

- Apoyo para que puedan desarrollar su vida cotidiana:
 - Ayuda a domicilio complementaria
- Seguridad en el hogar:
 - Teleasistencia fija
- Asegurar la movilidad:
 - Teleasistencia móvil
 - Transporte asistido y transporte adaptado
- Promover una vida sana:
 - Salud constante. Seguimiento biomedidas (presión, peso etc...)
- Apoyar la autonomía personal:
 - Reducción brecha digital
- Cuidar a los cuidadores:
 - Respiro y multicanal cuidadores
- Buen Trato a las Personas Mayores:
 - Promoción del trato adecuado y protección frente al maltrato
- Enrédate:
 - Fomento al acceso a las nuevas tecnologías, incremento de sus relaciones personales, acceso rápido y fácil a los servicios de emergencia.

■ Personas Mayores en Navarra

El continuo aumento de la longevidad es un logro importante de nuestra sociedad que exige, sin embargo, cambios y adaptaciones continuos de los servicios destinados a dar respuesta al envejecimiento de la población.

Actualmente el 19% de la población de Navarra es mayor de 65 años, dentro de veinte años el porcentaje será del 25%. Entonces cerca de 70.000 personas superarán los 80 años, frente a las 42.000 actuales. En Navarra, más del 20% de personas mayores de 85 años viven solas y un 25,4% de quienes tienen entre 80 y 84 años. La mayoría son mujeres, hasta un 72%. Solo en Pamplona, más de 9.000 personas mayores de 65 años viven solas.

Es por ello que continuamos en nuestro compromiso de crear nuevos servicios y más próximos a las personas mayores, entornos amigables con el colectivo mayor y oportunidades de desarrollo e impulsar proyectos de vida activos y saludables.

■ Un nuevo “Espacio Activo” en Cruz Roja Navarra

“Espacio Activo” nace como un nuevo entorno sociosanitario que aglutina toda la labor que Cruz Roja Navarra desarrolla con las personas mayores, dependientes y su entorno familiar, para prestarles una mejor atención si cabe.

Una atención integral que ofrece todas las respuestas y recursos que la Institución puede dar sin demoras ni desplazamientos.

El gran objetivo es que la persona o familia que entre en el local con una necesidad percibida sea valorada y salga con una respuesta, bien porque Cruz Roja se la puede proporcionar o bien porque se le informará dónde pueden hacerlo, entroncando estas respuestas con los servicios públicos existentes y otros actores.

Un espacio de respuesta a las necesidades de las personas, con intención de generar alianzas en la sociedad como promotores y gestores del proyecto, buscando la corresponsabilidad que nos permita disponer de los recursos económicos necesarios para abordar estos proyectos, y una parte de prescripción técnica e investigación que vincule a personas y grupos de interés relevantes en materia de personas mayores.

Un espacio que pretende estar cada vez más cerca de las personas y de más personas, con acciones integradas y soluciones, basada principalmente en la labor del voluntariado, con una amplia participación social.

Con un alineamiento estratégico con el Plan de Acción de Cruz Roja Española, con el Plan de Salud del Gobierno de Navarra, con la Estrategia de Envejecimiento Activo y Saludable de Navarra 2017 – 2020 y la Estrategia de Especialización Inteligente S3 del Gobierno de Navarra, y hasta con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

■ Alcance del “Espacio Activo” y cartera de proyectos

A lo largo de 2017, y a través de más de más de 600 acciones voluntarias, en torno a las 6.000 personas han participado de los proyectos de Cruz Roja Navarra dirigidos a personas mayores y dependientes. Más de la mitad eran nuevas incorporaciones. Se ha realizado una media de 5 intervenciones con cada persona. “Espacio Activo” pretende llegar a 12.000 personas al año en los distintos proyectos que contemplan una amplia cartera:

- **Apoyo a familias con personas dependientes**
 - Acompañamientos en domicilio
 - Acompañamiento en gestiones diarias
 - Apoyo al cuidador familiar
 - Apoyo al cuidador profesional
 - Grupos de apoyo y programa de respiro
- **Enred@te.** Red Social para personas mayores solas
- **Atención a personas con funciones cognitivas deterioradas**
 - Atención social
 - Aulas de estimulación permanente
- **Atención a personas en proceso de envejecimiento**
 - Talleres preventivos
 - Memoria (iniciales y avanzados)
 - Práctica de habilidades (manualidades, estimulación y juego)
 - Iniciativas de desarrollo cultural
 - Poetas Solidarios y Revista literaria “Ahora – Orain”
 - Talleres de escritura creativa
 - Tertulias literarias
- **Promoción del Envejecimiento saludable – Salud Constante**
 - Cuídate +. Seguimiento de biomedidas y pautas para un envejecimiento saludable.
 - Paseos saludables
 - Talleres saludables y charlas preventivas
 - o Cocina sana
 - o Movilidad articular
 - o Bienestar físico
 - o Prevención en Salud
 - Campañas de prevención a través de seguimiento personalizado e información
 - o Olas de frío
 - o Olas de calor
 - o Vacunación antigripal
- **Ayudas Técnicas para la vida diaria**
 - Asesoramiento, formación y préstamo de Ayudas Técnicas para la movilidad y ayuda al cuidador (sillas, camas articuladas, grúas...)

- **Teleasistencia y soluciones tecnológicas**
 - Teleasistencia domiciliaria (básica y avanzada). Gestión de llaves
 - Localizadores individuales para personas con deterioro cognitivo
- **“Buen Trato” a Personas Mayores**
 - Campañas de prevención sobre maltrato
 - Charlas sobre seguridad (prevención de robos y timos)
- **Intermediación laboral con personas cuidadoras y familias**
 - Gestión de ofertas de trabajo y bolsa de empleo
 - Gestión de demandas para domicilios
- **Plataforma www.sercuidador.es**
 - Asesoramiento para personas cuidadoras

■ “Espacio Activo”

Este nuevo recurso de Cruz Roja Navarra triplica el espacio físico destinado a proyectos con personas mayores y su entorno, pasando de 200 a 600 metros cuadrados, en planta baja y sin barreras arquitectónicas, dotados con:

- Espacio de recepción y valoración de demandas.
- Tres aulas para la realización de talleres, convertibles en espacios de distintos tamaños y un aula TIC específica.
- Exposición de ayudas técnicas y tecnológicas para la autonomía, movilidad y cuidado, con formación sobre su uso.
- Difusión de campañas y soluciones disponibles para las personas mayores.
- Espacios de atención individualizada a familias, para el apoyo social, legal y emocional, detección de necesidades y el abordaje de casos complejos.
- Espacios de trabajo para los equipos del proyecto, técnicos y voluntariado.
- Espacios de reuniones.
- Zonas de espera para familiares mientras se desarrollan las actividades con participantes.
- Zonas de servicios, almacén y archivo.
- Espacio dedicado específicamente para el voluntariado del propio proyecto como para las personas que puedan animarse a participar en la red social de personas mayores solas.

‘Espacio Activo’ es un *nuevo recurso* sociosanitario de Cruz Roja Navarra que *unifica* todos los proyectos con personas mayores y su entorno, en *un solo espacio*, para dar *respuestas integrales* a todas sus demandas.