



PLAN LOCAL DE LOITA CONTRA A SOIDADE

CONCELLO DE VIMIANZO

Estudo sobre a soidade non desexada nas persoas maiores nos concellos de menos de 20.000 habitantes da provincia da Coruña.



Área de Benestar Social da Deputación da Coruña

Realizado por Nova Works Consulting S. Coop. Galega

Equipo de Trabajo

Manuel J. Pérez Castreje
Vanessa de la Fuente Redondo

Colaboran

Concello de Vimianzo
Equipo técnico do Departamento de Benestar

Nota:

As imaxes gráficas empregadas ó longo deste documento pertencen e son recursos de:
<https://www.flaticon.es/>

**PLAN LOCAL DE LOITA
CONTRA A SOIDADE**



CONCELLO DE VIMIANZO

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| O PLAN DE LOITA CONTRA A SOIDADE. | 9 |
| 1. INTRODUCCIÓN. | 11 |
| 2. OBXECTIVOS E ESTRUTURA DO PLAN. | 12 |
| A SOIDADE | 15 |
| 1. APROXIMACIÓN TEÓRICA Ó CONCEPTO DE SOIDADE. | 17 |
| A DIAGNOSE. | 23 |
| 1. O CONCELLO DE VIMIANZO. POBOACIÓN E DISTRIBUCIÓN NO TERRITORIO. | 25 |
| 2. OS RECURSOS E SERVIZOS DO TERRITORIO. | 33 |
| 2.1 As actividades do Concello de Vimianzo. | 33 |
| 2.1.1 As actividades departamento municipal de benestar. | 33 |
| 2.1.2 As actividades dos restantes departamentos municipais. | 35 |
| 2.2 As actividades das entidades asociativas de Vimianzo. | 42 |
| O PROTOCOLO. | 45 |
| 1. PROTOCOLO DE LOITA CONTRA Á SOIDADE NON DESEXADA. | 47 |
| 1.1 Introducción. | 47 |
| 1.2 Rede de persoas colaboradoras. | 48 |
| 1.3 Protocolo de loita contra a soidade non desexada: o procedemento de actuación. | 49 |
| 1.3.1 Detección. | 49 |
| 1.3.1.1 Identificación. | 49 |
| 1.3.1.2 Derivación. | 50 |
| 1.3.2 Intervención. | 50 |
| 1.3.2.1 Contacto institucional. | 50 |
| 1.3.2.2 Avaliación inicial ou detección de necesidades. | 51 |
| 1.3.2.3 Recursos. | 52 |
| 1.3.3 Prevención. | 52 |
| 1.3.3.1 Medidas de Prevención. | 53 |
| 1.3.4 Seguimento. | 54 |

| | |
|---|------------|
| 2. ESQUEMA DO PROTOCOLO. | 55 |
| 2.1 Guía de Actuación do Protocolo. | 57 |
| 2.2 A Detección. Identificación e derivación. | 57 |
| 2.2.1 Identificación. Factores e efectos da soidade non desexada. | 57 |
| 2.2.2 Identificación. Escoitando á persoa. | 59 |
| 2.2.3 Identificación. Preguntando á persoa. | 61 |
| 2.2.4 Identificación. A participación no Programa. | 61 |
| 2.2.5 A derivación. | 62 |
| 2.3 A Intervención. | 63 |
| 2.3.1 O contacto institucional. | 63 |
| 2.3.2 A avaliación inicial ou detección de necesidades. | 64 |
| 2.3.3 Os recursos. | 66 |
| 2.3.4 O seguimento. | 67 |
| 2.4 Anexos | 68 |
| A GUÍA DE RECURSOS. | 71 |
| 1. GUÍA DE RECURSOS. | 73 |
| 1.1 Introducción. | 73 |
| 1.2 Guía de Recursos e Servizos do Concello de Vimianzo | 73 |
| AS CONCLUSIÓNS E RECOMENDACIÓNS. | 113 |
| 1. CONCLUSIÓNS. | 115 |
| 1.1 O contexto demográfico. | 115 |
| 1.2 A rede. | 115 |
| 1.3 O protocolo. | 116 |
| 1.4 Os recursos. | 117 |
| 2. RECOMENDACIÓNS. | 119 |
| 2.1 O contexto demográfico. | 119 |
| 2.2 A Rede. | 120 |
| 2.3 O protocolo. | 121 |
| 2.4 Os Recursos. | 122 |
| BIBLIOGRAFÍA. | 129 |

ÍNDICE DE GRÁFICOS

| | |
|--|----|
| Gráfico 1: Pirámide de poboación Concello de Vimianzo, 2021..... | 27 |
| Gráfico 2: Pirámide de poboación da Comarca da Terra de Soneira, 2035 en base a proxeccións de poboación. | 28 |
| Gráfico 3. Porcentaxe de fogares por número de persoas por fogar. Concello de Vimianzo. 2021. | 30 |
| Gráfico 3. Porcentaxe de fogares unipersoais por parroquias. Concello de Vimianzo. 2021..... | 31 |

ÍNDICE DE IMAXES

| | |
|---|----|
| Imaxe 1: Situación e composición da comarca de Terra de Soneira | 25 |
| Imaxe 2: Situación das Parroquias do Concello de Vimianzo. | 25 |

ÍNDICE DE TÁBOAS

| | |
|--|----|
| Táboa 1. Evolucións comparadas da poboación da Comarca de Terra de Soneira e do Concello de Vimianzo. 1998, 2010 e 2021. | 26 |
| Táboa 2. Evolución da poboación das parroquias do Concello de Vimianzo e peso sobre o total. 2000 e 2021. . | 26 |
| Táboa 3. Comparación de idades media, Índice de avellentamento e sobreavellentamento. Concello de Vimianzo, Terra de Soneira, provincia e Galicia. 2002, 2010, 2020. | 27 |
| Táboa 4: Persoas maiores de 60 anos por parroquias. Concello de Vimianzo. 2021. | 29 |
| Táboa 5. Porcentaxe de fogares por número de persoas por fogar nas parroquias do Concello de Vimianzo. 2021..... | 30 |
| Táboa 6. Procentaxe de fogares unipersoais habitados por persoas maiores de 65 anos nas parroquias do Concello de Vimianzo. 2022. | 31 |
| Táboa 5. Escala ESTE II de Soidade Social. | 65 |
| Táboa 6: Niveis de puntuación na Escala ESTE II | 65 |

O PLAN DE LOITA CONTRA A SOLIDADE.

1. **Introdución.**

Unha das consecuencias máis notables da evolución que está a vivir Galicia é a existencia de situacións de illamento e de soidade das persoas, sobre todo en contornas rurais nas que o devalo demográfico e o despoboamento son características básicas do noso contexto.

Nesta situación, a soidade convértese nun fenómeno social que se vencella tanto coa ausencia de xente coa que relacionarse, como coa limitación na cantidade e calidade das relacións mantidas, é dicir, co deterioro das relacións comunitarias e da rede social na que nos inserimos. Así, tendo en conta o contexto e as previsións demográficas, é posible albiscar que os episodios de soidade non desexada tenderán a incrementarse, emerxendo na axenda das políticas locais de benestar como un problema público de elevado impacto social e con importantes consecuencias para a saúde da poboación.

Para afrontar a soidade non desexada, a Área de Benestar da Deputación da Coruña, en colaboración cos Concellos de Muros, Ortigueira e Vimianzo pon en marcha un proxecto de detección, derivación e mellora das iniciativas comunitarias para incrementar a rede de relacións das persoas. Trátase dos Plans Piloto de Loita contra a Soidade.

Estes Plans Piloto derivan do Plan de Acción de Servizos Sociais da Deputación, no que os equipos técnicos municipais detectaron o fenómeno da soidade non desexada como un problema emerxente ó que non se podía facer fronte cos recursos habituais dos departamentos de benestar locais. Así, dende a Área de Benestar da Deputación, co obxectivo de apoiar ós equipos técnicos municipais, deséñase un modelo de intervención de carácter comunitario para adaptar á realidade local e incidir na mellora do benestar social da cidadanía.

Tendo en conta estes elementos, preséntase o Plan Piloto para a Loita contra a Soidade do Concello de Vimianzo. Para a súa elaboración, o Concello contou co apoio dos servizos públicos de saúde e seguridade cidadá presentes na localidade. Ademais, cóntase coa información das entidades sociais e veciñais de recoñecida actividade e de establecementos comerciais de proximidade que actúan como colaboradores/colaboradoras.

O Plan Piloto deséñase como unha primeira fase para testar, adaptar e ampliar a todas aquelas entidades e establecementos comerciais que desexen participar, de xeito que entre todas conformemos unha rede que evite os casos de soidade non desexada, mellorando as relacións comunitarias e a calidade de vida da nosa poboación.

Finalmente, o Concello de Vimianzo quere recoñecer e agradecer a tódolos servizos públicos, ás entidades asociativas e ó tecido comercial de proximidade a súa colaboración nesta iniciativa. Sen o seu apoio, as súas achegas e o seu traballo cotiá coa nosa poboación, esta iniciativa sería imposible.

2. Obxectivos e estrutura do Plan.

A continuación preséntanse os traballos de deseño metodolóxico e conformación da estrutura de traballo que dan forma ó Plan Piloto para a Loita contra a Soidade do Concello de Vimianzo. Esta primeira parte dos traballos realízase a xeito de experiencia sobre a cal verificar a súa idoneidade, levar a cabo as adaptacións pertinentes para mellorar o seu efecto e, con posterioridade, estender e ampliar no Concello.

O Plan Piloto conta co seguinte obxectivo xeral:

Establecer as principais liñas de traballo e a estrutura organizativa básica para mellorar, en coordinación cos principais actores de proximidade de todo o Concello, a detección da soidade non desexada e o seu tratamento a través do fortalecemento dos servizos de benestar, das actividades e das relacións comunitarias.

Como obxectivos de carácter operativo do Plan atópanse os seguintes:

- Estudar a demografía e a distribución territorial da poboación do Concello, prestando especial atención á localización das vivendas unipersoais ocupadas por persoas maiores de 65 anos.
- Deseñar un protocolo de detección, derivación e achegamento ás persoas con soidade non desexada.
- Constituír, conxuntamente cos servizos públicos localizados no territorio e cunha mostra de entidades asociativas e do tecido comercial de proximidade, unha rede de colaboradores para a detección de casos de soidade non desexada.
- Realizar unha recompilación de servizos, actividades e programas, do Concello e de entidades asociativas, que poidan actuar como resposta ós casos de soidade non desexada.
- Realizar recomendacións para a mellora dos servizos, actividades e programas, tanto do Concello como das entidades asociativas, que actúan como resposta ós casos de soidade non desexada.

Para dar resposta ós obxectivos mencionados, o documento do Plan Piloto iníciase cunha breve aproximación teórica ós diferentes conceptos utilizados ó falar da soidade non desexada. A continuación, amósase a información básica do Concello de Vimianzo, onde se presta especial atención ós datos de carácter demográfico e ó asentamento da poboación. Esta información complétase cunha aproximación ós servizos, actividades e programas que na actualidade están a asumir tanto o Concello como as entidades asociativas locais de referencia.

O Plan complétase coa exposición do Protocolo de detección, derivación e achegamento ás persoas con soidade non desexada. Este Protocolo integra un modelo de guiión de entrevista ou ferramenta de apoio ós equipos técnicos municipais para a detección da soidade non desexada.

Finalmente, atendendo ós puntos expostos, o Plan inclúe unha serie de recomendacións para a mellora a medio prazo dos servizos, actividades e programas de benestar que se levan a cabo tanto polo Concello como polas entidades asociativas, co obxectivo de mellorar tanto a súa capilaridade como o seu efecto en termos de mellora do benestar da cidadanía e incidencia sobre a soidade non desexada.

A SOIDADE

1.Aproximación teórica ó concepto de Soidade.

Para realizar unha correcta aproximación ó fenómeno da soidade á soidade non desexada, é preciso comezar analizando brevemente a súa definición e as súas principais características, xa que é a partir desta correcta definición dende onde se debe iniciar o establecemento de medidas para detectala e paliala nas persoas que a están a experimentar.

Neste sentido, a soidade non desexada como experiencia negativa considérase unha experiencia de carácter psicolóxico que xorde ante situacións non escollidas e provoca sentimentos negativos que poden ser prexudiciais para as persoas maiores. Esta situación dáse como resultado da limitación das relacións sociais, sendo un fenómeno subxectivo que non tódalas persoas experimentan por igual, pero que aquelas que o experimentan consideran desagradable.

Dentro do fenómeno da soidade non desexada é posible observar riscos de carácter emocional individual ou subxectivo, riscos de carácter interpersoal ou riscos de carácter situacional ou biográfico. Entre os riscos de carácter emocional ou subxectivo atópanse: (i) sensación de soidade non desexada aínda estando acompañados; (ii) sentimento de sentirse á marxe da vida cotiá do resto da xente; (iii) non contar coa confianza dos veciños; (iv) exclusión e rexeitamento; (v) non ter un grupo de iguais ou non ter sentimento de pertenza; (vi) sensación de non ser quen de afrontar situacións; ou (vi) sentimento de que é imposible dar ou recibir.

Entre os riscos de carácter interpersoal atópanse: (i) bloqueo para relacionarse; (ii) facer todo o que se poida para atopar redes e, aínda así, estar só; (iii) non ter ninguén para compartir o cotiá ou o día a día; (iv) dificultade para establecer lazos e tecer redes; (v) sentir que a xente falla cando a precisamos; (vi) non ter habilidades sociais; ou (vii) non saber convivir.

Entre os riscos de carácter situacional ou biográfico atópanse: (i) estar sos sen querer, de xeito obrigado; (ii) non sentirse útil por falta de traballo, de redes, de recursos; (iii) estar completamente centrados nas tarefas de coidados; (iv) non ter familia ou redes; (v) loito, perda de seres queridos, emigración... (Grupo Tangente, 2020)¹

Así, se ben a soidade non desexada pode ter como elemento fundamental o feito de que as persoas que a sofren viven soas e teñen unha ausencia obxectiva de compañía (illamento social), é preciso

¹ Grupo Tangente, S. Coop. Mad (2002). *Abordar y prevenir la soledad no deseada desde un enfoque comunitario*. Madrid Salud. https://madridsalud.es/pdf/guia_soledad_enfoque_comunitario.pdf

que esta situación xere un sentimento desagradable e negativo (Lorente Martínez, 2017)² como resultado dunha valoración persoal da cantidade e calidade das relacións sociais que a persoa mantén. A soidade non desexada, deste xeito, é a sensación subxectiva de discrepancia entre as relacións sociais que ten unha persoa e as que quereda ter. (Grupo Tangente, 2020)

Neste sentido é importante ter claras as diferenzas entre vivir soa, estar soa e sentirse soa (García González, 2020)³:

- Vivir soa: refírese a unha forma de convivencia, trátase de residir nun fogar no que vive unha persoa soa.
- Estar soa: refírese á frecuencia e densidade da rede social, ó illamento social que é posible medir de forma obxectiva e que pode ser tanto desexado como non desexado.
- Sentirse soa, en cambio, é un sentimento subxectivo e emocional que normalmente está asociado a unha situación ou contexto non desexados.

Atendendo a este enfoque, a soidade non desexada vai alén de estar ou vivir só e é un fenómeno que pode aparecer en persoas que estean ou vivan acompañadas, xerando un sentimento de illamento persoal relacionado coa percepción de abandono e de baleiro a raíz da ausencia ou limitación das relacións de intimidade. Isto xera un conxunto de emocións negativas tales como a tristura, melancolía, vergoña ou desesperación individuais (Yanguas, J. 2020)⁴.

De xeito complementario á carencia de relacións con outras persoas, o sentimento de soidade non desexada tamén pode xurdir en relación á carencia de vencellos comunitarios no lugar no que reside a persoa. Así, a comunidade onde nos integramos fornece ó individuo de sentimentos de pertenza, identificación, seguridade ou conexión emocional, de tal xeito que a ruptura dos hábitos comunitarios provoca a limitación destes sentimentos e colabora no illamento dos individuos (Yanguas, J. 2020)⁵.

Deste xeito, a complexidade do fenómeno da soidade fai que sexa posible observar situacións nas que o illamento social, entendido como limitación dos contactos sociais, non provoque sentimentos negativos; en tanto que persoas que viven soas ou que teñen un nivel de contacto social que elas consideran insatisfactorio, poden verse afectadas negativamente polo fenómeno da soidade. É dicir, a soidade vencéllase directamente cos sentimentos íntimos das persoas e, polo tanto, é un fenómeno de carácter silencioso ou silenciado.

En relación ó silencio do fenómeno é preciso ter en conta que, a nivel xeral e en termos sociais, obsérvase unha tendencia a responsabilizar ás persoas da súa soidade; asúmese esta situación como

² Lorente Martínez, R. (2017). *La soledad en la vejez: Análisis y evaluación de un programa de intervención en personas mayores que viven solas*. Tese de doutoramento. Universidade Miguel Hernández. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=123014>

³ García González, J.M. (2020) *Estudio sobre soledad no deseada en personas de 55+ años en Andalucía*. Junta de Andalucía. <https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/publicacion/21/05/Soledad55+ Andalucia Informe-junio-2020.pdf>

⁴ Yanguas, J. (dir) el al. (2020). El reto de la soledad en las personas mayores. Fundación La Caixa. <https://solidaridadintergeneracional.es/files/biblioteca/documentos/reto-soledad.pdf>

⁵ Yanguas, J. (dir) el al. (2020). El reto de la soledad en las personas mayores. Fundación La Caixa. <https://solidaridadintergeneracional.es/files/biblioteca/documentos/reto-soledad.pdf>

algo natural; ou considérase negativo dentro no actual modelo social pedir axuda ou amosar fragilidade xa que isto pode supoñer vergoña ou medo (Grupo Tangente, 2020).

É dentro deste esquema onde, se ben é importante ter en conta a emerxencia do fenómeno da soidade en contextos rurais onde o illamento e incidencia do avellentamento e da despoboación son elementos centrais e crecentes no noso territorio, estes factores deben complementarse coa mencionada valoración persoal e íntima, polo que é posible observar soidade non desexada tanto en contornas rurais como urbanas.

Un elemento a ter en conta é o relacionado cos factores que inciden na soidade non desexada nas diferentes etapas da vida da persoa. Así, para as persoas maiores salientan as seguintes fontes (Concello de Barcelona, 2021⁶; Grupo Tangente, 2020).

- Mudanza ou troco de domicilio que cause perda das relacións.
- Perda da parella e das relacións sociais próximas.
- Emancipación de fillos/as, emigración ou troco de vivenda destes familiares.
- Retorno da emigración.
- Deixar tarefas de coidado de netos/as ou outros familiares.
- Focalizarse nas tarefas de coidado de familiares dependentes.
- Dó e loito.
- Redución das actividades sociais.
- Deixar de recibir atención de coidadores/as.
- Desemprego.
- Xubilación.
- Dificultades para a mobilidade no territorio.
- Ser persoa dependente e receptora de coidados.
- Presenza de enfermidades mentais ou limitacións físicas.
- Empeoramento da saúde.
- Discapacidade.
- Violencia machista.
- Situación causada pola Covid-19.

Deste xeito, se ben o fenómeno da soidade non é propio unicamente das persoas maiores e a súa presenza en persoas de 60 anos é semellante á poboación xeral, esta presenza increméntase a partir dos 75 anos vencellada a eventos vitais negativos, salientando sobre todo a perda de seres queridos e a maior probabilidade de ter problemas de saúde, como indican Sancho, M. et al. (2020).; Barrio, E. del, Diaz-Veiga, P., Marsillas, e S., Prieto, D. (2020)⁷.

⁶ Concello de Barcelona (2021). *Estrategia municipal contra la soledad*. Ajuntament de Barcelona. https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxiu-documents/estrategia_contra_soledad_barcelona_2020_2030.pdf

⁷ Sancho, M., Barrio, E., del Diaz-Veiga, P., Marsillas, e S., Prieto, D. (2020) *Bakardadeak. Explorando soledades entre las personas que envejecen en Guipuzkoa*. Fundación Matia Instituto Gerontológico.

Esta maior presenza da soidade non desexada en persoas maiores relaciónase co incremento de riscos para a saúde física e mental e, máis en xeral, para a calidade de vida das persoas. En relación ós riscos para a saúde física, salienta o incremento de problemas de carácter cardiovascular e, en termos xerais, o incremento do risco de mortalidade prematura; en tanto que nos riscos relacionados coa saúde mental salienta a presenza de tristura, medo, sensación de baleiro, desilusión, inseguridade, ansiedade, depresión ou deterioro cognitivo. Ademais, é preciso ter en conta o efecto da soidade non desexada sobre a saúde social e relacional da persoa, xa que se observa unha perda das habilidades de comunicación, xérase un illamento social e desvencello dos procesos comunitarios, incrementase a desconfianza, pérdese a participación en actividades ou asistencia a lugares de encontro... (Grupo Tangente, 2020)

Con todo, é preciso facer fincapé no empeoramento dos hábitos saudables, observándose un incremento do sedentarismo, da mala alimentación, unha mala calidade do sono ou o tabaquismo/alcoholismo. Estes malos hábitos, a medio prazo, supoñen unha maior tendencia á ingresos hospitalarios, á atención domiciliaria e á institucionalización, segundo recollen Madrid Salud (2021)⁸ e Luna, B. e Pinto, J.A. (2021)⁹.

Neste sentido, tendo en conta o avellentamento da nosa poboación e as repercusións na saúde física, mental e na calidade de vida das persoas maiores; o fenómeno da soidade non desexada estase a converter nun problema público fronte ó que as administracións reaccionan a través de iniciativas que facilitan a súa detección e prevención.

Como consecuencia, a nivel local xorden nos últimos anos iniciativas relacionadas coa prevención da soidade non desexada en persoas maiores. Estas iniciativas, ademais de investigar sobre as causas e consecuencias da soidade, propoñen unha revisión e adaptación das actividades, servizos e programas que actualmente están a prestar os Concellos e, sobre todo, prestan especial atención ó establecemento de redes de actuación cos actores sociais de proximidade encamiñadas ó fomento e á revitalización das relacións comunitarias.

Neste sentido, a actuación sobre a presenza da soidade non desexada e a súa prevención amósase complexo, focalizándose as iniciativas existentes na mellora dos servizos de benestar e dos apoios sociais (Sartu, 2005)¹⁰, así como da rede de relacións comunitarias coa que pode contar a persoa

<https://www.matiainstituto.net/es/publicaciones/bakardadeak-explorando-soledades-entre-las-personas-mayores-que-envejecen-en-gipuzkoa>

⁸ Madrid Salud (2021). *Proyecto estratégico para la prevención de la soledad no deseada*. Madrid Salud. <https://soledadnodeseada.es/wp-content/uploads/2021/06/Proyecto-SND.pdf>

⁹ Luna, B. e Pinto J.A. (2021) *Aislamiento y soledad no deseada en las personas mayores. Factores predisponentes y consecuencias para la salud*. Dirección General de Salud Pública, Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid. <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM050318.pdf>

¹⁰ Sartu (2005). *Informe sobre la acción social con personas mayores en Bilbao y propuestas de mejora*. Bilbao, Diputación Foral de Bizkaia. https://www.bilbao.eus/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=pragma&blobheadervalue1=attachment%3B+filename%3Dpersonas_mayores.pdf&blobheadervalue2=public&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1273761077882&ssbinary=true

mellorando o seu capital social (Pinazo, S. e Bellegarde, M.D, 2018)¹¹, en detrimento doutras accións centradas nos sentimentos íntimos da persoa que serían de carácter individual e psicolóxico (Yanguas, J. 2020).

Dentro das estratexias máis utilizadas nos últimos anos para previr e afrontar a soidade non desexada, atópanse as relacionadas coa mobilización comunitaria e o fortalecemento das redes de apoio, mellorando o sentido de comunidade das persoas en situación de soidade. Este sentido de comunidade enténdese como unha experiencia individual e subxectiva de pertenza a unha colectividade maior, formando parte dunha rede de relacións de apoio mutuo nas que se pode confiar, de xeito que os membros da comunidade séntense integrados na mesma, que son importantes para os demais e para o grupo, e que teñen unha fe compartida en que as necesidades dos membros serán atendidas a través do compromiso de estaren xuntos (Grupo Tangente, 2020).

Así, tendo en conta os efectos que a actividade comunitaria ten sobre a soidade non desexada, un dos elementos centrais do Plan é o fortalecemento comunitario para promover o sentimento de comunidade, entendido como unha ferramenta ó servizo do benestar social a través do establecemento ou restauración dos vencellos comunitarios significativos. Estes vencellos permiten ás persoas en soidade compartir a súa problemática, xeran acompañamento e redes de solidariedade informais que permiten matizar problemas cotiás, mellórase a conciencia e participación e, como resultado, redúcese a percepción de soidade minimizando o illamento social. (Grupo Tangente, 2020).

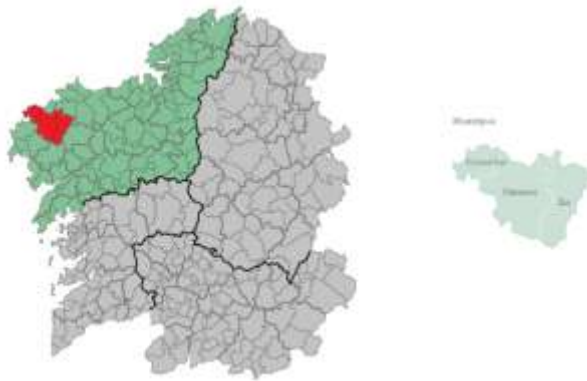
¹¹ Pinazo, S. e Donio-Bellegarde, M.D., (2018). *La soledad de las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención*. Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía personal, nº5. Fundación Pilares. <https://www.fundacionpilares.org/publicacion/la-soledad-de-las-personas-mayores-conceptualizacion-valoracion-e-intervencion/>

A DIAGNOSE.

1. O Concello de Vimianzo. Poboación e distribución no territorio.

O Concello de Vimianzo constitúese, conxuntamente co Concello de Camariñas, como os principais polos socioeconómico da Comarca de Terra de Soneira, integrada tamén polo Concello de Zas.

Imaxe 1: Situación e composición da comarca de Terra de Soneira



Fonte: AGADER e Wikipedia.

O Concello de Vimianzo componse de 14 parroquias distribuídas nos seus case 190 qm² de superficie total.

Imaxe 2: Situación das Parroquias do Concello de Vimianzo.



Fonte: acostadamorte.info

En termos de poboación, tanto a Comarca de Terra de Soneira como o Concello de Vimianzo manteñen un salientable devalo poboacional ó longo dos últimos anos. Así, como se pode observar

na Táboa 1, entre o ano 1998 e o 2021 a Comarca perde o 26% da súa poboación, en tanto que o Concello de Vimianzo perde máis do 22%.

Táboa 1. Evolucións comparadas da poboación da Comarca de Terra de Soneira e do Concello de Vimianzo. 1998, 2010 e 2021.

| Territorio | 1998 | 2010 | 2021 |
|-----------------------------|--------|--------|--------|
| Comarca de Terra de Soneira | 22.353 | 19.649 | 16.533 |
| Concello de Vimianzo | 8.937 | 8.128 | 6.925 |

Fonte: IGE.

En termos absolutos, esta evolución supón unha caída de case 6.000 habitantes na Comarca, en tanto que no Concello de Vimianzo a perda é de máis de 2.000 persoas no período indicado.

A dinámica poboacional na que se atopa inmersa tanto a Comarca como o Concello incide na evolución das 14 parroquias das que se compón o Concello. A continuación amósase táboa cos principais datos demográficos das diferentes parroquias.

Táboa 2. Evolución da poboación das parroquias do Concello de Vimianzo e peso sobre o total. 2000 e 2021.

| Parroquia | 2000 | Peso sobre o total | 2021 | Peso sobre o total | Evolución absoluta | Evolución en % |
|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------------|----------------|
| Bañás | 891 | 10% | 694 | 10% | -197 | -22% |
| Bamiro | 444 | 5% | 401 | 6% | -43 | -10% |
| Berdoias | 320 | 4% | 223 | 3% | -97 | -30% |
| Calo | 538 | 6% | 361 | 5% | -177 | -33% |
| Cambeda | 441 | 5% | 325 | 5% | -116 | -26% |
| Carantoña | 734 | 8% | 551 | 8% | -183 | -25% |
| Carnés | 765 | 9% | 501 | 7% | -264 | -35% |
| Castrelo | 323 | 4% | 248 | 4% | -75 | -23% |
| Cereixo | 668 | 8% | 460 | 7% | -208 | -31% |
| Salto | 640 | 7% | 477 | 7% | -163 | -25% |
| Serramo | 379 | 4% | 241 | 3% | -138 | -36% |
| Tines | 232 | 3% | 164 | 2% | -68 | -29% |
| Treos | 490 | 6% | 343 | 5% | -147 | -30% |
| Vimianzo | 1.901 | 22% | 1.936 | 28% | 35 | 2% |
| Total | 8.766 | 100% | 6.925 | 100% | -1.841 | -21% |

Fonte: INE.

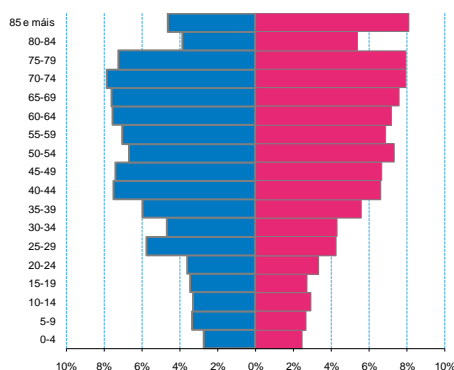
A perda de poboación observada ó longo do período analizado no Concello de Vimianzo esténdese a case tódalas súas parroquias, nas que se pode verificar unha caída que vai dende o chan do 10% en Bamiro ó teito do 36% en Serramo. Con todo, desta caída xeral exceptúase o núcleo urbano de Vimianzo, que no período analizado incrementa a súa poboación en 35 persoas (2%), o cal supón que, a pesar da súa evolución positiva, o principal núcleo do Concello non ten a suficiente capacidade como para compensar a caída xeneralizada da poboación nas parroquias máis rurais.

Un elemento a ter en conta é a importante dispersión da poboación do Concello, xa que coa excepción do núcleo urbano, que agrupa na actualidade ó 28% das persoas residentes, no resto das

parroquias non se supera o 10% da poboación total do Concello e, a pesar da salientable evolución negativa, todas presentan datos superiores ós 150 habitantes. Así, a dispersión é un elemento a ter en conta no deseño de actividades e programas que incidan na soidade das persoas maiores.

A continuación amósase a estrutura da poboación por idades do Concello de Vimianzo para o ano 2021. Como se pode comprobar, o Concello de Vimianzo conta cunha estrutura poboacional avellentada, na que os principais grupos de poboación atópanse compostos polas persoas maiores de 65 anos de ámbolos sexos, salientando o peso das mulleres de máis de 85 anos que superan o 8% da poboación do Concello.

Gráfico 1: Pirámide de poboación Concello de Vimianzo, 2021.



Fonte: IGE.

Esta importante presenza das persoas maiores de 65 anos, que para o ano 2021 supera o 34% da poboación de Vimianzo, véñse incrementando paulatinamente dende o ano 2000, cando supoñían o 20%. Así, en termos absolutos a poboación maior de 65 anos pasa dos 1.758 persoas no 2000 ás 2.364 do ano 2021.

O proceso de avellentamento verifícase ó estudar a evolución da idade media da cidadanía que reside no Concello e os índices de envellecemento¹² e sobreenvellecemento¹³ de xeito comparado cos datos provinciais e galegos.

Táboa 3. Comparación de idades media, Índice de avellentamento e sobreavellentamento. Concello de Vimianzo, Terra de Soneira, provincia e Galicia. 2002, 2010, 2020.

| Índice | 2002 | 2010 | 2020 |
|------------------------------|--------------|--------------|--------------|
| Idade Media Vimianzo | 43,54 | 47,64 | 52,29 |
| Idade media Terra de Soneira | 43,55 | 47,42 | 52,22 |

¹² O índice de envellecemento é a relación entre a poboación maior de 64 anos e a poboación menor de 20 anos expresada en %, é dicir, o número de persoas de 65 ou máis anos por cada 100 menores de 20 anos. Fonte: <http://www.ige.eu/igebdt/esq.jsp?idioma=ga&paxina=000&c=-1&gnp=0&ruta=definiciones/defcod.jsp?C=02010040000000> Consultado en febreiro do 2022.

¹³ O índice de sobreenvellecemento é a relación entre a poboación maior de 84 anos e a poboación maior de 64 anos expresada en %, é dicir, o número de persoas de 85 ou máis anos por cada 100 de 65 ou máis anos. Fonte: <http://www.ige.eu/igebdt/esq.jsp?idioma=ga&paxina=000&c=-1&gnp=0&ruta=definiciones/defcod.jsp?C=02010040000000> Consultado en febreiro do 2022.

| Índice | 2002 | 2010 | 2020 |
|--|---------------|---------------|---------------|
| Idade media provincia | 42,49 | 44,51 | 47,18 |
| Idade media Galicia | 42,89 | 44,83 | 47,48 |
| Índice de avellentamento Vimianzo | 120,52 | 189,08 | 306,84 |
| Índice de avellentamento Terra de Soneira | 121,51 | 186,36 | 290,96 |
| Índice de avellentamento provincia | 113,94 | 134,32 | 154,57 |
| Índice de avellentamento Galicia | 119,7 | 139,37 | 160,4 |
| Índice de sobreavellentamento Vimianzo | 11,69 | 15,46 | 18,67 |
| Índice de sobreavellentamento Terra de Soneira | 11,56 | 14,87 | 20,12 |
| Índice de sobreavellentamento provincia | 10,79 | 13,38 | 18,12 |
| Índice de sobreavellentamento Galicia | 11,45 | 14,46 | 19,15 |

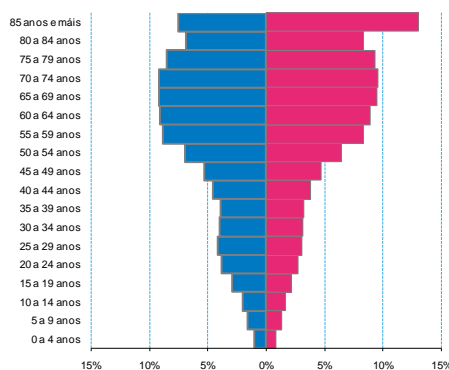
Fonte: IGE.

Como se pode observar, as tendencias de avellentamento propias do contexto galego vense intensificadas en Terra de Soneira e no Concello de Vimianzo, que superan as referencias galega e provincial en practicamente tódolos indicadores amosados.

Neste sentido, a intensa evolución á alza dos datos do Concello de Vimianzo reflíctese, para o ano 2020, nun diferencial de case 5 anos con respecto á idade media galega, en tanto que o índice de avellentamento do Concello case duplica o valor promedio galego partindo, no ano 2002, duns valores semellantes. Estes importantes diferenciais matízanse ó analizar o índice de sobreavellentamento, que presenta uns valores superiores no conxunto de Galicia con respecto ó do Concello de Vimianzo.

Así, se ben a evolución amosada para Galicia verifica a existencia dun proceso de avellentamento asentado, os indicadores de Terra de Soneira e do Concello de Vimianzo reflicten a elevada intensidade deste proceso e o elevado impacto que o avellentamento ten no territorio. Este proceso é posible observalo nas proxeccións de poboación para o 2035 que o Instituto Galego de Estatística elabora a nivel comarcal, segundo se pode comprobar na seguinte gráfica.

Gráfico 2: Pirámide de poboación da Comarca da Terra de Soneira, 2035 en base a proxeccións de poboación.



Fonte: IGE

As proxeccións de poboación para o 2035 realízanse para unha poboación comarcal de 12.871 persoas, o que supón unha perda do 22% sobre o dato do 2021 e 3.662 persoas. Esta intensificación

da caída na poboación complementábase, á súa vez, coa intensificación do avellentamento ó prever que a poboación maior de 65 anos da comarca suporá un 46% do total, incrementándose substancialmente sobre o 34% actual.

Neste contexto, é preciso facer fincapé na previsión do importante volume de mulleres maiores de 85 anos, que se achegan ó 13% da poboación, e que se convirten no grupo de idade máis numeroso da comarca cunha importante diferenza sobre os seguintes grupos en volume, que non chegan ó 10% (mulleres de 70 a 74 anos).

Este importante peso que as persoas maiores teñen a nivel xeral do Concello vese reflectido ó analizar a poboación de cada unha das parroquias. Así, é posible obter a seguinte táboa na que se pode observar a situación das persoas maiores de 60 anos a nivel parroquial.

Táboa 4: Persoas maiores de 60 anos por parroquias. Concello de Vimianzo. 2021.

| Parroquia | Homes | Mulleres | Total persoas maiores | Peso sobre total Parroquia | Peso das mulleres sobre persoas maiores |
|-----------|-------|----------|-----------------------|----------------------------|---|
| Bañás | 107 | 128 | 235 | 33,9% | 54,5% |
| Bamiro | 57 | 61 | 118 | 29,4% | 51,7% |
| Berdoias | 41 | 41 | 82 | 36,8% | 50,0% |
| Calo | 55 | 74 | 129 | 35,7% | 57,4% |
| Cambeda | 48 | 67 | 115 | 35,4% | 58,3% |
| Carantoña | 98 | 116 | 214 | 38,8% | 54,2% |
| Carnés | 102 | 127 | 229 | 45,7% | 55,5% |
| Castrelo | 44 | 42 | 86 | 34,7% | 48,8% |
| Cereixo | 81 | 108 | 189 | 41,1% | 57,1% |
| Salto | 93 | 102 | 195 | 40,9% | 52,3% |
| Serramo | 45 | 51 | 96 | 39,8% | 53,1% |
| Tines | 33 | 36 | 69 | 42,1% | 52,2% |
| Treos | 46 | 70 | 116 | 33,8% | 60,3% |
| Vimianzo | 200 | 283 | 483 | 24,9% | 58,6% |

Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes.

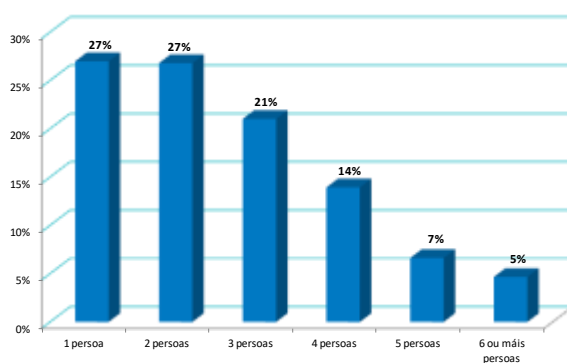
Como se pode comprobar, o peso das persoas maiores de 60 anos nas diferentes parroquias rolda entre o chan que marca a parroquia de Vimianzo, cun 24,9%, ó teito que se atopa na parroquia de Carnés, onde máis do 45% da súa poboación é maior de 60 anos. Do total das 14 parroquias de Vimianzo, en 12 delas o peso da poboación maior de 60 anos supera o 33%.

Con respecto ó peso das mulleres sobre o total das persoas maiores de 60 anos, coa excepción de Castrelo, en todas elas se verifica a existencia de máis mulleres ca homes, aspecto que salienta en Treos, onde o peso das mulleres supera o 60% do total de persoas maiores.

Así, a primeira aproximación ó colectivo das persoas maiores de 60 anos no territorio supón a verificación do importante peso na poboación das diferentes parroquias de carácter rural, o que verifica o impacto do proceso de avellentamento focalizado que non ten unha incidencia tan elevada no núcleo urbano, así como a tendencia á feminización da mesma, na liña coas proxeccións xa analizadas.

Afondando no estudo da composición dos fogares, o Concello de Vimianzo conta con 2.613 fogares segundo os datos do padrón municipal de habitantes. A distribución dos fogares vimianceses segundo o número de persoas que constan inscritas no fogar amósase no seguinte gráfico.

Gráfico 3. Porcentaxe de fogares por número de persoas por fogar. Concello de Vimianzo. 2021.



Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes.

Así, como se pode observar, máis da metade dos fogares de Vimianzo están formados por unha (27%) ou dúas persoas (27%), o 35% por tres (21%) e catro (14%) persoas e so o 11% dos fogares está composto por cinco ou máis habitantes.

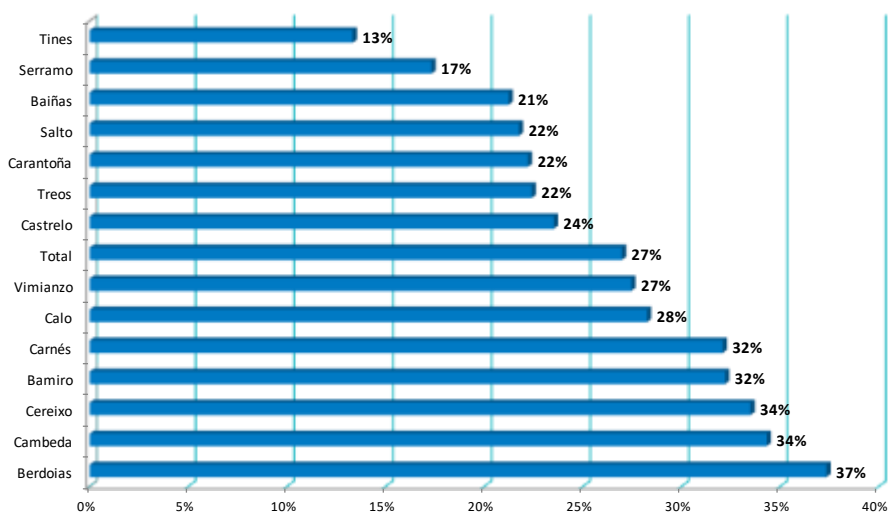
Táboa 5. Porcentaxe de fogares por número de persoas por fogar nas parroquias do Concello de Vimianzo. 2021.

| Parroquia | 1 persoa | 2 persoas | 3 persoas | 4 persoas | 5 persoas | 6 ou máis persoas |
|--------------|------------|------------|------------|------------|-----------|-------------------|
| Baiñas | 21% | 27% | 15% | 16% | 11% | 9% |
| Bamiro | 32% | 20% | 17% | 16% | 12% | 2% |
| Berdoias | 37% | 16% | 19% | 11% | 12% | 5% |
| Calo | 28% | 27% | 22% | 9% | 9% | 4% |
| Cambeda | 34% | 29% | 16% | 11% | 4% | 4% |
| Carantoña | 22% | 32% | 19% | 16% | 5% | 5% |
| Carnés | 32% | 33% | 15% | 12% | 5% | 3% |
| Castrelo | 24% | 24% | 22% | 18% | 5% | 8% |
| Cereixo | 34% | 31% | 18% | 9% | 4% | 4% |
| Salto | 22% | 26% | 24% | 14% | 6% | 8% |
| Serramo | 17% | 25% | 23% | 17% | 8% | 9% |
| Tines | 13% | 37% | 25% | 13% | 8% | 3% |
| Treos | 22% | 18% | 26% | 18% | 9% | 6% |
| Vimianzo | 27% | 25% | 25% | 15% | 5% | 3% |
| Total | 27% | 27% | 21% | 14% | 7% | 5% |

Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes.

A nivel parroquial o esquema repítase con certos matices. Son salientables os casos das parroquias de Berdoais, co 37% dos fogares unipersoais, ou Bamiro, Cambeda, Carnés e Cereixo co máis do 30% dos fogares formados por unha soa persoa. Noutro extremo salientan as parroquias de Serramo co 17% dos fogares unipersoais e Tines co tan so o 13% dos fogares formados por unha soa persoa.

Gráfico 4. Porcentaxe de fogares unipersoais por parroquias. Concello de Vimianzo. 2021.



Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes.

Neste sentido, de realizar una estimación que vincelle os casos de illamento físico co número de habitantes por fogar, estes focalizaríanse inicialmente nas parroquias de Berdoais, Cambeda, Cereixo, Bamiro ou Carnés, todas elas con cifras de fogares unipersoais superiores ó 30% que, no caso de Berdoais chega ó 37%. Esta propensión sería máis limitada nos casos de Tines ou Serramo, co 13% e 17% de fogares unipersoais respectivamente.

Ademais, afondando nesta análise, é posible cruzar os datos relativos ás vivendas unipersoais das parroquias anteriormente expostos, coa idade das persoas que viven nelas. A continuación amósase táboa ilustrativa.

Táboa 6. Porcentaxe de fogares unipersoais habitados por persoas maiores de 65 anos nas parroquias do Concello de Vimianzo. 2022.

| Parroquia | Número de fogares unipersoais | Número de fogares habitados só por xente de máis de 65 anos | Porcentaxe |
|-----------|-------------------------------|---|------------|
| Baiñas | 48 | 30 | 62,5% |
| Bamiro | 48 | 24 | 50% |
| Berdoais | 31 | 20 | 64,5% |
| Calo | 39 | 22 | 56,4% |
| Cambeda | 46 | 28 | 60,9% |

| Parroquia | Número de fogares uniperoais | Número de fogares habitados só por xente de máis de 65 anos | Porcentaxe |
|--------------|------------------------------|---|--------------|
| Carantoña | 46 | 31 | 67,4% |
| Carnés | 69 | 50 | 72,5% |
| Castrelo | 20 | 10 | 50% |
| Cereixo | 65 | 43 | 66,2% |
| Salto | 37 | 28 | 75,7% |
| Serramo | 13 | 8 | 61,5% |
| Tines | 8 | 6 | 75% |
| Treos | 26 | 19 | 73,1% |
| Vimianzo | 209 | 105 | 50,2% |
| Total | 705 | 489 | 69,4% |

Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes.

Como se pode comprobar, os fogares unipersoais son habitados maioritariamente por persoas maiores de 65 anos en todo o Concello. Esta situación agrávase en parroquias como Carnés, Salto, Tines ou Treos nas que a porcentaxe supera o 70%, en tanto que nas parroquias de Bamiro ou Castrelo as cifras son do 50%.

Con todo, tal como se menciona con anterioridade, a soidade non desexada ou soidade social non se atopa directamente vencellada co illamento físico, senón que este é un factor máis a ter en conta. Así, a complexidade do fenómeno limita a capacidade de xeración de conclusións a partir da aplicación das ferramentas estatísticas na súa detección e delimitación territorial, se ben é posible apreciar unha importante concentración de persoas maiores que viven soas en todo o Concello, salientando os casos de parroquias como Tines, Treos, Salto ou Carnés, por exemplo.

2. Os recursos e servizos do territorio.

O Concello de Vimianzo conta xa con múltiples iniciativas que contribúen mellorar a socialización e, polo tanto, limitar a soidade de maneira directa ou indirecta. Este apartado deséñase co obxectivo de visibilizar este conxunto de actuacións que na actualidade son desenvolvidas no territorio dende o propio Concello e dende as entidades e asociacións de carácter social para, poñendo o foco na soidade das persoas maiores, identificar aqueles elementos a potenciar ou detectar a necesidade de introducir unha nova perspectiva nos proxectos realizados.

2.1 AS ACTIVIDADES DO CONCELLO DE VIMIANZO.

Como se menciona con anterioridade, na actualidade hai múltiples programas municipais destinados a mellorar a socialización da cidadanía de Vimianzo que son desenvolvidos dende diferentes departamentos municipais. A continuación amósanse estes programas.

2.1.1 As actividades departamento municipal de benestar.

Na actualidade o departamento municipal de benestar do Concello de Vimianzo está a responder ás necesidades de mellora da calidade de vida das persoas poñendo o foco nas persoas maiores. Dentro deste colectivo, salientan as actividades e servizos relacionados coa dependencia.

Neste sentido, no Concello de Vimianzo o número de persoas valoradas con grao de dependencia ascende a 301¹⁴ (4,35% da poboación de Vimianzo). Segundo o grao da súa valoración: 121 persoas teñen grao III, 107 persoas contan cun grao II e 76 persoas foron valoradas cun grao I.

O número de persoas con Programa de Atención Individual (PIA) que contan con recurso efectivo do Sistema para a Autonomía e Atención á Dependencia (SAAD) é de 288, coa seguinte distribución por tipo de recurso:

- Centro de atención residencial: 60 persoas.

¹⁴ Dato a día 30 de marzo de 2022.

- Centro de atención diúrna: 4 persoas .
- Servizo de axuda no fogar: 105 persoas.
- Teleasistencia – xeolocación e transporte adaptado: 17 persoas¹⁵.
- Libranza para coidados na contorna familiar: 100 persoas.
- Libranza vinculada á adquisición dun servizo: 14 persoas.
 - Centro de atención residencial: 6 persoas.
 - Centro de atención diúrna: 2 persoas.
 - De prevención e promoción da autonomía persoal: 6 persoas.

Xa sen relación coa dependencia, é posible atopar outros servizos prestados e postos en marcha de forma permanente dende o departamento de Benestar do concello:

O **SERVIZO DE AXUDA NO FOGAR DE LIBRE CONCORRENCIA**, que consiste en ofrecer un conxunto de atencións a persoas ou familiares no seu propio domicilio, para facilitar o seu desenvolvemento e permanencia no seu entorno habitual a 37 persoas na modalidade de libre concorrència.

O **SERVIZO DE TELEASISTENCIA**, servizo de carácter tecnolóxico (atención telefónica ininterrompida) que garante a permanencia das persoas usuarias no seu entorno habitual dando resposta a situacións de necesidade e emerxencia e proporcionando autonomía, seguridade e tranquilidade as persoas usuarias, préstase no concello a un total de 27¹⁶ persoas usuarias a través do servizo de teleasistencia da Deputación da Coruña.

A **VIVENDA COMUNITARIA DE VIMIANZO** é un equipamento destinado a acoller a 12 persoas usuarias que, sendo autónomos ou con dependencia moderada de grao I, niveis 1 e 2, non presentan problemas graves de mobilidade. Debido o tamaño da vivenda lograse crear entre as persoas usuarias un sentimento e un vínculo moi familiar, tanto co persoal como entre as propias persoas usuarias.

O concello tamén conta con outros dous servizos municipais que teñen como finalidade mellorar a calidade de vida das persoas maiores ou con minusvalías, estes servizos son o comedor e a lavandaría sobre rodas.

O servizo de **COMEDOR SOBRE RODAS** conta con 66 persoas usuarias, e é un servizo que consiste na preparación e entrega da comida do medio día (xantar) que se reparte por los domicilios das persoas usuarias. A **LAVANDERÍA SOBRE RODAS** é un servizo que inclúe a recollida da roupa sucia un día por semana e a entre desta o mesmo día da semana seguinte e conta no concello con 7 persoas usuarias.

PROGRAMA VIDA ACTIVA, é un programa impulsado dende o departamento de Benestar que ten por obxectivo a potenciación da estimulación das capacidades cognitivas. No programa

**PROGRAMA DE VIDA ACTIVA
CONCELLO DE VIMIANZO**

Unha cabeza humana con palabras relacionadas coa saúde e o envellecemento.

| MES | ACTIVIDADES | HORARIO |
|-----------|-------------|-------------|
| Janero | Traxo | 10:30-11:30 |
| Febro | Traxo | 10:30-11:30 |
| Marzo | Traxo | 10:30-11:30 |
| Abril | Traxo | 10:30-11:30 |
| Maio | Traxo | 10:30-11:30 |
| Xuño | Traxo | 10:30-11:30 |
| Xullo | Traxo | 10:30-11:30 |
| Agosto | Traxo | 10:30-11:30 |
| Setembro | Traxo | 10:30-11:30 |
| Outubro | Traxo | 10:30-11:30 |
| Novembro | Traxo | 10:30-11:30 |
| Diciembro | Traxo | 10:30-11:30 |

CANDO? Comenzamos a fare a de outubro

ONDE? Nos centros culturais de cada parroquia

PARA QUEN? Todas aquelas persoas que queiran manter ou potenciar o funcionamento das súas capacidades cognitivas

afareS
VIMIANZO

¹⁵ Dato a día 9 de marzo de 2022.

¹⁶ Dato a día 3 e marzo de 2022.

| Actividade | Parroquia | Público | Nº de grupos |
|----------------------------------|-----------|------------------|--------------|
| Percusión latina | Vimianzo | Todo | 1 |
| Batucada | Vimianzo | Todo | 1 |
| Coral polifónica | Vimianzo | Todo | 1 |
| Música tradicional | | | |
| Gaita e frauta | Vimianzo | Todo | 5 |
| Percusión (Bombo/ tamboril) | Vimianzo | Todo | 3 |
| Pandeireta | Baiñas | Infantil/ Adulto | 2 |
| | Berdoias | Todo | 1 |
| | Carnés | Infantil/ Adulto | 2 |
| | Treos | Infantil/ Adulto | 2 |
| | Vimianzo | Infantil | 3 |
| | | Xuvenil | 1 |
| | | Adulto | 2 |
| Baile e danza tradicional | | | |
| Danza | Salto | Infantil | 2 |
| | | Adulto | 1 |
| | Pasarela | Todo | 2 |
| Baile tradicional | Vimianzo | Infantil | 1 |
| | | Xuvenil | 1 |
| | | Adulto | 2 |
| Arte | | | |
| Debuxo | Vimianzo | Adulto | 2 |
| Grabado | Vimianzo | Adulto | 2 |
| Pintura | Vimianzo | Infantil | 2 |
| | | Adulto | 2 |
| Palillar | Vimianzo | Infantil/adultos | 1 |
| | | Todo | 2 |
| | Carnés | Todo | 2 |
| | Baiñas | Todo | 1 |
| | Salto | Todo | 1 |
| Ludoteca | Vimianzo | Todo | 1 |
| | Carantoña | Todo | 1 |
| Teatro | Vimianzo | Adulto | 2 |
| | | Infantil | 3 |

Como se pode observar, salienta a variedade de actividades e de colectivos obxectivo, existindo actividades deseñadas para un único público, en tanto que outras actividades contan con grupos de

infantil, xuvenil e adultos nas que comparten espazo. Tamén hai actividades que se imparten nas diferentes parroquias do concello, así das 14 parroquias do concello 8 contan con algunha actividade das Escolas Culturais.

As Escolas culturais no curso 2021-2022 contaron cun total de 78 grupos.

As **Escolas Deportivas** presentaron seguinte oferta:

| Actividade | Público | Parroquia | Nº de grupos |
|---------------------------------------|-----------------|-----------|--------------|
| Aeróbic | Adulto | Carantoña | 1 |
| | | Vimianzo | 1 |
| | | Baíñas | 1 |
| | | Cereixo | 2 |
| | | Salto | 1 |
| Pilates | Adulto | Vimianzo | 3 |
| | | Salto | 1 |
| | | Tines | 1 |
| | | Baíñas | 1 |
| Ioga | Adulto | Vimianzo | 2 |
| Actividade física para maiores | Adulto | Vimianzo | 1 |
| | | Berdoias | 2 |
| | | Baíñas | 1 |
| | | Treos | 1 |
| | | Carnés | 1 |
| | | Bamiro | 1 |
| | | Cereixo | 2 |
| Multideporte | Todos | Vimianzo | 1 |
| | Todos | Baíñas | 1 |
| Baloncesto | Todos | Vimianzo | 1 |
| Atletismo | Todos | Vimianzo | 1 |
| Pádel | Minipádel | Vimianzo | 1 |
| | Infantil | | 1 |
| Tiro con arco | Infantil | Vimianzo | |
| | Xuvenil/ Adulto | | 1 |
| Tenis de mesa | Todos | Vimianzo | 1 |
| Fútbol e fútbol sala | Prebenxamín | Vimianzo | 1 |
| | Benxamín | | 1 |
| | Alevín | | 1 |
| | Infantil | | 1 |
| Pequemotricidade | Infantil | Vimianzo | 1 |

| Actividade | Público | Parroquia | Nº de grupos |
|--------------------|----------|-----------|--------------|
| Taekwondo | Infantil | Vimianzo | 3 |
| Patinaxe artístico | Infantil | Vimianzo | 2 |
| | Infantil | Baíñas | 1 |

No curso 2021-2022 formáronse un total de 42 grupos nas Escolas Deportivas. Estas actividades, en función da disciplina, impártense en 10 das 14 parroquias do concello.

As Escolas Deportivas contan con actividades como o Tiro con arco que conta con grupos de público infantil e grupos de público adulto, en tanto que hai disciplinas como patinaxe, taekwondo ou pequemotricidade que teñen na poboación infantil o seu público obxectivo. Ademais, outras actividades como o aeróbic, pilates, ioga ou a actividade física para maiores deséñanse especificamente para o público adulto.

As **actividades de informática e novas tecnoloxías** completan a oferta do programa Actívate. A oferta desta escola é a seguinte:

| Actividade | Público | Parroquia | Nº de grupos | Persoas usuarias |
|-------------------------------------|----------|-----------|--------------|------------------|
| Curso de social media para empresas | Adulto | Vimianzo | 1 | 9 |
| Mecanografía | Infantil | Vimianzo | 1 | 12 |
| Robótica | Infantil | Vimianzo | 2 | 12 |
| | | | | 11 |
| Ofimática | Infantil | Vimianzo | 2 | 12 |
| | | | | 10 |
| Videoconferencia con Papa Noel | Infantil | Vimianzo | 1 | 12 |
| | | Baíñas | 1 | 11 |
| Informática | Infantil | Baíñas | 1 | 10 |
| | | Vimianzo | 2 | 12 |
| | | | | 10 |
| | | Carantoña | 1 | 6 |
| Uso do móbil para adultos | Adultos | Vimianzo | 1 | 11 |
| | | Treos | 1 | 10 |
| | | Carnés | 1 | 12 |
| | | Pasarela | 1 | 15 |
| | | Baíñas | 1 | 9 |
| | | Salto | 1 | 8 |



Tamén salientan os 20 **LOCAIS PARROQUIAIS** repartidos por todo o territorio de Vimianzo dispoñibles para a realización de actividades tanto municipais como das entidades e veciñas e veciños do Concello.

- Antiga Escola de Berdoias
- Antiga Escola de Cambeda
- Antiga Escola de Carnés
- Antiga Escola Castrelo
- Antiga Escola de Ceán, Bamiro
- Antiga Escola da Devesa, Carnés
- Antiga Escola de Orbellido, Baíñas
- Antiga Escola do Outeiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pedreiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pasarela
- Antiga Escola de Reboredo, Salto
- Antiga Escola de Subeiro, Serramo
- Antiga Escola de Tines
- Antiga Escola de Treos
- Escola de Castromil, Salto
- Escola de Vilar de Cereixo, Cereixo
- Escola de Carantoña
- Escola de Carnés
- Antigo edificio da Cruz Vermella, Vimianzo
- Centro Social de Señoráns, Salto

O concello tamén conta con actividades e iniciativas que se desenvolven de forma puntual ó longo de todo o ano e que buscan cubrir as diferentes demandas, necesidades ou inquiredanzas que son desenvolvidas en coordinación entre o Concello e as entidades e asociacións presentes no territorio. A continuación amósanse diferentes actividades realizadas ó longo dos anos 2021 e 2022.

Ciclo de Cine de Vimianzo.

Ciclo de tres filmes a proxectar no Auditorio de Vimianzo para facer chegar o sétimo arte a toda a veciñanza. No ano 2021, este Ciclo foi realizado no mes de setembro.



Actividades da Mostra de Artesanía en Vivo.

Fiadeiros, diferentes obradoiros de liño, barro, maquetas de barcos e nasas, palla, coiro...obradoiros para dar a coñecer con detalle as técnicas tradicionais que se desenvolven no Castelo de Vimianzo. Este conxunto de actividades véñse celebrando ó longo dos meses de xullo, agosto e setembro.



Recunchos.



Programa de Andainas para dar a coñecer o patrimonio que, nos últimos anos, véñse celebrando entre maio e setembro.

Talleres de poda.

Actividade formativa de elevado interese sobre como realizar as tarefas de poda e mantemento de árbores. Desenvolvida ó longo do mes de febreiro do 2022.



Excursións de maiores.

Para as veciñas e veciños maiores de 60 anos organízanse excursións, para o ano 2022 o destino é o balneario “Hotel Carlos I” de Sanxenxo sendo a duración da excursión de 4 días no mes de maio.

Cantos de Nadal.

Cantos de Nadal en tódalas parroquias con chocolate, churros e filloas para os asistentes.

Roteiros teatrais.

Iniciativa que promove o coñecemento do patrimonio, a través dunha actividade lúdica, sinxela e divertida ó tempo que saudable e aberta a todo o mundo. Danse a coñecer os diferentes lugares por onde discorre a ruta a través de breves representacións teatrais. Realízase conxuntamente coa Asociación Neira Marcos ó longo do mes de novembro.

Xornadas micolóxicas.

Para poder aprender, buscar e mesmo degustar cogomelos da man dun experto, en colaboración coa Peña barcelonista Irmandiña de Vimianzo ó longo do mes de novembro.



Muiñada de Vimianzo.

Celebración destinada ó recordo no que a través diferentes actos, actividades, concursos e obradoiros xunto coa música realízase unha reivindicación alegre dun pasado recente. Nas súas diferentes edicións foron presentándose distintos formatos coa participación na súa organización de entidades do territorio como a Asociación Cherinkas entre outras, ó longo do mes de novembro.

2.2 AS ACTIVIDADES DAS ENTIDADES ASOCIATIVAS DE VIMIANZO.

O conxunto de actividades previamente exposto complementáanse coas desenvolvidas pola iniciativa social e asociativa do concello, que diseña diferentes iniciativas como as que se expoñen a continuación.

👍 **Roteiros e actividades do Colectivo A Rula** relacionados cos petroglifos.

👍 **Actividades da Asociación de Castrobuxán**, nas que realizan merendas e festa da Nosa Señora de Castrobuxán, en Calo.

👍 **Actividades relacionadas cos cabalos e rapa da Asociación cabalar e cultural Monte Faro**, como asociación adicada ó coidado dos cabalos e a responsable tamén da organización da Rapa das Bestas de Vimianzo no curro do Campo da Areosa.



👍 **Actividades de lecer e gastronómicas da Asociación de Veciños de Castrelo**.

👍 **Actividades da Asociación Neira Marcos de Salto**. A Asociación Neira Marcos realiza unha gran cantidade moi variada de actividades como poden ser:

- Roteiros teatralizados.
- Elaboración de libros de receitas, memoria colectiva, lendas...Proxecto Saberes da Aldea.
- Realización de magostos, actividades teatrais, foliadas.



👍 **Actividades de pesca recreativa – Sociedade de Pesca Deportiva Neria**.

👍 **Actividades da Asociación Parroquial de Berdoias** relacionadas cos petroglifos e co patrimonio prehistórico do territorio.

👍 **Actividades da AC Trubisquiña** de difusión e formación relacionadas co patrimonio cultural, son tradicional, entroido...

👍 **Actividades da AC Cherinkas** de carácter cultural e comunitario relacionadas co lecer e festa (Asalto ó Castelo), coa cultura e coa festa (Muiñada), ou a literatura (Neghra Sombra).



- 👍 **Actividades da Asociación de Palilleiras As Nemanquiñas**, relacionadas co encaixe.
 - 👍 **Actividades da Cruz Vermella Terra de Soneira.** A Cruz Vermella Terra de Soneira realiza numerosas actividades relacionadas con proxectos de difusión tecnolóxica (Proxecto Enredando), apoio a nenos para a mellora da aprendizaxe (Proxecto Promoción do Éxito Escolar), faladoiros sobre diversos temas (violencia machista, saúde mental, emprego, respecto,
 - 👍 **Actividades da Asociación de veciños de Cereixo – O Noso Carballo** quen organiza excursións, roteiros pola parroquia, colaboración na organización das festas da parroquia...
 - 👍 **Actividades** relacionadas co mantemento, conservación, coñecemento e difusión dos Penedos de Pasarela **da Asociación de Veciños de Pasarela.**
 - 👍 **Actividades** carácter cultural, formativo e de lecer **da Asociación Airiños do Río Grande**, quen tamén leva a cabo cursos de instrumentos tradicionais e organización de foliadas.
 - 👍 **Actividades moi variadas da Peña Barcelonista Irmandiña**, dende actividades de carácter micolóxico (faladoiros, recolleitas e degustacións), relacionadas coa apicultura (roteiros, restauracións de alvarizas e charlas) ata cursos de marroquinería.
- 
- The logo of the Peña Barcelonista Irmandiña is circular with a dark background and gold text and graphics. It features a central figure that appears to be a stylized bird or a similar creature. The text 'PEÑA BARCELONISTA' is arched above the figure, and 'IRMANDINA' is arched below it. There are decorative elements around the perimeter of the circle.
- 👍 **Actividades da Asociación Baíñas no Camiño** relacionadas co mantemento, coñecemento e difusión do Camiño de Santiago a Muxía no seu paso por Baíñas. Nestas inclúense roteiros, itinerarios culturais, información sobre actuacións eólicas, peregrinacións arrieiras pola Vía Mariana, etc.
 - 👍 **Actividades da Asociación Feminista As Curandeiras** como a convocatoria de actos, manifestacións, concentracións, exposicións...baixo o paraugas do feminismo e coa loita contra a violencia machista.
 - 👍 **Actividades da Asociación Mocatriz** en relación co entroido.
 - 👍 **Actividades das Corais Polifónicas Lusco e Fusco, e O Son do Val.**
 - 👍 **Actividades** relacionadas coa cultura dixital ou o programa Laboratorios Itinerantes de Cultura Dixital **da Asociación Pasatoxos.**

O PROTOCOLO.

1. Protocolo de loita contra á soidade non desexada.

1.1 INTRODUCCIÓN.

A soidade pódese percibir de moitas formas. Algunhas persoas perciben a soidade de xeito positivo, como unha situación desexada, pero para moitas supón un sentimento con consecuencias emocionais negativas.

Existe un amplo consenso dende a comunidade científica en considerar a soidade como un problema social e de saúde pública de primeira orde.

Neste sentido, unha vez definida con anterioridade a soidade non desexada como problema social, é importante loitar contra ela e previr os riscos de illamento social e familiar atopando solucións e respostas a estas situacións. Dende diferentes estudos conséntase a posibilidade de intervención e, sobre todo, de prevención, sobre os factores preditores da soidade e do risco de illamento social, como poden ser o nivel educativo, o estado de saúde, o asociacionismo, ou as redes comunitarias e familiares de proximidade¹⁷, segundo García-González (2020).

Por elo, e conscientes do papel fundamental que neste eido temos e podemos desenvolver dende as administracións locais para poder establecer estratexias adaptadas á realidade das nosas localidades, dende o Concello de Vimianzo definimos un protocolo de actuación de loita contra a soidade non desexada que contribúa a rachar coas situacións de illamento e soidade non desexada que poden estar vivindo persoas maiores do noso municipio, co obxectivo de favorecer a promoción do envellecemento activo, a calidade de vida das nosas veciñas e veciños e a mellora do seu benestar emocional.

O obxectivo deste protocolo de loita contra a soidade non desexada do Concello de Vimianzo é mellorar a detección do fenómeno e ofrecer ás persoas que estean vivindo unha situación de soidade non desexada recursos públicos e sociais para dar resposta ás súas necesidades, mellorando o acompañamento e seguimento das persoas maiores identificadas.

¹⁷ García-González, J.M. (2020). *Estudio sobre soledad no deseada en personas de 55+ años en Andalucía*. Junta de Andalucía. <https://www.juntadeandalucia.es/export/drupalida/publicacion/21/05/Soledad55+ Andalucia Informe-junio-2020.pdf>

1.2 REDE DE PERSOAS COLABORADORAS.

A Rede de persoas colaboradoras de loita contra a soidade do Concello de Vimianzo é a parte esencial deste Protocolo de loita contra a soidade.

O Protocolo de loita contra a soidade do Concello de Vimianzo conta, para a súa implementación, cunha serie de persoas ou institucións colaboradoras sensibilizados e comprometidos coa problemática social e comunitaria que implican as situacións de illamento e soidade non desexada, tanto na nosa sociedade como na nosa localidade.

A Rede, que somos veciñas e veciños de Vimianzo, comprendemos e somos conscientes de que as situacións de soidade non desexada representan un serio problema para a noso municipio, que debilitan as nosas redes sociais, comunitarias e veciñais. Pero, tamén somos conscientes da importancia que a proximidade, que os espazos locais, a veciñanza, o comercio local, o noso mercado, ... temos como elementos de detección, de prevención e de protección fronte a soidade.

Inicialmente, a Rede de persoas colaboradoras na loita contra a soidade do Concello de Vimianzo esta formada por 74 persoas, asociacións e institucións colaboradoras.

- Concello, cos seus diferentes departamentos municipais.
- Centro de Saúde.
- Corpos de seguridade cidadá.
- Cruz Vermella.
- Farmacias.
- Asociacións culturais, deportivas, veciñais e parroquiais.
- Igrexa.
- Alimentación.
- Hostalaría e restauración.
- Talleres.
- Comercio de proximidade.
- Centros de estética e beleza.
- Cidadáns e cidadás individuais.
- Outros.

1.3 PROTOCOLO DE LOITA CONTRA A SOIDADE NON DESEXADA: O PROCEDEMENTO DE ACTUACIÓN.

Este protocolo artella as accións operativas e os procedementos específicos de actuación orientados especialmente a detectar posibles situacións de soidade non desexada nas persoas maiores do Concello de Vimianzo.

1.3.1 Detección.

A detección dunha persoa que está vivindo unha situación de soidade non desexada, como xa se ten comentado, é difícil debido á dimensión subxectiva desta soidade. Por elo, a concienciación, o coñecemento e a comprensión, tanto colectiva como individual, que se debe ter do fenómeno é fundamental.

A detección é o proceso a través do cal se identifica unha situación persoal que require dunha intervención, de xeito que se acheguen os recursos necesarios para as persoas que se senten soas e, polo tanto, se modifique a situación inicial non desexada.

Neste sentido, é básica a rede de actores que forman parte do Plan de loita contra a soidade do Concello de Vimianzo xa que dende as súas posicións de proximidade na nosa comunidade, a pé de rúa e en contacto directo coa nosa veciñanza, poden estar atentos á situación das persoas maiores do concello e van funcionar a modo de persoas colaboradoras. Estas persoas e institucións colaboradoras contactan e interveñen en ámbitos da vida da persoa que lle poden dar pé a abordar unha problemática que, en numerosas ocasións, é difícil de verbalizar.

1.3.1.1 Identificación.

A identificación dos factores que poden formar parte dunha situación de soidade é un aspecto complexo. Así, factores como a xubilación, a emancipación dos fillos/as, a diminución das actividades extradomésticas, a perda da parella ou de seres próximos, entre outros, poden causar ou non o fenómeno da soidade non desexada. Neste sentido, é importante que as persoas colaboradoras identifiquen tanto a existencia destes factores como o efecto que causan sobre a persoa atendendo ás indicacións recollidas na Guía de actuación do Protocolo.

Unha vez identificados os factores detonantes da soidade non desexada, así como o efecto causado na persoa, as persoas colaboradoras recollerán a primeira información básica necesaria para a identificación de aquelas persoas maiores que poidan estar vivindo unha situación de soidade non desexada. A derivación da información ó Concello, sempre tendo en conta o respecto e a non

invasión da intimidade das persoas, realizarase conforme ás pautas básicas de actuación recollidas da Guía de actuación do Protocolo.

1.3.1.2 Derivación.

As persoas colaboradoras trasladarán a información pertinente sobre a identificación dunha posible situación de soidade non desexada ó profesional de referencia do Concello polos medios indicados e conforme ó modelo establecido na Guía de actuación do Protocolo.

1.3.2 Intervención.

O obxectivo da intervención respecto ás posibles situación de soidade non desexada céntrase principalmente nos seguintes aspectos:

- Evitar a soidade non desexada
- Respetar a autonomía da persoa.

Calquera actuación para abordar unha situación de soidade das persoas maiores debe ter en conta a súa opinión e participación.

Cada situación deberá analizarse de xeito individual para descubrir e determinar tanto os desexos da persoa como o grao de intervención que pode solicitar. É importante elaborar un método de participación individual e voluntario das persoas implicadas tendo en conta a súa personalidade e as súas circunstancias, xa que de non ser así pódese provocar reaccións negativas que xeren rexeitamento.

1.3.2.1 Contacto institucional.

Recibida a información recollida por parte das persoas colaboradoras, o profesional de referencia do Concello iniciará un expediente de loita contra a soidade.

A primeira fase do expediente consiste en establecer contacto directo coa persoa maior identificada. Neste primeiro contacto coa persoa maior, que poderá ser telefónico ou presencial atendendo ás circunstancias de cada caso, ofrecerase información sobre a iniciativa do Concello que é o de “mellorar a calidade de vida e o benestar das veciñas e veciñas a través das actividades, programas e actuacións que se desenvolven no concello coa finalidade de fomentar un envellecemento activo e saudable e así como evitar as posibles situacións de soidade non desexada que se poidan dar”.

O obxectivo do primeiro contacto institucional é fixar unha reunión coa persoa na que trasladarlle información sobre a iniciativa do Concello, os servizos á súa disposición, e na que se poida recoller información para avaliar a situación da persoa relacionada coa soidade non desexada. Como se menciona con anterioridade, se este primeiro contacto é presencial, recoméndase realizar a avaliación da situación da persoa se é posible.

Se a resposta obtida por parte do profesional de referencia do Concello ó primeiro contacto é negativa e, polo tanto, a persoa maior non amosa interese en coñecer ningún dos posibles recursos dispoñibles no concello, o profesional de referencia tomará nota dos datos da persoa maior e incluíraa nunha listaxe de “Posibles casos de soidade non desexada”.

O obxectivo de contar con esta listaxe é o de poder facer seguimento destas persoas maiores, de xeito periódico, a través dun novo contacto telefónico ou presencial que permita manter a comunicación con elas, ó tempo que facilite o traballo de identificación de casos de soidade ante situacións excepcionais como o acontecido na pandemia do COVID-19 permitindo unha mellor e máis áxil resposta ás posibles necesidades deste colectivo.

1.3.2.2 Avaliación inicial ou detección de necesidades.

Se a resposta obtida por parte do profesional de referencia do Concello ó primeiro contacto é positiva e, polo tanto, a persoa maior amosa interese en coñecer máis sobre os recursos dispoñibles no concello, concertase unha reunión presencial ou, en función das circunstancias, na primeira reunión de contacto xa pode ser realizada a avaliación.

Nesta reunión de avaliación, que iniciaría a segunda fase do expediente, o profesional de referencia do Concello levará a cabo unha avaliación da situación persoal da persoa maior, co obxectivo de valorar a situación de soidade non desexada da persoa maior, buscando coñecer tódolos posibles factores que interveñen na posible situación de soidade non desexada tanto intrapersoais como extrapersoais.

A principal tarefa da avaliación é a de indagar e obter información o mais fiable e completa para contar con elementos cos que aconsellar e asesorar á persoa maior e propoñerlle un Plan de Intervención Individualizado.

A avaliación realizarase contando como base co esquema de entrevista e preguntas da Escala Este II de Soidade Social recollida na Guía de Actuación do Protocolo.

En función do resultado da valoración a seguinte actuación do profesional de referencia será a de informar sobre tódolos recursos que ten á súa disposición, aconsellándoo baixo criterios profesionais.

1.3.2.3 Recursos.

Un factor importante para a calidade da intervención, e tamén para lograr unha mellora da situación da persoa maior, é a dispoñibilidade de recursos.

É fundamental contar cunha completa e actualizada relación dos recursos dispoñibles que permita dar resposta ás múltiples necesidades das persoas maiores. Dentro desta relación de recursos atópanse:

- Programas, servizos e actividades do departamento de benestar do Concello tanto de carácter individualizado como de carácter grupal.
- Programas, servizos e actividades municipais desenvolvidas por outras áreas do Concello que respondan á situación da persoa.
- Actividades desenvolvidas por entidades asociativas do Concello que respondan á situación da persoa.

A seguinte fase do expediente é a definición dun Plan de Intervención Individualizado, consensado coa persoa maior, que recolla, baixo criterios profesionais, unha serie de actuacións a levar a cabo por parte da persoa maior e que conte cun seguimento por parte do profesional técnico de referencia do Concello, podendo prolongarse o acompañamento en función das valoracións profesionais realizadas polo profesional de referencia.

Recoméndase a actualización periódica da listaxe de recursos dispoñibles que comprenden:

- Actividades, programas e servizos do Departamento Municipal de Benestar.
- Actividades, programas e servizos doutros departamentos municipais.
- Actividades, programas e servizos das entidades asociativas do Concello.

1.3.3 Prevención.

A mellora da sensibilización da sociedade sobre a problemática da soidade non desexada nas persoas maiores é unha das medidas máis eficientes de prevención.

É importante coñecer, identificar e entender os factores que inciden na soidade para poder desenvolver programas, actividades, iniciativas e accións públicas coa finalidade de evitar que aparezan novas situacións de soidade.

1.3.3.1 Medidas de Prevención.

Con estas medidas trátase de intentar que as situacións de soidade non desexada non se cheguen a producir, así como reducir a súa posible incidencia e efectos.

É necesario promover accións encamiñadas aos seguintes aspectos:

a) Accións relacionadas coa sensibilización e a información a toda a poboación.

- Facer campañas de divulgación sobre a soidade non desexada mediante dípticos e/ou trípticos, implicando ós medios de comunicación de proximidade e distribuíndo os materiais en lugares de referencia para o colectivo obxectivo.
- Fomentar a sensibilización a toda a poboación sobre o fenómeno da soidade a través de xornadas, seminarios, talleres, conferencias e mesas redondas.
- Elaborar e divulgar materiais educativos (guías, vídeos e outros formatos) con información clara e precisa sobre a soidade non desexada, os factores que a poden desencadear así como os riscos que pode ter sobre a saúde.

b) Accións relacionadas coa formación.

- Potenciar a formación sobre a soidade ós profesionais implicados favorecendo cursos de especialización, másters, ...
- Proporcionar apoio e asesoramento, e ofrecer formación ó resto de persoas e profesionais que forman parte da Rede.

c) Accións sobre a coordinación.

- Salientar a coordinación entre os diferentes servizos públicos (servizos sociais, saúde, seguridade) que están ou poden estar en contacto coas situacións de illamento e/ ou soidade non desexada.
- Involucrar aos medios de comunicación e outros actores de proximidade no fenómeno da soidade non desexada nas persoas maiores.

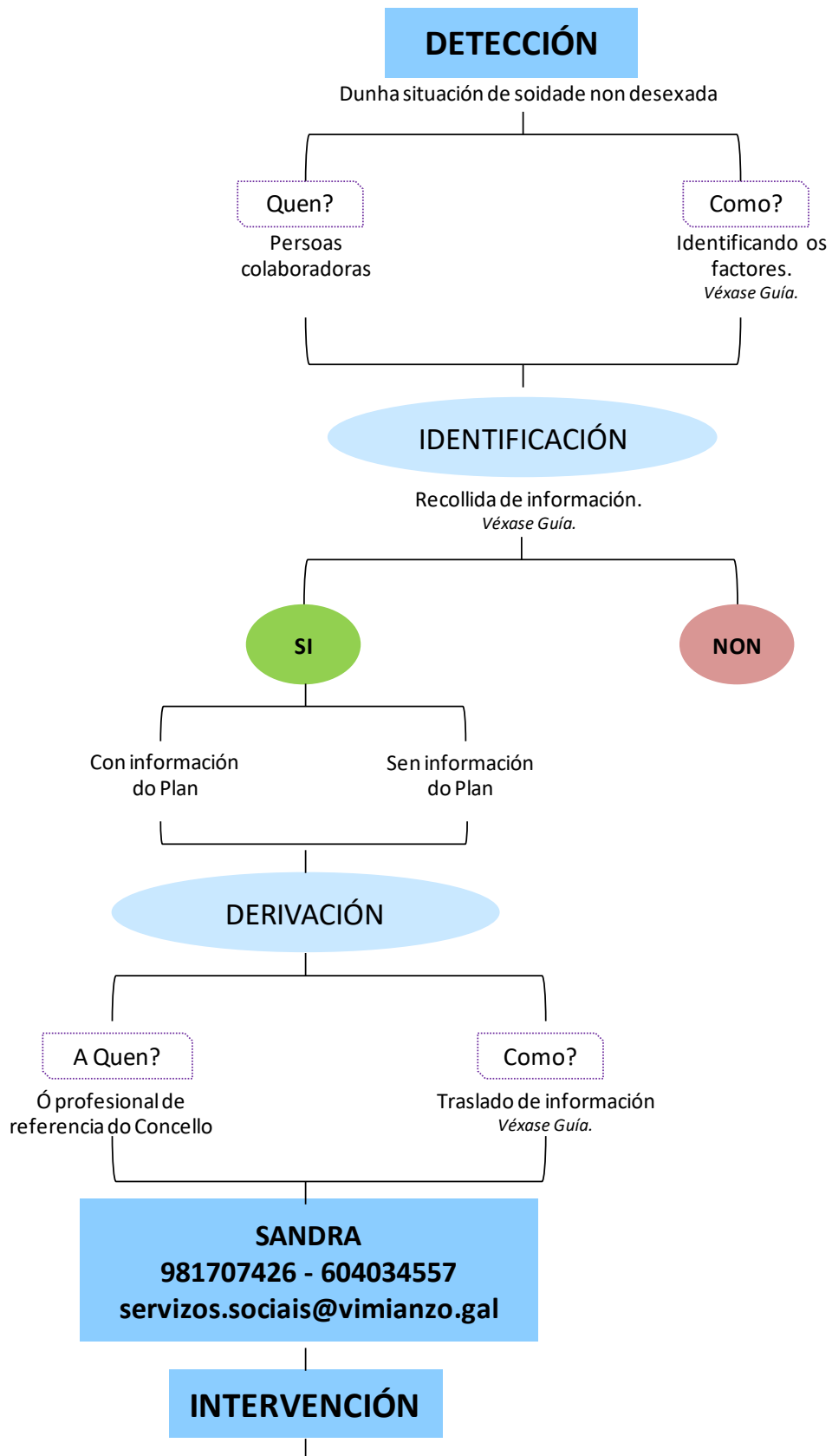
1.3.4 Seguimento.

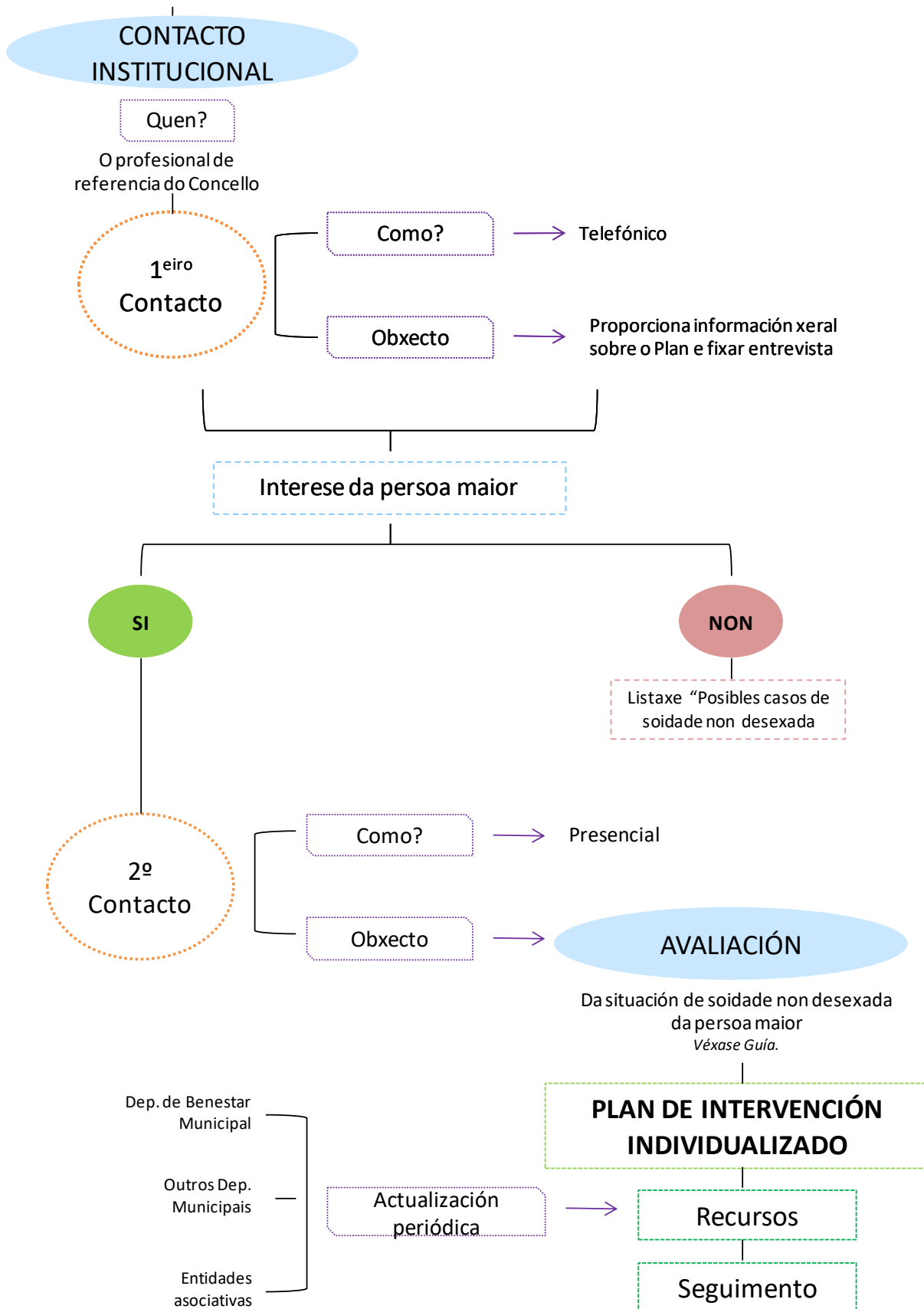
O seguimento á implementación do Protocolo realizarase a través da Comisión contra a Soidade. A comisión estará formada por persoal técnico e político do Concello de Vimianzo, profesionais dos servizos públicos do concello, así como polos membros da Rede local de loita contra a soidade (entidades, actores de proximidade e servizos do concello) elixidos/ designados para formar parte.

O departamento de Benestar do Concello coordinará a comisión e traballará para facer efectivas as melloras que se propoñan, tanto para realizar medidas de impulso, difusión, incorporación de novas medidas, como melloras na coordinación e adaptación ó territorio e ás necesidades do fenómeno da soidade non desexada no Concello de Vimianzo.

Con carácter anual, o persoal técnico de referencia elaborará unha Memoria das actividades desenvolvidas no seo do Plan seguindo o contido e estrutura que se recolle na Guía de actuación do Protocolo no Anexo 2. Esta memoria deberá ser presentada á Comisión para a súa discusión e aprobación, e remitida posteriormente á Área de Benestar da Deputación da Coruña.

2. Esquema do protocolo.





2.1 GUÍA DE ACTUACIÓN DO PROTOCOLO.

A presente Guía de Actuación constitúese como a explicación pormenorizada das accións operativas a levar a cabo polos diferentes actores que integran o Plan de Loita contra a Soidade non Desexada do Concello de Vimianzo.

A Guía afonda nas fases expostas no Protocolo, que son as seguintes:

1. Detección.
 - 1.1 Identificación.
 - 1.2 Derivación.
2. Intervención.
 - 2.1 Contacto institucional.
 - 2.2 Avaliación.
 - 2.3 Recursos.
 - 2.4 Seguimento
3. Seguimento.

2.2 A DETECCIÓN. IDENTIFICACIÓN E DERIVACIÓN.

A **detección** é a fase pola cal unha persoa colaboradora **identifica** unha situación específica de soidade non desexada nunha persoa e **deriva** o caso ó persoal de referencia do Concello.

2.2.1 Identificación. Factores e efectos da soidade non desexada.

A detección supón identificar tanto os factores que provocan a soidade non desexada, como os efectos que causan na persoa.

- **Factores que poden provocar soidade non desexada:**



| FACTORES | | EXEMPLOS |
|--------------------------|---|--|
| Sociodemográficos | Idade, xénero, estado civil, capacidade económica, vivenda. | Máis risco de soidade non desexada en mulleres maiores de 80 anos viúvas, con baixo nivel de ingresos económicos e que residen en lugares/vivendas pouco accesibles. |
| De saúde | Saúde autopercibida, | Máis risco de soidade non desexada en |

| FACTORES | | EXEMPLOS |
|---------------------------------------|--|---|
| | dificultades de mobilidade, deterioro das capacidades cognitivas. | persoas que cren que teñen pouca saúde, que perden a súa autonomía ou que acumulan dificultades de saúde nun curto período de tempo. |
| Psicolóxicos | Depresión, baixa satisfacción vital, baixa autoestima e autosuficiencia, comportamentos pouco saudables. | Máis risco de soidade non desexada en persoas que teñen depresión, pouca satisfacción coa vida, con hábitos pouco saudables de nutrición e de exercicio físico. |
| De interacción e participación | Fogares de poucos integrantes, rede social escasa, pouca participación comunitaria. | Máis risco de soidade non desexada en persoas que viven soas, sen redes sociais, que non participan en actividades comunitarias e que teñen pouco apoio social. |

Fonte: Elaboración propia a partir de Martínez (2021)¹⁸

Como exemplos concretos de factores que poden detonar casos de soidade non desexada en persoas maiores, atópanse os seguintes:

- ✓ Mudanza ou troco de domicilio que cause perda das relacións.
- ✓ Perda da parella e das relacións sociais próximas.
- ✓ Emancipación de fillos/as, emigración ou troco de vivenda destes familiares.
- ✓ Retorno da emigración.
- ✓ Deixar tarefas de coidado de netos/as ou outros familiares.
- ✓ Focalizarse nas tarefas de coidado de familiares dependentes.
- ✓ Dó e loito.
- ✓ Redución das actividades sociais.
- ✓ Deixar de recibir atención de coidadores/as.
- ✓ Desemprego.
- ✓ Xubilación.
- ✓ Dificultades para a mobilidade no territorio.
- ✓ Ser persoa dependente e receptora de coidados.
- ✓ Presenza de enfermidades mentais ou limitacións físicas.
- ✓ Empeoramento da saúde.
- ✓ Discapacidade.
- ✓ Violencia machista.
- ✓ Situación causada pola Covid-19.

- **Efectos que a soidade non desexada pode causar na persoa.**

¹⁸ Martínez, R. (2021). *Detectar la soledad durante el envejecimiento. Una guía*. Observatorio de la Soledad. Fundación Amigos de los Mayores.

| RISCOS | EXEMPLOS |
|-----------------------------------|---|
| Riscos para a saúde física | Problemas de carácter cardiovascular causados pola mala nutrición e deterioro dos hábitos alimentarios, incremento do consumo de alcohol ou tabaco, e deterioro de hábitos hixiénicos; incremento de inxesta de alcohol que pode derivar en alcoholismo; mala calidade do sono... |
| Riscos para a saúde mental | Incremento da sensación de tristura, abandono, medo, baleiro, desilusión, inseguridade, ansiedade, perda das habilidades de comunicación... que dan como resultado a depresión e o deterioro cognitivo. |

Fonte: Elaboración propia a partir de Martínez (2021)

2.2.2 Identificación. escoitando á persoa.

A escoita é unha das ferramentas máis importantes que teñen as persoas colaboradoras para a identificación da situación de soidade non desexada nas persoas, xa que a soidade non desexada é un sentimento negativo subxectivo e individual.



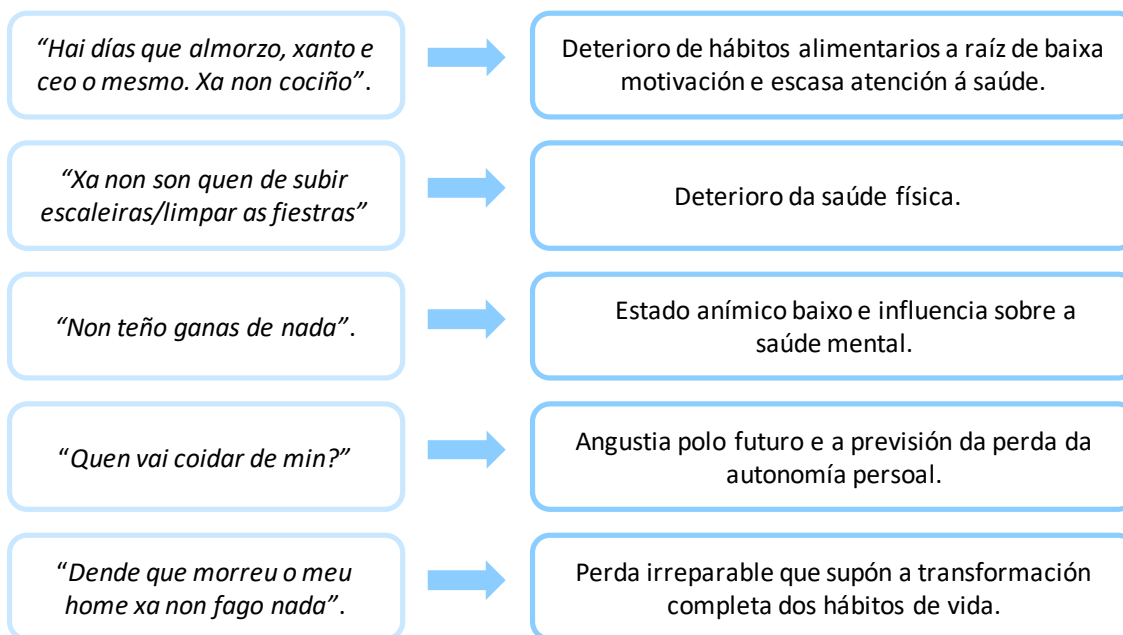
Este sentimento pode ser verbalizado directamente pola persoa a través de frases como, por exemplo, *“Estou só e non me sinto ben”*, pero o máis habitual é que non se verbalice de xeito directo, polo que é preciso escoitar as expresións transmitidas pola persoa para identificar a súa situación.

| SITUACIÓNS | EXPRESIÓNS ASOCIADAS |
|---|---|
| Situación de perda | <i>“Tódolos meus amigos xa morreron”, “As persoas vellas non lle interesamos a ninguén”...</i> |
| Sentimento de abandono | <i>“Os meus fillos teñen a súa vida e non se lembran de min”, “Ninguén me vén visitar, están moi ocupados”...</i> |
| Ausencia de veciñanza e abandono | <i>“Non queda ninguén ó que lle deixar a chave da casa”, “Antes había xente por todas partes, agora non hai ninguén que che poida atender se caes”...</i> |
| Ausencia de comunicación | <i>“Menos mal que aínda me queda o médico/cura para lle contar a miña vida”, “Paso os días só sen falar con ninguén”...</i> |
| Ausencia de presenza física | <i>“Ninguén me ven ver”, “Se non fora por vos, non falaba con ninguén”</i> |

| | |
|--|---|
| Claudicación | <i>Non teño ganas de nada”, “Xa non sirvo para nada”, “Para estar así, prefiro morrer”.</i> |
| De illamento e falta de ocupación | <i>“Abúrrome, non teño nada que facer”, “Non saio nunca da casa”...</i> |

Fonte: Elaboración propia a partir de Martínez (2021)

Os seguintes exemplos de expresións indirectas da soidade non desexada pódense traducir en efectos:

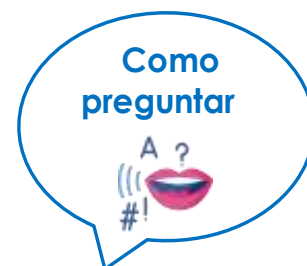


Un aspecto importante da comunicación indirecta sobre a situación de soidade non desexada da persoa é o silencio. O silencio amosa ausencia, sobre todo cando se establece unha conversa sobre aspectos relacionais como pode ser a familia, o lecer, reunións comunitarias... Este tipo de silencio pode supoñer a ausencia de rede de apoio e pode ser indicativo de soidade non desexada.

Finalmente, unha relación de proximidade coa persoa permite atender ó seu relato, é dicir, a historia que nos transmite (nunha única conversa ou en varias) sobre a súa situación e como esta evolucionou nos últimos tempos. Este relato pode informarnos sobre a ausencia de fillos/fillas (emigración, troco de domicilio...), sobre perdas familiares (viuvez), sobre deterioro físico (enfermidades) e cognitivo (perdas de memoria), sobre perda de autonomía (incapacidade para subir escaleiras...), etc. Este relato pode enmarcar e darlle sentido ás expresións verbalizadas e/ou non verbalizadas e ser un indicador de soidade non desexada.

2.2.3 Identificación. Preguntando á persoa.

Unha das ferramentas máis importantes á hora de identificar as situacións de soidade non desexada é a pregunta á persoa. Estas preguntas poden ser directas ou indirectas e teñen como obxectivo ratificar as sensacións que a persoa nos transmite na conversa, e nunca deben xerar na persoa un sentimento de invasión na súa intimidade.



Exemplo de pregunta directa:

“Sénteste só ultimamente?”.

Exemplo de preguntas indirectas:

“Abúrreste moito ultimamente?”
Véñenche visitar ultimamente?”
“Hai alguén que che axude?”
“Falas moito coa xente ultimamente?”
“Fuches a algures ultimamente?”

Estes exemplos de preguntas permiten que a persoa colaboradora valore a situación da persoa que se pode atopar nos seguintes casos:

- a) Non se identifican factores de risco e a persoa non se sente soa.
- b) Identifícanse factores de risco, pero a persoa non se sente soa.
- c) Non se identifican factores de risco e a persoa séntese soa.
- d) Identifícanse factores de risco e a persoa séntese soa.
- e) Non hai suficientes elementos para valorar, pero sospéitase que hai soidade non desexada.

Como consecuencia desta valoración, recoméndase que a persoa colaboradora traslade á persoa a posibilidade de formar parte do Programa.

2.2.4 Identificación. A participación no Programa.

En función das circunstancias da interacción e da relación entre a persoa colaboradora e a persoa en potencial situación de soidade non desexada, recoméndase que nos casos c), d) e e), é dicir, naqueles que a raíz da conversa pode ser identificada a situación de soidade non desexada, ou existir indicios da mesma, se traslade á persoa a posibilidade de participar no Programa de Loita contra a Soidade non Desexada do Concello, como se indica nos exemplos:

- *“Ti sabías que o Concello ten actividades para as persoas que se senten soas? Se queres, pásolle o teu teléfono a _____ e chámante.”*
- *“Sei que o Concello organiza moitas cousas na parroquia para xente que está soa. Queres que lle dea o teu teléfono a _____?”*

Unha vez que a persoa consinta expresamente, a persoa colaboradora iniciará a derivación.

Con todo, tamén debe ser recollida a posibilidade de que a persoa colaboradora identifique riscos de potencial soidade, pero a interacción non permita o traslado á persoa da posibilidade de participar no Programa de Loita contra a Soidade non Desexada do Concello. Nestes casos, recoméndase a derivación do caso ó Departamento Municipal de Benestar e o seu axeitado tratamento por parte do profesional de referencia.

2.2.5 A derivación.

A derivación consiste na transmisión da información obtida por parte da persoa colaboradora ó persoal técnico de referencia do Concello. Concretamente, a información que se debe trasladar consta, cando menos do seguinte:

- Nome da persoa susceptible de se atopar nunha situación de soidade non desexada.
- Vía de contacto.
- Confirmación de que a persoa acepta que o persoal técnico do Concello se poña en contacto con ela, de ser o caso.

Para facilitar a derivación, os medios polos que se poderá trasladar a información ó persoal técnico de referencia do Concello poderán ser:

- Correo electrónico.
- Chamada telefónica.
- Whatsapp.
- Verbalmente de xeito presencial.
- Outros.

Unha vez que o persoal técnico de referencia conte cos datos da persoa en situación de soidade identificada pola persoa colaboradora, darase inicio á fase de Intervención.

Con todo, recoméndase que o persoal técnico de referencia manteña unha conversa coa persoa colaboradora na que se afofunde nas circunstancias da persoa en situación de soidade non desexada e os elementos que levaron á persoa colaboradora á súa valoración. No Anexo 1 recóllese un modelo de formulario de traslado de información que será cumprimentado polo persoal técnico de referencia coa información facilitada pola persoa colaboradora sobre o caso específico da persoa derivada. Este modelo será o primeiro documento a incluír no expediente.

2.3A Intervención.

A intervención é a fase do protocolo na que o persoal técnico de referencia do Concello contacta coa persoa en situación de soidade, avalía a situación, pon a disposición da persoa os recursos acaídos para paliar a soidade non desexada e, finalmente, a persoa fai uso dos recursos.

O obxectivo da intervención é evitar/paliar o sentimento de soidade non desexada da persoa derivada, respectando e garantindo a súa autonomía e intimidade, e realizando unha labor de prevención de posibles efectos adversos sobre a súa saúde física e mental a través da recuperación e mellora das súas relacións sociais na comunidade.

É preciso que o persoal técnico de referencia leve un expediente sobre cada caso individualizado de persoas en situación de soidade non desexada atendidas. Este expediente constará, como mínimo, dos seguintes elementos:

- Datos persoais e de contacto.
- Persoa colaboradora que facilita a derivación.
- Circunstancias da persoa en situación de soidade mencionadas pola persoa colaboradora.
Anexo I
- Contactos realizados polo persoal de referencia. Data/motivo/resultado/Accións a tomar.
- Entrevista en profundidade realizada.
 - Análise do contexto/factores da persoa.
 - Avaliación realizada á persoa en base á Escala Este II.
- Conclusións. Recursos recomendados – Plan de Intervención.
- Seguimento.
 - Contactos realizados. Data/resultado/Accións a tomar.

2.3.1 O contacto institucional.

O contacto institucional por parte do persoal técnico de referencia coa persoa en posible situación de soidade procede da derivación orixinada pola persoa colaboradora.

Este contacto inicial, que pode ser presencial ou de carácter telefónico, ten como obxectivo a presentación dos servizos do Concello relacionados coa prevención da soidade, así como a fixación dunha reunión presencial para afondar no coñecemento do caso se o contacto inicial foi telefónico.

É importante que este contacto inicial sexa realizado polo persoal técnico que conte coa información completa trasladada pola persoa colaboradora e que sexa o que realice a entrevista persoal posterior. Este feito é un dos elementos que contribúe á creación dun vencello de confianza baseado na confidencialidade, no coñecemento exhaustivo do caso e na atención individualizada.

Como consecuencia deste primeiro contacto, é preciso fixar unha reunión persoal nun curto período de tempo a celebrar nun lugar de confianza para a persoa. Recoméndase dar a escoller entre o despacho do persoal técnico no Concello, se conta con garantías de privacidade e non interrupcións, ou o domicilio da persoa.

Con todo, atendendo ás circunstancias de cada caso, é posible que este primeiro contacto xa sexa de carácter presencial, polo que será aproveitado para realizar a avaliación que se explica no seguinte punto.

2.3.2 A avaliación inicial ou detección de necesidades.

A avaliación da persoa en situación de soidade levarase a cabo a través dunha entrevista ó longo da cal serán efectuadas diferentes preguntas que respondan á Escala Este II de Soidade Social.

A realización da entrevista conta con dous obxectivos fundamentais:

- Coñecemento exacto e profundo da situación da persoa.
- Avaliación da súa soidade social.

Na entrevista débese afianzar un vencello de confianza entre a persoa e o persoal técnico. Para a creación/consolidación do vencello de confianza é preciso que a/as visitas á persoa non sexan apresuradas, que se amose coñecemento xeral sobre a súa situación (derivado do contacto previo coa persoa colaboradora), e coñecemento xeral do contexto da persoa (familiar, económico, histórico, territorial...).

Neste sentido, é fundamental ter en conta os diferentes aspectos mencionados nos apartados previos (a observación, a escoita e a conversa), facendo especial fincapé na análise do discurso, das palabras utilizadas e dos silencios das persoas, así como nas preguntas directas e indirectas a realizar por parte do persoal técnico destinadas a afondar nos dous obxectivos amosados con anterioridade.

Unha vez que o persoal técnico considere que se está a establecer un vencello de confianza no encontro coa persoa, é preciso realizar as diferentes preguntas que compoñen a Escala Este II de medición da soidade social.

A Escala Este II está composta por 15 ítems con tres alternativas de resposta: sempre, ás veces e nunca. A escala divídese en 3 factores:

- Factor 1: Percepción de apoio social.
- Factor 2: Uso que a persoa maior fai das novas tecnoloxías.
- Factor 3: Índice de participación social.

A puntuación total da escala oscila entre os 0 e os 30 puntos, obténdose a través da suma da puntuación en cada ítem.

Táboa 7. Escala ESTE II de Soidade Social.

| Factor 1: Percepción do Apoio Social | | | |
|--|--------------|----------|-------|
| Pregunta | Sempre | Ás veces | Nunca |
| 1. Vd. ten a alguén co que poida falar dos seus problemas cotiás? | 0 | 1 | 2 |
| 2. Cre que hai persoas que se preocupan por vostede? | 0 | 1 | 2 |
| 3. Ten amigos ou familiares cando lle fan falla? | 0 | 1 | 2 |
| 4. Sente que non lle fan caso? | 0 | 1 | 2 |
| 5. Séntese triste? | 0 | 1 | 2 |
| 6. Séntese vostede só? | 0 | 1 | 2 |
| 7. E, pola noite, séntese vostede só? | 0 | 1 | 2 |
| 8. Séntese querido? | 0 | 1 | 2 |
| Factor 2: Uso das novas tecnoloxías. | | | |
| 9. Utiliza vostede o teléfono móbil? | 0 | 1 | 2 |
| 10. Utiliza vostede o ordenador? | 0 | 1 | 2 |
| 11. Utiliza vostede internet? | 0 | 1 | 2 |
| Factor 3: Índice de participación social subxectiva | | | |
| 12. Ó longo da semana e das fins de semana, chámalo outras persoas para saír á rúa? | 0 | 1 | 2 |
| 13. Resúltalle sinxelo facer amigos? | 0 | 1 | 2 |
| 14. Vai a algún parque, asociación, fogar do pensionista no que se relaciona con outros maiores? | 0 | 1 | 2 |
| 15. Gústalle participar nas actividades de lecer que se organizan na parroquia, concello...? | 0 | 1 | 2 |
| Puntuación en soidade social | Total puntos | | |

Fonte: Pinel M, Rubio L, Rubio R. (2009)

Diferéncianse 3 niveis de soidade social atendendo á puntuación obtida: baixo, medio e alto, de xeito que esta será a avaliación final da situación de soidade social da persoa a obter por parte do persoal técnico.

Táboa 8: Niveis de puntuación na Escala ESTE II

| Niveis de Soidade Social | Puntuación |
|---------------------------------|-------------------|
| Baixo | 0 – 10 puntos |
| Medio | 11 – 20 puntos |
| Alto | 21 – 30 puntos |

Fonte: Pinel M, Rubio L, Rubio R. (2009)

Como consecuencia da entrevista e da aplicación da Escala Este II de medición da soidade social, obtense información sobre a situación da persoa e sobre o seu nivel de soidade social.

Con estes datos, o persoal técnico de referencia informará, nesta entrevista ou en posteriores contactos, dos recursos a disposición da persoa para mellorar a súa situación de soidade social ou, de así ser considerado por parte do equipo técnico, da posibilidade de incorporarse a outro tipo de programas ou servizos municipais.

2.3.3 Os recursos.

Na Guía de recursos do Concello de Vimianzo amósanse os recursos, tanto municipais como propios das entidades asociativas, que actualmente se atopan dispoñibles no Concello. Este é o abano de actividades, servizos ou programas que o persoal técnico ten á súa disposición para ofrecer á persoa en situación de soidade social unha vez valorada, e sobre os que se elaborará o Plan de Intervención.

Con todo, é preciso indicar que estes recursos deben ser analizados polo persoal técnico de referencia atendendo á singularidade e á individualización de cada unha das persoas obxecto de valoración, lembrando que a persoa debe ser o centro da elección, que se debe potenciar a súa autonomía e que os recursos escollidos deben mellorar tato a súa rede de relacións como o seu sentido vital.

O persoal técnico de referencia propoñerá á persoa un conxunto de actividades comunitarias dirixidas a mellorar a súa situación relacional ou, en función da valoración realizada, propoñerá os diferentes programas e servizos municipais, como poden ser os relacionados coa atención a domicilio ou coa teleasistencia, por exemplo. Ademais, en función da valoración, ábrese a posibilidade de iniciar outro tipo de trámites como poden ser os relacionados coa valoración da dependencia, de ser o caso.

O persoal técnico de referencia elaborará un Plan de Intervención Personalizado cos recursos, actividades, programas ou servizos máis axeitados á situación da persoa e á valoración realizada. Este Plan será consensuado coa persoa, modificado ou aceptado, de xeito que se inicie o proceso para a integración da persoa na actividade, programa ou servizo correspondente.

Así, como exemplos, pode ser que o persoal técnico recomende á persoa inscribirse nos obradoiros de estimulación cognitiva nas parroquias do programa de vida activa municipal e asistir ás diferentes sesións, para o cal ó seren actividades municipais o persoal técnico procederá á inscrición. Outro exemplo é a recomendación de inscribirse nas actividades da Asociación Airiños do Río Grande, para o cal o persoal técnico contactará coa Asociación e informará á persoa. Outros exemplos poden ser o inicio dos trámites para a prestación do Servizo de Atención no Fogar Municipal, a Teleasistencia, servizos como o comedor sobre rodas, ou o inicio da valoración da dependencia. Nestes últimos casos iniciarase o procedemento propio de cada un destes programas. Con todo, en todo momento a persoa será informada das posibilidades e dos recursos.

Tendo en conta a presenza de actividades municipais con programación estable ó longo do tempo (actividades da biblioteca municipal, obras de teatro, concertos, roteiros...), recoméndase que os departamentos municipais organizadores contén cunha listaxe actualizada de persoas que contan cun Plan de Intervención Personalizado, de xeito que sexan convidadas individualmente para acudir ós diferentes eventos e que a súa asistencia/non asistencia sexa contabilizada e remitida ó persoal técnico de referencia.

Finalmente, é preciso realizar a actualización periódica desta guía de recursos. Esta actualización, que se recomenda que sexa con carácter trimestral, supón que o equipo técnico de referencia centralice a información de actividades de interese de i) o departamento de benestar; ii) os restantes departamentos municipais; e iii) as entidades asociativas do Concello. Esta tarefa de actualización é fundamental para contar cunha guía operativa e atractiva para as posibles persoas usuarias.

2.3.4 O seguimento.

O persoal técnico de referencia realizará un seguimento bimensual á situación da persoa a través de chamadas telefónicas e/ou de visitas domiciliarias. Neste seguimento analizarase o Plan de Intervención Personalizado e o conxunto de actividades que nel se integran, a valoración da persoa destas actividades, e a valoración do persoal técnico da situación de soidade social da persoa.

Como consecuencia das actividades de seguimento, propoñerase a continuidade ou modificación do Plan de Intervención, incluíndo novas actividades máis axeitadas, así como informando de novas posibilidades.

Cada contacto de seguimento xerará un novo rexistro co formato Data/resultado/Accións a tomar. Este rexistro salientará, sobre todo, a identificación de novos factores de risco detectados no seguimento.

2.4 ANEXOS

Anexo 1

MODELO DE FORMULARIO DE TRASLADO DE INFORMACIÓN

Nome da persoa identificada:

Número de teléfono de contacto ou vía de contacto:

Factores ou efectos identificados: *marcar aqueles que son identificados.*

- | | |
|--|--|
| ✓ Dificultades de mobilidade | ✓ Desemprego. |
| ✓ Deterioro das capacidades cognitivas | ✓ Xubilación. |
| ✓ Depresión | ✓ Dificultades para a mobilidade no territorio. |
| ✓ Baixa satisfacción vital | ✓ Ser persoa dependente e receptora de cuidados. |
| ✓ Baixa autoestima e autosuficiencia | ✓ Presenza de enfermidades mentais ou limitacións físicas. |
| ✓ Comportamentos pouco saudables | ✓ Empeoramento da saúde. |
| ✓ Fogar de poucos integrantes | ✓ Discapacidade. |
| ✓ Rede social escasa | ✓ Violencia machista. |
| ✓ Pouca participación comunitaria | ✓ Situación causada pola Covid-19. |
| ✓ Mudanza ou troco de domicilio que cause perda das relacións. | ✓ Incremento do consumo de alcohol ou tabaco |
| ✓ Perda da parella e das relacións sociais próximas. | ✓ Deterioro de hábitos hixiénicos |
| ✓ Emancipación de fillos/as, emigración ou troco de vivenda destes familiares. | ✓ Mala calidade do sono |
| ✓ Retorno da emigración. | ✓ Incremento da sensación de tristura |
| ✓ Deixar tarefas de coidado de netos/as ou outros familiares. | ✓ Incremento da sensación de desilusión |
| ✓ Focalizarse nas tarefas de coidado de familiares dependentes. | ✓ Incremento da sensación de inseguridade, |
| ✓ Dó e loito. | ✓ Incremento da sensación de ansiedade |
| ✓ Redución das actividades sociais. | ✓ Perda das habilidades de comunicación |
| ✓ Deixar de recibir atención de cuidadores/as. | |

Confirmación de que a persoa acepta que o persoal técnico do Concello se poña en contacto con ela.

- Si
 Non

Nome da persoa colaboradora que fai a derivación.....

En, de de 20....

Asdo.

Anexo 2

MODELO DE MEMORIA DE ACTIVIDADES DO PLAN

A nivel xeral, e con carácter anual, o persoal técnico de referencia elaborará unha Memoria das actividades desenvolvidas no seo do Plan. Nesta memoria incluíranse, como mínimo, os seguintes datos:

Datos a incluír:

- Número de detectores/antenas/radares/ localizadores en activo e evolución con respecto ó ano anterior.
- Número de persoas identificadas e derivadas e evolución con respecto ó ano anterior.
- Número de contactos realizados polo persoal de referencia e evolución con respecto ó ano anterior.
- Número de persoas con Plan de Intervención e evolución con respecto ó ano anterior.
- Actividades nas que se integran estas persoas e evolución con respecto ó ano anterior.
- Número de contactos de seguimento realizados polo persoal de referencia e evolución con respecto ó ano anterior.
- Valoración das persoas con Plan de Intervención sobre as actividades, a súa situación e o Plan e evolución con respecto ó ano anterior.
- Outros datos de interese.

Estrutura proposta da Memoria:

- Introducción.
- Obxectivos do Plan.
- Principais datos anuais e evolución.
- Análise da Rede de detectores/antenas/radares/ localizadores e da gobernanza do Plan – A Comisión de Seguimento.
- Principais dificultades observadas e medidas tomadas.
- Conclusións e recomendacións

A GUÍA DE RECURSOS.


1. Guía de Recursos.

1.1 INTRODUCCIÓN.

A Guía de Recursos e Servizos para as persoas maiores do Plan de Loita contra a soidade non desexada do Concello de Vimianzo é un primeiro paso para que o servizo de Benestar do concello recolla as alternativas dispoñibles no territorio para ofrecer e propoñer ás persoas maiores en risco de soidade social.

Nesta guía recóllese o conxunto de servizos, programas e actividades promovidos tanto polo concello de Vimianzo como polas múltiples entidades sociais presentes no territorio que están dirixidas ás persoas maiores, aínda que poden non selo de forma exclusiva. Tamén se inclúen equipamentos nos que se desenvolven diferentes actividades nas que participan persoas maiores.

1.2 GUÍA DE RECURSOS E SERVIZOS DO CONCELLO DE VIMIANZO



Recursos de bienestar

Servizo de atención social básica a persoas e familias.



Conxunto de servizos, recursos e prestacións dirixidas á poboación en xeral e especificamente ás persoas maiores.

Inclúe, entre outros, a atención persoal dende o departamento de benestar e servizos sociais para acceder a diferentes recursos e prestacións, como o servizo de axuda no fogar ou o servizo de teleasistencia.

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
Ámbito: **BENESTAR**
Calendario: **PERMANENTE**

Programa de Educación Familiar



Servizo de prevención, atención e apoio ás familias para favorecer o cumprimento das súas necesidades, o benestar, e a plena participación na comunidade.

Trabállase con familias na educación dos fillos e fillas e tamén con diversos colectivos en situación de exclusión social (perceptores de RISGA, usuarios do plan de inclusión), posibilitando a intervención individualizada nas familias con menores ó seu cargo, persoas con dependencia, persoas con discapacidade ou calquera outra situación familiar que poida desembocar nunha situación de risco ou dificultade social.

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
Ámbito: **BENESTAR**
Calendario: **PERMANENTE**

Servizos relacionados coa Dependencia

A Lei 39/2006 de promoción da autonomía persoal e atención ás persoas en situación de dependencia, establece os Programas Individuais de Atención (PIA), elaborados por profesionais dos servizos sociais, como os instrumentos para o recoñecemento da situación da dependencia e as prestacións ou servizos correspondentes.



Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
 Ámbito: **BENESTAR**
 Calendario: **PERMANENTE**

Servizo de Axuda no Fogar (SAF)

Conxunto de atencións no domicilio que facilitan o desenvolvemento e a permanencia no entorno habitual da persoa usuaria.



Inclúe tarefas de apoio á hixiene e coidado persoal, ao control da alimentación e a medicación e á mobilización da persoa. Tamén pode incluír tarefas de acompañamento, de axuda na adquisición de hábitos e outras complementarias.

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
 Ámbito: **BENESTAR**
 Calendario: **PERMANENTE**

Teleasistencia



Servizo de atención telefónica ininterrompida que garante a permanencia das persoas usuarias no seu entorno habitual dando resposta a situacións de necesidade e emerxencia e proporcionando autonomía, seguridade e tranquilidade.

A teleasistencia contempla:

- Apoio inmediato ante situacións de soidade, angustia, accidentes domésticos, caídas e/ou enfermidades.
- Seguimento permanente dende o centro de atención a través de chamadas telefónicas periódicas.
- Mobilización de recursos ante situacións de emerxencia sanitaria, doméstica ou social.

Servizo de axenda para comunicarlle á persoa usuaria datas que non debe esquecer (visitas médicas, administración de medicamentos,...).

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
Ámbito: **BENESTAR**
Calendario: **PERMANENTE**

LaVandería sobre rodas



Está dirixido ás persoas maiores, ás persoas con discapacidade e ás persoas en situación de vulnerabilidade social ou económica co obxectivo de mellorar a súa calidade de vida.

O servizo inclúe a recollida da roupa suxa un día por semana e a entrega desta o mesmo día da semana seguinte.

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
Ámbito: **BENESTAR**
Calendario: **PERMANENTE**

Comedor sobre rodas



Está dirixido ás persoas maiores, ás persoas con discapacidade e ás persoas en situación de vulnerabilidade social ou económica co obxectivo de mellorar a súa calidade de vida.

O servizo consiste na preparación e entrega da comida do medio día (xantar) que se reparte polos domicilios das persoas usuarias.

Este servizo inclúe o transporte en vehículo homologado e en bandexas térmicas ata o domicilio da persoa usuaria, garantindo a hixiene e conservación dos alimentos e atendendo a dietas específicas (hipertensos, diabéticos,...).

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
 Ámbito: **BENESTAR**
 Calendario: **PERMANENTE**

Programa de Axudas Económicas



Son prestacións económicas destinadas á cobertura de necesidades básicas, que se conceden a persoas ou familias en situación de vulnerabilidade económica puntual ou que se atopan en situación de exclusión social.

Tipo de recurso: **SERVIZO - ATENCIÓN SOCIAL**
 Ámbito: **BENESTAR**
 Calendario: **PERMANENTE**

Programa de Vida Activa



Programa que ten por obxectivo a potenciación da estimulación da memoria e das capacidades cognitivas. Impártese nas diferentes parroquias do concello e conta coa colaboración de asociación de referencia no territorio como Asociación de Familiares de Enfermos de Alzhéimer de Fisterra e Soneira, AFAFES, e a Federación de Alzhéimer Galicia, FAGAL.

Tipo de recurso: **PROGRAMA - PROMOCIÓN- PREVENCIÓN**
Ámbito: **BENESTAR**
Calendario: **ANUAL**

Vivenda Comunitaria



Vivenda destinada a acoller a 12 persoas usuarias que, sendo autónomos ou con dependencia moderada de grao I, niveis 1 e 2, non presentan problemas graves de mobilidade.

A vivenda conta con servizos de asistencia ás ABVD e de atención de necesidades domésticas. Realízanse actividades de lecer e socioculturais así como de estimulación cognitiva. Inclúe tamén servizos de atención xeriátrica e de acompañamento a consultas médicas

Tipo de recurso: **EQUIPAMENTO - ATENCIÓN SOCIAL**
Ámbito: **BENESTAR**



Recursos culturais

Programa Actívate



Programa de carácter anual que inclúe actividades culturais, deportivas e tecnolóxicas. Este programa, composto por diferentes Escolas (culturais, deportivas e de informativa) desenvólvese por tempadas coincidindo cos cursos escolares.

As actividades desenvolvidas dende o Programa Actívate van dirixidas a múltiples públicos e está composto polas Escolas Deportivas, Culturais e Informáticas.

A oferta da programación das **Escolas Deportivas** inclúe:

- Fútbol e fútbol sala
- Baloncesto
- Pequemotricidade
- Tiro con arco
- Taekwondo
- Atletismo
- Escola multideportiva
- Tenis de mesa
- Patinaxe artística
- Pádel
- Ioga
- Pilates
- Aeróbic
- Actividade física para maiores



A oferta da programación das **Escolas Culturais** inclúe:

- Música contemporánea
 - Música e movemento
 - Canto
 - Batería
 - Guitarra
 - Piano
 - Linguaxe musical
 - Trompeta
 - Saxofón
 - Percusión latina
 - Coral polifónica
- Música tradicional
 - Gaita
 - Percusión
 - Pandeireta
- Baile e danza tradicional
- Arte
 - Debuxo
 - Gravado
 - Pintura
- Panillo
- Ludoteca
- Teatro

As actividades de **Informática e novas tecnoloxías** inclúen:

- Informática infantil
- Manexo do móbil para adultos

Tipo de recurso:
Ámbito:
Calendario:

**PROGRAMA - PROMOCIÓN
CULTURAL - DEPORTIVO - FORMATIVO
ANUAL**

Programación teatral e musical



O Auditorio da Casa da Cultura acolle unha programación anual que abrangue os ámbitos da música, o teatro, congresos, exposicións e conferencias.

Cóntase con programación ó longo de todo a no para público adulto, para público infantil e familiar.

| | |
|------------------|-----------------------------|
| Tipo de recurso: | PROGRAMA - PROMOCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL |
| Calendario: | ANUAL |

Ciclo de Cine de Vimianzo



Proxección de filmes no Auditorio de Vimianzo co obxectivo de facer chegar o sétimo arte a toda a veciñanza.

| | |
|------------------|-------------------------------|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Actividades da Mostra de Artesanía en Vivo



Iniciativa impulsada para dar a coñecer con detalle as técnicas tradicionais que se desenvolven no Castelo de Vimianzo, a través dunha posta en valor tanto dos diferentes oficios artesanais como do propio Castelo como patrimonio cultural de Vimianzo.

Lávanse a cabo fiadeiros, diferentes obradoiros de liño, barro, maquetas de barcos e nasas, palla, coiro...

| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Recunchos



Programa de Andainas de lecer aptas para todas as idades que, co obxectivo de dar a coñecer o patrimonio, promove unha actividade saudable, sinxela e aberta a todo o mundo.

| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | DEPORTIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Excursións de maiores



O Concello organiza excursións a diferentes destinos para promover que as persoas maiores teñan opción a viaxar de forma sostible, segura e saudable. Para o ano 2022 o destino é o balneario "Hotel Carlos I" de Sanxenxo sendo a duración da excursión de 4 días.

| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Cantos de Nadal

Actividades relacionadas co Nadal poñen en valor a tradición e patrimonio do territorio. Estes Cantos de Nadal desenvólvense en tódalas parroquias, repartindo chocolate, churros e filloas para as persoas asistentes.



| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Roteiros teatrais

Iniciativa que promove o coñecemento do patrimonio a través dunha actividade lúdica, sinxela e divertida ó tempo que saudable e aberta a todo o mundo. Danse a coñecer os diferentes lugares por onde discorre a ruta a través de breves representacións teatrais.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO E ASOCIACIÓN NEIRA MARCOS |

Muiñada de Vimianzo

Celebración etnográfica de reivindicación do pasado recente a través diferentes actos, actividades, concursos e obradoiros, cun lugar especial para a música. Nas súas diferentes edicións foron presentándose distintos formatos coa participación no seu deseño e organización de entidades do territorio como a Asociación Cherinkas entre outras.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO E ASOCIACIÓN DE VIMIANZO |

Actividades relacionadas co patrimonio histórico e cultural

O salientable patrimonio histórico e prehistórico de Vimianzo xera unha notable inqueda de coñecemento que está a xerminar en numerosas iniciativas que poñen en valor e reivindicán a conservación e o coñecemento do noso patrimonio.



Neste sentido atopamos;

- ✓ Roteiros e actividades do Colectivo A Rula relacionados cos petroglifos.
- ✓ Actividades da Asociación Parroquial de Berdoias relacionadas cos petroglifos e co patrimonio prehistórico do territorio.

Actividades da Asociación Baíñas no Camiño relacionadas co mantemento, coñecemento e difusión do Camiño de Santiago a Muxía no seu paso por Baíñas. O tipo de actividades desenvolvidas son dende roteiros, itinerarios culturais, información sobre actuacións eólicas ata peregrinacións arrieiras pola Vía Mariana, entre outras.

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN**

Ámbito: **CULTURAL E LECER**

Calendario: **PUNTUAL**

Promotor: **COLECTIVO A RULA**

ASOCIACIÓN PARROQUIA DE BERDOIAS

ASOCIACIÓN BAIÑAS NO CAMIÑO

644 472 371

606625927

Actividades culturais



A transmisión e conservación dos costumes, das tradicións ou do coñecemento a través das diferentes expresións artísticas e culturais como son a música, a arte, a literatura, a gastronomía, ou o patrimonio, entre moitas outras, son a peza fundamental da ampla oferta de actividades e iniciativas culturais que hai en Vimianzo.

Son salientables:

- ✓ Actividades da AC Trubisquiña de difusión e formación relacionadas co patrimonio cultural, música tradicional, entroido...
- ✓ Actividades da AC Cherinkas de carácter cultural e comunitario relacionadas co lecer e festa (Asalto ó Castelo), coa cultura e coa festa (Muiñada), ou a literatura (Neghra Sombra).
- ✓ Actividades da Asociación de Palilleiras As Nemanquiñas, relacionadas co encaixe.
- ✓ Actividades da Asociación Neira Marcos de Salto. A Asociación Neira Marcos realiza unha gran cantidade de actividades como poden ser:
 - Roteiros teatralizados.
 - Elaboración de libros de receitas, memoria colectiva, lendas... que cristalizan no Proxecto Saberes da Aldea.
 - Realización de magostos, actividades teatrais, foliadas.
- ✓ Actividades carácter cultural, formativo e de lecer da Asociación Airiños do Río Grande, quen tamén leva a cabo cursos de instrumentos tradicionais e organización de foliadas.
- ✓ Actividades da Asociación Mocatriz en relación co entroido.
- ✓ Actividades das Corais Polifónicas Lusco e Fusco, e O Son do Val.

Actividades relacionadas coa cultura dixital inseridos no programa Laboratorios Itinerantes de Cultura Dixital da Asociación Pasatoxos.

| | | |
|------------------|---|------------------|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN | |
| Ámbito: | CULTURAL | |
| Calendario: | PUNTUAL | |
| Promotor: | AC TRUBISQUIÑA | 620100845 |
| | AC CHERINKAS | 686605380 |
| | ASOCIACIÓN DE PALILLEIRAS AS NEMANQUIÑAS | 678460543 |
| | ASOCIACIÓN NEIRA MARCOS | |
| | ASOCIACIÓN AIRIÑOS DO RIO GRANDE | 669606884 |
| | ASOCIACIÓN MOCATRIZ | 656289366 |
| | CORAL POLIFÓNICA LUSCO E FUSCO | 619013295 |
| | CORAL POLIFÓNICA O SON DO VAL | 600119791 |
| | ASOCIACIÓN PASATOXOS | 652888513 |

Biblioteca Municipal

Espazo cultural de proximidade que conta cun amplo e variado fondo bibliográfico, cun total de 25.964 títulos en diferentes formatos.



A Biblioteca municipal de Vimianzo está integrada na Rede Galega de Bibliotecas de Galicia.

A biblioteca é un espazo perfecto no que as persoas maiores se poden levar materiais en préstamo, ler a prensa ou as revistas, participar en actividades ou informase sobre aquelas cuestións que lles sexan de interese

| | |
|------------------|--------------------------------|
| Tipo de recurso: | EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |

Aula CEMIT

É un espazo municipal localizado na Casa da Cultura que ofrece un servizo público e gratuito no ámbito das novas tecnoloxías.



A Aula CEMIT conta con actividades específicas para diferentes públicos sobre as novas tecnoloxías da comunicación.

Tipo de recurso:
Ámbito:

**EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN
FORMATIVO - CULTURAL E LECER**

Locais parroquiais


Os locais parroquiais son espazos repartidos por todo o territorio de Vimianzo dispoñibles para a realización de actividades tanto municipais como das entidades e das veciñas e veciños do Concello.



- Antiga Escola de Berdoias
- Antiga Escola de Cambeda
- Antiga Escola de Carnés
- Antiga Escola de Castrelo
- Antiga Escola de Ceán, Bamiro
- Antiga Escola da Devesa, Carnés
- Antiga Escola de Orbellido, Baíñas
- Antiga Escola de Outeiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pedreiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pasarela
- Antiga Escola de Reboredo, Salto
- Antiga Escola de Subeiro, Serramo
- Antiga Escola de Tines
- Antiga Escola de Treos
- Escola de Castromil, Salto
- Escola de Vilar de Cereixo, Cereixo
- Escola de Carantoña
- Escola de Carnés
- Antigo Edificio da Cruz Vermella, Vimianzo
- Centro Social de Señoráns, Salto

Tipo de recurso:
Ámbito:

**EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN
FORMATIVO - DEPORTIVO - CULTURAL E LECER**



Recursos de activación física

Programa Actívate

Programa de carácter anual que inclúe actividades culturais, deportivas e tecnolóxicas. Este programa, composto por diferentes Escolas (culturais, deportivas e de informática) desenvólvese por tempadas coincidindo cos cursos escolares.



As actividades desenvolvidas dende o Programa Actívate van dirixidas a múltiples públicos e está composto polas Escolas Deportivas, Culturais e Informáticas.

A oferta da programación das **Escolas Deportivas** inclúe:

- Fútbol e fútbol sala
- Baloncesto
- Pequemotricidade
- Tiro con arco
- Taekwondo
- Atletismo
- Escola multideportiva
- Tenis de mesa
- Patinaxe artística
- Pádel
- Ioga
- Pilates
- Aeróbic
- Actividade física para maiores



A oferta da programación das **Escolas Culturais** inclúe:

- Música contemporánea
 - Música e movemento
 - Canto
 - Batería
 - Guitarra
 - Piano
 - Linguaxe musical
 - Trompeta
 - Saxofón
 - Percusión latina
 - Coral polifónica
- Música tradicional
 - Gaita
 - Percusión
 - Pandeireta
- Baile e danza tradicional
- Arte
 - Debuxo
 - Gravado
 - Pintura
- Panillo
- Ludoteca
- Teatro

As actividades de **Informática e novas tecnoloxías** inclúen:

- Informática infantil
- Manexo do móbil para adultos

Tipo de recurso:

Ámbito:

Calendario:

**PROGRAMA - PROMOCIÓN
CULTURAL - DEPORTIVO - FORMATIVO
ANUAL**

Recunchos

Programa de Andainas de lecer aptas para todas as idades que, co obxectivo de dar a coñecer o patrimonio, promove unha actividade saudable, sinxela e aberta a todo o mundo.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | DEPORTIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Roteiros teatrais

Iniciativa que promove o coñecemento do patrimonio a través dunha actividade lúdica, sinxela e divertida ó tempo que saudable e aberta a todo o mundo. Danse a coñecer os diferentes lugares por onde discorre a ruta a través de breves representacións teatrais.



| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO E ASOCIACIÓN NEIRA MARCOS |

Actividades deportivas

A actividade física e o lecer contribúen a mellorar a socialización e a promover hábitos de vida saudable. Neste sentido, salienta a presenza de asociacións que fomentan as actividades de limitada intensidade física, como é o caso da pesca:



- ✓ Actividades de pesca recreativa da Sociedade de Pesca Deportiva Neria.

| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | DEPORTIVO E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | SOCIEDADE DE PESCA DEPORTIVA NERIA |

Ximnasio municipal.

Este espazo municipal permite á veciñanza practicar deportes ou facer exercicio con máquinas e utensilios deportivos a disposición das persoas usuarias.



O Ximnasio conta con diferentes salas, de fitness, musculación, cardio, así como monitor cualificado para o asesoramento das persoas usuarias.

Este é un espazo perfecto para incentivar o exercicio físico, para promover a saúde, encontrarse en mellores condicións e diminuír o risco de enfermidades.

Tipo de recurso: **EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN**
 Ámbito: **DEPORTIVO**

Pista de pádel municipal

A pista de pádel municipal proporciona a veciñanza un espazo no que practicar este deporte ó tempo que se incentiva o exercicio físico, promovendo unha mellor saúde.



Tipo de recurso: **EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN**
 Ámbito: **DEPORTIVO**

Locais parroquiais

Os locais parroquiais son espazos repartidos por todo o territorio de Vimianzo dispoñibles para a realización de actividades tanto municipais como das entidades e das veciñas e veciños do Concello



- Antiga Escola de Berdoias
- Antiga Escola de Cambeda
- Antiga Escola de Carnés
- Antiga Escola de Castrelo
- Antiga Escola de Ceán, Bamiro
- Antiga Escola da Devesa, Carnés
- Antiga Escola de Orbellido, Baíñas
- Antiga Escola de Outeiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pedreiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pasarela
- Antiga Escola de Reboredo, Salto
- Antiga Escola de Subeiro, Serramo
- Antiga Escola de Tines
- Antiga Escola de Treos
- Escola de Castromil, Salto
- Escola de Vilar de Cereixo, Cereixo
- Escola de Carantoña
- Escola de Carnés
- Antigo Edificio da Cruz Vermella, Vimianzo
- Centro Social de Señoráns, Salto

Tipo de recurso:

Ámbito:

**EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN
FORMATIVO -DEPORTIVO - CULTURAL E LECER**



Recursos de lecer

Ciclo de Cine de Vimianzo

Proxección de filmes no Auditorio de Vimianzo co obxectivo de facer chegar o sétimo arte a toda a veciñanza.



| | |
|------------------|-------------------------------|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Actividades da Mostra de Artesanía en Vivo

Iniciativa impulsada para dar a coñecer con detalle as técnicas tradicionais que se desenvolven no Castelo de Vimianzo, a través dunha posta en valor tanto dos diferentes oficios artesanais como do propio Castelo como patrimonio cultural de Vimianzo.



Lávanse a cabo fiadeiros, diferentes obradoiros de liño, barro, maquetas de barcos e nasas, palla, coiro...

| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Recunchos

Programa de Andainas de lecer aptas para todas as idades que, co obxectivo de dar a coñecer o patrimonio, promove unha actividade saudable, sinxela e aberta a todo o mundo.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | DEPORTIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Excursións de maiores

O Concello organiza excursións a diferentes destinos para promover que as persoas maiores teñan opción a viaxar de forma sostible, segura e saudable. Para o ano 2022 o destino é o balneario “Hotel Carlos I” de Sanxenxo sendo a duración da excursión de 4 días.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Cantos de Nadal

Actividades relacionadas co Nadal poñen en valor a tradición e patrimonio do territorio. Estes Cantos de Nadal desenvólvense en tódalas parroquias, repartindo chocolate, churros e filloas para as persoas asistentes



| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Roteiros teatrais

Iniciativa que promove o coñecemento do patrimonio a través dunha actividade lúdica, sinxela e divertida ó tempo que saudable e aberta a todo o mundo. Danse a coñecer os diferentes lugares por onde discorre a ruta a través de breves representacións teatrais.



| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |

Promotor: **CONCELLO E ASOCIACIÓN NEIRA MARCOS**

Xornadas micolóxicas



Coa chegada do outono medra o interese polas saídas ó monte para aprender, buscar e degustar un dos manxares que o outono nos ofrece, os cogomelos. Da man dun experto, celébranse xornadas micolóxicas que nos permitan gozar da súa enorme variedade dunha forma segura e responsable.

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN**
Ámbito: **FORMATIVO, MEDIOAMBIENTAL E LECER**
Calendario: **PUNTUAL**
Promotor: **CONCELLO E PEÑA BARCELONISTA IRMANDIÑA DE VIMIANZO**

Muiñada de Vimianzo



Celebración etnográfica de reivindicación do pasado recente a través diferentes actos, actividades, concursos obradoiros, cun lugar especial para a música. Nas súas diferentes edicións foron presentándose distintos formatos coa participación no seu deseño e organización de entidades do territorio como a Asociación Cherinkas entre outras.

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN**
Ámbito: **CULTURAL E LECER**
Calendario: **PUNTUAL**
Promotor: **CONCELLO E ASOCIACIÓNS DE VIMIANZO**

Actividades relacionadas co patrimonio histórico e cultural



O salientable patrimonio histórico e prehistórico de Vimianzo xera unha notable inquedaanza de coñecemento que está a xerminar en numerosas iniciativas que poñen en valor e reivindicán a conservación e o coñecemento do noso patrimonio.

Neste sentido atopamos;

- ✓ Roteiros e actividades do Colectivo A Rula relacionados cos petroglifos.
- ✓ Actividades da Asociación Parroquial de Berdoias relacionadas cos petroglifos e co patrimonio prehistórico do territorio.
- ✓ Actividades da Asociación Baíñas no Camiño relacionadas co mantemento, coñecemento e difusión do Camiño de Santiago a Muxía no seu paso por Baíñas. O tipo de actividades desenvolvidas son dende roteiros, itinerarios culturais, información sobre actuacións eólicas ata peregrinacións arrieiras pola Vía Mariana, entre outras.

| | | |
|------------------|---|--------------------|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN | |
| Ámbito: | CULTURAL E LECER | |
| Calendario: | PUNTUAL | |
| Promotor: | COLECTIVO A RULA | |
| | ASOCIACIÓN PARROQUIA DE BERDOIAS | 644 472 371 |
| | ASOCIACIÓN BAIÑAS NO CAMIÑO | 606625927 |

Actividades lúdicas

As celebracións son unha importante ocasión para xuntarse, festexar e fortalecer o tecido comunitario da veciñanza, por elo o mantemento das diferentes festas parroquiais, gastronómicas,... son un sinal da identidade.



No territorio son destacables:

- ✓ Actividades da Asociación de Castrobuxán, nas que realizan merendas e festa da Nosa Señora de Castrobuxán, en Calo.
- ✓ Actividades de lecer e gastronómicas da Asociación de Veciños de Castrelo

Actividades da Asociación de veciños de Cereixo – O Noso Carballo, que organiza excursións, roteiros pola parroquia, colaboración na organización das festas da parroquia...

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PARTICIPACIÓN**
Ámbito: **LECER**
Calendario: **PUNTUAL**
Promotor: **ASOCIACIÓN DE CASTROBUXAN**
ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE CASTRELO
ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE CEREIXO – O NOSO
CARBALLO **981730473**

Actividades lúdicas e medioambientais



O noso patrimonio natural é un activo que precisa do noso interese e a nosa implicación para conservalo, mantelo e poñelo en valor.

Nesta liña, destaca o traballo e as actividades que se levan a cabo dende o noso territorio como son:

- ✓ Actividades relacionadas co mantemento, conservación, coñecemento e difusión dos Penedos de Pasarela da Asociación de Veciños de Pasarela.
- ✓ Actividades relacionadas cos cabalos e rapa da Asociación cabalar e cultural Monte Faro, como asociación adicada ó coidado dos cabalos e a responsable tamén da organización da Rapa das Bestas de Vimianzo no curro do Campo da Areosa.
- ✓ Actividades moi variadas da Peña Barcelonista Irmandiña, dende actividades de carácter micolóxico (faladoiros, colleitas e degustacións), relacionadas coa apicultura (roteiros, restauracións de alvarizas e charlas) ata cursos de marroquinería.

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN**

Ámbito: **MEDIOAMBIENTAL E LECER**

Calendario: **PUNTUAL**

Promotor: **ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE PASARELA
ASOCIACIÓN CABALAR E CULTURAL MONTE FARO
PEÑA BARCELONISTA IRMANDIÑA**

649387575

Biblioteca Municipal

Espazo cultural de proximidade que conta cun amplo e variado fondo bibliográfico, cun total de 25.964 títulos en diferentes formatos.



A Biblioteca municipal de Vimianzo está integrada na Rede Galega de Bibliotecas de Galicia.

A biblioteca é un espazo perfecto no que as persoas maiores se poden levar materiais en préstamo, ler a prensa ou as revistas, participar en actividades ou informase sobre aquelas cuestións que lles sexan de interese.

Tipo de recurso: **EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN**
Ámbito: **CULTURAL E LECER**

Aula CEMIT

É un espazo municipal localizado na Casa da Cultura que ofrece un servizo público e gratuíto no ámbito das novas tecnoloxías.



A Aula CEMIT conta con actividades específicas para diferentes públicos sobre as novas tecnoloxías da comunicación.

Tipo de recurso: **EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN**
Ámbito: **FORMATIVO - CULTURAL E LECER**

Locais parroquiais

Os locais parroquiais son espazos repartidos por todo o territorio de Vimianzo dispoñibles para a realización de actividades tanto municipais como das entidades e das veciñas e veciños do Concello.



- Antiga Escola de Berdoias
- Antiga Escola de Cambeda
- Antiga Escola de Carnés
- Antiga Escola de Castrelo
- Antiga Escola de Ceán, Bamiro
- Antiga Escola da Devesa, Carnés
- Antiga Escola de Orbellido, Baíñas
- Antiga Escola de Outeiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pedreiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pasarela
- Antiga Escola de Reboredo, Salto
- Antiga Escola de Subeiro, Serramo
- Antiga Escola de Tines
- Antiga Escola de Treos
- Escola de Castromil, Salto
- Escola de Vilar de Cereixo, Cereixo
- Escola de Carantoña
- Escola de Carnés
- Antigo Edificio da Cruz Vermella, Vimianzo
- Centro Social de Señoráns, Salto

Tipo de recurso:

Ámbito:

**EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN
FORMATIVO -DEPORTIVO - CULTURAL E LECER**



Recursos Formativos

Programa Actívate

Programa de carácter anual que inclúe actividades culturais, deportivas e tecnolóxicas. Este programa, composto por diferentes Escolas (culturais, deportivas e de informática) desenvólvese por tempadas coincidindo cos cursos escolares.



As actividades desenvolvidas dende o Programa Actívate van dirixidas a múltiples públicos e está composto polas Escolas Deportivas, Culturais e Informáticas.

A oferta da programación das **Escolas Culturais** inclúe:

A oferta da programación das **Escolas Deportivas** inclúe:

- Fútbol e fútbol sala
- Baloncesto
- Pequemotricidade
- Tiro con arco
- Taekwondo
- Atletismo
- Escola multideportiva
- Tenis de mesa
- Patinaxe artística
- Pádel
- Ioga
- Pilates
- Aeróbic
- Actividade física para maiores



- Música contemporánea
 - Música e movemento
 - Canto
 - Batería
 - Guitarra
 - Piano
 - Linguaxe musical
 - Trompeta
 - Saxofón
 - Percusión latina
 - Coral polifónica
- Música tradicional
 - Gaita
 - Percusión
 - Pandeireta
- Baile e danza tradicional
- Arte
 - Debuxo
 - Gravado
 - Pintura
- Panillo
- Ludoteca
- Teatro

As actividades de Informática e novas tecnoloxías inclúen:

- Informática infantil
- Manexo do móbil para adultos

Tipo de recurso:
Ámbito:
Calendario:

**PROGRAMA - PROMOCIÓN
CULTURAL E DEPORTIVO
ANUAL**

Actividades da Mostra de Artesanía en Vivo



Iniciativa impulsada para dar a coñecer con detalle as técnicas tradicionais que se desenvolven no Castelo de Vimianzo, a través dunha posta en valor tanto dos diferentes oficios artesanais como do propio Castelo como patrimonio cultural de Vimianzo.

Lávanse a cabo fiadeiros, diferentes obradoiros de liño, barro, maquetas de barcos e nasas, palla, coiro...

| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO, CULTURAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Obradoiros e talleres diversos



Celebración de diferentes actividades en formato de taller ou obradoiro que, de forma periódica, contribúen a mellorar as técnicas e coñecementos que a veciñanza ten sobre temas hortícolas ou de agricultura dende unha perspectiva de mellora medio ambiental.

No ano 2022 o taller impartido foi de poda.

| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PARTICIPACIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO E MEDIOAMBIENTAL |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Xornadas micolóxicas



Coa chegada do outono medra o interese polas saídas ó monte para aprender, buscar e degustar un dos manxares que o outono nos ofrece, os cogomelos. Da man dun experto, celébranse xornadas micolóxicas que nos permitan gozar da súa enorme variedade dunha forma segura e responsable.

| | |
|------------------|---|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE- PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO, MEDIOAMBIENTAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO E PEÑA BARCELONISTA IRMANDIÑA DE VIMIANZO |

Actividades formativas e de sensibilización



A promoción de actitudes positivas cara as múltiples problemáticas sociais que como sociedade nos están a afectar é unha tarefa fundamental. A sensibilización sobre diferentes problemáticas a través dunha cultura inclusiva, promovendo actitudes positivas de respecto, solidariedade, valoración e tolerancia, contribúe a fomentar a convivencia e a desenvolver a empatía

Dende o territorio desenvólvense actividades de fomento destes valores, como por exemplo:

- ✓ As actividades da Cruz Vermella Terra de Soneira relacionadas con proxectos de difusión tecnolóxica (Proxecto Enredando), apoio a nenos para a mellora da aprendizaxe (Proxecto Promoción do Éxito Escolar), faladoiros sobre diversos temas (violencia machista, saúde mental, emprego, respecto,...)
- ✓ As Actividades da Asociación Feminista As Curandeiras como a convocatoria de actos, manifestacións, concentracións, exposicións...baixo o paraugas do feminismo e coa loita contra a violencia machista.

| | | |
|------------------|---|------------------|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN | |
| Ámbito: | FORMATIVO E DE SENSIBILIZACIÓN | |
| Calendario: | PUNTUAL | |
| Promotor: | CRUZ VERMELLA TERRA DE SONEIRA | 670260623 |
| | ASOCIACIÓN FEMINISTRA AS CURANDEIRAS | 600065250 |

Aula CEMIT



É un espazo municipal localizado na Casa da Cultura que ofrece un servizo público e gratuíto no ámbito das novas tecnoloxías.

A Aula CEMIT conta con actividades específicas para diferentes públicos sobre as novas tecnoloxías da comunicación.

Tipo de recurso:

EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN

Ámbito:

FORMATIVO - CULTURAL E LECER

Locais parroquiais



Os locais parroquiais son espazos repartidos por todo o territorio de Vimianzo dispoñibles para a realización de actividades tanto municipais como das entidades e das veciñas e veciños do Concello.

- Antiga Escola de Berdoias
- Antiga Escola de Cambeda
- Antiga Escola de Carnés
- Antiga Escola de Castrelo
- Antiga Escola de Ceán, Bamiro
- Antiga Escola da Devesa, Carnés
- Antiga Escola de Orbellido, Baíñas
- Antiga Escola de Outeiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pedreiro, Baíñas
- Antiga Escola de Pasarela
- Antiga Escola de Reboredo, Salto
- Antiga Escola de Subeiro, Serramo
- Antiga Escola de Tines
- Antiga Escola de Treos
- Escola de Castromil, Salto
- Escola de Vilar de Cereixo, Cereixo
- Escola de Carantoña
- Escola de Carnés
- Antigo Edificio da Cruz Vermella, Vimianzo
- Centro Social de Señoráns, Salto

Tipo de recurso:

EQUIPAMENTO - PROMOCIÓN - PARTICIPACIÓN

Ámbito:

FORMATIVO -DEPORTIVO - CULTURAL E LECER



Recursos Medioambientais

Obradoiros e talleres diversos



Celebración de diferentes actividades en formato de taller ou obradoiro que, de forma periódica, contribúen a mellorar as técnicas e coñecementos que a veciñanza ten sobre temas hortícolas ou de agricultura dende unha perspectiva de mellora medio ambiental.

No ano 2022 o taller impartido foi de poda.

| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PARTICIPACIÓN - PREVENCIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO E MEDIOAMBIENTAL |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO |

Xornadas micolóxicas



Coa chegada do outono medra o interese polas saídas ó monte para aprender, buscar e degustar un dos manxares que o outono nos ofrece, os cogomelos. Da man dun experto, celébranse xornadas micolóxicas que nos permitan gozar da súa enorme variedade dunha forma segura e responsable.

| | |
|------------------|--|
| Tipo de recurso: | ACTIVIDADE - PROMOCIÓN - PREVENCIÓN E PARTICIPACIÓN |
| Ámbito: | FORMATIVO, MEDIOAMBIENTAL E LECER |
| Calendario: | PUNTUAL |
| Promotor: | CONCELLO E PEÑA BARCELONISTA IRMANDIÑA DE VIMIANZO |

Actividades lúdicas e medioambientais



O noso patrimonio natural é un activo que precisa do noso interese e a nosa implicación para conservalo, mantelo e poñelo en valor.

Nesta liña, destaca o traballo e as actividades que se levan a cabo dende o noso territorio como son:

- ✓ Actividades relacionadas co mantemento, conservación, coñecemento e difusión dos Penedos de Pasarela da Asociación de Veciños de Pasarela.
- ✓ Actividades relacionadas cos cabalos e rapa da Asociación cabalar e cultural Monte Faro, como asociación adicada ó coidado dos cabalos e a responsable tamén da organización da Rapa das Bestas de Vimianzo no curro do Campo da Areosa.
- ✓ Actividades moi variadas da Peña Barcelonista Irmandiña, dende actividades de carácter micolóxico (faladoiros, colleitas e degustacións), relacionadas coa apicultura (roteiros, restauracións de alvarizas e charlas) ata cursos de marroquinería.

Tipo de recurso: **ACTIVIDADE - PROMOCIÓN E PARTICIPACIÓN**
 Ámbito: **MEDIOAMBIENTAL E LECER**
 Calendario: **PUNTUAL**
 Promotor: **ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE PASARELA**
ASOCIACIÓN CABALAR E CULTURAL MONTE FARO
PEÑA BARCELONISTA IRMANDIÑA

649387575

A Guía de Recursos para as persoas maiores é un primeiro paso sobre o cal se debe realizar un cabo un traballo periódico de identificación de novos recursos e servizos existentes no territorio como resposta ás necesidades das persoas maiores en risco de soidade social.

AS CONCLUSIONES E RECOMENDACIONES.

1. Conclusións.

1.10 CONTEXTO DEMOGRÁFICO.

Tal como se menciona ó longo do documento, a soidade non desexada ou soidade social que afecta sobre todo ás persoas maiores estase a constituír na actualidade como un problema público. Este problema público é dunha elevada importancia no Concello de Vimianzo, onde o contexto demográfico se configura a partir do devalo da poboación e do avellentamento xeneralizado, de maior incidencia nas parroquias máis rurais.

De feito, a pesar de que a soidade social é multifactorial, un dos factores que a poden xerar é o feito de residir só nunha vivenda. Esta situación, na actualidade, é cada vez máis habitual nas persoas maiores, observándose en diferentes análises realizadas nos últimos anos unha evolución á baixa nas vivendas habitadas por varias persoas e un incremento das vivendas unipersoais. Na actualidade, das máis de 700 vivendas unipersoais existentes en Vimianzo, case 500 están habitadas por persoas maiores de 65 anos, e en parroquias como Salto, Carnés ou Treos, a porcentaxe supera o 70%.

A intensidade do devalo demográfico e do avellentamento, que é potenciada a través de fenómenos estruturais como é o caso da emigración, non impide a vixencia de prácticas comunitarias que inciden na socialización das persoas maiores, aínda que se verifica a presenza dun proceso que as erosiona e que as limita.

Neste sentido, o Plan aproveita a vixencia destas prácticas comunitarias e da solidariedade inherente ás mesmas para sustentarse e crear unha rede de persoas colaboradoras en todo o territorio que apoian ó Concello na detección da soidade social. É dicir, o Concello de Vimianzo atópase nun intre axeitado para desenvolver o Plan de loita contra a soidade non desexada ó contar cunhas redes comunitarias activas que o sustentan.

1.2A REDE.

Apoiándose neste factor fundamental, que é a pervivencia das prácticas comunitarias e dun tecido local vizoso tanto de carácter asociativo como comercial, o Plan conta cun elevado número de persoas e de institucións colaboradoras. Así, dentro da Rede intégranse i) os servizos públicos de maior capilaridade territorial como son os de saúde ou de seguridade cidadá, ademais dos propios do Concello; ii) un elevado número de entidades asociativas presentes en todo o Concello ou nas

diferentes parroquias ou lugares; iii) un elevado número de establecementos comerciais de proximidade en tódalas parroquias ou lugares; iv) persoas individuais de tódalas parroquias; ou iv) outras entidades colaboradoras como a Igrexa, por exemplo.

Esta ampla representación acádase co obxectivo de cubrir a maior parte do territorio do Concello, de elevado tamaño e dispersión, e supón a confirmación de que o sentimento de comunidade non está deteriorado en Vimianzo.

Ademais, no proceso de conformación da Rede ten unha relevancia especial o liderado do Concello de Vimianzo que, a través do seu departamento municipal de benestar e da capilaridade das súas actividades, transmite ás persoas colaboradoras a importancia das tarefas a desempeñar e o seu elevado impacto para a mellora da vida das persoas maiores da contorna.

Neste sentido, o departamento de benestar do Concello asume o rol de nó central da Rede constituída entorno ó Plan, co que isto comporta tanto en termos de asumir as derivacións de posibles casos e responder ás súas necesidades, como de xestionar os fluxos de información necesarios para manter actualizado o catálogo de recursos.

1.30 PROTOCOLO.

Neste contexto, o Plan diseña un protocolo e guía de actuación a seguir para o desenvolvemento das tarefas de detección e intervención das situacións de soidade non desexada nas persoas maiores, e difúndeo a toda a rede de persoas colaboradoras.

Este protocolo ten como alicerces elementos como a i) confidencialidade absoluta tanto dos casos analizados e das súas situacións como da transmisión da información por parte das persoas colaboradoras; ii) o respecto das situacións observadas e o non cuestionamento das circunstancias que as rodean; iii) o fomento da autonomía das persoas a través dos programas e servizos ofertados, así como do respecto ás súas decisións; e iv) a non invasión da intimidade das persoas en suposta situación de soidade non desexada.

Neste sentido, o protocolo e a guía de actuación pretenden apoiar ás persoas, dende a perspectiva da prevención das situacións de soidade non desexada, na mellora da súa calidade de vida e do seu benestar físico e emocional, a través dun conxunto de actividades que incidan tanto na súa socialización como na posibilidade de contar con servizos individuais que incrementen a súa autonomía.

Como se pode comprobar, o deseño do protocolo fai fincapé na presenza do persoal técnico de referencia do departamento de benestar como responsable da xeración de confianza coas persoas en situación de soidade. Considérase que este elemento é fundamental xa que, como se menciona no documento, a soidade social é un sentimento de moi difícil verbalización, polo que a continuidade na relación é básica para a confianza e, polo tanto, para a prevención efectiva destas situacións. Así, a continuidade do apoio técnico e a xeración de confianza son elementos centrais na actuación dos servizos de benestar.

Ademais, o protocolo e a guía de actuación ofrecen ferramentas de valor para os equipos técnicos e para as persoas colaboradoras para identificar os casos de soidade non desexada. Neste aspecto é preciso salientar que as situacións poden ser complexas e amplas, pero que a sensibilidade no achegamento é un elemento fundamental tanto para a súa detección e identificación, como para as intervencións posteriores. Así, boa parte do éxito do programa fundaméntase nesta sensibilidade e nos valores de referencia expostos con anterioridade.

1.4 OS RECURSOS.

Ó longo do Plan expóñense múltiples recursos, servizos, programas e actividades que na actualidade están operativos no Concello de Vimianzo e que poden incidir de xeito positivo na mellora da socialización das persoas e, polo tanto, na prevención da soidade social.

Estes recursos non son unicamente do departamento de benestar municipal, senón que todo o Concello conta con recursos que, cunha re-focalización limitada, poden actuar como elementos de mellora da calidade de vida das persoas en situación de soidade social. Este é o caso, por exemplo, da importante programación de teatro do Concello á que poden ser convidados individualmente as persoas que participen no Plan, ou as andainas polas parroquias nas que se combinan a difusión cultural e o coñecemento, coas actividades de mantemento físico de baixa esixencia.

Con todo, é preciso mencionar que a sociedade civil tamén conta con numerosos recursos para a mellora da socialización derivadas da existencia de asociacións e da súa importante actividade. Neste sentido, alén daquelas máis específicas relacionadas co deporte, por exemplo, obsérvanse numerosas iniciativas relacionadas co fomento das tradicións, co coñecemento do territorio ou coa combinación de lecer e cultura.

Así, dentro das actividades incluídas no Plan contéplase a necesidade de fomentar, coñecer, actualizar e difundir este conxunto de recursos públicos e sociais que, combinados e ofertados ás persoas atendendo a cada valoración individual realizada polo equipo de benestar, actúan como barreira para a mellora da socialización das persoas e para a prevención da soidade non desexada.

Neste sentido, é preciso mellorar o coñecemento que o Concello ten sobre este conxunto de actividades co obxectivo de contar cun inventario actualizado das mesmas que ofrecer ás persoas en situación de soidade non desexada. Este coñecemento, que debería ser colectivo por parte de tódolos departamentos municipais pero que inicialmente debe asumir o departamento de benestar, baséase na mellora substancial da comunicación interna, así como na explotación e aproveitamento da información derivada da asistencia e inscrición dos diferentes tipos de públicos nas devanditas actividades.

Así, a programación de tódolos departamentos, sobre todo das actividades que poidan re-enfocarse cara as persoas maiores, debe ser difundida internamente de xeito continuo, e o deseño das programacións departamentais debe ter en consideración a sensibilidade e a óptica do Plan. Só a través de estes esforzos internos se acada a complementariedade e a maximización da utilidade dos

recursos que na actualidade o Concello xa pon a disposición da cidadanía. Esta complementariedade debería estenderse cara as actividades realizadas dende as entidades asociativas, se ben tendo en conta a autonomía e os intereses particulares de cada entidade e das súas persoas asociadas.

Con todo, é preciso salientar que o re-enfoque dos recursos que actualmente existen comporta unhas novas necesidades técnicas relacionadas coa axeitada dinamización daquelas actividades nas que se poden integrar as persoas en situación de soidade social. Estas necesidades deben ser cubertas con persoal especializado que garanta o éxito das iniciativas de socialización e que, na liña do indicado, colabore coas actividades do departamento de benestar, coas actividades do resto do Concello e coas actividades das entidades asociativas susceptibles de recibir os casos do Plan.

Finalmente, tendo en conta a existencia dun amplo abano de recursos como o xa mencionado, é preciso incidir na pertinencia da mellora dos mecanismos de difusión dos mesmos. Neste sentido, considérase de valor a capilarización territorial e social da difusión das actividades municipais atendendo ós espazos cotiás con presenza do colectivo obxectivo, retomando prácticas de difusión proactivas a través do importante tecido social de proximidade.

2. Recomendacións.

2.10 CONTEXTO DEMOGRÁFICO.

Como se menciona con anterioridade, o contexto demográfico marcado polo devalo da poboación e polo seu avellentamento incide na emerxencia do problema da soidade social nas persoas maiores, aínda que se trata dun problema multifactorial. Con todo, é evidente que o amplo despoboamento que están a atravesar as nosas parroquias nos últimos anos contribúe a incrementar este problema e, polo tanto, a reversión deste despoboamento a través da retención e atracción de nova poboación débese converter nun obxectivo global das diferentes políticas públicas postas en marcha polos diferentes niveis administrativos.

A ambición deste obxectivo supera o ámbito do Plan, pero dende unha perspectiva máis limitada é posible recomendar accións encamiñadas a mellorar o benestar e a calidade de vida das persoas de Vimianzo como parte da liña xeral de facer un territorio máis atractivo.

Neste sentido, os esforzos levados a cabo relacionados coa xeración de datos primarios sobre a soidade nas parroquias, identificando o número de vivendas unipersoais habitadas por persoas maiores de 65 anos, abren novas posibilidades. O seguimento destes datos e a súa actualización periódica, así como a identificación dos casos nas diferentes parroquias supoñen un paso adiante na focalización da atención sobre o colectivo de persoas maiores en situación de posible soidade non desexada.

Finalmente, na liña que recomendan os últimos documentos da Deputación da Coruña enmarcados no deseño de políticas de benestar de xerar sinerxias co obxectivo de xerar territorios atractivos, un dos elementos salientados é a vizosidade do tecido social local. Esta situación dáse tanto no núcleo urbano como nas parroquias, polo que é un activo que se debe potenciar a través de diferentes mecanismos tales como son o acceso a axudas municipais ou provinciais en concorrencia competitiva ou, dende outro punto de vista, na colaboración no deseño e xestión de actividades de mellora da calidade de vida.

É dicir, existe un substrato axeitado para avanzar na constitución dunha Rede Local de Entidades para o Benestar baixo a que se deseñen, coordinen e xestione un amplo abano de actividades que contribúan á mellora da socialización das persoas maiores como paso para a xeración dun territorio atractivo.

2.2A REDE.

Tal como se indica no anterior punto, é salientable a importante resposta dos servizos públicos locais e do tecido social do Concello á hora de colaborar co Plan de Loita contra a Soidade non Desexada e conformar unha Rede de persoas colaboradoras. Esta resposta ten como raíz tanto a confianza no traballo previamente desenvolvido polo departamento municipal de benestar, líder do proceso de desenvolvemento e implementación do actual Plan, como na actividade e operatividade do propio tecido convocado. Estes elementos son un salientable activo que é preciso potenciar a través da mellora da comunicación, da coordinación, da implementación conxunta de actividades de benestar e da capacidade de resposta do departamento de benestar ós retos do Plan.

Neste sentido, na actualidade a Rede de persoas colaboradoras co Plan chega a tódalas parroquias e agrupa tanto a servizos públicos, como a entidades asociativas, tecido económico e comercial de proximidade, así como a cidadáns e cidadás individuais. Esta amplitude outórgalle unha elevada capacidade de detección e transmisión de posibles casos de soidade non desexada á que o departamento municipal de benestar debe dar resposta cos medios axeitados a cada persoa derivada e proporcionando retorno ás persoas colaboradoras. De non ser así, a confianza previamente demostrada verase limitada xerando un entorno de dúbidas para posteriores accións conxuntas.

Así, a Rede de persoas colaboradoras convértese non só nunha valiosa fonte de información unidireccional (persoa colaboradora → Concello), senón que esta debe ser bidireccional (persoa colaboradora ↔ Concello) dando lugar a unha retroalimentación efectiva e constante tanto sobre o funcionamento do Plan como sobre as novas necesidades detectadas. Este fluxo é a base para o sostemento da confianza mencionada con anterioridade.

Ademais, é de particular importancia o mantemento dunha comunicación fluída entre o departamento municipal de benestar e as entidades asociativas que desenvolven actividades de interese para as persoas en posible situación de soidade social que integran a guía de recursos. Esta comunicación deberase verificar ó derivar algún caso por parte do departamento de benestar a algunha das actividades das entidades asociativas, informando da situación da persoa (sempre atendendo á confidencialidade) e procurando retroalimentación para observar a evolución do caso.

Para que este fluxo se manteña en intensidade, é preciso que o Concello e o departamento de benestar en particular manteñan a continuidade no impulso do Plan a través da posta a disposición do mesmo dos medios humanos axeitados, e nos que o coñecemento da realidade social e territorial, así como a sensibilidade nos valores de referencia do Plan, sexan elementos centrais da súa actuación. Este é o elemento central que garante o éxito do Plan, a atribución de recursos humanos especializados no traballo comunitario, na dinamización e na integración das persoas en situación de soidade social en todo o abano de actividades que se mencionan.

Así, o liderado municipal do Plan debe traducirse na continuidade da posta a disposición do mesmo dos medios que garantan a capacidade de resposta do departamento de benestar ós retos que este Plan formula, tanto dende o punto de vista da detección e resposta ás necesidades das persoas en situación de soidade, como dende o punto de vista relacional interno (cos restantes departamentos do Concello) e externo (relación coa rede de persoas, entidades e institucións colaboradoras).

Como complemento a este último punto é preciso prever que o Plan pode facer emerxer situacións tensas a nivel persoal entre as posibles persoas en situación de soidade, incrementando as necesidades dos enfoques multidisciplinares na atención individual e a importancia de perfís profesionais como os relacionados coa psicoloxía.

2.30 PROTOCOLO.

O Plan de Loita contra a Soidade non Desexada do Concello de Vimianzo, realizado co apoio e asistencia da Área de Benestar da Deputación da Coruña, constitúese como un programa piloto que é preciso testar e avaliar para reformular e adaptar.

Así, unha vez constituída a Rede de persoas colaboradoras con éxito e cunha salientable capilaridade territorial, é preciso implementar o protocolo de actuación atendendo tanto ós seus valores de referencia como ás precisións da guía de actuación. Con todo, este protocolo é un deseño inicial que, na liña do mencionado con respecto ó Plan, debe ser convenientemente testado e, de ser o caso, reformulado para adaptalo ás circunstancias específicas observadas.

Para realizar este seguimento, para cuxa verificación é indispensable o éxito da comunicación bidireccional exposta con anterioridade, é preciso que o departamento de benestar municipal constituía unha Comisión de Seguimento do Plan que debería estar liderada polo propio departamento de benestar e integrada, ademais, por aquelas persoas colaboradoras que tiveran posibilidade de asistir, sobre todo tendo en conta as súas esixencias laborais cotiás. Esta Comisión tería como obxectivo a revisión e reformulación do protocolo de actuación e do contacto entre o Concello e a Rede de persoas colaboradoras, e debería activarse de xeito periódico (trimestralmente, por exemplo).

Con todo, non se considera recomendable xerar estruturas de gobernanza do Plan ríxidas, formais e burocratizadas que dean pé a interpretacións incorrectas por parte da Rede de persoas colaboradoras, polo que a súa operatividade debe atender á flexibilidade e ás posibilidades das persoas colaboradoras.

Incidindo na necesidade de testar e avaliar o protocolo, considérase preciso a elaboración dunha memoria anual da implementación do Plan na que, ademais de explicitar datos relativos ás persoas en posible situación de soidade social ás que se chega, por exemplo, se faga referencia á valoración do propio Plan por parte dos equipos técnicos municipais, da rede de persoas colaboradoras e das propias persoas en situación de soidade social. A percepción das persoas participantes no Plan é un elemento fundamental sobre o que asentar posibles evolucións ou adaptacións do protocolo, así como unha ferramenta de valor para outras actividades como pode ser, por exemplo, a captación de recursos, o deseño de novas actividades, ou a mellora da relación entre o Concello e as entidades asociativas, de ser o caso.

2.4 Os Recursos.

Tal como se menciona ó longo do Protocolo, un dos elementos fundamentais para a efectividade do Plan é contar cunha guía de recursos actualizada periodicamente para que o equipo técnico de benestar que avalía cada situación individual ofrezca á persoa en situación de soidade social o recurso máis acaído á súa situación.

Esta actualización debe ser realizada atendendo ás tres fontes de información. En primeiro lugar, ó propio departamento municipal de benestar, que é o que lidera boa parte das actividades, servizos e programas incluídos na Guía. En segundo lugar, ó resto dos departamentos do Concello que contan coa súa propia programación de actividades de interese para o Plan. En terceiro lugar, coas entidades asociativas que deseñan e levan a cabo tamén a súa propia programación de actividades.

Dende outro punto de vista, os traballos de elaboración do Plan levan a recomendar un re-enfoque limitado en actividades municipais co obxectivo de maximizar o seu aproveitamento. Trátase, por exemplo, da programación de teatro do Auditorio que, tal como se menciona con anterioridade, pode ser posta a disposición das persoas en situación de soidade social a través de chamadas individualizadas e que, a maiores, pode xerar novas posibilidades de socialización de existir casos na mesma parroquia que poidan compartir transporte (taxi, por exemplo). Este re-enfoque limitado pode aplicarse tamén a múltiples actividades que se desenvolven dende o Concello, como é o caso do deseño de Clubs de Lectura na Biblioteca municipal ou das andainas, por exemplo, para ampliar o colectivo obxectivo e incluír, de ser o caso, posibles casos de persoas en situación de soidade social.

Un elemento a ter en conta en relación ás actividades realizadas dende o Concello para as persoas maiores é a necesidade de reflexionar sobre a súa difusión para maximizar o seu aproveitamento por parte do colectivo obxectivo das mesmas. Neste sentido, unha axeitada difusión da información sobre as actividades comporta que a información estea presente nos espazos propios do público ó que as actividades van dirixidas, en formatos amables e didácticos.

É dicir, compre complementar a utilización das canles propias do Concello (taboleiros, páxina web, redes sociais...) con outras canles de maior capilaridade como son, por exemplo, as emisoras de radio comarcais ou, dende outro punto de vista, a difusión de dípticos/trípticos informativos en lugares de proximidade habituais para as persoas maiores tales como son hostalaría, comercio de proximidade, centros de estética, igrexas, talleres... Ademais, atendendo á potencialidade da utilización da información estatística do padrón municipal, emerxe a posibilidade de realizar repartos individualizados de información, mellorando a focalización da información.

A continuación amósanse exemplos de actividades que na actualidade o Concello desenvolve ou está en condicións de desenvolver a curto prazo, pero que son re-enfocadas para atender ó colectivo obxectivo do Plan.

- I. **Clube de Lectura.** Un Clube de Lectura é unha reunión periódica de persoas que, cunha guía ou dinamización, comentan e comparten opinións sobre unha obra literaria que troca cada varias sesións.

- a. O Clube de Lectura ten como **principal utilidade** a contribución á socialización das persoas interesadas na literatura, coñecendo diferentes puntos de vista sobre as obras e afondando no seu contido. Ademais, mellora a capacidade relacional e de expresión das persoas asistentes ó compartiren as súas opinións e visións sobre a obra.
- b. Os Clubes de Lectura non precisan máis **infraestrutura** ca unha sala con iluminación e cadeiras cómodas axeitadas. En ocasións tamén se poden utilizar medios audiovisuais para ilustrar partes das obras ou contextualizalas, polo que se poden utilizar tanto os medios da biblioteca municipal como dos locais municipais en cada parroquia.
- c. É un **recurso idóneo** para persoas en risco de soidade non desexada afeccionadas á lectura que queiran compartir gustos e opinións.
- d. Recoméndase a **planificación** das obras de xeito trimestral, e a **periodificación** das reunións podería ser de carácter semanal.
- e. A través do Clube de Lectura ábreanse novas posibilidades relacionadas coa biblioteca municipal ou coa programación cultural e de teatro, así como con encontros con autores e autoras ou outro tipo de reunións que vencellen a socialización lúdica coa cultura. Dependendo da temática, tamén é posible vencellar as obras co territorio ou coas historias de vida das persoas.

II. Ciclos e faladoiros de Cine. Re-enfoque do Ciclo de Cine de Vimianzo atendendo ó colectivo obxectivo do Plan. A proxección de filmes e o comentario conxunto posterior xera un lugar de encontro e espazo de socialización nos que se intercambian opinións e puntos de vista. Esta actividade dá resposta a necesidades de socialización ó tempo que se afonda en aspectos culturais e na mellora das habilidades de comunicación.

- a. **O Ciclo de Cine** abre a posibilidade de coñecer, a través do visionado e comentario dos filmes por medio dunha persoa dinamizadora, diferentes obras que achegan situacións ou problemáticas que se poden comentar e compartir.
- b. Os visionados e comentarios posteriores precisan dunha **infraestrutura** mínima composta por elementos de carácter audiovisual (pantalla, proxectores, altofalantes...) e cadeiras confortables, polo que se pode desenvolver perfectamente en calquera das instalacións culturais do Concello ou das parroquias.
- c. É un recurso idóneo para **persoas con certas inquiredanzas culturais** ou ás que lles guste o cinema, que queiran compartir gustos, opinións ou experiencias.
- d. Recoméndase a **planificación** dos filmes de xeito trimestral, e a **periodificación** das reunións podería ser de carácter semanal.
- e. A través dos Ciclos de Cinema ábreanse novas posibilidades relacionadas coa biblioteca municipal ou coa programación cultural e de teatro, así como con encontros con autores e autoras ou outro tipo de reunións que vencellen a socialización lúdica coa cultura. Dependendo da temática, tamén é posible vencellar as obras co territorio ou coas historias de vida das persoas.

III. Recollida de memorias ou historias de vida. Actividade baseada en compartir e recoller experiencias compartidas polas persoas participantes a través de sesións grupais nas que as persoas dinamizadoras fomentan a interacción e o afondamento en temas como as experiencias das mulleres, a evolución da vida na parroquia, a emigración, as tarefas do campo, os cuidados...

A través destas conversas grupais compártense os vencellos, as experiencias e as lembranzas mellorando a socialización e o sentido de pertenza.

- a. A Recollida de Memorias ou historias de vida **posibilita compartir experiencias** e mellorar a identificación co grupo, co lugar ou coa parroquia, dando a coñecer a vida común e as memorias compartidas.
- b. A **infraestrutura** precisa para a actividade é mínima, reducíndose a unha sala con cadeiras cómodas, mesa para contar con bebidas, ou algunha infraestrutura audiovisual se é preciso proxectar elementos de interese. Tamén se recomenda a gravación das sesións, unha vez que se consiga o clima de confianza axeitado.
- c. É un recurso idóneo para **persoas cunha importante bagaxe de experiencias e memoria histórica**, así como con ganas de compartir estas historias. É importante deseñar axeitadamente os grupos para complementar lembranzas e afondar na riqueza colectiva.
- d. Recoméndase a **periodificación** das reunións con carácter quincenal, así como a celebración dun evento grupal ó final da recompilación e a edición dos materiais (libro, documental...).
- e. A través destas actividades ábrense novas posibilidades relacionadas coa programación cultural, ou con actividades que vencellen a socialización lúdica coa cultura. Ademais, tamén se poden xerar novos grupos que recollan lendas, microtoponimia, recuperación etnográfica (oficios, música...) e que colaboren coas entidades asociativas locais.

IV. Andainas. Con diferentes intensidades, contidos, roteiros ou motivacións, considérase que as andainas son un medio que complementa a activación física de baixa e media intensidade co coñecemento do territorio e da cultura, coa introdución de hábitos saudables e coa socialización. Esta actividade xa se desenvolve no Concello de Vimianzo, pero é posible re-focalizala para ter en conta o colectivo das persoas en situación de soidade social e as posibilidades de xeración de redes comunitarias que estas andainas poden provocar.

- a. **As andainas** son actividades ó aire libre que permiten abarcar múltiples obxectivos pero que, dende o punto de vista das persoas en risco de soidade non desexada, permiten mellorar a socialización, xerar redes e coñecer ou transmitir coñecemento sobre o territorio e os elementos culturais vencellados.
- b. As necesidades das andainas son limitadas, tendo en conta a **preparación** do roteiro e do terreo para as mesmas e a dinamización do grupo en función da temática escollida (coñecemento do territorio e da toponimia, natureza, cultura, historia, hábitos saudables...).
- c. É un **recurso idóneo** para persoas con elevado coñecemento do territorio e dos camiños e ganas de transmitir este coñecemento. É importante deseñar axeitadamente os grupos para complementar coñecementos e afondar na riqueza colectiva.
- d. Recoméndase a **planificación** dunha andaina quincenal/mensual atendendo á posibilidade meteorolóxica, así como a celebración dun evento grupal ó final da tempada de andainas.
- e. A través destas actividades ábrense novas vencelladas coa socialización lúdica ou coa cultura. Ademais, tamén se poden xerar novos grupos que recollan lendas, microtoponimia, recuperación etnográfica (oficios, música...) e que colaboren coas entidades asociativas locais.

Finalmente, amósanse exemplos de actividades de novo deseño que serían de importancia tanto para a prevención da soidade non desexada, como para complementar o conxunto de actividades e programas xa existentes.

- I. **Escola de Saúde para a Xente Maior.** Conxunto de faladoiros a nivel parroquial ou de lugar, nos que persoas profesionais do sector saúde explicarían a un grupo reducido de persoas maiores, entre os que se poden atopar persoas en situación ou risco de soidade social, aspectos básicos do coidado da saúde, mellora de hábitos alimentarios, activación física, pautas da medicación...
 - a. **A Escola de Saúde** é complementaria ós obradoiros de estimulación cognitiva que se desenvolven na actualidade no Concello e avanza no establecemento de novos espazos de socialización.
 - b. As necesidades de **infraestrutura** son limitadas, abondando cun local con cadeiras e equipos de proxección audiovisual.
 - c. É un **recurso idóneo** para persoas en situación ou risco de soidade social xa que complementa o obxectivo directo de coñecer e mellora hábitos de saúde, co obxectivo implícito de xerar novos espazos de socialización.
 - f. Recoméndase a **planificación** dunha sesión da Escola en cada parroquia cada mes, así como a celebración dun evento grupal ó final do curso.
 - d. A través da Escola ábreanse novas oportunidades para difundir servizos e programas co Concello e das entidades asociativas, como é o caso das andainas por exemplo, ou o deseño de novas actividades como pode ser a **Escola de Cociña Saudable**. Ademais, un elemento a ter en conta é que na **Escola de Saúde** é posible ofrecer exemplos da correcta utilización dos parques biosaudables que ten o Concello e do Ximnasio Municipal con exercicios axeitados para a xente maior.

- II. **Transporte público local para persoas maiores en risco de soidade social.** Se ben un dos elementos fundamentais para o deseño das actividades é a proximidade, existen outro tipo de actividades que só se poden desenvolver en lugares como o Auditorio Municipal, o Ximnasio ou outros equipamentos centralizados. Para estes casos, recoméndase o establecemento de acordos co servizo de taxi existente en Vimianzo ou, de ser o caso, contar cun servizo de transporte adaptado que traslade ás persoas ás actividades.
 - a. **O transporte local** complementa o conxunto de actividades deseñadas e dá servizo ás persoas inscritas no Plan que acudan ás actividades programadas. Este servizo responderá ás necesidades das persoas, adaptándose ás dificultades de mobilidade, por exemplo.
 - b. Este servizo pode requirir da adaptación dos taxis ou dos minibuses que se utilicen, en función da situación das persoas usuarias.
 - c. É un **recurso complementario** para facilitar que as persoas con dificultades de mobilidade (dificultades físicas ou ausencia de outras posibilidades de transporte) asistan a diferentes actividades de interese, tales como pode ser a programación cultural no Auditorio ou as andainas, por exemplo.

- d. Este servizo tamén actúa a xeito de espazo de socialización, dando oportunidades para xerar novas redes e relacións, o cal incide directamente na prevención da soidade non desexada.

III. Coidado das persoas cuidadoras. Un dos perfís habituais de persoas en risco de soidade social é o das persoas cuidadoras. Estas asumen tarefas de importante intensidade física e emocional, como de extensión ó longo do tempo, sobre todo no caso de cuidados a persoas maiores ou dependentes. Esta situación, que afecta maioritariamente ás mulleres, leva aparelada en boa parte dos casos a perda das relacións sociais e, polo tanto, o risco da soidade non desexada. A resposta ás necesidades destas persoas pasa, ademais de pola dotación de servizos de cuidados (SAF, Centros de Día...por exemplo), pola creación de espazos que complementen a mellora da formación coa socialización a través de compartir experiencias, preocupacións e, sobre todo, de respirar psicolxicamente realizando actividades de lecer non habituais.

- a. As actividades de **coidado ás persoas cuidadoras** deben complementar a mellora dos seus coñecementos como cuidadoras informais, coa xeración de espazos de socialización nos que compartir experiencias e romper coas dinámicas habituais dos cuidados. A dinamización das actividades debe complementar estes dous ámbitos.
- b. Estas actividades requiren unha **infraestrutura mínima** composta por un local habilitado, cadeiras e equipos audiovisuais. En función das actividades deseñadas, pódese requirir outro tipo de infraestruturas como servizo de mobilidade (no caso de deseñar algunha visita ou andaina), cociña (no caso de deseñar actividades de cociña saudable), ou outro tipo de elementos.
- c. Estas actividades son un **recurso idóneo** para as persoas cuidadoras, sobre todo, de persoas dependentes.
- d. Para que estas actividades sexa efectivas, deben contemplar, en función dos casos, a prestación de servizos de SAF que permitan á persoa cuidadora acudir ás xuntanzas e posible servizo de transporte. Estas actividades, ademais de xerar novos espazos de socialización, permiten difundir as actividades, servizos e programas de benestar do Concello e as actividades comunitarias, sendo espazos mutiplicadores.

IV. Actividades interxeneracionais. As actividades interxeneracionais teñen múltiples enfoques, pero todas elas comparten a xeración de grupos de persoas maiores que teñen intereses comúns e que difunden entre a rapazada as súas habilidades ou coñecementos en diferentes espazos que poden ser formais (escolas) ou informais (asociacións). Estas actividades son de enorme valor para a transmisión de coñecementos, cultura, tradicións ou valores.

- a. As actividades interxeneracionais xeran espazos de socialización para as persoas maiores e de transmisión para as xeracións máis novas. Considéranse experiencias de importante valor comunitario.
- b. Estas actividades requiren dunha infraestrutura mínima, se ben é preciso un traballo previo de selección de grupos (de maiores e de rapaces e rapazas) para facilitar a interacción, e das temáticas sobre as que falar.
- c. As actividades interxeneracionais son un **recurso idóneo** para as persoas en risco ou situación de soidade social en función dos seus intereses ou circunstancias individuais, se

ben a dinamización debe ter en consideración estas circunstancias para maximizar a interacción e o seu efecto socializador.

- d. As actividades interxeneracionais poden xerar novas actividades compartidas, como é o caso das andainas, actividades de carácter cultural, folclóricas ou musicais, ou obradoiros de diferentes temáticas. A implicación das entidades asociativas locais é fundamental para o éxito destas actividades, multiplicando así o seu valor comunitario e a potencialidade mixta de transmisión e de socialización.

Como se pode comprobar, as actividades propostas, tanto as relacionadas co re-enfoque das actividades xa desenvolvidas no Concello como as de novo deseño ou implementación, céntranse na xeración de espazos de socialización para previr a soidade non desexada na xente maior. Estes espazos son considerados centrais para a recuperación dos hábitos comunitarios dos que as persoas en risco de soidade social se están a afastar, polo que é preciso reverter este proceso e recuperalos.

Con todo, é preciso incidir na visión xeral de que boa parte das actividades desenvolvidas na actualidade polo Concello e polas entidades asociativas son espazos de socialización e, polo tanto, pódense re-enfocar para dar resposta ás necesidades da prevención da soidade non desexada.

Neste sentido, xa foi mencionada a potencialidade da programación cultural do Concello, das diferentes escolas, ou das andainas que se realizan en colaboración co tecido asociativo. Así, a complementariedade entre a introdución da visión da socialización e da prevención da soidade non desexada nestas actividades, a realización de tarefas de limitada tensión operativa pero de importante efecto para o colectivo (chamadas telefónicas individualizadas ofrecendo actividades), e o deseño de novas actividades supón un avance consistente na loita contra este novo problema público no noso territorio, asentando un xeito de traballar colaborativo que implique ó conxunto da sociedade.

BIBLIOGRAFÍA.

Concello de Barcelona (2021). *Estrategia municipal contra la soledad*. Ajuntament de Barcelona. Véxase on line en https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxiu-documents/estrategia_contra_soledad_barcelona_2020_2030.pdf Consultado en marzo - maio 2022.

García González, J.M. (2020) *Estudio sobre soledad no deseada en personas de 55+ años en Andalucía*. Junta de Andalucía. Véxase on line en <https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/publicacion/21/05/Soledad55+ Andalucia Informe-junio-2020.pdf> Consultado en marzo – maio 2022.

Grupo Tangente, S. Coop. Mad (2002). *Abordar y prevenir la soledad no deseada desde un enfoque comunitario*. Madrid Salud. Véxase on line en https://madridsalud.es/pdf/guia_soledad_enfoque_comunitario.pdf Consultado en marzo - maio 2022.

Lorente Martínez, R. (2017). *La soledad en la vejez: Análisis y evaluación de un programa de intervención en personas mayores que viven solas*. Tese de doutoramento. Universidade Miguel Hernández. Véxase on line en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=123014> Consultado en marzo – maio 2022.

Luna, B. e Pinto J.A. (2021) *Aislamiento y soledad no deseada en las personas mayores. Factores predisponentes y consecuencias para la salud*. Dirección General de Salud Pública, Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid. Véxase on line en <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM050318.pdf> Consultado en marzo - maio 2022.

Madrid Salud (2021). *Proyecto estratégico para la prevención de la soledad no deseada*. Madrid Salud. <https://soledadnodeseada.es/wp-content/uploads/2021/06/Proyecto-SND.pdf>

Martínez, R. (2021). *Detectar la soledad durante el envejecimiento. Una guía*. Observatorio de la Soledad. Fundación Amigos de los Mayores.

Pinazo, S. e Donio-Bellegarde, M.D., (2018). *La soledad de las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención*. Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía personal, nº5. Fundación Pilares. Véxase on line en <https://www.fundacionpilares.org/publicacion/la-soledad-de-las-personas-mayores-conceptualizacion-valoracion-e-intervencion/> Consultado en marzo-maio 2022.

Pinel, M, Rubio L, Rubio R. (2009). *Un instrumento de medición de soledad social: Este II*. Universidad de Granada. CSIC. Véase on line en <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-este2.pdf> Consultado en marzo-maio 2022.

Sancho, M., Barrio, E., del Diaz-Veiga, P., Marsillas, e S., Prieto, D. (2020) *Bakardadeak. Explorando soledades entre las personas que envejecen en Guipuzkoa*. Fundación Matia Instituto Gerontológico. Véxase on line en <https://www.matiainstituto.net/es/publicaciones/bakardadeak-explorando-soledades-entre-las-personas-mayores-que-envejecen-en-gipuzkoa> Consultado en marzo - maio 2022.

Sartu (2005). *Informe sobre la acción social con personas mayores en Bilbao y propuestas de mejora*. Bilbao, Diputación Foral de Bizkaia. Véxase on line en https://www.bilbao.eus/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=pragma&blobheadervalue1=attachment%3B+filename%3Dpersonas_mayores.pdf&blobheadervalue2=public&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1273761077882&ssbinary=true Consultado en marzo-maio 2022.

Yanguas, J. (dir) el al. (2020). El reto de la soledad en las personas mayores. Fundación La Caixa. Véxase on line en <https://solidaridadintergeneracional.es/files/biblioteca/documentos/reto-soledad.pdf> Consultado en marzo - maio 2022.

**PLAN LOCAL DE LOITA
CONTRA A SOIDADE**



CONCELLO DE VIMIANZO