



Los cuidados

Diagnóstico de necesidades emergentes

Mancomunidad de los Servicios Sociales
de la Zona Básica de Noáin

Beriáin, Biurrun-Olcoz, Cendea de
Galar, Monreal, Noáin-Valle de Elorz,
Tiebas-Muruarte de Reta, Unzué y
Valle de Ibargoiti

2024



EXPERIENCIAS (en construcción)

29 octubre 2024

SSB Mancomunidad de
Servicios Sociales de Base
Oinarrizko Gizarte Zerbitzuen
Mankomunitatea
Servicio Social de Base ZONA NOÁIN / NOAINGO ZONALDEA



Subvenciona / Diruz laguntzen du

Gobierno
de Navarra  Nafarroako
Gobernua



Instituto
Navarro
para la Igualdad



Nafarroako
Berdintasunerako
Institutua

Proyecto desarrollado por:

Anabel Morrás Bartolomé


amantara
Cooperativa de Iniciativa Social



*“Personas pequeñas, en lugares pequeños,
haciendo cosas pequeñas pueden cambiar el mundo”.*

Eduardo Galeano

Este documento denominado: **“Experiencias (en construcción)”** recoge aquellas iniciativas que se relacionan con el ámbito de los cuidados tal como se ha enmarcado en el documento: **“Informe: Los cuidados. Diagnóstico de necesidades emergentes”** elaborado en la Mancomunidad SSB Noáin que integra a los municipios de Beriáin, Biurrun-Olcoz, Cendea de Galar, Monreal, Noáin-Valle de Elorz, Tiebas-Muruarte de Reta, Unzué y Valle de Ibargoiti.

La necesidad de colocar las personas y los cuidados en el centro está calando en las administraciones públicas y en entidades privadas y esto está teniendo como consecuencia una ebullición de experiencias de muy diferente calado. Consideramos que esto responde a la percepción de la urgencia de atender a la reorganización de los cuidados como una cuestión fundamental y básica para poder configurar un espacio personal y social que garantice una vida buena para todas las personas independientemente de su sexo, edad, origen, lugar de residencia, condiciones económicas, capacidad u otras circunstancias vitales.

Este se entiende como un documento “en construcción” ya que aspira a **ser nutrido de manera permanente** con nuevas iniciativas que puedan iluminar para la planificación y desarrollo de actuaciones en el territorio de la Mancomunidad.

Se organiza en dos grandes bloques:

- **Municipios de la Mancomunidad SSB Noain.**
- **Otros territorios.**

Y dentro de cada uno de ellos en grandes temáticas, aunque conscientes de la transversalidad de cada una de ellas.



1. MUNICIPIOS DE LA MANCOMUNIDAD SSB NOÁIN	4
Salud.....	4
Infancia y Adolescencia.....	4
Dinamización Juvenil	5
Envejecimiento	5
Integración.....	6
Pobreza.....	6
Cuidados Profesionales.....	7
Participación Ciudadana.....	7
Sostenibilidad Ambiental	8
Planificación Urbanística	9
Recursos Residenciales.....	10
Transporte	10
Digitalización	11
Información de Recursos.....	11
Interés Social	12
2. OTROS TERRITORIOS.....	13
Cuidado de personas mayores.....	13
Recursos Residenciales para personas mayores.....	17
Cuidados Paliativos	19
Organización Comunitaria de la crianza	20
Salud Comunitaria	21
Transporte	22
Vivienda.....	23
Pueblos/Ciudades Cuidadoras.....	25



1. MUNICIPIOS DE LA MANCOMUNIDAD SSB NOÁIN

SALUD

PROGRAMA LOCAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD. RECETA DEPORTIVA

<https://www.beriaín.es/noticias/receta-deportiva-2024/>



Programa de los servicios médicos de la MSSB Noáin dirigido a personas mayores de 16 años con problemas cardiovasculares, cardiopatía isquémica no aguda, hipertensión arterial, diabetes tipo 2, dislipemia, colesterol alto, triglicéridos, obesidad, EPOC, dolor de espalda, artrosis o a aquellas personas que el servicio médico de atención primaria considere oportuno.

OBJETIVO: promover hábitos de ejercicio físico para evitar el declive de la salud y autonomía.

ACTIVIDADES: Actividades físicas en los polideportivo de Noáin, Cendea de Galar y Beriáin con el pago de la correspondiente tarifa.

PROCEDIMIENTO: Los y las profesionales del Centro de Salud informan de los requisitos para la receta deportiva como parte del tratamiento y derivan al programa de salud, dirigido por una persona licenciada en ciencias de la actividad física y deporte.

INFANCIA Y ADOLESCENCIA

RED DE BUEN TRATO A LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA. SSB

COMPOSICIÓN: Programa de Infancia y Familia del MSSB Noáin, Equipo de atención a la infancia y adolescencia (EAIA) del Gobierno de Navarra, Centro de Salud, Centros Educativos y Policía municipal.

OBJETIVOS:

- ▶ Marcar pautas y elaborar directrices para detectar posibles casos de abusos, problemáticas o dificultades dentro de las familias.
- ▶ Crear un espacio de formación e intercambio.



DINAMIZACIÓN JUVENIL

CENDEA DE GALAR

Curso de monitorado de tiempo libre

<https://www.cendeadegalar.es/noticias/curso-de-monitor-de-tiempo-libre/>



Curso de Monitorado de tiempo libre con la titulación que otorga el Gobierno de Navarra, a través del Instituto Navarro de Juventud.

OBJETIVOS:

- Adquirir herramientas de intervención dentro del ámbito de la educación en el tiempo libre.
- Capacitar para la dinamización de grupo fomentando un ocio saludable y la educación en valores.
- Generación de proyectos que aborden necesidades detectadas en la localidad afectando al desarrollo sostenible de la misma.

ENVEJECIMIENTO

BERIÁIN

Diagnóstico de mayores (2020)

Plan de envejecimiento activo y saludable (2021)

<https://www.beriaín.es/eventos/plan-de-envejecimiento-activo-y-saludable/>

El Plan de Envejecimiento Activo y Saludable para Beriain parte del diagnóstico realizado en 2020 y de numerosas fuentes de información complementarias, para ofrecer una serie de acciones encaminadas a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores del municipio. Se enmarca en la Agenda Local 21 de Beriain, estrategia que define el modelo de Desarrollo Sostenible y enlaza con una de las tres líneas estratégicas a desarrollar: mejorando la calidad de vida.

El **RESULTADO** se centra en proponer una estrategia de trabajo común y una serie de prioridades estables en el tiempo que pueden concretarse en diversas acciones. Así lo significativo no son tanto las actividades propuestas que pueden ir variando, si no la propuesta de trabajo colaborativa y las líneas de actuación que se entroncan en la Estrategia de Envejecimiento Activo y Saludable de Navarra.



INTEGRACIÓN

MONREAL Entrega pañuelicos	https://monrealnavarra.es/entrega-panuelicos-2
El Ayuntamiento, dentro de los actos festivos, hace entrega de un pañuelico a las niñas y niños nacidos	en 2023, estén empadronados en Monreal o no.
NOÁIN Entrega de pañuelo, libro y plantación de árboles	
Iniciativa de las Áreas de Cultura y Jardinería para la acogida de familias. Se convoca a todas las y los bebés nacidos el año anterior, el primer día de fiestas, a un acto de bienvenida, se les regala un pañuelo y un libro y se planta un árbol en el que se coloca una placa con el nombre de la niña o el niño.	
TIEBAS Entrega de pañuelo	
En Tiebas, Campanas y Muruarte de Reta se regala un pañuelo a cada recién nacido ese año.	

POBREZA

BERIÁIN Solicitud al SSB de la creación de un punto de información sobre pobreza energética (propuesta a la Asamblea de la Mancomunidad)	https://www.beriaín.es/wp-content/uploads/2024/03/BERIAIN-revista-Marzo-2024-baja-1.pdf
OBJETIVO: ► Ampliar la visión de la MSSB para la identificación de aquellas familias o personas que están solas, vulnerables, carentes de recursos, y que, por desconocimiento o pudor, no han contactado con el Servicio Social de Base para exponer sus problemas y su situación familiar o personal.	PROPUESTA: Destinar recursos, a través del remanente de tesorería del SSB, para “<i>crear un punto de información, orientación y tramitación sobre la pobreza energética de la ciudadanía que conforma todos los pueblos de esta Mancomunidad en el que se establezcan los mismos o similares objetivos, metodología e intervenciones que tiene el pueblo de Centelles sobre esta materia</i>”.



CUIDADOS PROFESIONALES

CENDEA DE GALAR Bolsa de empleo para personas cuidadoras.	
Bolsa de empleo creada por iniciativa municipal (Área de Empleo). OBJETIVOS: ► Facilitar el acceso al empleo de las personas cuidadoras residentes en el territorio.	► Establecer redes de comunicación e intercambio entre las personas empleadoras necesitadas de servicios de cuidado y las profesionales de los cuidados.

PARTICIPACIÓN CIUDADANA

BERIÁIN Presupuestos participativos	https://www.beriaín.es/wp-content/uploads/2024/03/BERIAIN-revista-Marzo-2024-baja-1.pdf https://www.beriaín.es/bases-para-presupuestos-participativos-2022/
OBJETIVOS: ► Implicar a la ciudadanía en las decisiones sobre el destino de algunas partidas presupuestarias del Ayuntamiento.	► Recogida de propuestas de la ciudadanía que hagan referencia a programas socioculturales dirigidos a la población de Beriáin, mantenimiento de espacios o instalaciones del pueblo y obras e infraestructuras.
BERIÁIN Buzón demandas Juventud	https://www.beriaín.es/wp-content/uploads/2024/03/BERIAIN-revista-Marzo-2024-baja-1.pdf
En la entrada del Centro Joven se ha habilitado un nuevo buzón para facilitar la comunicación directa entre ayuntamiento y juventud haciendo llegar di-	rectamente las solicitudes, necesidades, propuestas o dudas a la responsable del Área de Juventud.
BERIÁIN Plan Estratégico de Participación ciudadana (2022)	
CENDEA DE GALAR Ordenanza de participación ciudadana	https://www.cendeadegalar.es/wp-content/uploads/2024/02/GALAR-revista-febrero-2024-baja-1.pdf



SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL

BERIÁIN Impulso de las comunidades energéticas Agenda 2030	https://www.beriaain.es/wp-content/uploads/2024/03/BERIAIN-revista-Marzo-2024-baja-1.pdf https://www.beriaain.es/noticias/comunidades-energeticas/
CENDEA DE GALAR Comunidad energética Comunidad Energética Subiza	https://www.energiacomun.org/comunidades/comunidad-energetica-galar http://www.energiacomun.org/comunidades/comunidad-energetica-subiza/
UNZUÉ Comunidades energéticas	
Agrupación ciudadana, pymes y/o administración local, para producir, gestionar, consumir, almacenar, compartir o vender energía generando un beneficio propio y colectivo.	Información del Gobierno de Navarra: https://transicion-energetica.navarra.es/pages/comunidades https://transicion-energetica.navarra.es/pages/comunidades
UNZUÉ Proceso de Compostaje comunitario	https://mairaga.es/ https://mairaga.es/wp-content/uploads/2023/10/2023-09-Boletin-Mairaga_mail-2.pdf
La Mancomunidad de Mairaga es una entidad formada por distintas localidades de la Zona Media Navarra, para la gestión del ciclo integral del agua, tratamiento de los residuos sólidos urbanos, y protección del medio ambiente. COMPOSTAJE COMUNITARIO. MANCOMUNIDAD DE MAIRAGA. El compostaje comunitario es un proceso realizado por varias personas usuarias que tratan sus propios biorresiduos en un espacio común que excede el ámbito domiciliario.	Es un modo de gestión de los biorresiduos generados por varias familias o personas que residen en un mismo núcleo urbano, utilizando para ello zonas comunes. Al igual que el compostaje doméstico, es un sistema que exige la participación en un sistema de recogida de residuos orgánicos con sus consiguientes ventajas económicas, ambientales y sociales.
CENDEA DE GALAR Plan de Acción Local Agenda 2030	https://www.cendeadegalar.es/noticias/taller-territorial-proceso-de-participacion-abierto-a-la-ciudadania-de-medioambiente-energia-y-vivienda-de-la-cendea-de-galar/
 Foros abiertos a la ciudadanía para abordar cuestiones relacionadas con el Medioambiente-Energía y Vivienda de la Cendea de Galar.	OBJETIVOS: ► Recoger opiniones y perspectivas de la ciudadanía sobre los retos, necesidades y propuestas en el ámbito de Medioambiente-Energía y Vivienda. ► Orientar el diseño de futuras políticas en la localidad.



PLANIFICACIÓN URBANÍSTICA

BERIÁIN Reforma del Parque Infantil Besaire	https://www.beriaín.es/noticias/reforma-del-parque-infantil-besaire/
El Ayuntamiento de Beriain, a través de una partida nominativa en los Presupuestos Generales de Navarra para 2024, lleva a cabo la reforma del Parque Infantil sito en la trasera de la calle Besaire.	Subvencionada íntegramente por el Departamento de Administración Local del Gobierno de Navarra.
TIEBAS-MURUARTE DE RETA Diagnóstico Urbano Participativo	http://www.tiebas-muruarte.es/tiebas-muruarte-de-reta-trabajara-en-un-diagnostico-urbano-participativo/
Con el fin de realizar un análisis de manera colectiva de los espacios públicos de Tiebas, Muruarte de Reta y Campanas, los tres núcleos acogen diversos talleres para diseñar un diagnóstico urbano participativo: ► Concejo de Tiebas: taller para analizar de manera participativa el núcleo de Tiebas.	► Concejo de Muruarte de Reta: talleres para analizar de manera participativa los núcleos de Muruarte de Reta y Campanas. ► Sesión conjunta de municipio: taller de co-diseño de propuestas.
UNZUÉ Proceso de participación de la modificación del planeamiento en el municipio	http://www.unzue.es/wp-content/uploads/sites/35/2023/01/20230110_Plan_Participacion_Unzue3.pdf
OBJETIVOS ► “Dar” toda la información necesaria para que quienes acudan al foro sean conocedores de: ► Motivos para la modificación del planeamiento municipal. ► Presentación del proyecto “L/220 kV Muruarte-Tierra Estella” y detalle del trazado de la línea a su paso por Unzué. ► Colaboración de Red Eléctrica con el Ayuntamiento de Unzué.	► “Recibir” de cualquier persona interesada presente o no en el foro durante el foro y los siguientes 20 días tras su celebración. ► Cuestiones que permitan aclarar dudas que surjan de las explicaciones que se van a realizar. ► Aportaciones respecto a la colaboración Red Eléctrica.



RECURSOS RESIDENCIALES

TIEBAS-MURUARTE DE RETA Creación de alternativas habitacionales	
Estudio de posibles usos a un edificio comprado por el Ayuntamiento de Tiebas-Muruarte de Reta. Alternativas: ► Construcción de pequeños apartamentos con cocina, baño y una o dos habitaciones.	► Creación de espacios comunes: comedor, lavandería, etc. ► Ponerla a disposición de las personas mayores del territorio y/o personas jóvenes que quieran emanciparse.

TRANSPORTE

CENDEA DE GALAR Taxi municipal	https://www.cendeadegalar.es/ayuntamiento/servicios-y-telefonos-de-interes/transporte/
Servicio de Taxi a Demanda previa inscripción en la web municipal y con el abono de una pequeña cantidad.	
NOÁIN Transporte municipal del Valle	https://www.noain.es/es/el-valle/transporte-municipal-del-valle/
Servicio de transporte municipal en el Valle de Elorz de carácter gratuito. En los casos de Yárnoz, Otano y Guerendiain tienen un servicio bajo demanda. Así, para hacer uso del	autobús deben llamar con al menos de una hora de antelación o el día anterior si es para el primer servicio.
TIEBAS Transporte municipal	
El municipio de Tiebas tiene prevista la creación de un sistema de transporte entre Campanas, Muruarte de Reta y Tiebas y también poder prestar	servicio a las personas que deban acudir a los Centros de Salud de Noáin y Beriáin.



DIGITALIZACIÓN

BIURRUN-OLCOZ Guía de recursos de digitalización para la ciudadanía	https://navarramedia.es/guia-gratuita-recursos-digitales/
Participación en el proyecto del Consorcio de la Zona Media: https://conectanavarrarural.org/ que incluye la edición de una guía que recopila recursos	gratuitos relacionados con la digitalización y que son de interés para quienes residen en el municipio.

INFORMACIÓN DE RECURSOS

MONREAL/ELO	https://monrealnavarra.es/servicios
Información completa y exhaustiva de servicios públicos y privados en la web municipal.	
NÓAIN Presentación del Programa de Infancia y Familia en el CEIP Noáin	
Presentación de los SSB (Programa de Familia e Infancia) el primer día de cole con las familias con la finalidad de acercar los SSB a las familias y, más	concretamente, su programa de Familia e Infancia y eliminar estigmas e ideas preconcebidas hacia los SSB.



INTERÉS SOCIAL

TIEBAS-MURUARTE DE RETA Fundación Sierra de Alaiz	https://www.sierradealaiz.com/
OBJETIVO: ► Fomentar actividades de interés social y, en particular, entre otros, los cívicos, educativos, culturales, científicos, deportivos, lúdicos, sanitarios y de asistencia social, defensa del medio ambiente, fomento de la economía social o de la investigación, recuperación del patrimonio histórico, y las acciones sociales y educativas de la igualdad.	ACTIVIDADES: ► Ayuda a la natalidad. Subvención a los/as nacidos/as en el año en curso. ► Concesión de becas a estudiantes dirigida a estudiantes de grado superior de FP, estudios universitarios, máster y postgrado. ► Programa Respira. Atención domiciliaria a personas mayores, enfermas, dependientes. ► Consulta podóloga. ► Ludoteca en verano. ► Curso de Inglés. ► Ayudas a través del fondo de emergencia para familias que tengan problemas para el pago de la hipoteca, alquiler, gastos escolares, etc. ► Movilidad: Taxi a demanda. Servicio de taxi compartido a demanda desde Tiebas, Campanas y Muruarte de Reta a Pamplona, de lunes a viernes. ► Creación centro "Nordic Walking".
VALLE DE IBARGOITI Dinamización del espacio de vermú	
A partir de la realización de un curso de monitorado las personas participantes proponen actividades	para las criaturas en el tiempo y espacio del vermú durante los fines de semana.



2. OTROS TERRITORIOS

CUIDADO DE PERSONAS MAYORES

BICICLISTAS EN CORELLA

“En bici sin edad” “Yayacletas”

<https://biciclistas.es/en-bici-sin-edad>

<https://enbicisinedad.org/navarra/>



Biciclistas en Corella tiene como misión fomentar la bicicleta y caminar como medios de transporte habitual y contribuir a mejora su entorno natural y conservar el patrimonio.

Desarrollan el proyecto “En bici sin edad. Navarra”.

OBJETIVO:

- Dinamizar la vida de personas mayores o con movilidad reducida fomentando las relaciones intergeneracionales.

ACTIVIDADES:

Se realizan paseos en bicis adaptadas con personas mayores y con personas con movilidad reducida o alguna discapacidad física o intelectual.

HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS PAMPLONA-TUDELA Y FUNDACIÓN-CLÍNICA JOSEFINA ARREGUI

“Proyecto rural Domus”

<https://hsjdpamplona.com/actualidad/rural-domus-transformando-el-cuidado-de-personas-mayores-en-el-ambito-rural-de-navarra/>



Proyecto piloto que se desarrolla en dos zonas rurales de Navarra: la comarca de Sakana y el área Corella-Cintruénigo en la Ribera de Navarra.

OBJETIVO:

- Mejorar la atención de las personas mayores en situación de dependencia en el ámbito rural de Navarra, ofreciendo una atención integral y centrada en la persona, con el fin de ayudar a las personas mayores a permanecer en sus hogares de manera eficaz y sostenible.

ACTIVIDADES:

Rural Domus va más allá de la atención domiciliaria convencional. El proyecto incluye la creación de una empresa de inserción social y el impulso de cooperativas/microcooperativas centradas en el cuidado en cada área piloto seleccionada. Además, se ha establecido una “Escuela de cuidados domiciliarios rurales” para proporcionar formación especializada a quienes desean trabajar en este ámbito.



QUARTIERS SOLIDAIRES Y VILLAGE SOLIDAIRES “Barrios y Pueblos Solidarios”	https://www.quartiers-solidaires.ch/vald/bienvenue-dans-quartiers-villages-solidaires-63.html https://ruralcare.eu/wp-content/uploads/2022/04/5.-Mesa-2-Quartiers-Solidaires.pdf
“Barrios Solidarios” significa crear, renovar, desarrollar y mantener vínculos sociales para mejorar la calidad de vida y la integración de las personas mayores en un pueblo o barrio. ¿Su originalidad? Animar a los residentes, y en particular a los de mayor edad, a influir en su propio entorno, organizando ellos mismos proyectos según sus necesidades, recursos y deseos. OBJETIVO: ► Facilitar la integración de las personas mayores en el seno de sus barrios/comunidades con el fin de mejorar la calidad de vida de todas las personas.	ACTIVIDADES: Desarrollo de actividades adaptadas a la detección de las necesidades locales como paseos; almuerzos conjuntos; juegos, danza, petanca y tricot; formación, curso de informática; creación de un mercado; cultura y visitas a museos; solidaridad (vehículo compartido, visitas a domicilio); actividades intergeneracionales; actividades interculturales; medio ambiente; etc.
AYUNTAMIENTO DE JUMILLA (MURCIA) Rehabilitación del club de la tercera edad y local social en la pedanía de La Alquería.	https://redpac.es/sites/default/files/documents/Buenas%20pr%C3%A1cticas%20de%20ayuntamientos.pdf
La Alquería cuenta con un local social e intergeneracional donde se realizan actividades muy diversas y se congregan las mujeres rurales, las personas de tercera edad y las y los más pequeños. Las mujeres rurales y vecinas y vecinos han restaurado con esmero los antiguos pupitres, pizarras, mapas, etc. y han reproducido al detalle el aula de antaño, que daba servicio a los que habitaban este núcleo rural. El Ayuntamiento y las y los vecinos de esta pedanía están contribuyendo a la conservación de su legado y patrimonio para el disfrute de todas y todos.	ACTIVIDADES: Culturales, lúdicas, de carácter social y de servicios que conjugan a la perfección, entre los más mayores y los más jóvenes. Escuelas de verano, aula con acceso a internet, biblioteca, local social para que las personas mayores se reúnan, al igual que la Asociación de Mujeres Rurales de La Alquería y la Asociación de Vecinos. Cursos de manualidades, de lectura y pintura, de rehabilitación de muebles, de cómo trabajar el esparto, etc.



FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE MUJERES RURALES (FADEMUR) Libro Blanco de la Mesa de Trabajo y Buenas Prácticas “Por un envejecimiento saludable más allá del COVID”	http://envejeciendobien.org/descargas/LI-BRO%20BLANCO%20CUID%C3%81NDONOS%202020.pdf
BUENAS PRÁCTICAS llevadas a cabo en territorios rurales: ▶ Zarzalejo en transición. ▶ Cuidándonos para un futuro mejor en Castilla-La Mancha. ▶ Ejemplos de Emprendimientos sincronizados con singularidades de la vejez.	▶ Mesa de mayores de La Rioja. Programa Cuidándonos para un futuro mejor. ▶ Programa Cuidando de l@s Cuidador@s. Asturias. ▶ Cuidándonos para un Futuro Mejor en Canarias.
CAS. COLECTIVOS DE ACCIÓN SOLIDARIA Dinamizando Gente y Tierra	https://www.ong-cas.org/j3/
Colectivos de Acción Solidaria Colectivos de Acción Solidaria (CAS) trabajan de forma comunitaria con diferentes sectores de población, con el fin de animar a que sus protagonistas participen en el desarrollo de los colectivos más vulnerables; mantengan la cultura de sus pueblos y fomenten su desarrollo, a través de la concienciación solidaria. PROYECTOS: ▶ “Soy mayor y decido II” Se trabaja en red, impulsando el bienestar y empoderamiento en los procesos de envejecimiento saludable; la implicación social en el cambio de modelo hacia la permanencia en el hogar, pilotando con servicios sociosanitarios integrales y personalizados y luchando contra la soledad no deseada y el aislamiento social. ▶ “Entérate otra vez” Pretende potenciar el pleno desarrollo de la población infantil y juvenil a través de la concienciación social sobre sus derechos, la manifestación de los propios niños y niñas de sus necesidades y propuestas políticas para satisfacerlas y la participación en el ocio y tiempo libre como derecho, facilitando un futuro en igualdad de oportunidades.	▶ “Saltando la brecha digital” Pretende reducir la brecha digital de las mujeres del medio rural y posibilitar su acceso a los medios tecnológicos. Se aborda desde el trabajo en red y la difusión del conocimiento. Se facilita el intercambio de experiencias de empleo y emprendimiento de mujeres rurales, el acceso y uso de las TICs y la reivindicación de la conectividad en los territorios rurales y de las personas que lo habitan. ▶ “Gente y Tierra III” Pretende investigar a nivel estatal, en el ámbito de la economía social y solidaria, ofreciendo a personas en situación de riesgo y exclusión social nuevas iniciativas experimentales que favorezcan su empleabilidad e integración social. Se trabaja la economía social y solidaria partiendo de lo local, difundiendo experiencias y creando redes. Se sensibiliza sobre modelos de economía circular y cooperación como alternativa a la inclusión activa y se apoya el emprendimiento en estas iniciativas. ▶ “Vacúnate contra la violencia de género” Pretende empoderar a las mujeres ante la violencia de género, además de prevenir la violencia de género en sus diferentes manifestaciones y capacitar a las personas para identificar y denunciar situaciones de violencia de género.



**CENTRO DE DESARROLLO RURAL ALMANZOR.
ÁVILA**

Programa Biocuidados

<https://cdralmanzor.org/biocuidados/>



El Centro de Desarrollo Rural Almanzor es una entidad de funcionamiento y gestión democrática, que actúa en el medio rural para el desarrollo de proyectos y actividades, que con el protagonismo y la participación de la población, valorizan y reivindican recursos y potencialidades para la transformación y el desarrollo sostenible de los territorios rurales y la mejora de la calidad de vida de su población.

Biocuidados pretende crear un modelo de cuidados centrado en la persona que utilice los recursos comunitarios para satisfacer las necesidades de las

vecinas y vecinos de las zonas rurales, donde la relación entre los diferentes colectivos es más cercana y la brecha intergeneracional es menor.

Es un programa piloto de innovación social, promovido por Coceder, que tiene como objetivo cambiar el modelo actual de atención de los Servicios Sociales en las zonas rurales.

Participan en este programa personas institucionalizadas o en riesgo de estarlo, y que tengan deseos de llevar a cabo su plan de vida con la colaboración de apoyos profesionales locales (públicos o privados) y apoyos naturales e informales de su entorno, para tener una vida plena y satisfactoria de acuerdo a sus objetivos, intereses y propósitos en nuestro medio rural.



RECURSOS RESIDENCIALES PARA PERSONAS MAYORES

RESIDENCIA SAN JERÓNIMO ESTELLA	https://www.residenciasanjeronimo.com/
Entre sus servicios ofrece casas como un nuevo espacio para ofrecer interdependencia a nuevas personas usuarias pero con los cuidados y supervisión de la residencia. Se ubican en el mismo recinto de la residencia, rodeadas de jardines. Son 10 unidades individuales residenciales de 76 m² formadas por: ▶ Salón-cocina-comedor. ▶ Una habitación doble. ▶ Un baño accesible. ▶ Zona de porche exterior.	▶ Aparcamiento. ▶ Zona de huerta y esparcimiento individual. Servicios: ▶ Servicio de limpieza y acompañamiento. ▶ Servicio de actividad semanal lúdico-deportiva. ▶ Servicio de trabajo social. ▶ Servicio de psicóloga. ▶ Servicios opcionales de comida, lavandería, Terapia ocupacional y Fisioterapia.
COMUNIDADES DE CUIDADOS Cohousing y redes vecinales de apoyo	https://comunidadesdecuidados.org/
 Comunidades de cuidados Comunidades de Cuidados es una iniciativa conjunta de la Asociación Jubilares, Andecha, participación y trabajo comunitario y la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP). Su objetivo es poner en marcha proyectos piloto de cuidados de las personas mayores en comunidades de cohousing y en entornos rurales. Este proyecto aporta una mirada estratégica para fortalecer las políticas de atención a la dependencia y contribuir a impulsar un cambio en el modelo de cuidados de larga duración, proponiendo servicios de apoyo comunitarios innovadores que refuercen una atención más centrada en la persona e impulsando la desinstitucionalización.	Desarrollan estrategias de cuidados de larga duración con enfoque comunitario y el Modelo de Atención Integral y Centrado en la Persona (MAICP) en comunidades de Cohousing y en el entorno rural que se organizan en tres ejes de trabajo: 1. Impulso a comunidades de cohousing. 2. Evaluando el impacto de los cuidados. 3. Cuidados comunitarios en entornos rurales fomentando las comunidades vecinales de cuidados en el entorno rural.
TRABENSOL Cohousing senior	https://trabensol.org/
Es una iniciativa cohousing senior pionera en España ubicada en Torremocha de Jarama (Madrid). Está organizada en cooperativa sin ánimo de lucro, autogestionada democráticamente y orientada en valores de cuidado y ayuda mutua.	Ha nacido como alternativa a las Residencias tradicionales y para hacer realidad un nuevo modelo de residencialidad dirigido a mayores: la vivienda colaborativa en cesión de uso.



BECEDAS (ÁVILA)

Proyecto de vivienda comunitaria en el municipio de Becedas vinculada al programa #Biocuidados.

<https://avilared.com/art/68073/el-proyecto-biocuidados-pondra-en-marcha-un-espacio-social-en-becedas>
<https://biocuidados.coceder.org/>



El Centro de Desarrollo Rural Almazor inicia en Becedas la segunda fase del proyecto 'Biocuidados' con la puesta en marcha de una casa comunitaria que sirva de apoyo al vecindario del municipio con el objetivo de evitar su institucionalización.

La Hermandad de Agricultores y Ganaderos de Becedas ha acordado por unanimidad la cesión del local, que fue su sede, al Ayuntamiento del municipio, que lo pondrá a disposición del proyecto y se hará cargo de la reforma del edificio y el mantenimiento, ya que el proyecto de 'Biocuidados' se hace cargo de contratar a los profesionales, adquirir el mobiliario y el material técnico y tecnológico para poder poner en marcha el servicio.

La casa comunitaria es un recurso que el CDR Almazor pone a disposición de la población de Becedas para crear un espacio social coordinado por diferentes profesionales de Biocuidados en el que se puedan realizar diversas actividades y puedan relacionarse e interactuar entre sí.

A su vez, se crea un espacio en el que prestar una solución habitacional para estancias temporales para aquellas personas que, por una circunstancia excepcional y concreta, necesiten una atención y cuidados más exhaustivos, incluso por las noches, tras una valoración de su situación de vulnerabilidad.

En Becedas el proyecto atiende a las personas residentes, tanto en sus domicilios, mediante una o un profesional de apoyo cotidiano para la población que el programa considere más vulnerable, como a través de la persona conectora con la comunidad, que tiene funciones de facilitación de recursos y actividades y se encargará del seguimiento mediante visitas para detectar necesidades o carencias.

En la casa comunitaria se programan actividades de promoción de la autonomía personal, de envejecimiento saludable y de ocio, y se fomenta la socialización y la interacción con el objetivo de establecer una red de apoyo comunitario que fomente la cooperación y el voluntariado vecinal.



CUIDADOS PALIATIVOS

FUNDACIÓN “LA CAIXA” Programa Final de vida y soledad	https://fundacionlacaixa.org/es/atencion-integral-personas-enfermedades-avanzadas-final-vida-soledad
La Fundación “La Caixa”, a través del programa Final de Vida y Soledad, ofrece acompañamiento, por medio de personas voluntarias formadas, a personas con enfermedades avanzadas en el momento final de la vida. El programa promueve y construye una red comunitaria de atención en la que interactúan distintos agentes que ofrecen un acompañamiento gratuito y de forma presencial o telemática, a personas con enfermedades avanzadas en el momento final de la vida por medio de personas voluntarias formadas	adaptándose a las necesidades de cada persona y momento. Esta red comunitaria está formada por: ► Entidades coordinadoras. ► Entidades cuidadoras (hospital, residencia, centro sociosanitario, centro de salud o servicios sociales). ► Entidades de voluntariado. ► Entorno comunitario.
CASTILLA Y LEÓN Proyecto RuralCare	https://ruralcare.eu/es/
RuralCare es un proyecto europeo de innovación en servicios sociales consistente en el diseño, puesta a prueba y evaluación de un enfoque innovador sistémico, para la provisión de cuidados integrados de larga duración, adaptados a las personas que viven en zonas rurales, en función de sus valores, deseos y preferencias individuales. OBJETIVO: ► Apoyar a las personas para que puedan permanecer en su domicilio hasta el final, si ese es su deseo y hacerlo manteniendo su estilo de vida.	Uno de los elementos claves del proyecto para contribuir a dar sentido a la vida de las personas, es la dinamización del territorio con la finalidad de que éste se constituya en un entorno que ofrezca alternativas para la participación en actividades significativas, mediante el trabajo colaborativo, el liderazgo natural de cada territorio, la integración, la cohesión social y la interacción social.



BIZKAIAGARA. GETXO

Comunidad que cuida, comunidad compasiva



BizkaiaGara

BizkaiaGara es el espacio para la acción ciudadana, voluntariado y trabajo comunitario al servicio de personas, instituciones y organizaciones del territorio. Un proyecto impulsado por la Diputación Foral de Bizkaia, EDE Fundazioa y BBK.

El proyecto Getxo Zurekin promueve el cambio de paradigma en la comunidad para lograr un relato común de apoyo y compasión hacia las personas con enfermedad avanzada, dependencia, final de vida y duelo. Contempla acciones en cuatro ámbitos diferentes: sensibilización, capacitación, investigación e implementación.

<https://www.bizkaiaagara.eus/es/altavoz/miradas/comunidad-que-cuida-comunidad-compasiva-naomi-hasson/>

Se articula sobre diferentes pilares que convergen y suman hacia el mismo objetivo: Café en Compañía; Death Café; Tejedoras Comunitarias; Grupos de Duelo de Ayuda Mutua, Teatro Comunitario, Acompañamientos a personas y sus familias que se encuentran en situación de cuidados paliativos, y muchas más.

El **OBJETIVO** es entender lo que está pasando en el municipio y de la mano de la comunidad facilitar respuestas comunitarias que den soluciones a las necesidades percibidas y así influir en las políticas públicas para cambiar la experiencia de sufrimiento de las personas, entendiendo la comunidad como un actor imprescindible en la transformación de esta experiencia: caminando hacia una mirada compasiva, hacia una cultura paliativa.

ORGANIZACIÓN COMUNITARIA DE LA CRIANZA

GRUPOS DE CRIANZA COMPARTIDA EN BARCELONA

Organización comunitaria de la crianza

https://ddd.uab.cat/pub/tre-recpro/2020/241605/TFM_imunozvita.pdf

Es una iniciativa privada de Barcelona impulsada por grupos de madres y padres que buscan resolver la crianza de sus hijas e hijos siguiendo un modelo alternativo al que ofrecen los sectores público y privado. El punto de partida es la voluntad de asignar al cuidado una dimensión colectiva y una atención personalizada, aunque la realidad de este caso demuestra que esas premisas no son las únicas necesarias para desarrollar un programa efectivo que garantice el cuidado a un volumen significativo de población, y cuyas consecuencias no supongan un perjuicio para otras personas.

Los grupos de crianza compartida han sido creados y gestionados entre 5 y 12 familias que, con la ayuda de una educadora o educador profesional contratado, se organizan para cuidar rotativamente de las y los pequeños. Estos espacios, además, generan vínculos de socialización entre padres y madres y dan lugar a intercambios de información y experiencias en la crianza de las hijas e hijos al tiempo que les permiten compatibilizar esta actividad con otras laborales o personales.



SALUD COMUNITARIA

CENTRO DE SALUD VICENTE SOLDEVILLA EN MADRID

Salud Comunitaria

https://ddd.uab.cat/pub/tre-recpro/2020/241605/TFM_imunozvita.pdf

La atención primaria en el centro de salud Vicente Soldevilla en Madrid recoge innovaciones en la atención primaria de un barrio de Madrid en las que se busca la vinculación entre las situaciones individuales y el contexto socioeconómico, con lo que se señala el desacierto de tratarlas como esferas independientes y, por tanto, de abordarlas por separado.

Además, muestra el papel activo de los equipamientos del barrio, en cuanto espacios de articulación comunitaria, en la lucha por la mejora de las condiciones de vida de sus habitantes.

AYUNTAMIENTO DE PEÑARANDA DE BRACAMONTE (SALAMANCA)

Proyecto "Lecturas para la salud, Salud lectora".

<https://www.bracamonte.es/remedios-literarios-para-males-ordinarios-la-nueva-propuesta-lectora-de-la-biblioteca-municipal-de-penaranda-para-el-verano/>

El Ayuntamiento de Peñaranda desarrolla el proyecto "Biblioterapia. Remedios literarios para males ordinarios" diseñado por el Centro de Desarrollo Sociocultural Germán Sánchez Ruipérez y la Fundación Germán Sánchez Ruipérez para impulsar la práctica de la lectura en el medio rural y vincularla con la salud.

Se ha elaborado un talonario de recetas donde se han recogido 50 patologías agrupadas en 10

grupos y cada patología tiene un tratamiento de cinco libros. Si el caso requiere mucha urgencia, se ha colocado uno de esos cinco libros en un código QR. En cada receta se prescriben, al menos, dos obras literarias disponibles en papel en la propia biblioteca y una descargable al momento.

La receta se puede conseguir en el centro de salud, en las farmacias, en la biblioteca y en la bibliopiscina.



TRANSPORTE

JUNTA DE CASTILLA-LA MANCHA

Transporte Sensible a la Demanda de Sierra Norte I. Guadalajara

<https://www.castillalamancha.es/gobierno/fomento/estructura/dgtransmov/actuaciones/transporte-sensible-la-demanda-de-sierra-norte-i>

La Dirección general de Transportes y Movilidad de la Junta de Castilla-La Mancha ha puesto en marcha un servicio de Transporte Sensible a la Demanda de Sierra Norte I de la provincia de Guadalajara que beneficia a 7.239 habitantes de 89 núcleos urbanos agrupados en 58 municipios que abarcan una superficie de 1.920 km².

El horario e itinerario de las rutas se genera cada día en función de la demanda de personas usuarias mediante una aplicación digital denominada "TSD Sierra Norte" y con una central de llamadas para reservar una plaza, incidencias, etc.

Los servicios de transporte se prestan, mediante 6 vehículos, 1 minibus y 5 turismos que se posicionan por toda la comarca.

El precio del servicio es de 2 euros, con un mínimo de 1,30 euros, sin incluir el descuento para jóvenes, mayores, personas con discapacidad y familia numerosa.

Las zonas que componen el Área de Transporte Sensible a la Demanda de Sierra Norte I son las zonas básicas de Salud de Galve de Sorbe, Hiendelaencina, Cogolludo, Jadraque y Atienza (Hijos, Ujados, La Miñosa y la pedanía de Alpedroches), entre las que están permitidos todos los desplazamientos. Además, se ha permitido la conexión con Humanes como punto de transbordo con Guadalajara a través del servicio ASTRA.



VIVIENDA

AYUNTAMIENTO DE MARINALEDA (SEVILLA)

Programa de Vivienda Social

https://www.marinaleda.es/es/municipio/Las_luchas/Viviendas/

Se concreta en un proyecto de autoconstrucción para el que se dieron los siguientes pasos:

1. Disposición de suelo. Se expropiaron y municipalizaron miles de metros en los alrededores del municipio. Se inició la reivindicación ante el Gobierno Central y el Autonómico para hacer viviendas.
2. El suelo, una vez municipalizado, se cedió gratuitamente a la o al autoconstructor.
3. Se cedieron los materiales que se consiguen con convenios con la junta de Andalucía y obras del P.E.R. (Plan de Empleo Rural). Así como albañiles para que dirijan las obras.
4. El proyecto técnico de las viviendas lo realizan arquitectas y arquitectos que también es gratuito. En este proyecto pueden participar activamente las y los autoconstructores para rectificar o modificar aquellas cosas que mejoren sus viviendas.
5. La o el autoconstructor, reunidos en asamblea, decide colectivamente el precio de lo que va a pagar al mes por una vivienda que será luego de su propiedad. Las últimas viviendas tienen fijado una cuota de mes (15€).

La realización de esta vivienda se hace de manera autogestionada y asamblearia. Las y los autoconstructores se reúnen una o dos veces al mes para tratar de las normas y la marcha de los trabajos que se están realizando o para en un momento determinado, una vez puesto en marcha el proyecto, modificarlo.

Las viviendas tienen 3 habitaciones, cuarto de baño y un patio de 100 m² que permiten aumentar el número de metros construidos ya que previamente los proyectos de viviendas están adecuados a estas futuras ampliaciones.

El tiempo de trabajo que la o el autoconstructor ha empleado en hacerse su vivienda se le descuenta del precio total de la vivienda con lo que incluso este trabajo se le revierte en forma de salario inducido.

Por este método se han construido más de 350 viviendas en un pueblo de no más de 3000 habitantes.



AYUNTAMIENTO DE ANSÓ (HUESCA)

Smart Rural

<https://redpac.es/sites/default/files/documents/Buenas%20pr%C3%A1cticas%20de%20ayuntamientos.pdf>

https://www.smartrural21.eu/villages/anso_es/

<https://www.smartrural21.eu/solucion-inteligente/programa-de-mediacion-en-viviendas-vecinales/>

Se está trabajando en la creación de viviendas para alquilar a residentes, en la rehabilitación de edificios municipales para startups y teletrabajo y en la mejora de la conexión a Internet. Además, de llevar a cabo una campaña en los medios de comunicación para cambiar la percepción sobre cómo puede ser vivir en un pueblo, ahora que la tecnología hace realidad el sueño de vivir y trabajar cerca de la naturaleza.

El proyecto inteligente de Ansó tiene dos **OBJETIVOS**:

- ▶ la rehabilitación del antiguo aserradero para uso comunitario y
- ▶ la participación comunitaria.

El primero ha incluido asesoramiento para una construcción sostenible y eficiente; entrevistas con actores locales; y apoyo para la identificación de financiación.

El segundo incluye el desarrollo de una Estrategia de Participación Comunitaria para facilitar la participación de diversos grupos sociales e instituciones locales en la implementación de diversas acciones y otras estrategias

Programa de Mediación de Viviendas Vecinales

El Ayuntamiento de Ansó ha puesto en marcha un programa de mediación entre viviendas vacías y posibles nuevos inquilinas e inquilinos, facilitando a jóvenes, nuevas y nuevos residentes y familias la posibilidad de vivir en viviendas en desuso o semi-vacías a uso turístico.



PUEBLOS/CIUDADES CUIDADORAS

LA CANDELA TEATRO Y COMUNIDAD. VALLADOLID “Creando Barrio”	https://www.lacandelateatro.com/
La Candela Teatro y Comunidad está compuesta por un equipo transdisciplinar del ámbito educativo, las artes escénicas y la intervención social, que centra su trabajo en el uso del teatro como herramienta de transformación social. Desarrolla proyectos de educación, sensibilización y participación destinados a diferentes grupos y colectivos. Desarrollan proyectos en torno a los ejes siguientes: ► Igualdad, Violencia de género, Convivencia, Inclusión, Racismo, Interculturalidad, Participación ciudadana, Desarrollo rural, ODS, DD.HH. y Voluntariado. Destaca el programa ‘Creando Barrio’ para la convivencia y desarrollo de la participación ciudadana.	A través del teatro comunitario, las artes escénicas y el juego, personas participantes sueñan y crean su barrio imaginado. Fruto de este proceso se genera una pieza escénica final para impulsar el protagonismo de la ciudadanía como agente potencialmente dinamizador y creador de su entorno. El objetivo final de este laboratorio es empoderar a la ciudadanía a través del teatro para que tomen conciencia de su poder transformador y se responsabilicen de su entorno, participando en la creación de una ciudad más participativa, sostenible y acogedora. Las destinatarias son: administraciones públicas, entidades, centros educativos, centros cívicos, Asociaciones Vecinales y plataformas ciudadanas.
CENTRO SOCIOCULTURAL PEROMATO. ZAMORA. Participación y diversidad	https://www.peromato.org/
Peromato es un movimiento de acción sociocultural que busca generar un espacio de participación, respeto y entendimiento de la diversidad para toda la ciudadanía de Zamora.	
AYUNTAMIENTO DE KUARTANGO (ÁLAVA) Kuartango lab	https://kuartango.eus/conoce-el-proyecto/
Kuartango Lab es un centro de emprendimiento e innovación situado en Zuhatsu Kuartango, localidad cabecera del Valle de Kuartango (Álava).	Un espacio destinado a atraer talento, generar oportunidades de negocio y acoger eventos para revitalizar la comarca y poner al territorio en el mapa de la Nueva Ruralidad.



ASOCIACIÓN EL COLLETERO. NALDA (LA RIOJA) Nalda: Comunidad Cuidadora Rural	https://comunidadcuidadora.elcolletero.org/
Definen una Comunidad Cuidadora como un espacio de construcción y participación comunitaria donde nos cuidamos entre nosotros y nosotras para mejorar la calidad de vida de las personas, desde la visión que se extiende al cuidado del territorio, protección del patrimonio (material e inmaterial) y del paisaje. Se intentan favorecer las relaciones interpersonales y eliminar (o, al menos, reducir) las desigualdades, generando ideas, proyectos y modos de vida que vayan en la dirección de una concepción integradora del individuo y el hábitat. Se organizan en 3 líneas generales que se componen de las siguientes actuaciones individuales: 1. Profundizar. ► Formar grupo motor que dinamice la comunidad cuidadora. ► Formación de 300 horas sobre la construcción de una Comunidad Cuidadora.	► Encuentros informativos para personas y entidades. ► Formación on-line. 2. Promover /transferir. ► Recibir a grupos interesados en el proyecto y puesta en marcha de comunidades cuidadoras en su entorno. ► Organizar un encuentro de experiencias similares que promuevan el cuidado de sus comunidades. 3. Generar. ► Generar una herramienta de recogida de datos (Digital e impresa) para recopilar ejemplos de cuidados que se han dado, dan y pueden darse desde el medio rural a nivel regional.
CONSORCIO EDER. GOBIERNO DE NAVARRA. Campaña Yo equilibrio.	https://yoequilibrio.consorcioeder.es/
#YoEquilibrio es el hashtag de la campaña del Consorcio Eder en colaboración con Gobierno de Navarra para implicar a los y las más jóvenes en el uso adecuado de los dispositivos. Se organizan talleres para familias, jóvenes y adolescentes dirigidos al equilibrio digital para el bienestar.	Se dispone de infografías y materiales para su uso y distribución online. En la actualidad hay más de 30 entidades adheridas (ayuntamientos, mancomunidades, centros educativos, asociaciones, etc.).