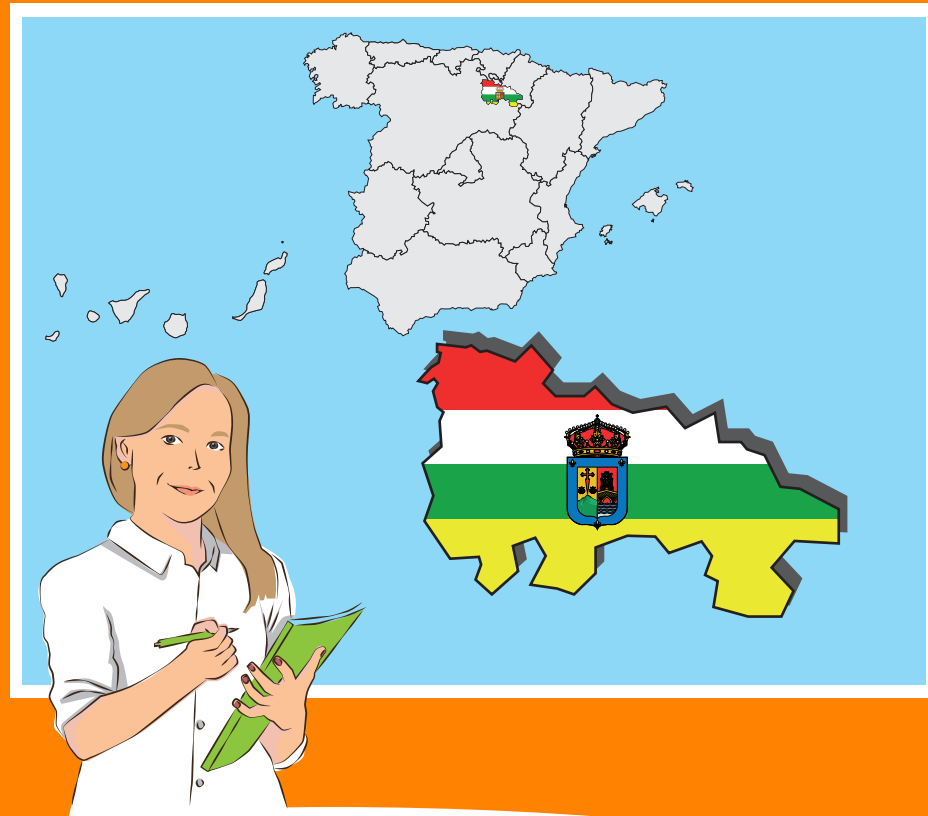


LAS ACTIVIDADES  
SE LLEVARÁN  
A CABO EN EL  
MEDIO RURAL DE:

LA RIOJA



Teléfono gratuito: 900 101 332  
silarioja@solidaridadintergeneracional.es  
www.solidaridadintergeneracional.es

Podrán también contactar a través de las oficinas que compartimos con COAG



# Servicios de Atención Social de Proximidad para el Medio Rural

PERSONAS MAYORES

DEPENDIENTES Y

FAMILIAS

DE LA RIOJA



En la Rioja viven 315.381 de personas, de las cuales 64.441 tienen 65 años o más, lo que representa un 20,43% de la población. El número de personas de 80 y más años asciende a 23.140. Más del 50% de esta población presenta dependencia y el 40% de mayores de 65 años sufren algún tipo de discapacidad por lo que **no podemos olvidarnos de este colectivo y menos aún de los mayores que residen en el medio rural.**

La población que está llegando a los 65 años ahora, es muy diferente de la población de hace unos años. Las Personas Mayores que se incorporan a esta etapa vital tienen mayor nivel educativo, nuevas inquietudes, desean seguir aprendiendo y ser útiles, participar activamente en la sociedad para construirla y conocer mundo. Tienen ganas de "VIVIR" y ganas, por supuesto, de permanecer en sus hogares el mayor tiempo posible, y para ello es imprescindible contar con apoyos y servicios en el domicilio y en la comunidad, especialmente cuando se produzcan problemas de falta de autonomía y se precisen cuidados asistenciales.



SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL pondrán en marcha los siguientes **servicios gratuitos** para contribuir a **mejorar la calidad de vida** de personas mayores, dependientes y familias, que viven en el medio rural de La Rioja.

## SERVICIOS DE PROXIMIDAD



### 1. SERVICIO DE INFORMACIÓN, ASESORAMIENTO, GESTIÓN Y CONSULTORÍA SOBRE SERVICIOS SOCIALES Y SALUD.

Información, orientación, asesoramiento, apoyo en la gestión de ayudas y acceso a recursos, de forma complementaria a las labores de información que se realiza desde la Administración.

Atención online a través del portal de Servicios Sociales: [www.solidaridadintergeneracional.es](http://www.solidaridadintergeneracional.es) abierto las 24 horas del día, todo el año.

Atención presencial y telefónica en las oficinas de Solidaridad Intergeneracional y en las que compartimos con COAG y en los lugares donde se realizan las actividades programadas.

## SERVICIOS DOMICILIARIOS

### 1. SERVICIOS DE PROMOCIÓN DEL "ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN CASA"

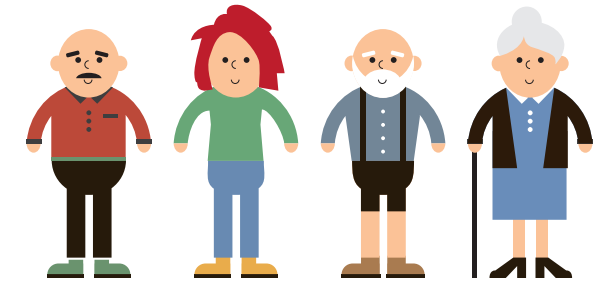
persiguen ofrecer una atención integral centrada en la persona y en un entorno favorable, con el fin de mejorar su calidad de vida y permitir la permanencia en su casa, **los servicios se prestarán en el domicilio del usuario y son:**

**Servicio De Atención Psicológica** para personas dependientes y cuidadores/as con el propósito de apoyarles a afrontar la difícil situación, con sosiego y responsabilidad, aprendiendo a adaptarse a las circunstancias que surjan. Este servicio de atención personalizada tendrá como objetivo mantener un nivel óptimo de actividad favoreciendo su **autonomía y retrasando el deterioro cognitivo**, favoreciendo su participación y socialización.

**Servicio De Fisioterapia** para personas mayores, dependientes, con el fin de prevenir, diagnosticar y tratar las diversas patologías que afectan a las personas mayores con tratamientos personalizados, programas específicos para las distintas patologías neurodegenerativas, neurológicas, post-operatorias, cardíacas o de mantenimiento y prevención. **Se actuará a nivel individual**, y se facilitarán conocimientos y destrezas a los cuidadores principales con el fin de mejorar la atención de la persona dependiente para que desarrollen acciones encaminadas al **mantenimiento y mejora de sus capacidades**, así como favorecer la prevención de la dependencia de los cuidadores.



**Servicio de Asesoramiento para la Adaptación de la Vivienda.** Se facilitará información sobre la conveniencia de disponer de una **casa adaptada** para continuar viviendo en el hogar en situación de dependencia. Se trata de asesorar sobre las adaptaciones que deberían realizarse en la vivienda, en función de las limitaciones presentadas en cada caso. **Este servicio irá unido a los servicios domiciliarios.**



### 2. SERVICIO DE FORMACIÓN PARA EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y LA PROMOCIÓN DEL APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA.

Consta de una serie de acciones formativas adaptadas a las necesidades del colectivo al que se dirige, que promoverán el mantenimiento de las habilidades y destrezas para prevenir y retrasar la aparición de los déficits asociados al envejecimiento no patológico.

**Se realizarán talleres de 30 horas** cada uno, en **poblaciones rurales** que podrán versar sobre las temáticas siguientes en función de las demandas:

- Entrenamiento de la Memoria.
- Psicomotricidad.
- Risoterapia.
- Informática Aplicada a la Vida Diaria.
- Prevención de la Dependencia.
- Gerontogimnasia.
- Salud, Alimentación y Ejercicio.