

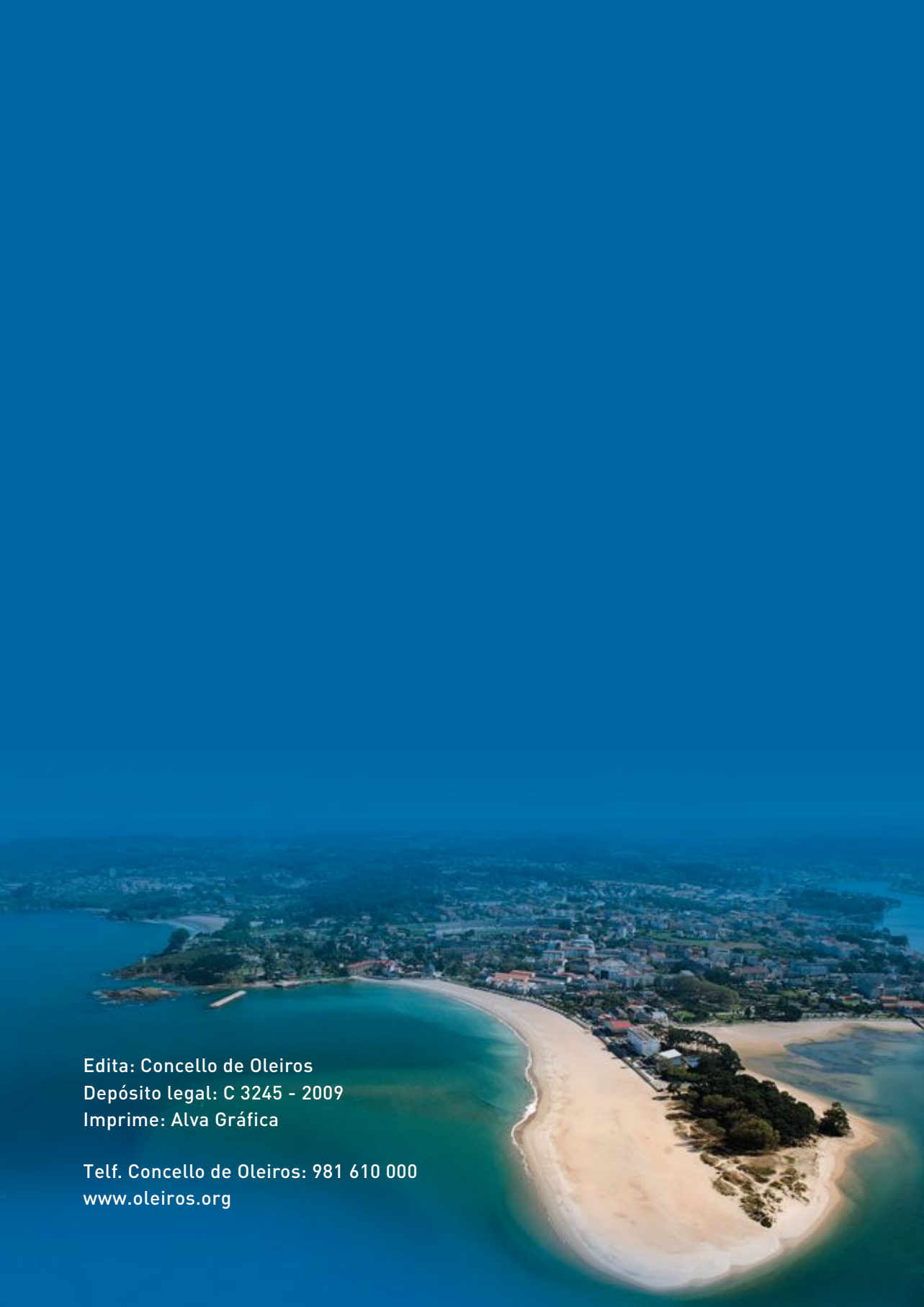


Oleiros, **BENESTAR SOCIAL**



Concello de Oleiros

Concellería de Benestar Social e Sanidade

An aerial photograph of a coastal town and beach. The town is built on a peninsula, with buildings and greenery visible. A long, sandy beach curves along the coast, meeting the sea. The water is a deep blue, and the sky is a clear, bright blue. The overall scene is peaceful and scenic.

Edita: Concello de Oleiros
Depósito legal: C 3245 - 2009
Imprime: Alva Gráfica

Telf. Concello de Oleiros: 981 610 000
www.oleiros.org

Índice

1	Instalacións	5
	1.1 Aula de maiores	6
	1.2 Centros de día	9
	1.3 Casas do pobo	12
2	O Servizo asistencial	19
	2.1 O servizo de axuda no fogar	20
	2.2 O servizo de comida sobre rodas	24
	2.3 O transporte adaptado	25
	2.4 A teleasistencia	26
3	Actividades 60+	29
	3.1 O proxecto de actividade física	30
	3.2 Ven e descubre, excursionismo e sendeirismo	35
	3.3 Obradoiros de memoria	42
	3.4 Informática para maiores	44
4	Os Obradoiros	47
	4.1 Obradoiros artesanais	48
	4.2 Obradoiros de informática e novas tecnoloxías	51
5	Xestión e atención ao público	53
6	As festas para os maiores	59
	6.1 O entroido	60
	6.2 A Romaría das Merendiñas	62

Oleiros, **BENESTAR SOCIAL**

O benestar social foi sempre un motivo de especial atención para os membros do goberno municipal. As políticas de asistencia e protección oriéntanse cara ás persoas máis desfavorecidas ou maltratadas pola vida, pero tamén, entendidas desde a necesidade de atender os dereitos colectivos de todas as persoas maiores, como unha prestación universalizada de servizos e coidados que noutros tempos lles foran negados, mesmo aos que traballaran arreo toda unha vida.

Os servizos sociais, en Oleiros, responsabilízanse da dispensación de servizos moi necesarios a través da aplicación de bonos de axuda, da asistencia domiciliaria e tamén, proporcionando coidados especializados a persoas con limitación de mobilidade. Ademais, con carácter xeral e dentro xa dunha normalidade no funcionamento, damos resposta á obriga moral que, desde o goberno, temos de facer a vida sequera un chisco máis pracenteira aos nosos maiores promovendo para iso diversas actividades de ocio, deportivas, festivas... na procura do lecer e da convivencia entre as persoas.

Con esta publicación, pretendemos amosar parte do traballo que un amplo equipo multidisciplinar leva a cabo ao longo do ano, con ese ánimo de contribuír a encher de motivacións a vida dos nosos maiores.

Ángel García Seoane

Alcalde de Oleiros



INSTALACIÓNS

O Concello de Oleiros, na súa convicción de traballar en prol do colectivo de persoas maiores, foi creando ao longo dos anos unha ampla rede de instalacións municipais onde poñer en práctica as súas políticas. Unha das prioridades foi pór a disposición das persoas maiores distintos espazos de reunión onde puidesen relacionarse cos seus veciños e desenvolver os seus hábitos de ocio. Neste contexto, nacen as aulas para maiores que se encontran espalladas por todo o municipio. Pero ademais destas instalacións, que son autoxestionadas polas propias persoas usuarias, o Concello conta con outros espazos que dedican parte da súa actividade ás necesidades deste colectivo. Todas e cada unha das casas do pobo acollen as distintas actividades municipais dedicadas ao colectivo de maiores. Ademais das casas do pobo, outros edificios municipais de carácter sociocultural ou deportivo, como A Fábrica, a piscina municipal ou a rede de bibliotecas tamén se ocupan deste labor. De forma paralela a esta ampla rede de instalacións, desenvólvense actividades nos dous centros de día cos que conta o Concello e nos que se realiza un importante servizo asistencial que persegue mellorar a calidade de vida.



1.1

Aulas de maiores

Oleiros conta na actualidade con diversos espazos situados nas casas da cultura que, baixo a denominación de aulas da terceira idade, ofrecen ás persoas maiores un punto de encontro. Nestas salas as persoas maiores poden atopar información e asesoramento. Ademais de dispoñer dunha instalación onde entrar en contacto cos veciños.



Nestas salas poden participar en varias actividades de carácter sociocultural. Este servizo do Concello de Oleiros, que está xestionado en colaboración coas asociacións veciñais e a asociación de maiores Os Decanos, ten un funcionamento moi autónomo. Entre as instalacións máis usadas destacan a aula da terceira idade de Santa Cruz, a de Oleiros e as aulas instaladas na Casa Echeverri e na casa da cultura de Perillo.



Aula de terceira idade de Sta. Cruz



Aula de maiores Echeverri



Aula da terceira idade de Perillo



Aula da terceira idade de Oleiros

AS MÁIS UTILIZADAS:

➤ Aula da terceira idade de Sta. Cruz

Situada na planta baixa do centro cívico de Sta. Cruz.



➤ Aula da terceira idade de Oleiros

Situada na casa da cultura de Oleiros.



Aula da terceira idade de Perillo

Situada no primeiro andar da casa da cultura de Perillo.



Aula de maiores Echeverri

Na localidade de Perillo.



As aulas da terceira idade ofrecen ás persoas maiores un punto de encontro onde poden atopar información e asesoramento

1.2

Centros de día

Os centros de día para maiores son espazos de atención xerontolóxica integral, nos que se presta unha serie de atencións ás persoas maiores e ás súas familias ou cuidadores. O Concello de Oleiros dispón nestes momentos dun centro de día en funcionamento, situado no pazo de Arenaza e outro en fase de edificación, situado nas Galeras, en Bastiagueiro. O primeiro deles é de propiedade municipal e conta cun servizo cofinanciado pola Xunta e o Concello de Oleiros. Así mesmo, o novo centro das Galeras, cuxas obras son sufraga-



■ Pazo de Arenaza

gadas por ambas institucións, tamén contará cun servizo de financiamento mixto, segundo rexistra o convenio asinado polo Goberno local e o Consorcio Galego de Servizos de Igualdade e Benestar. Estes centros, ademais de contar cunha completa oferta asistencial e unhas óptimas instalacións, dispoñen nos seus contornos de amplas zonas ao aire libre para o uso e o gozo das persoas usuarias.





■ Instalación do centro de día do Pazo de Arenaza

Centro de día do Pazo de Arenaza

A actividade no centro de día do Pazo de Arenaza comeza ás 8.30 da mañá. Ao longo do día, as persoas maiores participan en diferentes actividades, como os obradoiros de memoria, as sesións de ximnasia específica ou as clases de orientación espacial. Ademais destes servizos, o centro de día do pazo de Arenaza conta cun amplo abano de oferta asistencial formada por programas de diversa índole como o de orientación á realidade, o de orientación espacial, o obradoiro de razoamento e cálculo e o de estimulación sensorial, entre outros.

Para executar todas estas actividades e atender as necesidades máis básicas, o centro conta con profesionais altamente especializados no campo da xeriatría e xerontoloxía. Na actualidade, o cadro de persoal está formado por unha psicóloga, un fisioterapeuta, unha educadora social, unha terapeuta ocupacional, dúas xerocultoras, unha persoa de servizos xerais e unha traballadora social que dirixe o centro.



Centro de día das Galeras

O centro de día das Galeras, actualmente en fase de construción, está situado en Bastiagueiro. Esta instalación contará con 80 prazas e un cadro de persoal composto por 15 profesionais. Será un dos centros máis grandes e con maior capacidade dos construídos en Galicia nos últimos catro anos. Está previsto que comece a funcionar durante o primeiro trimestre de 2010.

Esta instalación contará con 80 prazas e un cadro de persoal composto por 15 profesionais



■ Vista en tres dimensións do aspecto do novo centro de día das Galeras, unha vez rematada a obra



1.3

Casas do Pobo

As casas do pobo de Oleiros son escenarios da vida colectiva da cidadanía. Estes centros culturais son a resposta municipal ao compromiso de fomentar e promover as relacións entre veciños do municipio. Neles os maiores encontran un espazo fundamental para reunírense e desenvolveren as distintas actividades municipais orientadas a este colectivo.

Casa do pobo de Nós: praza da Liberdade, 1 - Nós



Casa do pobo Lorbé - Dexo: rúa do Golfiño, 36 - Lorbé



Casa do pobo de Mera: rúa do Xabre, 2 - Serantes



Casa do pobo de Iñás: rúa da Vila 48 - Iñás



Casa do pobo de Dorneda: rúa República Argentina, 88 - Arillo





▲ Casa da cultura de Perillo: praza da Cultura s/n - Perillo



▲ Centro cívico de Santa Cruz: rúa Daniel Castelao, 13 - Santa Cruz

▼ Casa Charry: praza de Galicia, s/n - Oleiros



▲ Centro cultural de Montrove: avda. Rosalía de Castro, 56 - Montrove

As casas do pobo son a resposta municipal ao compromiso de fomentar e promover as relacións entre veciños do municipio

▶ Outras instalacións

Existen ademais unha ampla oferta de instalacións de uso compartido das que os maiores gozan de forma habitual como son as instalacións deportivas, especialmente as piscinas ou as bibliotecas municipais. Entre outras, e dentro das máis utilizadas, destacan a piscina da Fábrica e a de Oleiros, así como a biblioteca Rialeda e As Torres de Santa Cruz, en cuxos xardíns os maiores gozan do tempo de lecer compartindo faladoiros e lecturas.

▼ **Centro cultural As Torres**, rúa Emilia Pardo Bazán s/n - Santa Cruz



▶ **A Casa do Mar de Mera**, rúa dos Vinculeiros, 2 A Lagoa - Mera



▶ **Complexo deportivo municipal de Oleiros**, rúa Miguel Hernández s/n - Oleiros



▶ **Complejo deportivo municipal de Perillo**, rúa da Canteira, s/n - Perillo



▼ **Edificio A Fábrica**, rúa do Inglés, 3 - Perillo



▼ **Biblioteca Central Rialeda**, avda. Rosalía de Castro, 227 - Perillo



Todas as instalacións culturais e deportivas espalladas polo municipio contan con espazos e actividades dedicadas ao colectivo de maiores





O SERVIZO ASISTENCIAL

Lamentablemente, cada día son máis as persoas maiores que, por diversos motivos, precisan unha asistencia especializada. Nalgúns casos por mor do afastamento ou da imposibilidade de atención por membros da súa familia e noutros, debido ao abandono ou á desatención por parte dos descendentes, o servizo asistencial contratado polo Concello contribúe a paliar as situacións creadas. Só estas atencións no fogar supoñen xa un gasto de 481.175 euros, que é sufragado nun 80% polo Concello e nun 20% pola Xunta de Galicia.



2.1

O servizo de axuda no fogar

O Servizo de Axuda no Fogar que xestiona o Concello de Oleiros ten a finalidade de garantir a permanencia das persoas maiores no seu propio contorno. O obxectivo xeral deste programa social é facilitar o desenvolvemento ou o mantemento da autonomía persoal, previr a deterioración



individual e promover as condicións favorables nas relacións familiares e de convivencia, contribuíndo á integración e á permanencia das persoas no seu contorno habitual de vida, mediante a axeitada intervención e o apoio de tipo persoal, social e doméstico.





Este servizo está contratado e xestionado directamente polo Concello. Os traballadores municipais encárganse de tramitar as solicitudes e de determinar cales son as tarefas que se van realizar e o tempo de atención a cada persoa. Así mesmo, informan sobre as posibles incidencias cos usuarios e sobre as novas altas e baixas do servizo. Tamén se realizan visitas domiciliarias para detectar necesidades doutros recursos e, en xeral, levar a cabo o seguimento do servizo.

O obxectivo deste programa social é facilitar o desenvolvemento da autonomía persoal, previr a deterioración individual e promover a convivencia

A finalidade do Concello é garantir que os maiores permanezan no seu contorno



O persoal encargado de executar o programa de Axuda no Fogar no Concello de Oleiros está composto por unha coordinadora e unha técnica, ambas traballadoras sociais, así como 26 auxiliares de axuda no fogar. O Concello intenta que as pres-

tacións deste programa sexan as máis altas posibles. De feito, durante os primeiros 4 meses do ano 2009 realizáronse un total de 4.871.95 horas de traballo e deuse atención a 65 maiores que participan neste servizo.

O persoal de Axuda no Fogar no Concello de Oleiros está composto por unha coordinadora e unha técnica, así como 26 auxiliares

Distintos tipos de axudas que presta este servizo

ATENCIÓN PERSOAL

- Axudan no aseo persoal, baño, cambio de roupa, lavado do cabelo e todo aquilo que require a hixiene habitual.
- Prestan atención especial ao mantemento da hixiene en persoas encamadas e incontinentes co fin de evitar a formación de úlceras.
- Axudan e apoian a mobilización no domicilio.
- Axudan para a inxestión de alimentos.
- Controlan a toma de medicamentos prescritos polo persoal sanitario, salvo no caso de acción que precisen da actuación dun profesional sanitario.
- Acompañan ás visitas terapéuticas ou nos casos de urxencia tanto a requirimento de organismo oficial como por necesidades familiares.
- Recollen e xestionan as receitas e os documentos relacionados coa vida diaria do usuario. Prestan apoio nas actividades propias da convivencia do usuario no seu contorno.



ATENCIÓN DOMÉSTICA

- Ocúpanse da limpeza da vivenda.
- Lavan a roupa e pásanlle o ferro.
- Fan a compra.
- Cociñan os alimentos, segundo a dieta establecida.
- Xestionan incidencias con empresas subministradoras de servizos de electricidade, auga, gas, teléfono...
- En xeral, calquera outra actividade necesaria para o normal funcionamento do domicilio.



Que consegue axuda no fogar?

- Estimular e potenciar a autonomía persoal.
- Previr as situacións de crises persoais, familiares ou de risco.
- Lograr un marco de convivencia saudable e unha relación positiva co contorno.
- Manter as persoas no seu medio habitual, previndo internamentos innecesarios e non desexados.
- Prestar atencións de carácter doméstico que supoñan un apoio persoal ou social necesario.
- Promover e fomentar a adecuación da vivenda ás necesidades da persoa atendida.
- Potenciar a adquisición de hábitos e habilidades que melloren a seguridade, condicións e calidade de vida das persoas maiores.



2.2

O servizo de comida sobre rodas

O programa «Comida sobre rodas» ten como obxectivo facilitar a comida diaria a domicilio a aquelas persoas do Servizo de Axuda no Fogar nos que a persoa non ten as capacidades necesarias para elaborala de forma autónoma. A comida trasládase por parte do persoal de Axuda no Fogar en bandexas térmicas e herméticas que garanten que chegue nas condicións axeitadas. Hai diferentes menús, adecuados ás necesidades específicas e ás dietas de cada persoa usuaria. Nos primeiros catro meses do ano 2009 servíronse un total de 850 comidas. Con este servizo garántese unha correcta e equilibrada alimentación á vez que se aforran tempos das auxiliares de axuda no fogar no que é a realización da compra e a elaboración da comida. Ademais os técnicos municipais, observaron un incremento na demanda do servizo nos últimos meses. Este programa conta cun orzamento de 10.800 euros.



«Comida sobre rodas» ten o obxectivo de facilitar a domicilio a comida diaria a aqueles maiores que carecen da autonomía necesaria para levar a cabo esta tarefa

2.3

0 transporte adaptado

O servizo de transporte adaptado no Concello de Oleiros está dirixido ás persoas dependentes que non teñen a capacidade para utilizar medios de transporte colectivos. Este transporte cobre os desprazamentos para acudir ás consultas ou aos tratamentos do sistema sanitario cando estes non son competencia directa do propio sistema. Ademais, este servizo encárgase dos traslados desde os centros de día e viaxes para outras activi-

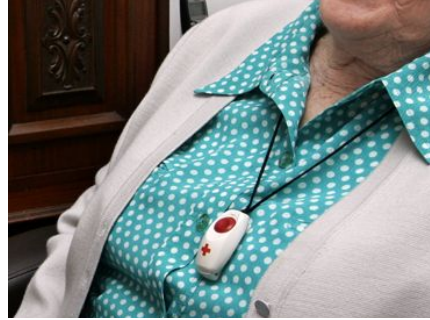
dades como a asistencia a xulgados, as visitas a notaría ou outras xestións de carácter legal ou administrativo, actividades relacionadas co coidado persoal, terapéutico, de rehabilitación ou estético.

Ademais tamén se pode solicitar o servizo para actividades de carácter sociofamiliar, adquisicións de bens e servizos necesarios para a vida diaria. Todo o traslado realízase con acompañantes, que se encargan de recoller a cada persoa no punto máis próximo ao seu domicilio ou no lugar de recollida habitual, tanto no comezo como na finalización do servizo.

O servizo de transporte adaptado cobre os desprazamentos para acudir ás consultas ou aos tratamentos do sistema sanitario cando estes non son competencia directa do propio sistema



2.4 A teleasistencia



O servizo de teleasistencia da Xunta en Oleiros pretende proporcionar a aquelas persoas maiores, que debido á súa condición de saúde ou ás súas limitacións persoais se atopan nunha situación de especial fragilidade e necesiten utilizar un dispositivo de alarma e control. Este servizo proporciona unha resposta, para actuar de xeito adecuado ante situacións de urxencia, inseguridade, soi-

dade e illamento, mantendo unha comunicación permanente entre a persoa e o centro de atención. As persoas usuarias deste servizo son atendidas por persoal cualificado. Ademais os profesionais que traballan no servizo de teleasistencia no Concello de Oleiros se ocupan de mobilizar os recursos necesarios para os usuarios e xestionan unha axenda e un programa recordatorio.

Este servizo proporciona unha resposta para actuar de xeito adecuado ante situacións de urxencia ou soidade







ACTIVIDADES 60+

O Goberno local de Oleiros aposta por unha política de integración e desenvolvemento activo das persoas maiores. Sen dúbida, dous dos piares fundamentais nos que se sustenta a calidade de vida deste colectivo. Para iso, o Concello puxo en marcha ao longo dos anos un coidado programa de actividades de ocio activo co que se pretenden fomentar as relacións persoais e promover prácticas saudables. A actividade física e o adestramento cognitivo son a base deste programa municipal denominado Actividades 60+. Ademais dos obradoiros específicos nos que se trata de mellorar a condición física e a axilidade mental, este programa complétase con diversas actividades de grupo, como as clases de informática, as excursións ou as sesións de sendeirismo.

Actividades 60+ non só permite ás persoas maiores de Oleiros ampliar o seu coñecemento da realidade social na que residen e adquirir novas habilidades sociais, senón que tamén axuda a proxectar unha imaxe positiva deste colectivo no resto da sociedade.



3.1

O proxecto de actividade física



■ Actividade de ximnasia na casa da cultura de Perillo

O proxecto de actividade física reúne unha serie de disciplinas, como a ximnasia, o ioga ou a natación, que permiten ás persoas maiores mellorar a súa saúde e reducir os efectos do proceso da vellez. Ademais, coa práctica regular destes exercicios, prevense o risco de padecer determinadas enfermidades, mellórase a autoestima e rómpese co illamento e a soledade. Ademais do persoal de Benestar Social do Concello,

neste proxecto traballan un monitor especialista en ioga e relaxación e cinco monitores especialistas en actividade física, tres deles imparten leccións de ximnasia e dous traballan nas actividades de natación. Nas actividades que se levaron a cabo este ano participaron un total de 467 persoas maiores de 60 anos. Esta actividade conta cun orzamento total de 47.000 euros anuais.

■ Ximnasia no centro social de Montrove





■ Actividades de ioga e relaxación na casa do pobo de Dorneda

As actividades están formadas por cinco sesións semanais de 45 minutos de duración: dúas sesións de natación, dúas de ximnasia e unha clase de ioga e relaxación. Tanto as sesións de ximnasia, como as de ioga e natación están adaptadas en cada caso ás posibilidades das persoas participantes. Ademais, os monitores e as monitoras sempre realizan unha charla previa na que explican como executar correctamente os exercicios para que ás persoas usuarias lles resulte fácil participar. A clase desenvólvese de forma dinámica, xa que se programan diferentes tipos de exercicios dentro de cada sesión.

Unha vez concluído o curso de actividades realízase unha avaliación, que serve para cuantificar a eficacia do programa e para que as persoas participantes poidan coñecer cal foi a súa mellora. Para esta avaliación compáranse as probas físicas realizadas ao inicio do curso coas feitas ao final. Ademais, en cada edición, tense en conta a opinión das persoas asistentes co obxectivo de mellorar de cara ao próximo curso.



Transporte gratuito

Para facilitar a participación de todos os maiores de Oleiros e evitar os desprazamentos, o equipo de traballo de Benestar Social programa actividades en cada unha das instalacións municipais das oito parroquias do municipio. Deste modo, a actividade de ximnasia de mantemento desenvólvese dúas veces por semana en ca-



da unha das casas do pobo. Ademais, o Concello de Oleiros, nas actividades acuáticas facilita o desprazamento á piscina municipal da Fábrica, a través dun servizo de transporte subvencionado polo Concello que traslada ás persoas participantes desde as súas localidades de residencia.

Como repercute o exercicio físico no día a día?

É necesario entender que a actividade física non só se limita á mobilidade mecánica. Nesta idade, a competencia motriz na realización das tarefas diarias supón o mantemento da autonomía física. O que achega beneficios psicolóxicos e facilita a integración social. O exercicio físico mellora as capacidades cognitivas. Por iso, no proxecto de actividade física de Oleiros deséñanse exercicios que estimulen as capacidades cognitivas como a orientación espacial e temporal, a concentración, o cálculo mental ou a visión espacial.





■ Actividade de ximnasia na casa do pobo de Dorneda

Exemplo da relación directa entre as capacidades motrices que se traballan no programa de exercicio físico e as actividades da vida diaria

CAPACIDADES MOTRICES

ACTIVIDADES DA VIDA DIARIA

Equilibrio estático

Diminuír o risco de caídas ao entrar e saír da bañeira

Forza muscular (membro superior)

Presión de utensilios para comer, abrir botellas...

Resistencia muscular (membro superior)

Levar bolsas da compra

Resistencia muscular (membro inferior)

Subir ao bus, levantarse da cama...

Flexibilidade dos membros superiores

Vestir a chaqueta, peitearse, ducharse...

Flexibilidade dos membros inferiores

Poñer os calcetíns, atar os cordóns dos zapatos

Resistencia aeróbica

Desprazarse independente para desenvolver todas as actividades da vida diaria

Axilidade/equilibrio dinámico

Evitar obstáculos inesperados reducindo o risco de caídas

> O programa paso a paso

Antes de comezar, o equipo de traballo de Benestar Social do Concello realiza unha entrevista persoal coas persoas interesadas para informalas detalladamente sobre o programa. Ademais, nesta conversa recóllese información sobre as motivacións, o nivel de relacións sociais e a capacidade física e psíquica da persoa que vai participar. Así mesmo, comunícaselle á persoa usuaria a actividade ou as actividades máis axeitadas para realizar. Despois elabórase un informe médico onde se avalían as capacidades e as limitacións da persoa participante. Tras supervisar o informe, o monitor

fala coa persoa e deséñalle un plan de traballo individual. Antes de comezar as actividades realízase un sinxelo test onde se diagnostica a condición física inicial de cada participante. Unha vez comezadas as sesións, o monitor recolle diariamente nunha ficha a información da evolución de cada persoa. Ademais, mensualmente reúnense o coordinador municipal e o coordinador do persoal técnico e avalíase a evolución en cada unha das actividades. Finalmente, elabórase un informe coa evolución de cada persoa onde se compara o test inicial co diagnóstico final da condición física.

■ Grupo de veciños durante unha sesión de ximnasia en Montrove



3.2

Ven e descubre, excursionismo e sendeirismo

O programa **Ven e descubre** ofrece rutas adaptadas ao colectivo de persoas maiores en dous formatos diferentes: **excursións en autobús**, con pequenos itinerarios de interese cultural guiados e **rutas de sendeirismo**, onde se introduce o grupo dunha maneira máis directa e activa na natureza. O obxectivo desta iniciativa é favorecer as persoas maiores e promover o coñecemento do contorno a través dun proceso socioeducativo. Con estas actividades, as persoas maiores séntense activas e son conscientes de que poden continuar aprendendo ao mesmo tempo que se relacionan con outras persoas.

■ Visita a Corrubedo



■ Veciños nunha ruta de Laxe a Camelle

EXCURSIONISMO

As excursións realízanse en grupos de aproximadamente 100 persoas, que á súa vez se distribúen noutros máis pequenos para as visitas guiadas. Estas saídas organízanse para as fins de semana, e os destinos teñen un alto contido cultural. Realízanse visitas a cidades e vilas destacadas para coñecer o seu patrimonio. Así mesmo, realízanse visitas a museos. Por exemplo, para o ano 2009, os técnicos municipais deseñaron excursións que percorren distintos destinos dentro dunha mesma comarca. Deste modo, os veciños que participaron nesta actividade coñeceron o contorno da ría do Eo, onde descubriron as vilas e as pai-



■ O traslado en autobús

saxes desta zona que une Galicia con Asturias. Visitaron as vilas de Ribadeo, Vegadeo e Castropol. Outro dos destinos incluídos no programa deste curso foi o contorno dos ríos Ulla e Umia, onde se visitou as terras da comarca de Caldas, con paradas nas vilas termiais de Caldas de Reis e Cuntis. Tamén se percorreu a zona de Malpica de Bergantiños, onde se visitou o Ecomuseo Forno do Forte e a vila de Malpica.





■ Visita ao Museo do Mar de Vigo

Rutas de excursionismo 2009

- **Ría do Eo:** visita ás vilas e ás paisaxes desta ría que une Galicia con Asturias, con paradas en Ribadeo, Vegadeo e Castropol.
- **Do Ulla ao Umia:** percorrido polas vilas termais de Caldas de Reis e Cuntis, os seus paseos fluviais e a súa historia e tradición.
- **Malpica de Bergantiños:** visita ao Ecomuseo Forno do Forte e a vila de Malpica.



■ Visita a Allariz

Estas actividades son totalmente gratúitas e están subvencionadas ao 100% polo Concello



■ Grupo de sendeirismo nunha visita ao Castelo de Santa Cruz

SENDEIRISMO

As saídas de sendeirismo están formadas por grupos de entre 40 e 44 persoas, deste modo facilítase o coñecemento dos temas e favórecense as relacións cos compañeiros. Este tipo de saídas planifícanse para os días lectivos. Para elixir as rutas, o Concello valora a oferta cultural dos destinos. Ademais da adaptación ás persoas e da accesibilidade. Tamén se valoran os recursos hostaleiros, o acceso por estrada e a distancia. Ademais téñense en conta as características do terreo, as sombras, os puntos de auga, o desnivel do terreo, a anchura dos camiños, os puntos de descanso e os recursos de interpretación. Ao longo deste ano realizáronse rutas como a de Oleiros e Sada, polo Monumento Natural da Costa de Dexo, ou a de Laxe a Camelle, onde se percorreu unha senda costeira que discorre polos fermosos paisaxes da Costa da Morte, pola Lagoa e polos penedos de Traba. Outra das rutas realizadas foi a chamada Azúmara, que percorre as ribeiras do río Azúmara, pasando por vellos muíños e singulares pasarelas entre mostras de arquitectura popular, nun contorno onde aínda é posible gozar da vexetación autóctona galega. Ademais visitouse o Camiño Primitivo, que pasa polo Concello de Casterverde, cheo de historia e paisaxes.



Rutas de sendeirismo 2009

- **Camiños de Oleiros e Sada:** ruta polo Monumento Natural da Costa de Dexo e a Costa Doce de Sada.
- **Desde Laxe a Camelle:** ruta costeira que discorre polos fermosos paisaxes da Costa da Morte, pola Lagoa e polos penedos de Traba.
- **Ruta da Azúmara:** polas ribeiras do río Azúmara, por vellos muíños e singulares pasarelas entre mostras de arquitectura popular, nun contorno onde aínda é posible gozar da vexetación autóctona galega.
- **Camiño Primitivo:** bosques, paisaxes e historia por un contorno rural que discorre polo Concello de Casterverde.



■ Vía verde do Eo

Para elixir as rutas, o Concello valora a oferta cultural dos destinos



■ Visita á Costa da Morte



■ Sesión de estiramientos antes de iniciar unha ruta de sendeirismo por Laxe

Os recursos

No desenvolvemento desta actividade, unha das máis valoradas entre os maiores do municipio, traballan un total de oito persoas. Ademais da animadora sociocultural do Concello, o equipo está composto por dous grupos: un grupo de monitores de excursionismo, formado por un especialista en educación ambiental, un monitor especialista en actividade

física e dous monitores de tempo libre. E outro grupo de sendeirismo composto por un especialista en educación ambiental, un especialista en actividade física e un monitor de tempo libre. Estas actividades son totalmente gratúitas e están subvencionadas ao 100% polo Concello. O orzamento total deste programa supera os 60.000 euros.

O orzamento total deste programa supera os 60.000 euros

O Concello acostuma escoller rutas cómodas nas que as distancias desde Oleiros non superan a hora e media no traslado, incorporando lugares que non foron visitados e que nos ofrecen a posibilidade de deseñar un itinerario de visita adaptado ao sector e incorporar os desexos das persoas participantes en pasadas edicións. Ademais, faise que estas saídas non coincidan con outras actividades dirixidas ao sector.

➤ Como é o sistema de inscrición?

Na edición anterior estableceuse un novo sistema de inscrición a través do servizo de información ao veciño que ofrece maior igualdade de oportunidades e facilita unha mellor xestión das 2225 prazas, ofrecendo unha mellor atención ás persoas usuarias que mellora a calidade do servizo. O Concello distribúe os períodos de inscrición de acordo co número de prazas ofertadas e o volume de persoas maiores empadroadas en cada grupo. Unha vez efectuadas as inscricións comprobaranse os padróns e as datas de nacemento de todas as persoas e confecciónase a listaxe de reserva. Posteriormente, unha semana antes de cada saída, chámase ás persoas inscritas para informar dos horarios e confirmar a asistencia.

Na pasada edición participaron 786 persoas que puideron acudir a catro rutas de excursiónismo e 127 persoas a sendeirismo. O 11% das persoas participantes nesta actividade son maiores de 80 anos, o que indica unha mellora na calidade de vida que experimentou nos últimos anos o colectivo de persoas maiores no Concello de Oleiros.



3.3

Obradoiros de memoria

Os Obradoiros de Memoria incluídos no programa Actividades 60+ que organiza o Concello de Oleiros son un tipo de intervención baseada na estimulación cognitiva que aproveita os recursos de memoria existentes. Estes exercicios permiten preservar a memoria das persoas maiores a través das tarefas axeitadas. O Goberno local é consciente de que este colectivo necesita



■ Sesión na casa do pobo de Dexo

unha atención integral para prevenir un deterioración do funcionamento psíquico en distintas áreas, como son as funcións cognitivas, afectivas e condutuais, o que require unha atención especializada. A memoria é unha facultade que temos que coidar, exercitar e controlar, xa que os seus déficits poden ser un indicativo do comezo dun proceso de demencia.





■ Un obradoiro de memoria no centro social de Montrove

Nestes obradoiros preténdese crear actividades que logren facer recordar, coordinar e pensar mentres se goza no momento da súa execución e na resolución dos problemas. O obxectivo principal é suprimir as preocupacións que ocasiona o déficit de memoria e prever a aparición e o desenvolvemento de posibles trastornos de memoria. Ademais de compensar os efectos dos trastornos.

A actividade diríxese á poboación maior de 60 anos empadroada no concello. Na actualidade participan preto de 100 persoas de todas as localidades. Para facilitar o acceso realízanse obradoiros

nas diferentes localidades. Os grupos son flexibles e sempre están expostos a modificacións que faciliten unha mellor consecución dos obxectivos. As características dos grupos son heteroxéneas, xa que nel se inclúen persoas de diferentes idades e capacidades. A actividade desenvólvese en sesións de dúas horas durante todo o ano cun período de vacacións nos meses de xullo e agosto.

Para este ano programouse un total de 480 horas de actividade. Os obradoiros de memoria do Concello de Oleiros contan cun orzamento anual de máis de 11.000 euros.



3.4

Informática para maiores



O Concello de Oleiros organiza cursos de informática orientados para persoas maiores. O obxectivo desta iniciativa é que este colectivo entre en contacto coas novas tecnoloxías e aprenda as nocións básicas para manexar un ordenador no ámbito doméstico. Estas actividades execútase en dous períodos, de xaneiro a xuño e de setembro a decembro. Nas clases de

informática, aínda que están dirixidas principalmente para persoas maiores, poden participar todos os veciños empadroados en Oleiros. Isto fai que os grupos sexan heteroxéneos e estean conformados por persoas de diferentes idades, características sociais e culturais. O Concello oferta un total de 435 prazas e 2096 horas de actividade.





Os OBRADOIROS

O Concello de Oleiros conta cun amplo programa de obradoiros. Estas actividades diríxense á comunidade en xeral, pero de forma moi particular aos maiores. As actividades perseguen a promoción da participación e o fomento da integración social. Nelas, os maiores do municipio poden entrar en contacto con persoas doutras idades e relacionarse con outro tipo de colectivos, ao mesmo tempo que aprenden informática ou asisten a clases de pintura. Estes obradoiros, en relación co colectivo de maiores, abarcan basicamente dúas áreas moi distintas: por un lado, ofertan actividades de carácter artesanal e por outro, de introdución á informática e ás novas tecnoloxías. O Concello dedica actualmente un orzamento que supera os 50.000 euros. Dentro deste programa ofértanse un total de 435 prazas e 2096 horas de actividade.



4.1

Obradoiros artesanais

Neste tipo de obradoiros desenvólvense actividades que estimulan nas persoas as súas funcións e capacidades artísticas e creativas. Isto contribúe a mellorar as capacidades psicomotrices, ao mesmo tempo que desenvolve as relacións persoais entre as persoas participantes e o seu contorno. Na actualidade, desenvólvense cinco obradoiros deste tipo no Concello de Oleiros:

- 1. Obradoiro de encaixe de palillos
- 2. Obradoiro de costura
- 3. Obradoiro de técnicas de manualidades
- 4. Obradoiro de tapiz
- 5. Obradoiro de pintura



As clases estimulan as funcións e capacidades artísticas das persoas maiores

O Concello dedica ao programa de obradoiros un orzamento que supera os 50.000 euros



A práctica destas actividades contribúe ao desenvolvemento persoal dos seus participantes. Por exemplo, dentro do obradoiro de encaixe de palillos, o alumnado desenvolve a técnica de encaixe, que require un alto nivel de atención e disciplina, o que repercute de forma positiva na vida diaria. Do mesmo modo, estes obradoiros axudan a conservar as

habilidades adquiridas ao longo dos anos. Un claro exemplo disto é o traballo que se desenvolve en obradoiros como o de pintura ou o de manualidades, onde se realizan unha serie de exercicios que axudan a conservar a axilidade nas mans, ademais doutras capacidades motrices.

Estes obradoiros axudan a conservar as habilidades adquiridas ao longo dos anos

Por outra banda, a dinámica das clases mellora, en moitos casos, as relacións sociais dos seus participantes, xa que establécense vínculos de amizade co resto de compañeiros e compañeiras ao longo do curso.

Outro dos aspectos a ter en conta dentro deste programa de obradoiros é o fomento da creatividade. Xunto ás actividades de técnicas de manualidades e pintura, que contan cun forte compoñente creativo e artístico, desenvólvense as disciplinas de costura e tapiz, que tamén axudan a desenvolver estas actitudes de forma importante.



A dinámica das clases mellora, en moitos casos, as relacións sociais dos seus participantes

Outro dos aspectos a ter en conta dentro deste programa de obradoiros é o fomento da creatividade

4.2

Obradoiros de informática e novas tecnoloxías



Esta clase de obradoiros, dirixidos a persoas maiores de 60 anos, teñen por obxectivo romper a barreira tecnolóxica. Ao longo deste ano desenvóléronse dous obradoiros no Concello de Oleiros: o obrado-

iro de informática para maiores e o obradoiro de acceso á informática, ambos complementarios. As actividades execútanse en dous períodos: de xaneiro a xuño e de setembro a decembro.

Con estes obradoiros o Concello quiere romper a barreira tecnolóxica



O Goberno local oferta un total de 435 prazas e 2096 horas de actividade





XESTIÓN E ATENCIÓN AO PÚBLICO

Unha das principais acometidas do equipo de traballo de Benestar Social do Concello de Oleiros, xunto con deseñar e pór en marcha todos os servizos municipais, é a atención personalizada aos nosos maiores ou aos seus familiares. O Concello informa, orienta e asesora os veciños sobre os recursos que están á súa disposición para resolver calquera tipo de problema relacionado con este colectivo. Desde xestionar e tramitar axudas económicas de dependencia, pensións, ou atender a persoas con discapacidade, ata derivar os maiores a outro tipo de unidades de atención social ou sanitaria cando é necesario. O obxectivo é dar unha resposta rápida, individualizada e adaptada a cada persoa e ás súas circunstancias.





■ Acceso ás instalacións dos Servizos Sociais do Concello na rúa Camilo Díaz Valiño

Neste tipo de xestións, o Concello asesora e tramita a documentación necesaria, pero en moitos casos a decisión final sobre a resolución dos expedientes depende directamente do Goberno da Xunta. A atención ás persoas maiores realízase, principalmente, mediante entrevistas personalizadas, que teñen lugar nas instalacións de Benestar Social dous días á semana. Pero ademais, co fin de garantir que a información chegue a toda a poboación e tendo en conta as dificultades que teñen algunhas persoas maiores para desprazarse e a dispersión xeográfica do concello, os traballadores sociais realizan

visitas domiciliarias.

O que caracteriza este servizo do Concello de Oleiros, en comparación con outros do contorno, é a organización da atención ás persoas, xa que non se fai a través da clásica división por unidades de traballo social vinculadas a un determinado territorio, senón que se fai polos distintos tipos de demanda da poboación. Ademais destas visitas domiciliarias, a primeira semana de cada mes os traballadores sociais trasládanse ás Casas do Pobo das parroquias de San Pedro de Nós, Mera e Lorbé, para atender o público a través de reunións informativas.

O que caracteriza este servizo do Concello de Oleiros, en comparación con outros do contorno, é a organización da atención ás persoas, xa que non se fai a través da clásica división por territorio, senón pola tipoloxía da demanda

Xestión dos traballadores sociais do Concello cuxa resolución depende doutras administracións

RELACIÓNS CON OUTRAS ADMINISTRACIÓNS

- Supervisión e coordinación do Servizo de Atención Residencial
- Supervisión e coordinación do Servizo de Atención de Centro de Día
- Supervisión e coordinación do Servizo de Telesistencia
- Supervisión e coordinación do Servizo de Axuda no Fogar
- Coordinación do servizo de libranza para cuidadores no contorno familiar
- Coordinación do servizo de libranza para asistencia persoal
- Coordinación municipal co Consorcio Galego de Benestar sobre os centros de día
- Coordinación municipal co Servizo Galego de Apoio á Mobilidade Persoal 065

O obxectivo é dar unha resposta rápida, individualizada e adaptada a cada persoa e ás súas circunstancias

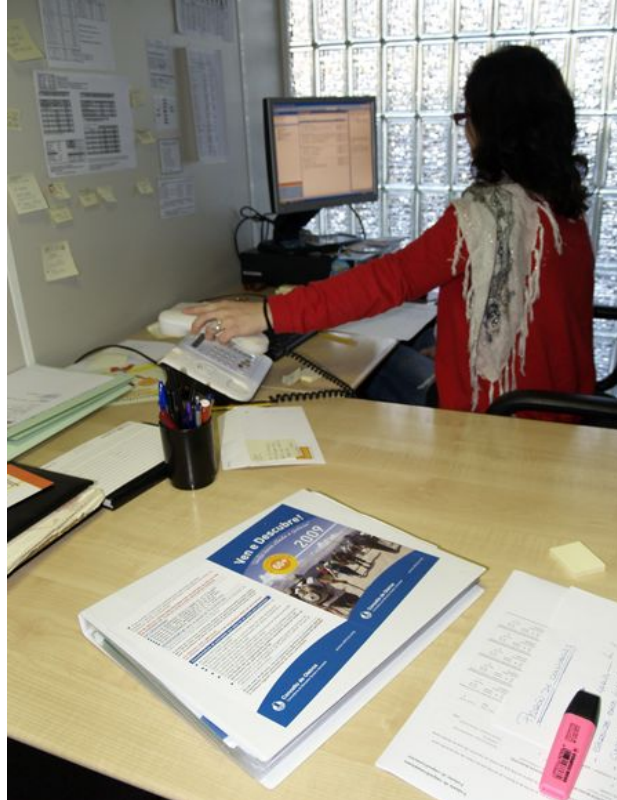


■ As oficinas de Servizos Sociais, atención ao público

Nestes casos o Concello xestiona e asesora, pero non resolve este tipo de expedientes, que dependen directamente da Xunta

TRAMITACIÓNS ADMINISTRATIVAS E XUDICIAIS

- Tramitación das pensións non contributivas (xubilación, incapacidade...)
- Tramitación de pensións asistenciais
- Tramitación de certificados de discapacidade
- Tramitación da tarxeta de aparcamento por discapacidade
- Tramitación dos expedientes de dependencia
- Tramitación de urxencias básicas
- Tramitación de axudas individuais para a autonomía persoal (audíofonos, próteses dentais, eliminación de barreiras, adaptación funcional do fogar...)
- Tramitación de expediente para o nomeamento de titoría
- Seguimento dos casos do FUNGA (Fundación Galega para a Tutela de Adultos)
- Tramitación dos programas de turismo social e termalismo para maiores



■ Vista das oficinas dos traballadores sociais do Concello



MEDIACIÓNS E RELACIÓ DIRECTA

- Intervención en centros hospitalarios para xestións de altas e baixas
- Mediación cos familiares en situacións de risco de maiores
- Realización de visitas aos domicilios das persoas maiores
- Realización de visitas aos centros e ás residencias do municipio, tanto públicos como privados, para xestionar as prazas



AS FESTAS PARA OS MAIORES

A recuperación das festas tradicionais, que antigamente se celebraban no noso municipio, e a necesidade de divertimento das persoas maiores levou ao Goberno local a organizar dúas festas como son as Merendiñas e o Entroido. Estas celebracións representan unha homenaxe popular, unha forma de resumir nun só día o traballo que se desenvolve durante todo o ano. A súa organización non sería posible sen a colaboración das persoas que desde os diversos colectivos sociais e culturais prestan o seu traballo e o apoio para o desenvolvemento das dúas celebracións. Ademais destas dúas festas, o Concello organiza unha terceira dedicada ás persoas que participaron nas actividades municipais 60+. Esta xuntanza celébrase coincidindo co remate do curso e desenvólvese nas instalacións da Fábrica e no seu contorno.



6.1

O entroido

O entroido é unha das festas dedicadas ás persoas maiores que conta con máis tradición en Oleiros. Desde o Goberno local sempre se celebrou esta data agasallando o colectivo de persoas maiores cunha amena xornada de encontro repleto de humor e colorido. O prato forte do día, xunto co tradicional concurso de disfraces e choqueiros no que poden participar todas as persoas de dentro e fóra do concello, é a música da orquestra Sintonía de Vigo e a actuación do alcalde, que habitualmente prota-



goniza un pequeno espectáculo cheo de retransca e humor. A chocolatada, os churros e as larpeiras son outros dos sinais de identidade desta celebración de inverno.





■ Actuación protagonizada polo alcalde de Oleiros durante a festa do entroido

O Concello inviste preto de 25.000 euros nesta xornada de festa e homenaxe ás persoas maiores, que se desenvolve na pista polideportiva de Oleiros e na que participan veciños de todas as idades. Como noutras festas organizadas no municipio, a colaboración voluntaria das persoas e das entidades veciñais é fundamental para que a organización sexa un éxito. Ademais, para facilitar a participación de todos os veciños, o Concello pon a disposición da cidadanía un servizo de autobuses que percorre as diferentes localidades e realizan gratuitamente o traslado.

O Concello inviste preto de 25.000 euros nesta xornada de festa e homenaxe

O Concello pon a disposición da cidadanía un servizo de autobuses que percorren as diferentes localidades e realizan gratuitamente o traslado



6.2

A Romaría das Merendiñas



Todos os anos no mes de xuño, o Concello de Oleiros celebra nos xardíns das Torres, na localidade de Santa Cruz, a Romaría das Merendiñas. Esta festa, dirixida especialmente ao colectivo de maiores do municipio, é unha xornada especial onde o Goberno local pretende homenaxear a todos os nosos maiores.

As Merendiñas representan toda unha festividade en Oleiros, xa que nesta celebración retómase o espírito tradicional. Os veciños e as veciñas xúntanse para celebrar a chegada da primavera cunha comida campestre onde a música e a amizade son os protagonistas. A empanada, os roxóns, o chourizo ao caldeiro e a rosca de Lorbé compoñen a oferta gastronómica. Durante toda a xornada e ata o solpor celébranse actuacións musicais e os asistentes bailan e gozan da conversa nun contorno inmemorable. Ademais, de forma paralela, desenvólvense actividades culturais complementarias, como exposicións de fotografías, xogos etc.





■ O labor dos voluntarios é fundamental na organización da festa

Na Romaría das Merendiñas participan anualmente entre 1.500 e 2.000 persoas e o Concello destina un orzamento próximo aos 25.000 euros para esta actividade. Pero o auténtico éxito desta proposta do Goberno local radica na implicación de toda a masa social de Oleiros. Un altísimo número de voluntarios, máis de 200, procedentes das entidades veciñais e do Servizo Municipal de Voluntariado de Protección Civil, colaboran activamente nesta festa. O equipo de traballo da Concellaría de Benestar Social, o departamento de Servizos Municipais e a Policía Local completan a organización desta fermosa festividade.

O éxito desta proposta radica na implicación de toda a masa social

Máis de 200 voluntarios colaboran na organización desta festa



■ Nas Merendiñas participan preto de 2000 persoas

Orgullosos de vivir en Oleiros

Concello de  Oleiros

www.oleiros.org





Concello de Oleiros

Concellería de Benestar Social e Sanidade