

¿Cómo contactar?

Solidaridad Intergeneracional



900 101 332



www.solidaridadintergeneracional.es/contacto



siaragon@solidaridadintergeneracional.es



En las oficinas compartidas con UAGA-COAG

Colabora:



Financia:

Programa de interés social financiado
con cargo a la asignación tributaria del IRPF



**Servicio de atención psicosocial, apoyo y
descanso para familiares cuidadores de
personas dependientes del medio rural**

Formación, acompañamiento y apoyo familiar

Más de 40.000 personas dependientes necesitan cuidados de larga duración en Aragón, y de ellas, los reciben solo con apoyo de la familia. De ellas, un total 20.600 personas únicamente reciben apoyo de la familia. Un 69,8 % mujeres de entre 50 y 60 años son quienes soportan principalmente el peso abrumador del cuidado, frente al 30,2 % de hombres. La mayoría de las personas cuidadoras declaran cuidar todos o casi todos los días de la semana, con jornadas de 8 horas.

En estas circunstancias, no es extraño que falte información y formación para el cuidado de calidad y el autocuidado. Es más, pueden producirse situaciones de riesgo de lesiones, cansancio y hartazgo, ansiedad e inseguridad a la hora de prestar los cuidados.

Las carencias más habituales que presentan las personas cuidadoras al asumir el rol son: el desconocimiento de la enfermedad y sus manifestaciones, la forma en la que se deben prestar los cuidados y la falta de habilidades para reducir el impacto del cuidado en la salud y el bienestar propio.

Para prestar cuidados de calidad con atención centrada en la persona de manera eficaz, con solvencia, respeto y dignidad, sin olvidarse del autocuidado, son esenciales recursos que permitan el respiro y descanso de la persona cuidadora principal y el apoyo mutuo entre personas con dificultades similares.

¿Qué ofrece este programa?

El programa Servicio de atención psicosocial, apoyo y descanso para familiares cuidadores de personas dependientes del medio rural, brinda formación, acompañamiento y apoyo familiar, con el fin de:

Mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras y familiares, mediante asistencia temporal de acompañamiento para superar problemas asociados al cuidado y favorecer la creación de redes de apoyo.



¿Dónde se va a realizar?

En el ámbito de los municipios rurales de Huesca, Teruel y Zaragoza. Se prestará especial atención a aquellos que mantengan convenios de colaboración o dispongan de sedes compartidas con UAGA-COAG.



¿Quién puede participar?

- **Personas mayores dependientes** y hogares con riesgo/fragilidad con cuidadores/as de personas dependientes.
- **Personas cuidadoras y familiares** que residan en el medio rural y que atiendan a personas mayores, con dependencia o discapacidad, conviviendo o no en el mismo domicilio.

Solidaridad Intergeneracional pone en marcha los siguientes servicios:

01

SERVICIO DE FORMACIÓN PARA LA ATENCIÓN Y CUIDADOS DE CALIDAD

Para facilitar conocimiento y destreza en la prestación de cuidados de calidad con enfoque en derechos humanos y atención centrada en la persona, así como orientación sobre las capacidades personales.

02

SERVICIO DE ACOMPAÑAMIENTO Y RESPIRO FAMILIAR

Para ofrecer apoyo puntual que mitigue el riesgo de agotamiento en la familia cuidadora, y optimice el cuidado a la persona dependiente.

03

SERVICIO DE TERAPIA OCUPACIONAL CON FAMILIAS

Para impulsar la participación de las familias, fortalecer las capacidades de los cuidadores y facilitar herramientas que les ayuden en las actividades de la vida diaria mediante la modificación funcional de la ocupación y del entorno.

04

FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO

Las personas voluntarias serán formadas en base a la atención centrada en la persona para realizar las actuaciones con los beneficiarios del programa.