

# ¿Cómo contactar?

## Solidaridad Intergeneracional



900 101 332

[www.solidaridadintergeneracional.es/contacto](http://www.solidaridadintergeneracional.es/contacto)

[silarioja@solidaridadintergeneracional.es](mailto:silarioja@solidaridadintergeneracional.es)

En las oficinas compartidas con UAGR-COAG



Colabora:



Financia:



Realiza:



**Servicio de atención psicosocial para  
familiares de personas dependientes  
del medio rural de La Rioja**

## ¿Qué ofrece este programa?

La mayoría de las personas que necesitan cuidados de larga duración en La Rioja los reciben a través de la familia (53,2 %) y es la mujer la que soporta el peso abrumador del cuidado que se ha de prestar. En la mayoría de los casos se trata de personas cuidadoras permanentes, llevando ocho o más años cuidando (45,7 %). Más de 9.100 personas son dependientes en La Rioja y, de ellas, 1.200 únicamente reciben cuidados de sus familiares.

Falta conocimiento para realizar este trabajo con calidad, atendiendo a las personas, respetando sus derechos y sus preferencias y, para ello, se precisa formación. El desconocimiento del devenir de la enfermedad, junto a la falta de técnicas y habilidades provoca inseguridad, ansiedad o estrés a la hora de realizar la atención y los cuidados.

Estos cuidados conlleven una dedicación plena, y es imprescindible la atención, sustitución y reconocimiento a la persona cuidadora familiar o del entorno rural; ya que su actividad es vital para seguir viviendo en el hogar con cuidados. Estas personas cuidadoras necesitan información, apoyos especializados y formación para el autocuidado y el cuidado de dependientes. De esta forma, tendrán las herramientas para entender y afrontar las situaciones que se presenten con solvencia y seguridad.

Los autocuidados para quien cuida son tan importantes como la atención que prestan. Por ello, se precisan servicios de descanso o respiro del cuidador. A su vez, se requieren otras atenciones psicosociales y terapéuticas que faciliten el desarrollo de esta actividad esencial, dando respuesta a los cuidados de larga duración, como los de dependencia.

**Mejorar la calidad de vida de las personas dependientes y sus cuidadores, a través de acciones formativas, informativas, asistenciales y participativas que fomenten el cuidado digno, responsable y equitativo.**

**Solidaridad Intergeneracional pone en marcha los siguientes servicios:**

### 01 SERVICIO DE ASESORAMIENTO INTEGRAL A FAMILIAS

Para prestar orientación y apoyo personalizado que guíe a las personas cuidadoras y familiares que soliciten información relacionada con la atención a la Dependencia.



#### ¿Dónde se va a realizar?

En el ámbito de los municipios rurales riojanos. Se prestará especial atención a aquellos que mantengan convenios de colaboración o dispongan de sedes compartidas con UAGR-COAG.

## ¿Quién puede participar?

- **Personas cuidadoras de personas dependientes**, o en riesgo de fragilidad y miembros de la familia interesados en el cuidado, que residan en el medio rural.
- **Personas voluntarias** que deseen apoyar y acompañar a familias cuidadoras, aportando su tiempo y sus habilidades para la vida en sociedad.

**02**

### SERVICIO DE FORMACIÓN PARA LA ATENCIÓN Y CUIDADOS DE CALIDAD

Para transmitir conocimientos y capacidades sólidas que mejoren la calidad de los cuidados que facilitan o prestan. Podrán ser:

- *Curso de Atención Centrada en la Persona (ACP).*
- *Curso de Formación y Apoyo a personas en situación de dependencia.*
- *Curso de Interrelación y Comunicación con la persona dependiente y su entorno.*
- *Curso de Atención Domiciliaria y Alimentación Familiar.*
- *Curso de Mantenimiento y Rehabilitación Psicosocial de las personas dependientes en Domicilio.*
- *Curso de Inteligencia Emocional para familias y cuidadores.*
- *Curso de Alzheimer y Demencias.*
- *Cursos Psicoeducativos para familias.*

**03**

### SERVICIO DE SOPORTE EMOCIONAL PARA LAS PERSONAS QUE CUIDAN

Para proporcionar apoyo integral y personalizado a los cuidadores, centrándose en sesiones individuales de asesoramiento psicológico que aborden las necesidades emocionales y psicológicas específicas de cada cuidador.

**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.