



## Documento consolidado

Elaboración de mapa de necesidades e inventario de soluciones para un envejecimiento activo en la zona de Sakana



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA

MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno  
de Navarra



	<u>Pág</u>
I. INTRODUCCIÓN	3
II. METODOLOGIA	10
III. DATOS ESTADISTICOS DE CONTEXTUALIZACIÓN	15
3.1 Datos demográficos	15
3.2 Datos económicos	20
3.3 Datos de vivienda	22
3.4 Brecha digital	24
3.5 Plazas de atención a personas mayores	25
IV. MAPEO DE AGENTES SOCIALES	27
4.1 Área Altsasu /Alsasua	27
4.2 Área Etxarri Aranatz	37
4.3 Área Irurtzun	47
V. CONTENIDO ENTREVISTAS	66
5.1 Matices diferenciadores	66
5.2 Hábitat	67
5.3 Transporte - movilidad	75
5.4 Cuidados	80
5.5 Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad	84
VI. ANÁLISIS DAFO - CAME	89
VII. SOLUCIONES INNOVADORAS	98
7.1 Soluciones habitacionales	98
7.2 Soluciones transporte movilidad	102
7.3 Cuidados	105
7.4 Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad	106
VIII. CONCLUSIONES	110
Anexo I Guion entrevistas personas mayores	112
Anexo II Guion entrevistas personal profesional	115

## I. INTRODUCCIÓN

Este informe “Mapa de necesidades e inventario de soluciones sobre el envejecimiento en Sakana” tiene su origen en el proyecto transfronterizo BERTAN (cofinanciado en un 65% con fondos FEDER por la convocatoria INTERREG POCTEFA) del que Sakana es protagonista con la Agencia de Desarrollo, como socio y jefe de filas, y la Mancomunidad de los Servicios Sociales de Irurtzun en representación de las tres Mancomunidades de los Servicios Sociales de Sakana, también como socio del proyecto. El ayuntamiento de Arbizu, la asociación de jubilados y pensionistas de Irurtzun llamada Sasoiak, y la Agencia de Autonomía y Desarrollo de las Personas de Gobierno de Navarra, los tres en calidad de socio asociado, completan la presencia por parte de Navarra. Este proyecto está totalmente alineado con la Estrategia de Especialización Inteligente, S3 de Navarra.

Para poder llevar a cabo las distintas líneas de trabajo que se recogen en la estrategia, se ha configurado y presentado el proyecto en una convocatoria transfronteriza europea, la cual se denomina Poctefa. El objetivo principal del proyecto es el “Diseño e implementación de soluciones innovadoras para un envejecimiento activo y saludable en comarcas rurales del área transfronteriza, es decir, mejorar el acceso a los servicios”. Como es un proyecto transfronterizo, junto a entidades navarras, participan otros agentes. Por parte de Francia (el Centre Intercommunal d’Action Sociale Pays Basque, CIAS de Iparralde) y por parte de Euskadi (Agintzari S.Coop.) como socios directos. A estas entidades se les suman otros socios como ayuntamientos y el propio Gobierno Vasco.

Este proyecto de carácter social es completamente transversal, por ello será importantísima la participación de los vecinos y afectados en las distintas temáticas que se realicen, de esta manera, las acciones que se ejecuten estarán mucho más adaptadas a la realidad de las personas.

El objetivo de esta acción es profundizar por un lado en los retos y problemas concretos a los que hace frente cada uno de los territorios en **el ámbito del envejecimiento activo y saludable** en comarcas rurales del área transfronteriza, y por otro, indagar y recoger las soluciones innovadoras que puedan ayudar y mejorar el acceso a los servicios para las personas mayores de estas zonas.



# Identificar necesidades



# Detectar soluciones novedosas

Ambos análisis se centrarán en los cuatro ámbitos temáticos específicos en los que BERTAN va a trabajar: hábitat, transporte, cuidados e intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad mediante la combinación de comunidad activada y tecnología social.

<b>Habitat</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Servicios de vivienda intermedia entre el domicilio y la residencia</li></ul>
<b>Transporte</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transporte adaptado intracomarcal que impulse la participación social</li></ul>
<b>Protección e intervención social</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mejora de la imagen del cuidador y nuevas fórmulas de gestión de sus respiros</li></ul>
<b>Participación social y uso de TICs</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad, a través de la activación de la comunidad y el uso de las TICs</li></ul>

El informe que se presenta a continuación corresponde al área 3 del proyecto BERTAN. En él se recoge información que permite conocer en profundidad la situación y necesidades las personas mayores. Se compone de varios apartados:

- Metodología
- Datos estadísticos de contextualización de la zona con información referente a la densidad de población, tamaño poblacional por ámbitos geográficos, residencias etc.
- Mapeo de agentes sociales, identificando los actores clave en la realidad social del ámbito geográfico de Sakana.
- Información cualitativa de necesidades y expectativas del colectivo con un análisis DAFO y un análisis CAME.
- Se detallan algunas soluciones innovadoras.

Hay dos dimensiones de gran importancia que es necesario reseñar antes del análisis documental. Una hacer referencia al ámbito geográfico y otra es referente al colectivo de estudio.

En el ámbito geográfico, la comarca de Sakana, también conocida como Barranca, está situada al Noroeste de Navarra en la frontera con Álava y Gipuzkoa, entre Arakil y Ziordia, 21 pueblos conforman la comarca administrativa dividida en cuatro zonas históricas: Burunda, Aranatz, Ergoiena y Arakil.

Y comprende los siguientes pueblos:

**ALTSASU:**

- Ziordia
- Olazti
- Altsasu

**ETXARRI  
ARANATZ:**

- Urdiain
- Iturmendi
- Bakaiku
- Etxarri- Aranatz
- Ergoiena
- Arbizu
- Lakuntza

**IRURTZUN:**

- Arakil
- Arruazu
- Irañeta
- Irurtzun
- Betelu
- Uharte- Arakil
- Larraun
- Araitz
- Imotz
- Iza
- Lekunberri



Discurre a lo largo de la A10 flanqueada por el Parque natural de Aralar y las Sierras Urbasa y Andía. Los pueblos de la zona se distribuyen a lo largo de la A 10 siendo Irurtzun la más cercana a Pamplona. Aunque todos los pueblos y los concejos que componen el ámbito tienen un marcado carácter rural en contra posición a lo urbano, la facilidad de comunicación con las zonas de atracción y el desarrollo de tres polígonos industriales vinculados a los tres núcleos más poblados (Altsasu – Alsasua, Etxarri – Aranatz, Irurtzun) hacen de ellos zonas intermedias entre las dos tipologías geográficas “rural -urbano”, como una realidad diversa.

El otro elemento destacable hacer referencia al colectivo de estudio. Las personas mayores están inmersas en un proceso de envejecimiento. El **envejecimiento** de la población supone un fenómeno global de las sociedades desarrolladas que, más que una amenaza, debe ser entendido como un logro eminentemente positivo; cada vez son más las personas que llegan a edades más avanzadas y que, además, lo hacen en condiciones notablemente mejores. La manera de entender la fase vital de la vejez ha evolucionado en los últimos años. El concepto de persona mayor se aleja cada vez más de un sujeto pasivo con limitaciones para desarrollar actividades de la vida diaria dando paso a una nueva generación de personas mayores con una experiencia significativa y con posibilidades de mantenerse socialmente activas y participativas. Por tanto, el peso de la población mayor en la sociedad se ha incrementado tanto en términos cuantitativos como cualitativos por lo que reconocer su contribución social es una cuestión fundamental para aquellas sociedades que pretenden favorecer un modelo de envejecimiento activo.

Gracias a las mejoras en los estilos de vida y a la atención sanitaria, cada vez es más frecuente que personas encuadradas en el grupo de edad tradicionalmente asociado a la ancianidad, la tercera edad, se encuentren en plenitud de facultades físicas y mentales por encima de los 65, los 70 o incluso los 75 años. Sin embargo, el umbral del cambio se produce hacia los 80 años, y es frecuente que comiencen a acumularse patologías degenerativas y crónicas, que hace años surgían en grupos etarios menores pero que hoy se retrasan hasta este límite de edad. En ese momento de umbral, simultáneamente o en un breve lapso, se manifiestan varias patologías, lo cual suscita en la persona un grave cambio físico, psíquico y emocional, al que se ha vinculado la entrada en esta otra fase de la vida: la «cuarta edad».

Envejecer no es otra cosa que cambiar, acumular saberes y vivencias, requiere desplegar procesos de adaptación y desarrollo (aunque también de pérdida) a nivel personal y social. Las personas no sólo deseamos vivir más años, sino que aspiramos a llenarlos de vida independientemente.



En esta línea, el paradigma del Envejecimiento Activo (EA) es un reflejo de las legítimas aspiraciones de las sociedades modernas y conseguir que esta etapa de la vida se caracterice por la calidad de vida, es decir, por la satisfacción y bienestar personal, por la actividad, por la consecución de proyectos personales y el desarrollo de iniciativas personales y socialmente valiosas.

El concepto “**Envejecimiento Activo**” lo propuso la OMS a finales de los años 90 para sustituir el concepto de “*envejecimiento saludable*”. Lo definió como “*el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen*” (OMS, 2002). Con el paso de los años la definición en 2002 se ve modificada por la siguiente: “*El envejecimiento activo se refiere a la situación en la que las personas siguen participando en el mercado laboral, así como en otras actividades productivas no remuneradas (como la prestación de atención a familiares y voluntariado) y viven vidas saludables, independientes y seguras a medida que envejecen.*”

Existen dos factores esenciales que influyen en el bienestar de las personas a medida que envejecen:

- Uno es su capacidad para vivir sin ayuda (ser independiente), es decir, llevar a cabo las actividades cotidianas esenciales, tal y como las ha realizado siempre.
- Otro es su capacidad para decidir y llevar las riendas de su vida (ser autónoma).

Prevenir la dependencia y la heteronomía constituirá la meta primordial de cualquier recurso destinado a las personas mayores. Desde este prisma **la dependencia es el resultado de un proceso** que se inicia con la aparición de un déficit en el funcionamiento corporal (como consecuencia de una enfermedad o accidente). Este déficit comporta una limitación en la actividad. Y cuando esta limitación no puede compensarse mediante la adaptación del entorno, provoca una restricción en la participación que se concreta en la **necesidad de ayuda** de otras personas para realizar las actividades de la vida cotidiana.

## El envejecimiento activo

- Es un nuevo modelo de sociedad, en el que las personas puedan envejecer siendo protagonistas de su vida. Una sociedad que garantice recursos y centros para su apoyo y/o cuidado, donde están informadas, tomando decisiones y sean reconocidos todos sus derechos.
- Sea para todas las personas, según sus capacidades y deseos, independientemente de su nivel de dependencia o heteronomía.
- Promueve una actitud y un quehacer *pro-activo* en estas personas, evitando que sean, en lo posible, meras receptoras de productos, servicios y/o cuidados.
- Es poder participar y decidir en todo lo que le es propio al individuo y afecta a su vida.
- Y desafía la perspectiva tradicional de que el aprendizaje es sólo cuestión de niños y jóvenes o que el trabajo es cuestión de personas adultos. Promueve el desarrollo de la persona hasta el final de sus días y potencia situaciones de aprendizaje a lo largo de toda la vida.

**Mujeres y hombres mayores**, por razones obvias de edad, arrastran la carga social asignada a su género materializándose la participación social de forma muy dispar entre ellas y ellos. Este hecho implica que mujeres y hombres no envejecen de la misma forma, llegando a esta etapa en condiciones muy dispares: hombres jubilados, mujeres mayores trabajadoras no remuneradas, distinto poder adquisitivo, distintas relaciones sociales, distintas actividades de ocio, distintas inquietudes, etc. Las mujeres de edad superan a los hombres de edad, y cada vez más a medida que la edad aumenta. La formulación de políticas sobre la situación de las mujeres de edad debería ser una prioridad en todas partes. Reconocer los efectos diferenciales del envejecimiento en las mujeres y los hombres es esencial para lograr la plena igualdad entre mujeres y hombres y para formular medidas eficaces y eficientes para hacer frente al problema. Por consiguiente, es decisivo lograr la integración de una perspectiva de género en todas las políticas, programas y leyes.

El papel de las mujeres mayores se encuentra, desde varias perspectivas, invisibilizado. La contribución que realizan a la sociedad no se reconoce formalmente. Un ejemplo de ello lo muestran aquellas mujeres que en la actualidad cuentan con unos 60 años y que realizan las tareas de cuidado de unos padres de más de 80 años, atienden a sus maridos mayores, y ayudan a sus hijas/os en el cuidado de sus nietos/as. Es lo que en la actualidad se empieza a conocer como el «**síndrome de la abuela esclava**». La inversión de tiempo para la realización de estas tareas de cuidado, a las que habría que sumar el tiempo empleado en labores domésticas, deja sin posibilidades participativas/ de ocio a todas estas mujeres.

Desde otra perspectiva, como es la realización de actividades, las diferencias de género también son notables. Mientras los hombres realizan actividades, en mayor número en espacios abiertos y con mayores grados de movilidad, las mujeres concentran su actividad en espacios domésticos o afines a ello y con un carácter más pasivo. La división sexual del trabajo doméstico plantea en este sentido un punto de análisis. El ocio de los hombres mayores se configura como un elemento positivo para la etapa de jubilación en la que se encuentran. No resulta así para las mujeres mayores, especialmente para las que no han tenido un trabajo remunerado, ya que para ellas no existe tal jubilación de las tareas del hogar, por lo que siguen vinculadas a dichas actividades.

Es importante dotar al análisis de la participación de una perspectiva de género. Son más de la mitad, de las personas mayores, las que llegan a edades más tardías y se configuran como un elemento indispensable para mantener el bienestar social.



## II. METODOLOGIA

Para la consecución de los objetivos del estudio se plantea un cocktail metodológico en el que se combina la investigación cualitativa y la cuantitativa. La metodología planteada consta de tres partes bien diferenciadas pero relacionadas entre sí.

**Parte 1:** Recopilación de datos estadísticos de carácter cuantitativo para establecer el contexto del ámbito de actuación.

**Parte 2:** Identificación de actores clave en cada territorio.

El objetivo de esta segunda parte es generar mapas de actores clave dentro de cada municipio de Sakana. Es decir, detectar aquellas personas dentro de cada comunidad que puedan ser las idóneas para activar después las soluciones. Además de la nominación de esas personas se describirá su naturaleza, actividad y relación con el municipio.

El mapeado se ha estructurado en 7 grandes ejes:

1. **Sociocultural** (cultural/deportivo/ocio): Asociaciones de mayores, de mujeres, sociedades gastronómicas, sociedades deportivas, de caza y pesca, etc.
2. **Socioeconómico:** Comercio y hostelería local (incluyendo farmacias y ópticas), transportes y repartidores comerciales.
3. **Religioso:** Principalmente parroquias y movimientos religiosos relacionados con ellas.
4. **Sociopolítico:** Asociaciones y grupos de carácter político y concejales/alcaldes pedáneos.
5. **Sanitario:** Recursos formales de salud comunitaria.
6. **Educativo:** Recursos formales de educación infantil y adulta.
7. **Servicios Sociales:** Recursos formales de la Cartera de Servicios Sociales

Para todos ellos se ha seguido la misma estructura en **cuatro grandes bloques:**

- Ámbito general (correspondiente con los siete ámbitos listados)
- Recursos existentes (tipología de recurso, en un nivel más concreto que el ámbito).
- Agentes de la comunidad: Personas, recursos, etc que se han identificado (en el plano más concreto) dentro del tipo de recurso.
- Descripción: Información de contexto sobre los agentes, recursos, etc.

Finalmente, tras el mapeado de cada uno de ellos y para **finalizar cada apartado municipal**, se aporta un **análisis cualitativo de los mismos**, especificando datos concretos (sobre dinámicas, frecuencias, intensidades, etc) que serán de utilidad para los siguientes pasos del proyecto BERTAN.

En el análisis se ha incluido la perspectiva de género de forma transversal teniendo en cuenta las características y formas de relación de las mujeres de este colectivo que tiene asignado como rol el de cuidadoras de la familia.

**Parte 3:** Entrevistas en profundidad con agentes y personas técnicas sobre los cuatro ámbitos temáticos del estudio.

En esta fase se habían planteado como metodología unos grupos de trabajo que permitieran discutir aspectos cualitativos y recopilar sus observaciones, experiencias y proyectos.

Debido a la situación de pandemia por COVID19 que conlleva limitaciones de reunión se modificó la metodología de grupos de trabajo cualitativos. En su lugar la recogida de información se articuló convirtiendo las reuniones de grupo en entrevistas personales en profundidad, siendo algunas por teléfono, por correo electrónico, o por correo postal en función de las preferencias de cada persona. El primer paso para la puesta en marcha de la metodología fue un contacto telefónico para explicar en qué consistía esta parte del trabajo y enviar por correo electrónico - postal el guion de la entrevista, una carta de presentación y la acreditación de la Mancomunidad.

El informe que se desarrolla a continuación plasma las opiniones de dos grupos diferenciados. Por una parte, las personas mayores que a través de diferentes entrevistas en profundidad han expresado sus preferencias, según guion que se adjunta en el Anexo I. Se han realizado 65 entrevistas a personas mayores de diferentes ámbitos geográficos y de diferentes entidades. Las personas entrevistadas pertenecen a las siguientes entidades:

- Asociación de personas jubiladas y pensionistas Kamiogaina de Olazti-Olazagutía
- Jubilados de Alsasua
- Asociación de personas jubiladas Egau Aldaba de Iza
- Asociación de personas jubiladas San Juan de Lekunberri
- Asociación de personas jubiladas de Urdiain
- Asociación de personas jubiladas de Arbizu
- Asociación de personas jubiladas de Lakuntza
- Asociación de personas jubiladas y pensionistas San Martín.
- Asociación Sasoiak de Irurtzun
- Asociación de personas jubiladas de Betelu

Por otra parte, se ha recogido la opinión de profesionales del ámbito de estudio que bien trabajan directamente con el colectivo o son estudiosas de este. Se adjunta guion de entrevista en el anexo II del presente informe. En este grupo se ha recogido la opinión de ocho profesionales:

- Carlos Vilches. Sociólogo. Director de Investigación en Taller de Sociología.
- Imanol Reparaz Synergia Sakana
- Federación de pensionistas del sindicato CCOO
- Personal técnico de deportes del Ayuntamiento de Altsasu- Alsasua
- Trabajadora social del centro Josefina Arregui
- Trabajadoras de los servicios sociales de base

Para el desarrollo de los guiones y contextualización del trabajo se han utilizado el estudio de “Envejecimiento activo Iza/Itza 2020” y el informe “Estudio técnico sobre los servicios sociales de Tercera Edad en el ámbito geográfico de las mancomunidades de Servicios Sociales de Irurtzun, Etxarri – Aranatz y Altsasu. 2017”.

Los guiones se han articulado sobre los cuatro aspectos reflejados en los ejes del Proyecto BERTAN:

- Hábitat, Soluciones habitacionales
- Movilidad y transporte
- Cuidados
- Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad

Y a estos temas se han añadido algunos aspectos relevantes reseñados por las personas entrevistadas más allá de las contenidas en los guiones de entrevista y se han añadido frases textuales para apoyar las conclusiones obtenidas.

**Parte 4:** Elaboración de un análisis DAFO (Debilidades-Amenazas-Fortalezas-Oportunidades) para cada una de las cuatro temáticas analizadas.

En este análisis se tendrán en cuenta las aportaciones de la parte 1 y 2 y los datos estadísticos recogidos sobre la temática analizada y en comparativa con las otras áreas geográficas del proyecto.

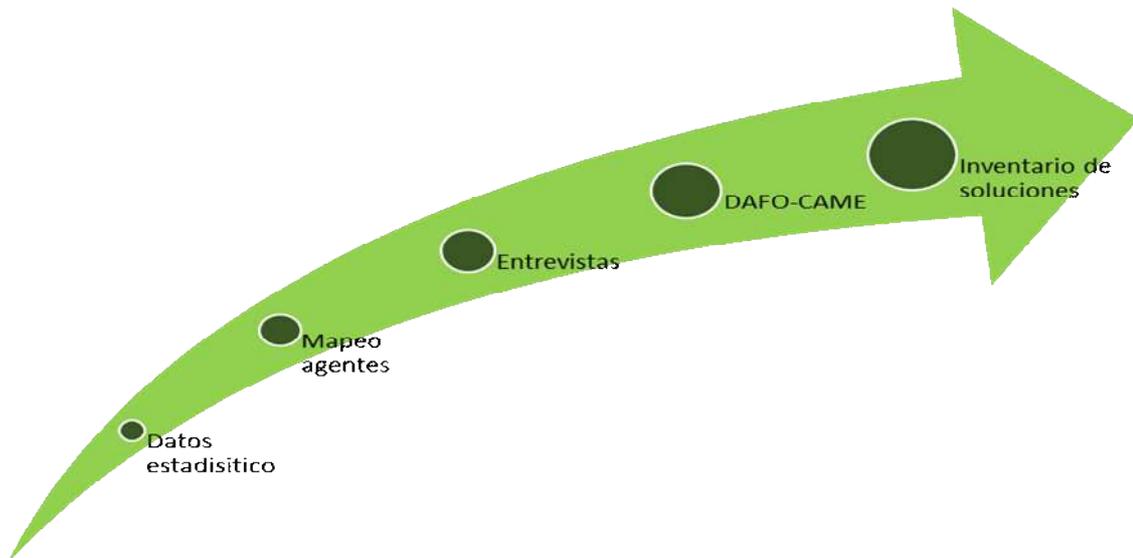
El método DAFO es una técnica que aborda esencialmente la capacidad prospectiva del diagnóstico social, es decir, de planteamiento de estrategias de futuro operativas a partir del análisis de la situación presente. Consiste básicamente en organizar la información generada a través de las entrevistas en una tabla de doble entrada que sitúe esta información en función de las limitaciones (Debilidades y Amenazas) y las potencialidades (Fortalezas y Oportunidades) que proporciona un colectivo o una situación social determinada. Las fortalezas y debilidades articulan el análisis interno del colectivo. Las amenazas y oportunidades hacen referencia a los elementos externos del entorno.

<b>DEBILIDADES</b>	<b>Limitaciones o autocríticas internas del colectivo</b>
<b>AMENAZAS</b>	Riesgos potenciales del entorno
<b>FORTALEZAS</b>	Constituyen capacidades o factores de éxito propias del colectivo
<b>OPORTUNIDADES</b>	Capacidades y recursos potenciales presentes en el entorno del colectivo

El análisis DAFO sirve para hacer un diagnóstico inicial de situación y el análisis CAME sirve para definir las acciones a tomar.



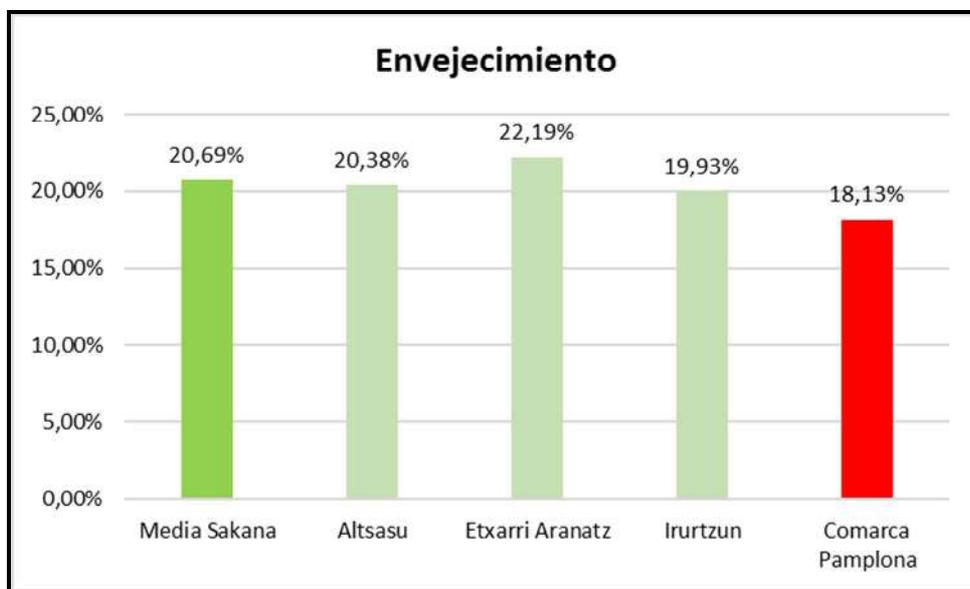
Esta metodología ha sido realizada ordenadamente en el tiempo. Para el éxito del trabajo es necesario terminar cada una de las fases para pasar a la siguiente. A la finalización de la cuarta parte es cuando se está en disposición de poder realizar el mapa de necesidades e inventario de soluciones objeto final de este informe y proyecto.



## III. DATOS ESTADÍSTICOS

### 3.1 Datos poblacionales

Según los datos del Instituto de Estadística de Navarra en la zona residen 25.212 personas a 1 de enero de 2019, 438 personas menos que en 2016. De las cuales 5.217 son mayores de 65 años, doce menos que en 2016. La disminución de población intensifica el envejecimiento. Las personas mayores representan un 20,69% de la población total, siendo el porcentaje muy parecido en las tres zonas de referencia (Altsasu 20,38%, Etxarri Aranatz 22,19%, Irurtzun 19,93%), y dos puntos por encima en relación a la comarca de Pamplona (18,13%).



Teniendo en cuenta el índice de envejecimiento<sup>1</sup> los municipio de Ziordia y Bakaiku son los más envejecidos con índices superiores a los 200, y por encima de ellos destaca Ergoiena con un índice de 500. Los municipios con menor envejecimiento son: Lekunberri e Iza junto a Lakuntza y Arbizu.

<sup>1</sup> Índice de envejecimiento: Expresa la relación entre la cantidad de personas adultas mayores y la cantidad de niños y jóvenes. Cálculo: Cociente entre personas de 65 años y más con respecto a las personas menores de 15 años, multiplicado por 100.

ZONA	MUNICIPIO	POBLACION 2019	65 AÑOS Y MÁS			ÍNDICE DE ENVEJECIMIENTO		
			TOTAL	HOMBRES	MUJERES	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Altsasu	Ziordia	348	94	41	53	276,47	205,00	378,57
	Olazti	1.489	351	156	195	154,63	131,09	180,56
	Altsasu	7.443	1.446	656	790	125,09	109,52	141,83
		9.280	1.891	853	1.038	133,45	115,58	152,87
Etxarri Aranatz	Urdiain	653	165	78	87	157,14	134,48	185,11
	Iturmendi	403	92	37	55	164,29	115,63	229,17
	Bakaiku	362	104	52	52	216,67	208,00	226,09
	Etxarri Aranatz	2.483	558	264	294	124,00	108,64	142,03
	Ergoiena	372	136	70	66	<b>523,08</b>	<b>636,36</b>	<b>440,00</b>
	Arbizu	1.104	198	97	101	85,71	79,51	92,66
	Lakuntza	1.279	224	94	130	88,19	65,73	117,12
		6.656	1.477	692	785	126,24	109,15	146,46
Irurtzun	Arakil	933	209	103	106	148,23	174,58	129,27
	Arruazu	110	30	16	14	230,77	177,78	350,00
	Irañeta	172	37	17	20	100,00	89,47	111,11
	Irurtzun	2.233	394	185	209	98,75	93,91	103,47
	Betelu	366	79	37	42	112,86	90,24	144,83
	Uharte Arakil	805	187	90	97	134,53	126,76	142,65
	Larraun	951	263	140	123	185,21	212,12	161,84
	Araitz	512	126	74	52	196,88	211,43	179,31
	Imotz	423	113	57	56	191,53	183,87	200,00
	Iza	1.235	185	117	68	<b>79,40</b>	92,86	<b>63,55</b>
	Lekunberri	1.536	226	97	129	<b>63,13</b>	<b>51,87</b>	<b>75,44</b>
		9.276	1.849	933	916	111,72	110,94	112,53
	TOTAL	25.212	5.217	2.478	2.739	122,98	111,97	134,99

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

El número de personas mayores de 80 años es muy importante en la zona siendo el 7,20% de la población total y el 35,34% de las personas mayores de 65 años, siendo casi el doble el número de mujeres frente al de hombres. Este volumen de personas supone un índice senil del 37,28% más alto en la zona de Altsasu y más bajo en Irurtzun. Por municipios, el mayor número de personas mayores de 80 años se concentra en Altsasu.

Tal y como se ha desarrollado en el marco teórico, es de suponer que estas personas en un futuro próximo necesiten de servicios de apoyos socio – sanitarios.

ZONA	MUNICIPIO	80 años y más		TOTAL 80 años y más	Índice de envejecimiento
		MUJERES	HOMBRES		
Altsasu	Ziordia	44	20	64	59,40
	Olazti	86	56	142	35,5
	Altsasu	321	170	491	28,5
		451	246	697	41,13
Etxarri Aranatz	Urdiain	53	40	93	45,2
	Iturmendi	31	16	47	38,4
	Bakaiku	21	12	33	53,3
	Etxarri Aranatz	77	58	135	32,0
	Ergoiena	33	29	62	65,9
	Arbizu	38	33	71	29,6
	Lakuntza	46	27	73	25,5
		299	215	514	36,24
Irurzun	Arakil	45	34	79	35,5
	Arruazu	3	3	6	41,5
	Irañeta	7	5	12	30,3
	Irurtzun	60	40	100	24,0
	Betelu	13	12	25	35,0
	Uharte Arakil	43	37	80	35,8
	Larraun	62	49	111	52,1
	Araitz	16	14	30	34,7
	Imotz	20	10	30	35
	Iza	20	20	40	20,8
	Lekunberri	24	7	31	24,0
		366	271	637	34,49
	<b>TOTAL</b>	<b>1.116</b>	<b>732</b>	<b>1.848</b>	<b>37,28</b>

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

Otro indicador importante para la planificación de servicios en este colectivo es la existencia de viviendas unipersonales por las características de falta de relación social y de soledad. En este sentido el porcentaje de personas mayores de 65 años que viven solas es de un 21,45%. Muy por encima de esta media está el municipio de Iza con un 45,61, otros municipios destacables por estar por encima de la media son: Arakil (26,89%), Irurtzun (24,41%), Altsasu (24,35%) Olazti (24,08%), Lakuntza (23,08%), y Urdiain (22,29%).

ZONA	MUNICIPIO	65 años y más	Personas solas	Porcentaje personas solas
Altsasu	Ziordia	125	12	9,60
	Olazti	353	85	24,08
	Altsasu	1.375	335	24,36
		1.853	432	23,31
Etxarri Aranatz	Urdiain	175	39	22,29
	Iturmendi	102	17	16,67
	Bakaiku	95	17	17,89
	Etxarri Aranatz	545	94	17,25
	Ergoiena	140	27	19,29
	Arbizu	210	34	16,19
	Lakuntza	195	45	23,08
		1462	273	18,67
Irurtzun	Arakil	212	57	26,89
	Arruazu	27	4	14,81
	Irañeta	33	5	15,15
	Irurtzun	340	83	24,41
	Betelu	77	10	12,99
	Uharte Arakil	187	56	29,95
	Larraun	275	33	12,00
	Araitz	168	26	15,48
	Imotz	142	22	15,49
	Iza	171	78	45,61
	Lekunberri	282	43	15,25
		1.914	417	21,78
	TOTAL	5.229	1.122	21,46

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

Tal y como se ha comentado con anterioridad, las personas que viven solas y tienen más de 80 años tienen más propensión a necesitar algún servicio de carácter socio-sanitario. Ese perfil de personas en la zona de estudio asciende a 626 personas.

ZONA	65 años y más	Personas solas	Personas mayores de 80 años	Personas solas y mayores de 80 años
ALTSASU	1.853	432	697	337
ETXARRI - ARANATZ	1462	273	514	195
IRURTZUN	1.914	417	637	94
TOTAL	5.229	1.122	1.848	626

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

La zona de Sakana presenta algunos datos diferenciadores respecto al área de Navarra. Así, este ámbito se caracteriza por una menor densidad de población, lo que indica la dispersión de la población en el territorio. Otros aspectos son el crecimiento vegetativo más alto y una tasa de crecimiento poblacional más bajo, por lo que la zona va perdiendo población, tal y como lo demuestra su mayor tasa de mortalidad.

Indicador	NAFARROA	
	Media	Sakana
Densidad de población (hab/km2) <sup>2</sup>	63,00	45,00
Crecimiento vegetativo (%)	-0,03	-0,19
Tasa de crecimiento poblacional (%)	1,00	0,06
Tasa de mortalidad (%)	8,4‰	10,0‰

Elaboración propia en base a datos del Nastat

El índice de envejecimiento muestra cifras muy parecidas en ambos ámbitos, destacando un mayor índice entre los hombres de Sakana. La esperanza de vida es más alta entre las mujeres, este dato está correlacionado con el fenómeno de la feminización de la soledad, más pronunciada en las mujeres.

<sup>2</sup> Densidad de población=Habitantes/km2  
Crecimiento vegetativo (%) =(Nacimientos –Defunciones)/Población  
Tasa de crecimiento poblacional=(Población 2019-Población 2018)/Población 2018  
Tasa de mortalidad= (Fallecidos/población) \*1000

2019	Índice de Sobre-envejecimiento (%>75 años) <sup>3</sup>			Esperanza de Vida al nacer <sup>4</sup>		Índice de dependencia Demográfica <sup>5</sup>	Feminización personas > 65 solas <sup>6</sup>
	Mujeres	Hombres	Total	Mujeres	Hombres	Media	%
<b>NAVARRA</b>	11,68%	7,75%	9,73%	86,2	80,1	66,11	69,55%
<b>Sakana</b>	11,17%	8,23%	9,65%	85,8	80,0	70,02	---

Elaboración propia en base a datos del Nastat

## 3.2 Datos económicos

Otro dato relevante para la contextualización del ámbito hace referencia al peso del sector primario, pero en caso concreto del ámbito de Sakana no se realizan. Poniendo el foco en la renta disponible familiar la diferencia entre la Comunidad Foral de Navarra y la zona de Sakana es amplia, de más de 14.000 euros. Por ello, podemos deducir que nos encontramos en una zona con recursos limitados.

	PIB	RENTA	Peso Sector Primario (Agricultura / Ganadería)		
	Per Cápita	Familiar	Valor Añadido	Población	% Establecimientos
	(€)	Disponible	Bruto	Ocupada	(Empresas)
<b>CF NAVARRA</b>	31.389	34.225	1,3	9,6%	39,7
<b>SAKANA</b>	---	20.062,95			7

Los datos de renta media por hogar están disponibles a nivel de municipio, si bien, como se indica en la metodología de la estadística de renta, cuando se trata de municipios de menos de 2.000

<sup>3</sup> **Índice de sobre-envejecimiento**= Población mayor de 74 años entre la población total. Elaboración propia en base a datos de la Población por zonas de salud de Navarra 2016. El dato de Sakana está obtenido como la media de las tres zonas básicas de salud Altsasu, Etxarri Aranatz e Irurtzun.

<sup>4</sup> **Esperanza de vida al nacer**. Elaboración propia en base a los datos del Instituto Público Laboral Navarra (período 2008-2015) para 2016. El dato de Sakana está obtenido como la media de las tres zonas básicas de salud Altsasu, Etxarri Aranatz e Irurtzun. Para Navarra existen datos de 2019: Mujeres 87 años y hombres 81,3 años.

<sup>5</sup> **Índice de dependencia demográfica**= Población de menos de 20 años + Población de más de 64 años entre la población entre 20 y 64 años. Elaboración propia en base a datos de la Población por zonas de salud de Navarra 2016. El dato de Sakana está obtenido como la media de las tres zonas básicas de salud Altsasu, Etxarri Aranatz e Irurtzun.

<sup>6</sup> **Feminización personas mayores de 65 años solas**. Para Navarra el dato es de la Encuesta Continua de Hogares del INE 2019. No existen datos para Sakana

<sup>7</sup> Información no disponible. El Directorio de Empresas de Navarra no incluye las unidades de actividades agrarias. Se ha obtenido la información del registro de explotaciones agrarias de Navarra (2019 14.910 explotaciones) . Porcentaje en base a las 37.483 empresas existentes en Navarra, dato del NASTAT

habitantes la información que se facilita es la de la subárea de la "Estrategia Territorial de Navarra" a la que pertenece el municipio.

Por encima de la media se encuentran los pueblos de Iza e Imotz. Iza es un pueblo que se ha convertido en dormitorio por su proximidad a Pamplona. En la parte baja de la tabla se encuentra Irurtzun que cuenta con la mitad de la renta que la media de la comunidad y una diferencia respecto a Iza de 6.000 euros. Es una zona en la que hay que poner el foco en relación al aspecto económico.

	Familiar Disponible
Iza	22.448,48
Imotz	21.532,73
<b>Etxarri-Aranatz</b>	20.402,82
Arakil	20.350,87
Arbizu	20.350,87
Arruazu	20.350,87
Bakaiku	20.350,87
Ergoiena	20.350,87
Uharte-Arakil	20.350,87
Irañeta	20.350,87
Iturmendi	20.350,87
Lakuntza	20.350,87
Araitz	19.645,22
Betelu	19.645,22
Larraun	19.645,22
Lekunberri	19.645,22
Olazti/Olazagutia	19.415,25
<b>Irurtzun</b>	17.682,39
Ziordia	9.415,25
Urdiain	9.415,25
<b>Altsasu/Alsasua</b>	9.271,18

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

Los datos relativos a la renta de garantía nos hablan del grado de precariedad económica de la zona. Los datos que se presentan en la tabla que se muestra a continuación son del uno de julio de 2020 y en ellos se reflejan los efectos de la pandemia. Este tipo de ayudas económicas son altamente sensibles a la coyuntura económica. Los datos de Renta Garantizada se refieren a todas las personas beneficiarias de la Renta de Garantía y corresponden a los expedientes tramitados por los SSB de Altsasu, Etxarri Aranatz e Irurtzun.

RGI/RG	NAFARROA	Sakana
Indicador (‰)	1/7/20	1/7/20
<b>Mujeres</b>	56,43	31,29
<b>Hombres</b>	48,82	26,31
<b>Total</b>	52,78	28,83

Los datos muestran una situación diferenciada entre el ámbito de Navarra y la zona de Sakana. Como puede verse el porcentaje de expedientes es más bajo en Sakana, casi la mitad respecto a los de Navarra. En ambos ámbitos los datos son más altos entre las mujeres.

### 3.3 Datos de vivienda

Uno de los elementos más relevantes en el estudio, ya que forma parte de los ámbitos BERTAN es la vivienda. Sakana posee algunas características que la diferencian de la Comunidad Foral de Navarra. La superficie media es 55 m<sup>2</sup> más que la media de Navarra y su antigüedad esta en 28 años por encima con una media de casi 83 años. La mitad de las viviendas cuentan con más de 50 años de antigüedad. Los datos nos indican que en la zona de Sakana las viviendas son de dimensiones elevadas y con una antigüedad alta.

INDICADORES BÁSICOS DE VIVIENDA: DENSIDAD, SUPERFICIE Y ANTIGÜEDAD				
	Densidad de viviendas (Viviendas/Ha.)	Superficie Media Vivienda (m2)	Antigüedad media de las viviendas familiares	% Viviendas con más de 50 años de antigüedad
<b>CF NAVARRA</b>	33.6	112,4	54	35,60%
<b>Sakana</b>	38.9	147,6	82,6	49,96%

Datos obtenidos de NASTAT, del Parque de Viviendas 31/12/2019, realizado con los datos del Servicio de Riqueza Territorial Navarra 01/01/2018

Profundizando en el análisis de la vivienda a continuación se aportan indicadores de confort. . La diferencia de edificaciones entre los municipios justifica ofrecer la información desglosada por municipio, y por número de plantas con el porcentaje de las que no tienen ascensor. A partir de siete plantas no hay edificios sin ascensor en la zona.

La mayoría de los pueblos que componen la Sakana no cuentan con edificios de viviendas con gas instalado. Es mayoritaria la instalación de gas en los municipios más poblados. Destaca Olazagutia por el alto porcentaje de viviendas con instalación de gas.

Otro indicador de confort es el porcentaje de viviendas en estado ruinoso, malo o deficiente. Varios municipios pequeños muestran porcentajes altos: Araitz, Arakil, Larraun. Destacan en el otro extremo de la tabla: Lekunberri y Lakuntza que su porcentaje no llega al 1%.

	% Edificios de viviendas principales con gas instalado	% Viviendas familiares principales en edificios en estado ruinoso, malo o deficiente	% Edificios o viviendas de 2 o más plantas sin ascensor				
			Nº de plantas				
			2	3	4	5	6
<b>C.F NAVARRA</b>	62,30%	4,80%					
<b>Araitz</b>	2,80%	7,70%	78,40%	18,30%	0,40%	0,00%	0,00%
<b>Arakil</b>	2,80%	10,50%	78,70%	1,80%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Arbizu</b>	2,20%	1,40%	47,80%	48,90%	0,30%	0,00%	0,00%
<b>Arruazu</b>	0,00%	8,60%	53,40%	44,80%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Altsasu/Alsasua</b>	76,10%	2,60%	46,20%	24,50%	16,70%	3,70%	0,40%
<b>Bakaiku</b>	6,30%	4,90%	67,40%	29,80%	2,10%	0,00%	0,00%
<b>Betelu</b>	28,30%	1,00%	38,10%	47,40%	13,40%	1,00%	0,00%
<b>Etxarri-Aranatz</b>	27,00%	4,50%	34,70%	43,20%	6,60%	1,90%	0,20%
<b>Ergoiena</b>	2,10%	4,70%	77,90%	16,60%	0,40%	0,40%	0,00%
<b>Uharte-Arakil</b>	41,30%	6,90%	67,10%	21,60%	0,90%	0,00%	0,00%
<b>Lakuntza</b>	36,30%	0,50%	35,30%	56,50%	3,80%	0,30%	0,00%
<b>Larraun</b>	0,00%	7,80%	77,70%	20,50%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Olazti/Olazagutia</b>	78,20%	2,00%	55,40%	27,30%	2,10%	0,30%	0,00%
<b>Urdiain</b>	4,00%	1,50%	78,30%	9,60%	0,70%	0,00%	0,00%
<b>Iza/Itza</b>	32,90%	2,90%	66,40%	30,70%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Imotz</b>	1,40%	4,20%	81,30%	14,40%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Lekunberri</b>	15,10%	0,80%	77,50%	15,50%	5,80%	0,00%	0,00%
<b>Iturmendi</b>	8,30%	2,40%	66,10%	26,20%	1,20%	0,00%	0,00%
<b>Irurtzun</b>	96,80%	1,40%	58,80%	13,20%	10,50%	5,10%	0,00%
<b>Irañeta</b>	0,00%	2,60%	82,70%	12,00%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>Ziordia</b>	16,90%	1,30%	79,40%	10,60%	0,00%	0,00%	0,00%

Datos obtenidos de NASTAT, estadística realizada con el Padrón del INE 2011

### 3.4 Brecha digital

Aportamos datos del uso de datos del internet del ámbito de Navarra por carecer de datos para la zona de Sakana, pero esos datos se pueden extrapolar, dándonos una idea del grado de penetración de internet en el colectivo de las personas mayores.

Personas que utilizan internet en Navarra según variables sociodemográficas (2019)		
	Han utilizado internet alguna vez	No han utilizado internet nunca
<b>Sexo</b>		
Hombres	95,30%	4,70%
Mujeres	95,90%	4,10%
<b>Edad</b>		
55-64	93,30%	6,70%
65-74	77,30%	22,70%
75 y más	19,90%	80,10%

Fuente: Elaboración propia en base a la Encuesta sobre Equipamiento y uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC\_H) 2019 (Datos de Nastat e INE). No existen datos para Sakana

Los datos muestran una brecha digital cuyo origen está en la edad, a más edad disminución en el contacto con internet y el uso del mismo. La variable género no aporta información relevante en este colectivo. El salto más importante se da a partir de los 75 años, la experiencia con internet es muy baja, 8 de 10 personas mayores de 75 nunca han utilizado internet.

El uso de internet que hace la mayoría de las personas usuarias del colectivo, independientemente del sexo, es casi diario. La menor frecuencia de uso se da entre las personas mayores, y es más evidente entre las personas de más de 75 años

Frecuencias de uso para aquellas personas que han usado internet alguna vez en los últimos 3 meses (% horizontales) en Navarra			
	Diariamente, al menos 5 días a la semana	Todas las semanas, pero no diariamente	Al menos una vez al mes, pero no todas las semanas
<b>Sexo</b>			
Hombres	84,10%	12,00%	3,90%
Mujeres	84,90%	11,60%	3,50%
<b>Edad</b>			
55-64	82,90%	13,40%	3,70%
65-74	60,30%	22,40%	17,30%
75 y más	39,00%	35,00%	26,00%

Fuente: Elaboración propia en base a la Encuesta sobre Equipamiento y uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC\_H) 2019 (Datos de Nastat e INE). No existen datos para Sakana

### 3.5. Plazas de residencias

Los datos indican un bajo índice de plazas en residencias y en centros de día en la zona de la Sakana en relación al volumen de población de personas mayores. Esta baja disponibilidad de plazas obliga a las personas de la zona a trasladarse a otras zonas, hecho que es considerado negativo por el colectivo por las connotaciones de desarraigo que conlleva.

PLAZAS Y OCUPACIÓN DE RESIDENCIAS Y CENTROS DE DÍA (Datos de 2016)				
	Residencias		Centros de Día	
	Plazas	Grado ocupación	Plazas	Grado ocupación
	(‰ población)	(% población)	(‰ población)	(% población)
<b>CF NAVARRA<sup>8</sup></b>	35,32	---	3,24	<sup>9</sup>
<b>SAKANA</b>	17,80	99,2	11,50	98
<b>ALTSASU</b>	29,05	100	17,29	100
<b>BETELU</b>	569,62	98,3	126,58	97,5
<b>LEKUNBERRI</b>	26,55	100	110,62	100

<sup>8</sup> N° de plazas en centros residenciales para la 3ª edad/ Población de 65 y más años) x 1.000. Datos 2019. Elaboración propia a través de datos del Registro de Servicios Sociales

<sup>9</sup> No existe información

En Navarra el número de plazas existentes en centros de día es de 663, quince menos que en 2019. En residencias el número de plazas ha aumentado en 48. Lo que indica una tendencia de preferencia hacia una solución de atención a las personas mayores de carácter permanente y fuera de su vivienda habitual.

En relación con la titularidad de las plazas de los dos servicios se observa un mayor equilibrio entre las plazas financiada por el gobierno de Navarra y las privadas, si bien el número de plazas propias no alcanza el 10% (7% en centros de día, 5% en residencias). El modelo de atención en centros de día y residencias en Navarra apuesta por el pago, en diferentes modalidades, de plazas frente a la creación de centros/plazas propias.

	Plazas Autorizadas	Plazas Financiación Gobierno Navarra					NO Financiadas Gobierno Navarra	
		Plazas Propias	Plazas Concertadas	Plazas con PVS <sup>10</sup>	Total	%	Nº	% autorizadas
<b>Centro de Día 2019</b>	678	50	120	249	419	<b>62%</b>	259	38%
<b>Atención Residencial 2019</b>	5851	333	1930	1056	3319	<b>57%</b>	2532	43%
<b>Centro de Día 8 oct. 2020</b>	663	50	101	202	353	<b>53%</b>	310	47%
<b>Atención Residencial 8 oct. 2020</b>	5899	333	1892	672	2897	<b>49%</b>	3002	51%

Elaboración propia en base a datos del NASTAT. 2019

<sup>10</sup> Son plazas ocupadas por personas que tienen una prestación económica que está vinculada al servicio. Es una ayuda económica para el pago de la plaza del servicio (residencia/centro del día) hasta poder obtener una plaza concertada



## IV. MAPEO DE AGENTES SOCIALES

### 4.1 Área Alsasua

La mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Ziordia/Olazi/Altsasu atiende las necesidades de la población de esos tres municipios. Son un total de 9.280 habitantes. Representan el 36,81% del total de habitantes.

#### NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ZIORDIA

Ziordia cuenta con 348 habitantes, de los cuáles el 27% son mayores de 65 años, y el 10.6% mayores de 80.

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Venta ambulante de pan	Portuko de Alsasua Panadero de Salvatierra Iñaki de Etxarri	Los panaderos van a diario
	Venta ambulante de pescadería		Venta semanal
	Venta ambulante de frutería		Los martes por la tarde
Farmacia	Farmacia M <sup>a</sup> Mercedes Sainz de Pezonaga	Mercedes	Farmacia
Peluquería	Peluquería y estética Kixkur	Peluquera	

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Bar ETXALEKU		Bar privado en local municipal. Sitio de reunión principal de mujeres (parchis).
	Taberna Urbasa		-Bar restaurante. Hombres van a la partida. -Vende pan de la Panadería Portuko de Alsasua

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Iglesia de la Asunción	Párroco Patxi Beloki	-Servicios religiosos

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico auxiliar		-Lunes y miércoles de 8.30 a 10.30 y viernes de 11.50 a 15h. -Depende del Consultorio Médico de Olazti -Ofrece servicios de medicina general y enfermería.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Altsasu/Olazti/Ziordia.	Alodia Alvaro (Trabajadora Social) Ana Beristain (Trabajadora Social)	-Los Lunes va Responsable Autonomía y dependencia de Tercera edad -Los jueves va la asistente que se encarga de la acogida
	SAD	Trabajadoras familiares	Referente importante para las personas usuarias

Ziordia no tiene ningún comercio en un establecimiento fijo, algunos de los productos básicos son suministrados por la venta Ambulante.

Hasta hace poco tenían venta ambulante de carnicería, que además llevaba yogures y embutido, pero lo ha dejado y están buscando uno que les suministre.

El Bar Etxaleku es muy importante como punto de reunión para las personas mayores.

Ziordia tiene un Coro Parroquial, no es exclusivo de mayores, pero sí que algunos lo son, aunque los vecinos no lo ven como referente.

Los vecinos de Ziordia se consideran extremadamente solidarios con sus habitantes, en comparación con otros pueblos del Valle. Existen entre ellos un vínculo de cuidado y preocupación de unos por otros.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: OLAZTI/OLAZAGUTÍA

Olazti /Olazagutía tiene una población de 1.489 habitantes. De ellos el 23,6% tiene más de 65 años y el 9.7% más de 80.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales	Asociación de jubilados y pensionistas Kamiogaina.	M <sup>a</sup> Angeles	-Organización de actividades Fomentar relaciones entre mayores y el entorno
	Coro parroquial	Iglesia	Este grupo reúne en torno a 15 personas y todos son mayores de 65 años.
	Cursos Municipales en Kultur Etxea	Ayuntamiento	Curso de pintura y curso de lencería. Ambos grupos son estables, formados por unas 10 personas cada uno, todas mayores de 65 años. Tanto hombres como mujeres.

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	En temporada van desde la Ribera vendiendo fruta y hortalizas	Productores de Ribera	-Sólo en temporada
Clínica dental	Clínica dental	Agustín	-Horario martes de mañana y miércoles de mañana y tarde
Farmacia	Farmacia Olatz Etxagibel	Olatz	
	Farmacia Begoña Markiegi Rodríguez	Begoña	

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Panadería	Ogi Berri Bujanda		Servicio a domicilio-
	Cafetería Panadería Amaya Niko		Degustación de café y venta de pan
Carnicería	Pako Harategia	Pako Aldasoro	-Página para pedidos online en pruebas. -Pedidos telefónicos
	Carnicería Imaz		-Pedidos por teléfono
Pescadería	Pescadería	Reyes	-Coge pedidos telefónicos
Bancos	La Caixa		-Entidad bancaria
Bares	Bar del Club de jubilados.		-Sobre todo se acercan mujeres.
	Casino Bar Restaurante		Los hombres juegan la partida, y las mujeres van a tomar café hasta que abren el hogar de jubilados. Es grande.
Transporte Público	Parada de autobús		-Compañía La Burundesa

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Miguel de Olazti	Párroco Patxi Beloki	-Servicios religiosos
ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio Médico		-De lunes a viernes de 8 a 15h
SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Altsasu/Olazti/Ziordia	Alodia Álvaro (Trabajadora Social) Ana Beristain (Trabajadora Social)	-Los Lunes va Responsable y Dependencia de Tercera edad
	SAD	Trabajadoras familiares	Los jueves va la asistenta que se encarga de la acogida

Además de los agentes señalados, en Olazti/Olazagutía encontramos una serie de servicios de interés y básicos;

TIPO DE SERVICIO	NÚMERO ESTABLECIMIENTOS
Comercios de alimentación general	3
Equipamientos del hogar	3
Textil y confección	1
Estación de servicio Valcarce Bujanda	1
Centros de belleza y peluquería	5
Piscinas municipales	1
Escuela municipal de Música	1
Biblioteca municipal	1
Polideportivo Erburua	1
Bares	4
Restaurantes	3

En Olazti hay dos **Sociedades gastronómicas**, San Miguel y Santa Ana. Si bien las personas consultadas no las califican como un lugar de referencia para las personas mayores, si son utilizadas por gente de esa edad.

En esta municipio también se ubica la **Asociación Belleza Sakana**, donde artistas de la comarca crean Belenes y realizan exposiciones.

La asociación de **jubilados Kamiogaina** trabaja por el desarrollo personal de personas mayores. Cuentan aproximadamente con 250 socios y socias. Realizan acciones de voluntariado con el banco de alimentos o de acompañamiento de personas mayores solas que necesiten y lo pidan.

Organizan cursos para sus mayores de gimnasia de mantenimiento, yoga, manejo de informática. Tienen además ordenadores a disposición de los socios y las socias para conectarse a internet.

La **Biblioteca municipal**, a través de Eduardo, ha puesto en marcha de un proyecto que consisten en acercar libros y revistas con temáticas del agrado de las personas mayores a la Asociación de jubilados. Cada lote de libros y revista se queda un tiempo y luego son sustituidos por otros. La cantidad de personas mayores que utilizan la Biblioteca, para préstamo de libros son en torno a 20, todos mayores de 70 años.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ALTSASU/ALSASUA

Altsasu es el municipio más grande del Valle, y aglutina numerosos servicios comunes para todos los pueblos. Consta de 7.443 habitantes, de los cuales el 19,6% son mayores de 65 años y el 6,4% mayores de 80.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales	Centro Cultural extremeño "La Encina"		
	Coral Erkudengo Ama	Inmaculada Arroyo	
	Biblioteca Pública Alsasua	Elena y M <sup>a</sup> Luz	Van personas mayores al club de lectura en castellano A Diario, los mayores van a leer el periódico, en torno a 15 personas de media. Si alguno va de vacaciones incluso les avisa para que lo tengan en cuenta.
Asociaciones Sociales	Jubilados de Alsasua	Emilio Boulandier	-En torno a 400 socios/as -Diariamente juegan la partida de 10 a 15 jubilados. Si es día de bingo se juntan 25. -En fin de semana se juntan entre 80 y 100 personas, en su mayoría mujeres.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Sociedades deportivas	Zelandi Kiroldedia		
	Atabo Altsasu SL	Alfonso	Empresa privada que desarrolla cursos de gimnasia, en locales cedidos, para activar a las personas mayores.
Recurso deportivo	Servicio Municipal de Deportes	Técnicos Alfonso y Sara	-Gimnasia de mantenimiento para mayores  -Programa de Envejecimiento Activo. Paseos saludables para mayores en circuitos de 2 ó 3 km para los que pueden andar y con actividades en el núcleo urbano para los que no pueden andar

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Clínica dental	Clínica Dental Navarra Alsasua	Dentista	
	Clínica Dental Iortia	Dentista	
	Clínica dental Dr. Berreteaga	Dentista	
Óptica	Óptica Sakana		
	Luresu		
	Óptica Navarra		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Farmacia	Farmacia Beñaran Las Heras	Los farmacéuticos y los auxiliares de farmacia	
	Farmacia Goikoetxea		
	Farmacia Irisarri Eguaras		
	Farmacia Lucía Larrumbe		
	Farmacia Luis de Redín		
	Farmacia Mercedes Fernández		
	Farmacia Pascual		
Bancos	Banco Santander		
	BBVA		
	Banco Sabadell		
	Banco Popular		
	Kutxabank		
	Caixabank		
	Laboral Kutxa		
	Caja Rural Navarra Ruralvía		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Bar del Club de jubilados de Alsasua		
	Bar Centro extremeño "La Encina"		
	Bar Espejo		Local donde se reúnen a la partida
	Bar cerca de la parada de autobuses		
Transporte público	Estación Renfe Ferrocarril		
	Parada de Taxis		
	Estación de autobuses		
	Parada de autobús Alsasua-Bomberos		

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia Nuestra Señora La Asunción	Javier Izco y Rafael Ayarza	-Atienden la Parroquia, la Clínica y el centro de día. - A diario podría atender aproximadamente a 20 feligreses de Tercera Edad

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Centro de salud	Médic@s y enfermer@s	-De lunes a viernes de 8 a 15h
	Centro de Atención a la mujer CAM		-Servicio de ginecología, obstetricia y educación sexual.
Protección Civil	Ambulancias Baztan Bidasoa SL		
	Bomberos		-Parque de incendios y de rescate
	Cruz Roja		
	DYA		
	SOS Navarra		
	Guardia Civil		

ÁMBITO EDUCATIVO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Centro Educativo	CEBA		

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Altsasu/Olazti/Ziordia	Trabajadoras Sociales	-De lunes a viernes de 9.30 a 14h. Lunes y jueves atienden en los otros municipios de la Mancomunidad de SSB
	Centro de Día de la Fundación.	Trabajadora Social	-25 plazas concertada con Gobierno de Navarra
	SAD	Trabajadoras Familiares	
	Residencia Municipal Aita Barandiaran	M <sup>a</sup> Eugenia Martinez	-42 plazas para todo el Valle y gente de la provincia
	Clínica Josefina Arregui	Gerencia y trabajadora social.	-Importante programa Alzheimer. -Recuperaciones, rehabilitaciones -Psicoestimulación cognitiva -Consultas externas (privadas)

Altsasu/Alsasua, con una población cercana a 7.500 personas, se convierte en el municipio de referencia comercial y de servicios de los municipios de la mancomunidad de Servicios Sociales de Altsasu/Olazti/Ziordia.

El comercio, se encuentra distribuido de forma dispersa por el municipio, aunque con una mayor concentración en el Casco Antiguo y alrededores. Podemos encontrar ofertas de servicios como;

- Supermercados y Tiendas de Ultramarinos
- Tiendas de alimentación; fruterías, carnicerías y pescaderías.
- Panaderías y pastelerías, algunas de ellas con servicio a domicilio de pan
- Peluquerías y centros de estética
- Bares y restaurantes, con servicio a domicilio de comidas
- Comercio textil
- Comercio de reparación
- Todo tipo de servicios; aseguradoras, relacionados con la salud (podólogos, masajes...).

La relación de las personas con los comercios en un municipio del tamaño de Altsasu es más impersonal que en los pueblos más pequeños. No hay un único referente, cada uno en su barrio tiene los suyos.

En cuanto a las **Sociedades gastronómicas**, encontramos varias en Altsasu. Los agentes consultados no los ven como referentes de las personas de tercera edad, sin embargo, sí se encuentran entre sus usuarios. Los nombres de las sociedades gastronómicas son: Alzania, Amandrea, Beti Jate, Zubeztia o Lagun Onak entre otros.

En el ámbito cultural y de esparcimiento cuenta con;

- Instalaciones deportivas
  - Polideportivo Zelandi
  - Complejo deportivo
  - Frontón Burunda
- Instalaciones culturales
  - Biblioteca Municipal
  - Escuela de Música
  - Centro cultural Iortia
  - Casa de Cultura Gure Etxea

#### **Asociación de jubilados de Alsasua. Emilio Boulandier**

La asociación tiene en torno a 400 socios/as, principalmente de Alsasua, pero alguno de Olazti y de Urdiain . A diario con el Bingo llegan a ser 25, pero los fines de semana siempre entre 80/100 personas.

Se reúnen más mujeres que hombres, aunque sí hay un grupo diario de partida de cartas de 10/12.

Entre ellos se cuidan y controla su asistencia, si alguien falta dos días intentan saber de esa persona.

Actividades que realizan;

- Cursillos gimnasia mantenimiento más de 25 personas, en su mayoría mujeres
- Taller de la Memoria, lo realizan 2 veces al año. Sobre 20 horas. Van entre -20/25 personas
- Cursillos de manualidades; a estos acuden entre 6/7 mayores.
- Cursos de informática y de manejo de móviles. Para esta actividad cuesta mucho reunir grupo...

- Hacen en octubre una Semana Cultural con conciertos y comidas de homenaje a mayores, por el Día de los mayores 1 de octubre.
- El día del socio comen 120 personas de tercera edad
- Realizan excursiones de día a bodegas, a la playa, culturales a Burgos....

Comenta que los que se jubilan ahora ya no cogen costumbre de apuntarse a los jubilados. Con 65 años tienen muchas posibilidades y más medios para moverse y más vida social. Por lo tanto, los que están de socios son bastante mayores.

Sí reconoce que algunos mayores van a otros bares, pero no cita ninguno en concreto

### **Servicio Municipal de Deportes de Alsasua**

Información extraída de la conversación telefónica con los técnicos Alfonso y Sara.

Ambos técnicos idearon el proyecto de acciones de envejecimiento activo presentándolo a Bertan. Comenzaron por los paseos saludables pensando en activar a los mayores, “pasivos a activos”, para mejorar su calidad de vida en el plano de la salud y en el de las relaciones sociales.

El plan, en opinión de los técnicos, no cuajó como se podía esperar, por falta de una red bien engranada, con la figura de Orientadores físico - deportivos que no se llegó a poner en marcha, y la poca publicidad por parte de los actores a los que se implicó.

Consideran que es un proyecto fundamental para el buen envejecimiento físico y mental de los mayores, y que en municipios de otras comarcas están funcionando muy bien con gran aceptación por parte de los usuarios.

### **Biblioteca Pública Alsasua**

Nos ofrecen la información Elena y M<sup>a</sup> Luz.

En invierno tiene horario de tarde y en verano de mañana.

Ellas no han dudado en considerar que son un agente de referencia de la tercera edad. A diario van a la biblioteca en torno a 15/20 mayores a leer periódicos, además de los que puedan usar el préstamo de libros.

Se conocen todos, incluso cuando alguno se va a ir de vacaciones les avisa para que no les echen en falta

Señalar que semanalmente en Alsasua se concentra el movimiento de Jubilados y Pensionistas, para, entre otros temas, reivindicar pensiones justas. A estas concentraciones se unen personas mayores de distintos municipios, y de otras asociaciones importantes por tratar los mismos temas como Sasoiak.

## 4.2. Área Etxarri Aranatz

La Mancomunidad de Servicios Sociales de Etxarri Aranatz cubre las necesidades de un total de 6.656 habitantes de los municipios de Urdiain, Iturmendi, Bakaiku, Etxarri Aranatz, Ergoiena, Arbizu y Lakuntza.

### NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: URDIAIN

Urdiain tiene una población de 653 habitantes, de los cuales el 25,3% son personas mayores de 65 años y el 11,5% mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de jubilados de Urdiain	Juana Rosa	Bar autoservicio, juegos de catas, excursiones...
Sociedades gastronómicas	Club Aitziber	Junta	Piscina al aire libre, sociedad gastronómica

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Farmacia	F. Urdiain	Jaione y Patricia	Tiene servicio de parafarmacia online
Peluquerías	Peluquería Mari Carmen	Mari Carmen	Unisex
Carnicería	Carnicería Charcutería López de Goikoetxea	José Miguel	Hacen servicio a domicilio
Bancos	La Caixa		
Bares	Bar Restaurante Kaluxa	Manu y Bárbara	Bar restaurante
Taxistas	Taxi Josean	Josean	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	P. La Asunción	Miguel (Párroco)	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio Médico de Urdiain		Pertenece al Centro de Salud de Etxarri Aranatz. Medicina General y enfermería. 13-15:20h.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajador a Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El Club de Jubilados de Urdiain se compone de más de 100 socios/as. A criterio del interlocutor la gente se asocia cuando ya es bastante mayor. Tiene un autoservicio de bar a modo de txoko.

En el Ayuntamiento se han estado organizando talleres de memoria, estimulación cognitiva para mayores de 65 años.

Para todos los servicios y productos que necesitan y no encuentran en Urdiain van a Altsasua, generalmente en transporte privado, por comodidad y porque han quitado muchos horarios de la línea de autobuses

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ITURMENDI

Cuenta con 403 habitantes. El 22,8% son mayores de 65 años y el 12,7% mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de jubilados de Iturmendi	Jacinto	Bar, viajes, preparación de fiestas, juegos de cartas.
Sociedades gastronómicas	Aizkozar	Presidente	Sociedad recreativa, cultural, gastronómica y deportiva

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Farmacia	F. Idoia Urbizu Azazeta	Idoia	Tiene también farmacia en Bakaiku y está unas horas en cada pueblo
Ultramarinos	Ultramarino	Juanjo	Comercio que tiene de todo un poco

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	P. San Miguel	Mikel (Párroco)	Es la persona que también está a cargo del monasterio de Zamartze. Referente de la zona

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico de Iturmendi		Pertenece al Centro de Salud de Etxarri Aranatz. Medicina general, enfermería. 8-10:30 h.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

En el Club de jubilados llevan a cabo un programa con la escuela para enseñar a los niños tareas y labores de antaño. También tienen un taller de lanaterapia.

En el pueblo existe otra sociedad gastronómica además de la citada.

Para la mayoría de las gestiones, servicios y compras van a Altsasu en coche particular.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: BAKAIKU

Es el municipio más pequeño de esta zona con 362 habitantes. El 28,7% de sus vecinos es mayor de 65 años y el 9,4% mayor de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de Jubilados de Bakaiku	Primitivo	Cada vez menos gente y menos importante
Sociedades gastronómicas	Sociedad Bertako Etxea		Poca cosa

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Estanco/ultramarios	Conchi Etxeberri	Conchi	De todo un poco
Farmacia	F. Idoia Irbizu Azazeta	Idoia	Tiene también farmacia en Bakaiku y está unas horas en cada pueblo
Bares	Ba Koxko	Ana	
Taxistas	Taxi Patxo Celaya	Patxi	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquial de San Jua	Mikel (párroco)	Es la persona que también está a cargo del monasterio de Zamartze. Referente de la zona

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio Médico de Bakaiku	Médico	Pertenece al Centro de Salud de Etxarri Aranatz. Medicina general, enfermería. Lunes, martes, jueves y viernes de 11-12:30 h.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El Club de Jubilados y la sociedad gastronómica cada vez parece que tienen menos empuje y menos gente

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ETXARRI ARANATZ

Es el municipio más grande y que concentra la mayor parte de los servicios de esta área. Tiene 2.483 habitantes y una población mayor de 65 años del 22,5% y mayor de 80 años del 6,5%.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	C. J. Gure Ametsa	Cipri	Tiene bar, 17-21:30 de martes a domingo. 280 socios. Organizan cursos, campeonatos, viajes y charlas varias, yoga, bailes, gimnasia
Sociedades gastronómicas	Udaberri	Presidente	Sociedad gastronómica que también es Club de montaña
Otras asociaciones	Coral de Etxarri Aranatz	Alicia (directora)	Continuadora del coro parroquial

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Óptica	Argiro Optika S.L	Óptico	Análisis de la vista y la tensión ocular, ajuste de lentes de contacto.
	Arriaran Lasagabaster, Eneritz	Óptica	Optico-optometristas y podólogos. Asociación de jubilados una vez a la semana
Odontología	Clinica dental Etxarri	Odontólogo	Odontólogos
Farmacia	Farmacia Merche Martinez	Merche	Homeopatía, dermofarmacia, controles analíticos
	Farmacia Bakaikoa Ormazabal	Virginia	
Bancos	Laboral Kutxa		
	Caixabank S.A.		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Iturri Eder	Eneko	Popular entre la gente mayor
Taxistas	Jesús María Beguiristainigoa	Jesús María	Autotaxi
	Oscar Lasaelizalde	Oscar	Autotaxi

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia de Santa María	Mikel	Es la persona que también está a cargo del monasterio de Zamartze. Referente de la zona

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Centro de salud de Etxarri Aranz	Médico	Medicina general, enfermería, pediatría

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El municipio cuenta con otras cinco sociedades que aglutinan a vecinos de todas las edades: Etxe Azpi, Artzabal, Karrkestu y Larrañeta.

El Club de jubilados realiza multitud de actividades. Además de las más habituales (cartas, parchís...) organizan veladas musicales 2 o 3 veces al año, viajes, comidas. Ofrecen cursos de yoga, baile, gimnasia...Tienen un programa piloto paralizado por el COVID 19 pero que esperan

reanudar en breve para intentar unir la experiencia de los mayores y la de los más jóvenes (chavales entre 10 y 16 años). Son unos 300 socios/as.

El Ayuntamiento también ofrece gimnasia... y ha estado organizando talleres de memoria, estimulación cognitiva para personas mayores de 65 años.

Etxarri es un lugar de encuentro para las reuniones de la Asociación Sasoiak

Además de los comercios señalados existen en el municipio más de 9 bares restaurantes y una oferta variada de carnicerías, panaderías, empresas de nutrición y fisioterapia y una empresa de muebles Comercial Etxarri S.A. que ofrece muebles especiales para personas dependientes en su web.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ERGOIENA

Formado por 3 núcleos poblacionales: Lizarraga, Dorrao/Torrano y Unanu, cuenta con una población de 372 habitantes. El porcentaje de personas de más de 65 años es significativamente superior al de otros pueblos del entorno; suponen el 36,6% y los mayores de 80 años el 14%.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de jubilados de Lizarraga Ergoiena	Martina	Realizan pocas actividades, dos comidas al año y poco más

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Farmacia	Farmacia Lda. María del Pilar Calvo	María del Pilar	Lizarraga
Bares	Margazpi	Miguel Angel	Bar, comidas, algún embutido...

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	San Clemente (Lizarraga)	Mikel	Es la persona que también está a cargo del monasterio de Zamartze. Referente de la zona
	San Pedro (Unanu)	Mikel	
	La Asunción (Dorrao/Torrene)	Miguel Angel (Párroco)	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico de Torrano	Médico	Pertenece y depende del centro de Salud de Etxarri Aranatz. medicina general y enfermería martes y viernes de 12-15:20h.
	Consultorio médico de Lizarraga		Pertenece y depende del centro de Salud de Etxarri Aranatz. medicina general y enfermería martes y viernes de 9-10:00 h.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El valle de Ergoiena es un valle formado por tres pequeños asentamientos: Lizarraga (capital), Dorrao/Torrano y Unanu.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ARBIZU

Municipio de 1104 habitantes, con el 17,9% de su población mayor de 65 y años y el 6,3% mayor de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Arbizuko Beldarrain Jubilatuen elkarte/Asociación de jubilados de Arbizu	Juan Andrés	Local con bar. Organizan excursiones, hacen juegos de cartas. Va poca gente
Sociedades gastronómicas	Aldabide	Presidente	Sociedad de gran relevancia en Arbizu

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Estanco	Estanco Beriain	Ricardo	
Farmacia	F.Miren Abarne Razquin	Miren	
Peluquerías	Maria José Razkin	Mari Jose	
	Oihana Oiarbide	Oihana	
Carnicería	Razkin Harategia	Anastasia	
Bancos	Caixabank		

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Natividad de María	Mikel	Es la persona que también está a cargo del monasterio de Zamartze. Referente de la zona

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico de Arbizu	Médico	Pertenece al Centro de salud de Etxarri Aranatz y depende del Consultorio Médico de Lakuntza. Medicina general y enfermería. De lunes a viernes 12:00 a 15:20.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El Ayuntamiento ha estado organizando talleres de memoria, estimulación cognitiva para personas mayores de 65 años. Así mismo, al Polideportivo municipal acude bastante gente mayor a realizar diferentes actividades.

Además de los mencionados en la tabla en Arbizu hay un Erosle, pescadería y algún otro comercio. Hay 5 bares restaurantes, pero con escasa afluencia de personas de edad.

La gente acude a Altsasu para realizar las compras y servicios que no encuentra en el pueblo y usa mayoritariamente el coche suyo o de vecinos, familia.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: LAKUNTZA

Tiene una población de 1.279 habitantes. De ellos el 17.5% son mayores de 65 años, y el 5,1 supera los 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de jubilados de Lakuntza	Socorro	Cuentan con bar y tienen muchas actividades
Sociedades gastronómicas	Lakuntzako Pertsak Elkartea	Mikelatxo	Sociedad cultural, gastronómica, deportiva de interés

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Estanco	Estanco Rosa	Rosa	
Fisioterapia	Fisioterapia	Iñaki	
	Fisioterapia	Gizane	
Farmacia	Farmacia Lierni	Lierni	
Peluquerías	Peluquería Pili	Pili	Público mayor
Carnicería	Carnicería Mari Jose	Mari Jose	
	Carnicería Jose Mari	Jose Mari	
Pescadería	Pescadería Tania	Tania	
Bancos	Caja Laboral		
	Caixabank		
Bares	Cafetería-panadería	Ketxus	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	San Salvador	Josean (Párroco)	
Asociación socio-religiosa	El coro	Luis Mari (organista)	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico de Lakuntza	Médico	Pertenece al Centro de salud de Etxarri Aranatz. Medicina general y enfermería. De lunes a viernes 8-12:00h.

ÁMBITO EDUCATIVO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Otros	Club de Jubilados	Iñaki (profesor)	Aula de estudio para mayores

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Etxarri	Ana (Trabajadora Social)	Atienden bajo cita previa.
	Servicio de Ayuda a Domicilio	Ana y las trabajadoras familiares	Hay 3 trabajadoras familiares para toda la zona

El Club de Jubilados de Lakuntza tiene gran importancia y es la fuerza aglutinante de las personas mayores en el municipio. Está abierto a personas de cualquier edad con el objetivo de no hacerlo un “gueto”. Ofrecen los siguientes servicios:

- Tienen bar que da cenas a todo tipo de público (Ismael)
- Juegos de mesa
- Organizan campeonatos de mus..
- Organizan viajes con los Clubs de Jubilados de Olazti e Irurtzun
- Preparan un viaje abierto a personas mayores de 50 años una vez al año, han ido a Noruega, Rusia...
- Organizan una semana cultural
- Tienen un taller de euskera
- Grupos de pilates, gimnasia..
- Charlas...
- Tienen un aula desde hace años con un profesor 3 días a la semana 2 horas con lectura, escritura, matemáticas...

Además de los comercios señalados hay un Eroski, 3 peluquerías y 3 bares.

La gente suele ir al Altsasu o Pamplona cuando necesitan otros servicios. También se va a Altsasu al cine.

### 4.3. Área Irurtzun

La Mancomunidad de Servicios Sociales de Irurtzun atiende las necesidades de los municipios de Arakil, Arruazu, Irañeta, Irurtzun, Betelu, Uharte Arakil, Larraun, Araitz, Imotz, Iza y Lekunberri, así como de todos los concejos y entidades que los componen. Son un total de 9.276 habitantes.

#### NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ARAKIL.

Formado por los concejos de Egiarreta, Ekai, Etxarren, Etxeberri, Errotz, Ihabar, Izurdiaga, Urritzola, Hiriberri, Zuhatzu y Satrustegi.

Tiene una población de 933 habitantes, de los cuales el 22,4% son mayores de 65 años y dentro de estos, el 8,4% son mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones	Asociación de mujeres Xaniturri	Nieves	Bastantes participantes son personas mayores. Organizan cursos de manualidades, yoga, en los locales del concejo
	Asociación Coro del Valle de Arakil	Maria Luisa	Se reúnen para ensayos en las actuaciones
Sociedades gastronómicas	Denon Kabia Elkarte	Amaia	Ihabar
	Txitera elkarte.	Jose Cruz	Hiriberri
	Etxarrengo elkarte.	Aritz	Etxarren
	Santialde elkarte	Jesús	Egiarreta
	Astamendi elkarte	Alicia	Satrustegi
	Zuhatzuko elkarte	Idoia	Zuhatzu
	Ekaiko elkarte	Francisco Javier	Ekai
	Etxeberriko elkarte.	Pello	Etxeberri
	Herriko	Fermin	Urritzola

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Pan Panasa	Vendedores ambulantes	Pasa todos los días
	Carnicería Arregui		Una vez a la semana
	Congelados		Una vez a la semana

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Martín de Tours	Párroco	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Ambulatorio</b>	Consultorio Médico Auxiliar Etxarren	Médico	Pertenece y depende del Centro de Salud de Irurtzun. Acuden en función de las consultas. Medicina general y enfermería. Atiende a Egiarreta, Ekai, Errotz, Etxarren, Etxeberri, Inhabar, Izurdiaga, Satrustegi, Urritzola, Villanueva Arakil y Zuhatzu.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Servicios Sociales Base</b>	Servicio Social de Base de Irurtzun	Lorea(Trabajadora Social)	De lunes a jueves en la sede del SSB de Irurtzun
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: M <sup>a</sup> Angeles, M <sup>a</sup> Peña y María	

Municipio muy diseminado, con casi ningún comercio, ni farmacia u otro servicio. Las furgonetas que pasan con el pan, carnicería y congelados acercan a los concejos sus productos. Existen dos bares restaurantes: Oskia e Iratzar.

### NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: **ARRUAZU**

Con 110 habitantes es el municipio con menos población no solo de la zona de Irurtzun, sino también de Sakana, con un 27,3% de mayores de 65 años y un 7,3% de mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Sociedades gastronómicas</b>	Sociedad del pueblo	Junta rotatoria	Funciona a modo de txoko y son socios casi todo el pueblo

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Repartidores/as de comida y productos</b>	Panadería, carnicería, frutería, pescadería	Vendedores	Acercan sus productos hasta las casas.
<b>Bares</b>	Posada de Arruazu	Jesús y Virginia	Bar, restaurante

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Iglesia</b>	Parroquia de La Asunción	Mikel	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Ambulatorio</b>	Consultorio Médico Auxiliar de Arruazu	Médico	Pertenece al Centro de Salud de Irurzun y depende del Consultorio Médico de Uharte Arakil. Medicina general, enfermería. Viernes, horario en función de las consultas

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Servicios Sociales Base</b>	Servicio Social de Base de Irurzun	Juana (Trabajadora Social)	Miércoles en el Ayuntamiento de Uharte Arakil
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: M <sup>a</sup> Angeles, M <sup>a</sup> Peña y María	

Pueblo muy pequeño y muy bien comunicado por la cercanía de la autovía. Los habitantes de la zona van a Pamplona, Lakuntza, Uharte Arakil a realizar las compras o servicios que requieren. Existe también en el municipio una quesería que realiza visitas guiadas al turismo y que llevan sus productos a domicilio. La zona cuenta con la existencia de una casa rural.

La persona interlocutora comenta que ha bajado el número de servicios de la Borundesa por la falta de afluencia. Todo el mundo utiliza el coche.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: IRAÑETA

Tiene 172 habitantes, el 21,5% son mayores de 65 años y el 7% mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Sociedades gastronómicas</b>	Sociedad Zapelazpi	Directiva de 4 personas que rota	Funciona a modo de txoko. Casi todo el pueblo es socio

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Repartidores/as de comida y productos</b>	Panadería de Pamplona	Arrasate	Paran en diferentes sitios del pueblo y tienen diferente periodicidad
	Panadería de Altsasua	Amaia	
	Frutería de Irañeta	Markorena	
	Frutas Písón	Vendedor	
	Carnicería Arregi	Arregi	
	Pescadería Erasun	Juan	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	San Juan Bautista	Alejandro	Nacido en Sakana. Persona conocedora y muy conocida

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio Médico Auxiliar Irañeta		Pertenece al Centro de Salud de Irurtzun y depende del Consultorio Médico de Uharte Arakil. Martes en función de las consultas. Medicina general

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana (Trabajadora Social)	Miércoles en el Ayuntamiento de Uharte Arakil
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: M <sup>a</sup> Angeles, M <sup>a</sup> Peña y María	Actualmente no atienden ningún caso en el pueblo

Municipio muy pequeño sin comercios, ni bares....Bien surtidos de repartidores ambulantes.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: IRURTZUN

Es el municipio más grande de la zona con 2.233 habitantes. El porcentaje de personas mayores de 65 años es de 17,6% y el de mayores de 80 años del 5,3 %.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de Jubilados y Pensionistas S. Martín	Máximo, Tere	Excursiones, campeonatos de mus, parchis, bailes, cursos de manualidades y labores diversas. Hay bar. Abren mañana y tarde
Sociedades gastronómicas	Iratxo S.C.D.R.	José Javier	Sociedad Cultural Deportiva Recreativa y gastronómica.
Otras Asociaciones	Coro de Irurtzun Abesbatza	Fermin (Director)	Coro de renombre

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Estanco</b>	Estanco Elizondo	Estanquero	
<b>Mercerías</b>	Mercería Orcaray	Comerciante	Establecimiento de toda la vida del pueblo
<b>Peluquerías</b>	Peluquería Mila	Mila	Peluquería donde va más la gente mayor del pueblo
	Peluquería Zuriñe	Zuriñe	
	Peluquería Estibaliz	Estibaliz	
<b>Fisioterapia</b>	Oreka Fisioterapia eta Osteopatia	Edurne y Ainara	
<b>Odontología</b>	Clínica Dental Iñaki Etxarri Urkizu	Iñaki	Solo adultos
<b>Farmacia</b>	Farmacia Martirena - Gastarena	Farmacéutico	
	F. Mutiloa	Ana	Reseñable
<b>Frutería</b>	Lorena Fruitis	Lorena	
<b>Muebles</b>	Muebles Pascual		De toda la vida
<b>Bancos</b>	CaixaBank		
	B. Popular		
	B. Santander		
<b>Taxistas</b>	José M. Iturralde	Jose Mari	9 plazas
	Félix Otegi	Félix	9 plazas

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Iglesia</b>	P. S. Martín	Carlos, párroco	

ÁMBITO SOCIOPOLÍTICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Tejido social</b>	Asociación Sasoiak	Xabier	Sede en Irurtzun

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Ambulatorio</b>	Centro de Salud de Irurtzun	Miguel Angel y Mikel (médicos)	Medicina general, enfermería, pediatría, urgencias y cirugía menor de ambulatorio

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Servicios Sociales Base</b>	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana (Trabajadora Social)	Lunes, martes y jueves en el Ayuntamiento de Irurtzun
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: M <sup>a</sup> Angeles, M <sup>a</sup> Peña y María	

Más de la mitad de las personas que son socios del Club de Jubilados lo son a su vez de la Asociación Sasoiak y de la Asociación Iratxo. Tienen entre ellos mucha relación y se ven casi todos los días. En la Asociación Sasoiak reivindican temas relacionados con las pensiones, realizan

campañas sobre el coste energético, la dependencia. Cada 15 días se reúnen en Irurtzun o Etxarri pero tienen asociados de toda la zona.

La Coral de Irurtzun se crea en el año 2006 con 2 objetivos principalmente: forjar una tradición coral que nunca ha existido en Irurtzun y, reunir a gente del pueblo y de alrededores entorno al placer por cantar. Comienza su andadura con 18 componentes y empiezan a trabajar un repertorio básico. La mayoría de estos componentes buscan una alternativa al coro parroquial, ya que desean conocer e interpretar otros estilos musicales, además de formarse en un coro mixto de 4 voces. A lo largo de los últimos años el número de componentes se ha ampliado hasta 45, habiendo gente de pueblos de alrededor como Huarte Arakil, Ihabar, Irañeta, Villanueva y Satrústegui. La Coral de Irurtzun ofrece todos los años varios conciertos y colabora activamente en los grandes eventos culturales del pueblo. Además, también actúa fuera de Navarra y del Estado.

El municipio además de lo señalado en la tabla cuenta con varias carnicerías, charcuterías, pescaderías...

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: BETELU

Población de 366 habitantes, de los cuales el 21, 6% son mayores de 65 años y el 8,5% mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.	Asociación de jubilados de Betelu	Rocío	Alrededor de 60 socios/as. Local amplio para juegos, charlas, talleres, meriendas, fiestas.

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Peluquería	Peluquería y esteticista Aitz-Berri	Peluquera	Centro de belleza. Atiende también a la Residencia
Fisioterapia	Iosu Estanga Fisioterapeuta	Iosu	
Farmacia	F. A. Carrillo	Angelines	Botika
Panaderías	Panadería Atabal	Panadero	
Carnicería	Maite Harategia	Maite	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	P. S. Pedro	Jesús Mari	

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Ambulatorio</b>	Consultorio Médico Auxiliar Orotz-Betelu	Mamem (médica)	Pertenece al Centro de Salud de Aoiz. Medicina General y enfermería. Lunes de 12-13:30

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Servicios Sociales Base</b>	Servicio Social de Base de Irurtzun	Eduarne((Trabajador a Social)	Martes en el Ayuntamiento de Araitz
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: Ascen y Begoña	
	Centro Residencial AMAVIR Betelu	Esmeralda	Cuenta con 45 plazas residenciales y 10 de estancias diurnas (actualmente sin ocupación)

Aunque Betelu es ayuntamiento independiente, junto con el de Araitz (formado por 6 concejos: Arribe, Atallo, Azkarate, Gaintza, Intza y Uztegi) forma una "unidad" que comparte todos los servicios público y privados.

El transporte público es escaso.... pasa un autobús de la línea Pamplona San Sebastián pero poco práctico por los horarios.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: UHARTE ARAKIL

Este municipio cuenta con 805 habitantes, con un 23,2% de habitantes de más de 65 años y un 8,5% de mayores de 80 años.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
<b>Asociaciones culturales de personas mayores de 60 años.</b>	Asociación de jubilados San Juan.	Miguel, Pedro	Tiene bar. Colaboran con el banco de alimentos y otros colectivos. Dinamizan actividades. Dan gimnasia...
<b>Sociedades gastronómicas</b>	S.D.C.G. Aralamendi	Omar	Funciona como sociedad y organizan actividades para el pueblo. Proporción alta de personas mayores

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Panificadora Amaya 2 Fruterías 2 Pescaderías	Repartidores	Diferente periodicidad
Peluquerías	Peluquería Yoli	Yoli	
	Alicia Estética	Alicia	
Podología	Podólogo viene de Pamplona		En los locales del Ambulatorio
Farmacia	Farmacia Garbiñe Azurmendi	Garbiñe	
	Farmacia María Victoria Huarte	Victoria	
Carnicería	Carnicería Mendinueta	Josetxo	
Ultramarino/supermercado	Aliprox	Amaia	
Bancos	Caixabank		
	Caja Rural de Navarra		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Cafetería panadería de la Plaza	Prado	Panadería y cafetería más frecuentada por público femenino
	Bar Motxale	Jose Antonio	Bar de mayor afluencia de personas mayores

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	P. Aralar	Jose Antonio	
	Monasterio de Zamartze	Mikel	Persona de influencia en estos temas con gente mayor

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio Médico Uharte -Arakil	Antonio	Pertenece al Centro de salud de Irurtzun. Atiende a los municipios de Arruazu, Arakil, Uharte Arakil e Irañeta. Medicina general y enfermería. De lunes a viernes de 8:00 a 15:20  El médico es una referente en el pueblo por ser del municipio.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana (Trabajadora Social)	Lunes, martes y jueves en el Ayuntamiento de Uharte Arakil
	Servicio de Ayuda a domicilio	Trabajadoras familiares: M <sup>a</sup> Angeles, M <sup>a</sup> Peña y María	Actualmente solo atienden un caso en el pueblo

Además de los servicios y comercios mencionados cuenta con más bares, restaurantes y comercios.

Cabe destacar la figura del Doctor Antonio que es una figura de referencia en cuestiones de salud por su dilatada experiencia y conocimiento de los y las vecinas.

Hay Autobús de línea prácticamente cada hora a Vitoria y a Pamplona. Las personas del pueblo se desplazan principalmente a Altsasu y Pamplona. Es generalizado el uso de coche privado

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: LARRAUN

El municipio completo tiene 951 habitantes. Está formado por 15 entidades de población; Albiasu, Aldatz, Allí, Arruitz, Astitz, Azpirotz-Lezaeta, Baraibar, Errazkin, Etxarri, Gorriti, Iribas, Madotz, Mugiro, Oderitz y Uitz. El porcentaje de mayores de 65 y más años es del 27,7% y los mayores de 80 años suponen el 11,9%

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales	Club de jubilados de Lekunberri y Larraun	Presidenta	-Se localiza geográficamente en Larraun, pero al igual que ocurre con otros servicios es compartido por ambos pueblos
Sociedades gastronómicas	Sociedad de Uitz		En cada municipio de Larraun las sociedades son el lugar de encuentro.
	Sociedad de Aldatz		
	Sociedad de Arruiz		
	Sociedad de Azpiroz		
	Sociedad de Errazkin		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Venta ambulante ultramarinos.		Semanal
	Venta ambulante de pescado		Semanal
	Venta ambulante de fruta		Semanal
	Venta ambulante pan		A diario
Panadería	Obrador de pan "Lezaetako Ogia"		Venta de pan artesano

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Lorenzo (Albiasu)	Los párrocos que atienden estas iglesias se van turnando en otros municipios de la comarca también; Santiago Inaxio Jesús María y Mikel.	Las misas se van turnando entre las parroquias, no son semanales
	Iglesia San Juan Bautista ( Iribas)		
	Parroquia San Martín (Aldatz)		
	Parroquia San Miguel (Baraibar)		
	Parroquia San Pedro (Astiz)		
	Parroquia San Martín (Errazkin)		
	Parroquia San Juan y San Pablo (Alli)		
	Parroquia San Esteban (Azpirotz)		
	Monjas Agustinas de Clausura		En el convento se celebra misa diaria

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana y Edurne (Trabajadoras Sociales)	Los martes visitan Larraun.
	SAD	Trabajadoras familiares	

Larraun comparte administrativamente servicios que se encuentran localizados geográficamente en Lekunberri;

- Centro de día
- Polideportivo Plazaola
- La casa de cultura Mitxausenea; alberga biblioteca, cursos municipales.
- Los pisos municipales, tutelados para mayores de 65 años y menores de esa edad con minusvalía.

No tienen ningún servicio en el municipio, ni comercio, ni médico, ni farmacia... La venta ambulante de ultramarinos, fruta, carnicería y pescado pasa semanalmente y el pan ambulante a diario. Al médico van a Lekunberri y a la farmacia a Lekunberri o a Leitza.

Para hacer vida social el Club de jubilados también se encuentra en Lekunberri. En cada entidad del municipio tienen una sociedad, donde al menos semanalmente se relacionan.

Los vecinos son principalmente los que se preocupan entre sí de su bienestar y de sus desplazamientos. Este último es un tema que preocupa, incluso sugieren la idea de poner un sistema de taxi con tarifa plana o bonos para desplazamientos necesarios a Lekunberri.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: ARAITZ

El municipio de Araitz suma 512 habitantes, divididos en varios concejos; Arribe, Atallu, Azkarate, Gaintza, Intza, Uztegi. El porcentaje de personas mayores de 65 años es de 24,6% y el de mayores de 80 años de 8,2%.

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Farmacia	M <sup>a</sup> Aranzazu Ochotorena Arsuaga		
Panadería	Una vecina compra el pan en Pamplona y lo reparte por el pueblo		
Alimentación	Ultramarinos Mari Teren Denda	M <sup>a</sup> Tere	-Ultramarinos y Estanco -Coge pedidos por teléfono y reparte a domicilio
Bancos	La Caixa		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Bar restaurante San Miguel		-Lugar semanal de la Tercera edad para partida y reunión después de la misa. -Además el último jueves de cada mes hacen cena todos los jubilados
Taxi	Taxi Lontxo Otamendi		

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Juan Bautista (Atallu)	Los párrocos que atienden estas iglesias se van turnando en otros municipios de la comarca también; Santiago Inaxio Jesús María y Mikel.	-Principales son las de Atallu y Arribe que son los barrios de abajo, donde más gente se junta
	Iglesia San Miguel (Arribe)		
	Parroquia Católica La Asunción(Uztegi)		
	Parroquia San Esteban (Azkarate)		

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio médico	Doctora Mamen	-Consulta diaria en Arribe

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana y Ederne (Trabajadoras Sociales)	Los martes visitan Araitz
	SAD	Trabajadoras familiares	

Los vecinos de Araitz tiene más o menos quien le pueda transportar; hijo, sobrino, vecino... El autobús tiene sólo dos servicios al día y vale para poco, es poco útil.

En general, para temas médicos se desplazan por costumbre a Pamplona. Para comercios y servicios, los mayores van más a Lekunberri y, sobre todo, a Tolosa, a la Feria de los sábados.

Los vecinos de los barrios altos funcionan de forma diferente que los de Arribe y Atallu; acostumbran a bajar una vez a la semana para abastecerse.

Al preguntar a los vecinos del pueblo por lugares de referencia para la Tercera edad señalan sin dudar el Bar San Miguel como punto de encuentro, sin embargo, aunque no sea sólo de mayores, hay que señalar que cada municipio tiene su Sociedad, a destacar Balerdi en Azkarate.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: IMOTZ

El municipio consta de 423 habitantes divididos en distintos concejos, Etxaleku, Eraso, Goldaratz, Latasa, Muskitz, Oskotz, Urritza, Zarranz. El 26,7% de su población es mayor de 65 años y el 6,7% tiene más de 80.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Sociedades Gastronómicas	Sociedad de Etxaleku	Los propios socios, que son vecinos y vecinas	
	Sociedad de Oskotz		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Venta ambulante de ultramarinos		Semanal
	Venta ambulante de fruta		Semanal
	Venta ambulante de congelados		Semanal
	Venta ambulante de pan		Diario
Alimentación	Comercio con productos locales y ecológicos		Se localiza en Latasa, en un local municipal.
Bares	Posada en Etxaleku		Único lugar de encuentro en el pueblo
Transporte	Paradas de autobús en Latasa y en Urritza.		

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Esteban (Latasa)	Los párrocos que atienden estas iglesias se van turnando en otros municipios de la comarca también; Santiago Inaxio Jesús María y Mikel.	
	Latasa de Imotz		

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Servicio Social de Base de Irurtzun	Juana (Trabajadora Social)	Atiende a vecinos de este municipio lunes, martes y jueves en Irurtzun

En el municipio de Imotz existen muy pocos servicios. La venta ambulante semanal junto con las verduras que cultivan las casas resuelven el día a día. Para las compras importantes o para ir al banco o a la farmacia se desplazan a Irurtzun o Lekunberri.

El consultorio médico lo tienen en Irurtzun.

Tienen bastante relación con el municipio de Basaburua, en la comarca vecina, donde se juntan en la Sociedad. Incluso en ese otro valle hay una peluquera que atiende a domicilio, y suele acudir a Imotz.

## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: IZA

Iza es un municipio de 1.235 habitantes, compuesto por 14 concejos, de los cuáles sólo cuatro pertenecen a los SSB de Irurtzun; Aginaga, Atondo, Gullina y Zia. El resto de los núcleos de población se dividen entre los SSB de Orcoyen y los de Berriozar.

En su conjunto el 15% de los habitantes es mayor de 65 años y el 3% más de 80 años.



ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales	Asociación de jubilados EGALU-ALDABA	Presidenta M <sup>a</sup> Carmen	-Se juntan en el Centro Cívico de Aldaba. Realizan conciertos, conferencias, campeonatos mus y brisca, y excursiones de día o de fin de semana. Son reuniones puntuales, no tienen un bar para tomar café o ir a echar partida. En total son 180 socios.
Sociedades	Sociedad de Aginaga		Hay un txoko por entidad municipal, pero que se abren para comidas familiares o de grupos, en ningún caso para reunirse los mayores porque sí.
	Sociedad de Atondo		
	Sociedad de Gulina		
	Sociedad de Zia		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Repartidores/as de comida y productos	Venta ambulante de pan a diario	Comerciantes	-PANASA de Pamplona
	Venta ambulante semanal de un camión ultramarinos		Otro de pan artesano
Farmacia	Farmacia Marta Miramón		-Ejerce su actividad en un local en los bajos del Ayto. Coge encargos por teléfono y reparte a domicilio.
Transporte Público	Parada de Autobús		

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Iglesia San Andrés (Zuasti)	No hay un sacerdote fijo, se van turnando o va el ayudante	-Cada tres semanas se da misa en una de ellas. Sólo la de Zuasti tiene misa todos los domingos. El ayudante del cura de Berriozar, que es el que les corresponde, les envía el evangelio por whatsapp
	Parroquia San Pedro (Aguinaga)		
	San Vicente		
	Iglesia San Juan Bautista (Ochovi)		
	Iglesia San Martín (Iza)		
	Parroquia La Asunción (Aldaba)		
	Iglesia San Millán(Lete)		

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Consultorio en el edificio del Ayto. Pertenece al centro de Salud de Berriozar		-Martes y viernes no festivos de 10 a 11h. Durante el COVID suspendida la atención y van a Berriozar.

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Mancomunidad de servicios Sociales de Base de Irurtzun	Juana (Trabajadora social)	-Lunes martes y jueves atienden a los vecinos de Iza en Irurtzun
	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Orkoien		
	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Berriozar		

En Iza son 1.235 habitantes repartidos en 14 pueblos, alguno de 15 habitantes. El más poblado, Zuasti, cuenta con en torno a 400 habitantes, pero es un pueblo dormitorio de la comarca de Pamplona. De hecho, se construyó mucho en ese barrio en torno al Club de Campo, y las personas que viven allí no tienen relación con el resto del pueblo. En este núcleo de gente joven se creó una guardería, que hoy da servicio a la comarca. Esta población es la que baja un poco la media de edad del municipio.

Lo único que tiene el municipio es el Club de golf, que además tiene restaurante, pero que no es un referente para la Tercera Edad.

La gasolinera que hay en Zuasti tiene un pequeño supermercado y se acude cuando algo se olvida, pero no es frecuente entre los mayores.

Hemos señalado cuatro Sociedades, las que se encuentran localizadas dentro de los núcleos que pertenecen a SSB de Irurtzun. Sin embargo, en realidad hay una por población. No todos los vecinos con los que hemos hablado dan la misma importancia a las sociedades como referente, unos porque lo ven como algo esporádico, ya que no abren todos los días, y porque el que haya mayores es algo circunstancial, ya que están abiertos a todo el mundo.

El municipio está partido en tres partes tanto para la educación de los niños, como para los SSB y las Zonas de Salud. Según la entidad en la que se resida, unos van hacia Irurtzun, otros a Orkoien y el resto a Berriozar. Estos son los tres núcleos en los que al final acaban comprando y relacionándose. Hacia Irurtzun van los que viven en Aguinaga, Zia, Gulina y Atondo.

La alcaldesa comenta que teniendo como tienen terrenos y lonjas que están dispuestos a ceder, lo que necesitaría sería un mínimo de un ultramarinos y es lo que les gustaría potenciar.

La presidenta de la Asociación de Jubilados Egalu cree que sería interesante poner un centro de Día. Hay mucha gente mayor de 75 años y los que viven solos en sus casas, no se relaciona. De hecho menciona un dicho; “ El de Cendea se queda en casa”



## NOMBRE ENTIDAD POBLACIONAL: LEKUNBERRI

Lekunberri cuenta con una población de 1.536 habitantes. El 14.7% son mayores de 65 años y el 4.6% mayores de 80.

ÁMBITO SOCIOCULTURAL	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Asociaciones culturales	Asociación de jubilados de Lekunberri y Larraun	Presidenta M <sup>a</sup> Carmen	-La asociación cuenta con aproximadamente 120 socios de los dos municipios. Cuenta con un bar abierto todos los días. Organiza viajes, excursiones, cursos... Todos los últimos miércoles de cada mes realizan comida.

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Clínica dental	Clínica dental Iortia		-Odontología en general y odontopediatría.
Farmacia	Farmacia Azpiroz Azpiroz	M <sup>a</sup> . A	
	Farmacia Mendia Barriola	Itziar	

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Peluquería	Peluquería Charo	Charo (está próxima su jubilación pero ya tienen relevo)	-Local próximo al bar del club de jubilados, y donde suelen acudir las mujeres
Panaderías	Panadería Galburu	M <sup>a</sup> José	-Reparte a domicilio
	Ogi Berri Altza	Propietaria	Dispone de cafetería y reparte a domicilio.
Carnicerías	Carnicería Balda	Jesús M <sup>a</sup>	-Todas ellas cogen encargos por teléfono
	Carnicas sl	Propietarios/as	
	Carnicería Artxueta	Propietarios/as	
	Carnicería Urrutia	Propietarios/as	
Supermercados	Erosle	Gurutze	-Servicio a domicilio
	Coviran	Oihana	Servicio a domicilio
Pescaderías	Pescadería Belen	Belen	
Bancos	Banco Santander		-Importantes en el valle porque todos los municipios no disponen de este servicio.
	Caixabank		
	Caja Rural		
	Laboral Kutxa		

ÁMBITO SOCIOECONÓMICO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Bares	Bar del Club de jubilados	Rosana	-A diario acuden una media de 20 mayores, hombres y mujeres por igual, ellos más por la mañana y ellas por la tarde.
	Bar Ainhoa	Propietarios	-Bar familiar donde se juntan vecinos a jugar la partida.
Transporte público	Parada autobuses	En Plazaola	-Autobuses a Pamplona y a Donostia.
Taxi	Juan Ignacio Soroa	Con Plaza en el municipio	

ÁMBITO RELIGIOSO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Iglesia	Parroquia San Juan Bautista	Varios párrocos se reparten entre parroquias colindantes; Santiago, Inaxio, Jesus Maria y Mikel.	En Lekunberri sí tienen misa semanal.
Asociación socio-religiosa	Hermanas Clarisas de Lekunberri		-En el convento se realiza misa diaria por las tardes.

ÁMBITO SANITARIO	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Ambulatorio	Centro de Salud	Médico Javier Oreja	-Diariamente médico y enfermera. Dos días a la semana pediatra y Ats. Servicio localizado en Lekunberri pero que también es para los vecinos de Larraun

SERVICIOS SOCIALES	RECURSOS	AGENTES	OBSERVACIONES
Servicios Sociales Base	Mancomunidad de Servicios Sociales de Base de Irurtzun	Juana y Edurne (Trabajadoras Sociales)	-Los miércoles atiende en Lekunberri. Realiza tanto la acogida como la orientación. -Referente para los mayores.
	SAD	Trabajadoras Familiares	
Centros asistenciales	Centro de Día	Responsable del Servicio Silvia Otermin	EL centro tiene 25 plazas. Funciona de 9 a 17h y da servicio a la comarca. Transporte adaptado. Ofrecen Fisioterapia y Terapia ocupacional. El centro cuenta con servicio de podólogo
	Pisos Tutelados	Ayuntamiento	Cuenta con 6 pisos municipales para personas válidas de más de 60 años, o menores con alguna dependencia.

En Lekunberri se encuentran concentrados muchos de los servicios de que dispone el Valle. Algunos de los Servicios que tiene son compartidos con Larraun;

- Centro de día
- Polideportivo Plazaola
- La casa de cultura Mitxausenea; alberga biblioteca, cursos municipales.
- Los pisos municipales, tutelados para mayores de 65 años y menores de esa edad con minusvalía.

A Lekunberri van vecinos de otros municipios a servicios básicos como medicina familiar, ir al supermercado o tiendas especializadas de comestibles como carnicería o pescadería, ir a los bancos o al dentista.

También la vida social la realizan en Lekunberri, ya que el Club de Jubilados por ejemplo es compartido con Larraun.

Además de los servicios que hemos señalado, Lekunberri cuenta con numerosos bares, restaurantes, alguna tienda de ultramarinos, otra peluquería, estanco, administración de lotería, servicios de fisioterapia, herboristería...Ellos se ven como un pueblo grande, punto de encuentro del Valle. Siguen, a pesar de ello, con la costumbre de preocuparse por sus vecinos.

Algunos Servicios o actividades que se desarrollan, no señalados anteriormente, bien porque no los consideran referente exclusivo de personas mayores, aunque sí vayan;

- Sociedades Gastronómicas
- Club de montaña TTuturre
- Asociación Banco de alimentos, que ponen en marcha los SSB y en el municipio se gestiona con voluntarios.

ó bien porque se pusieron en marcha justo con la Pandemia del Covid-19 y hubo que paralizar;

- Programa JUBILOTEKA, en la casa de cultura, cursos de dos días fijos por semana , donde pudieran asistir personas de la tercera edad , a modo de Talleres de memoria. Iba a comenzar el 13 de marzo, se ha pospuesto hasta septiembre.

## V. CONTENIDO ENTREVISTAS

### 5.1 Matices diferenciadores

Una de las conclusiones obtenidas de las entrevistas cualitativas revela que este colectivo tiene una idiosincrasia característica que es necesario tener en cuenta a la hora de realizar cualquier intervención o de implementar cualquier servicio. Esta característica sociológica se evidencia por la particularidad de su dispersión geográfica y el carácter rural de la zona. A lo que hay que sumar las características del colectivo más activo y reivindicativo que las generaciones precedentes, siendo más consciente sobre sus condiciones de vida y su futuro.

Las personas mayores no planifican cómo afrontar su futuro en caso de no poder valerse por sí mismas. Viven el aquí y el ahora, afrontando las dificultades cuando se presentan.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"...de momento estamos bien, no tenemos problemas en casa..."</i></li> <li>• <i>"...no he pensado en ello, ahora no necesito"</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"...cualquier intervención debe tener en cuenta la peculiaridad de lo existencial en lo rural frente al medio urbano".</i></li> <li>• <i>"...importante cambio que en la mentalidad de las personas mayores se está dando los últimos años. Personas más activas, críticas, con experiencia de participación social y con un modelo de derechos y deberes más arraigado e interiorizado que antaño, con el deseo de decidir sobre su futuro sobre sus condiciones de vida y en el espacio físico y en el entorno en el que quieren residir en el futuro".</i></li> </ul>

## 5.2 Hábitat

El primer eje de trabajo del proyecto BERTAN es el de la búsqueda de soluciones habitacionales intermedias entre el domicilio y las residencias que en el estudio se han denominado hábitat.

La mayoría de las investigaciones ponen de manifiesto la preferencia de las personas mayores por morar en su domicilio hasta el final de sus días, en este mismo sentido se han manifestados las personas entrevistadas y es por ello que se han testado otras tipologías de soluciones habitacionales, desde la accesibilidad de la propia vivienda hasta las residencias pasando por otra intermedias como los pisos tutelados, el cohousing, la convivencia intergeneracional y la estancia en el domicilio con una persona cuidadora.

### 5.2.1 Viviendas

Los estudios de accesibilidad de las viviendas de las personas mayores se muestran como un objetivo deseable para la consecución de la demanda de estas en relación con mantenerse en su vivienda el mayor tiempo posible. Las adaptaciones de las viviendas para hacerlas más accesibles pasarían por evaluar las posibilidades económicas del colectivo, tal y como se evidencian en las opiniones vertidas por el personal técnico.

Las principales dificultades que encuentran las personas mayores para residir en sus viviendas son;

- escaleras en las casas individuales
- falta de ascensor en los bloques de edificios
- alturas
- adecuación de puertas y ventanas para mantener la temperatura a un nivel adecuado.

Estas dificultades tienen mayor incidencia en caso de las personas con problemas de movilidad.

No todo el colectivo de personas mayores se plantea adecuar su vivienda a sus necesidades y aquellas que se lo plantean lo hacen de forma despreocupada “sin prisas”. El mayor obstáculo a esta falta de previsión se sitúa en la situación económica personal con pensiones bajas y falta de

recursos. A esto hay que añadir el desconocimiento de las ayudas existentes para rehabilitación o la instalación de un ascensor/ instalación de elevadores salva escaleras.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sé de gente que ha tenido que cambiar de casa porque no tenía ascensor</li> <li>• Sabemos lo que tenemos que hacer y ya haremos en el futuro.</li> <li>• Necesitamos adaptar la casa pero las pensiones son bajas.</li> <li>• Es un coste elevado, hay que cambiar el ascensor, pero la subvención es del 45% y es poco para mi economía</li> <li>• En el momento actual no tengo ningún problema porque hace unos años llevamos a cabo las adaptaciones</li> <li>• Las escaleras para subir a las habitaciones en el caserío.</li> <li>• Arreglar la salida a la calle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es necesario abordar a través de los servicios sociales un programa que contemple la eliminación de barreras que dificultan el acceso a los servicios de las personas mayores.</li> <li>• Creo que en la actualidad es fácilmente detectable todas las barreras arquitectónicas urbanas y en los propios domicilios que hacen complicado que personas mayores con movilidad dificultosa o reducida puedan realizar gestos diarios como ir al baño o pasear por alrededor de sus domicilios.</li> </ul> <p>Un programa nos ayudaría a detectar todas estas barreras y lo que es más importante nos ayudaría a proponer soluciones aportadas por expertos en movilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estaría bien, ya que no tenemos un estudio actualizado de las necesidades de accesibilidad</li> <li>• Todo lo que sea estudiar y ver la realidad de la situación de las personas mayores siempre aportará. Después de la pandemia.</li> <li>• Me parece una buena idea el análisis de accesibilidad de las personas mayores.</li> </ul>

### 5.2.2 Pisos tutelados

Para las personas mayores los pisos tutelados son una opción para cuando no se puede vivir en su vivienda habitual y en caso de optar por ello se requiere que sea en un pueblo que ofrezca todo tipo de servicios. Se entiende que este servicio es para personas que lo puedan sufragar o para personas dependientes. Para el personal profesional son una opción que permite mantener una vida autónoma durante más tiempo al tener posibilidad de acceso a servicios que les puedan ofrecer esta posibilidad. Desde el personal técnico se realiza la puntualización de la necesidad de que sean controlados por los Servicios Sociales de Base y que deben estar ubicados en el ámbito de residencia de la persona mayor. En este sentido, los pisos tutelados se ven como una opción habitacional.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Vivir en un piso tutelado del Ayuntamiento y del Gobierno de Navarra, en un pueblo grande, con centro de salud cerca y todos los servicios.</i></li> <li>• <i>Estaría bien los pisos tutelados pero todo el mundo no puede ir por dinero.</i></li> <li>• <i>.... yo no lo veo, creo que es para personas dependientes y si estoy así no quiero estar con otras personas dependientes.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Los pisos tutelados permiten una autonomía personal y grado de independencia para muchas personas mayores, los servicios y las características de la vivienda deberán estar controlados por los servicios sociales de base</i></li> <li>• <i>Es obvio que cada persona pueda tener unas necesidades diferentes a otras, en este sentido y para personas que pueden cubrir sus necesidades básicas por sí mismas es interesante la posibilidad de vivir en pisos tutelados con servicios que puedan facilitar o ayudarles..... atención médica cercana, personal de ayuda tareas domésticas, lugares cercanos para realizar actividad física.... etc</i></li> <li>• <i>Entiendo que estos pisos te permiten continuar con tu vida con autonomía y que fácilmente puedes acceder a los servicios necesarios para mantener una calidad de vida óptima.</i></li> <li>• <i>Los pisos tutelados sí pueden ser una solución, pero en la zona. Las necesidades son muy diferentes según la situación de dependencia y su situación familiar y económica.</i></li> </ul>

### 5.2.3 Cohousing

El *cohousing* nació en los años 70 en Suecia, Holanda y Dinamarca como una forma de vida en comunidad. Con el paso de los años, este concepto se fue adaptando a la sociedad y a sus necesidades. Así es como se creó la variante del senior cohousing o cohousing para mayores, consiste en **cooperativas autogestionadas de personas mayores que viven en un entorno diseñado por ellas mismas.**

La idea del *cohousing* para mayores consiste en promover un modelo residencial capacitante para que los mayores puedan disfrutar de bienestar y calidad de vida. Existe una iniciativa en Pamplona denominada Etxekide.

El cohousing es una posibilidad que no ha sido valorada por las personas mayores, la desconocen.

El personal técnico presenta una paleta de opiniones dispares. Esta solución habitacional crea controversia llegando a valorar su escasa funcionalidad para la zona y en caso de su implantación se habla de que puede crear aislamiento y ghettos. Para otros profesionales es una opción para personas autónomas en buena situación económica que en su mayoría prefieren su domicilio, además en las zonas rurales, como estas, la interacción con sus cogeneres es elemento constante. Para la puesta en marcha de este tipo de iniciativas sería necesario más información, falta conocimiento sobre este tipo de experiencia y trabajar en profundidad la idea para poder adaptarla a la zona.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Las personas mayores no conocen esta opción.</i></li> <li>• <i>En caso de no poder vivir en su casa una opción mencionada es la posibilidad de compartir vivienda con una persona de su misma edad.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>..... esta es una de las nuevas alternativas que puede ir cuajando..... falta información y sería de interés difundir experiencias ya en funcionamiento.</i></li> <li>• <i>Considero que crear este tipo de comunidades discrimina y aísla y arrincona al conjunto de las personas mayores, estoy absolutamente en contra de estas iniciativas</i></li> <li>• <i>Evidentemente toda elección depende de cada persona, en esta opción de vida hay muchos aspectos favorables como los vecinos, los servicios... etc. En este caso el aspecto económico puede que sea el inconveniente y que lo haga difícilmente realizable.</i></li> <li>• <i>Por otro lado, a todas las personas nos gusta vivir rodeados de otras que sean más viejas, más jóvenes.....</i></li> <li>• <i>Creo que en Sakana , no funcionaría este tipo de servicio</i></li> <li>• <i>En nuestra zona las personas que son autónomas para poder vivir sin ayudas prefieren vivir en sus domicilios. En los pueblos pequeños generalmente la interacción la tienen, en mayor o menor medida.</i></li> <li>• <i>Riesgo de convertirse en ghetto....</i></li> <li>• <i>Para personas con autonomía y con posibilidades económicas</i></li> </ul>

### 5.2.4 Convivencia intergeneracional

Para el personal técnico, en principio es una solución que se ve complicada requiriendo trabajo en profundidad del planteamiento, además se entiende que sería una iniciativa para un colectivo determinado. También se apunta al peligro que puede llevar este tipo de iniciativas hacia situaciones no deseables. Las personas mayores lo ven como una posible opción para poder permanecer en su vivienda. Aunque algunas personas evidencian las dificultades de la convivencia.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>compartir vivienda con personas más jóvenes, en una especie de intercambio generacional.</i></li> <li>• <i>alguien que necesite casa y que me ayude con la compra...</i></li> <li>• <i>...estaría bien si son personas agradables y educadas.</i></li> <li>• <i>si no nos aguantan los hijos, ¡menos los de fuera!</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Esta alternativa puede llevar a la situación de maltrato, otra cosa es potenciar primero las relaciones interrelacionales realizando jornadas relacionadas para concienciar a nuestros hijos, abuelos sobre la vida diaria</i></li> <li>• <i>Como vengo comentado cada persona es una opción y esta tiene de positivo la de poder continuar con tu vida en tu hogar y con personas más jóvenes que puedan ayudarte física, psicológica y emocionalmente.</i></li> <li>• <i>Me parece que sería una buena idea, pero habría que trabajar mucho el tema, ya que lo de compartir vivienda, no sé si se nos da muy bien, en esta sociedad en la que vivimos</i></li> <li>• <i>Interesante pero muy complicada de llevar a cabo. Las personas mayores deberían tener un alto nivel de autonomía</i></li> </ul>

### 5.2.5 En casa con persona cuidadora

Esta es una de las opciones más deseada después de residir en casa sin ayuda o apoyo, así lo afirman las personas mayores entrevistadas y los estudios publicados. Esta persona cuidadora puede ser un familiar, preferentemente, pero no se descarta que sea profesional.

El personal técnico destaca que esta posibilidad es la más destacable en los estudios recientes, aunque matiza que es preferible que sea controlada desde lo público.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Prefiero vivir en mi propia casa con alguien que me ayude.</i></li> <li>• <i>Yo quiero quedarme en mi casa con un cuidador pero no hay dinero</i></li> <li>• <i>Quiero seguir en mi casa que me cuiden los hijos y cuando esté mal a la residencia</i></li> <li>• <i>Si se puede lo mejor es en casa ....</i></li> <li>• <i>Mejor que en casa en ningún sitio</i></li> <li>• <i>Varios vecinos más mayores ya han contratado personas que les ayuden</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Según los últimos estudios la mayoría de las personas de edad prefiere seguir viviendo en su vivienda con un apoyo externo profesional, preferiblemente controlados desde la esfera de lo público y que no tenga el beneficio económico como único objetivo de la asistencia</i></li> <li>• <i>Esta es la opción actual que mis hermanos y yo hemos decidido para nuestros padres. Es una persona que ayuda en las necesidades diarias que tienen y permite a mis padres a continuar en el hogar de toda la vida.</i></li> <li>• <i>Realmente decidimos esta opción porque la otra opción que conocemos sería ingresarles en una residencia y francamente es una opción que nos da mucha pena.</i></li> <li>• <i>Creo sinceramente que poder seguir viviendo en sus domicilios es la mejor opción siempre que puedan ser adaptados y tengan cubiertas las necesidades que necesiten.</i></li> </ul>

El personal técnico estima que esta opción no es la panacea y depende de las necesidades de las personas y su nivel económico. Por ello, manifiestan la necesidad mayor importe económico de las subvenciones y la necesidad de adecuación de las viviendas junto con programas de formación para las personas cuidadoras. En definitiva, esta alternativa para ser eficaz debe ir acompañada de medidas complementarias.

PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Por supuesto que esta alternativa, nunca hay que dejarla a un lado, pero muchas veces no es suficiente para el bienestar de la persona</i></li> <li>• <i>Es la opción más deseada, aunque en los casos de bajos recursos económicos las personas tienen que irse a una residencia por no poder mantener una persona contratada. Para eso las ayudas deberían ser de mayor importe, equiparadas a las que se dan para plazas residenciales. Trabajar la formación para las personas cuidadoras y trabajar también la adecuación de las viviendas</i></li> <li>• <i>Destacar que en estos momentos en Alsasua la dificultad de localizar personas cualificadas que realicen estos trabajos.</i></li> </ul>

## 5.2.6 Otras opciones

### 5.2.6.1 Residencias

La residencia es la última opción como solución habitacional para las personas mayores y se asocia está a la enfermedad (salud muy deteriorada) y a la carencia de apoyos sociales o económicos. Los hombres que viven solos son los que mejor valoran esta opción.

El personal técnico apunta como, la pandemia ha puesto en cuestión el actual sistema residencial donde ha tenido gran incidencia y se apunta a la creación de un nuevo modelo. Se entiende la residencia como una alternativa para personas carentes de autonomía.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Las residencias están mejor preparadas cuando estás muy enfermo.....</i></li> <li>• <i>La residencia es el último recurso</i></li> <li>• <i>No vas por propia voluntad, te meten</i></li> <li>• <i>..Ves a los demás en condiciones de dependencia....</i></li> <li>• <i>La residencia es igual que un asilo</i></li> <li>• <i>.... alguno que conozco ha tenido que marcharse fuera...</i></li> <li>• <i>...me mandan lejos, fuera de mi comarca...</i></li> <li>• <i>.... a la residencia sólo quiere algún hombre viudo</i></li> <li>• <i>La gente mayor debe recurrir a la familia por dinero o le meten a una residencia, pero es la última opción, cuando están muy mal.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>El formato de gran residencia parece que está en claro devenir de desaparecer, por los resultados y desatención que en esta época de pandemia está teniendo entre la sociedad en general y en las personas mayores en particular.</i></li> <li>• <i>La gran mayoría de las personas mayores desean estar en su casa, las estadísticas son abrumadoras para estar en su domicilio.</i></li> <li>• <i>Centros residenciales si la persona pierde su autonomía para desarrollar su vida diaria.</i></li> </ul>

### 5.2.6.2 Otros aspectos

Las personas mayores tienen claro que su opción habitacional principal es vivir en su domicilio con o sin apoyo o con otras personas. A su criterio la peor solución habitacional es la residencia. La mayor dificultad que tienen pasa por su nivel económico que en muchos casos impide obtener la solución habitacional deseable. En el caso de tener que salir de su vivienda la solución habitacional tiene que estar ubicada en su mismo pueblo o zonas donde puedan satisfacer sus necesidades con recursos médicos, vida social.

La opinión del personal técnico pasa por ofrecer un abanico de posibilidades para que las personas puedan escoger la que mejor se adapte a sus circunstancias. Todas las soluciones habitacionales pasan por la creación de otros servicios que sirvan de apoyo con programas intergeneracionales de voluntariado.

#### PERSONAL TÉCNICO

- *hay que dar una paleta de respuestas amplia porque no existe un único modelo de vivienda o residencia que suscite el consenso de todas las personas mayores.*
  - *a la hora de buscar y de plantear alternativas sería conveniente abrir procesos de debate e investigaciones participativas con la propia comunidad de personas mayores de cada municipio*
  - *Que las personas mayores puedan vivir en sus domicilios de toda la vida con una red de profesionales en el ámbito de la salud, de la movilidad, de personas cuidadoras cualificadas .... Etc que puedan estar pendientes de las necesidades de cada persona, ser capaces de captarlas y de cubrir las.*
  - *También me parece interesante y necesario que las personas jóvenes, estudiantes etc.... puedan realizar labores de voluntariado para poder pasar ratos con personas que lo necesiten.*
  - *Por la experiencia que tenemos las personas mayores y sus familias siempre prefieren permanecer en sus domicilios y en una zona rural como esta, si no es en el domicilio por lo menos en su localidad o apurando mucho, en la zona*
  - *Alquiler social. O experiencias como las de Cataluña de un tipo de cohousing intergeneracional.*
- Otra posibilidad es desarrollar los servicios de proximidad que faciliten la permanencia en el domicilio (comida, lavandería, recuperación funcional, acompañamiento...)*
- *Necesidad de crear espacios para que las personas mayores pudieran compartir sus experiencias, un espacio intergeneracional, para poder escucharlos*
  - *Creo que las tres opciones están bien, pero habría que ver, ya que todas las personas no son iguales, y todos los recursos no son idóneos para todas las personas*

## 5.3 Transporte - movilidad

El segundo eje de trabajo del proyecto BERTAN es el de la búsqueda de “**soluciones de transporte intra-comarcal**”, con el fin de impulsar la participación social y reducir el aislamiento de las personas mayores que residen en contextos rurales.

En las entrevistas realizadas además de tratar el tema de transporte espontáneamente ha aflorado el tema de la movilidad dentro del municipio, aspecto reflejado en el punto dos.

### 5.3.1 Transporte

El colectivo es consciente de las características de la zona en la que vive y asumen sus carencias con resignación en materia de transporte. La valoración que hacen las personas mayores sobre el transporte depende de si tienen o no cubierta sus necesidades de desplazamiento, en este sentido se encuentra una variedad de circunstancias:

- Las personas que no tienen ningún problema porque tienen transporte público y viven en un municipio grande con todos los servicios.
- Las que utilizan su vehículo particular para todos los desplazamientos.
- Las que están tan acostumbradas a tener poca frecuencia de transporte público que no lo ven como un problema.
- Las que utilizan el vehículo privado de un vecino o familiar por carecer de él y de transporte público.
- Las personas que utilizan taxi para acudir al médico o a recados a otros municipios.
- Las personas con más problemas son las que, además de ser mayores, tienen alguna minusvalía, viven solas y las que no tienen carnet de conducir. En estos casos es cuando utilizan taxi y la buena voluntad de vecinos y familiares.

Se asume que el vehículo particular es una opción prioritaria y necesaria para la zona, siendo el autobús una segunda opción. La falta de un servicio adecuado a sus necesidades se suple con la utilización de taxis para acudir a médicos y recados.

En relación a posibles soluciones que solventen el problema de desplazamiento los más citados para las personas mayores son;

- Servicio de taxi con copago o gratuito para ir a gestiones en ayuntamientos o a consultas médicas.
- Posibilidad de que los servicios que necesitan las personas mayores sean ambulantes y ofrezcan el servicio en los domicilios; podología, peluquería, biblioteca, comercios, catering...

El personal técnico es consciente del problema de desplazamiento que presentan las personas mayores, entiende que es necesario intervenir en esta área a través de subvenciones adaptadas a las necesidades económicas del colectivo bien con bonos o cheques. También apuntan a la necesidad de un transporte adaptado a las necesidades de movilidad que tiene el colectivo (traslados a actividades, médico, gestiones, recados) y a su condición física (movilidad reducida, sillas de ruedas). Aunque reconocen que este es un problema no es exclusivo de las personas mayores y repercute en toda la población.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>de momento ninguno, tengo coche y los desplazamientos los hago con él.</i></li> <li>• <i>..tengo autonomía total para desplazarme con mi coche.</i></li> <li>• <i>todavía me arreglo bien para conducir</i></li> <li>• <i>tiene coche mi marido</i></li> <li>• <i>...espero a si mi hijo me puede llevar</i></li> <li>• <i>no dispongo de carnet de conducir y el transporte público no da suficiente cobertura.</i></li> <li>• <i>los transportes públicos no están adaptados a los horarios de los mayores.</i></li> <li>• <i>En otros pueblos tienen taxi subvencionado</i></li> <li>• <i>que hubiera transporte gratuito de enfermos a consultas médicas, en Estella y Tafalla lo tienen</i></li> <li>• <i>me muevo en coche, en bici o andando...</i></li> <li>• <i>no tienen autobús porque no están en la carretera general.</i></li> <li>• <i>Las personas que viven solas y no tienen coche piden favores a vecinos y/o se mueven en taxi para ir al centro de salud o a recados.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>El problema de transporte en la zona es para toda la población, pero en las personas mayores que ya no tienen carnet de conducir o que nunca han tenido, en el caso de muchas mujeres, dependen de alguien para muchas actividades como ir a la compra, al dentista, al banco, a visitar a alguien a otro pueblo.</i></li> <li>• <i>Cualquier solución puede ser buena, teniendo en cuenta que todo el transporte debía estar adaptado. También adaptadas a las posibilidades económicos, con bonos o cheques</i></li> <li>• <i>Considero que el transporte adaptado es la mejor opción</i></li> <li>• <i>Subvencionado en función de los ingresos y grado de dependencia de las personas usuarias.</i></li> <li>• <i>Muchas personas de la zona no pueden trasladarse a otros pueblos para poder realizar actividades que se plantean y que estarían bien para ellas. Estaría bien transporte público para trasladar a estas personas</i></li> <li>• <i>Creo que el servicio tendría que ser público, pero con ayuda del usuario aportando una cantidad</i></li> </ul>

### 5.3.2 Movilidad en el municipio

Al hilo del tema de transporte el personal técnico menciona las dificultades de movilidad que tiene el colectivo en los municipios de residencia para acceder a la calle por la existencia de escaleras. Estas dificultades también las sitúan en la vivienda. Este aspecto ya ha quedado reflejado más arriba en el apartado de necesidad de adaptar la vivienda para que las personas pueden permanecer en ella el mayor tiempo posible.

Como solución se plantea la creación de un servicio de orientación sobre barreras arquitectónicas para facilitar la movilidad con consejos de adecuación de carácter profesional en el ámbito municipal.

Las personas mayores también evidencian esta dificultades motivadas por la existencia de cuestras, y de los problemas físicos de las personas.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Problemas de acceso desde el centro por las cuestras.</i></li> <li>• <i>A veces imposible, voy en silla de ruedas.</i></li> <li>• <i>Tengo problemas de movilidad por la vista, me arreglo con voluntariado o taxi.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>En el propio hogar y acceso a la calle.</i></li> <li>• <i>En este caso hay personas que tienen dificultades para poder realizar sus necesidades diarias en su hogar y que con unos consejos profesionales podrían ayudar a mejorar.</i></li> <li>• <i>También el acceso a la calle suele ser un obstáculo que en la mayoría de los casos se solucionan con grandes inversiones, pero no todas las personas pueden realizarlo y los consejos de profesionales podrían ser muy útiles.</i></li> <li>• <i>Por lo tanto, un servicio orientado a facilitar la movilidad de las personas que lo necesitan sería algo muy interesante y necesario.</i></li> <li>• <i>Por otro lado, en Alsasua todavía nos falta mucho por mejorar los obstáculos que tienen las personas mayores en las propias aceras.</i></li> <li>• <i>También tenemos un largo camino por delante para adecuar espacios seguros para la práctica de la actividad física.</i></li> </ul>

### 5.3.3 Servicios (médico, biblioteca, cuidados) ambulantes

La posibilidad de establecer varios servicios con carácter ambulante les parece muy interesante y está muy bien valorado.

El personal técnico también lo contempla como una posibilidad y estima que es una opción a estudio y profundización, reconocen la existencia de demanda por parte del colectivo.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>...esto depende de la persona si puede valerse por sí sola o no...</i></li> <li>• <i>es una opción muy buena para los más mayores, que no tienen cómo desplazarse</i></li> <li>• <i>puede ayudar mucho a los barrios más alejados... para no tener que moverse</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Esta situación se debe contemplar si la persona tiene una situación médica que le impida acudir al centro para ser atendida</i></li> <li>• <i>Creo que este tipo de servicios ambulantes, cada vez son más demandados, pero habría que estudiarlos</i></li> <li>• <i>El personal médico se desplaza a los pueblos y a los domicilios.</i></li> </ul>

### 5.3.4 Actividades de ocio

Las personas mayores ven esta opción de forma muy positiva, aunque más asociado a los más jóvenes y activos. Las personas más mayores centran su ocio en su vivienda, en paseos, sin participación. Se aprecian bastantes diferencias por género, y todos coinciden en que las mujeres son más participativas. La opción se ve más necesaria en los núcleos de población más pequeños.

El personal técnico constata una mayor demanda de servicios de ocio por parte de las personas mayores a las diferentes instituciones derivada de la mayor formación cultural del colectivo. Además, apunta que estas actividades de ocio se han ido adaptado de forma natural a las necesidades del colectivo.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>¡es una idea muy buena!!</i></li> <li>▪ <i>Así no tendríamos que ir hasta Alsasua</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Parece evidente que la mayor formación cultural que progresivamente tienen las personas trae consigo una mayor demanda de servicios culturales a las diferentes administraciones por parte de la ciudadanía en general, y de las personas mayores en particular</i></li> <li>▪ <i>Cada municipio organiza, en la medida de lo que puede sus actividades de ocio para las personas mayores. En algunos han tenido que adecuar las actividades a la edad de las personas. Por ejemplo, donde antes se organizaban excursiones ahora las han cambiado por comidas en el mismo pueblo porque hay personas muy mayores que tienen movilidad en el entorno pueden aprovechar esos ratos para la socialización.</i></li> </ul>

## 5.4 Cuidados

El eje 3 del proyecto BERTAN trata sobre “**fórmulas de cuidado comunitario, incluyendo la mejora de la imagen de la persona cuidadora y de los sistemas de respiro familiar**”. Este apartado engloba las opiniones sobre los cuidadores/cuidadoras no profesionales de personas dependientes. Las opiniones que se recogen son diversas y tienen distinto peso, si la persona entrevistada es o ha sido cuidadora o no. Aunque en un inicio no estaba previsto recoger las opiniones sobre las personas cuidadoras profesionales, es un aspecto que se ha derivado de las entrevistas.

### 5.4.1 Acciones o medidas para aliviar a las personas cuidadoras / programas de respiro

Según los estudios realizados la mayoría de las personas cuidadoras carecen de conocimiento en el tema porque estas no eligen ser cuidadoras, sino que el devenir de sus allegados les sitúa en ese estatus en un momento determinado de sus vidas (y para el que nunca están preparados e inicialmente les genera, en muchas ocasiones, rechazo).

Ambos colectivos reconocen la carga emocional que supone el cuidado de las personas dependientes y de la necesidad de alivio. Los sistemas de respiro se califican como fundamentales. En relación a los servicios necesarios son propuestas en la línea de apoyo emocional a través de algún servicio telefónico para situaciones de crisis y de servicios que supongan un respiro emocional a través de tiempo libre con diferentes carencias temporales.

En cuanto a acciones o medidas que podrían aliviar a las personas cuidadoras, se citan las siguientes;

- información sobre actividades de apoyo
- creación de espacios de desconexión
- facilitar tiempo libre diario, días de libranza semanal y períodos de vacaciones
- creación de grupos de apoyo con charlas,
- compartir experiencias con otras personas cuidadoras,
- ampliación de los programas de respiro
- jubilotecas.



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno  
de Navarra



PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>apoyo psicológico mientras cuidas a un dependiente .....</i></li> <li>▪ <i>Los cuidadores de los grandes dependientes deberían tener más ayuda profesional</i></li> <li>▪ <i>Respiro un par de días por semana, y en su lugar poner un cuidador profesional.</i></li> <li>▪ <i>Creo que tener un rato al día, aunque sea una hora, para ellas mismas es fundamental</i></li> <li>▪ <i>“Las charlas entre personas cuidadoras en la clínica Josefina Arregui a mí me vinieron muy bien cuando cuidaba a mi madre”</i></li> <li>▪ <i>“Se necesitan espacios de desconexión, por ejemplo, si es mayor una jubiloteca”.</i></li> <li>▪ <i>“ Ya hay programas de respiro, a lo mejor que cubran más tiempo”</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>incluso información de los servicios y actividades de apoyo que para los cuidadores y cuidadoras existen</i></li> <li>▪ <i>se demandaba la necesidad de apoyo (físico, psicológico o de escucha) en determinados momentos por parte de los servicios públicos porque, además, en muchos casos, sólo hay un cuidador o cuidadora y faltan apoyos desde lo familiar y/o lo social</i></li> <li>▪ <i>Vemos necesario algún apoyo emocional, algún teléfono con ayuda profesional, para momentos de crisis</i></li> <li>▪ <i>Las personas cuidadoras pueden sufrir ansiedad, depresión u otro tipo de enfermedades, es necesario una orientación y formación técnica y psicológica para estas personas cuidadoras</i></li> <li>▪ <i>Interesante, todo lo que sea aliviar el estrés de las personas al cargo de dependientes es importante. Aquí es donde podrían entrar esas personas voluntarias que puedan salir a pasear o a conversar mientras sus cuidadoras habituales puedan descansar.</i></li> <li>▪ <i>PROGRAMAS DE RESPIRO: que pudiera utilizarse de manera puntual o periódicamente, flexible y de lunes a domingo. Y que se pueda hacer en los domicilios</i></li> <li>▪ <i>Es muy importante cuidar a estas personas, ya que suelen tener mucha sobrecarga y no suelen pedir ayuda y cuando la piden suelen estar al borde de la histeria.</i></li> </ul>

## 5.4.2 Acciones de formación

Es unánime la opinión sobre la necesidad de formación de las personas cuidadoras, muchas de ellas han llegado a esta situación por el devenir de los acontecimientos, sin haber hecho una elección personal. El cuidado de las personas dependientes es una tarea compleja que requiere de conocimientos de varias disciplinas (enfermería, nutrición, psicología) además de manejar los propios sentimientos al ser un ámbito de carácter familiar. La formación demandada se centra en:

- cursos para aprender a mover personas enfermas
- pautas para tratar con personas dependientes.
- formación sobre enfermedades comunes.
- cursos sobre alimentación saludable.
- ayuda psicológica para la persona cuidadora mientras cuida y después.

Se apunta que una de las dificultades de las personas cuidadoras para recibir formación es la poca disponibilidad de tiempo que tienen, ya que el trabajo que realizan es a tiempo completo y en ocasiones sin apoyo familiar y/o social por lo que se demanda un servicio de cuidados para que puedan asistir a la formación.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Lo fundamental primero es enseñarles a cuidarse ellos, dada la labor que hacen</i></li> <li>▪ <i>Formación sobre enfermedades comunes, cómo mover aun enfermo en diferentes situaciones</i></li> <li>▪ <i>Enseñar cómo tratar psicológicamente al enfermo y también sobre la alimentación saludable</i></li> <li>▪ <i>Cómo trata a las personas cuando se les ha ido la cabeza.</i></li> <li>▪ <i>apoyo psicológico mientras cuidas a un dependiente ..... y cuando este fallece, porque te quedas como que tú ya no sabes qué hacer... Con secuelas porque te has anulado.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Los cuidadores y las cuidadoras demandaban formación porque el cuidado es una tarea compleja y que requiere de conocimiento de temas psicológicos, de salud, o de manipulación de las personas que puedan estar en determinados momentos encamadas</i></li> <li>▪ <i>Creo que sería interesante tener una formación mínima para saber cómo gestionar las situaciones que se crean en el cuidado de las personas tanto físicas como psicológicas.</i></li> <li>▪ <i>Tener conocimiento de primeros auxilios y de maniobras de rcp tampoco estaría mal.</i></li> <li>▪ <i>Ampliar la formación de las personas cuidadoras</i></li> <li>▪ <i>Toda formación que ayude a mejorar la calidad del trabajo que se desarrolla es importante</i></li> <li>▪ <i>Estaría muy bien, porque nadie nace aprendido y ser cuidadora requiere de consejos que muchas veces el cuidador no los ve.</i></li> </ul>

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Positivamente, aunque se ve la necesidad de formación personalizada. Y sería necesario el ofrecer a la persona cuidadora una sustituta que se encargara del cuidado mientras dure dicha formación</li> <li>▪ Sería adecuado pero el problema de ese tipo de formaciones es que hace falta tiempo y en el caso de las cuidadoras, en un porcentaje muy grande, no disponen de ese tiempo precisamente porque la actividad del cuidado les ocupa todo.</li> </ul>

### 5.4.3 Personas cuidadoras profesionales

Aunque no era objeto de estudio en las entrevistas realizadas las personas entrevistadas han mencionado la situación de las personas cuidadoras profesionales. Las personas mayores ponen el acento en las condiciones laborales de estas profesionales (sueldos dignos, mejores horarios, reconocimiento) y en la necesidad que tienen de formación en tema de psicología, enfermería y trato humano. Por otra parte, el personal técnico centra su discurso en las dificultades de encontrar profesionales del campo en la zona.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Deberían tener sueldos dignos, con un horario de 8 horas máximo y vacaciones.</li> <li>▪ Se debería reconocer como un trabajo digno</li> <li>▪ Las personas que vienen a casa necesitan más formación en trato humano y empatía, además de conocimientos de psicología y enfermería.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En realidad, buscar una persona cuidadora es una tarea difícil en la que el boca a boca es el que facilita poder encontrarla, cuando hemos solicitado listado de personas que estén interesadas nos hemos encontrado con listados "no oficiales" de personas que han dado su nombre.</li> <li>▪ Por lo que puedo afirmar que este sector está bastante poco desarrollado y que cuenta con poquísimos profesionales.</li> <li>▪ Las familias con personas dependientes sufren muchas situaciones difíciles pero la de contar con personas cualificadas para el cuidado de las personas mayores no debería de ser una de ellas.</li> </ul>

## 5.5. Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad

El último eje de BERTAN trata sobre la “**mejora de la detección e intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad social mediante la combinación de soluciones de tecnología social y empoderamiento comunitario**” que obedece también al objetivo más amplio referente a la protección e intervención social de las personas mayores de los ámbitos rurales.

La entrevista en este ámbito se centra en valorar diferentes opciones de intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad, combinando la idea de comunidad activada para los mayores y la tecnología social. En este ámbito se han testado diferentes elementos: una aplicación móvil para conocer situaciones de vulnerabilidad, valoración de la ampliación de la telealarma y la formación en TICs.

### 5.6.1 Valoración de la aplicación móvil

Todas las personas consultadas valoran positivamente la existencia de una aplicación de móvil para avisar ante cualquier sospecha de que alguien de su alrededor necesitara ayuda. Los reparos se centran en el uso limitado que hacen de este las personas mayores y además consideran que la red informal cubre en parte esta necesidad.

El personal técnico también la valora de forma positiva, aunque la consideran falta de conexión social.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Es una buena propuesta.</i></li> <li>• <i>me parece bien pero que sea de fácil acceso</i></li> <li>• <i>Es perfecto y necesario</i></li> <li>• <i>me parece difícil que una persona mayor maneje la aplicación</i></li> <li>• <i>Si la hubiera ya la tendría...</i></li> <li>• <i>Muy bien</i></li> <li>• <i>Interesante y necesario</i></li> <li>• <i>Las personas de 80 años para arriba, ¿saben manejar el móvil?</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Valoración positiva</i></li> <li>▪ <i>No soy partidaria de este tipo de aplicación, me parece muy fría</i></li> </ul>

### 5.6.2 Ampliación de la telealarma

La ampliación del alcance de la telealarma abarcando los alrededores de la vivienda, huerta, jardines paseos, es valorada muy positivamente. Además, sería un servicio que mejoraría la seguridad de las personas mayores. Es un servicio que en la actualidad ya se ofrece de forma privada pero es considerado caro, por lo que demandan subvenciones.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sería lo ideal con un botón SOS, para llevar de pulsera, por ejemplo.</i></li> <li>• <i>Sería un punto de tranquilidad para algunas personas y sus familiares</i></li> <li>• <i>Primero habría que saber usarla...</i></li> <li>• <i>Muy bien</i></li> <li>• <i>Sería perfecto porque los problemas surgen en cualquier lugar, no sólo en casa.</i></li> <li>• <i>Ayudaría a mejorar los problemas que pudieran surgir</i></li> <li>• <i>Necesario</i></li> <li>• <i>Existe el sistema, y son aparatos que localizan con GPS. Se pueden contratar con bancos y aseguradoras, el problema es que para una pensión normal sale caro.</i></li> <li>• <i>El programa protección Senior es muy bueno pero caro</i></li> <li>• <i>debería existir, pero subvencionado</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Estaría bien</i></li> <li>▪ <i>Sería interesante ampliar la cobertura, así como, en según qué casos el poder incluir un GPS en el dispositivo. También que se pueda utilizar a través del teléfono móvil y utilizar las posibilidades de las nuevas tecnologías que desde hace tiempo ofrecen las entidades bancarias, por ejemplo.</i></li> </ul>

### 5.6.3 Formación en TICs

Las entrevistas a las personas mayores indican que es más fácil atraer su atención a la formación sobre el uso del móvil que sobre el uso del ordenador, por la visión que tienen sobre la utilidad del primero y las necesidades que este estiman que les puede cubrir. Se reconoce que existe enseñanza práctica, aunque con poco existe entre el colectivo, siendo especialmente receptivas las personas más jóvenes y las mujeres. Queda por encontrar fórmulas para que este colectivo vea la formación como algo atractivo y se animen a participar. Esta misma opinión comparten el personal técnico y añaden la necesidad de establecer ayudas para su compra de dispositivos y la formación personalizada.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sí, pero todos tendrían que tener internet, un portátil y saber cómo hacerlo</i></li> <li>• <i>No es necesario de momento</i></li> <li>• <i>Los cursos los considero imprescindibles</i></li> <li>• <i>Todo ello es necesario, sí lo haría</i></li> <li>• <i>Ya se hacen cursos, pero tienes que convencer a la gente para que vaya, y los que van normalmente son mujeres y menores de 80 años.</i></li> <li>• <i>Creo que es más fácil lo que tenga que ver con el manejo del móvil que con el ordenador</i></li> <li>• <i>Los más mayores no se animan</i></li> <li>• <i>Habría que explicar la informática como si fueran cuentos para niños.</i></li> <li>• <i>Ya hay cursos de informática y la gente no va.....</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>, que se trabaje para minimizar la brecha que en la informática existe en función de la variable edad</i></li> <li>▪ <i>Una de las carencias que existe en las personas mayores es la brecha digital, formar en las nuevas tecnologías es muy importante para el colectivo</i></li> <li>▪ <i>Cuando sea posible sí, pero no siempre se puede formar a las personas mayores</i></li> <li>▪ <i>Las TICs y en la mayoría de los casos el teléfono móvil sería una herramienta básica para personas mayores que no tengan ese conocimiento y no tengan acceso a un ordenador.</i></li> <li>▪ <i>También vemos la necesidad de formación personalizada y ayuda para, en su caso, comprar, montar, utilizar, en el domicilio. Unido a esto la necesidad de ayuda económica para la compra</i></li> </ul>

### 5.6.4 Red de vigilancia para el bienestar

La creación de una red de vigilancia para el bienestar de las personas no es vista como una necesidad, casi todas las personas coinciden en mencionar que en casi todos los pueblos ya existe una red solidaria. Aunque ven bien la institucionalización de este tipo de red. Las personas mayores entienden que ya existe de forma natural, compuesta por las familias y los vecinos de la zona.

En el ámbito profesional nos encontramos con un abanico de opiniones desde los que tienen la misma visión que las personas mayores y las que creen que esta vigilancia la debería ejercer los servicios sociales.

PERSONAS MAYORES	PERSONAL TÉCNICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>...creo que aquí ya existe, al ser un pueblo pequeño...</i></li> <li>• <i>Es conveniente, pero difícil para esta generación</i></li> <li>• <i>Estaría muy bien, pero en los pueblos pequeños es complicado, la gente es celosa de su intimidad.</i></li> <li>• <i>En mi pueblo ya hay una red de voluntarios para acompañar a la gente al médico, que participan en el banco de alimentos y que mantienen contacto con las trabajadoras de los servicios sociales.</i></li> <li>• <i>En Lekunberri el servicio de Bienestar social, el SSB y el centro de salud están muy atentos al bienestar de los vecinos.</i></li> <li>• <i>Me parece muy bien, pero la gente mayor es reacia a que sus vecinos la ayude. Prefiere a un familiar.</i></li> <li>• <i>En la Cendea la gente aunque viva sola no lo está porque la familia vive cerca.</i></li> <li>• <i>La red estaría bien, pero poco viable por la dispersión.</i></li> <li>• <i>Ayudaría a muchas personas con necesidades que no saben qué hacer en determinados momentos</i></li> <li>• <i>Que lo haga el centro de salud lo veo bien, que sea una red de vecinos como voluntariado no lo veo claro.</i></li> <li>• <i>Si hubiera todos esto no haría falta hacer compras por internet.</i></li> <li>• <i>Le parece muy bien, pero en mi pueblo de 150 habitantes me parece imposible</i></li> <li>• <i>Primero pienso una colaboración de la familia y si no cualquier ayuda social</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>No estoy de acuerdo, esta posibilidad debería ser a través de los servicios sociales de base</i></li> <li>▪ <i>Esto me parece bien, creo que tendríamos que trabajar en esta dirección</i></li> <li>▪ <i>Eso, en pueblos pequeños, se hace informalmente. Hemos visto que en el confinamiento ha funcionado</i></li> </ul>

El personal técnico considera fundamental la creación de un mapeo de vulnerabilidad, aislamiento o carencia de apoyos familiares para conocer en profundidad las necesidades del colectivo. Adicional a este servicio se podría crear una red de detección y protección contado con los profesionales de la zona.

#### PERSONAL TÉCNICO

- *el primer paso sería el poder realizar un mapeo de las personas en situación de vulnerabilidad, aislamiento o carencia de apoyos familiares y sociales en cada pueblo y de sus situaciones y necesidades. Qué partiendo del conocimiento de las tipologías poblacionales, los conocimientos en el manejo de las TICs, su estado de salud o de movilidad... diseñara alternativas adhocráticas y ofertara servicios como los que anteriormente se comentan. De todos estos servicios y experiencias existen estudios referentes sobre su eficacia y se pueden sacar conclusiones para su implantación y adecuación en el ámbito objeto de estudio*
- *Seguimiento a través de los servicios sociales*
- *Sería un reto el crear una red de detección y protección , contando con profesionales de la zona, tal y como se hace con el tema de infancia, que se reuniera periódicamente y que recibiera formación específica y continua para la detección de situaciones vulnerables.*

## VI. ANÁLISIS DAFO - CAME

### FORTALEZAS



1. Cultura de participación Social de la población visible en:
  - Mercados de otros pueblos
  - Juntarse en hogares de jubilados/as
  - Participar en sociedades
  - Participar en actividades organizadas por asociaciones de otros pueblos
2. La gente mayor quiere seguir participando en la vida social
3. Fuerte cohesión social
4. Importante red vecinal
5. Cambio de mentalidad hacia un envejecimiento activo y empoderamiento de las personas mayores

### DAFO ÁMBITO DE ACTUACIÓN



### DEBILIDADES

1. Estructura heterogénea del ámbito de actuación
  - tamaños de población muy diferentes
2. Desigualdad entre los municipios en la cantidad de servicios y comercios
3. Cercanía de algunos municipios a otras comarcas; Pamplona, Tolosa, Agurain...
- 4 Faltan datos estadísticos para conocer la realidad de la zona
5. Se carece de un mapeo de necesidades respecto al colectivo

### OPORTUNIDADES



1. Existe conciencia por parte de Administración y Asociaciones privadas de la necesidad de poner en marcha acciones para favorecer el envejecimiento activo y favorecer la permanencia de las personas mayores en su zona de residencia.
2. Desarrollo de la "silver economy – economía plata" beneficiándose los sectores farmacéuticos, inmobiliarios y tecnológicos.
3. Existencia de recursos y apoyo para la puesta en marcha de iniciativas de carácter innovador.
4. La pandemia por el Covid ha despertado la necesidad de establecer cambios y dirigir la mirada hacia el vecindario



### AMENAZAS

1. Dispersión geográfica
2. Envejecimiento de la población
  - El 20,69% en la comarca es mayor de 65 años.
  - Sobre envejecimiento. El 7,20% de las personas mayores de 65 años tiene más de 80 años.
3. "Resignación" a su situación; "siempre hemos hecho así" y no buscan solución porque se arreglan como pueden y "es lo que hay".
4. El 19% de las personas vive sola



## FORTALEZAS



# DAFO SOLUCIONES HABITACIONALES



## DEBILIDADES

1. Sentimiento de comunidad.
2. Participación en sociedades, similitud con vivir en cohousing
3. Los vecinos se conocen bien, tienen cultura de grupo, pueden compartir alojamientos similares
4. Fuerte deseo de residir en la zona como mejor opción.
5. Casas grandes

1. Las personas mayores no piensan en las necesidades futuras, falta de previsión.
2. Los mayores de la comarca no están "solos";
  - su familia está cerca o en casa
  - cultura del vecino cuidador
3. Casas con problemas de accesibilidad; escaleras, alturas.
4. Las personas mayores prefieren vivir siempre en su propia casa.
5. Coste económico de las reformas para hacer accesibles las viviendas
6. No hay cultura de convivencia con otras personas que no sean de su unidad familiar
7. Falta de información sobre soluciones habitacionales diferentes a las residencias y los pisos tutelados

## OPORTUNIDADES



1. Las personas mayores no quieren ir a residencias y puede ser motor de cambio.
2. La pandemia por coronavirus nos ha enseñado que otros sistemas son más apropiados.
3. Las personas mayores, en caso de tener que ir a una residencia no quieren salir de su comarca.
4. Experiencia de soluciones habitacionales diferentes a las residencias (pisos tutelados)
5. Viviendas grandes con posibilidad de compartir (posibilidad de la convivencia intergeneracional).
6. Oportunidad de generar empleo en la zona con la creación de alguna solución habitacional.
7. El elevado número de personas mayores y su deseo de permanecer en la zona posibilita la creación de experiencias piloto



## AMENAZAS

1. Falta de recursos públicos; económicos y de infraestructuras.
2. Antigüedad de las viviendas (antigüedad media de las viviendas muy superior al resto de Navarra).
4. Faltan soluciones habitacionales acordes a los gustos y necesidades de las personas mayores de la zona
5. Escasez de plazas para la atención a personas mayores:
  - Residencias
  - Centros de día

# DAFO MOVILIDAD Y TRANSPORTE

## FORTALEZAS



1. Conducen hasta avanzada edad.
2. Comparten el vehículo privado con vecinos y familia.
3. Se sirven de una red de colaboradores que realizan recados, encargos
4. Han acomodado su estilo de vida a las restricciones de transporte



## DEBILIDADES

1. Interiorización de las personas del uso del vehículo privado
2. No ven la necesidad o el beneficio del cambio  
"Siempre hemos vivido aquí y siempre nos hemos arreglado"
3. La población envejecida necesita más transporte público
4. Mujeres de edad tienen menos capacidad de movilidad (en muchos casos carecen de permiso de conducir).
5. El aumento de la edad de las personas mayores reducen las posibilidades de movilidad.

## OPORTUNIDADES



1. Mayor conciencia ecológica que aboga por uso de transporte público
2. Generar mejoras en transporte daría opción a creación de empresas de transporte sostenible.
3. Aumentar horarios y/o frecuencias, no sólo favorecería a las personas mayores, sino también a los jóvenes que tienen que desplazarse por estudios
4. La tecnología mejoraría la gestión del transporte con aplicaciones para compartir vehículo o servicios a demanda.
5. El desarrollo de nuevos sistemas de movilidad con la conducción asistida o el vehículo autónomo serían elementos que podrían mejorar la movilidad de la zona.



## AMENAZAS

1. Deslocalización de los servicios. Concentración de servicios en los lugares con masa crítica.
2. Colectivo de personas que carece de carnet de conducir que les limita la movilidad.
3. El uso cada vez más amplio del transporte privado hace disminuir la frecuencia de transporte público porque disminuye la rentabilidad.
4. Lejanía de algunos barrios y pueblos de las carreteras generales, les impide el acceso al transporte público.
5. Escasez de transporte a Altsasu/Alsasua o a Pamplona
6. Falta de adaptación de los pueblos a las nuevas necesidades de movilidad de las personas mayores.

# DAFO CUIDADOS

## FORTALEZAS



1. Muchas personas que ahora necesitan cuidados, han sido cuidadoras de sus mayores.
2. La mayoría de las personas mayores ven en vivir en casa con un cuidador/a su mejor opción.
3. La red informal compuesta por el vecindario y la familia proporciona cuidados.



## DEBILIDADES

1. En muchos casos la persona cuidadora es una persona mayor, una familiar (mujeres).
2. Aislamiento del ámbito rural, que aumenta el ya propio aislamiento del cuidador/a.
3. Idea que tienen muchos mayores de la "obligación" que tienen sus descendientes (hijos- hijas) de cuidarles.
6. Se considera la labor del cuidador/a a tiempo completo
7. Las personas cuidadoras mayores no hacen uso de la tecnología para relacionarse con otras personas
8. Las personas cuidadoras se aíslan y pierden sus relaciones sociales

## OPORTUNIDADES



1. La existencia de programas de respiro; no es algo nuevo, es algo a ampliar o generalizar
2. Dar opciones de respiro a personas cuidadoras no profesionales, poniendo profesionales algunas horas semanales, aumenta posibilidades de empleo en la comarca
3. Posibilidad de seguir viviendo en sus domicilios con una persona cuidadora
4. Dotar de prestigio a las personas cuidadoras, para que social y económicamente sean reconocidas y aparezcan como una oportunidad profesional o de prestigio social.
5. Crear programa de formación de profesionales en el campo
6. Habilitar un servicio de apoyo a las personas cuidadoras con especial hincapié en el ámbito psicológico.



## AMENAZAS

1. Situación actual de pandemia, aumenta el trabajo de la persona cuidadora.
2. Feminización de la figura de la persona cuidadora
3. Falta de personal cualificado para la atención a las personas mayores
4. Escasez de programas, residencias o centros de día, para cubrir "respiros" de las personas cuidadoras



# DAFO INTERVENCIÓN TEMPRANA Y USO DE TICs

## FORTALEZAS



1. Cohesión social entre vecinos en municipios pequeños y/o barrios.
2. La labor que realizan los SSB en cada municipio.
3. Conocen los horarios, costumbres de sus vecinos muy bien
4. Los comercios, las asociaciones de personas mayores ejercen una labor de vigilancia informal de calidad.



## DEBILIDADES

1. A más edad se necesitan más apoyos para la vida diaria
2. Falta de conocimientos del manejo de los móviles e internet
3. Con la edad disminuye el interés por las TIC
4. Poco interés por la formación en el uso del móvil, ordenador

## OPORTUNIDADES



1. Todas las políticas para favorecer la vida de los mayores pasa por el uso de las TIC.
2. El uso de las nuevas tecnologías les puede abrir posibilidades de participación, ocio, cuidado....
3. El uso de las TIC permite crear redes y participación social.
4. La pandemia por el Covid ha puesto en evidencia las necesidades que puede cubrir el uso de los teléfonos móviles e internet.
5. Progresivamente se observa una tendencia de las personas mayores a la utilización de las TIC para mejorar su calidad de vida.



## AMENAZAS

1. Coste de las nuevas tecnologías, elevado para las personas mayores
2. Rapidez con que avanzan las TIC
3. Brecha digital
4. Mayor control social. Falta de intimidad si se hace una red de vecinos.
5. Cobertura de la red móvil
6. Desconocimiento de las ayudas técnicas existentes en el mercado
7. Poca adaptación de los aparatos para el uso de personas mayores con problemas de audición, visuales .
8. Complejidad de manejo, poca usabilidad

# CAME SOLUCIONES HABITACIONALES

## ESTRATEGIAS OFENSIVAS

- Creación de un plan interdisciplinar centrado en soluciones habitacionales, incluyendo a diversos sectores;
- Arquitectos,
- Centros formativos
- Centro de empleo,
- Personal técnico de los ayuntamientos ,
- Personal técnico de mancomunidades y
- Personal técnico de sanidad.

## ESTRATEGIAS DEFENSIVAS

- Aprovechar el sentimiento de comunidad y de querer seguir viviendo en la comarca de las personas mayores, para fomentar la creación de programas participativos donde los mayores expresen sus deseos.
- Búsqueda de vivienda vacía y de casas habitadas por mayores, para intentar que las casas grandes se conviertan en viviendas compartidas por varias personas de edad.

**MANTENER FORTALEZAS**

**CAME**

**AFRONTAR AMENAZAS**

**EXPLOTAR OPORTUNIDADES**

## ESTRATEGIAS DE REORIENTACIÓN

- Aprovechar el debate actual por la pandemia, sobre la bondad del sistema residencial, para impulsar soluciones habitacionales más cercanas a los deseos de las personas mayores.

## ESTRATEGIAS DE SUPERVIVENCIA

- Crear un servicio público de análisis de situación de viviendas, y posterior orientación sobre soluciones y subvenciones a la rehabilitación;
  - las personas mayores podrían seguir viviendo más tiempo en sus casas
  - las viviendas se revalorizarían
- Dar a conocer a las personas mayores diferentes soluciones habitacionales que puedan desarrollarse, recogiendo a la vez sus expectativas.
- Establecer un sistema de complejos polivalentes, en distintos puntos estratégicos, que contarán con transporte, centros habitacionales, centro de día, jubilotecas y servicios como podólogo o peluquería.
  - Uno por cada mancomunidad de servicios sociales.
  - Fomentaría empleo en la zona.

**CORREGIR DEBILIDADES**



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno  
de Navarra



# CAME MOVILIDAD Y TRANSPORTE

## ESTRATEGIAS OFENSIVAS

- Fomentar el uso de las TIC para conectar necesidades de transporte de diferentes tipos de personas a un mismo lugar.
- Implementar servicios a demanda de transporte público coincidiendo con los horarios de los servicios;
  - consultas médicas
  - comercios
- Crear aplicación de móvil para solicitar transporte a medida
- Aumentar frecuencias y horarios de transporte público.

## ESTRATEGIAS DEFENSIVAS

- Realizar cursos de reciclaje de conducción de personas mayores.
  - También ayudaría a evaluar la situación en la que conducen.
- Fomentar el uso del transporte privado compartido con un sistema de fidelización o premio
  - Por cada X viajes un café gratis....
- Realización de estudios de movilidad para mejorar el ámbito físico del municipio.
- Puesta en marcha de las directrices de la OMS en relación a las ciudades amigables con las personas mayores.

**MANTENER FORTALEZAS**



**CAME**



**AFRONTAR AMENAZAS**

**EXPLOTAR OPORTUNIDADES**



## ESTRATEGIAS DE REORIENTACIÓN

- Considerar las dificultades de movilidad de las personas dentro de los controles de los SSB o Enfermería y las valoraciones de dependencia
  - mujeres viudas
  - personas de más de 80 años
- Revisar las líneas actuales de transporte público, los horarios y frecuencias, para optimizar lo existente, - intentando hacerlo más sostenible llegando a más gente: jóvenes estudiantes o trabajadores

## ESTRATEGIAS DE SUPERVIVENCIA

- Subvencionar el uso del taxi para las personas que no cuentan con transporte público, o los horarios de estos no cuadran con sus necesidades.
  - bonos, copago
- Ofrecer servicios a domicilio
  - establecer rutas periódicas de los servicios más solicitados; podólogo, peluquería, biblioteca,
  - también valdría para comercios de alimentación.

**CORREGIR DEBILIDADES**



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno de Navarra



# CAME CUIDADOS

## ESTRATEGIAS OFENSIVAS

- Campaña de publicidad para visibilizar el trabajo de las personas cuidadoras dotándolo de valor
- Programas de formación de personas paradas en cuidado de personas mayores dependientes;
  - que pueden encontrar en este servicio una profesión
  - y además permite crear bolsa de empleo para cubrir programas de respiro

## ESTRATEGIAS DEFENSIVAS

- Favorecer la imagen del cuidador
- Dar valor a los cuidados entre el vecindario, familia. Sacarlo de lo cotidiano y convertirlo en valioso, extraordinario, fundamental

**MANTENER FORTALEZAS**



**CAME**



**AFRONTAR AMENAZAS**

**EXPLOTAR OPORTUNIDADES**



## ESTRATEGIAS DE REORIENTACIÓN

- Creación de una " red" de personas cuidadoras de familiares para darles apoyo y formación para que no se encuentren solas en su labor para que obligatoriamente participen en programas de respiro
- Dignificar desde el ámbito público la profesión de cuidador profesional
  - salarios, horarios de trabajo
- Implantar los programas de respiro al 100% de las personas que lo necesiten
- Campaña de masculinización del cuidador.

## ESTRATEGIAS DE SUPERVIVENCIA

- Crear bolsa de personas voluntarias para ofrecer respiro a cuidadores.
- Aprovechar las redes vecinales surgidas durante la pandemia, para reorientarlas a ayudar a los cuidadores; recados....

**CORREGIR DEBILIDADES**



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno de Navarra



# CAME INTERVENCIÓN TEMPRANA Y USO DE TICs

## ESTRATEGIAS OFENSIVAS

- Creación pareja de personas (Bikote-s) de personas mayores con distintos niveles de conocimientos para que se apoyen en el aprendizaje
- Dotar de carácter institucional las redes informales vecinales existentes
- Mejora de la cobertura wifi en la zona

## ESTRATEGIAS DEFENSIVAS

- Hacer planes municipales, implicando a los agentes que haya en cada pueblo, de pequeños objetivos de aprendizaje de TICs
- Ampliación de la cobertura de la telealarma con la inclusión de un localizador GPS
- Creación de una aplicación para la detección de personas vulnerables

**MANTENER FORTALEZAS**

**CAME**

**AFRONTAR AMENAZAS**

**EXPLOTAR OPORTUNIDADES**

## ESTRATEGIAS DE REORIENTACIÓN

- Impulsar, favorecer la formación y el uso de las TIC en personas no tan mayores, pero aún no digitalizadas,
  - dándole a la formación un objetivo concreto
  - estímulo recompensa

## ESTRATEGIAS DE SUPERVIVENCIA

- Realizar campaña informativa sobre ayudas técnicas que existen, que faciliten la vida de las personas mayores en su hogar
- Programa de subvención económica para adaptar las viviendas a las TIC.
- Buscar dispositivos de fácil manejo. Que los agentes, comerciantes, SSB, farmacias....., los muestren y utilicen delante de las personas mayores para darle cotidianidad y mostrar uso mostrar que todo no tiene que ser de complejo aprendizaje.

**CORREGIR DEBILIDADES**



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno de Navarra



## VII. SOLUCIONES INNOVADORAS

En este capítulo del documento, nos centraremos en recopilar posibles soluciones que puedan servir de orientación para resolver situaciones que no facilitan la vida de las personas mayores.

A lo largo de las distintas fases que hemos ido recorriendo, el mapeo, las entrevistas, y el análisis realizado para el Dafo, han ido surgiendo ideas desde los propios agentes implicados que, junto con experiencias similares en otras zonas rurales, han marcado el camino en la búsqueda de soluciones.

Repasamos todos los ámbitos de estudio; habitacional, transporte, intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad y cuidados, pero nos centraremos principalmente en aquellos que son el centro de estudio en Sakana, los aspectos habitacionales y el transporte- movilidad.

### 7.1 SOLUCIONES HABITACIONALES

Una de las conclusiones más claras de este estudio y que se ha ido corroborando en cada una de las fases del mismo, es que las personas mayores de Sakana quieren seguir viviendo en sus casas el mayor tiempo posible y que en caso de que no puedan valerse por si mismas, su primera elección sería seguir haciéndolo en su vivienda con una persona que les cuidara y ayudara. Es por ello que las soluciones en el ámbito habitacional pasan en primer lugar por aquellas que permitan prolongar el mayor tiempo posible la vida en el hogar adaptándolo y haciéndolo más accesible en previsión de las necesidades que la edad provoca y mejorando los servicios que posibilitan la permanencia en el propio hogar.

Así mismo se ha detectado una falta de plazas residenciales en la zona que hacen necesario la creación de las mismas en los formatos que mejor se adecúan a la idiosincrasia propia y característica de los vecinos de Sakana. Estos nuevos equipamientos deben cumplir con la revisión de los modelos ya establecidos que quizá no sean los más apropiados ni deseados por los mayores y que la pandemia ha demostrado con carencias importantes.



Desde estas premisas se pasan a detallar aquellas soluciones que parecen más adecuadas y ejemplos en los casos que se hayan encontrado de programas o actuaciones que se hayan puesto en marcha en otros lugares.

### 7.1.1 Servicio de ayuda para el estudio de las necesidades de accesibilidad y confort de las viviendas.

Este servicio tendría el objetivo de facilitar la adecuación de las viviendas al paso del tiempo de estas y al cambio de necesidades y usos provocados por la mayor edad de sus propietarios. Debería proporcionar orientación tanto técnica como económica.

Es un servicio de carácter público al cual las personas mayores podrían recurrir no solo cuando la necesidad ya está encima y se precisa esa adecuación de la vivienda con carácter inmediato por pérdida o dificultades de movilidad por enfermedad o accidente sino también cuando quieran adaptar sus viviendas, hacerlas más accesibles, confortables y seguras para cuando ellas sean más mayores. En muchas ocasiones estas personas no saben con seguridad cuales son las opciones que existen en el mercado ni cuales son las más adecuadas a sus necesidades, estilos de vida y características de su vivienda. Sería interesante contar con una red de empresas de la zona que puedan ofrecer sus servicios para estas obras, porque también en muchos casos es difícil encontrar profesionales específicos.

Por otro lado, se informaría también de las ayudas, subvenciones, posibilidades de financiación... para hacer frente a esas obras.

No se han encontrado ejemplos de servicios similares en el Estado, lo más aproximado es el Servicio de Prevención de incendios en viviendas y Detección de necesidades sociales que algunos ayuntamientos del País Vasco han realizado. Se trata de un servicio puntual para revisar las viviendas de las personas mayores de 80 años y realizarles un plan de prevención, dotarles de un detector de incendios y realizar un análisis de las necesidades sociales de esas personas y un análisis municipal de la situación de ese colectivo en el municipio.

En Reino Unido existe un programa denominado Casas para toda la vida que consiste en un servicio nacional de información para garantizar que todas las personas mayores tengan acceso a un buen asesoramiento en materia de vivienda. El programa incluye una gama de ayudas para adaptar y remodelar las viviendas de forma que sean accesibles y adaptadas.

### 7.1.2 Centro Polivalente de Recursos.

Los Centros Polivalentes de Recursos son un equipamiento que supone una alternativa válida para la provisión de servicios de atención personal puesto que coordinan e integran distintos recursos de alojamiento, atención de día, servicios a la comunidad y centro social en un mismo lugar físico lo que supone un aumento de la efectividad y de las sinergias entre servicios. Es la centralización de la descentralización, es decir, para que sean efectivos no deberían estar muy lejos de los municipios de residencia de las personas usuarias y al mismo tiempo deberían ofrecer el mayor número posible de servicios. Un centro de estos por Mancomunidad sería acertado y cumpliría con el objetivo de proximidad.

Los servicios que podrían ofrecer van desde el ámbito habitacional: viviendas de mayores, pisos tutelados, mini residencias,... centros de día con transporte adaptado, hasta el participativo y social con jubilotekas donde se podrán organizar actividades culturales y lúdicas pasando por proveer de servicios básicos como comedor, servicio de catering a domicilio, podología, fisioterapia, biblioteca ... Es decir, un lugar que facilite la vida a las personas mayores que continúan viviendo en su vivienda y que a su vez ofrezca plazas residenciales a aquellas que ya no puedan continuar en su casa y donde esas personas puedan seguir teniendo contacto con sus vecinos y amigos al poder compartir las actividades lúdicas, sociales...

Ejemplos de estos centros existen en la Zona de Allo donde los Centros Polivalentes de Recursos están incluidos en un plan más amplio denominado Modelo integral de atención al envejecimiento activo en el ámbito rural en la zona de Allo y en Gipuzkoa en los municipios de Bidegoian, Errezil, Antzuola, Elgeta, Zegama, Mendaro y Berastegi.

### 7.1.3 Pisos tutelados, viviendas de mayores

Este tipo de equipamiento presenta la ventaja de aunar independencia con servicios y seguridad. Los apartamentos tutelados se convierten en la opción más adecuada para estas personas que aún quieren disfrutar de su libertad y, al mismo tiempo, beneficiarse de los servicios y comodidades que aportan los apartamentos tutelados: mantenimiento y emergencias 24 horas, limpieza periódica del apartamento, servicios de consejería a la carta y espacios polivalentes para la relación social.

Dadas las demandas de las personas mayores es necesario apuntar que para que estos equipamientos tuvieran éxito deberían estar ubicados en centros urbanos donde las personas usuarias pudieran seguir manteniendo sus contactos sociales y relaciones familiares sin dificultad.

Ejemplos de estos equipamientos existen en muchos lugares, los más cercanos en Pamplona. Otras iniciativas en este campo son **El Programa Hogar y Café** de Madrid de la Fundación Pilares, las **Casas de Mayores** de la Asociación Cicerón.

Con alguna similitud, pero conceptualmente muy diferente es el **Cohousing o Vivienda Colaborativa** de éxito en los países del Norte de Europa y que en España tiene algunos ejemplos: Residencia de Mayores Fuente de la Peña (Jaén), Trabensol en Madrid... En todos ellos es necesario un nivel de implicación y compromiso entre los participantes mayor que en las otras soluciones.

#### **7.1.4 Mini residencias.**

Es indudable que las residencias pequeñas pueden ofrecer una atención más personalizada y cercana al modelo de vida anterior al ingreso que las grandes. La integración social se garantiza sin duda más fácilmente en un centro que depende del entorno para muchas de sus necesidades. Las ventajas que estos centros aportan en cuanto a humanización del trato, a normalización de la vida cotidiana y a integración en el medio superan en muchos casos la falta de recursos para poder atender a personas con graves problemas de dependencia. El Plan Gerontológico de Navarra ya recogía su conveniencia.

#### **7.1.5 Viviendas para toda la vida.**

Van dirigidas a un perfil que ahora es relativamente frecuente: parejas de entre 70 y 80 años en las que uno de los miembros de la pareja, de forma repentina, presenta una enfermedad que puede derivar en una dependencia importante, pero el otro está perfectamente. Para esas personas el entorno residencial no es muy amable, pero un hogar con apoyos sí lo es. Para estas situaciones una residencia no es el lugar adecuado para los dos. Actualmente la Fundación Matia está promoviendo con el Ayuntamiento de Donostia unas *viviendas para toda la vida*, que contarán con apoyos y un entorno protector.

### 7.1.6 Capitalizar la vivienda.

En muchos casos las personas mayores no pueden adoptar las medidas sobre su futuro habitacional que les parecen más adecuadas por falta de dinero. Tanto para permanecer en casa con una persona cuidadora, contratar los servicios externos que necesita para poder seguir viviendo en su vivienda o para realizar las obras necesarias para hacer accesible y adaptar su vivienda hacen falta unos ingresos que no todo el mundo tiene. El hecho concreto es que un porcentaje muy alto de las personas mayores son propietarias de sus viviendas y que esto puede suponer la solución para unas necesidades que quizá sus pensiones no cubran. Las opciones tradicionales del mercado Hipoteca inversa o renta vitalicia ofrecidas por muchas entidades financieras son ahora completadas por otras como la que ofrece la empresa vasca Kategora en la que la persona propietaria recibe todo el dinero de la venta de su vivienda mientras puede seguir en la misma de alquiler. Es muy adecuado sobre todo para mujeres que al quedarse viudas ven reducidos sus ingresos. Con estas opciones las personas mayores pueden continuar en sus viviendas.

## 7.2 Soluciones al transporte - movilidad

Se trata de encontrar un sistema de transporte adaptado en la comarca de Sakana, que ayude a mejorar la participación social de las personas mayores de este ámbito rural y que mejore el acceso a los servicios.

La primera idea que surge para facilitar el acceso a algunos servicios es que sean éstos los que se desplacen. Consiste en reducir la necesidad de moverse. Por otro lado, no hay transporte más sostenible que el que no se necesita. Partiendo de esta idea, y con un punto de vista favorable por parte de las personas mayores, encontramos;

### 7.2.1 Rompiendo distancias.

Programa que se desarrolla en Asturias. Es un programa de atención integral para las personas mayores que viven en zonas rurales, a través del cual se trata de facilitar el acceso a los diferentes recursos acercándolos, y, además, prevenir los riesgos de aislamiento y soledad.

Las principales actuaciones son; dispensación de comidas a domicilio con dietas adecuadas, préstamo de productos de apoyo, podología a domicilio, biblioteca móvil, peluquería y orientación y apoyo psicosocial a las personas cuidadoras.

### 7.2.2 Servicio de correos móvil

Se utiliza en aldeas de menos de 600 habitantes de la región Transdanubiana en Hungría. La esencia es que el cartero visita los pueblos diariamente porque no hay suficientes oficinas postales. Para que sea rentable añade oferta de servicios; recogida y entrega de paquetería venta de lotería, acerca el pan y el periódico.

### 7.2.3 Transporte público a demanda

Transporte público a demanda de las necesidades. Implantación de un sistema de transporte público alternativo, en el que el servicio se planifica a partir del conocimiento de las necesidades de transporte de los y las ciudadanas, mediante métodos telefónicos y/o aplicaciones Web. Existen variaciones de esta idea que funcionan en numerosas comarcas rurales. Las rutas con reserva, además, suponen un menor coste para la administración y mejora la rentabilidad de las líneas regulares.

- En la provincia de Gipuzkoa en la comarca de Debagoiena las **Líneas a la demanda**, se solicitan con antelación de forma telefónica. La diferencia de este servicio con otros es que el autobús si lo solicitas te acerca al municipio, pero no te lleva hasta el servicio en concreto; médico, banco, farmacia...

En Castilla y León se ha implantado un servicio para no dejar a nadie sin acceso a los servicios. El envejecimiento de las zonas rurales hace que las personas cada vez conduzcan menos, o no puedan desplazarse porque no tengan coche, en el caso por ejemplo de muchas mujeres. Este servicio empezó a funcionar haciendo reserva telefónica, pero ahora se mantiene mediante contacto on-line.

Autobús Comunitario en Burgenland, Austria o Autobús **de Aldea** en comarcas de Hungría. El objetivo es mejorar la movilidad de los que no tienen coche. Operan sin horario, sin paradas. Los ciudadanos llaman para solicitar el transporte y el bus les recoge en sus domicilios. Este sistema garantiza la accesibilidad para todos a los servicios públicos.

Otra modalidad supone el aprovechamiento del **Transporte escolar**. Se trata de explorar las ventajas de integrar las líneas de transporte escolar en la red de transporte regular de viajeros. Esto mejora la accesibilidad de la población rural a los servicios. Una experiencia de este tipo existe en Aragón.

Centrándonos en la movilidad por razones sociales, encontramos ejemplos de cómo cubrir necesidades, no dejar a nadie sin su servicio y además sirven para ahorrar costes.

- **Sodebur**, en Burgos. Tienen un sistema en zonas como las Merindades para el transporte a centros asistenciales y centros de día. Se encontraron con la problemática de recoger usuarios en aldeas que salían de ruta, pero por las que pasaban los transportes adaptados de otras asociaciones. Llegaron a acuerdos entre las asociaciones y amoldaron horarios para poder realizar los transportes mezclando los usuarios.

#### 7.2.4 Taxi

Existen programas dirigidos a ofrecer alternativas a la movilidad utilizando el taxi, y aquí también encontramos varios ejemplos

- **Servicio Bonotaxi** en la Comarca de Pamplona. Promueve el taxi como vehículo de transporte para personas con movilidad reducida. Una ayuda económica para reducir el coste del transporte a aquellas personas discapacitadas con grave dificultad para acceder al transporte público. Este método se puede aplicar para aquellas personas que, aunque no sean discapacitadas, no tengan transporte público a su alcance ni coche particular.

- **Taxi Social** en Alicante. Aquí la idea de colaboración y utilidad a la sociedad parte de las asociaciones de taxistas. Se propone un servicio de acompañamiento a personas mayores, en actividades como ir al banco, al médico o a la farmacia.

- **Taxi copago** en Castilla La Mancha. Herramienta interesante en las comarcas rurales que permite ofrecer un servicio esencial de abastecimiento. Se contrata para varios pueblos o comarcas, y funciona a demanda, como una línea regular, pero en taxi.

## 7.2.4 Vehículo privado compartido

En el caso de que la utilización del coche privado sea necesaria se podrían poner en práctica sistemas que fomenten un uso más racional del mismo para viajes entre municipios rurales.

- **Car-pooling.** La primera idea sería la de compartir viaje en el coche particular. Es una práctica que se realiza en muchos casos ya de modo informal. Se puede, sin embargo, organizar mediante el uso de aplicaciones para el móvil, o a través de plataformas web como BlaBlaCar.

- **Car- sharing.** Alquiler de coches por horas/minutos. Consiste en disponer de un parque de coches, gestionado por empresas privadas que ya lo desarrollan o en un programa propio de la comarca, que se puedan alquilar por tiempos cortos para desplazamientos entre pueblos. Esta opción fomentaría compartir vehículo y se podría dar opción a que el servicio fuera con conductor.

## 7.3 Cuidados

Dentro de esta área se recogen las soluciones ante las necesidades que se han detectado que las personas mayores tienen sobre las personas que les cuidan o cuidarán. Hay que tener en cuenta que muchas de ellas son actualmente, han sido o serán a su vez cuidadoras, por lo que es un tema muy importante para ellas. Además, hay que recordar que la mayoría de ellas ven como la mejor opción para su futuro seguir viviendo en su casa con la ayuda de una persona cuidadora.

El bienestar físico y emocional de la persona cuidadora es el centro de estas medidas, la necesidad de tomarse tiempo para ellas mismas cada día y el establecimiento de pausas, períodos de desconexión, respiros es fundamental. En este sentido se proponen algunas soluciones:

### 7.3.1 Red de voluntariado

Creación de una red de voluntariado entre las propias personas mayores para de manera altruista ofrecer momentos de respiro a las personas cuidadoras. Al ser vecinos y haber vivido en Sakana el sentimiento de comunidad, de conocer, de tener de que hablar, aunque sea de los cambios en los pueblos y vecinos puede hacer que esta experiencia no solo ayude a la persona cuidadora sino también a la que recibe los cuidados, permitiéndole socializar en la medida de sus posibilidades. La Asociación NAGUSILAN con Voluntarios mayores para acompañar a otros, tiene delegaciones en las tres provincias del País Vasco y también en Navarra en Pamplona y Lizarra. Dispone de otros programas, entre los que destacamos **EL Hilo de Plata**, que mediante conversaciones telefónicas pretende aliviar la soledad de los mayores.

### 7.3.2 App de dependencia

Creada para mayores dependientes y sus cuidadores y familiares. Permite estar al día en consejos, recomendaciones y otras cuestiones de utilidad como ayudas y prestaciones.

### 7.3.3 Redes sociales de personas cuidadoras

**Fomentar la creación de redes sociales entre personas cuidadoras** con la idea de que estén en contacto y rompan el aislamiento que en muchos casos provoca su labor. Compartir experiencias, intercambiar estrategia elimina parte de la carga psicológica que supone el cuidado. Se podría realizar desde los servicios de bienestar social una campaña publicitaria sobre ello animando a participar.

### 7.3.4 Información

Se trata de crear un servicio de información para que cuando se detecte una enfermedad, accidente... que provoca la necesidad de contar con cuidadores, la forma de hacerlo, como buscar a las personas adecuadas, como se realizan las gestiones administrativas de contratar, la posibilidad de optar por empresas especializadas que proporcionan el personal y realizar todos los trámites...

El objetivo es aliviar la carga que supone la búsqueda de una persona cuidadora y que no sea un añadido a las labores de cuidado. En muchos casos, la mala experiencia, la dificultad de encontrar la persona adecuada lleva a muchas personas a utilizar la solución residencial.

## 7.3 Intervención temprana en situaciones de vulnerabilidad

La idea consiste en buscar soluciones para la detección temprana de situaciones en las que las personas mayores se encuentren vulnerables. Se pretende conseguir movilizar a la comunidad, dando protagonismo principalmente a los mayores. Esas soluciones deberían estar amparadas por la tecnología social, o, dicho de otro modo, conjunto de métodos, procesos y técnicas creadas para solucionar algún problema social, que atiendan a los requisitos de simplicidad, bajo costo, fácil aplicabilidad e impacto social comprobado.

Lograr una comunidad activa se consigue dando protagonismo a las necesidades de las personas mayores, conociendo sus necesidades expresadas por ellos mismos o por sus cuidadores o cuidadoras. Si la idea es conseguir entornos amigables para las personas mayores, lo que hay que hacer es que éstas se puedan expresar y que sean las que describen los problemas que tienen para llevar una vida autónoma el máximo tiempo posible.

Se debería, por tanto, crear foros donde se recojan opiniones y establecer procesos que lleven a cabo las mejoras.

La idea de aplicar la tecnología social genera una serie de ventajas como son; mejorar la calidad de vida de las personas mayores, mantener y ampliar su red de relaciones, fortalecer su independencia, mantenerse más activos. Habría, además, que facilitar el uso de nuevas tecnologías, simplificar su uso haciéndolo más universal y publicitar su aplicación directa a la mejora de la vida de las personas mayores.

### 7.4.1 Activage

Programa dentro del proyecto europeo Horizonte 2020. Iniciativas para hacer frente al reto que supone el progresivo envejecimiento. El proyecto trabaja el impacto positivo de las soluciones basadas en el Internet de las Cosas para mejorar la calidad de vida, la salud y la autonomía de las personas mayores y, por tanto, la sostenibilidad de los sistemas sanitarios en Europa.



- **Galicia**, el piloto de ACTIVAGE trabaja en reducir el impacto del deterioro físico cognitivo de los pacientes mayores de 60 años con enfermedades crónicas. Para ello, el proyecto avanza en la integración de las plataformas tanto de servicios de salud, como cuidados a domicilio, telemedicina ó monitorización.
- En el caso de **Valencia**, la atención del piloto se centra en demostrar cómo las soluciones pueden generar un entorno seguro para las personas mayores, descargando de tareas y preocupaciones a sus cuidadores. El proyecto ofrece una monitorización de 24 horas al día a través de una aplicación móvil, cuyo objetivo es asegurar el bienestar de estas personas tanto en el hogar como fuera de él, permitiendo a los cuidadores detectar a tiempo cambios de rutina y situaciones que puedan suponer un riesgo para estas personas.
- **Madrid** está centrado en la detección temprana y la prevención del déficit cognitivo y del riesgo de caída en ancianos. A través de una app móvil, el piloto asignará ejercicios mentales y físicos a los usuarios tratando de frenar el deterioro natural de estas personas, además de estimular la interacción social y prevenir por tanto el aislamiento al que con frecuencia se ven abocados nuestros mayores.

Algunos ejemplos de **APPS** y **dispositivos** basados en ecosistemas de sensores, que están diseñados para personas mayores, de fácil manejo, que facilitan su vida en diferentes aspectos;

- SIMPLE SENIOR PHONE aplicación botón SOS con GPS
- DISPOSITIVOS GPS en medalla, pulsera, reloj
- MEMORY TRAINER agilizar la memoria con juegos
- MEDISAFE aplicación que avisa de los horarios de los medicamentos
- PILLBOXIE. Aplicación disponible para iOS que permite también controlar los medicamentos que debe tomar el usuario a diario. Asimismo, esta alarma continúa funcionando aun cuando el teléfono móvil está apagado,
- ANDADOR LEA reconoce el terreno, notifica obstáculos e incorpora navegación autónoma hasta el usuario.
- ANGEL 4 detecta caídas, genera alertas sobre el incidente. Se puede pedir ayuda pulsando un botón.
- KONPAI ROBOT asistente personal para combatir la soledad. Monitoriza la salud, entretiene, vale para realizar video llamadas y ayuda a levantar a los usuarios.

Resumen de soluciones innovadoras

<p>SOLUCIONES HABITACIONALES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Servicio de ayuda para el estudio de las necesidades de accesibilidad y confort de las viviendas</li> <li>▪ Centro polivalente de recursos</li> <li>▪ Pisos tutelados, viviendas de mayores</li> <li>▪ Miniresidencias</li> <li>▪ Viviendas para toda la vida</li> <li>▪ Capitalizar la vivienda</li> </ul>
<p>SOLUCIONES AL TRANSPORTE-MOVILIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rompiendo distancias</li> <li>▪ Servicios de correos móvil</li> <li>▪ Transporte público a demanda</li> <li>▪ Taxi</li> <li>▪ Vehículo privado compartido</li> </ul>
<p>CUIDADOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Red de voluntariado</li> <li>▪ App de dependencia</li> <li>▪ Redes sociales de personas cuidadoras</li> <li>▪ Información</li> </ul>
<p>INTERVENCIÓN TEMPRANA EN SITUACIONES DE VULNERABILIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Activage</li> <li>▪ Apps y dispositivos             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Simple Senior Phone</li> <li>○ Dispositivos GPS</li> <li>○ Memory trainer</li> <li>○ Medisafe</li> <li>○ Pillboxie</li> <li>○ Andador Lea</li> <li>○ Angel 4</li> <li>○ Konpai robot</li> </ul> </li> </ul>

## VIII CONCLUSIONES

No podemos entender el colectivo de las personas mayores como uniforme, son un colectivo de personas con necesidades diferenciadas basadas en su género, nivel económico, recursos de carácter social y nivel educativo. En el contexto del estudio se reivindica una idiosincrasia característica y diferenciada a los colectivos de otros ámbitos geográficos.

Las personas mayores no tienen en mente un planteamiento de futuro a medio plazo. Se decantan de forma mayoritaria por vivir en su actual domicilio con los apoyos necesarios.

La puesta en marcha de soluciones habitacionales diferentes a las tradicionales necesita de una campaña exhaustiva de información para combatir mentalidades poco abiertas a nuevas aventuras, como las de las personas mayores de la zona.

La heterogeneidad del colectivo de personas mayores y la particularidad de la zona ámbito de estudio aconsejan ofrecer un abanico de servicios que permita cubrir las necesidades del colectivo.

Es evidente la existencia de una problemática relacionada con el transporte en la zona. Algunas de las soluciones aportadas se centran en la adaptación de este a las necesidades de movilidad del colectivo. El ofrecimiento de servicios de carácter ambulante es bien visto por el grupo de profesionales, y para las personas mayores. Este ámbito debería ofrecer varias posibilidades para que sean las personas mayores las que escojan la que más cubre sus necesidades. Ello requería de un estudio de mayor profundidad para determinar los aspectos concretos. La posibilidad de elaborar varias pruebas piloto mejoraría la posibilidad de elección. Son aspectos de carácter opinático lo recogido en el informe y en esos casos para conocer la demanda real es necesario poner en marcha el servicio como piloto.

En el área de los cuidados se demanda formación para las personas cuidadoras no profesionales ya que muchas de ellas aprenden en el desarrollo de su labor. Se reconoce la necesidad de crear algún servicio que permita aliviar la carga psicológica de las personas cuidadoras. En el aspecto físico se demanda un sistema de respiro. Otro elemento importante en el tema de cuidados en la zona es la escasa existencia de profesionales en el campo. Los servicios encaminados a cubrir estos dos aspectos serían bien recibidos.



La utilización de las nuevas tecnologías en este colectivo según las diferentes opiniones recogidas se debe centrar en el manejo y mejor rendimiento del teléfono móvil. La dificultad se encuentra en conseguir que estas personas se sientan atraídas hacia la formación y vean el dispositivo como un elemento útil más allá de las llamadas telefónicas. Es un reto difícil con la actual población pero que se verá aliviado con la llegada de las futuras generaciones más cercanas al uso del mismo.

La creación de una red de vigilancia no se ve como necesaria porque consideran que ya existe una red informal en la zona que cubre este aspecto. Algunas personas lo ven difícil de realizar por el tamaño o la dispersión de sus pueblos. Otras son muy celosas de que el vecino/a se meta en sus cosas y se pierda intimidad. Pero en general, pensando sobre todo en personas que viven solas se ve muy con buenos ojos, de hecho, comentan que existen algunas experiencias.

Después del estudio realizado dentro de la comarca de Sakana, de todas las soluciones innovadoras plasmadas, para el colectivo de estudio parecen las más adecuadas a teniendo a las demandas del colectivo y dentro del ámbito habitacional y del transporte – movilidad, las que se detallan a continuación:

- Servicio de ayuda para el estudio de las necesidades de accesibilidad y confort de las viviendas. Esta medida ayudaría a prolongar y mejorar la calidad de vida de las personas mayores en su propia vivienda, tal y como ellas demandan.  
Dentro de este servicio se puede ofrecer la solución de capitalizar la vivienda como una posibilidad de conseguir liquidez para hacer frente a medidas de rehabilitación, y también para sufragar otros gastos de los cuidados para permanecer en su propia vivienda
- Centro Polivalente de Recursos. Este equipamiento solucionaría tanto el déficit de plazas residenciales, como acercar los servicios a las personas mayores. Podría contar con más o menos servicios, dependiendo de las necesidades de la comarca que cubra.
- Un equipamiento residencial a la medida de las necesidades de la comarca, mezclando característica de servicios como mini residencias, cohousing, pisos tutelados ó viviendas compartidas, para definir un servicio a medida de Sakana.

Dentro del ámbito de transporte y movilidad sugerimos las siguientes soluciones;

- Rompiendo distancias, acercar los servicios a las personas mayores, para evitar la necesidad de desplazarse.
- Servicio Bonotaxi. Crear programas de copago entre administración y personas usuarias para desplazamientos a servicios tales como médico, farmacia, comercios...
- Transporte a la demanda. Opción que permitiría el desplazamiento cuando la persona usuaria tuviera la necesidad



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  
MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



Gobierno  
de Navarra



### Colectivo heterogéneo



PERSONAS mayores  
PERSONAS mayores  
PERSONAS mayores

EL FUTURO

SIN PLANIFICAR

# Sakana

- Dispersa
- Volumen de población escaso
- Alto envejecimiento
- Importancia de la red vecinal

## PREFERENCIAS

- ☺ Vivir en casa:
  - Con cuidados de un familiar
  - Con apoyo de una persona

- Dependencia del coche
- El transporte público no cubre necesidades

- ▶ Necesidades de apoyo a las personas cuidadores
  - ▶ Profesionalidad de las personas cuidadoras
- 

- Pocos conocimientos de las aplicaciones móviles
  - Formación poco atractiva
-

## ANEXO I: Guion personas mayores

### √ Sobre la vivienda

- ¿Qué dificultades encuentra en su vivienda para residir en ella en caso de tener problemas de movilidad ó sea más mayor;
  - alturas
  - escaleras
  - ventilación
  - iluminación
  - otros.....
  
- ¿Se ha planteado alguna vez adaptar su vivienda para estas situaciones?
  - sí
  - no \_\_\_\_\_ ¿por qué?
    - \* No he pensado en ello
    - \* No tiene dinero suficiente para realizar las reformas
    - \* tiene claras otras soluciones (vivir con la familia, ir a una residencia....)
    - \* No sé cómo hacerlo
  
- Si tuviera dificultades para seguir viviendo en su casa, ¿qué opción prefiere?
  - vivir en piso tutelado?
  - vivir en vivienda compartida con personas de su misma edad?
  - seguir en su casa con un cuidador contratado?
  - compartir vivienda con personas más jóvenes, una especie de intercambio intergeneracional?
  - diseñe su sitio ideal \_\_\_\_\_

### √ Sobre el transporte, la movilidad

- ¿Qué problemas de desplazamiento tiene?
  
- ¿Cómo lo solventa?
  
- ¿Cuáles de estas fórmulas valora mejor?
  - ¿Autobuses a demanda?
  - ¿Taxi con pago compartido entre usuario y Ayuntamiento, con algún sistema de bonos o cheques?
  - ¿Servicio de taxi gratuito para ir al médico o a gestiones al Ayuntamiento?
  - ¿Qué los servicios que necesito vengan a mi casa, que fueran ambulantes;
  - Biblioteca, podólogo, peluquería, las compras?
  - ¿Que hubiera actividades de ocio y participación de pueblo en pueblo?

### √ En relación a los cuidadores



IRURTZUN ESKUALDEKO  
GIZARTE ZERBITZUETAKO MANKOMUNITATEA  

---

MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES  
DE LA ZONA DE IRURTZUN

Programas financiados por



- ¿Qué formación cree que podría venir bien a los cuidador@s de personas dependientes?
- ¿Qué acciones o medidas cree que podrían aliviar a los cuidador@s?

#### √ Intervención temprana en situaciones vulnerables

- ¿Qué le parecería que hubiera una aplicación de móvil para avisar ante cualquier sospecha de que alguien de alrededor necesitara ayuda?
- ¿Qué le parece que la telealarma tuviera más alcance que el propio domicilio? Por ejemplo a la huerta, a dar un paseo cercano....
- ¿Necesitarían cursos para aprender a utilizar el móvil y el ordenador?
  - Aprender a realizar llamadas a 3
  - Realizar la compra por Internet
  - Hacer video llamadas con familia y amig@s...
- ¿Qué le parecería que existiera una red de vecinos, comerciantes, farmacéuticos o el centro de salud, dentro de su pueblo, que estén atentos al bienestar de los vecinos?

## ANEXO II: Guion personal técnico

El guion en el que se basa la entrevista está estructurado en torno a 4 temas. El objetivo es valorar diferentes servicios /programas en caminados a la vida activa de las personas mayores. Además, nos gustaría recoger cualquier aportación sobre otro tipo de servicio /programa

### • SOLUCIONES HABITACIONALES

- ¿Qué opinión os merece la creación de un programa que analice las necesidades de accesibilidad de las personas mayores?. ¿Podría aportar? ¿Es necesario?
- ¿Los pisos tutelados pueden ser una solución habitacional para las personas mayores? ¿ Son mejores soluciones otras, como las residencias, permanecer en su vivienda....?
- ¿El cohousing puede ser una alternativa? (es una clase de comunidad intencional compuesta de casas privadas complementadas y agrupadas con extensos espacios comunitarios. Una comunidad de convivencia está planeada y manejada por su residentes propietarios o usuarios, que son grupos de personas que anhelan mayor interacción con sus vecinos)
- Otras alternativas serán las de compartir vivienda con personas más jóvenes
- Valora la posibilidad de seguir en casa con una persona cuidadora.
- ¿Existen alguna otra posibilidad?
- Cualquier otro comentario:

### • SOBRE EL TRANSPORTE, LA MOVILIDAD

- En el estudio anterior una de las necesidades detectadas era las dificultades de movilidad/transporte tienen las personas mayores. ¿Qué servicios se podrían ofrecer para mejorar este aspecto?
- Autobuses / taxis a demanda
- Taxi pagado usuario / ayuntamiento (bono, txeke)
- Taxi gratuito para trasladarse al ayuntamiento y/o al médico
- Los servicios (medico, biblioteca, servicios de cuidado) sean de carácter ambulante, se desplacen al domicilio de las personas mayores.
- Actividades de ocio y participación ambulantes y organizados en diferentes pueblos en función del día de la semana. Las personas mayores serían las que se desplazarían con transporte para esa actividad concreta.

## • CUIDADORES

- ¿Qué servicios / programas están articulados desde las instituciones para el cuidado de los propios cuidadores?
- ¿Serían conveniente, adecuado la creación de algún tipo de servicio para estas personas?
- ¿Cómo valorarías la creación de acciones de formación?
- ¿Y un sistema de respiro?

## • INTERVENCIÓN TEMPRANA EN SITUACIONES VULNERABLES

Con la intención de poder detectar personas en situación de vulnerabilidad, con necesidad de atención

- ¿Qué posibles servicios se podrían desarrollar?
- ¿Cómo valoraría la creación de una aplicación móvil para poder denunciar estas situaciones para su intervención?
- ¿Ampliar la cobertura de la telealarma de forma que se pueda utilizar fuera de la vivienda, huerta, paseo...?
- ¿Serían interesante formar a las personas mayores para sacar utilizar las TICS?
- ¿Otra posibilidad sería crear una red de vigilancia para el bienestar de los vecinos a través de agentes sociales (peluquerías, farmacias, tiendas...)