

VOLUNTARIADO

UDOP



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD, CONSUMO  
Y BIENESTAR SOCIAL



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2019



MAYORESUDOP

# UDP: Unión Democrática de Pensionistas

1. Datos generales
2. UDP en la red
3. ¿Qué es UDP?
4. Historia de UDP
5. Organización
6. Presencia
7. Publicaciones
8. Programas y actividades



## 1. DATOS GENERALES

### **UDP: Unión Democrática de Pensionistas**

Registro Nacional de Asociaciones nº123

Registro de Centros Docentes “Mayores

Activos” nº 217

Entidad Declarada de Utilidad Pública

Asociada con el DPI de la ONU

Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad

Social 2011

### **Sede Central:**

***Departamento de Dirección y***

***Administración:***

Calle Alcalá, 178 Bajo – CP. 28028 Madrid

Telf: 915.420.267

Fax: 915.420.794

### ***Departamento de Formación:***

Calle Santa Cruz de Marcenado, 9 1ºD – CP.

28028 Madrid

Telf: 915.423.007

Fax: 915.423.398

## 2. UDP EN LA RED

Email UDP: [udp@mayoresudp.org](mailto:udp@mayoresudp.org)

Email Voluntariado: [voluntariado@mayoresudp.org](mailto:voluntariado@mayoresudp.org)

Web UDP: [www.mayoresudp.org](http://www.mayoresudp.org)

Facebook: **Mayores UDP // Voluntariado de Mayores**

Twitter: **@mayoresudp**

Instagram: **@mayoresudp**

Youtube: **@mayoresudp**



### 3. ¿QUÉ ES UDP?

UDP es una organización privada sin ánimo de lucro y de ámbito estatal, declarada de utilidad pública que trabaja en defensa de los intereses del colectivo de personas mayores y colabora en programas de apoyo y desarrollo colectivo.

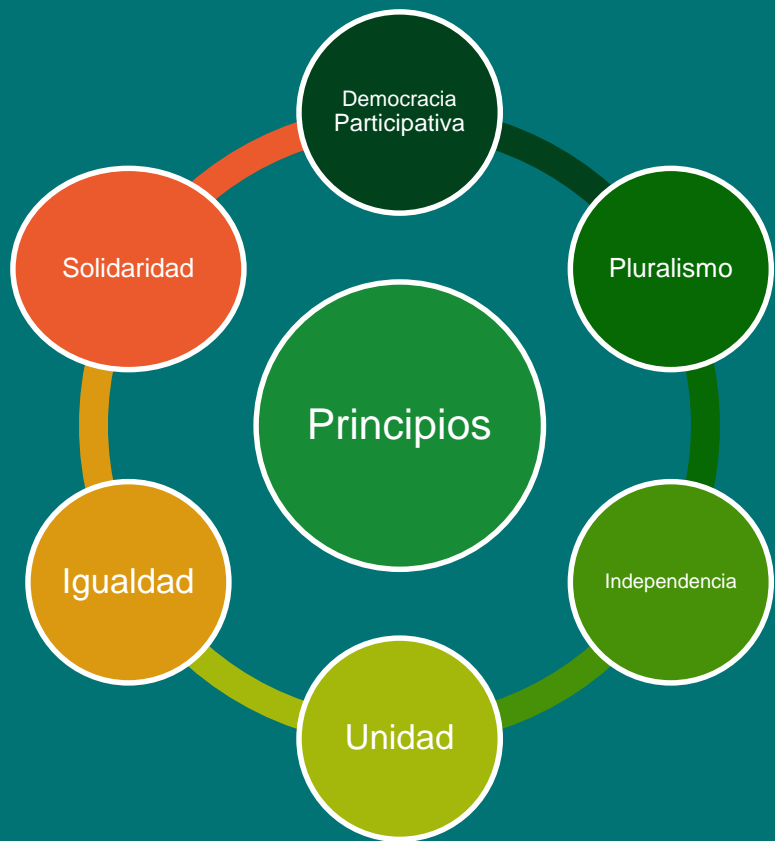
#### Objetivos:

- Defender y mejorar la calidad de vida y el bienestar de todas las personas mayores.
- Exigir la consideración de las personas mayores como ciudadanos de pleno derecho y por tanto con voz propia.
- Trabajar para promover un envejecimiento activo y saludable.

#### Fines:

- Defender los derechos de todas las personas mayores y pensionistas, sin distinción de clase social, raza, ideología política, religiosa, etc.
- Mantener nuestra independencia y pluralidad.
- Ser cauce de opinión, representación y participación de todas las entidades asociadas a UDP ante las Administraciones Públicas, privadas y demás agentes sociales del Estado Español, así como instancias internacionales.
- Adaptar nuestra organización al nuevo entorno social, garantizando nuestra efectividad.
- Fomentar el envejecimiento activo y la intergeneracionalidad como vías de desarrollo social.
- Facilitar a nuestros asociados el acceso a nuevas herramientas de participación y colaboración ciudadanas, motivando su compromiso e implicación como miembros plenos de la sociedad.





## 4. HISTORIA DE UDP

La Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP) fue creada en 1977 por y para los mayores, con vocación de ayuda a este colectivo, a resolver sus problemas y luchar por sus intereses.

El I Congreso de UDP se celebra en Madrid, asistiendo 45 asociaciones procedentes de diversos puntos de España.

La idea de crear una unión estaba presente en todas ellas. A partir de este congreso, las organizaciones participantes llegaron a un acuerdo para unirse en una misma organización y representar a los colectivos de personas mayores.

Así nació la Confederación de Pensionistas y Jubilados del Estado Español y que ahora conocemos como Unión Democrática de Pensionistas.

Hoy cuenta con más de 2.500 asociaciones y más de 1.200.000 de asociados de todas las comunidades autónomas, con presencia también en varias ciudades de otros países europeos y americanos.



### ¿Sabías que?

*UDP es en la actualidad, la organización más numerosa, eficaz y representativa en España que lucha en defensa de los intereses de los mayores.*



MAYORESUDP

## 4. ORGANIZACIÓN

UDP es una organización con personalidad jurídica propia y todas las asociaciones adheridas a UDP se estructuran y se rigen en completa libertad y respeto mutuo.

Las asociaciones diseñan un plan de acción social de acuerdo con los estatutos generales y con los acuerdos de los Congresos confederales y las Asambleas generales.

### *¿Quiénes forman parte de UDP y participan en las acciones que promueve?*

- Las entidades de ámbito provincial, de personas mayores y/o pensionistas, cualquiera que sea su forma de constitución.
- Las entidades de ámbito autonómico de personas mayores y/o pensionistas, cualquiera que sea su forma de actuación.
- Las entidades sectoriales y/o fundaciones sin ánimo de lucro de personas mayores, sea cual sea su ámbito de actuación.
- Las entidades organizadas o que se organicen por personas mayores y/o pensionistas españoles residentes en el extranjero o de extranjeros residentes en España.

**La repercusión que tiene UDP es considerable en marcos nacionales e internacionales, y lo es aún más en ámbitos específicos de personas mayores. Su peso es considerable para organizaciones, entidades e instituciones que tienen que ver con el mundo del mayor.**



## 6. PRESENCIA

UDP trabaja y colabora en contacto permanente con organizaciones, entidades privadas e instituciones públicas de acción social. Participando, además, entre otras, en las siguientes instituciones:

- Consejo Estatal de las Personas Mayores
- Consejos autonómicos, provinciales y locales de personas mayores
- Consejo Estatal de ONG's de Acción Social
- PVE: Plataforma de Voluntariado de España
- POAS: Plataforma de ONG de Acción Social
- Coalición de Ciudadanos con Enfermedades Crónicas
- RIAM: Red Iberoamericana de Asociaciones de Mayores
- AGE: Plataforma Europea de Asociaciones de Mayores
- DPI-NGO: Departamento de Información Pública de Naciones Unidas
- EHAAF: Foro Europeo de Mayores Activos
- Red Iberoamericana de Adultos Mayores
- UA: Universidad de Alicante
- UPV: Universidad Politécnica de Valencia
- Consejo editorial SENDA
- Fundación Edad y Vida





## 7. PUBLICACIONES



### Colección Caminar

- Sociología de la vejez
- Preparación a la jubilación
- Seminarios sobre malos tratos y abusos a personas mayores
- Políticas de mayores en el ámbito local
- Saber vivir con salud
- Ley de asociaciones y reglamento.
- Jornadas técnicas y formativas de UDP
- Buenas prácticas y normativa aplicable



### Cuadernos y Guías

- Cuidadores de familiares dependientes
- La prejubilación
- Guía de portavoces UDP
- UDP con calidad
- Necesidades de los mayores dependientes
- Prevención y los auxilios
- Informática
- Educación para la salud
- Etc.



### Otras publicaciones

- Relatos ganadores de cada edición del concurso literario
- Revista Mayores UDP (editada bimensualmente con una tirada de 11.000 ejemplares)
- Los mejores relatos del concurso periodístico "Tienes una Historia que Contar"
- Etc.



## 8. PROGRAMAS Y ACTIVIDADES

El envejecimiento de la población, las crecientes situaciones de dependencia, unido todo ellos a los cambios sociales y de estructura familiar, está provocando la demanda de programas y servicios específicos que den respuesta a las nuevas necesidades socio-sanitarias de este colectivo.

Los programas y servicios que ofrece UDP, complementan los que ofrecen las administraciones públicas y otras entidades existentes, y tienen como objetivo el desarrollo de las personas mayores en su entorno habitual garantizando su autonomía personal y calidad de vida, fomentando la convivencia y el bienestar de los mayores.

UDP desarrolla programas, servicios y actividades que se engloban en las siguientes áreas de actuación:

### Envejecimiento Activo:

- Voluntariado UDP
- Plataforma de Formación UDP
- Promoción
- Espacios Senior
- Red de ciudades y comunidades amigables con las personas mayores
- Termalismo
- Asesoramiento
- Hablemos de nuestra salud
- Respira
- Etc.

### Programas de atención social:

- Contigo en casa
- Ayuda a domicilio
- Comedor social
- Cuidarela
- Complejos residenciales

### Programas de sensibilización:

- Jornadas sobre prevención de los malos tratos y abusos a personas mayores
- El Barómetro Mayores UDP
- Investigación “El cuidado equilibrado”
- Microedadismos



# Voluntariado UDP

1. ¿Qué es?
2. Actividades y servicios
3. Gestión
4. ¿Cómo puedo participar?
5. Los mayores en España
6. Voluntariado UDP en cifras



## 1. ¿QUÉ ES?

Desde la experiencia y conocimientos acumulados, así como al uso del tiempo libre del que disponen, las personas mayores están en condiciones de poder ejercer, más que ningún otro grupo, actividades de ayuda a los demás.

Para muchas personas el principal problema que han de hacer frente en su vejez es la disminución de la autonomía funcional y su soledad, aislamiento y desarraigo. Todas ellas son necesidades que reclaman calor humano y la permanencia en el entorno habitual.

Voluntariado UDP ofrece la posibilidad de que estas personas mayores vean satisfechas sus necesidades de compañía con la herramienta más básica y necesaria que cualquiera de nosotros pueda precisar: la conversación.

Este programa genera las capacidades necesarias para desarrollarse plenamente y alcanzar un objetivo fundamental: el bienestar de las personas mayores. Nuestra finalidad es proporcionar el calor humano, compañía y amistad, que las personas dependientes necesitan.



El apoyo social, prestado y/o recibido, ayuda a las personas a afrontar los factores de estrés que encuentran en esta etapa de su vida, a través del aumento de la percepción del control y autovaloración personal, reduciéndose el impacto negativo de los acontecimientos y experiencias estresantes vinculadas a la edad.

Todas las personas requieren una serie de relaciones que satisfagan sus necesidades para alcanzar niveles adecuados de bienestar. Por tanto, la forma de actuar del personal voluntario, el calor humano, el ambiente social y la relación ejercen una gran influencia sobre el grado de autonomía e independencia de la persona usuaria, contribuyendo a disminuir o atenuar el deterioro de su salud, a la vez que ejerce un mismo efecto beneficioso sobre la persona voluntaria.

***Voluntariado UDP se dirige a:***

Personas dependientes que viven solas.

Personas dependientes que conviven con su pareja o cónyuge.

Personas dependientes cuidadas por sus familiares.

Personas ingresadas en centros (residencias, asociaciones, etc).



## 2. ACTIVIDADES Y SERVICIOS

Las ayudas prestadas mediante el Voluntariado UDP son complementarias y no sustitutivas de las ayudas profesionales proporcionadas por los Servicios Sociales. Son 5 los tipos de ayudas básicas que se prestan:



### 3. GESTIÓN

El Voluntariado UDP es un programa que se estructura en una serie de proyectos, independientes, pero a su vez complementarios, que acogen las actividades necesarias para alcanzar los objetivos generales del mismo:

- Captar asociaciones y personas mayores dispuestas a prestar servicios de ayuda mediante el Voluntariado UDP.
- Formar y capacitar en el Voluntariado UDP.
- Localizar necesidades de atención, informar y coordinar con las instituciones de Servicios Sociales.
- Crear, mantener y reforzar el grupo de personas voluntarias.
- Difundir el programa de voluntariado social.
- Prestar servicios de ayuda y cooperación social mediante el voluntariado: acompañamiento, compañía, gestiones y cooperación sociocultural, que complementan el servicio de ayuda a domicilio.

A lo largo de los años en los UDP lleva desarrollando el Voluntariado UDP, el incremento de personas que se ha incorporado y la continua demanda para el establecimiento del mismo en nuevos ámbitos geográficos, supone apostar por una mejora continua en la gestión de los procesos.

Por ese motivo se cuida especialmente la calidad del mismo, entendida esta, sobre todo, como el control de los procedimientos de forma tal que originen la máxima satisfacción entre todas las partes implicadas en el programa.



## 4. ¿CÓMO PUEDO PARTICIPAR?

- **Voluntario/a:** puede ser voluntario/a cualquier persona mayor de edad que quiera ayudar a los demás y que disponga de unas pocas horas libres a la semana.
- **Usuario/a:** puede acceder a los servicios del voluntariado toda persona que por cualquier razón haya visto mermadas sus posibilidades de relacionarse con los demás, o familiares de personas con un nivel alto de dependencia que les impida salir de casa o su lugar de residencia, y que sienten la soledad.
- **Promotor/a de grupo:** una asociación o persona que desee promover la creación de un grupo de voluntariado de mayores solo ha de ponerse en contacto con UDP. A través de nuestra entidad, recibirá todas las ayudas necesarias para la sensibilización, información, captación y formación de los posibles voluntarios/as y desde donde se iniciarán los procedimientos de coordinación con los Servicios Sociales municipales para la prestación de los servicios.
- **Patrocinador/a:** el apoyo social que una empresa o corporación demuestran a su comunidad repercute favorablemente en su imagen externa e interna y facilita su expansión y continuidad. La implicación en el apoyo de proyectos sociales como estrategia de marketing ejerce un claro elemento diferenciador respecto a la competencia. Todas aquellas empresas que deseen invertir en la labor social del Voluntariado UDP pueden hacerlo mediante:
  - Donación de recursos económicos.
  - Donación de productos, servicios y tiempo.
  - Realización de campañas de recaudación de fondos y difusión.
  - Cualquier otro medio que estimen oportuno.





## 5. LOS MAYORES EN ESPAÑA

Según el padrón continuo a 1 de Enero de 2020, el **19,43%** (9.217.464) de las 47.431.256 personas que residen en España tienen **más de 65 años**. De estas el 43,25% son hombres y el 56,75% son mujeres. Por otro lado, el 3,29% de la población residente en España (1.561.161 personas) tiene más de 85 años.

Según la proyección de población en España en el período 2014-2064, el porcentaje de población mayor de 65 años (que actualmente se encuentra en el 19,11%) pasaría a ser el 24,9% en 2029 y el 38,7% en 2064.

De mantenerse las tendencias demográficas actuales, la tasa de dependencia se elevaría de manera progresiva hasta alcanzar cifras estratosféricas (de un 59,2% en 2029 a un 95,6% en 2064).

Según el censo de población y vivienda del año 2011 el 21,5% de las personas mayores vivían solas, es decir 1.709.185, con un porcentaje muy superior en mujeres (28,3%) con respecto a los hombres (12,1%).

Con todo, el modo de convivencia más frecuente entre las personas de 65 años o más es el formato en hogares de 2 personas (entendiendo razonablemente estar compuesto mayoritariamente por cónyuge y pareja), el cual representa al 48,7% de la población.

Aunque vivir solo está relacionado directamente con el avance de la edad. El porcentaje de los mayores que viven solos/as crece a medida que la edad avanza, llegando entre las personas de 85 años o más, a registrarse un porcentaje superior al 32% en hogares unipersonales.



## 6. VOLUNTARIADO UDP EN CIFRAS



**2.602** personas *voluntarias*

**7.217** personas *usuarias*



Distribución según sexo:

**Hombres 35%**

**Mujeres 65%**



Distribución según edad:

**Hombres**

20 a 64 **19,76%** - 65 a 84 **62,55%** - +85 **17,70%**

**Mujeres**

20 a 64 **10,09%** - 65 a 84 **73,24%** - +85 **16,67%**



**148.974 Horas de servicio** prestadas en **más de 1.000 domicilios** y **50 residencias y centros** de toda España.



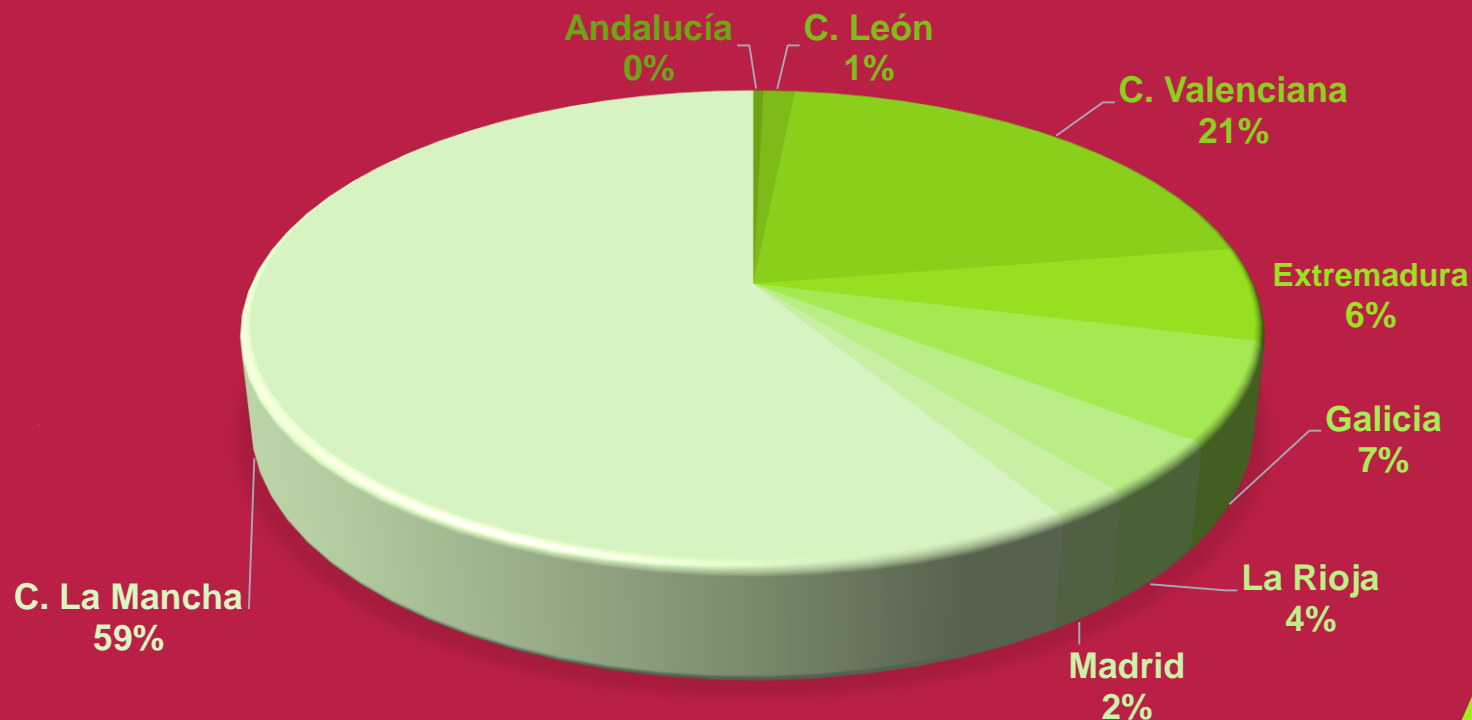
## DISTRIBUCIÓN DE GRUPOS DE VOLUNTARIADO UDP



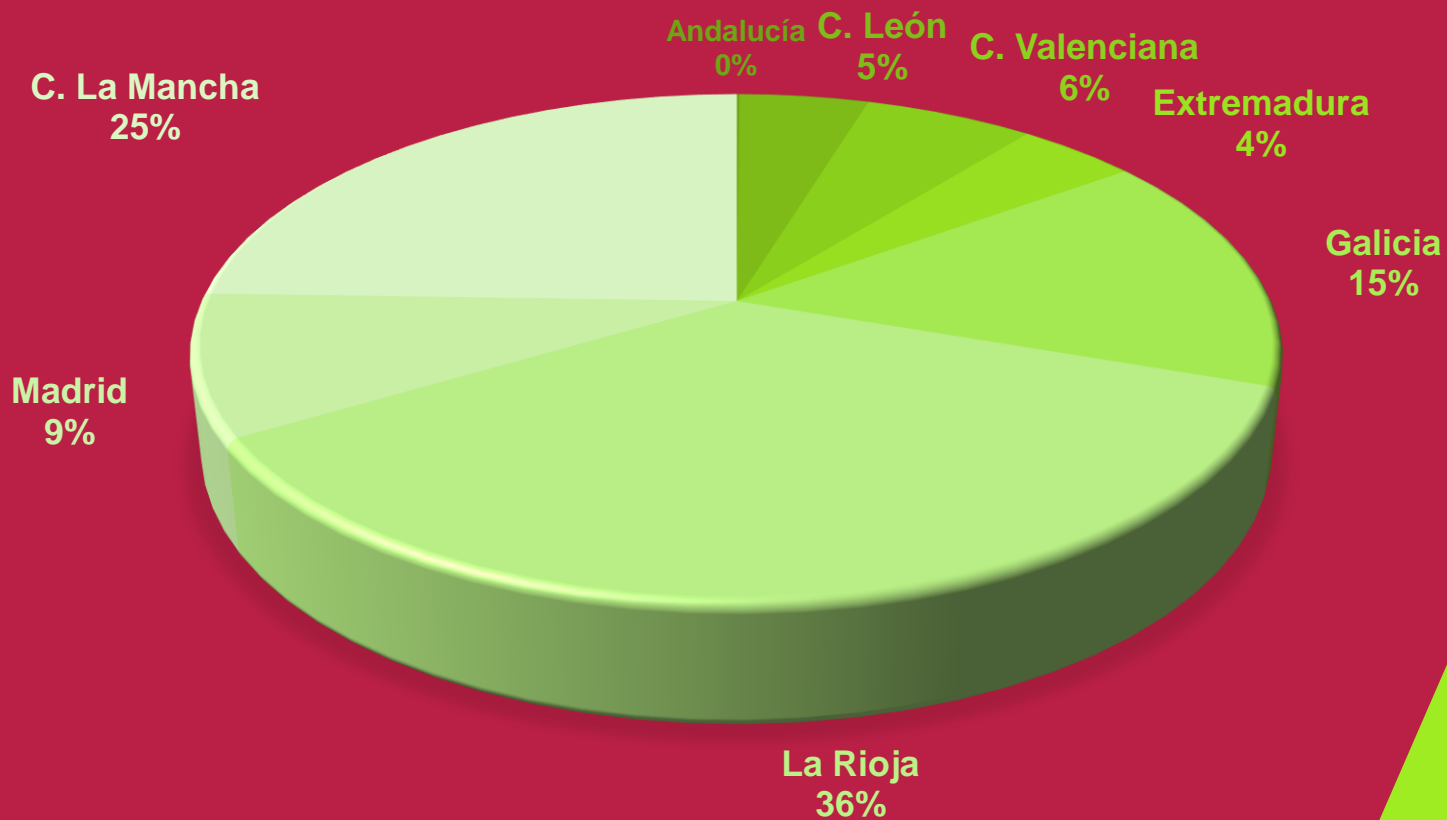
- Presencia en **18 provincias**
- **178 grupos activos**



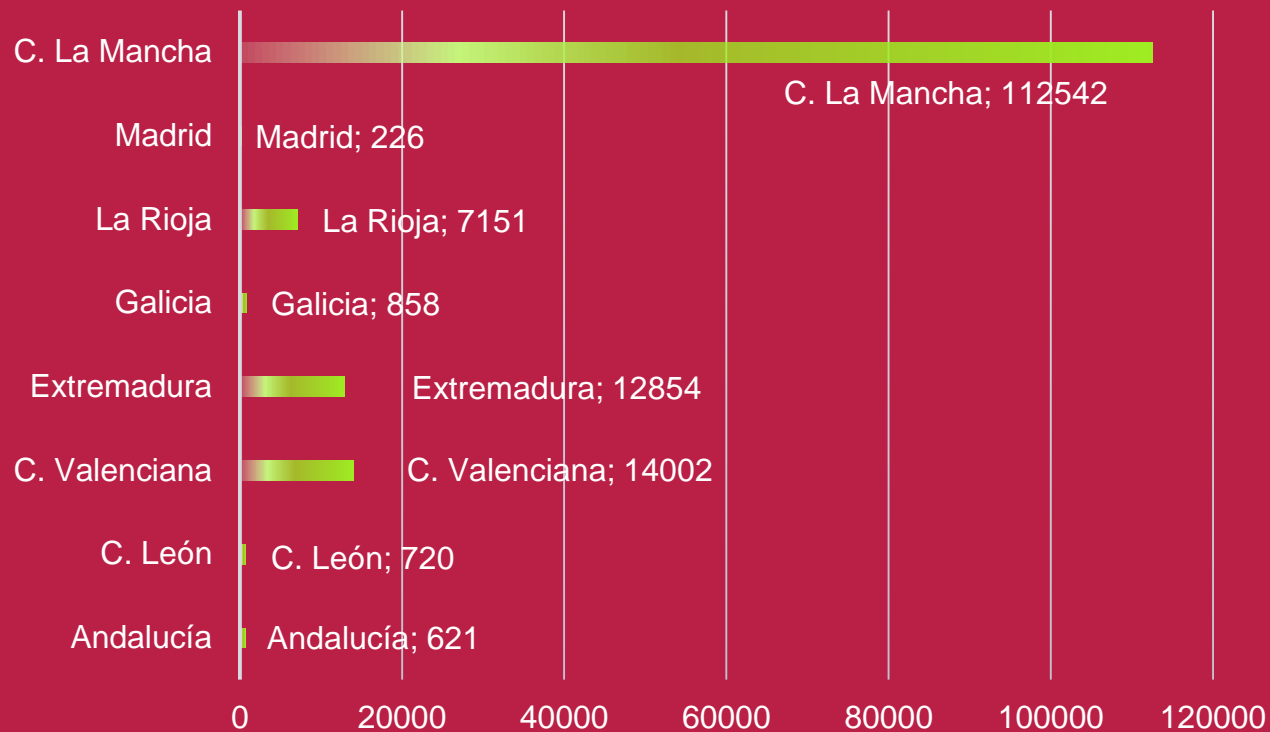
## DISTRIBUCIÓN DE PERSONAS VOLUNTARIAS POR COMUNIDAD AUTÓNOMA



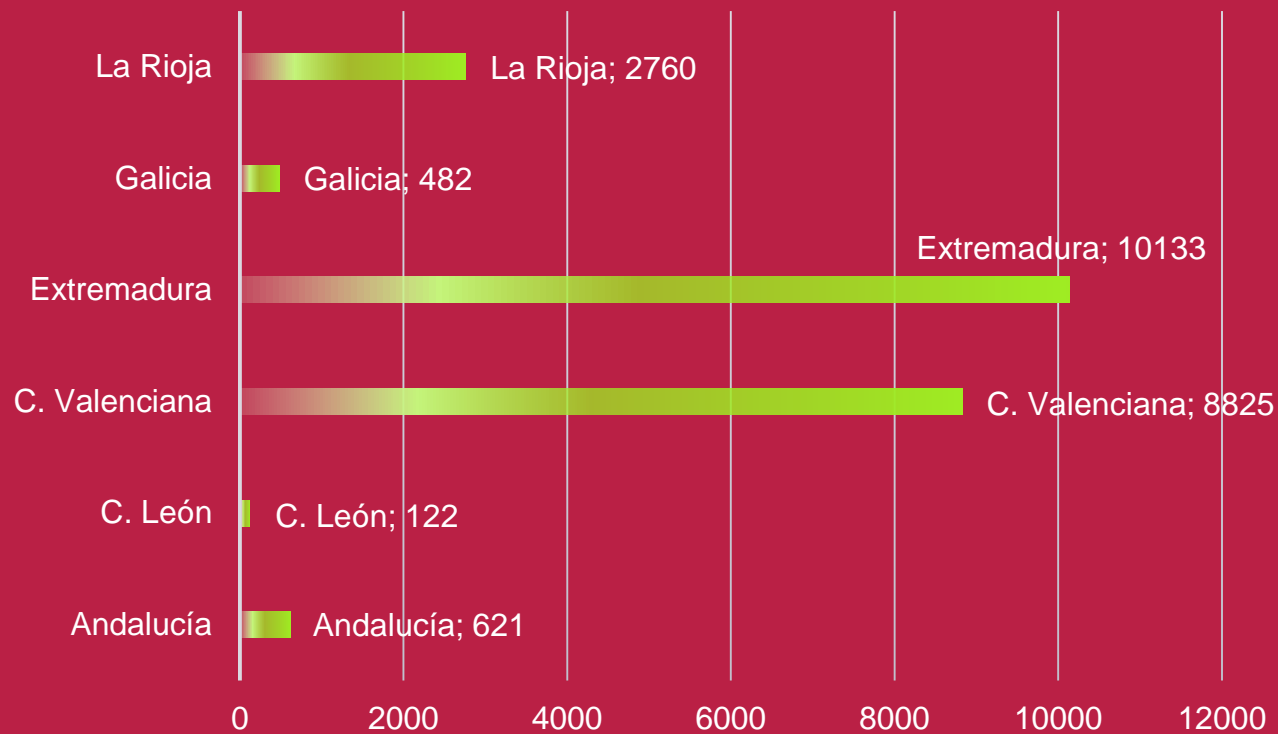
## DISTRIBUCIÓN DE PERSONAS USUARIAS POR COMUNIDAD AUTÓNOMA



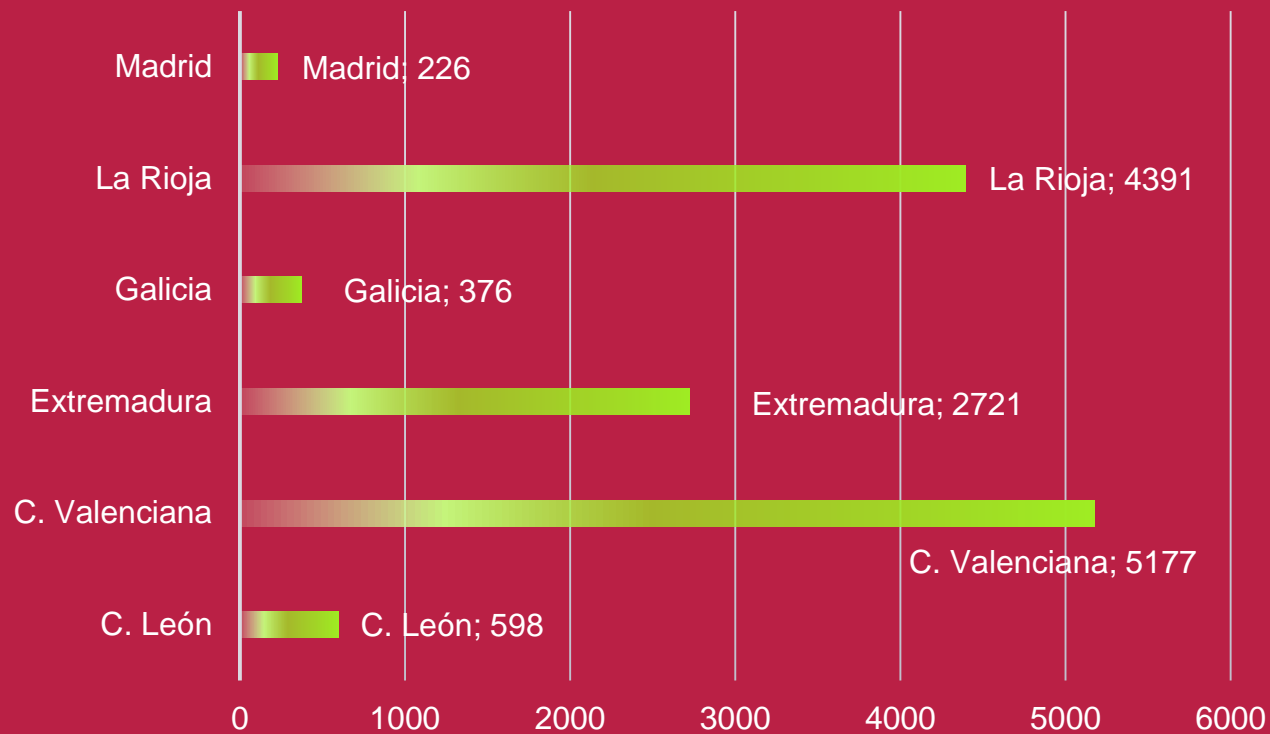
## NÚMERO DE HORAS DE SERVICIO TOTALES PRESTADAS



## NÚMERO DE HORAS DE SERVICIO TOTALES PRESTADAS EN DOMICILIOS



## NÚMERO DE HORAS DE SERVICIO TOTALES PRESTADAS EN RESIDENCIAS Y OTROS





## ACCIONES FORMATIVAS Y DE VISIBILIZACIÓN



### Acciones formativas:

- **15** charlas informativas a juntas directivas
- **9** charlas informativas a población en general
- **14** cursos básicos de voluntariado
- **6** cursos de coordinadores
- **7** encuentros



### Actividades de visibilización:

- Reuniones de seguimiento
- Charlas informativas y de sensibilización
- Participación en encuentros y actos públicos
- Aparición en medios de comunicación
- Aumento de la presencia en redes sociales
- Campañas de sensibilización

