

40 años
de UDP
un País

Los individuos y la unión



Durante 14 años he tenido el honor de presidir esta organización que me ha dado tanta vida. Han sido años de plenitud donde he intentado dar lo mejor de mí persona para que UDP siguiera adelante haciendo lo posible por que los mayores vivamos un poco mejor. Se han conseguido algunas cosas, y queda mucho por hacer.

Sin duda ninguna lo mejor han sido las personas con las que he tenido la suerte de compartir camino. Ciudadanos comprometidos e íntegros que han hecho de UDP y de su trabajo en la organización una razón de vida. No mencionaré todos los nombres que pasan ahora por mi cabeza, pero con cada recuerdo me viene a la cara una sonrisa, por los que se han ido y por los que todavía están.

Cada una de estas personas constituye un motivo para que nos sintamos orgullosos.

Con nuestro compromiso cumplimos a diario con la obligación moral de seguir contribuyendo a la construcción de la sociedad, y nuestra entrega nos reconforta como personas y como ciudadanos.

Vienen tiempos difíciles en los que tendremos que luchar de nuevo, cuarenta años después, por defender nuestros derechos y por mantener los logros alcanzados. Y hemos de estar a la altura de nuestros predecesores.

En la memoria que abren estas palabras, se recogen esquemáticamente los programas y líneas de actuación que se han desarrollado en la casa y en sus

asociaciones adheridas durante los últimos cuatro años.

Somos la organización de referencia del movimiento asociativo de personas mayores de España y queremos seguir creciendo. Para ello es imprescindible fortalecer la cohesión de las asociaciones y mejorar las fuentes de financiación para dotarnos de más medios.

Nuestra fuerza está en la unión, y es únicamente a través de la unión como podremos alcanzar los objetivos de defensa de los derechos y mejora de las condiciones de vida de las personas mayores.

UDP

40 Años de referencia

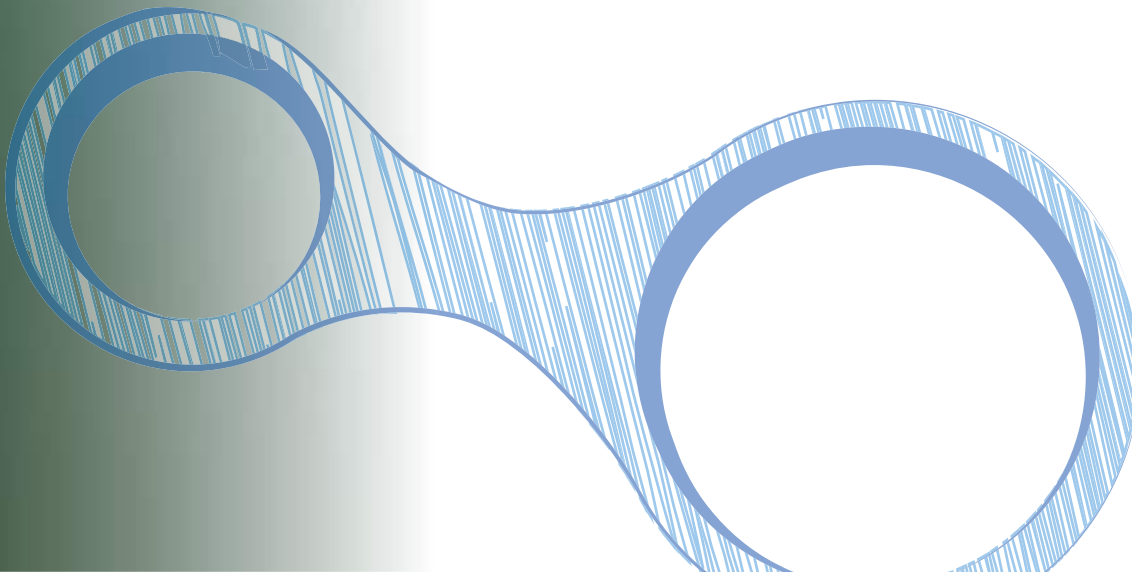
Transparencia ▶

Representación



UDP, 40 años de referencia
Memoria 2012-2016

Índice de Contenidos





01 Un referente Histórico

11

“40 años de UDP, 40 años de un país.”



02 Un referente en Representación

15



03 Un referente en Intervención Social

19

a) Programas de Envejecimiento activo

20

- El Voluntariado de UDP
- Respira
- Espacios Senior. Mayores y desarrollo local participativo
- Promoción del movimiento asociativo de personas mayores
- Escuela de Formación
- Programa de Termalismo Social
- Concurso Literario UDP
- Orientación y asesoramiento legal
- Migraciones a través del tiempo
- Aware – Red social SEN+

b) Programas de Atención Social

36

- CuidarelaX
- Contigo en Casa
- Ayuda a Domicilio
- Comedor social de Cádiz
- Complejo Gerontológico La Milagrosa
- Residencia y centro de día El Moreral

c) Programas de Sensibilización

44

- Cursos de Malos Tratos
- Informe Mayores UDP



 **04 Referente Informativo** **47**

 **05 Referente en Transparencia** **51**

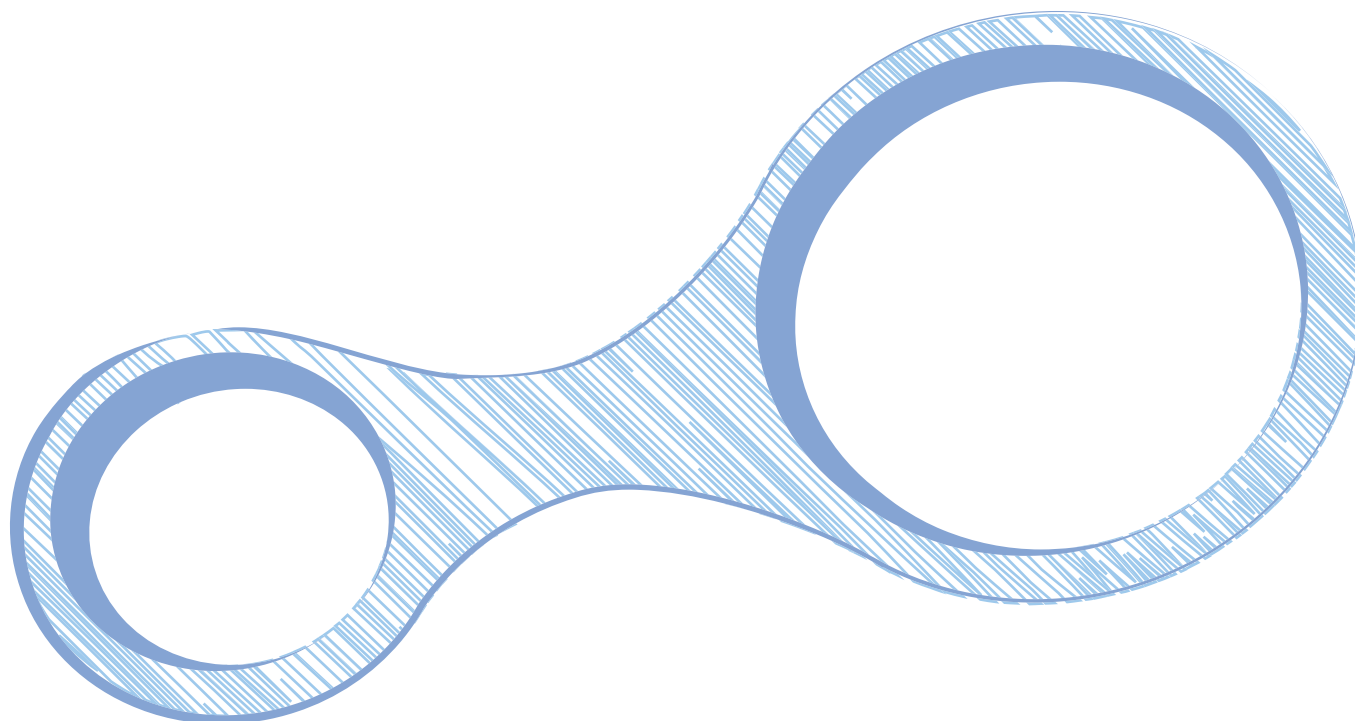
 **06 UDP en España** **55**

Oficinas centrales **56**

Asociaciones territoriales y provinciales **60**

Asociaciones sectoriales **106**

 **07 UDP internacional** **117**



UDP 40 Años de referencia

Transparencia ▶

Representación



Histórico

Intervención social

Informativo



Histórico

40 años de UDP, 40 años de un país.

40 años
de UDP
de un País

En 1976 un grupo de asociaciones de jubilados se unieron para defender sus derechos fundando la Unión Democrática de Pensionistas, UDP. Eran gentes comprometidas y luchadoras que construían un país en transición.



1976.- Una de las primeras asambleas constitutivas de la organización



1980.- Movilizando a los ciudadanos en la defensa de sus derechos



1979.- Manifestación con la denominación original de UDP

Los poderes públicos se dieron cuenta de su fuerza, y escucharon su voz. Durante años, UDP ha representado a los mayores de este país y ha contribuido a la consecución de importantes logros que mejoraron la vida de los ciudadanos de más edad.



1983.- Entrevista con el presidente del Gobierno, Felipe González



1987.- Entrevista con Manuel Chaves, Ministro de Trabajo y Seguridad Social



1998.- Audiencia con los Reyes Don Juan Carlos y Doña Sofía

*Hoy como ayer,
nuestra fuerza
es la unión.*

Hoy el movimiento asociativo de personas mayores tiene a UDP como referente principal, participa en todos los foros donde se debaten y deciden las cuestiones relacionadas con el envejecimiento de la población, y conserva su capacidad de convocatoria para fomentar y promover el envejecimiento activo y participativo, y la defensa de los intereses de las personas mayores.

2009.- III Congreso del Consejo Estatal de Personas Mayores



Encuentro de Voluntarios Albacete



2015.- Comida final marcha de Guipuzcoa

UDP 40 Años de referencia

Transparencia ▶

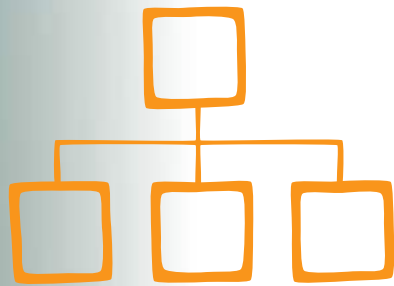
Representación



Histórico

Intervención social

Informativo



Representación

Un referente en representación

La organización ejerce la representación del colectivo de personas mayores, defendiendo sus intereses ante las instituciones y colaborando con éstas en la elaboración y puesta en marcha de políticas beneficiosas para el colectivo.

Desde su formación, Unión Democrática de Pensionistas, UDP, ha formado parte del **Consejo Estatal de Personas Mayores**. Durante los últimos años, ejerciendo la vicepresidencia, además de aportando más de consejeros que ninguna otra de las entidades componentes del Consejo. De esta forma, ha participado en la elaboración de documentos importantes, como el Marco de Actuación para las Personas Mayores, y ha transmitido al Gobierno sus inquietudes e intereses en materias relacionadas con las personas mayores.



UDP figura en el Registro Nacional de Asociaciones con el número 213, es una Entidad Declarada de Utilidad Pública

La casa colabora activamente en el desarrollo de programas impulsados por el Imserso. Forma parte del Grupo de trabajo para el desarrollo en España del proyecto de **Ciudades Amigables** con las Personas Mayores, para el que trabajan también diferentes asociaciones locales y territoriales en sus ámbitos de actuación.

Igualmente, UDP representa al colectivo de personas mayores en numerosas instituciones y entidades. Entre otras representaciones, es miembro de la **plataforma europea AGE**; de la Plataforma Europea de Personas Mayores, Eurage; forma parte del Departamento de Información Pública de Naciones Unidas; miembro de la Red Iberoamericana de Adultos Mayores; colaborador de la Fundación Edad y Vida; forma parte del Foro Lidea para impulsar el liderazgo de los mayores; y forma parte del grupo de trabajo de Comité Consultivo de La Salle Parque Innovación para promover el diseño de entornos adecuados para todos los ciudadanos.

*Inscrita en el Registro
de Centros Docentes
"Mayores Activos"
con el número 217*

Por otro lado, los directivos de las entidades territoriales y provinciales adheridas forman parte de muchos de los consejos de personas mayores constituidos en Comunidades y ayuntamientos, ejerciendo su influencia en estos organismos, y participando de las decisiones que se toman en cuanto a política de mayores se refiere.



La organización también tiene presencia destacada en todas las plataformas que agrupan a las entidades del tercer sector. Forma parte del Consejo de la Plataforma del Tercer Sector. Es miembro de la Plataforma del Voluntariado, así como de la **Plataforma de ong de Acción Social**.



- *Premio Honorífico Imsero 1989*
- *Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social en 2011*
- *Cruz de Oro de la Cruz Roja en 2012*

UDP 40 Años de referencia

Transparencia ▶

Representación



▲ Informativo

▲ Histórico

▲ Intervención social



Intervención Social



a) Programas de Envejecimiento activo

- El Voluntariado de UDP
- Respira
- Espacios Senior. Mayores y desarrollo local participativo
- Promoción del movimiento asociativo de personas mayores
- Escuela de Formación
- Programa de Termalismo Social
- Concurso Literario UDP
- Orientación y asesoramiento legal
- Migraciones a través del tiempo
- Aware – Red social SEN+



b) Programas de Atención Social

- Cuidarela
- Contigo en Casa
- Ayuda a Domicilio
- Comedor social de Cádiz
- Complejo Gerontológico La Milagrosa
- Residencia y centro de día El Moreral
- Residencia y centro de Día , Hoyo de Pinares



c) Programas de Sensibilización

- Cursos de Malos Tratos
- Informe Mayores UDP



Voluntariado UDP, 17 años de experiencia

Desde su nacimiento en 1999, el Voluntariado UDP ha ido creciendo y consolidando un programa propio de atención a personas de cualquier colectivo, si bien principalmente personas mayores, que se encuentran en una situación de vulnerabilidad social (soledad, aislamiento, exclusión, etcétera).

Satisfacción en dos direcciones

El programa ha mejorado cada año en la gestión de los procesos para su puesta en marcha, con la intención de que las personas usuarias encuentren la mayor satisfacción con la compañía proporcionada, y las personas voluntarias, con la realización de una labor voluntaria apoyada y respaldada por un equipo de profesionales siempre a su disposición.



Voluntarios Mayores



Un programa estructurado

El Voluntariado UDP se estructura en una serie de proyectos, independientes y complementarios. Así, en una primera fase, se seleccionan asociaciones con personas dispuestas a realizar las actuaciones requeridas, como son compañía, acompañamiento, actuaciones en centros y hogares de mayores, en los domicilios, etcétera.

“El Voluntariado UDP se financia a través de la convocatoria de IRPF”



XIII Curso de Formación de Coordinadores del Voluntariado UDP. San Lorenzo del Escorial

Otra de las fases del programa es la formación y capacitación de las personas voluntarias, tanto para las labores de voluntariado como para las labores de coordinación de los grupos.

La coordinación con los servicios sociales de base es esencial para la detección de necesidades y para la actuación allí donde más necesaria es la aplicación del programa.

Igualmente, se realizan diferentes actuaciones con el fin de mantener y reforzar el grupo de voluntarios/as. Por último, el programa se ocupa también de difundir y sensibilizar a la población sobre el Voluntariado UDP.

Formación...

Todas las personas que participan en el Voluntariado UDP reciben cursos de preparación y formación, donde se les proporciona toda la documentación, el apoyo y los materiales informativos necesarios para desempeñar su labor voluntaria en las mejores condiciones.

... y organización

3.397 personas voluntarias

5.352 personas atendidas

Implantación en 9 Comunidades Autónomas

231 grupos de voluntarios implantados en sendas localidades



Respira

Respira es un programa de descanso, formación e integración, para mujeres mayores en situación de vulnerabilidad, que pretende romper con la soledad y el aislamiento a través de la creación de grupos de relación interconectados.

El proyecto se articula en diferentes etapas:

- 1º Formación de los voluntarios
- 2º Selección de las participantes
- 3º Jornada de encuentro y trabajo en el Centro Nacional de Educación Ambiental, dentro de la Reserva de la Biosfera de Valsaín
- 4º Actuaciones de seguimiento y cohesión con los grupos.

Formación de los voluntarios

Los profesionales del Centro Nacional de Educación Ambiental de Valsaín, imparten un curso formativo a voluntarios de las asociaciones de mayores colaboradoras, con el fin de capacitar a estos de cara a ejercer de guías de los grupos de relación en las visitas al bosque.

La selección de las participantes

La selección de las participantes se realiza en colaboración con los servicios sociales de base de la Comunidad de Madrid, Diputación de Valladolid, Ayuntamiento de Tudela de Duero, y Diputación de Ávila, así como con las asociaciones de mayores de las ciudades y localidades participantes.





Jornada de encuentro y trabajo

La jornada de esparcimiento y trabajo en Valsaín se estructura de la siguiente manera: 1. Traslado en autobús acompañando a las beneficiarias y a los guías voluntarios a la Reserva de la Biosfera de San Ildefonso, Segovia; 2. Recorrido adaptado y guiado por el bosque de Valsaín, a cargo de los voluntarios de las asociaciones de jubilados formados por los profesionales del Centro Nacional de Educación Ambiental, Ceneam; 3. Comida en grupo; 4. Jornada de dinámicas de grupo para cohesionar y establecer vínculos. Trabajo y entrega de materiales informativos, sobre los recursos comunitarios disponibles para mejorar la integración social de las participantes, así como para ampliar sus círculos de relaciones personales; 5. Regreso a la localidad de origen.

El programa está financiado por los grupos residenciales Albertia, Sanyres, Adavir y Grupo Amma

Actuaciones periódicas de seguimiento a las participantes

A lo largo del año, y en colaboración con las asociaciones de personas mayores participantes, se programan iniciativas con las participantes en cada jornada, con el fin de mantener la relación y cohesionar el grupo.

De esta manera, se abre para las beneficiarias del programa un nuevo espacio de relación y participación, se crean grupos de personas residentes en ámbitos próximos, y se ofrece la posibilidad de tener encuentros habituales con estas personas, con la organización de actividades recreativas periódicas a las que serán invitadas las integrantes de los distintos grupos, a la vez que se fomenta el movimiento asociativo de personas mayores y la creación de redes de apoyo a mujeres mayores en situación de vulnerabilidad.



Espacios Senior–Mayores y desarrollo local participativo

El programa busca contribuir al cambio global fortaleciendo un nuevo escenario local, intensificando la presencia de las personas mayores en la sociedad, convirtiéndolos en miembros activos, en ciudadanos de pleno derecho, en consumidores exigentes, en decisores y gestores de su espacio vital, con especial énfasis en quienes viven en las zonas rurales.

UDP plantea unir esfuerzos desde el enfoque de un **Desarrollo Local Participativo** ligado a los *Grupos de Acción Local* que articulan el territorio, para anticipar nuevos escenarios, para planificar y afrontar retos sociales, económicos, tecnológicos y culturales que encuentran su origen en el envejecimiento de la población pero que proyectan su alcance sobre el conjunto de la sociedad, haciéndolo desde un claro principio de corresponsabilidad y cohesión social.

Objetivo del Programa:

Asegurar la inclusión del cambio demográfico en las tareas de planificación de las políticas públicas desde la premisa de la participación, el envejecimiento activo y la atención a las necesidades de las personas mayores en el entramado socioeconómico de las comarcas rurales. Ello promoviendo el Desarrollo Local Participativo, la sostenibilidad medioambiental y la corresponsabilidad de los agentes públicos y privados en sintonía con los programas de desarrollo gestionados desde los Grupos de Acción Local.



Ejes de intervención:

- Envejecimiento activo
- Participación social
- Intergeneracionalidad
- Empresa y empleo
- Servicios de proximidad
- Turismo y movilidad
- Accesibilidad
- Nuevas tecnologías

Articulación:

UDP, para la ejecución de este programa, plantea acuerdos de colaboración con carácter plurianual con los Gobiernos Autonómicos por entender que afecta a diversas áreas de intervención y gestión (Patrimonio, Educación, Desarrollo Rural, Turismo, Comunicación, Bienestar Social, Dependencia, Salud, Consumo, etc.)

Este Programa comenzó a final de 2015. Desde ese momento hasta septiembre de 2016 se ha establecido contacto con 12 CCAA, y se han mantenido reuniones con Departamentos de Desarrollo Rural y de Servicios Sociales de 10 de ellas.

*Gestionamos las necesidades
de las personas, cuidando de
sus emociones y afectos*

Apoyos:

Desde el comienzo contamos con el apoyo de:

- La Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad
- La Federación Española de Municipios y Provincias
- La Red Estatal de Desarrollo Rural (la Red Rural más representativa, pues engloba a Redes Territoriales que aglutinan a 180 Grupos de Desarrollo Rural de todo el Estado), con la que se firmó un convenio de colaboración el 19 de mayo de 2016.



Promoción del movimiento asociativo de mayores

Desde su nacimiento en 1976, UDP se ha consolidado como referente del movimiento asociativo de personas mayores en España, y amplía sus ámbitos de actuación estrechando lazos con las organizaciones europeas y latinoamericanas.

La primera en España

Por antigüedad y por número de asociaciones adheridas, UDP es la primera organización de personas mayores del país, con más de 3.000 asociaciones adheridas y 1.500.000 asociados. Se trata de una estructura piramidal, que permite agrupar a las asociaciones locales, provinciales y territoriales, que trabajan de manera autónoma. El modelo permite conjugar el dinamismo de la gestión independiente con la fortaleza de la unión de intenciones y objetivos.

Las campañas de expansión se realizan anualmente y se financian a través del Imserso

Campañas de expansión

Se trata de una de las actividades más importantes de las realizadas por la organización. Financiadas por el Imserso, a través de las campañas anuales de expansión y promoción del movimiento asociativo, los directivos de las asociaciones provinciales, así como los de la junta directiva nacional, programan visitas a los centros de mayores y asociaciones de diferentes localidades, con el fin de informar de las ventajas de pertenecer a una confederación internacional, y sobre todo, para informar de las actividades y servicios que se realizan desde UDP en todos los ámbitos de actuación, para promover no solo la participación activa de los mayores en las asociaciones, sino para fomentar hábitos de vida saludables y prevenir la Dependencia.



Delegados de diferentes organizaciones en la Asamblea General de 2016

La importancia del movimiento asociativo

La existencia y mantenimiento de redes asociativas de personas mayores permite la puesta en marcha de multitud de programas e iniciativas dirigidas al colectivo. Si no existiese esta red, sería mucho más difícil para las administraciones responsables, y para otras entidades que trabajan con personas mayores, implementar programas dirigidos a la mejora de su calidad de vida.

Somos dinamizadores de la sociedad

Las actividades de animación social que realizan las diferentes organizaciones de UDP, movilizan a miles de personas mayores todos los años: jornadas lúdico deportivas, visitas culturales, encuentros gastronómicos, viajes, participación y organización de fiestas populares, bailes, comidas de hermandad, talleres de teatro, de música, de pintura, de manualidades, de cine, conferencias, charlas... todas y cada una de las asociaciones constituyen una oportunidad de crear y poner en marcha actividades que redundan en beneficio no sólo de los mayores, sino de toda la comunidad. Las iniciativas puestas en marcha generan actividad económica y social, y mejoran la vida de las localidades y de sus habitantes.



Gracias a las campañas de expansión durante los últimos cuatro años, se ha conseguido la adhesión de 73 nuevas asociaciones locales y 13.939 nuevos socios/as



a)

La Escuela Mayores Activos UDP



La Escuela Permanente “Mayores Activos UDP” proporciona un modelo formativo dirigido a mejorar las capacidades de los directivos en su labor al frente de las asociaciones. Además, proporciona un espacio único para la transmisión de experiencias compartidas entre los directivos procedentes de distintas localidades, de forma que puedan aplicar en otros ámbitos, experiencias de éxito aplicadas en sus lugares de actuación.



Los Cursos

En los últimos cuatro años se han impartido 66 cursos a 630 beneficiarios de todo el ámbito geográfico donde está implantada UDP, para facilitar y optimizar el funcionamiento de las asociaciones, y sobre todo, de los equipos humanos, que las hacen posible. Dirección Administrativa y Gestión Económica de las asociaciones, Curso de Portavoz, Gestión de Conflictos, Instrumentos para la Comunicación, Técnicas de oratoria, Informática o Manejo de Redes Sociales, son alguna de las materias estudiadas.



Mediante el diálogo con los directivos, y el resultado de las evaluaciones de los participantes, se han ido modificando, y proponiendo nuevos cursos en función de las necesidades de formación que reclaman los alumnos.

Desde 2012 más de 2.104 personas se han beneficiado de los talleres en 128 poblaciones

Profesores y Materiales

Los cursos son impartidos por profesionales de las diferentes materias, que adecuan sus contenidos a las necesidades y características de los alumnos.

Los materiales educativos elaborados específicamente para la Escuela, están diseñados para resultar útiles a los directivos en su labor al frente de las asociaciones.

Escuela Itinerante.

Por otra parte, UDP desarrolla un programa de cursos formativos en colaboración con diferentes asociaciones de base, con mayor incidencia en núcleos rurales con poca oferta de este tipo de actividades. De este modo, los ciudadanos de edad residentes en estas zonas pueden acceder a cursos de psicomotricidad, estimulación cognitiva, informática y telefonía móvil, lo que les facilita el ejercicio de un envejecimiento activo y retrasar así su entrada en posibles estados de dependencia.

Para la puesta en marcha de estos cursos se cuenta con profesionales de la zona, posibilitando nuevas oportunidades laborales a estas personas, y facilitando así la fijación de población en los ámbitos rurales.



La puesta en marcha de los cursos itinerantes han permitido la contratación de 73 personas o empresas especializadas



a)

Fomento del Termalismo Social



Con el fin de promover la salud y el ocio entre los asociados, UDP desarrolla el Programa de Termalismo Social UDP. Para ello acuerda con diferentes Balnearios condiciones ventajosas para sus asociados dentro del programa de Termalismo Social del Imsero.

Un servicio personalizado

La organización ofrece un servicio de atención personalizado, que responde a todas las solicitudes de información, así como tramita de manera individualizada cada solicitud de participación en el programa de Termalismo Social del Imsero.

A la hora de cumplimentar las solicitudes o de tramitar las plazas, surgen dudas que en ocasiones hacen que los ciudadanos no puedan disfrutar de los programas que las distintas administraciones ponen a su disposición. Desde UDP se despejan esas dudas y se informa a los asociados y simpatizantes de todas las posibilidades de disfrutar el programa de Termalismo Social del Imsero.

Aprovechando la red asociativa

La extensa red de asociaciones adheridas a UDP en todo el territorio español, así como en varios países de Europa, posibilita que la promoción del Termalismo incida directamente en el colectivo a quien va dirigido el programa. De este modo, UDP organiza viajes en grupos entre los integrantes de las asociaciones y las personas que cumplan con los requisitos de acceso al programa.



Desde el año 2012 hasta el 2016, han disfrutado del programa más de 20.500 socios de diferentes asociaciones del territorio nacional y de asociaciones en Europa.

**Programa Termalismo
Saludable Inmerso 2016**



**Gestiona tu plaza en
www.mayoresudp.org**

Pide la tarjeta gratuita de MayoresUDP y disfruta de
Albornoz gratis, descuentos en técnicas complementarias,
y ventajas para grupos.

¡Si estás en lista de espera y quieres conseguir plaza, llámanos!

Contacto: Vicente Gavidia, coordinador Termalismo UDP
650 59 43 37 y termalismoudp@gmail.com

Los viajes en grupo permiten a los balnearios con los que UDP tiene convenio ofrecer interesantes ventajas a los participantes en el programa, como son el viaje gratis y descuentos en técnicas complementarias, amén de algunos detalles exclusivos para los socios de UDP.

Estas actuaciones posibilitan que las asociaciones fijen y amplíen el número de sus asociados, al ofrecer programas de alto interés. Y por otra parte, se mejora la socialización entre los participantes, aumentando el sentido de pertenencia a un grupo y facilitando el conocimiento y la participación en otros programas de intervención social e iniciativas de todo tipo que realizan las diferentes asociaciones.

Otra de las labores más apreciadas es la ayuda que prestamos a los ayuntamientos para crear programas municipales de Turismo de Salud, que permitan a sus vecinos acudir a los balnearios y hagan turismo en las diferentes ciudades participantes.



a)

Concurso Literario



Desde hace 15 años se convoca el Concurso Literario para Mayores UDP, con el objeto de facilitar cauces de participación y expresión a las personas. Cada año se convoca a jubilados y pensionistas mayores de 65 años.

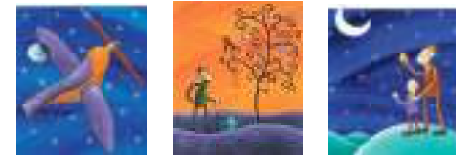


Entrega de premios del Concurso Literario de UDP

*Más de 6.500 obras presentadas,
620 relatos premiados y publicados,
más de 100.000 ejemplares distribuidos*

*El concurso es posible
gracias a la colaboración
del Imsero y del Grupo
de Balnearios Activos*

La participación en el concurso fomenta los procesos creativos, el ejercicio y la capacidad mental, y refuerza los procesos de valoración personal, al divulgar los trabajos premiados entre socios y simpatizantes de la entidad.



Orientación y asesoramiento legal

Desde los orígenes de la organización, una de las labores realizadas desde la sede central es la de asesorar y orientar a las personas mayores sobre temas legales. La falta de conocimientos legislativos, y en ocasiones también la falta de recursos, hace que muchas personas mayores vean vulnerados sus derechos, o bien se encuentren en situación de indefensión.

El servicio jurídico se presta gratuitamente, y dentro del mismo se encuentra incluido:

- Asesoramiento jurídico a las Entidades que componen UDP y a los pensionistas y mayores asociadas a estas últimas.
- Asesoramiento jurídico a Entidades no asociadas a UDP en solicitud de información y apoyo para constituir asociaciones.
- Asesoramiento jurídico a pensionistas y personas mayores. Este servicio se presta mediante entrevista personal en la sede de la UDP, consulta escrita, telefónica o por correo electrónico a través del portal: www.mayoresudp.org



El servicio de asesoramiento y orientación legal ha atendido durante los últimos cuatro años 2.025 consultas



Migraciones a través del tiempo, un cambio de perspectiva



UDP participó como partner en este proyecto liderado por la Coordinadora Federal del Movimiento Asociativo en Alemania (CFMA), subvencionado por la UE dentro de la línea de Voluntariado para personas mayores de los Proyectos Grundtvig del Programa de Aprendizaje Permanente 2012-14.

Durante el proyecto se produjo un intercambio de personas voluntarias entre las organizaciones de España y Alemania para que participasen en las tareas y labores de voluntariado que cada organización tiene.

El Proyecto “Migraciones a través del tiempo, un cambio de perspectiva”, aborda el tema de la migración y el fenómeno de los procesos de envejecimiento de la población migrante. La característica innovadora del proyecto es el papel de los voluntarios. Los voluntarios de origen inmigrante han ganado a través de su socialización en Alemania conocimiento extenso de la integración. Por su papel en el proyecto son los expertos que pueden contribuir con las estructuras municipales, locales y nacionales, a través de recomendaciones y ejemplos de mejores prácticas para compartir con respecto a la integración de los interesados y preocupados.



APEE

PROGRAMA DE APRENDIZAJE PERMANENTE

Proyectos Grundtvig de voluntariado para personas mayores

Proyecto: *“Migraciones a través del tiempo, un cambio de perspectiva”*

UDP

Igualmente en España, los voluntarios de CFMA conocieron el trabajo que UDP realiza en el marco del voluntariado social así como la formación impartida a los voluntarios.

El proyecto de intercambio de voluntariado, seis voluntarios de CFMA Alemania viajaron a España y seis de UDP España viajaron a Alemania en periodos de estancia de 21 días.

Esta experiencia enriquecedora buscaba un mayor contacto entre personas mayores voluntarias de diferentes países europeos en el marco de la construcción de la ciudadanía europea, a la que ninguna persona mayor debe ser ajena, y en la que estamos involucrados activamente como adultos mayores a través de UDP.

Plataforma digital SEN+

El proyecto AWARE (Ageing Workforce towards an Active Retirement, en español: Trabajadores mayores hacia un Envejecimiento Activo) fue financiado por el Programa Conjunto AAL, con cargo al Presupuesto del Ministerio de Industria, Energía y Turismo así como a los fondos de la Comisión Europea (Expdte. AAL-010000-2010-15).



Iniciado en julio de 2010, y concluido en julio de 2013, buscaba proporcionar habilidades a las personas mayores, tanto trabajadoras como jubiladas, en el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación y elaborar una herramienta TIC que pudiera facilitar la integración social de ambos grupos para promover un envejecimiento activo y luchar contra las consecuencias que pueden aparecer después de la jubilación, como depresión, soledad y aislamiento.

El objetivo central del proyecto fue el desarrollo de la plataforma SEN+ (Seniors Network o Red de la Experiencia, www.sen-plus.net), una red social y un sistema de gestión del conocimiento que ofrece servicios para trabajadores mayores y personas jubiladas; promueve un envejecimiento activo y trata de apoyar a las empresas en la gestión del proceso de envejecimiento de su plantilla.

SEN+ está formado por diferentes módulos:

- Mi Red Social: La red social es el área para buscar, contactar y comunicarse.
- Mi Conocimiento permite crear y compartir información.
- Mejoro mi Entorno permite al trabajador localizar recomendaciones para mejorar su puesto de trabajo o su hogar.
- Aprendo y Enseño permite al trabajador participar en cursos y crear cursos propios.

Tras tres años de ejecución el proyecto finalizó en junio de 2013 y con él, el desarrollo de la Plataforma SEN+ que responde a las necesidades y demandas de usuarios y empresas.





Cuidarela

Cuidarela es un programa de apoyo, formación y respiro para familiares cuidadores de personas dependientes desarrollado en establecimientos termales.

Se trata de un programa de apoyo al cuidador, respiro y descanso para familiares, que sirve de espacio de encuentro y de formación e Intervención, y cuyo fin es apoyar a los familiares cuidadores de sus personas mayores.

Este programa está financiado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, a través de la convocatoria del 0,7% de IRPF, y gestionado por UDP.

Las dificultades en el manejo emocional y las derivadas de las habilidades a la hora de cuidar a una persona mayor en su casa o en la de sus familiares es un hecho relevante. En este sentido, se hace necesario prestar atención al cuidador, y a la familia de este en este proceso, de forma que también el cuidador pueda disfrutar de un tiempo para su cuidado y disfrute personal, a la vez que se forma y adquiere habilidades para el manejo de la situación, ya que muchas personas cuidadoras acaban sufriendo consecuencias negativas derivadas de la situación del cuidado prolongado.

El programa está dirigido a cuidadores principales de larga duración, y se realiza en establecimientos termales. El programa se encarga de proporcionar el recurso adecuado para la atención del familiar dependiente durante la participación en el programa de la persona cuidadora. De este modo, se permite establecer un clima adecuado de respiro y descanso para los cuidadores, a la vez que se propicia el encuentro y el intercambio de experiencias e información entre los distintos participantes.



En marcha desde el año 2010, en la actualidad se desarrolla en cinco Comunidades Autónomas: Comunidad Valenciana, La Rioja, Aragón, Galicia y Castilla-La Mancha

Durante el programa se organizan estancias en balnearios de la zona, de cuatro días de duración en las que los familiares reciben formación, así como intervención específica en cuidados al mayor y autocuidados, favoreciendo para ello el entorno de tratamientos alternativos de descanso y terapias de relax, que permiten una descarga emocional de la tensión psicológica acumulada tras largos periodos de cuidados, beneficiándose, a su vez, de los efectos saludables de las aguas termales.

En los últimos cinco años han pasado por el programa más de 5.300 personas.

Las estancias serán en grupos de 14 cuidadores y sus acompañantes (cuidadores de apoyo) como máximo, es decir, 28 personas, durante cuatro días (tres noches).

Está orientado a cuidadoras principales y de apoyo (parejas o familiares hijos/hijas) que tengan a su cargo una persona mayor dependiente, con el objetivo de promover e involucrar a los esposos/hijos varones en las tareas del cuidado.



Además de los encuentros en el balneario, durante el año, se organizan sesiones de seguimiento formativo y de intervención con los participantes del programa y abiertas a la comunidad, favoreciendo así la creación de redes sociales entre los mismos. También se presta asesoramiento y apoyo psicológico, individual o grupal, a los que lo precisen.

La captación de los usuarios del programa se realiza a través de los servicios sociales de base de los municipios de las provincias donde se desarrolle el programa.



Contigo en Casa

Contigo en Casa es un programa a través del cual se dota a los hogares de las personas mayores beneficiarias de un receptor de TV adaptado y accesible con webcam y conexión a Internet, conectado a Internet vía satélite, lo que les permite comunicarse mediante videoconferencia con el Centro de Acompañamiento, con amigos y familiares, así como con otros hogares de personas mayores participantes en el programa.

Se trata de ofrecer una alternativa de comunicación entre las personas mayores y su entorno, pues permite su asistencia y ayuda mediante la supervisión diaria del estado de salud en el que se encuentran y sus actividades, atendiendo demandas que puedan surgir en cada uno de los hogares que disponen de este sistema.



Contigo en Casa se desarrolla en núcleos de población rurales y dispersos

El trabajo realizado durante los últimos años ha permitido que los mayores atendidos hayan roto la “brecha digital” y se hayan convertido en usuarios habituales de Internet y de la videoconferencia, rompiendo la soledad a la que muchos estaban condenados antes de su incorporación al programa.

Contigo en Casa se desarrolla en núcleos de población rurales y dispersos, donde los mayores muy frecuentemente viven solos. En múltiples ocasiones incomunicados durante buena parte del año y, por supuesto, donde las nuevas tecnologías son inexistentes.

Durante el año 2016 Contigo en Casa proporciona atención y da servicio a 123 personas pertenecientes a 36 municipios de 9 provincias de 4 CCAA .

Para ello se utiliza tecnología de conexión a través de satélite con el operador español Quantis. El satélite permite el acceso a internet en aquellas áreas en las que no existen infraestructuras terrestres de telecomunicaciones y, en muchos casos, ni telefonía móvil, aportando una comunicación de calidad y fluida. Esta es una experiencia verdaderamente innovadora, eficaz y útil, que contribuye a mejorar la calidad de vida del mayor, siendo además una herramienta de soporte vital y asistencial en momentos difíciles.

Financiado a través de la convocatoria del 0,7% de IRPF, Contigo en Casa continúa su expansión por núcleos rurales que tienen dificultades de comunicación a través de internet. Durante el primer trimestre de 2016 se han realizado presentaciones del programa en los municipios de Palencia, León, Mansilla Mayor (León), Albacete, Cuenca y Valladolid.

A las presentaciones han acudido los alcaldes y ediles de distintos municipios que cumplen las condiciones de acceso al programa, así como representantes de las instituciones que colaboran en la puesta en marcha del mismo. Es el caso de las Diputaciones Provinciales de León, Albacete y Cuenca.





Servicio de Ayuda a Domicilio



SAD
SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO
UDP

Desde 1991 UDP viene gestionando su Servicio de Ayuda a Domicilio en más de 70 localidades de Valencia y Albacete, que desde 1999 se amplía a la provincia de Alicante. El servicio se presta en hogares con ingresos reducidos seleccionados por los servicios sociales de los ayuntamientos colaboradores.

Durante este tiempo se han llevado a cabo más de un millón y medio de horas de atención, y recibieron atención más de 15.000 usuarios, se ha dado más de 562.500 comidas de régimen.

Los apoyos prestados por el Servicio de Ayuda a Domicilio abarcan de una forma integral las necesidades de cada usuario, adecuándolos a sus necesidades que les impiden realizar las tareas básicas de la vida diaria, como son: tareas domésticas; comidas condimentadas a domicilio; tareas de cuidado personal; cuidados específicos personales; relaciones personales; asesoramiento y gestión básica; y asesoramiento sanitario.



El servicio se realiza a través de la contratación de personal y mediante subcontratación de empresas de servicios, tanto para la realización del SAD propiamente dicho (en aquellos lugares más apartados de la provincia) y para la elaboración y distribución de comidas a domicilio. Por ello a lo largo de estos 25 años de historia se han creado más de 175 empleos, sobre todo mujeres mayores de 45 años.

*Este programa está financiado por el Ministerio de Sanidad,
Servicios Sociales e Igualdad,
a través de la convocatoria del 0,7% de IRPF*

Comedor Social de Cádiz

Proyecto subvencionado por el IRPF cuyo objetivo es cubrir las necesidades básicas de alimentación al menos una vez al día, de personas con situaciones de necesidad complejas debido a problemas sanitarios, económicos y principalmente sociales –soledad, dificultades alimenticias, desasistencia, aislamiento, malas relaciones familiares, etcétera–; y también dependencia leve o moderada, temporal o permanente que les impide realizar las actividades de la vida diaria relacionadas con la alimentación saludable.

El programa está dirigido al colectivo de personas mayores. De forma temporal han participado en el mismo además de los mayores, familiares de éstos con menores a su cargo, personas sin recursos y en general personas con graves situaciones de necesidad económica, social, familiar, sanitarias, etc., y con situaciones de emergencia, urgencia y riesgo de exclusión, situaciones generadas por la difícil situación económica en la que se encuentran muchas personas. Así el servicio de comidas en Cádiz se convirtió en una referencia para los servicios sociales comunitarios y otras entidades sociales de la ciudad como comedor social, donde hacer frente a las necesidades nutricionales y de alimentación de diversos colectivos.

Se desarrolla utilizando las instalaciones del Centro Social de UDP en Cádiz ubicado en el Barrio de la Viña, casco histórico de la ciudad.

De lunes a sábado se suministra una comida completa, adecuada y preparada por una empresa de catering que se sirve en el comedor del centro o es llevada por las personas voluntarias de UDP al domicilio de aquellos usuarios mayores que, por dificultades de movilidad, no pueden desplazarse al centro. Los beneficiarios del servicio realizan una aportación económica en función de sus ingresos que se reinvierte en el propio servicio.

El total de comidas servidas ha sido de 67.391, con una media de 16.848 comidas al año



En los últimos cuatro años 354 personas han asistido al comedor, siendo la media de 89 usuarios al año



Complejo gerontológico La Milagrosa.

El Complejo Gerontológico de Investigación La Milagrosa se encuentra entre los más modernos de Europa, tanto a nivel de espacios y arquitectura, como de equipamiento, recursos humanos y accesibilidad.

Las distintas salas de terapia están dotadas de los más modernos equipamientos y técnicas en el área de la rehabilitación.

Todo el complejo dispone de mobiliario ergonómico, una instalación de fibra óptica, conexiones a red y otros novedosos instrumentos tecnológicos para mejorar la calidad de vida de los residentes.

Anexo al centro se encuentra el área de investigación, dividida en dos Áreas, la zona de investigación y formación, donde se desarrollan diversos programas de investigación y formación gerontológica, y la biblioteca, que recoge interesante documentación sobre los últimos avances y estudios en gerontología.

El Complejo Gerontológico desarrolla un programa de apoyo gerontológico a domicilio para personas en situación de dependencia y para sus familiares cuidadores que busca mejorar la calidad de vida de ambos. Asimismo, el Complejo Gerontológico dispone de un vehículo adaptado para el transporte de los residentes.



Ofrece servicios de residencia y centro de día y dispone de un Jardín Gerontológico, único en su género y estructurado de acuerdo a los cánones más avanzados en la atención ambiental a los residentes

Residencia y centro de día El Moreral

La residencia y centro de día El Moreral ofrece 115 plazas, de las cuales 100 están acreditadas dentro del Acuerdo Marco para plazas concertadas con el Gobierno de Aragón (IASS). Dispone de plazas residenciales para largas estancias, de carácter temporal (recuperaciones traumatológicas o neurológicas) y servicio de estancias diurnas (centro de día).

El objetivo de todo el equipo multidisciplinar es prestar una atención individualizada e integral a los mayores, sin olvidar en ningún momento sus necesidades, gustos o expectativas, manteniendo de esta manera un alto nivel de autoestima.

El proyecto se hace posible cada día gracias a la calidad humana y la experiencia profesional de nuestro equipo, lo que nos permite proporcionar a nuestros mayores unas condiciones de vida agradables que facilitan la adaptación rápida y adecuada al centro, haciendo que puedan disfrutar de una estancia confortable.



Residencia y centro de Día , Hoyo de Pinares



Se trata de una Residencia de 24 plazas y centro de día que da servicio a 12 usuarios. En ella se atienden a mayores con problemas de movilidad. El centro cuenta, con todos los equipamientos necesarios para la atención integral de los residentes: intercomunicadores para emergencias, servicios médicos y de enfermería diarios y apoyo psicológico individualizado. La residencia dispone de un vehículo adaptado para el traslado de los usuarios a las revisiones médicas hospitalarias.

También se ofrece servicio de atención diurna con la aplicación de terapias cognitivas y de rehabilitación a los usuarios. Los usuarios disfrutan en el centro de un servicio de comidas saludables.



Cursos de prevención del maltrato a Personas Mayores



Desde el año 2003 se organizan en diferentes localidades españolas cursos de prevención al maltrato a personas mayores. Dirigidos a profesionales de la atención sociosanitaria, cuidadores y familiares, y a los responsables de las diferentes administraciones, estos cursos buscan sensibilizar a la sociedad y establecer protocolos de actuación que prevengan y detecten el maltrato.

Entre los grupos particularmente vulnerables a los que afecta la violencia doméstica, quizás el que menos atención suele atraer es el de los mayores, frente al interés que despiertan los malos tratos a las mujeres y a los niños.

Los malos tratos a las personas mayores pueden revestir muchas formas, desde la negligencia y el descuido o abandono en el cuidado diario hasta el abuso físico y psíquico, pasando por la falta de aporte de alimentos o medicación y otros tipos de abuso como el traslado de lugar, el ingreso en instituciones contra su voluntad, apropiación de sus bienes o el permitir a una persona con demencia deambular por las calles sin compañía.

La resistencia a la denuncia por parte de la víctima mayor maltratada es muy grande. Según datos de la Secretaría de Estado de Seguridad, en el 90% de los casos las personas mayores víctimas de malos tratos no presentan denuncia porque dependen económica y emocionalmente del maltratador.

Todos los expertos coinciden en que el punto de arranque para prevenir y paliar los malos tratos a las personas mayores comienza con la tarea de información y formación a toda la sociedad en su conjunto y a los profesionales que trabajan con las personas mayores en particular.



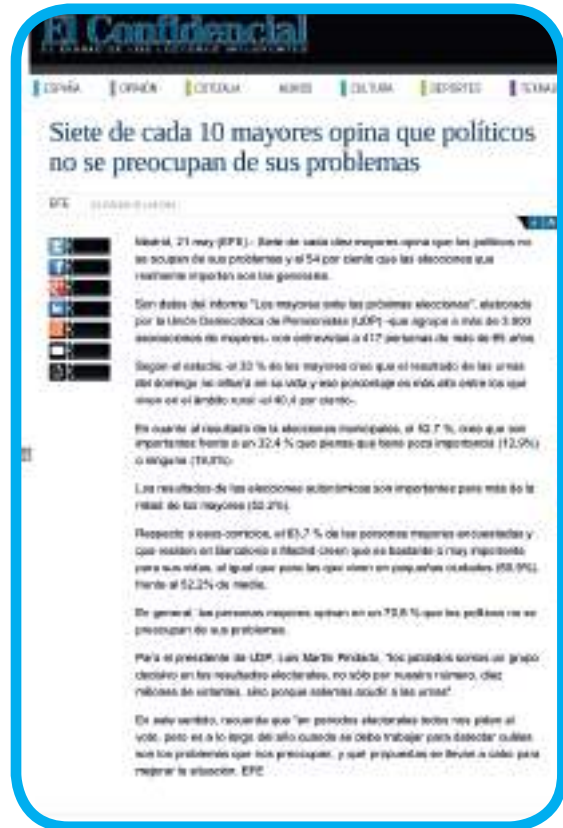
Informes Mayores UDP

Los Informes Mayores UDP son una iniciativa de la casa para conocer el estado de opinión de las personas mayores sobre distintos temas de actualidad, que afectan directamente a su calidad de vida.

Con estos sondeos de opinión la organización dispone de una herramienta que le permite aproximarse a las necesidades o preocupaciones de las personas mayores, para poder poner en marcha programas e iniciativas que incidan en la solución de los problemas o preocupaciones detectados.

El programa se desarrolla en colaboración con el Inerser y lo realiza el Instituto de Opinión Simple Lógica, a través de encuestas mensuales a personas mayores de 65 años.

Con la difusión de estas encuestas se busca igualmente llegar a la opinión pública y colocar en la agenda de los medios temas que afectan directamente a los mayores.



Entre los temas analizados están las ayudas económicas de los mayores a sus familiares, el sistema de pensiones, la atención sanitaria, la participación social, el maltrato al mayor, las nuevas formas de convivencia... todos los informes dan pie a distintas notas de prensa que permiten a la organización tener presencia en los medios y que la opinión de los mayores sobre estos temas sea escuchada y tenida en cuenta.

UDP 40 Años de referencia

Transparencia ▶

Representación



▲ Informativo

▲ Histórico

▲ Intervención social

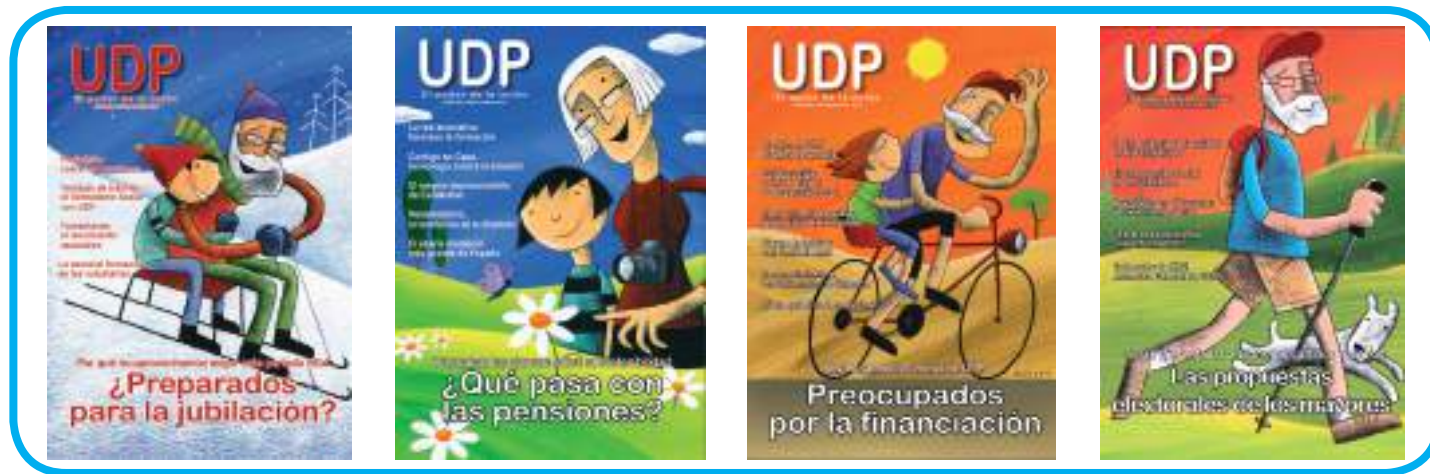


Informativo

Un referente Informativo

La comunicación de los programas y actividades de la entidad, así como la publicación de estudios, informes y materiales formativos e informativos constituyen una parte esencial de la actividad de UDP.

Revista



La revista de UDP distribuye cada número 12.000 ejemplares entre asociaciones, distintos órganos de las administraciones y otras entidades del tercer sector. La publicación da visibilidad a los programas de las asociaciones, así como informa de las noticias generadas por su actividad y por las actuaciones de la sede nacional.

*Más de 360.000 lectores de la revista cada año
Más de 250.000 usuarios únicos en la web en 2015*

Portal mayoresudp.org

El portal mayoresudp.org ha alcanzado la cifra de más 250.000 usuarios únicos al año. Ofrece recursos informativos de interés para todo aquel interesado en el campo de la intervención social con personas mayores. A través de la web se lanza periódicamente un boletín informativo digital que llega a cerca de 8.000 direcciones. Es importante destacar igualmente su papel como soporte publicitario, lo que permite a la organización obtener financiación adicional. Igualmente, el portal se ha convertido en foro de intercambio de opiniones sobre distintos temas, y existe una intensa actividad interactiva con los usuarios, que se ve complementada con el trabajo en redes sociales.

Publicaciones

UDP edita periódicamente publicaciones didácticas que sirven de material formativo para los participantes en los distintos programas. A estos títulos se añaden las memorias de los diferentes programas que gestiona la organización, así como otros materiales institucionales y divulgativos.



En los medios

Las actuaciones realizadas los últimos años con los medios de información han consolidado a la casa como referente informativo en materia de personas mayores, con presencia continuada en prensa, radio televisión y medios digitales.

UDP

40 Años de referencia

Transparencia ▶

Representación



05

01



04



▲ Informativo



02



03

▲ Histórico

▲ Intervención social



Transparencia

Fuentes de financiación de UDP

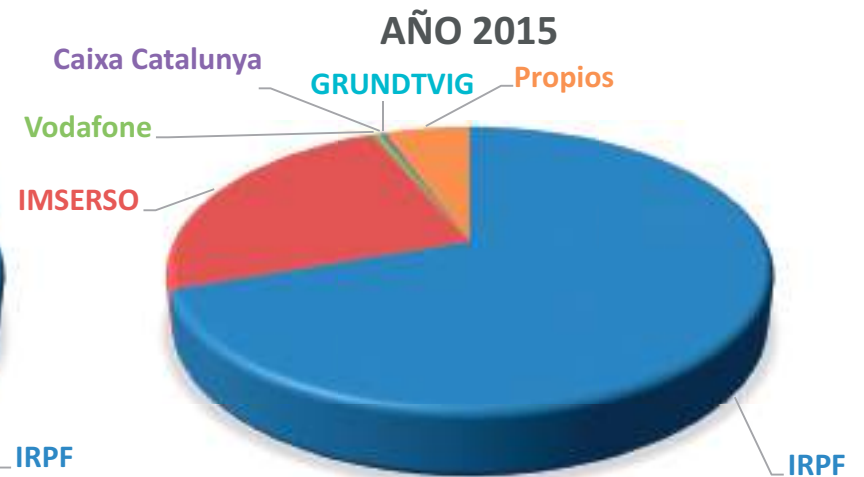
La situación contable de UDP es revisada y auditada por tres conductos independientes entre si:

- Revisores de Cuentas internos: equipo de revisión elegidos en Asamblea General
- Auditoría de Cuentas externa: Empresa Auditora "Salas & Maraver", Sociedad Española de Auditoría S.L
- Auditoría Estatal: Auditoría General de la Seguridad Social-IGSS

AÑO	INGRESOS	IRPF	IMSERSO	Vodafone	Fund.Pfizer	Propios
2012	2.859.244 €	71,98	21,33	0,39	0,07	6,23
AÑO	INGRESOS	IRPF	IMSERSO	Vodafone	GRUNDTVIG	Propios
2013	2.804.127 €	70,24	22,47	1,74	0,48	5,07



AÑO	INGRESOS	IRPF	IMERSO	Vodafone	GRUNDTVIG	Propios	
2014	2.840.328 €	70,51	22,18	1,41	0,84	5,06	
AÑO	INGRESOS	IRPF	IMERSO	Vodafone	Caixa Catalunya	GRUNDTVIG	Propios
2015	2.890.074 €	69,67	24,00	0,52	0,28	0,07	5,46



UDP *en España*





España

UDP - Oficinas Centrales

Para el desarrollo de sus funciones UDP dispone de dos departamentos en distintas sedes en Madrid.

El Departamento Administrativo

Calle Alcalá, 178. 28028, Madrid. Tfno.: 91 542 02 67. Fax: 91 542 07 94.

El Departamento de Formación

Santa Cruz de Marcenado, 9, 1º D. 28015, Madrid. Tfno.: 91 542 30 07.

www.mayoresudp.org – udp@mayoresudp.org



El Departamento de Administración

Situada en la Calle Alcalá, muy cerca de la plaza de Las Ventas, el local de la sede administrativa pertenece a la Seguridad Social quien cedió su uso a UDP para facilitar el desarrollo de su función social.

Desde esta sede se dirigen organizan y coordinan todas las actuaciones de UDP a nivel nacional e internacional.

Actividades

- Gestión de los recursos públicos y privados de la Entidad.
- Dirección, asesoramiento, gestión, formación e información, a los socios.
- Comunicación, coordinación, asesoramiento y apoyo a las juntas directivas de las asociaciones adheridas
- Gestión de los proyectos propios y colaboración con proyectos de otras entidades.
- Actividades realizadas por los órganos de gobierno de la entidad, como son la junta directiva nacional, las juntas directivas autonómicas y las juntas provinciales.



- Organización de asambleas y congresos confederales nacionales e internacionales.
- Elaboración de documentos técnicos.
- Control y seguimiento de los centros de atención sociosanitarios gestionados por la Entidad.
- Dirección y distribución de las publicaciones de la entidad.
- Representación de la organización en otras instituciones, entidades, Consejo Estatal

de Personas Mayores, plataformas sociales, plataformas europeas, Departamento de Información Pública de Naciones Unidas, Eurag, Age Internacional, Red Iberoamerica de Adultos Mayores, consejos editoriales de revistas, fundaciones, institutos, empresas, etcétera.

- Interlocución con el gobierno central, y con los gobiernos autonómicos y locales.

Departamento de Formación:

El Departamento de Formación está situado en la Calle Santa Cruz de Marcenado, 9.

Este local es la sede de la Escuela de Formación de Mayores Activos. En ella se imparten los cursos a los directivos y se organizan todas las actividades de la Escuela.

De igual modo, desde el Departamento de Formación se distribuyen los materiales didácticos de La Escuela, así como sirve de órgano de orientación e información a los alumnos.

Esta sede dispone de un salón independiente con capacidad para 70 personas donde se realizan actividades culturales y formativas (presentaciones, charlas, conferencias, etcétera).



Federación Andaluza

Federación Territorial de Pensionistas y Jubilados de Andalucía

c/Moreno de Mora, 35. 11002-Cádiz.
Teléfono: 956 224 889
Fax: 956 220 963
informacion@udpcadiz.org

Asociaciones provinciales federadas:

- Almería.
- Cádiz.
- Granada.
- Huelva.
- Jaén.
- Málaga.
- Sevilla.

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Andalucía.
Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.



UDP Almería

Asociación de Docentes Jubilados de Almería

c/Murcia, 67 bajo.
04004 Almería
Teléfono: 950 26 65 69
adojal@gmail.com

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Talleres y jornadas formativas.
- Comidas de convivencia.
- Servicio de podología.

Encuentros intergeneracionales

Adojal nace desde la vocación docente de transmitir conocimientos y experiencias a las nuevas

generaciones. Así, además de las actividades recreativas propias de otras asociaciones, desde la asociación se procura organizar encuentros en colegios e institutos donde se dan charlas sobre diferentes temas, y donde los alumnos pueden escuchar de primera mano testimonios de vida de testigos directos de acontecimientos de gran importancia que configuran la historia del país.



UDP Cádiz

Asociación Provincial de Jubilados y Pensionistas de Cádiz

c/Moreno de Mora, 35. 11002-Cádiz.
Teléfono: 956 224 889
Fax: 956 220 963
informacion@udpcadiz.org

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes. Salidas por Cádiz y viajes fuera de la provincia.
- Comidas de hermandad.
- Baile los domingos.
- Talleres propios y de la Escuela Itinerante.
- Comedor social. Servicio de Peluquería.
- Participación en las fiestas de la comunidad. Carnavales, Cruces de Mayo y fiestas en Navidad.

Semana Cultural

En el mes de Octubre, mes en el que coincide el día del mayor, se celebra en la sede de UDP Cádiz la "Semana Cultural". Durante esta semana se programan actividades culturales tanto dentro del centro como alrededor de la ciudad. De entre las actividades propuestas durante esta jornada, se destacan: visitas a museos y exposiciones; representaciones teatrales, de música y danza; coloquios sobre temas de interés cultural...Para

las cuales se cuenta con profesionales en la materia y agentes activos de la ciudad. En definitiva, estas actividades son propuestas para despertar el interés cultural de los socios del centro, así como fomentar la participación y creación de un espacio de encuentro entre los mayores de la ciudad.



UDP Granada

Unión Democrática de Jubilados y Pensionistas de Granada

c/Palencia, 18.
Teléfono: 958 815 509

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Voluntariado.
- Talleres y jornadas formativas.
- Fiesta de Navidad.
- Bailes cada jueves y cada domingo por la tarde durante todo el año con música en directo.

Las Cruces de Mayo

La Fiesta de las Cruces de Granada se celebra el día 3 de mayo. Ese día, el Ayuntamiento hace una Cruz en la Plaza del Carmen, y cada barrio, cada asociación de vecinos, cada centro, cada organismo, todos los que quieren hacen su cruz. Se inscriben en el concurso de cruces del Ayuntamiento y se le dan premios a las mejores, en varias modalidades. Cada vecino aporta lo que tiene de cosas como macetas, mantones, todo lo antiguo, la Cruz se hace casi siempre de claveles rojos naturales, y cuando no hay mucho presupuesto se improvisa y se hace con mucha imaginación, como las que se hacen en el local de UDP, con flores hechas a mano de papel, platos pintados o con lazos de raso. Se coloca en la



cristalera del local, para que se vea desde la calle y desde dentro, ese día en UDP, hay baile de mayores, muchas mujeres, van vestidas con sus trajes de gitana, y toda la tarde se pasa bailando.

UDP Jaén

Asociación de Jubilados y Pensionistas de El Píscar

c/Menéndez y Pelayo, 19. Bajo.
23.700 Linares, Jaén
Teléfono: 953 658 075
Fax: 953 658 075
ajupedelpiscar@gmail.com

Tipología de actividades

- Conferencias.
- Talleres de Memoria, Lectura, Trabajos Manuales.
- Cursos de psicomotricidad, inglés básico.
- Circuitos y viajes culturales.
- Jornadas de convivencia.
- Revista de la asociación. Anualmente la Asociación edita una Revista con el patrocinio del Ayuntamiento y entidades financieras locales.

Convenios

Se han firmado convenios de tipo cultural y colaboración económica con el Patronato Municipal de Bienestar Social del Ayuntamiento de Linares y Caja Rural Provincial de Jaén consistente en una donación de ordenadores.

Competiciones internas

- Juego de Salón



Biblioteca

Es periódica la ampliación y mejora de la dotación de libros de la Biblioteca, que en la actualidad cuenta con 2.514 volúmenes.

UDP Málaga.

Asociación de Jubilados y Pensionistas El Torcal.

c/Obispo, 13. Bajo.
29.200 Antequera, Málaga
Teléfono: 951 163 085 y 619 007 205
presidenteudp@hotmail.es

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Talleres y jornadas formativas.

Viajes culturales

Desde el local que proporciona el ayuntamiento de Antequera los asociados organizan viajes culturales a diferentes lugares de España. Gracias a estos viajes muchos asociados han podido salir de su provincia y conocer localidades y parajes naturales que de otro modo no hubieran podido conocer. Por otra parte, se organizan en la asociación jornadas informativas y diferentes cursos de nuevas tecnologías.



UDP Sevilla

Asociación Provincial de Jubilados y Pensionistas de Sevilla

c/Padre José Sebastián Bandarán, 1.
Bloque 208. Bajo, B.
41013 Sevilla
Teléfono: 954 236 918
Fax: 954 236 918

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Talleres y jornadas formativas.
- Comidas de convivencia
- Servicio de podología

Viajes recreativos

La asociación de Sevilla organiza todos los años varios viajes recreativos a diferentes localidades, preferentemente de la comunidad andaluza. Gracias a estos viajes, un buen número de personas de edad pueden romper con la rutina diaria y realizar actividades novedosas, donde conocer lugares diferentes y hacer nuevas amistades.



UDP Huelva

Asoc. Independiente de Jubilados y Pensionistas Andariego

Asociación de Vecinos Santa Ana
Avda. Guatemala, 42, 21003 Huelva
Teléfono: 959 241 716 y 609 81 72 46
aliciaonuba@hotmail.com

Tipología de actividades:

- Participación en el Consejo de Mayores del Ayuntamiento.
- Coro.
- Viajes socioculturales.
- Talleres y jornadas formativas en colaboración con el ayuntamiento de Huelva.
- Voluntariado con el ayuntamiento de Huelva.
- Programa de entrega de alimentos.
- Comidas de hermandad.
- Fomento del termalismo.

Grupo de Teatro

Desde hace tres años la asociación promueve un grupo de teatro que ha realizado importantes representaciones. En 2016, por ejemplo, representó la obra de Darío Fo "No hay ladrón que por bien no venga" en diferentes teatros de la provincia, como el teatro de Punta Umbría, el teatro Cardenio de Ayamonte, el teatro de Corrales o el Gran Teatro de Huelva.



Los beneficios obtenidos en las diferentes representaciones son entregados a Ong de las distintas localidades.

UDP Teruel

Asoc. Aragonesa de Pensionistas y Jubilados Club Padre Polanco

c/Yagüe de Salas, 16. 2º.
44001 Teruel
Teléfono: 978 607 507
Fax: 978 603 467
m.p.peribanez@gmail.com

Tipología de actividades

- Viajes culturales y recreativos, diarios o de varias jornadas.
- Gimnasia y actividades deportivas.

Semana Cultural

La primera semana de diciembre se realiza la Semana Cultural. Se organizan diferentes actos donde se organizan charlas sobre temas de salud y culturales, así como juegos de mesa y petanca. A los invitados se les ofrecen un aperitivo y al finalizar la jornada se realiza la comida de hermandad con sorteo de regalos y baile, donde se invita a las autoridades y entidades colaboradoras.



UDP Zaragoza

Asociación de la Tercera Edad y Pensionistas de Alagón

c/José Chacón s/n
50630 - Alagón, Zaragoza
Teléfono: 976 61 28 99
raimundoalagon@hotmail.es

Tipología de actividades

- Viajes culturales y recreativos.
- Gimnasia y actividades deportivas.
- Talleres y actividades formativas.
- Comida de hermandad.
- Concursos de juegos de mesa y juegos tradicionales.

Cursos de memoria activa

Una profesora voluntaria imparte a los asociados diferentes materias durante todo el año. Se realizan actividades formativas en diferentes materias, como matemáticas, dibujo, escritura, favoreciendo el encuentro con otras personas y la actividad mental.



UDP Asturias

Asociación de Jubilados y Pensionistas Hogar Atalía

Avenida Galicia, 60, B
33212 Gijón
Teléfono: 984 397 467 y 684 640 536
Fax: 984 397 467
ataliasecretario@telecable.es

Tipología de actividades

- Viajes culturales y recreativos, diarios o de varias jornadas.
- Comidas de hermandad.
- Programas formativos.
- Informática.
- Aulas de mayores.

Alfabetización de adultos

En los locales de la asociación se organizan cursos para personas que no han tenido oportunidad de formarse a lo largo de su vida. Allí, se imparten materias que cubren las necesidades básicas de formación. A estos cursos acuden personas con deseos de aprender nuevas cosas. Se empieza por lo más elemental y luego poco a poco se incorporan nuevos conocimientos.



UDP Gran Canaria

Global Senior

c/ Doctor Juan de Padilla, 46
35002 Las Palmas de Gran Canaria
Teléfono: 928 368 305 y 638 452 995
g-senior@hotmail.com

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Voluntariado.
- Senderismo urbano y rural, talasoterapia, pilates, bioenergética.
- Asesoría jurídica y fiscal.

Cursos de preparación a la jubilación

Se trata de convocar al grupo de personas que estén jubilados muy recientes o a punto de jubilarse, y sus parejas; reunirlos en régimen de internado durante tres días para hablar, debatir, aprender, sobre temas que tienen que ver con los cambios que produce la jubilación, con el fin de prepararlos para el nuevo momento de sus vidas. El tremendo cambio que produce en la persona y en la familia en el momento de la jubilación, afecta a todos los órdenes de la existencia humana. Estar preparados para recibir este cambio con la alegría y solemnidad que requieren, así como plantearse el devenir de la última etapa de la vida, desde un enfoque positivo además de con conciencia y



libertad; argumentan la necesidad de ejecución de este programa. Los objetivos que se pretenden conseguir tienen que ver, fundamentalmente, con preparar un grupo de personas para afrontar el momento de la jubilación, comprensión de la última etapa de la vida desde un enfoque positivo, vivencia alegre del momento del cambio, fomentar la convivencia entre compañeros y esposas.

UDP Tenerife

Club de Jubilados y Pensionistas Gerontes

Taburiente, 2. Las Delicias
38010 Santa Cruz de Tenerife
Teléfono: 656 25 98 61

Tipología de actividades

- Viajes culturales y recreativos.
- Bailes de carnaval y elección de reina.
- Concurso de disfraces.
- Comidas de hermandad.
- Bailes.
- Programas formativos.

Recogida de alimentos

La población mayor de Tenerife registra elevados índices de pobreza. La situación es especialmente difícil en algunas zonas de Tenerife, donde las entidades sociales no dan abasto para paliar la mala situación económica. Desde hace unos años, UDP Tenerife organiza periódicamente recogida de alimentos en la que participan vecinos y establecimientos de la zona. Los alimentos recogidos se reparten entre las personas mayores más desfavorecidas.



Federación Catalana

C/ Doctor Zamenhof, 25 - Bajos
CP.08020 - Barcelona
Tel: 93 307 46 45
mayoresudp@gmail.com

Asociaciones provinciales federadas: Barcelona y Lleida

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Cataluña. Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.

Actividades:

- Culturales, concurso literario, de pintura y danza.
- Viajes socioculturales.
- Comidas de hermandad.
- Programas formativos con conferencias, charlas, etcétera.
- Promoción del Turismo social.
- Promoción del termalismo social.



UDP Barcelona

Foro por la Defensa de la Tercera Edad

C/ Doctor Zamenhof, 25 - Bajos
CP.08020 - Barcelona
Tel: 933074695
mayoresudp@gmail.com

Viajes culturales a Cataluña

La Asociación Provincial de Barcelona organiza viajes por la Comunidad para actualizar y profundizar en los conocimientos de las distintas regiones catalanas. También se hacen salidas a otros puntos de la geografía española. En los últimos cuatro años estos viajes han movilizado alrededor de 1.500 personas.



UDP Lleida

Asoc. Coordinadora de Jubilados y Pensionistas de Lleida y Comarcas

c/Democracia 19, 1ª 25007, Lleida
Teléfono: 973 221 863 - Fax: 973 221 863
coordlleida@yahoo.es

La Coordinadora representa a 63 Hogares del Pensionista, Clubs y Asociaciones de Gente Mayor, equivalente a unos 44.000 asociados.

Tipología de actividades

- Concursos Literarios de Prosa y Poesía de narración libre, premio La Veu.
- Concursos de Pintura premio la Imagen.
- Conferencias informativas a cargo de diferentes estamentos de la ciudad, Mossos d'Ezquadra, Bomberos, Guardia Urbana, Técnicos del INSS y miembros de la Junta Directiva.
- Concursos de juegos de mesa, billar, petanca y bailes dedicados al día de Fiesta Mayor.
- Colaboración anual en la Fiesta de Fin de Actividades celebradas en los Hogares del Pensionista y asociaciones de la gente mayor.
- Colaboración anual "Fiesta de la Turrónada", dentro de los actos de la Fiestas Navideñas.
- Viajes.
- Comidas de hermandad.
- Colaboración con el Ayuntamiento de Lleida en el Programa "Voluntariado Senior".
- Servicio de Asesoramiento Jurídico.

La Veu y la Imatge

Organiza dos concursos culturales de participación abierta para jubilados y pensionistas. **La Veu** recoge los escritos en poesía y prosa. **La Imatge** es el concurso de pintura. Ambos concursos buscan fomentar la creatividad en las personas mayores y posibilitar nuevos espacios de expresión. Se financian gracias a la aportación del Ayuntamiento, La Generalitat de Catalunya, La Caixa y fondos propios aportados por la Coordinadora.



Fed. de Castilla-La Mancha

Fed. Territorial de Asoc. Provinciales de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha "Don Quijote"

c/Mayor, 25. Entresuelo Izquierda.
02001 Albacete.
Teléfono: 967 521 194 - Fax: 967 190 078
federacion.clm@mayoresudp.org
www.udpfclm.org
facebook.com/mayoresudpcastillalamancha

Asociaciones provinciales :

Albacete, Cuenca, Ciudad Real, Toledo y Guadalajara

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Castilla-La Mancha. Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.

Tipología de actividades

- Voluntariado Social.
- Actividades culturales, charlas, conferencias.
- Cursos de jornadas y formación.
- Viajes recreativos y culturales.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.
- Convenios de colaboración con otras entidades.

- Asesoría Jurídica.
- Programa de Podología itinerante en Cuenca, Albacete y Toledo.
- Jornadas de Envejecimiento Activo y Saludable.
- Jornada de Envejecimiento Activo, Voluntariado y Solidaridad Intergeneracional.
- Programa Promoción del Buen Trato a las Personas Mayores.
- Programa Promoción del Envejecimiento Activo en Albacete, Cuenca y Toledo.
- Revista trimestral "El Eco de los Mayores".

Voluntariado Social

El Voluntariado Social UDP en Castilla-la Mancha nace en 1995. En la actualidad lo conforman más de 115 grupos de voluntarios en los que realizan su labor solidaria 3.500 voluntarios atendiendo a más de 3.000 personas. A lo largo del año se realizan diferentes cursos de formación y los voluntarios están en todo momento tutelados y asistidos por la Federación.



UDP Albacete

Asociación Provincial "Los Dos Mil"

c/Mayor, 25 – Entresuelo Izquierda
02001 Albacete
Teléfono: 967 521 194 y 967 24 58 83
Fax: 967 190 078
udpdosmilprovin@gmail.com
provincial.albacete@mayoresudp.org

Tipología de actividades

- Culturales.
- Comidas de Hermandad.
- Voluntariado.
- Formación (conferencias, jornadas, charlas).
- Talleres y cursos de gimnasia, baile, informática, trabajos manuales.
- Programas de formación en las asociaciones.

Actividades Intergeneracionales con el colegio parque Sur

Gracias a un acuerdo alcanzado con los profesores del colegio público Parque Sur de Albacete, los asociados de UDP Albacete realizan anualmente un programa intergeneracional con alumnos de Primaria, chicos de 6 a 12 años.

Las actividades se encuadran dentro de la asignatura de Educación para la Ciudadanía e incluyen las siguientes actividades Concurso de

Redacción "Así son mis abuelos"; Concurso de Tarjetas de Navidad; Taller de Decoración de platos de cerámica; Aprendizaje de canciones tradicionales; Proyección de una película de tema intergeneracional y comentario de la misma; Plantación de especies vegetales en las jardineras exteriores del colegio, con la participación de los mayores y de los alumnos; y excursión a un paraje natural como cierre del curso, con la participación de los mayores de los alumnos.

El programa persigue impulsar las relaciones entre personas de distinta generación; realizar actividades conjuntas entre mayores y niños y niñas; integrar a los familiares de estos niños y niñas en la realización de actividades; reconocer la aportación de los abuelos y abuelas de los niños y niñas en diversos campos del conocimiento; valorar las cosas de la época de los mayores; y fomentar la curiosidad de los niños en relación con las cosas y hechos que los mayores puedan presentar.



UDP Ciudad Real

Asociación Provincial de Ciudad Real

c/ Gregorio Lillo, s/n
13400 – Almadén - Ciudad Real
Teléfono: 926 71 01 88 y 630 33 02 07
rocinantemayoresudp@gmail.com
provincial.ciudadreal@mayoresudp.org

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Voluntariado.
- Formación (conferencias, jornadas).
- Turismo Social.
- Información a las asociaciones adheridas y teléfono de acompañamiento y expansión.

Programa de Voluntariado social

En programa de voluntariado social de UDP nace en Albacete y se extiende rápidamente a las otras provincias de Castilla-La Mancha. En Ciudad Real ha tenido gran acogida, y gracias al impulso de los directivos se han creado numerosos grupos y se atiende a centenares de usuarios. Los voluntarios y coordinadores de grupos son asesorados y tutelados por la Federación de Castilla-La Mancha.



UDP Cuenca

Asoc. de Jubilados y Pensionistas San Julián

c/ Salvia, 3
16004 Cuenca
Teléfono: 969 227 441 y 969 239 746
Fax: 969 227 441
udpsanjulianprv@gmail.com
provincial.cuenca@mayoresudp.org

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Programa de Voluntariado Social.
- Formación (conferencias, jornadas).
- Programa de podología itinerante.
- Turismo social.
- Termalismo Social.

Programa de Voluntariado social

En Cuenca hay actualmente 30 grupos de voluntariado y cerca de 442 voluntarios que atienden a usuarios de toda la provincia. Se trata de una de las asociaciones de UDP con mayor número de voluntarios. Se acompaña a personas mayores y discapacitadas de residencias y en sus domicilios y la actuación en este campo supone la mayor red asociativa de apoyo a personas mayores de la provincia. También es de destacar las



actuaciones de la asociación en peluquería y podología itinerante, atendiendo a personas con escasos recursos económicos habitantes de núcleos rurales muy dispersos, que de otra manera no dispondrían de estos servicios.

UDP Guadalajara

Asoc. de Jubilados y Pensionistas "El Doncel"

c/ Cifuentes, 26, Centro Social Municipal
19003 Guadalajara
Teléfono: 949 210 322
provincial.guadalajara@mayoresudp.org

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Formación (conferencias, jornadas).
- Termalismo Social.

Animación social

Los asociados de Guadalajara organizan viajes por la provincia y otros de larga duración a otras ciudades españolas. De esta forma consiguen movilizar a cientos de personas en actividades que les permiten relacionarse con otras personas y romper la rutina diaria. También organizan charlas y conferencias sobre los temas más variados, contribuyendo a animar la vida social de los lugares donde se implantan las asociaciones.



UDP Toledo

Asoc. Provincial de Pensionistas y Jubilados "El Carro"

c/ Santa Lucía, 7
45600 Talavera de la Reina, Toledo
Teléfono: 925 818 245
Fax: 925 721 273
provincial.toledo@mayoresudp.org
udpcarrotalavera@gmail.com

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Programas asistenciales.
- Termalismo Social.
- Asesoría Jurídica.

Programas asistenciales

Teléfono del Mayor. Subvencionado por el Ayuntamiento de Talavera. Se trata de una llamada de teléfono a la semana de media hora de duración por parte del voluntario al usuario.

Voluntariado. Subvencionado por JCCM. Se trata de la visita/acompañamiento/paseo de un voluntario al usuario a su domicilio una vez a la semana. En la actualidad ejercen el voluntariado más de 130 personas.



Podología. Subvencionado por JCCM. Se trata de dar servicio de podología a las personas jubiladas pensionistas empadronadas en Castilla la Mancha. Dependiendo de la población del pueblo, se dan una ó dos citas al mes.

Federación Castilla y León

Fed. Territorial de Pensionistas y Jubilados de Castilla y León

c/Portugalete,4 bajo
47002 Valladolid.
Teléfono: 983 203 506
Fax: 983 203 506
udpvalladolid@gmail.com

Asociaciones provinciales federadas:

- Ávila.
- Burgos.
- León.
- Salamanca.
- Segovia.
- Valladolid.
- Zamora.

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Castilla y León. Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.



UDP Ávila

Asoc. Provincial de Pensionistas y Jubilados Berrocalejo de Aragona

c/ Iglesia, 4. Bajo
05194. Berrocalejo de Aragona. Avila
Teléfono: 920 203 262
Mail: macleimru@hotmail.com
apebeaudp@gmail.com

Tipología de actividades

- Culturales
- Comidas de Hermandad
- Programas de formación en nuevas tecnologías
- Talleres de tela cosida, trabajos manuales, ganchillo, punto, belén intergeneracional navideño, pulseras, anillos, taller de patchwork.
- Programa de Balnearioterapia con el Ayuntamiento de Ávila, Ayuntamiento de Arévalo, Ayuntamiento de El Hoyo de Pinares, San Bartolomé de Pinares, San Esteban del Valle...
- Jornadas de Salud, Prevención y Ocio.
- Máster Class de Pilates, Salud con el Baloncesto, Deporte intergeneracional: un día de juegos y deporte entre abuelos y nietos.
- Viajes: "Tras la huellas de Teresa" visitar sus fundaciones en España.
- Excursiones culturales y ocio: Madrid: teatro y museos. Salamanca y Alba de Tormes: Visita cultural y Fundaciones de Teresa, etc.

Marcha intergeneracional bicicleta

Todos los años se organiza una actividad intergeneracional que consiste en la realización de una ruta ciclista por los alrededores de Berrocalejo. Con la colaboración de los ayuntamientos de la zona, se controlan diversos tramos de carretera por donde discurre la ruta que realizan abuelos, padres y nietos. La jornada se completa con una comida y diferentes juegos.

Participación en Consejo Municipal de Mayores. Colaboración con otras entidades. Voluntariado.



UDP Burgos

Asoc. Provincial de Pensionistas y Jubilados "Virgen de Altamira"

c/ Torre de Miranda 6. Interior
09200 Miranda de Ebro, Burgos.
Teléfono: 947 313 741
Fax: 947 313 741
altamiraudp3@hotmail.com

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Termalismo Social.
- Voluntariado.
- Animación social. Participación en actividades de la comunidad junto a otras organizaciones.

Viajes Culturales

Todos los años, la asociación de Miranda de Ebro organiza más de 30 viajes tanto por el interior como por fuera de la provincia. Anualmente, estos viajes movilizan a cerca de 1.500 personas posibilitando oportunidades de ocio, cultura, esparcimiento y socialización entre los participantes. Los viajes son financiados en su mayoría por los propios socios.

El voluntariado también se ha desarrollado con fuerza en la zona y atiende a varios centenares de personas.



UDP León

Asoc. Democrática de Pensionistas y Jubilados de Ponferrada

Avda. del Canal, s/n
(Antiguo Economato Endesa)
24404 Ponferrada, León
Teléfono: 987 40 11 55 / 680 47 41 98

Tipología de actividades

- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Asesoría Jurídica.

Viajes internacionales

Cada año se organizan excursiones diarias y varias excursiones por la provincia. De igual modo en los últimos años se han realizado viajes por Europa y Sudamérica. Se ha visitado Argentina, Brasil, Colombia, Panamá, República Dominicana, Egipto, Croacia, Rumanía, Francia, Italia, Montecarlo, Países Bajos, Alemania.



UDP Salamanca

Federación de Asociaciones de Mayores de Salamanca (FAMASA)

c/ Corregidor Caballero Llandes, 15 bajo
37005 Salamanca
Teléfono 923123026
Móvil 672089411
federación.famasa@gmail.com
www.federacionfamasa.com

Tipología de actividades

La Federación de Asociaciones de Mayores del Municipio Salamanca está conformada por 23 entidades adheridas, y cumple una función esencial en la detección de problemas y necesidades comunes a las entidades y personas agrupadas. Desde la federación se fomenta la participación de las Asociaciones de Mayores; se crean lazos de cooperación y solidaridad entre las mismas; se ofrecen espacios de expresión, comunicación, diálogo, sentimiento de un proyecto común; se brinda



información y asesoramiento a las asociaciones adheridas; Se ofrecen actividades y programas específicos y de interés para las entidades asociadas; y se organizan programas y proyectos sociales.

Participación en la programación municipal

Todos los años Famasa y sus asociaciones adheridas participan en la programación de actividades en colaboración del ayuntamiento. Entre las actividades desarrolladas están talleres de memoria, bailes de salón, informática, pintura, manualidades, teatro, yoga, tai chi, y otras actividades.

Colabora en la puesta en marcha de diferentes iniciativas, como los Premios Vitales, y en 2016 La Federación convocó el I Certamen de Cortometrajes sobre Personas Mayores.



UDP Segovia

Asoc. de Jubilados y Pensionistas "San Antonio"

Plaza del Caño, s/n
40400 Estación de El Espinar, Segovia
Teléfono: 921 188 182

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad. Se realizan dos comidas al año.
- Actividades recreativas.
- Programas de formación.

Viajes culturales y actos de reconocimiento

Desde la entidad segoviana se organizan anualmente varios viajes culturales. Se hacen viajes de un día por Segovia y las zonas próximas. También se organizan varias veces al año viajes de varios días por diferentes lugares de España. Estos viajes son financiados en su totalidad por los socios. En UDP Segovia se realizan también actos de reconocimiento a la trayectoria de personas de avanzada edad de la comunidad.



UDP Valladolid

Asoc. Provincial de Jubilados y Pensionistas de Valladolid

Plaza de Portugalete, 4. Bajo
47002 Valladolid
Teléfono: 983 203 506
Fax: 983 203 506
udpvalladolid@gmail.com

Tipología de actividades

- Culturales
- Viajes
- Comidas de Hermandad
- Voluntariado
- Formación (conferencias, jornadas, talleres)
- Termalismo social
- Expansión del asociacionismo.
- Colaboración en actividades solidarias con otras entidades del tercer sector.

Voluntariado social.

La Asociación Provincial de Valladolid tiene en funcionamiento el Programa de Voluntariado Social de UDP. Ofrece servicios de acompañamiento a personas mayores que viven en riesgo de exclusión social. Los voluntarios y coordinadores de los diferentes grupos reciben formación, apoyo y asesoramiento, y constituyen una red que sirve para la puesta en marcha de nuevas iniciativas..



UDP Zamora

Asoc. Provincial de Pensionistas y Jubilados "El Carro"

c/ Santa Lucía, 7
45600 Talavera de la Reina, Toledo
Teléfono: 925 818 245
Fax: 925 721 273
elcarro@udptoledo.e.telefonica.net

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Termalismo Social.
- Asesoría Jurídica.

Viajes culturales

A lo largo del año se organizan varios viajes por la provincia y fuera de ella visitando monumentos y localidades de interés y profundizando en el conocimiento de las costumbres y la cultura de los lugares visitados.



UDP Badajoz

Asoc. Provincial de Pensionistas y Jubilados de Badajoz

c/ Barrio Nuevo, 4
06730 Badajoz
Teléfono: 924 82 50 21 y 626 258 236
udpbadajoz@gmail.com
juansanchezc@hotmail.es

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de hermandad.
- Voluntariado social.
- Termalismo social.
- Programas de formación.

Promoción del asociacionismo

Una de las actividades que más desarrollo ha experimentado en los últimos años en Badajoz ha sido la expansión del asociacionismo. Los directivos de la Provincial visitan ciudades y pueblos de su zona de influencia informando de las ventajas de pertenecer a una organización como UDP, y consiguen la adhesión de muchas asociaciones locales que fortalecen a la entidad. También son destacables las actividades de representación, donde los directivos dan a conocer UDP-Badajoz a las instituciones y empresas.



UDP Cáceres

Federación Provincial de Cáceres

c/ Tajo,18
10690 – Alagón del Río, Cáceres
Teléfono: 927 454 180
Fax: 927 454 241
virgilio.lozano@hotmail.com

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Actividades culturales.
- Viajes socioculturales.
- Comidas de Hermandad.
- Programas de formación. Memoria, psicomotricidad, telefonía móvil e internet.
- Programa de Podología.
- Fomento del termalismo Social.
- Asesoría Jurídica.

Expansión

La Federación de Cáceres ha realizado en los últimos años un importante esfuerzo por ampliar sus ámbitos de actuación. Mediante la visita de los directivos a los pueblos de la provincia, las organizaciones locales conocen UDP, su filosofía y las actividades que realizan. Conocen los requisitos para su adhesión y deciden si quieren unirse o no. En la provincia de Cáceres actualmente hay adheridas asociaciones de jubilados y pensionistas de 77 pueblos de la provincia.



Federación de Galicia

Fed. Territorial de Pensionistas y Jubilados de Galicia

c/Arco,5 y 7. 1º
15003 A Coruña.
Teléfono: 981 227 667
981 217 143
Móvil: 616 408 835
Fax: 981 216 232
udpcoruna@hotmail.com



Asociaciones provinciales federadas

- A Coruña.
- Lugo.
- Orense.
- Pontevedra.

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Galicia.
Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.

UDP A Coruña

Asoc. Provincial de Jubilados y Pensionistas de La Coruña

c/ Arco, 5 y 7, 1º.
15003 - A Coruña
Teléfono: 981 227 667 / 981 217 143
Móvil: 616 408 835
Fax: 981 216 232
udpcoruna@hotmail.com

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Culturales.
- Viajes por Galicia, nacionales e internacionales.
- Programas de formación.
- Programas de atención sociosanitaria.
- Termalismo Social.
- Asesoría Jurídica.
- Programas de animación, dinamización y sensibilización.

Mente y cuerpo saludable

Se organizan y realizan diferentes cursos y actividades a lo largo del año, formando parte de un proyecto integral. El objetivo es transmitir buenas prácticas de salud para un mantenimiento y/o prevención de la dependencia. Se pretende favorecer y fomentar la independencia y la autonomía personal; dar respuesta

a los intereses e inquietudes de los mayores; y promover mayores activos y participativos en la comunidad a nivel integral.

Las actividades que se realizan son gimnasia de mantenimiento, tai-chi, Informática, cursos de idiomas: francés (nivel iniciación y perfeccionamiento) e inglés (iniciación, intermedio y perfeccionamiento). Dentro de este programa también se encuentra la atención al público, asesoramiento y orientación social. En el programa participan más de un centenar de personas.



UDP Lugo

Unión de Asociaciones Locales

UDP Lugo

c/ San Pedro, 13. Bajo 3.
27001 Lugo
Teléfono: 982 242 137
Fax: 982 242 137
Mail: voluntariadoudplugo@gmail.com y
udplugo@gmail.com
www.udplugo.org

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Programas de formación.
- Termalismo Social.

Voluntariado Social UDP

Las especiales condiciones demográficas de Lugo hacen que gran número de personas mayores residan en pequeños núcleos de población dispersos. El Voluntariado Social UDP en Lugo tiene una gran fuerza, con la participación de 564 personas entre usuarios y voluntarios y diez grupos creados en sendas localidades.



UDP Orense

Federación Provincial de Cáceres

c/ Faustino Miguez, 10. Bajo
32002 Orense
Teléfono: 988 236 558
Fax: 988 236 558

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de Hermandad.
- Termalismo Social.
- Actividades recreativas.
- Baile.

Bailes

Todos los sábados y domingos, en el local de la asociación, se organizan bailes al que acuden gran número de socios. El local es punto de encuentro y reunión para los jubilados de la zona y en él se informan de las diferentes actividades que se llevan a cabo, además de otras actividades que se realizan en la comunidad.



UDP Pontevedra

Unión de Pensionistas y Jubilados Provincial de Pontevedra con sede en Vigo

c/ Pi y Margall, 84, Bajo
36202, Vigo. Pontevedra
Teléfono: 986 293 509
Fax: 986 293 509

Tipología de actividades

- Culturales.
- Viajes.
- Comidas de hermandad.
- Programas de formación.
- Termalismo social.
- Bailes.
- Servicios de Información y Asesoría Jurídica.

Viajes Culturales

Todos los años se organizan desde la asociación visitas culturales por Galicia, además de viajes de varios días por otros lugares de España. La organización de estos viajes permite a las entidades la socialización de los individuos pertenecientes a la asociación, así como el fomento de un sentimiento de pertenencia al grupo, que facilita la realización de otro tipo de actividades.



UDP La Rioja.

Asoc. de Pensionistas y Jubilados de La Rioja

c/ Pío XII, 10. Bajo
26003, Logroño, La Rioja.
Teléfono: 941 253 751 / 941 236 292
Fax: 941 253 751
udplarioja@udplarioja.es / www.udplarioja.es

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Culturales, exposiciones colectivas de pintura.
- Viajes recreativos y culturales en España y el extranjero.
- Programas de formación.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.
- Programas asistenciales, Cuidarela.
- Talleres de Informática básica y avanzada, Telefonía, Memoria, Cocina, Risoterapia, Yoga, etc.

Voluntariado Social UDP

En La Rioja existen varios grupos de voluntarios que trabajan en la ciudad de Logroño fundamentalmente y en los pueblos de alrededor. Los voluntarios y coordinadores de grupos reciben la formación y los materiales que les proporciona el programa y participan activamente en todos los encuentros de voluntarios que se producen a lo largo del año.

Viajes

Se organizan cada año una treintena de viajes recreativos y culturales a diversos destinos de España y extranjero con una duración de entre 5 y 15 días.

En total se mueven anualmente más de 5.000 plazas de autobús.



UDP Madrid

Asoc. Provincial de Jubilados y Pensionistas de Madrid

C/ Santa Cruz de Marcenado, 9 - 1º D
28015 Madrid
Teléfono: 91 542 30 07
Fax: 91 542 33 98
Mail: udpmadrid@mayoresudp.org

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Actividades culturales, charlas, conferencias, visitas a museos, conciertos, grupo de Viajes recreativos y culturales a España y al extranjero.
- Programas de formación, informática, nuevas tecnologías, memoria y capacidades cognitivas.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.

Estudio longitudinal sobre el Alzheimer

Gracias a un acuerdo con la Fundación Reina Sofía, los socios de UDP Madrid participan en un estudio sobre Alzheimer a través del cual se miden sus parámetros y el desarrollo de sus habilidades cognitivas a partir de los 70 años. Durante cinco años se medirán diferentes parámetros de la actividad cerebral y se hará un seguimiento de cada persona. Los resultados

formarán parte del Proyecto Vallecas de investigación para la detección precoz del Alzheimer. El objetivo es encontrar biomarcadores que ayuden a descubrir las causas por las que de un primer estado llamado "queja cognitiva", en que las personas sólo perciben una pérdida intelectual, se evoluciona al Deterioro Cognitivo Ligero (DLC) y de ahí a la enfermedad de Alzheimer.



UDP Melilla

Centro Cultural de Pensionistas y Jubilados "Club la amistad"

c/ Rafael Salazar Alonso, 7
28007 Madrid
Teléfono: 952 675 135
Fax: 952 675 135

Tipología de actividades

- Actividades culturales, charlas, conferencias, visitas a lugares de interés.
- Viajes recreativos y culturales por Melilla y a España
- Programas de formación, informática, nuevas tecnologías, memoria y capacidades cognitivas.
- Comidas de Hermandad.
- Podólogo y peluquería.
- Gimnasia.

Semana cultural

Todos los años el Club La Amistad celebra en el mes de julio una semana cultural donde se programan numerosas actividades. Concursos de juegos de mesa, competiciones deportivas, bailes, actuaciones artísticas, interpretaciones teatrales, jornadas informativas, comidas de hermandad... la semana se cierra con una jornada lúdica a la que se invita a las autoridades locales que participan en la entrega de reconocimientos a los más mayores y trofeos para los ganadores de las distintas competiciones.



UDP Murcia

Asociación de Personas Mayores "La Purísima"

Avda. Cañada Real, 2
30509, El Llano de Molina - Murcia
Teléfono: 627 85 34 62 y 968 30 91 69
malobe74@hotmail.com
clubmayoreslapurisima@hotmail.com

Tipología de actividades

- Actividades culturales, charlas, conferencias.
- Viajes recreativos y culturales
- Programas de formación, informática, nuevas tecnologías, memoria y capacidades cognitivas.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.
- Actividades recreativas, juegos de mesa.
- Expansión del movimiento asociativo.

Cursos de psicomotricidad

Impartidos por monitores profesionales a través de convenios con la asociación se realizan estos cursos durante dos veces a la semana durante todo el año, para promover el envejecimiento activo y el encuentro entre los vecinos. Con estos cursos se pretende mejorar la movilidad de las personas y establecer hábitos de vida saludables entre la población mayor de la zona.



UDP Navarra

Asociación la Unión de Jubilados y Pensionistas de Alsasua

C/ Burunda, 1
31800 Alsasua, Navarra
Teléfono: 948 467 604 y 646 810 366
Fax: 948 467 604
jubiladosalsasua@gmail.com
emilio.boulan@gmail.com

Tipología de actividades

- Actividades culturales, charlas, conferencias
- Viajes recreativos y culturales
- Programas de formación, informática, nuevas tecnologías, memoria y capacidades cognitivas
- Comidas de Hermandad
- Actividades recreativas, campeonatos de juegos de mesa.

Campeonatos de juegos de mesa

La asociación organiza dos veces al año campeonatos de juegos de mesa. Uno donde participan los asociados de Alsasua, y otro en distintas localidades, donde participan hombres y mujeres de diecisiete asociaciones de la zona noroeste de Navarra. Como colofón al programa, se organiza una fiesta final en Alsasua donde se entregan trofeos a los ganadores y se ofrece un aperitivo y baile a todos los asistentes.



Federación de Euskadi

Fed. Territorial de Asoc. Provinciales Pensionistas y Jubilados de Álava, Guipúzcoa y Vizcaya, Euskofederpen

c/Prim, 49, 2º, Izquierda
20006 San Sebastián, Guipúzcoa.
Teléfono: 943 464 662
Fax: 943 464 988
federpen@euskalnet.net

Asoc. territoriales federadas:

Guipúzcoa, Álava y Vizcaya.

Tipología de actividades

Órgano de coordinación e información de las asociaciones provinciales federadas de Euskadi. Órgano de coordinación e información con la sede Nacional de UDP.

Euskofederpen tiene 125.000 asociados distribuidos en 245 Centros u hogares. Pertenece al tercer sector de Euskadi (14 redes) reconocido por Ley, en la Mesa de Diálogo civil con el Gobierno Vasco, en el Consejo estratégico sociosanitario con el Departamento de Salud, en el Consejo de Accesibilidad, en el Consejo Vasco de Servicios Sociales, en el Consejo estatal de personas mayores y en otras organizaciones sociales.

Participación y organiza actuaciones en la feria anual de mayores, Nagusi.

Encuentro coral

Desde hace más de 20 años la Federación organiza el Encuentro Coral anual, donde participan dos coros de cada asociación territorial (Alava, Guipuzcoa y Vizcaya) Cada año se forman nuevos coros con deseos de debutar en el evento. Por ejemplo en la Asociación Guipuzcoana hay 18 Coros de diversos hogares.



UDP Guipúzcoa

Asoc. Guipuzcoana de Jubilados y Pensionistas

C/ Okendo, 5. 4º C
20004 San Sebastián Guipúzcoa
Teléfono: 943 428 575
Fax: 943 428 994
agjppjubilados@yahoo.es

Tipología de actividades

- Campeonatos de Juegos de Mesa y Movimiento, donde participan cerca de 4.000 personas de los 69 clubes de jubilados de la provincia de la asociación.
- Voluntariado social.
- Actividades culturales, charlas, conferencias.
- Viajes recreativos y culturales.
- Programas de formación, informática, nuevas tecnologías, memoria y capacidades cognitivas.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.
- Actividades recreativas, juegos de mesa.

Marcha anual

Ya se han desarrollado XXVI ediciones de la Marcha Provincial de Jubilados que organiza cada año la asociación de Guipúzcoa. Se trata de una jornada deportiva y festiva donde más de 500 personas realizan un recorrido a pie por una

localidad guipuzcoana. Después se celebra una comida con todos los participantes, se entregan placas y trofeos y se disfruta de un baile para todos los participantes. El encuentro fomenta el envejecimiento activo y supone un punto de encuentro para jubilados de toda la provincia.



UDP Alicante

Fed. Provincial de Jubilados y Pensionistas de Alicante.

C/ Portugal, 19. 1º A
03003 Alicante
Teléfono: 965 210 918
Fax: 965 209 922
provincial@udpfedalicante.com

Tipología de actividades

- Voluntariado social.
- Actividades culturales, charlas, conferencias.
- Fomento del termalismo social.
- Programas formativos. Talleres de Gimnasia y Estimulación Cognitiva.
- Programas Culturales.
- Programa de educación para la salud Yayo Salud.
- Programa Cuidarela.

Homenaje a la Mujer Pensionista

Desde hace más de treinta años la Federación de Alicante organiza el Homenaje a la Mujer Pensionista. La sala Benidorm Palace acoge a los más de 1.200 participantes que acuden de localidades de toda la provincia. Los socios están acompañados por las autoridades locales, provinciales y autonómicas. Durante la fiesta se eligen a la Reina Provincial y a sus dos Damas de Honor. También se rinde homenaje a dos



personas mayores que se hayan distinguido por su trayectoria vital y su contribución social a las gentes de su entorno. Los asistentes pueden disfrutar también del espectáculo que ofrece la sala Benidorm Palace.

UDP Castellón

Fed. Prov. de Asoc. de Jubilados y Pensionistas de Castellón.

C/ Lagasca, 21 – 7º, 2ª
12003 Castellón
Teléfono: 964 237 805
Fax: 964 237 805
mariafatima@udpcastellon.es

Tipología de actividades

- Voluntariado social
- Actividades culturales, charlas, conferencias
- Viajes recreativos y culturales
- Termalismo Social
- Comidas de Hermandad
- Actividades recreativas, juegos de mesa, etcétera
- Bailes
- Grupo de teatro
- Agrupación musical
- Programa de teleasistencia en colaboración con la capital y 135 ayuntamientos de la provincia.

Encuentro provincial

Desde hace 17 años, la federación realiza un encuentro provincial donde se dan cita todos los presidentes y secretarios de la capital y provincia. En este encuentro se reúnen más de 1.200 miembros de las juntas directivas de las asociaciones junto



a autoridades autonómicas, provinciales y locales. El encuentro sirve de foro de discusión e intercambio de experiencias entre los directivos de las diferentes asociaciones. Durante el encuentro se entregan medallas, insignias y flores como reconocimiento a su labor al frente de las asociaciones.

UDP Valencia

Fed. Prov. Asoc. de Jubilados y Pensionistas de UDP Valencia.

C/ Convento de Santa Clara, 12. 4ª Planta. P 9
46002 Valencia
Teléfono: 963 529 340 / 963 521 519
Fax: 963 121 908
administracion@valenciaudp.org
comunicacion@valenciaudp.org
www.valenciaudp.es

Tipología de actividades

- Voluntariado Social.
- Caminata Saludable en distintas localidades de Valencia se organizan caminatas en las que participan alrededor de 500 personas.
- Olimpiadas comarcales. Exhibiciones de gimnasia y ejercicios al aire libre en distintas localidades con gran participación de personas.
- Actividades culturales, charlas, conferencias.
- Viajes recreativos y culturales.
- Termalismo Social.
- Comidas de Hermandad.
- Actividades recreativas, juegos de mesa.
- Bailes.
- Coordinación de actividades con el resto de las asociaciones de la federación.
- Convenios de colaboración con otras entidades.
- Publicación revista "El pensionista."
- Asesoría Jurídica.

Voluntariado Social

El Voluntariado Social UDP en Valencia se lleva impartiendo desde 2007 y en septiembre de 2016 lo conforman más de 77 pueblos con aproximadamente 830 voluntarios en la provincia. Su objetivo principal es la creación de los Grupos de voluntariado de Personas Mayores para ofrecer servicios que contribuyan a aminorar la soledad de las personas mayores dependientes.



ABD

C/ Quevedo, 2. Bajo
08012 - Barcelona
Teléfono: 932 890 530
Fax: 933 256 835
abd@abd-ong.org
www.abd-ong.org



ABD Asociación Bienestar y desarrollo es una ONG declarada de Utilidad Pública que desarrolla más de 50 servicios y programas que dan respuesta a todos aquellos procesos que generan situaciones de vulnerabilidad o de exclusión social.

Desarrolla programas en ámbitos de actuación como drogas, Vih/sida, procesos migratorios, jóvenes, mujeres, familias, infancia/adolescencia, personas mayores, salud mental y dependencia.

El ámbito territorial de intervención de ABD es estatal, con su sede central en Barcelona y delegaciones en las Comunidades Autónomas de Madrid, Andalucía y Baleares, y también interviene en el ámbito europeo con el liderazgo de programas específicos de la red de asociaciones europeas.

“Comidas en compañía”

En 2014 se puso en marcha una nueva iniciativa: “Comidas en compañía” en Pont de Suert (Lleida). Tiene el objetivo de facilitar una alimentación adecuada a las personas que acuden a las instalaciones municipales a un precio muy económico. Al mismo tiempo, el espacio proporciona un sitio a los vecinos y vecinas donde se pueden encontrar y mantener sus vínculos de amistad y conexión con la comunidad.

Siempre con nuestra meta en mente: mejorar la calidad de vida de las personas. “Comidas en compañía” es un programa preventivo para detectar situaciones de necesidades o problemáticas en las personas mayores que viven en el territorio, a través de algo tan cotidiano como comer una vez al día juntos y juntas.

La iniciativa se lleva a cabo por un equipo de personas voluntarias y profesionales y con la colaboración del Ayuntamiento de Pont de Suert.



ACFUC

C/ Provença, 238, 5º 4ª
08008 - Barcelona
Teléfono: 93 454 35 74
Fax: . 93 454 36 06
acfuc_tuteles@acfuc.com
www.acfuc.voluntariat.org



Asociación Catalana de Familiares, Usuarios y Colaboradores de Centros Geriátricos Asistidos (ACFUC) está constituida como una Institución tutelar de personas legalmente incapacitadas. Los receptores directos de este servicio son personas mayores, susceptibles de incapacitación, sin familia o en situación de desamparo. Supone la defensa de sus derechos y deberes, tanto en el aspecto personal como en el patrimonial.



ACFUC apuesta por una nueva concepción positiva de la palabra incapacitación, entendiéndola como una protección integral de la persona, bajo la salvaguarda de la autoridad judicial. Para el desarrollo

de este servicio se ha creado una comisión de tutelas, la cual está formada por un equipo interdisciplinario de diferentes campos sociales, sanitarios y jurídicos, y es el responsable del correcto funcionamiento del aspecto afectivo, así como de velar por la correcta y mejor administración de los bienes en beneficio de la persona. En definitiva, mejorar el contexto psicosocial de la incapacidad.

Programa Geronto Tutelas

El Programa Geronto-Tutelas fomenta la participación social a través de una mayor implicación del entorno vecinal facilitando el día a día de la persona así como su relación comunitaria. Busca conseguir una red social y vecinal que evite que demencias incipientes lleguen a degenerarse en situaciones insostenibles y representen un peligro para la propia persona y para terceros. Los beneficiarios del programa son personas mayores con enfermedades físicas y psico-geriátricas, que sufren o están en riesgo de sufrir abusos, soledad, falta de atención médica, etc.

Los objetivos del Programa Geronto son estimular el voluntariado social dentro de cada barrio, para proteger el proceso de envejecimiento de las personas que forman parte del mismo; crear vínculos de colaboración entre los Centros de Servicios Sociales y toda la vecindad; detectar a personas mayores susceptibles de incapacitación, dar soporte afectivo y asumir la defensa judicial y agilizar los trámites jurídico-legales en procesos de guarda de hecho, incapacitación y posterior tutela.

Aesfas

C/ Castillo, N° 8
46625 Cofrentes (Valencia)
Teléfono.: 650 594 337
info@aesfas.org
http://www.aesfas.com



AESFAS (Asociación Española de Funcionarios y Amigos Sénior) es una asociación sin ánimo de lucro, democrática, libre y unitaria que nace con la ambición de reunir a las personas pensionistas y jubiladas, y a los funcionarios españoles, creando así un marco de relaciones interpersonales efectivas y en la defensa de nuestros derechos.

Los acuerdos de Aesfas con diferentes empresas permiten a los asociados disfrutar de ventajas en multitud de bienes y servicios. Además, las organizaciones de mayores se benefician de estos convenios, pues reciben una financiación adicional a través de las promociones puestas en marcha.

Descuentos en combustible

El presidente de UDP, Luis Martín Pindado, el director de Grandes Clientes de Cepsa, Joaquín Sánchez de Ocaña y el vicepresidente de Aesfas, Vicente Gavidia, han firmado un convenio de colaboración por el que los miembros de las asociaciones adheridas a UDP y sus familiares pueden beneficiarse de un descuento del 4,2% en el repostaje de combustibles gasoil y gasolina en las estaciones de servicio Cepsa. Para beneficiarse de este servicios hay que descargarse el formulario en la web de Aesfas, cumplimentarlo y enviarlo según las indicaciones que aparecen en la web.

Para beneficiarse de estos descuentos se tiene que solicitar previamente la tarjeta UDP Aesfas, que permite beneficiarse de multitud de descuentos y ventajas en productos y servicios. La tarjeta se solicita de manera gratuita en las sedes de UDP o en Aesfas, quienes se encargan de toda la tramitación.

Este acuerdo se suma a otros alcanzados con empresas e instituciones que ofrecen productos a personas mayores. Así, los titulares de la tarjeta UDP-Aesfas se benefician igualmente de descuentos del 10% sobre el precio de tarifa en todas las estancias en hoteles de la cadena Meliá, tanto en España como en el extranjero.

De igual modo, también se ha firmado con la Real Federación Española de Golf un convenio por el que se ofrecen bautismos de golf gratuitos, y condiciones especiales en el uso y los servicios prestados en las distintas instalaciones.



AMU

C/ Triste Figura, 31
18600, Motril, Granada
Teléfono: 958 82 08 16
jcopi@telefonica.net

Asociación de Mayores Universitarios para la Información y Formación de Pensionistas, Jubilados y Mayores.



Actividades

- Fomento del envejecimiento activo.
- Actividades socioculturales.
- Actividades formativas.
- Defensa de los derechos de la persona mayor.

Casa de Argentinos en Salamanca

Paseo Cuatro Calzadas 70, 4º A, 37008 -
Teléfono: 923 193 445 / 923 186049
argentinos@argentinosensalamanca.org
www.argentinosensalamanca.org

Tipología de actividades

- Comidas de Hermandad
- Talleres de música y de gastronomía.
- Ciclos de cine
- Jornadas de Tango
- Asados

Talleres de nuevas tecnologías

Se organizan periódicamente talleres de aproximación y perfeccionamiento a la informática. Los talleres están dirigidos a diferentes niveles de conocimiento y proporcionan herramientas y lugares de interés para la comunidad argentina en Salamanca. Igualmente se llevan a cabo talleres de telefonía móvil, donde se utilizan y aprenden aplicaciones que puedan ser de utilidad para los usuarios.



Fundación 26 de diciembre

C/ Amparo, 27 - 28005 Madrid
Teléfono: 910 028 417
Móvil: 627 499 843
info@fundacion26d.org
www.fundacion26d.org



Fines de la Fundación

La atención residencial especializada a personas mayores lesbianas, gays, transexuales y bisexuales (LGTB), preferentemente, por medio de la construcción o adecuación de espacios físicos adaptados a sus necesidades tanto físicas, psicológicas y emocionales como sociales. La obtención, por medio de estudios sociológicos e iniciativas y actividades para la reflexión abiertas a la sociedad en general, una mayor visibilidad del colectivo de Mayores LGTB, hoy día invisible. Construir, buscar y fomentar espacios físicos y sociales, así como actividades, adaptadas y pensadas para el colectivo de Mayores LGTB, que sirvan para el ejercicio de su tiempo de ocio, viajes y cultura. Velar por el logro de los derechos y dignidad del colectivo de Mayores LGTB dignidad de los Mayores LGTB.

Programa destacado

Creación de un centro psicosocial y socioeducativo para personas mayores LGTB.

Se trata de crear un espacio residencial desde la diversidad, se ve complementado por el de generar un espacio que atienda de forma psicosocial y pueda acompañar procesos de recuperación y capacitación

de forma individual (trabajo terapéutico individual y grupal) y al mismo tiempo que atienda al individuo a través de la educación social, transformando el conjunto de las personas, incidiendo en los espacios de encuentro, de actividad, de creatividad, etc.

Un espacio que permita a los distintos recursos municipales derivar a las personas con necesidades de socializar, de comunicar, de expresarse desde su diversidad; a los distintos recursos de emergencia, derivar a las personas con situaciones sobrevenidas de exclusión a las que dan respuesta para que puedan ir sintiendo vinculación con la sociedad; a las asociaciones de personas mayores, contemplarnos como recurso para sus compañeros y compañeras que han hecho visible su condición afectivo sexual y de género o que pueden querer hacerlo; a entidades públicas y privadas que quieran y necesiten contar con este centro de atención y trabajo especializado; a la ciudad de Madrid, contar con un espacio de referencia, necesario para muchos miles de personas mayores en la actualidad.



Asociación de Eméritos de IBM

C/ Pío Baroja, 10
28009 - Madrid
Teléfono: 91 574 49 61
Fax: 91 409 94 52
ibmemeritos@gmail.com
www.ibmemeritos.org



promoviendo la celebración de charlas, reuniones y otras actividades que sean procedentes; Impulsar la posibilidad de agrupación de asociaciones de este carácter, planteando actuaciones a nivel regional, nacional e internacional, conforme la normativa vigente.

La Asociación de Eméritos de IBM tiene ámbito nacional e integra a todos aquellos que habiendo sido empleados de IBM o sus viudas, y no estando en activo, son pensionistas o tienen la condición o el derecho de reconocimiento de Jubilado de IBM.

La actividad principal de la asociación es el asesoramiento sobre materias legales, sobre todo en cuestiones de pensiones y salud. Igualmente desarrollan actividades de fomento del envejecimiento activo proponiendo y llevando a cabo diferentes actividades y programas entre los asociados.

Los fines de esta Asociación, cuyas actividades en ningún momento tendrán carácter laboral, sindical o político, serán las siguientes: Fomentar, basándose en los principios de colaboración y convivencia, las relaciones de amistad entre sus asociados; velar por la defensa de los intereses de sus asociados; sugerir ideas y elaborar proyectos para fomentar las actividades culturales de sus asociados; colaborar, si procede en la ejecución de las iniciativas presentadas por las autoridades e instituciones competentes, por IBM, el Club IBM u otras asociaciones de personal IBM en activo; desarrollar directamente aquellos proyectos que tiendan a facilitar mayores servicios a sus asociados,



Asociación Jubilares

C/ Zurbano 58 1ºC
28010 Madrid
teléfono: 91 308 70 38
info@jubilares.es
www.jubilares.es

Asociación
Jubilares

Asociación Jubilares trabaja para normalizar la inclusión social de las personas mayores, teniendo como principal valor el respeto y la promoción de la autonomía personal. La clave para ello está en una verdadera participación en todo aquello que afecta a su propia vida.

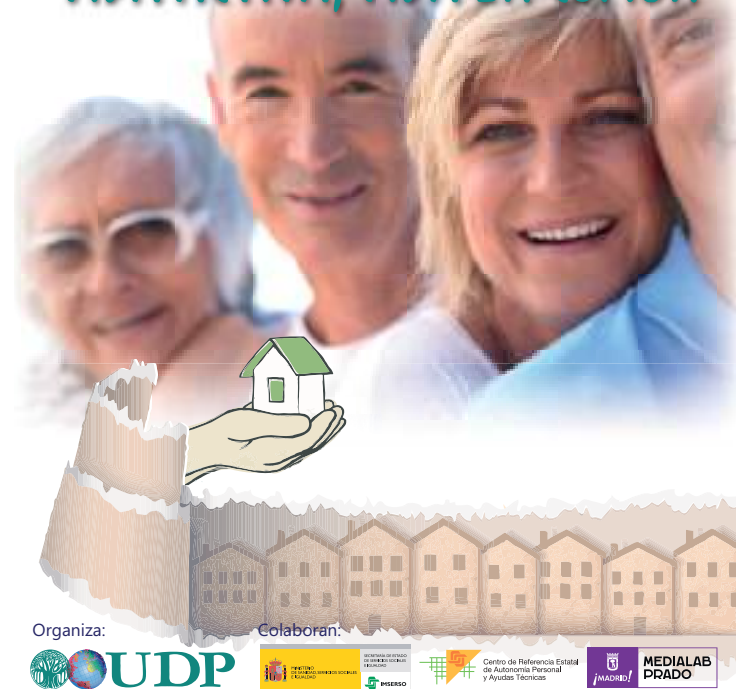
La instauración de las cooperativas de mayores (senior cohousing, o "jubilar") como opción real, sencilla y viable es nuestra principal línea de actuación. Con este fin ofrecemos información, consejo y respaldo a personas, grupos o instituciones interesadas en promover iniciativas de este tipo.



Un JUBILAR es una comunidad autogestionada de mayores que viven en un entorno diseñado por ellos mismos

Se trata ante todo de un conjunto de personas cuyo objetivo es envejecer bien, con autonomía y dignidad, y que entienden que el mejor entorno es una buena vecindad. Por lo tanto la prioridad es la formación de la comunidad, entendida como grupo capaz de apoyarse mutuamente y dar seguridad, abordando colectivamente sus iniciativas vitales o resolviendo eficazmente sus conflictos.

Cohousing Senior, una alternativa **VIDA ACTIVA, VIDA EN COMÚN**



AMES

Plaza de las -asambleas, 4
28041 Madrid
Telfs 699336901 Mariqueta
696775730 Paloma
mariqueta.va@gailcom
palomagdlc@gmail.com

Asociación de mujeres por un envejecimiento saludable



Actividades realizadas.

Programa "Avatar" sobre servicios digitales entre las personas mayores de 55 años realizado en Madrid, Andalucía, Extremadura y Galicia.

Programa "Cuidando conciliando" realizando talleres para cuidar a la cuidadora, dotándoles de herramientas, en Villanueva de la Serena, Badajoz y Gijón, Asturias.

Programa "Carricola", para la inclusión social y laboral de las mujeres en Carricola, Valencia.

Socios del Proyecto Europeo Daphne "Stop a la violencia contra las mujeres fundamentalmente mayores".

Jornadas, "Las mujeres decidimos nuestra vida en la vejez" y "Hoy mayor ayer en la transición y siempre feministas".

Colaboración y/o pertenencia con Asociaciones, Federaciones y Plataformas de diferentes ámbitos.

Asociación Seniors Vidafone,

C/Viriato, 2 - 1º, 28010, Madrid
610 51 45 43
josemazorin@gmail.com

The logo for Vidafone, featuring the word 'Vidafone' in a bold, red, sans-serif font.

Asociación que fomenta el envejecimiento activo. Ha realizado media docena de reuniones sobre todo de reagrupamiento de los prejubilados del ERE de 2013 y la acogida de los de 2016. Su misión es llevar a la práctica a través de la promoción de actividades y proyectos de inclusión tecnológica que redunden de forma beneficiosa para los miembros de la asociación y la sociedad en general.

Asociación de Veteranos de RTVE

C/ Avda. Radio Televisión, 4.
Edificio de Asuntos Sociales
28223 – Pozuelo de Alarcón - Madrid
Teléfono: 91 581 71 69 / 91 581 71 70
Fax: 91 581 60 12
veteranosrtve@gmail.com
www.rtve.es/oficial/vete/



La Asociación de Veteranos de RTVE es una entidad de carácter social, cultural y recreativo, sin ánimo de lucro.

Entre sus actividades más destacadas están los viajes socioculturales y los encuentros de hermandad.

Sus objetivos son mantener el espíritu de unidad y camaradería entre todos sus miembros; defender los intereses generales asociativos y el desarrollo de los valores humanos de convivencia, solidaridad, responsabilidad y tolerancia; promocionar y, en su caso, crear servicios de asistencia para sus socios y sus familiares; promover y gestionar actividades culturales y de ocio; informar y atender la promoción de las actividades públicas y privadas tendentes a mejorar la situación de sus miembros, tanto en la esfera individual y familiar, como en la colectiva, pudiendo, según los casos y posibilidades, cooperar con las entidades de gestión de dichas actividades.

La Asociación está constituida por todas aquellas personas que voluntariamente lo deseen, en las que concurren algunas de las siguientes circunstancias: personal fijo o contratado en cualquiera de las diferentes modalidades contractuales de RTVE, con más de diez años de trabajo profesional o laboral en ella; personal jubilado o incapacitado de la Corporación RTVE y sus Sociedades, comprendido en los supuestos anteriores; personal afectado por expediente de regulación de empleo o cualquier otra circunstancia en los que concurren los mencionados supuestos; cónyuges, viudos o viudas de socios.



SUPPO

C/ San Bartolomé, 6 – 1º A
28004 - Madrid
Teléfono: 91 308 55 68 / 91 308 57 37
Fax: 91 308 59 31
suppo@unidadprograsista.org
www.unidadprogresista.org



La Sección de Unidad Progresista (UP) de Pensionistas de la ONCE (SUPPO) es el cauce de representación y participación de los asociados mayores de UP establecido principalmente para la defensa de los intereses específicos de este colectivo, sin que por ello dejen de interesarse por los problemas y asuntos generales de la ONCE.

Objetivos de Suppo con Mayores:

- Mantener e incrementar su bienestar y calidad de vida, buscando su permanencia en su entorno habitual, y facilitándoles el conocimiento y acceso a servicios externos de ocio y tiempo libre y de bienestar social.
- Organizar las vacaciones sociales exclusivamente de forma centralizada, garantizando así la igualdad de oportunidades para todos los participantes.
- Organizar actividades de ocio y tiempo libre adecuadas para la participación de los mayores, así como fomentar la participación de este colectivo en la oferta de administraciones y entidades de su entorno.

- Convocar cursos de preparación a la jubilación en todos los Centros.
- Impartir cursos que acerquen a los mayores el uso de la tiftotecnología y los recursos que proporcionan las nuevas tecnologías, en aras a que el uso de estos medios informáticos, tiftotécnicos y de lecto-escritura lleven a cubrir la necesidad cada vez más fuerte del dominio de conocimientos técnicos que les acerquen a la información y a la comunicación, para así mantener y/o mejorar su autonomía en ámbitos de su vida personal.
- Desarrollar acciones formativas dirigidas a los profesionales en relación con las características del proceso de envejecimiento, implicaciones de la discapacidad visual, consecuencias en el desarrollo de los programas de rehabilitación, apoyo psicosocial y acceso a la información.



Asociación de Viudas Jumilla

Avda. de la Asunción, 4,
30520, Jumilla, Murcia
Teléfono: 968 75 70 84 y 667 65 33 52
paqui.diazjimenez@gmail.com

Actividades

- Viajes culturales
- Actividades formativas, talleres, informática, memoria, psicomotricidad.
- Participación en actividades organizadas con otras entidades de la administración y del tercer sector.
- Pertenencia en el Consejo Regional de Mayores de Murcia y al Consejo Estatal de Personas Mayores.
- Charlas y jornadas de sensibilización.
- Encuentros y comidas de hermandad.
- Actividades con la Confederación Nacional de Viudas, CONFAV.

Talleres de actividad cognitiva

Una de las actividades más demandadas por las asociadas son los talleres de estimulación cognitiva. El programa se dirige a mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo mediante ejercicios de memoria, percepción, atención, lenguaje, funciones ejecutivas (solución de problemas, planificación, control,...), funciones visuoespaciales, etcétera. Se trabaja habitualmente en los ámbitos cognitivos alterados o que comienzan a alterarse y también en aquellos que no se encuentran afectados pero que pueden mejorar su rendimiento. La estimulación cognitiva se basa en la plasticidad y en la reserva cerebral para mejorar el rendimiento



de las capacidades mentales mediante técnicas y ejercicios organizados de modo sistemático. Entre las llamadas terapias no farmacológicas, es la que recibe el mayor apoyo empírico basado en la evidencia; se propone como la primera intervención a realizar especialmente en el envejecimiento normal, el deterioro cognitivo leve y la demencia leve.

UDP *en el Mundo*





Mundo

Nuestra pertenencia a organizaciones e instituciones internacionales hace posible la colaboración, participación e intercambio de conocimientos y experiencias en proyectos, programas, campañas e iniciativas de todo tipo. La presencia de UDP en estos foros ha creado importantes sinergias y posibilitado la adhesión de grandes organizaciones internacionales a UDP. La dimensión transnacional de la organización es uno de los objetivos que se plantean para el futuro inmediato.

UDP - FACEEF – Francia

Fed. de Asociaciones y Centros de Españoles Emigrantes en Francia

10 rue Cristino Garcia
93210 Saint-Denis La Plaine.
Teléfono: 01.49.46.35.46
www.faceef.fr
fede@faceef.org

Tipología de actividades

Faceef es una asociación que agrupa a 95 asociaciones y centros comunitarios de español en todo el territorio francés,

- Realiza la labor de incentivación del asociacionismo de los españoles residentes en Francia.
- Promoción educativa y cultural. Promoción de clases de lengua y cultura españolas a los hijos y nietos de españoles. Organización del Certamen literario de lengua y cultura españolas y del Festival Cultural Español.
- Defensa de los derechos institucionales y participación política y ciudadana.
- Promoción de la igualdad y lucha contra la violencia de género.
- Defensa de los derechos fiscales y sociales.
- Memoria histórica y transmisión intergeneracional. Poner en valor el aporte económico, cultural y social de los más de un millón de españoles que por razones económicas o políticas se desplazaron a Francia a lo largo del siglo XX.

- Gestión de los centros sociales de Plaine Saint-Denis y Villeurbanne.

Programa destacado

- Internet, una red al servicio de las asociaciones.

Programa de formación presencial y on line sobre nuevas tecnologías. El proyecto se programó en 4 fases principales de actuación:

- Adquisición del material informático y puesta a disposición del mismo en la asociación. La entrega de los equipos se hizo con una aportación simbólica por parte de la asociación.
- Sesiones de formación en las asociaciones, destinadas a tres miembros de cada una de nuestras asociaciones federadas de la región parisina.
- Creación de un blog para cada asociación.
- Mantenimiento de una línea hotline, durante 12 meses para resolver los problemas que cotidianamente podían encontrar los dirigentes asociativos en el uso de internet.



UDP-Burdeos

Asociación de Jubilados Españoles y Europeos de la Gironde

120 Rue, Dubourdieu
33800 Bordeaux
Teléfono.: 0033556319170
association.udp33@gmail.com



Tipología de actividades

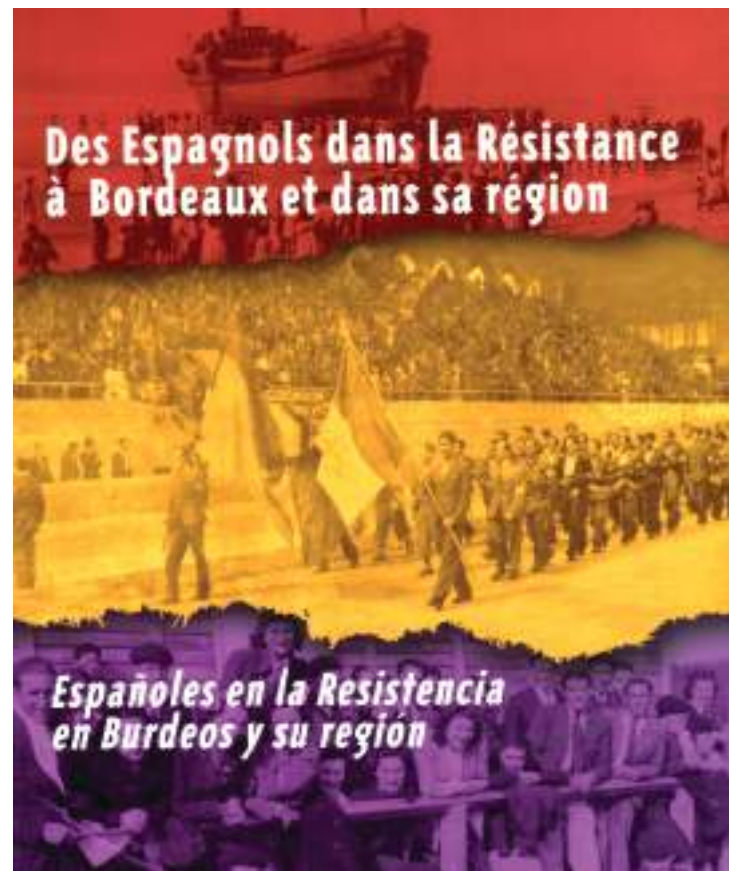
- Culturales, conferencias, charlas, celebraciones.
- Viajes culturales.
- Comidas de hermandad.
- Talleres de Internet y nuevas tecnologías.
- Talleres de recuperación de la memoria histórica con charlas debate en institutos y escuelas de Burdeos.
- Información y asesoramiento social.

Españoles en la resistencia en Burdeos y su región

Durante años, los asociados de Burdeos han estado recuperando los testimonios de los últimos supervivientes españoles que formaron parte de la Resistencia francesa contra la ocupación alemana en Burdeos, y que desempeñaron un papel fundamental en su liberación. Los testimonios y la reconstrucción de los hechos acaecidos en la II Guerra Mundial han sido expuestos en numerosos

escenarios y se ha editado un libro con ellos. Así, la exposición sobre estos hechos y sus protagonistas ha pasado por el Museo Jean Moulin y el Museo de Aquitania, así como por centros culturales de Burdeos. También se han realizado charlas en colegios e institutos y se han entregado medallas de reconocimiento a los últimos españoles vivos héroes de la resistencia.

En el programa han participado 13.000 personas y 35 institutos.



UDP IREE-Alemania

Coordinadora Federal del Movimiento Asociativo en la RFA

Hindenburgstr. 1 42853 Remscheid
R.F. Alemania
Tel.: 49 (0) 2191 / 42 15 31
Fax: 49 (0) 2191 / 42 14 32
cfma@iree.org / www.iree.org

Tipología de actividades

En noviembre de 1977 se fundó la Coordinadora Federal del Movimiento Asociativo en la RFA. En un principio se unieron en su seno 64 asociaciones para unir a todas las asociaciones de los emigrantes españoles con la meta de fomentar la cultura humanista y defender sus derechos; mantener los lazos culturales con España; crear una conciencia para la situación de los emigrantes españoles y sus problemas; y organizar encuentros y congresos con la finalidad de la participación en la vida social y política de la sociedad alemana.

Programa destacado

El seminario “La formación de multiplicadores entre los mayores españoles emigrantes en Alemania”.

En el marco de un proyecto GRUNDTVIG de voluntariado para personas mayores (de más de 50 años), la Coordinadora Federal del Movimiento

Asociativo en Alemania organizó entre un intercambio con voluntarios de organizaciones miembro de la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (UDP).

Acompañados durante esas tres semanas por el personal y por voluntarios honoríficos de la Coordinadora Federal, los participantes en dicho intercambio tuvieron la ocasión de visitar diferentes residencias, centros y grupos de mayores, así como centros y asociaciones de la Coordinadora e instituciones municipales en las ciudades de Remscheid, Wuppertal, Solingen y Aquisgrán por medio de visitas guiadas y presentaciones en las distintas organizaciones.

La Coordinadora Federal está ayudando a establecer en Alemania una “cultura de la bienvenida” a través de su Centro Intercultural en Remscheid y las organizaciones miembro repartidas por toda Alemania que se están convirtiendo en auténticos centros de apoyo para muchos de estos jóvenes inmigrantes que llegan totalmente desorientados a un país desconocido. De esta manera, se busca construir y consolidar “puentes de acercamiento” entre los nuevos inmigrantes y la sociedad alemana de acogida.



UDP Duisburg

Red de Agrupaciones de Seniors Hispanohablantes

c/ Am. Welschernhof, 62
47138 Duisburg (Alemania).
Teléfono: 00492034104874

Tipología de actividades

- Conferencias y charlas.
- Viajes culturales.
- Comidas de hermandad.
- Programa destacado
- Gimnasia

Periódicamente, los socios de Duisburg se reúnen para realizar ejercicios gimnásticos.



En grupos de 30 personas, y organizando los ejercicios en función de las capacidades de cada uno, se desarrollan una serie de tablas gimnásticas de mantenimiento y mejora de la capacidad corporal.

UDP Suiza

Lucerna y Lausana

Asoc. de Inválidos y Pensionistas Españoles en Lausana

c/ Rue de la Tour, 8
01004 Lausanne
Teléfono.: 00213128444
aipes.cultural@bluewin.ch



Asoc. de Inválidos y Pensionistas Españoles en Lucerna

c/ Güterstrasse, 20
Postfach 2012 6002 Lucerna
Teléfono.: 41 415 349 690
aipel@hispeed.ch
info@aipel.ch
www.aipel.ch

Tipología de actividades

- Reuniones de grupos de españoles emigrados.
- Intercambio de información.
- Asesoramiento.
- Actividades culturales.
- Actividades recreativas.
- Fomento y desarrollo de la cultura y tradiciones españolas en Suiza.

Las asociaciones de UDP en Lucerna y Lausana, Suiza, están compuestas por ciudadanos españoles emigrados a este país y por miembros de los grupos sociales autóctonos que interactúan con ellos.

Sus actividades se centran principalmente en el apoyo e integración de los emigrantes españoles en Suiza.

Desarrollan actividades de asesoramiento y apoyo, así como de fomento de la cultura y las tradiciones españolas.

UDP ONAJPU-Uruguay

Organización Nacional de Jubilados y Pensionistas de Uruguay

c/ Mario Cassinoni 1573
Montevideo, Uruguay
Teléfonos: 598 2401 2329 / 598 2400 0996
/ 598 2401 9206
onajpu@adinet.com.uy
www.onajpu.com

ONAJPU (Organización Nacional de Jubilados y Pensionistas del Uruguay), cumple en el mes de diciembre de 2016, 25 años de vida. La organización realizó en octubre de 2005 su XXI Congreso, en el cual fue electa la nueva dirección de ONAJPU, por un período de dos años y los candidatos para integrar la lista para participar en la elección nacional para elegir el Representante de los Jubilados y Pensionistas en el Directorio Banco de Previsión Social, el Organismo de la Seguridad Social de Uruguay.

Al ser una organización a nivel nacional funciona con Regionales para facilitar el intercambio y el contacto directo con las Asociaciones que la integran. Los Regionales son cinco que cubren todo el territorio.

Participa en distintos espacios que el gobierno ha creado ejemplo, integrando el Consejo Consultivo del MIDES, relacionado con Adulto Mayor. En distintas Comisión ejemplo Salud, Vivienda y Turismo y Recreación, Sistema Nacional de Cuidados, en el



que integraremos también el Consejo Consultivo. Entre otros ámbitos colectivos

ONAJPU coordina el tema de las pesquisas para la realización de la operación de cataratas por médicos cubanos a través de un convenio que realizó nuestro gobierno con el gobierno cubano. Llevamos al momento más de 1.000.000 de investigaciones y se han realizado más de 60.000 operaciones de cataratas a personas de bajos recursos.

UDP Perú

Asociación de docentes jubilados Carnavales de Aldahuaylas

Avda. Pedro Casafranca, 580
Apumirac, Perú
Teléfono.: 083205109

Tipología de actividades

- Conferencias y charlas.
- Viajes culturales.
- Comidas de hermandad.
- Promoción de la cultura tradicional
- Promoción del asociacionismo

Todos los años se realiza un carnaval en Aldahuaylas donde miles de personas celebran que llega la cosecha. La asociación de Jubilados docentes participa en la organización. En esta gran fiesta comunal se recogen tradiciones milenarias de los ancestrales pobladores de esta zona del Perú. El folclore, la lengua, los trajes e instrumentos musicales, las canciones tradicionales peruanas encuentran aquí un espacio para revivir cómo era la vida en esta zona del Perú antes de la llegada de los europeos.



40 años
de UDP
un País