



VOLUNTARIADO **UDP**

MEMORIA ANUAL

2016



DATOS GENERALES

UDP: UNIÓN DEMOCRÁTICA DE PENSIONISTAS

Registro Nacional de Asociaciones, nº 213
Registro de Centros Docentes "Mayores Activos",
nº 217

Entidad Declarada de "Utilidad Pública"

Asociada con el DPI de la ONU

Premio Honorífico INSERSO 1989

Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad
Social 2011

Sede central

Departamento de Dirección y Administración

C/ Alcalá, 178, bajo

28028 MADRID

Tfno.: 91 542 02 67 Fax: 91 542 07 94

Departamento de Formación

C/ Santa Cruz de Marcenado, 9, 1º D

28015 MADRID

Tfno.: 91 542 30 07 Fax: 91 542 33 98

UDP EN LA RED

Email UDP

udp@mayoresudp.org

Email Voluntariado

voluntariado@mayoresudp.org

Web UDP

www.mayoresudp.org

Blog Voluntariado

www.voluntariadoudp.blogspot.com

Facebook

Voluntariado de Mayores

¿QUÉ ES UDP?

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

Objetivos

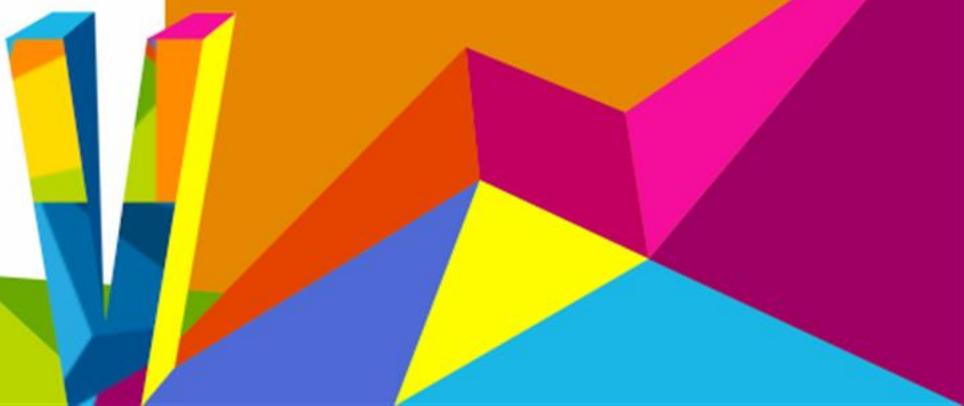
- Defender y mejorar la calidad de vida y el bienestar de todas las Personas Mayores.
- Exigir la consideración de las Personas Mayores como ciudadanos de pleno derecho y por tanto con voz propia.
- Trabajar para promover un envejecimiento activo y saludable.

Principios

- Democracia participativa.
- Pluralismo.
- Independencia.
- Unidad.
- Igualdad.
- Solidaridad.

Fines

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



HISTORIA DE UDP

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

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

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

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

Hoy cuenta con más de 2.500 asociaciones y más de 1.500.000 de asociados de todas la Comunidades Autónomas, con presencia también en varias ciudades de otros países europeos y americanos. **UDP es en la actualidad la organización más numerosa, eficaz y representativa en España que lucha en defensa de los intereses de los mayores.**

Los hombres y mujeres de nuestra organización constituyen nuestro patrimonio más importante. Nuestro futuro depende de este valor.

ORGANIZACIÓN

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

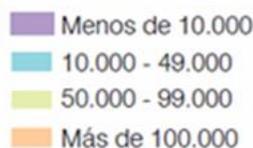
Las Asociaciones diseñan un Plan de Acción Social de acuerdo con los Estatutos Generales y con los acuerdos de los Congresos Confederales y las Asambleas Generales.

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

Son socios directos de UDP:

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

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



PRESENCIA

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

- Consejo Estatal de Personas Mayores, cuya vicepresidencia la ostenta UDP.
- Consejos Autonómicos, Provinciales y Locales de Personas Mayores.
- Consejo Estatal de ONG's de Acción Social.
- Plataforma del Voluntariado de España.
- Plataforma de ONG de Acción Social POAS.
- Coalición de Ciudadanos con Enfermedades Crónicas.
- Red Iberoamericana de Asociaciones de Mayores (RIAMM).
- AGE (Plataforma Europea de Asociaciones de Mayores).
- Departamento Información Pública Naciones Unidas (DPI-NGO).
- Foro Europeo de Mayores Activos - EHAAP (Reino Unido, Alemania, Francia, Italia, Grecia, Austria, República Checa, España).
- Universidad de Alicante. IBV Universidad Politécnica de Valencia.
- Red Iberoamericana de Adultos Mayores.
- Consejos Autonómicos, Provinciales y Locales de Personas Mayores.
- Consejo Editorial SENDA.
- Fundación Edad y Vida.



PUBLICACIONES

Colección CAMINAR

• Sociología de la Vejez. • Preparación a la jubilación. • Seminarios sobre malos tratos y abusos a personas mayores. • Políticas de Mayores en el ámbito local. • Saber vivir con salud. • Buenas prácticas y normativa aplicable. • Ley de Asociaciones y Reglamento. • Jornadas técnicas y formativas de UDP.

Otras Publicaciones

• Relatos ganadores de cada edición del Concurso Literario de UDP. • Revista "Mayores UDP", editada bimensualmente con una tirada de 11.000 ejemplares. • Los mejores relatos del concurso periodístico de cada edición "Tienes una historia que contar". • etc...

Cuadernos y Guías

• Malos tratos y Abusos a personas Mayores. • Organización UDP. • Cuidadores de familiares dependientes. • La Prejubilación. • Guía de portavoces de UDP. • UDP con calidad. • Necesidades de los Mayores dependientes. • Apoyo emocional para Mayores. • Prevención y Primeros Auxilios para personas Mayores. • Informática 1 • Informática 2 • Informática 3 • El mayor también es consumidor: nuestros derechos. • Instrumentos para la Comunicación. • Hábitos alimenticios saludables & falsos mitos • Hablar en público • Gestión de problemas • Educación para la salud • Dirección administrativa en asociaciones • Gestión económica en asociaciones UDP • Testamento • Patrimonio • Manual "Curso básico de voluntariado social de mayores" • Manual "Curso coordinación de grupos de voluntariado social udp" • Manual práctico para cuidadores de familiares de personas mayores dependientes CUIDARELAX • Quiénes Somos • Dossier Voluntariado UDP • "Seguimos creciendo" Memoria Institucional UDP 1977-2007 • Porque hay vida más allá de los 65 • UDP, empresas y responsabilidad social (RSC) • El mayor también es consumidor. Nuestros derechos. • Manual de usuario básico de informática. • Introducción a la informática I y II. • Necesidades de las personas mayores dependientes. • Guía de prejubilación.

PROGRAMAS Y ACTIVIDADES

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

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

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

Envejecimiento activo: Voluntariado UDP. • Promoción del movimiento asociativo de personas mayores. • Escuela de formación. • Escuela de formación itinerante. • Programa de termalismo social. • Soy mayor y me gusta navegar. • Concurso literario UDP. • RESPIRA • La iniciativa SIMPLIT • AWARE - Red Social SEN+.

Programas sociosanitarios: Servicio de ayuda a domicilio. • Cuidarela. • Comedor social de UDP Cádiz. • Contigo en casa. • Residencia El Moreal. • Residencia Hoyo de Pinares.

Sensibilización: Cursos para la prevención de los "Malos Tratos a Mayores". • Informe Mayores UDP. • Tal Como Somos. • Campaña "Está en tu mano". • 12 Causas para 2012.

VOLUNTARIADO UDP ¿QUÉ ES?

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

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

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

El Voluntariado UDP pone el tiempo libre de unas personas a disposición de otras que por su situación personal y/o familiar precisan relacionarse.

En definitiva, el voluntariado genera las capacidades necesarias para desarrollarse plenamente y alcanzar un objetivo fundamental: el bienestar de las personas mayores.

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



VOLUNTARIADO UDP ¿QUÉ ES?

Todas las personas requieren una serie de relaciones que satisfagan sus necesidades para alcanzar niveles adecuados de bienestar.

Por tanto, la forma de actuar del personal voluntario, el calor humano, el ambiente social y la relación ejercen una gran influencia sobre el grado de autonomía e independencia del usuario/a, contribuyendo a disminuir o atenuar el deterioro de su salud, a la vez que ejerce un mismo efecto beneficioso sobre el voluntario/a.

Voluntariado UDP se dirige a:

- Personas dependientes que viven solas.
- Personas dependientes que conviven con su pareja o cónyuge.
- Personas dependientes cuidadas por sus familiares.
- Personas ingresadas en centros (residencias, hospitales...).

Los/as voluntarios/as sirven de apoyo a estas personas sustituyendo la compañía de los familiares y/o cuidadores en determinadas ocasiones.

El objetivo del voluntariado es proporcionar el calor humano, la compañía y la amistad, que las personas dependientes necesitan.

ACTIVIDADES Y SERVICIOS

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

COMPAÑÍA: A personas que viven solas o en residencias. La compañía normalmente consiste en charlar, jugar, leer, comentar noticias, etc.

GESTIONES: Realizar pequeñas gestiones a personas que no pueden desplazarse: recoger recetas, comprar la prensa, etc.

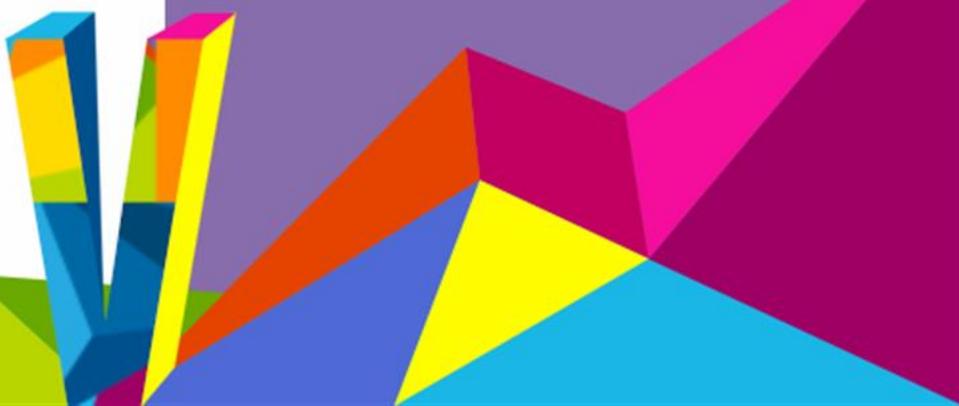
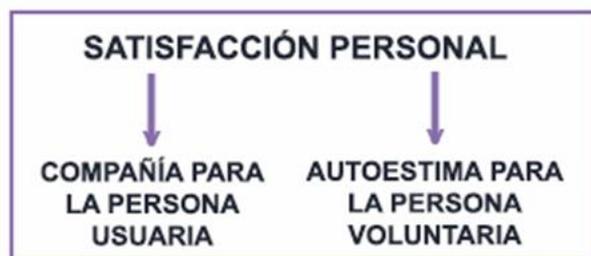
ACOMPAÑAMIENTOS: Al médico, a hacer gestiones de algún tipo (por ejemplo ir al banco), a pasear, tomar el sol, visitar a un conocido, un

APOYO A FAMILIARES: Asistencia a los familiares cuidadores de personas mayores, reemplazándoles unas horas y proporcionándoles tiempo libre para ellos.

ANIMACIÓN: Colaboración con los profesionales de los centros residenciales en la implementación de los talleres, otras actividades de ocio (representación de obras de teatro, representaciones musicales, etc.) y actuar de intermediarios/interpretes con los usuarios de otras nacionalidades.

NUESTRO OBJETIVO

La creación de grupos de personas voluntarias, para ofrecer servicios que contribuyan a aminorar la soledad de las personas mayores y/o dependientes.



GESTIÓN

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

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

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

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

¿CÓMO PUEDO PARTICIPAR?

VOLUNTARIO/A: Puede ser voluntario/a cualquier persona mayor de edad que quiera ayudar a los demás y que disponga de unas pocas horas libres a la semana.

USUARIO/A: Puede acceder a los servicios del voluntariado toda persona que por cualquier razón haya visto mermada sus posibilidades de relacionarse con los demás, o familiares de personas con un nivel alto de dependencia que les impide salir de su casa o lugar de residencia, y que sienten la soledad.

PROMOTOR/A DE GRUPO: Una Asociación o persona que desee promover la creación de un grupo de voluntariado de mayores sólo ha de ponerse en contacto con UDP, donde recibirá todas las ayudas necesarias para la sensibilización, información, captación y formación de los posibles voluntarios/as y desde donde se iniciarán los procedimientos de coordinación con los Servicios Sociales municipales para la prestación de los servicios.

PATROCINADOR/A: El apoyo social que una empresa o una corporación demuestran a su comunidad repercute favorablemente en su imagen externa e interna y facilita su expansión y continuidad. La implicación en el apoyo de proyectos sociales como estrategia de marketing ejerce un claro elemento diferenciador respecto a la competencia. Todas aquellas empresas o corporaciones que deseen invertir en la labor social del Voluntariado UDP pueden hacerlo mediante la:

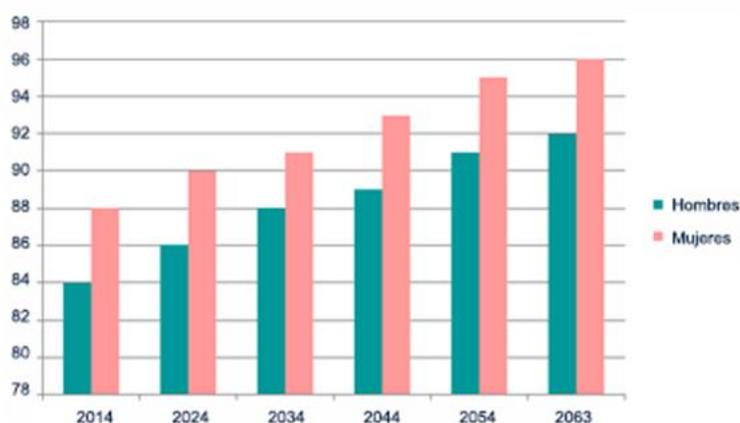
- Donación de recursos financieros.
- Donación de productos, servicios y tiempo.
- Realización de campañas de recaudación de recursos y de promoción.
- Cualquier otro medio que estimen oportuno.

LOS MAYORES EN ESPAÑA

Según Padrón Continuo a 1 de enero de 2016 el 18,6% de las 46.557.008 personas que residen en España (es decir 8.657.705) tienen **más de 65 años** (el **18'6% de la población total**). De estas el 42,9% son hombres y el 57,1% son mujeres. Por otra parte el 2,9% de la población residente en España, 1.352.974 personas, tienen más de 85 años.

Proyección de la población de España 2014-2064

El porcentaje de población mayor de 65 años, que actualmente se sitúa en el 18,2% pasaría a ser el 24,9% en 2029 y del 38,7% en 2064.



Proyección de la esperanza de vida de la población en España (INE)

De mantenerse las tendencias demográficas actuales, la tasa de dependencia se elevaría más de siete puntos, desde el 52,1% actual hasta el 59,2% en 2029. Y en 2064 alcanzaría el 95,6%.

Según el censo de Población y Vivienda del año 2011 el 21,5% de las personas mayores viven solas, es decir 1.709.185, con un porcentaje muy superior entre las mujeres (28,3%) al registrado entre los hombres (12,1%). En el año 2001 el porcentaje de personas mayores que vivían solas era del 20% entre las mujeres y 10,9% entre los hombres.



Con todo, el modo de convivencia más frecuente entre las personas de 65 años o más es el formado en hogares de 2 personas (entendiendo razonablemente estar compuesto mayoritariamente por "conyugue o pareja") y representando el 48,7%, mientras que el 29,8% viven en hogares de 3 o más personas.

Vivir solo está relacionado directamente con el avance en la edad. El porcentaje de los mayores que viven solos/as crece a medida que la edad es mayor llegando, entre las personas de 85 años o más, a registrarse un porcentaje de hogares unipersonales del 31,6%.

VOLUNTARIADO UDP: CIFRAS

3.375 *Personas Voluntarias* ////

5.679 *Personas Usuarias* ////

18 *Provincias* ////

240 *Grupos Activos* ////

153.934 *Horas de Servicios prestadas* ////



DISTRIBUCIÓN SEGÚN SEXO

Personas Voluntarias

73% *Mujeres* //// **27%** *Hombres*

Personas Usuarias

84% *Mujeres* //// **16%** *Hombres*

GRUPOS DE VOLUNTARIADO DISTRIBUIDOS POR PROVINCIAS



* Datos hasta Junio 2015

DISTRIBUCIÓN SEGÚN EDAD



Personas Voluntarias

Hombres	Mujeres
20 - 54 7%	20 - 54 2%
55 - 64 10%	55 - 64 11%
65 - 75 33%	65 - 75 42%
76 - 84 34%	76 - 84 37%
+85 16%	+85 8%

Personas Usuarias

Hombres	Mujeres
20 - 54 6%	20 - 54 2%
55 - 64 4%	55 - 64 2%
65 - 75 21%	65 - 75 8%
76 - 84 24%	76 - 84 30%
+85 45%	+85 58%

VOLUNTARIADO UDP: CIFRAS

NÚMERO DE PERSONAS VOLUNTARIAS POR COMUNIDAD AUTÓNOMA



ANDALUCIA	19
ASTURIAS	27
C. Y LEÓN	50
C. LA MANCHA	1.573
C. DE MADRID	81
C. VALENCIANA	1.047
EXTREMADURA	213
GALICIA	262
LA RIOJA	103

TOTAL **3.375**

NÚMERO DE PERSONAS USUARIAS POR COMUNIDAD AUTÓNOMA

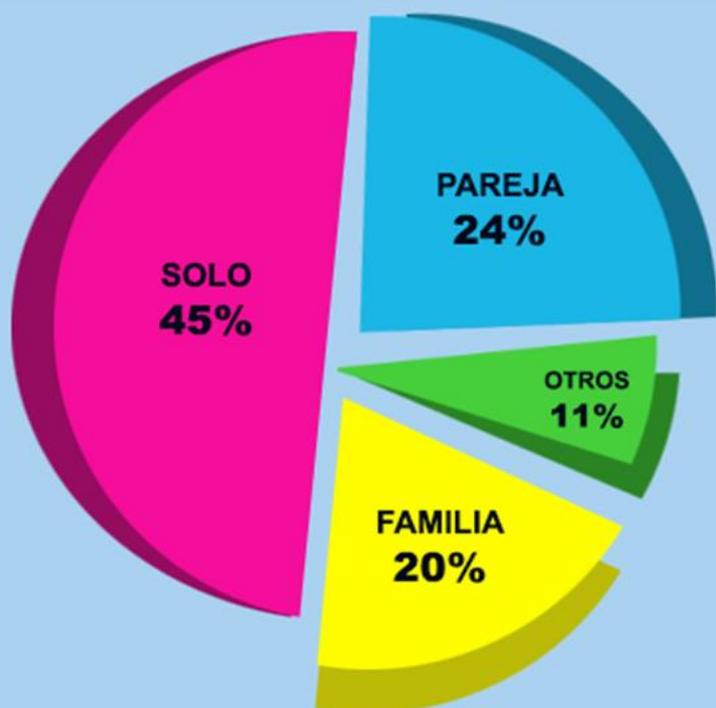


ANDALUCIA	19
ASTURIAS	0
C. Y LEÓN	620
C. LA MANCHA	1.808
C. DE MADRID	99
C. VALENCIANA	1.692
EXTREMADURA	380
GALICIA	951
LA RIOJA	110

TOTAL **5.679**

VOLUNTARIADO UDP: CIFRAS

UNIDAD DE CONVIVENCIA DE LAS PERSONAS USUARIAS



Se estima que el 10% de los adultos mayores padecen de soledad maligna, es decir, aquella que compromete su salud física y emocional.

De todos ellos, un 70% tiene un problema de salud grave asociado con la soledad, tanto en el campo psicológico como en el físico.

A nivel general, la soledad influye en la salud cerebral de una forma muy similar al estrés crónico. Ambos provocan una respuesta negativa del sistema endocrino e inmunológico, lo que a su vez hace que organismo sea más propenso a desarrollar diferentes patologías.

NÚMERO DE HORAS TOTALES DE SERVICIO PRESTADAS

ANDALUCIA	849
ASTURIAS	0
C. Y LEÓN	1.291
C. LA MANCHA	109.083
C. DE MADRID	2.134
C. VALENCIANA	7.598
EXTREMADURA	18.004
GALICIA	8.878
LA RIOJA	6.097

TOTAL **153.934**

NÚMERO DE HORAS TOTALES SEGÚN TIPO DE SERVICIO

	DOMICILIO	RESIDENCIA
ANDALUCIA	849	0
ASTURIAS	0	0
C. Y LEÓN	379	912
C. LA MANCHA	50.333	58.750
C. DE MADRID	1.119	1.015
C. VALENCIANA	6.386	1.212
EXTREMADURA	17.040	964
GALICIA	1.858	7.020
LA RIOJA	3.094	3.003

TOTAL **81.058** **72.876**

VOLUNTARIADO UDP: CIFRAS

ACCIONES FORMATIVAS REALIZADAS EN 2016



CHARLAS INFORMATIVAS REALIZADAS EN 2016



REUNIONES DE SEGUIMIENTO REALIZADAS EN 2016



ACTIVIDADES DE VISIBILIZACIÓN REALIZADAS EN 2016

