



Principado de
Asturias

Consejería de
Derechos Sociales
y Bienestar

Bajo Nalón
Somos Comunidad Contigo
Programa Soledad No Deseada



**Ayuntamiento de
Muros de Nalón**

Servicios Sociales

Centro de Servicios Comunitarios
C/ Francisco Grande, Travesía nº 1
T 985 58 32 83



**Ayuntamiento de
Pravia**

Servicios Sociales

C/ Prahúa, nº 8
T 985 82 20 20



**Ayuntamiento de
Soto del Barco**

Servicios Sociales

Pza. Herminia de la Noval, nº 1
T 985 58 85 71

La soledad no deseada nos afecta a todos

Te invitamos a participar en las diversas acciones de este proyecto,
porque **sumar esfuerzos es clave para construir una comunidad
más conectada y solidaria.**

Comparte tus sugerencias, colabora, únete y participa.

Si quieres ser parte del cambio,
contáctanos en nuestra web y redes sociales:

www.bajonalon.org/somoscomunidad



Bajo Nalón
Somos Comunidad Contigo



La mayoría de las personas nos sentiremos solas en algún momento de nuestras vidas.

La capacidad de afrontar y superar esta soledad varía en función del entorno y de las relaciones sociales y de apoyo de las que disponemos.

La soledad no deseada es un sentimiento, subjetivo por naturaleza, que experimenta una persona al carecer de la cantidad y/o calidad deseada de relaciones con otras personas (Perlman y Peplau, 1981; Russell et al., 2012).

La subjetividad de la **soledad no deseada** implica, por tanto, que no es un fenómeno objetivo y puede por tanto experimentarse incluso en momentos o entornos en los que se está rodeado de personas.



Programa Soledad No Deseada

Dentro del contexto nacional, **Asturias es una de las comunidades más envejecidas de España**, cuya población mayor de 65 años supera ya el 20%.

En los próximos años, el grupo de personas mayores de 65 años se verá incrementado de forma notable:



*Fuente: INE. InfoSERVASS

El ámbito municipal juega un papel clave debido a la **cercanía y accesibilidad de sus recursos y servicios**, lo que permite **priorizar la perspectiva del envejecimiento y atender las opiniones y demandas** de las personas mayores.

Es fundamental adoptar un **enfoque transversal**, integrando esta visión en todas las áreas municipales y alineando las iniciativas existentes con el **Proyecto de Soledad No Deseada del Bajo Nalón**, para garantizar una acción municipal coordinada y efectiva.

Ejes de Trabajo

Eje 1
DETECCIÓN



INNOVACIÓN

Eje 2
PROGRAMAS

Nuestro Objetivo:

Disminuir el sentimiento de soledad de las personas mayores del Bajo Nalón.

¿Cómo?

Mediante la sensibilización, detección e intervención sobre la soledad y sus consecuencias.

¿Para qué?

Para mejorar la realidad de las personas mayores que se sienten solas y aisladas.

Acciones

- **Proyecto MED+**, con el objetivo prioritario de conocer y dar visibilidad al colectivo de las personas mayores.
- **Programas de fomento de hábitos de vida saludables**, prevención y retraso en la aparición de la dependencia (envejecimiento activo y saludable).
- **Grupo de trabajo multidisciplinar** que permita abordar el proyecto desde un enfoque transversal.
- **Programa promoción de ocio cultural** dirigido al colectivo de personas mayores
- **Sistemas de detección y vinculación** al proyecto de las personas que sufren SND mediante protocolos e itinerarios de actuación que permitan dar respuesta a esta población.
- **Servicio de transporte accesible y acompañamiento.**
- **Redefinir la cartera de servicios** en función de las situaciones y la detección de necesidades.
- **Además de otras iniciativas** que fomentan la conexión y el apoyo comunitario.



Bajo Nalón
Somos Comunidad Contigo