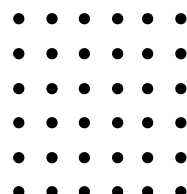
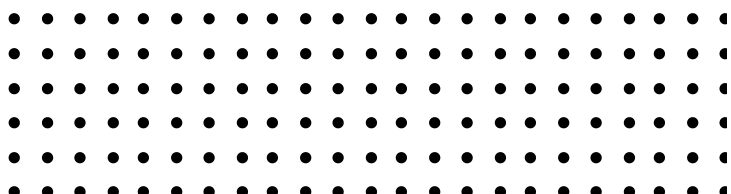
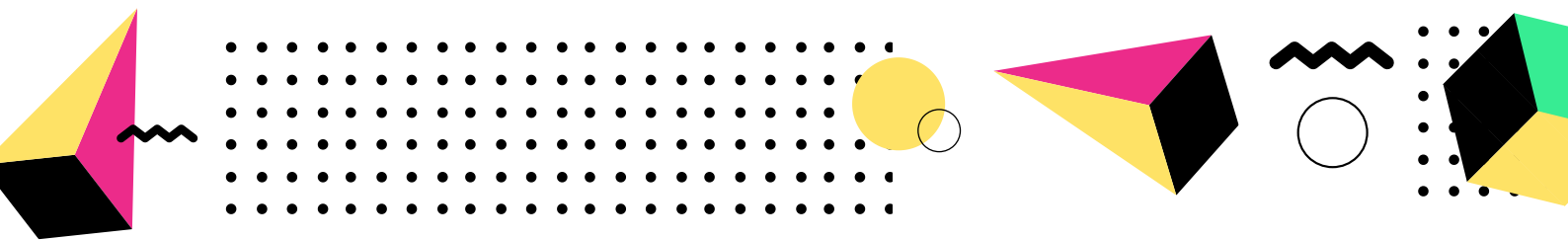


Guía de recursos por la conciliación y la igualdad real entre mujeres y hombres en el municipio de Navacerrada

Mancomunidad de Servicios
Sociales y Mujer
La Maliciosa





Saludo

Navacerrada es un municipio comprometido con la conciliación y la igualdad real entre mujeres y hombres.

Con esta guía queremos ofrecer información sobre aquellos servicios y/o recursos que pueden apoyar y facilitar el desarrollo familiar, personal, profesional y social de las mujeres y hombres en igualdad de oportunidades en nuestro pueblo.

Lanzamos esta guía con el objetivo de ayudar a nuestros vecinos y vecinas en un tema tan prioritario como la conciliación, ya que es necesario dotar de recursos que favorezcan que mujeres y hombres podamos gozar de un tiempo para desarrollarnos profesional y personalmente, de manera justa y equitativa, sin la sensación de renuncia.

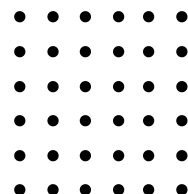
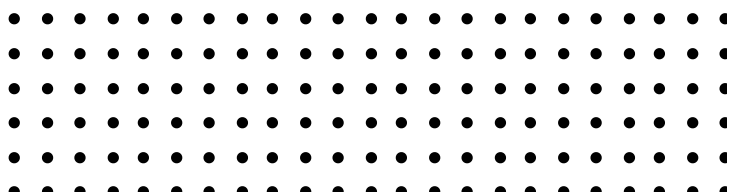
Confiamos que estas páginas nos permitan seguir avanzando hacia la plena igualdad de género en Navacerrada.

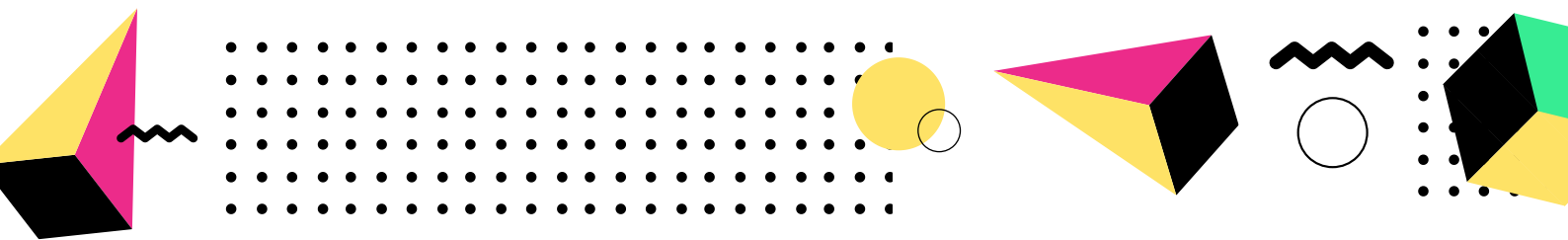
Pablo de Paz de la Brena.

1º Teniente de Alcalde

Concejal de Asuntos Sociales, atención al Ciudadano, Transparencia,
Políticas de Género y Diversidad y Reclamaciones Patrimoniales.

Ayuntamiento de Navacerrada.





Índice

Presentación.....3

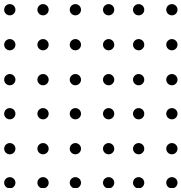
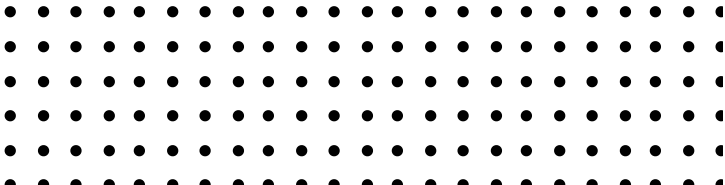
Recursos..... 5

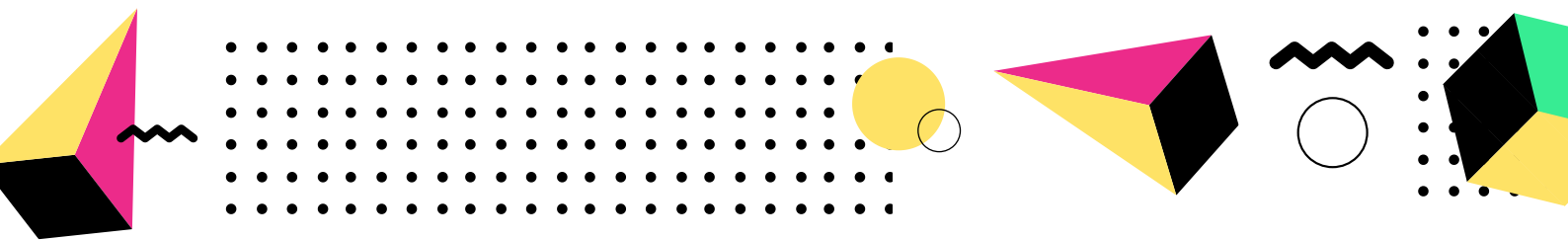
 Servicios dirigidos a la infancia..... 6

 Servicios dirigidos a la juventud..... 13

 Servicios dirigidos a las personas dependientes..... 15

Conclusiones..... 21





Presentación

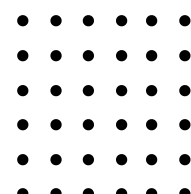
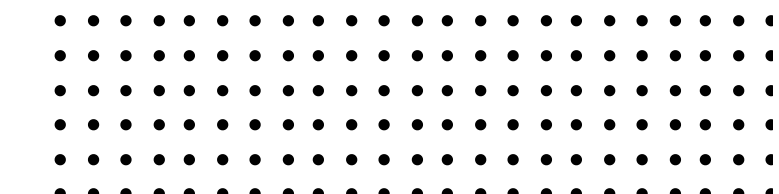
Con la incorporación de la mujer al mercado de trabajo se producen cambios significativos a nivel social que necesitan de una reflexión conjunta para hacer frente a las nuevas organizaciones familiares.

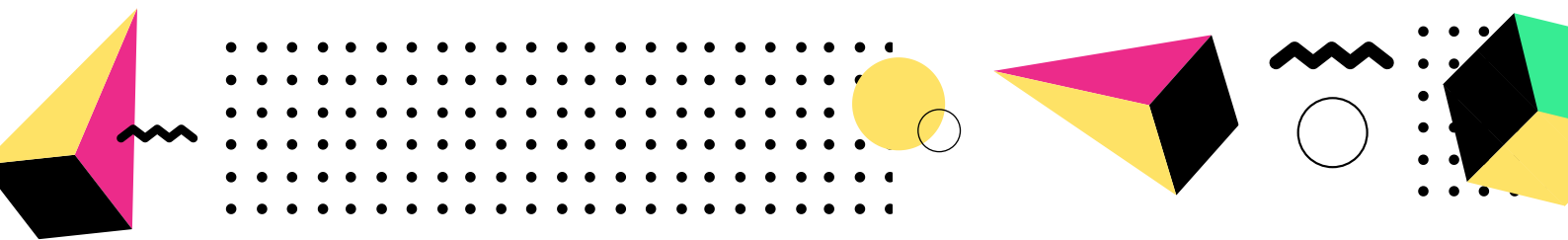
Tradicionalmente, existía una **diferenciación de roles** en base al trabajo que realizaban hombres y mujeres. Así, los hombres tendían a encargarse del trabajo fuera de casa, remunerado, con reconocimiento público y derechos laborales asociados al mismo. La mujer, sin embargo asumía la carga de trabajo asociado al ámbito privado, como el cuidado de menores, personas dependientes y cuidado de la casa, y a pesar de que era una parte esencial para el mantenimiento de la economía, su trabajo no estaba reconocido ni social ni económicamente, y tampoco disponían de privilegios laborales.

Actualmente, las mujeres asumen también los trabajos remunerados en la esfera pública, y es de obligado cumplimiento preguntarnos si ¿se han incorporado los hombres también de la misma manera al trabajo doméstico?

La última encuesta de empleo del tiempo (EET) realizada por el Instituto Nacional de Estadística refleja que las mujeres dedican al trabajo que se realiza dirigido al hogar y cuidados familiares una media de 4,04 horas al día, frente a los hombres que tan solo dedican un 1,50 horas.

Con estos datos, podemos evidenciar que la implicación del hombre al trabajo que supone el ámbito privado aún no es total, y por tanto siguen existiendo diferencias en los usos del tiempo entre mujeres y hombres.





Nos encontramos ante una situación que en muchos hogares crea **desigualdad** y sobrecarga hacia las mujeres, siéndoles muy difícil la conciliación entre las diferentes esferas de su vida, laboral, familiar y personal.

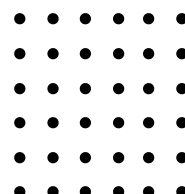
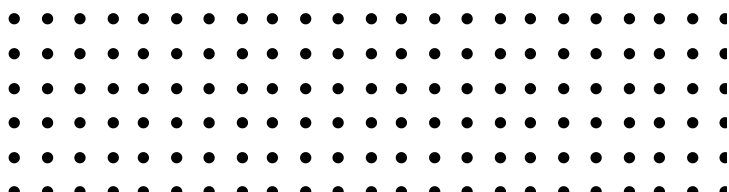
Según la Real Academia Española, conciliar significa "hacer compatibles dos o más cosas (conciliar la vida laboral y la vida familiar)", y si asumimos esta definición entendemos que son necesarios recursos para intentar que la conciliación entre la vida laboral y la vida personal y familiar pueda ser una realidad.

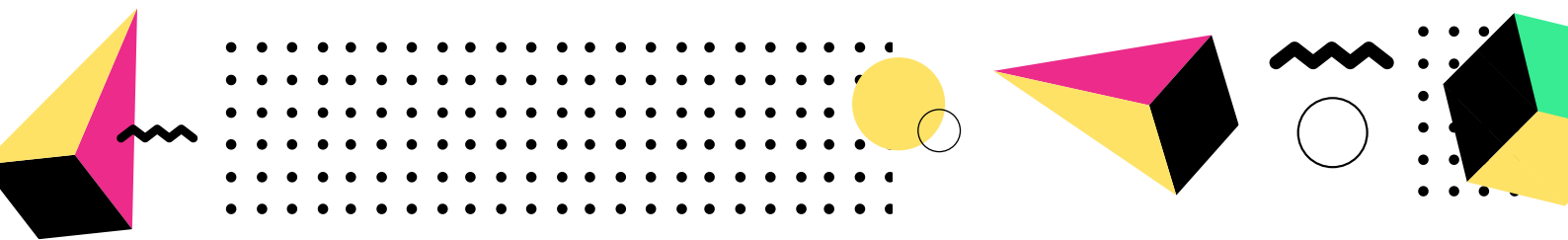
La propia estructura de la sociedad tenderá a modificar los amplios horarios de trabajo, de hecho muchas empresas ya aplican en su día a día técnicas que permiten conciliar de mayor manera su tiempo laboral y familiar, fomentando el teletrabajo, horarios de entradas y salidas flexibles, etc.

Pero aún queda un largo camino por recorrer, y hasta que llegue una mayor racionalización de los horarios es necesario disponer de recursos que permitan conciliar.

Desde la Mancomunidad de Servicios Sociales y Mujer La Maliciosa y en colaboración con los Ayuntamientos que la componen se edita esta guía que pretende visibilizar los recursos que en este aspecto existen en el municipio.

Además esta publicación se corresponde con una de las acciones que plantean cada uno de los Planes de Igualdad municipales, persiguiendo el objetivo de que no existan diferencias en los usos del tiempo por razón de género, y por tanto erradicación de las desigualdades que ello pudiese ocasionar.





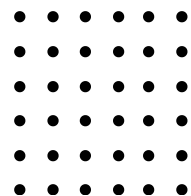
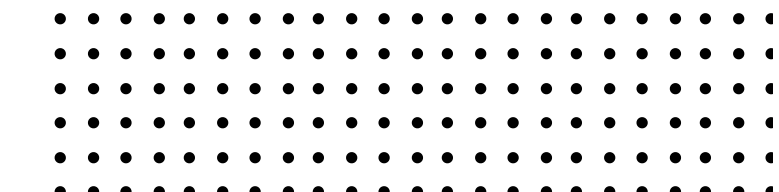
Recursos

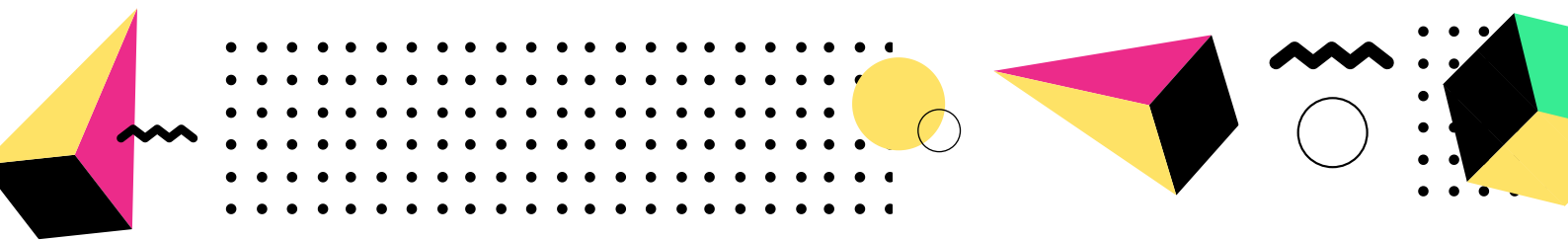
Como ya se ha mencionado anteriormente, tradicionalmente han existido roles asociados al trabajo por sexo, y de esta manera se asignaba prácticamente toda la responsabilidad del cuidado de menores, de personas mayores, con diversidad psíquica o física así como personas que en un momento dado se encuentren enfermas, a las mujeres.

Todos estos cuidados llevan un una carga de trabajo elevada, y a menudo intensiva, de forma que resulta muy complicado compatibilizarlo con otros compromisos laborales. Además, tenemos que sumarle que la mayoría de cuidados no conllevan ningún derecho laboral, como remuneraciones económicas, prestaciones, periodos de vacaciones, etc.

La **invisibilidad** del trabajo de cuidados está ligada a los valores que se rigen únicamente por lo monetario. Existe una tendencia a pensar que la tarea de los cuidados no es un trabajo debido a que no está remunerada, lo que ha conllevado una total falta de reconocimiento, a pesar de que los cuidados son una parte imprescindible de la economía, ya que gracias a las personas que los ejercen, la sociedad avanza.

Debido a que la esperanza de vida cada vez es mayor, es necesario que ambas partes de la sociedad, hombres y mujeres, se involucren equitativamente en la responsabilidad de cuidar y que las instituciones públicas faciliten en la medida de lo posible los recursos necesarios para apoyar estas labores.





Servicios dirigidos a la infancia

La **declaración de los Derechos Universales de los niños y las niñas**, establece entre uno de sus principios el derecho a actividades recreativas y a una educación gratuita.

Tan importante como la educación es que los menores dispongan de espacios en el que se encuentren seguros/as y desarrollen sus capacidades a través del juego, la creatividad, el deporte u otras actividades que les hagan crecer en igualdad, mientras sus padres/madres se encuentran fuera de casa y no pueden ejercer su cuidado.

ESCUELA DE EDUCACIÓN INFANTIL-CASITA DE NIÑOS/AS

Calle Mata del Rosal, 2, 28491 Navacerrada, Madrid
Teléfono:91 856 06 77

La Escuela de Educación Infantil - Casa de Niños/as de Navacerrada, es un servicio educativo de titularidad pública para los **niños/as de 1 a 3 años**. Su propósito general es llevar a cabo los objetivos psicopedagógicos propios de estas edades, teniendo en cuenta las características de los niños/as, su realidad familiar y la del pueblo en la que viven.

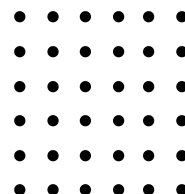
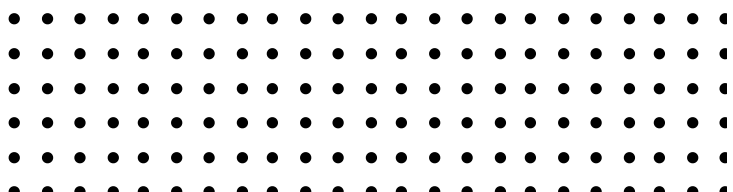
La estructura del centro es la siguiente:

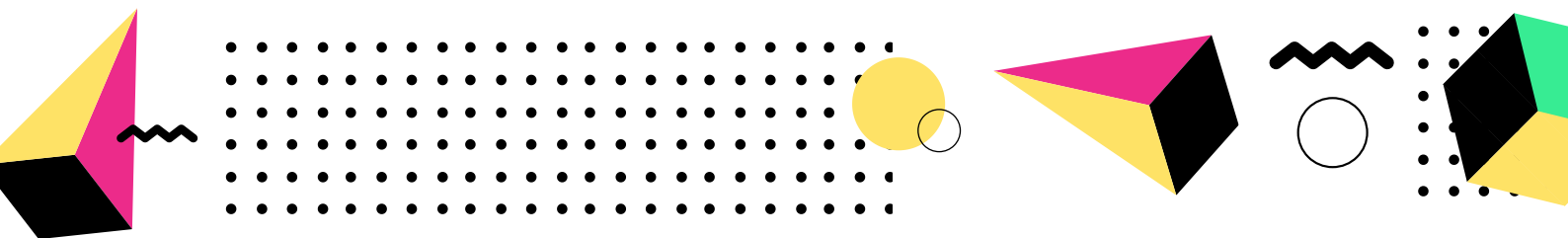
- Una clase de 1-2 años con un ratio de 14 niñ@s aula.
- Dos clases de 2-3 años con un ratio de 20 niñ@s aula.

Servicios que presta:

Primeros del cole:

Los horarios dependerán de la modalidad educativa que se elija:





Los horarios dependerán de

Escuela infantil:

Horario General del Centro:

9:00 a 16:00 horas.

Horario ampliado de mañana:

7:30 a 9:00 horas.

Casa de niños/as:

Su horario central es desde las 9 hasta la 13.00 h.

Horario ampliado de mañana: desde las 7.30 a las 9 h.

Comedor:

Extensión del servicio de 13 a 16 h. La comida se realiza en la cocina del colegio.

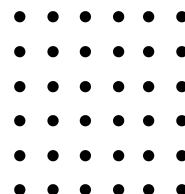
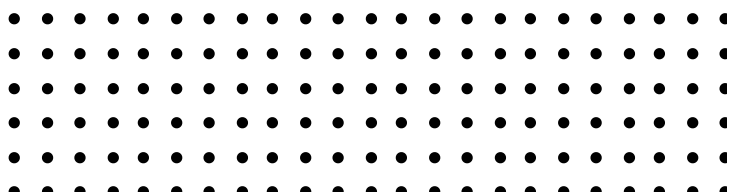
Servicio de guardería en las reuniones de padres y madres:

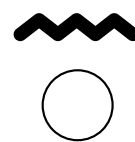
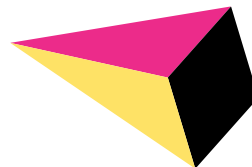
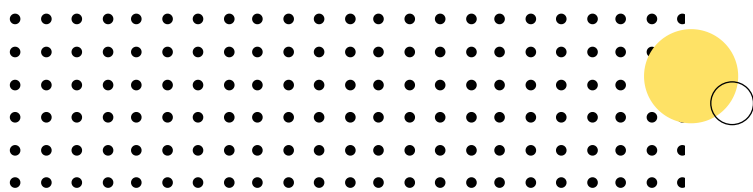
Las reuniones se realizan en la jornada del centro para poder contar con el servicio de guardería mientras dure ésta.

Calendario escolar:

El calendario escolar está marcado por la Comunidad de Madrid. Ofrecen servicio desde el 1 de septiembre al 31 de julio incluidos.

Existe la posibilidad para el alumnado que utiliza el servicio de comedor, solicitar la asistencia en algunos días no lectivos, según el calendario de las escuelas infantiles de la Comunidad de Madrid.





CEIP PRÍNCIPE DE ASTURIAS

Calle Mata del Rosal, 2, 28491, Navacerrada, Madrid

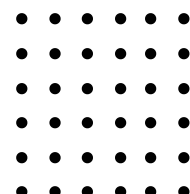
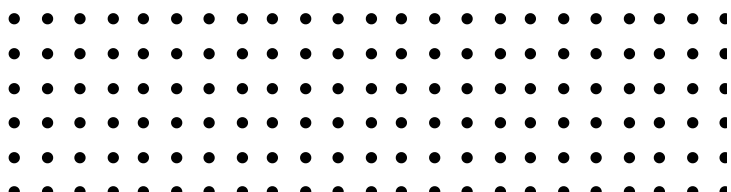
Teléfono: 91 853 51 21

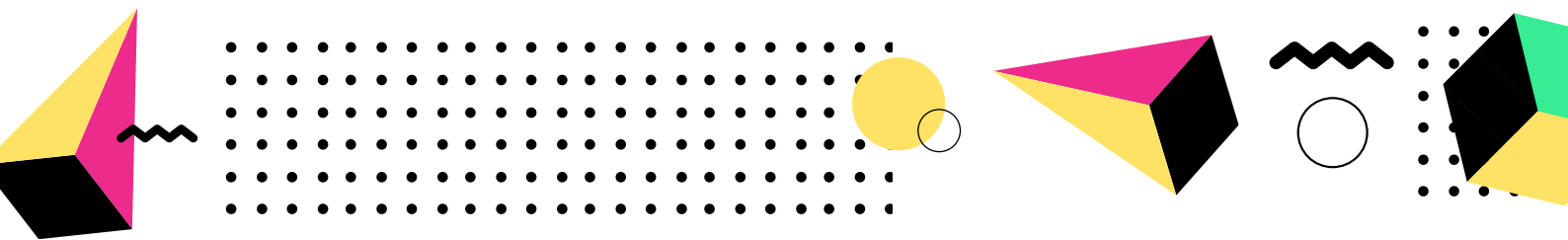
El Colegio Público Príncipe de Asturias de Navacerrada es el único Centro de la localidad para niños/as con edades comprendidas entre los tres y doce años, es decir, desde el Segundo Ciclo de Educación Infantil hasta Primaria.

Es un Centro de Línea 2 y que se propone llevar a cabo los objetivos pedagógicos de la etapa educativa teniendo en cuenta las características de los niños, su realidad familiar y la del entorno en que viven. La localidad está rodeada de altas montañas y profundos bosques de pino y roble, con amplias extensiones de pastizal. Estas características permiten un sin fin de actividades al aire libre, desde sendas ecológicas hasta la práctica del esquí.

Los **objetivos** más importantes del centro son:

- Que el alumnado, profesores/as, padres/madres, sean responsables y respetuosos y representen un ejemplo a seguir para todos.
- Que el alumnado, al terminar la Educación Primaria, sepa leer y escribir sin ninguna dificultad así como expresarse correctamente. También deben manejar con soltura las operaciones básicas y contar con recursos para la resolución de problemas.
- Que los alumnos/as adquieran los conocimientos básicos del resto de otras áreas de conocimiento (geografía, biología, física...)
- Que el alumnado conozca y respete su pueblo, su cultura, el arte así como el cuidado del propio cuerpo y el ejercicio físico.
- Que los alumnos/as vayan adquiriendo responsabilidades progresivamente a medida que van creciendo (cuidar el material, higiene, aseo personal, tareas, obligaciones, exámenes...)
- Que el alumnado consiga una competencia oral y escrita en inglés que le permita expresarse y le facilite el pensamiento divergente.





Los valores que diferencian al centro son los siguientes:

Desarrollo personal:

- Fomento de la identidad personal, la autoestima y la autonomía.
- Valorar el desarrollo del espíritu crítico ante el mundo que rodea al alumnado.
- Ayudar al alumno/a a elaborar su propio pensamiento.

Desarrollo Social:

- Favorecer el respeto y la tolerancia a los demás en su diversidad y el respeto al entorno, al edificio escolar y la clase como lugar de encuentro y trabajo.
- Principio de solidaridad y principio de socialización como medio para aprender a vivir en sociedad, de vivir con los otros y participar en los grupos sociales, en las instituciones, etc...

Con respecto al trabajo:

- La responsabilidad como disposición para realizar las tareas conociendo sus deberes y obligaciones con esfuerzo personal y gusto por la tarea bien hecha.

Servicios que presta:

Primeros del cole:

Servicio gestionado por la AMPA. Se oferta desde las 7,30 h. a las 9,30 h.

Servicio de comedor:

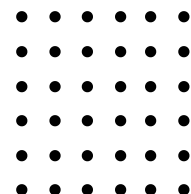
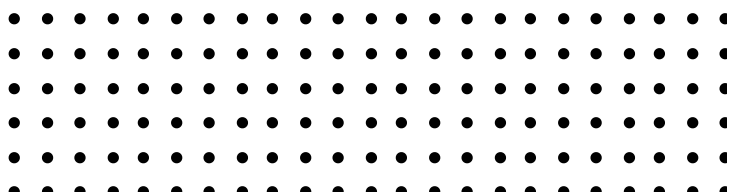
Funciona de 13 h. a 14,30 h. y durante los meses de Junio y Septiembre de 13,30 a 15 h. En la web del centro de pueden consultar los menús mensuales.

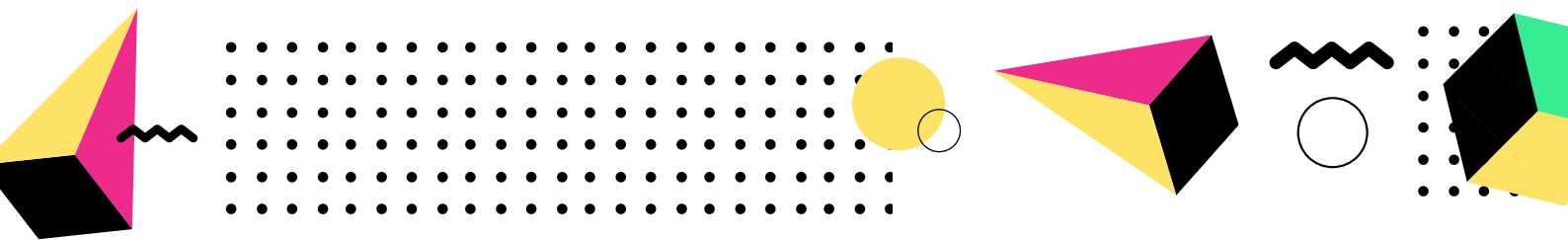
Servicio de transporte escolar:

Exclusivamente para los alumnos y alumnas de primaria de Navacerrada. Excepcionalmente para alumnado de Infantil, si quedan plazas libres.

Actividades extra-escolares:

Las actividades extraescolares también son gestionadas por el AMPA. Entre las actividades que ofertan se encuentran: ajedrez, costura, create o mindfulness.





La mayoría de las actividades extraescolares se realizan de **lunes a viernes de 16 a 17 h.**, pero alguna actividad es de 17-18 h. e incluso los sábados de 11.30- 12.30 h.

En aquellas actividades que se realizan posteriormente a la finalización de las clases, no es necesario que acudan padres o madres a llevar al menor a la actividad extraescolar, ya que son los propios monitores/as de las actividades los que se acercan a recogerlos al centro educativo, facilitando por tanto mayor horario de conciliación a sus padres/ madres.

Ludoteca:

El servicio ofrece ampliación de horario de 16 h. a 18 h. después del horario lectivo. Durante los meses de Septiembre y Junio de 15 h. a 17 h. después del comedor.

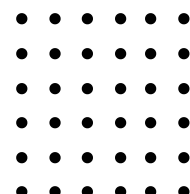
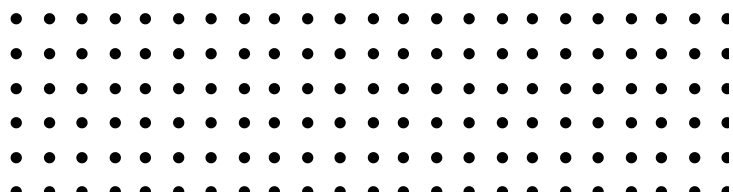
APOYO SOCIOEDUCATIVO

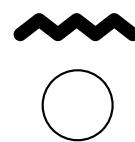
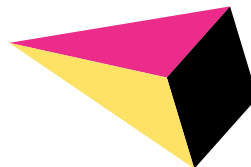
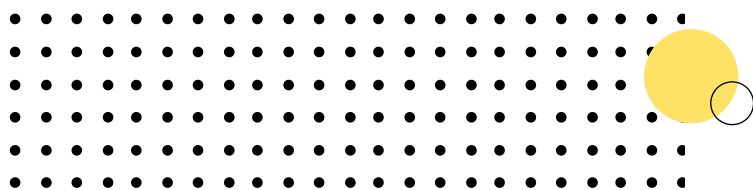
Se ofrece un apoyo socioeducativo gratuito para el alumnado de primaria en el centro educativo, promovido por la Mancomunidad de Servicios Sociales y Mujer La Maliciosa, los siguientes días para atender las necesidades de los diferentes niveles:

MARTES Y JUEVES: 16.00 - 18.00 h.

Se trata de una propuesta educativa en la que contactamos con las necesidades del alumnado para trabajar de una manera gradual y progresiva en mejorar su rendimiento en la formación.

El objetivo último del programa, es la adquisición de habilidades socio-educativas para afrontar y/o prevenir cualquier déficit que los menores puedan sufrir.





OTROS SERVICIOS

Actividades culturales y deportivas : El Ayuntamiento ofrece diferentes actividades extraescolares culturales que van variando según las necesidades de la población y son programadas entre semana y/o en sábados.

Desde el área de desarrollo local, cultura y biblioteca realizan también otras actividades en familia como:

Coro familiar: Jueves de 18 a 19.30 h.

Salidas familiares a la naturaleza: se planifican varias a lo largo del año los sábados y domingos para familias con menores, desde los 6 años.

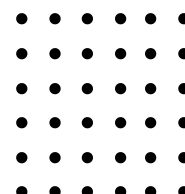
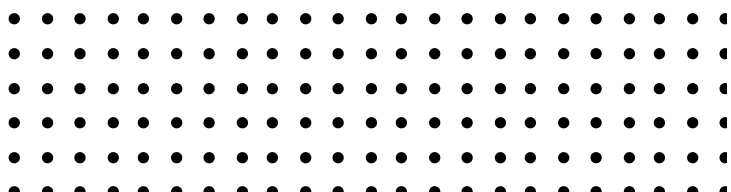
Programación constante de la biblioteca: cuentacuentos, talleres...

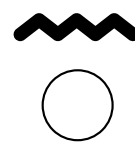
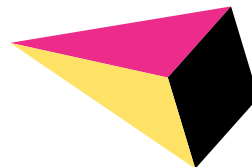
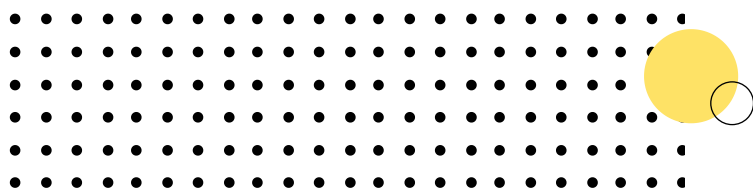
Además el municipio cuenta con una gran oferta de actividades deportivas de lunes a viernes en horario de tarde.

Navacerrada, ciudad amiga de la infancia: UNICEF Comité Español ha seleccionado como merecedor del sello de "Ciudad Amiga de la Infancia" a Navacerrada por la presentación de su plan de infancia y juventud.

Dentro de este plan se encuentra El Club Infantil La Tribu de Navacerrada, que nace como consecuencia del análisis continuo de la realidad en la que viven los más jóvenes de Navacerrada.

Con una temática troncal que gira en torno al descubrimiento del mundo natural, el Club pretende realizar un trabajo continuo mediante el cual se brinde a los jóvenes las herramientas y el conocimiento necesarios para poder entender, respetar e interactuar con el medio natural que les rodea. El Club también pretende hacer un trabajo paralelo con los padres, madres y educadores de los jóvenes. Se abre la posibilidad de que los padres sean coparticipes de la educación de los pequeños ofreciéndoles la posibilidad de participar en su educación no formal.





El Club se divide en varias áreas:

Aula Deportiva: Escalada, orientación, supervivencia, bicicleta, esquí,...

Actividades deportivas y de tiempo libre: Juegos y deportes alternativos.

Aula de Naturaleza: Cuaderno de Naturaleza, semillero y huerto.

Aula de Creatividad: Manualidades en reciclaje, dibujo, expresión corporal y musical, diseño de cartelería.

Aula de Trabajo: Decoración del Club, construcción cajones y semilleros, carteles informativos.

Se lleva a cabo: **Sábados de 10h a 14h (en periodo lectivo)** y se estructuran en tres grupos diferenciados por edades:

La Tribu del Lago: de 6 a 10 años

La Tribu del Bosque: de 11 a 13 años

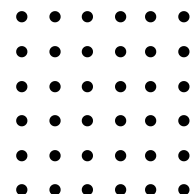
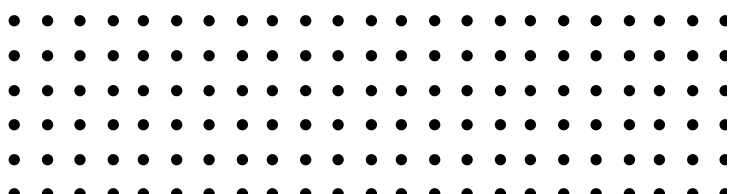
La Tribu de la Montaña: de 14 y 15 años

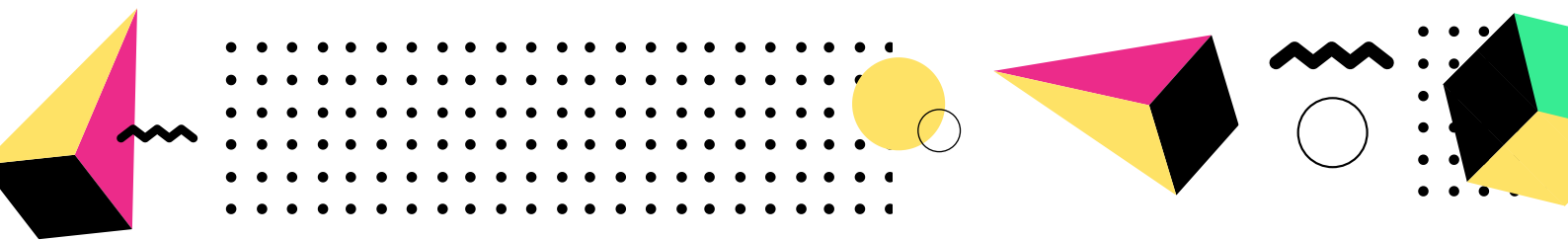
El Plan de Infancia y juventud realiza más actividades que se podrán ir consultando a través del técnico de infancia y juventud del municipio, ya que sus objetivos son los siguientes:

1. Mejorar la calidad de los programas y establecer recursos municipales dirigidos a la infancia y adolescencia.
2. Potenciar y apoyar a las familias en todos los aspectos relacionados con la educación de sus hij@s.
3. Realizar estudios para conocer situaciones de riesgo y de desprotección de los niñ@s y adolescentes de Navacerrada
4. Dar voz, a través de la los Foros y Consejos a todos los niños/as y adolescentes a través de sus representantes elegidos democráticamente.

Campamentos

- **Campamento urbano:** desde junio hasta la agosto. Se realiza en el colegio.
- En el periodo vacacional de verano también existen **campamentos deportivos** de tenis y pádel, fútbol, baloncesto, natación y/o rítmica
- En ocasiones, también surgen **Campamentos de Aventura** en verano.





Servicios dirigidos a la juventud

A pesar de que en la adolescencia y en la juventud ya existe una mayor autonomía respecto a la familia, es importante proporcionar desde las instituciones espacios propios para un ocio saludable, implicación de este colectivo en la vida pública del municipio y que dispongan de servicios que complementen su formación reglada.

PROGRAMA JUVENTUD

Casa de la Juventud

Avda. Madrid, 9, 28491, Navacerrada, Madrid

Teléfono: 91 856 03 08

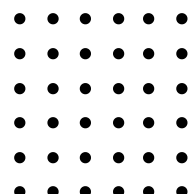
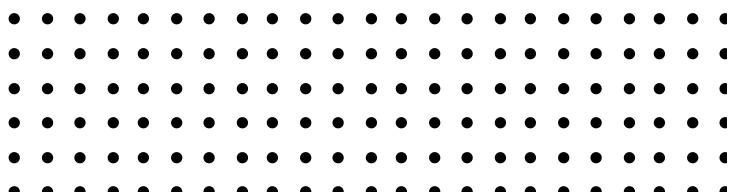
La Casa de la Juventud es un espacio destinado a atender las necesidades de los y las jóvenes del municipio. Entre sus instalaciones se encuentran:

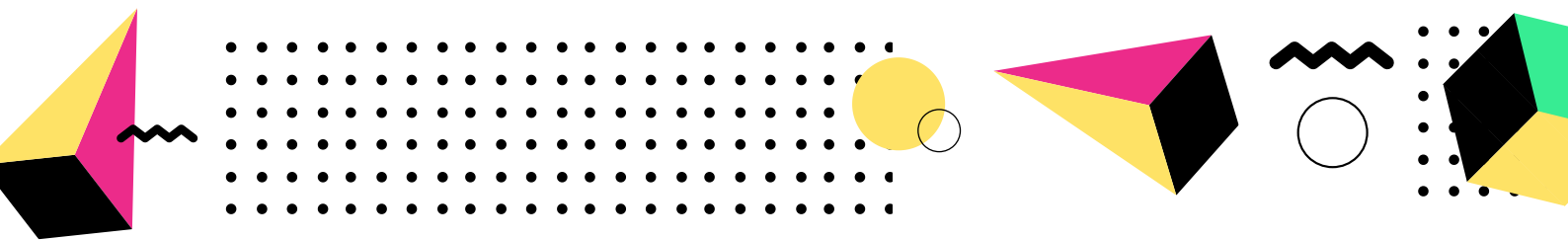
Conexión a Internet gratuita en varios puestos, biblioteca de libros, cómics, revistas... Juegos de mesa, ping-pong y fútbolín.

La Casa de la Juventud está abierta de **martes a sábado en horario de 11-14 h. y de 16.30 -20.30 h.**

Ofrece un servicio de Oficina de información juvenil y asesoría en: estudios, trabajos, viajes, sexualidad, drogodependencias, asociaciones, etc de martes a sábado de 16.30 - 20.30 h.

<http://juvnvcda.blogspot.com/>





Entre sus proyectos más destacados se encuentran:

Radio Onda Navacerrada: Onda Navacerrada es un proyecto de radio audio visual creado por los jóvenes de Navacerrada en colaboración con el área de juventud y promovido por la Mancomunidad de Servicios Sociales y Mujer La Maliciosa.

Se reúnen todos los viernes de 17h a 20h en la casa de juventud, donde graban podcast y preparan futuros contenidos.

Cursos y talleres: Realizan de manera dirigida actividades y talleres que puedan resultar de interés para los y las jóvenes que suelen acudir al espacio. También se organizan cursos que otorgan titulación oficial como el de monitor/a de ocio y tiempo libre.

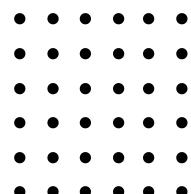
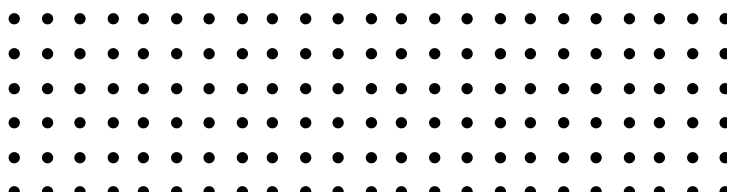
Se fomentan actividades físicas como la escalada o el grupo de bici los sábados.

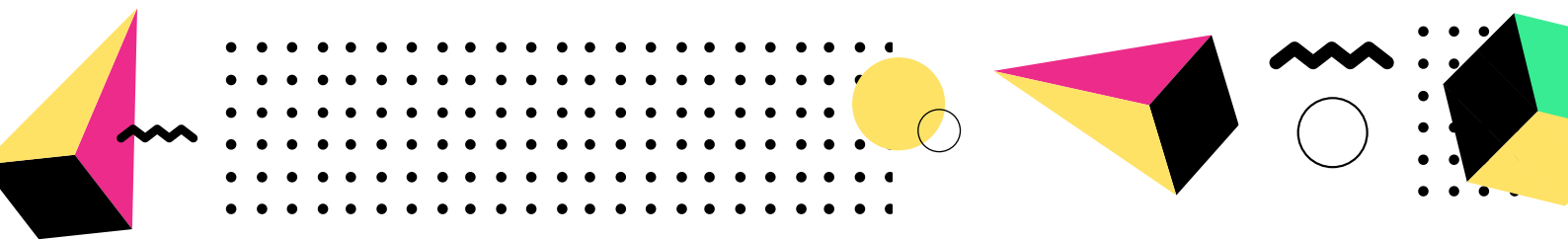
Participación en otras áreas municipales: Desde juventud participan con otras áreas del Ayuntamiento, por ejemplo en montajes teatrales, colaborando con sonido, o realización de decorados, carnavales, etc... implicándose en el resto de actividades.

OTROS SERVICIOS

Actividades culturales y deportivas: Los adolescentes y jóvenes también pueden optar, al igual que la infancia, a las diferentes actividades extra escolares culturales y/o deportivas que ofrece el Ayuntamiento, así como a las actividades dirigidas para ellos desde el Plan de Infancia y Juventud.

También se benefician, en los periodos no lectivos de los campamentos que se ofertan en el municipio.





Servicios dirigidos a las personas dependientes

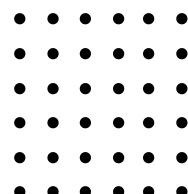
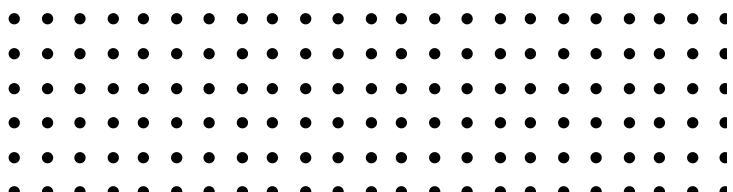
La dependencia es un **estado permanente** en que se encuentran las personas, que por diversas razones (edad, enfermedad, discapacidad, etc) necesitan la atención de otra u otras personas o ayuda para realizar las Actividades Básicas de la Vida Diaria.

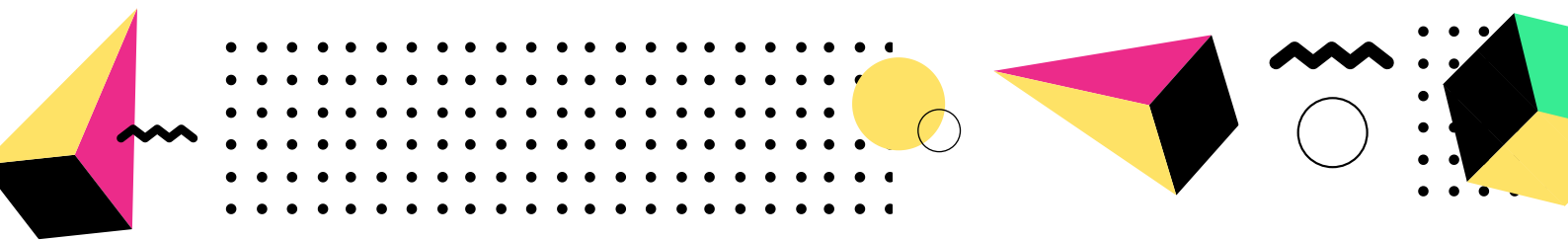
La **Ley de Promoción de la Autonomía y Atención a las Personas en situación de dependencia** define la dependencia como “el estado de carácter permanente en que se encuentran las personas que, por razones derivadas de la edad, la enfermedad o la discapacidad, y ligadas a la falta o a la pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial, precisan de la atención de otra u otras personas o ayudas importantes para realizar actividades básicas de la vida diaria”.

Se entienden por actividades básicas de la vida diaria el control de esfínteres, la higiene personal, vestirse, alimentarse y acudir al baño siendo capaz de limpiarse y asearse.

La Ley de Dependencia recoge todos los principios en su artículo 3, pero los más importantes son:

- El **carácter universal y público de las prestaciones**; es decir que las prestaciones serán financiadas por el Estado y las Comunidades Autónomas y tendrán derecho a ellas todas las personas que lo necesiten.
- El acceso a las prestaciones se realizará en condiciones de **igualdad y no discriminación**.
- Todas las Administraciones Públicas participarán para hacerlo posible.





La Ley incluye un **catálogo de servicios** que tienen carácter prioritario y se prestan a través de la oferta pública de la Red de **Servicios Sociales**..:

- Prevención de las situaciones de dependencia y promoción de la autonomía personal.
- Teleasistencia
- Ayuda a domicilio.
- Centro de día y noche.
- Servicio de atención residencial.

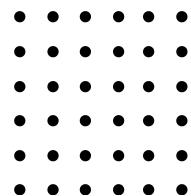
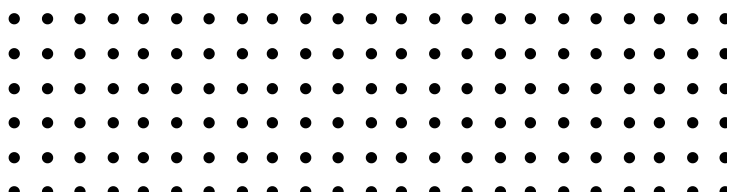
Para tramitar cualquiera de los Servicios es necesario hacerlo a través de la **trabajadora social de referencia y bajo solicitud de cita previa**:

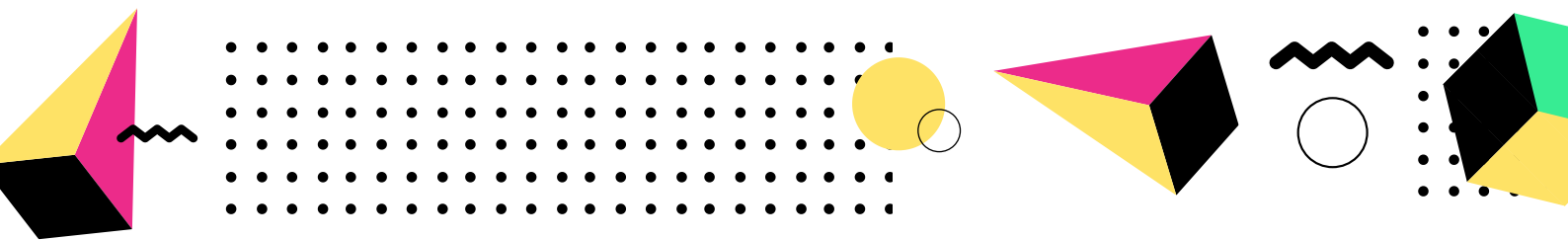
Mancomunidad de Servicios Sociales y Mujer La Maliciosa
C/Recadero de Cuellar,6, Guadarrama
91 854 12 17

Personas mayores

Otro de los colectivos que en algún momento de la vida requieren de cuidados y que en muchas ocasiones se asumen desde el núcleo de la familia es el de las personas mayores. Teniendo en cuenta que la esperanza de vida cada vez es mayor, es necesario que las instituciones pongan a disposición de la ciudadanía espacios y actividades que permitan a los mayores disfrutar de su tiempo libre, seguir activos y trabajar su nivel cognitivo para que no empeore.

Para las familias que asumen los cuidados, estos servicios les ayudan a tener la tranquilidad de que el mayor está en un espacio seguro y centrado en sus necesidades.





SERVICIO DE ATENCIÓN DOMICILIARIA

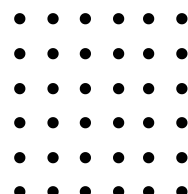
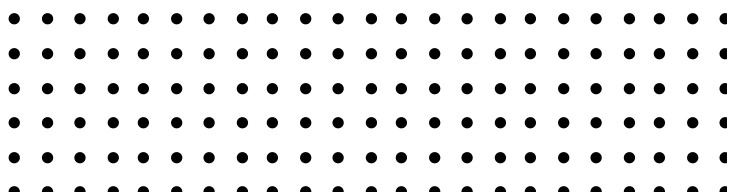
Servicio consistente en ofrecer un conjunto de acciones a personas o familias en su propio domicilio, para facilitar su desenvolvimiento y permanencia en su entorno habitual. Sus finalidades son:

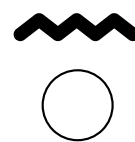
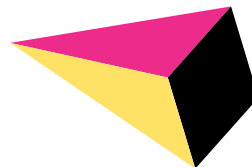
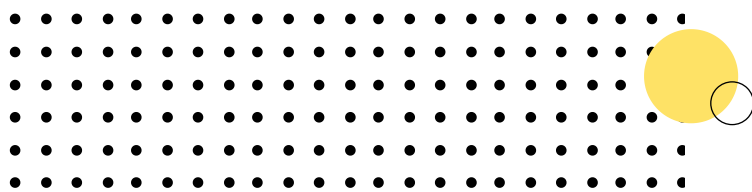
- Procurar un nivel de atenciones o cuidados personales, domésticos, sociales y técnicos, suficientes para proporcionar a sus usuarios la posibilidad de permanecer en su medio habitual de convivencia.
- Potencia la autonomía personal y la integración en el medio habitual de los/las usuarios/as de la prestación, estimulando la adquisición de competencias personales.
- Apoyar la organización familiar evitando situaciones de crisis, sin suplir en ningún caso la responsabilidad de aquella.
- Evitar el deterioro de las condiciones de vida de las personas que por diversas circunstancias se encuentren limitadas en su autonomía personal
- Evitar, en la medida de lo posible, institucionalizaciones innecesarias.

SERVICIO DE TELEASISTENCIA

El servicio es un soporte instrumental que facilita una atención y apoyo personal y social continuos, permitiendo la detección de situaciones de crisis y la intervención inmediata en las mismas. Objetivos:

- Favorecer la autonomía personal en su domicilio
- Favorecer la intervención inmediata en crisis personales sociales y/o médicas
- Proporcionar atención inmediata en situaciones de emergencia a través de personal especializado
- Proporcionar atención presencial cuando esta sea necesaria
- Prevenir situaciones de riesgo por razones de edad, discapacidad, dependencia o soledad.





HOGAR DEL PENSIONISTA

Paseo de los Españoles, 13, 28491, Navacerrada, Madrid

Un espacio dirigido a las personas mayores, donde pueden jugar a juegos, ver la televisión, leer la prensa, libros... Además de tener su propio espacio les sirve para mantener sus redes sociales. En el hogar también se realizan algunas de las actividades dirigidas a mayores.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE MAYORES

Programa dirigido a mayores y coordinado por la figura de la Animadora sociocultural, que presta atención en el Hogar del Pensionista.

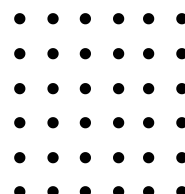
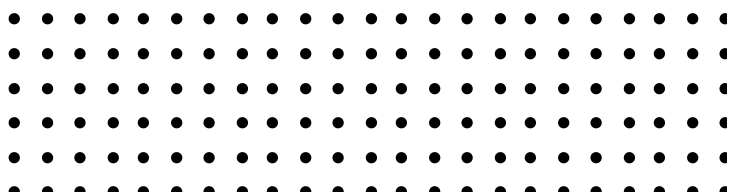
Los mayores disponen anualmente de diferentes actividades con duración de todo un curso escolar (desde octubre a mayo). Ejemplos de estas actividades son: taichi, taichi slow, baile, musicoterapia, pintura, animación a la lectura, vivir en positivo, entre otras.

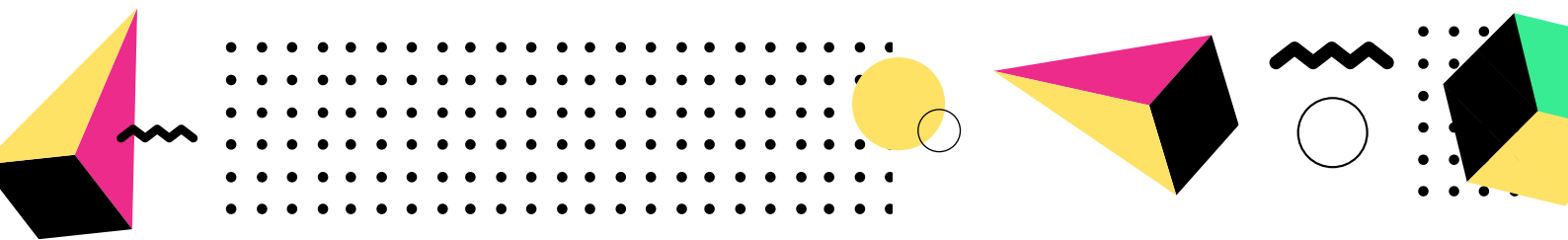
Pueden acudir simultáneamente a diferentes actividades.

También se llevan a cabo salidas y excursiones con el objetivo de ofrecer la posibilidad de conocer nuestro rico entorno cultural y disfrutar de la compañía de otros vecinos/as.

Otra de las áreas de este programa son los encuentros de mayores, donde se realizan certámenes y/o actividades durante una jornada de entretenimiento.

Por último, trimestralmente las asociaciones de Mayores se reúnen junto con la Mancomunidad de Servicios Sociales en las Mesas de encuentro que sirven para recoger la demanda y orientar el desarrollo de actividades diversas.





Personas con diversidad física y/o intelectual

Las personas con diversidad física y/o intelectual dependiendo del grado de su diversidad, en ocasiones no pueden realizar las actividades básicas de la vida cotidiana de manera independiente.

Las familias de estas personas asumen en gran medida sus cuidados, además en muchas ocasiones éstos perduran en el tiempo, ya que la dependencia acompaña la vida de la persona que sufre la diversidad.

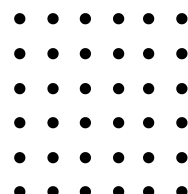
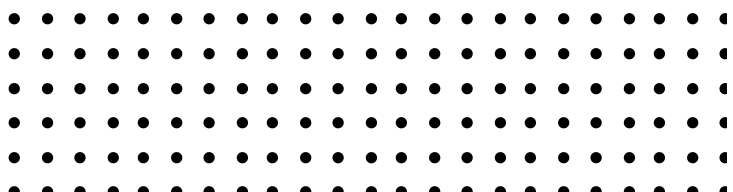
Nos encontramos además con situaciones que frecuentemente necesitan tratamientos específicos y personas especializadas que asuman parte de los cuidados.

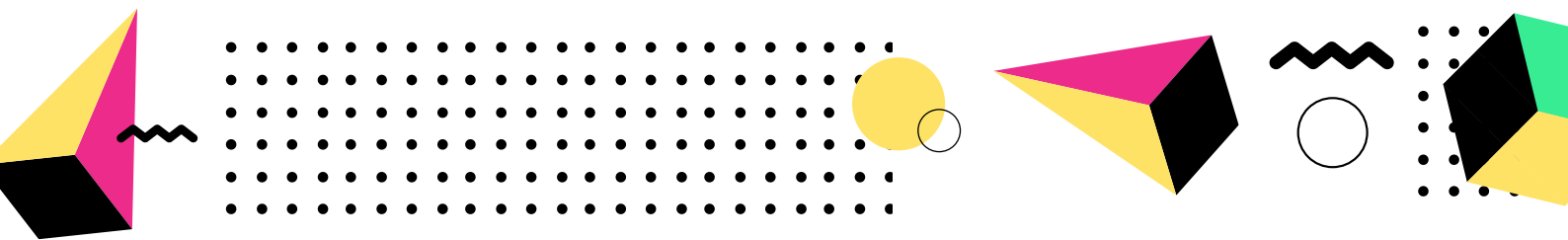
Las familias cuidadoras, requieren por lo tanto para poder conciliar servicios y/o recursos en los que poder apoyarse como los que se muestran a continuación:

CENTRO RESIDENCIAL SANTA ROSA DE LIMA

C/ Vistillas, 1, 28460, Los Molinos
91 855 10 24

Residencia para personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento prematuro que forma parte de la Red de atención a personas adultas con discapacidad física, intelectual y sensorial.





ADISGUA

Calle de los Escoriales & C/ Río Guadiana, 3, 28440 Guadarrama
918 54 11 10

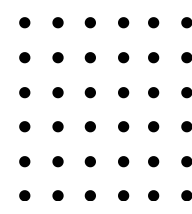
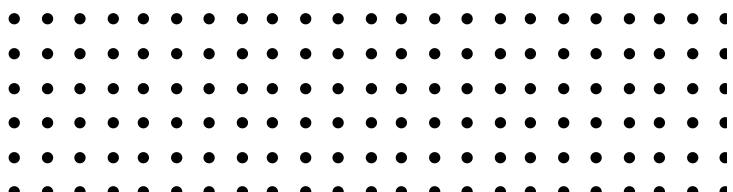
Su objetivo fundamental es la identificación de las potencialidades de cada usuario/a para, trabajando su desarrollo en un programa individualizado, lograr su máxima autonomía personal, que su ocio y su inserción laboral sean acordes con sus capacidades, y que sean incluidos en la sociedad como parte activa y participativa de ella.

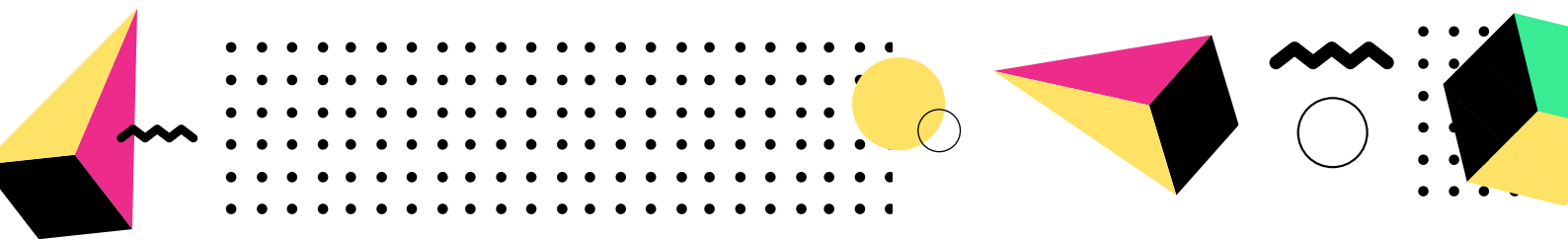
Entre sus servicios más destacados destacan el servicio de información y orientación especializada, el servicio de Convivencia Familiar, Respiro y Ocio y el servicio de Promoción de la Autonomía Personal.

ASOCIACIÓN APASCOVI

Calle José María Usandizaga, 34, 28409 Collado Villalba
918 50 63 92

La Fundación APASCOVI desarrolla su labor fundamental en la atención especializada de personas con discapacidad, de cualquier edad y grado de dependencia. La Fundación APASCOVI ofrece Centros, Servicios y Actividades desde la etapa de 0 años hasta la edad adulta.





Conclusiones

La estructura de la vida hace que todos y todas en algún momento dado necesitemos ser cuidados por otras personas.

Nacemos totalmente dependientes, pasamos por una infancia que requiere de tiempo, amor y más cuidados, continuamos en una juventud que requiere límites y espacios seguros, transitamos la vida adulta en la que en cualquier momento podemos padecer alguna enfermedad y llegamos a personas mayores donde también necesitamos apoyo.

El mundo por tanto, ha de establecerse en torno a una política de los cuidados valorada como un pilar fundamental para que siga su curso y podamos avanzar.

Entender que todos estos cuidados han tenido una connotación de género, asumiéndose en gran medida por las mujeres y que eso dificulta el igual acceso de hombres y mujeres a otras esferas de la vida, es clave en el momento en el que nos encontramos.

Para favorecer la conciliación las instituciones somos responsables de prestar servicios, recursos y apoyos a la ciudadanía, y es por ello que hemos redactado y editado esta guía, que resume los actualmente disponibles en el municipio de Navacerrada.

Continuamos trabajando para favorecer el objetivo final: La plena igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

