



Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada

Aprendizajes y buenas prácticas Comunidad y soledad

Diputación Foral de Álava Estrategia Araba a punto

Seminario celebrado el 28 de octubre de 2022



Una iniciativa de:



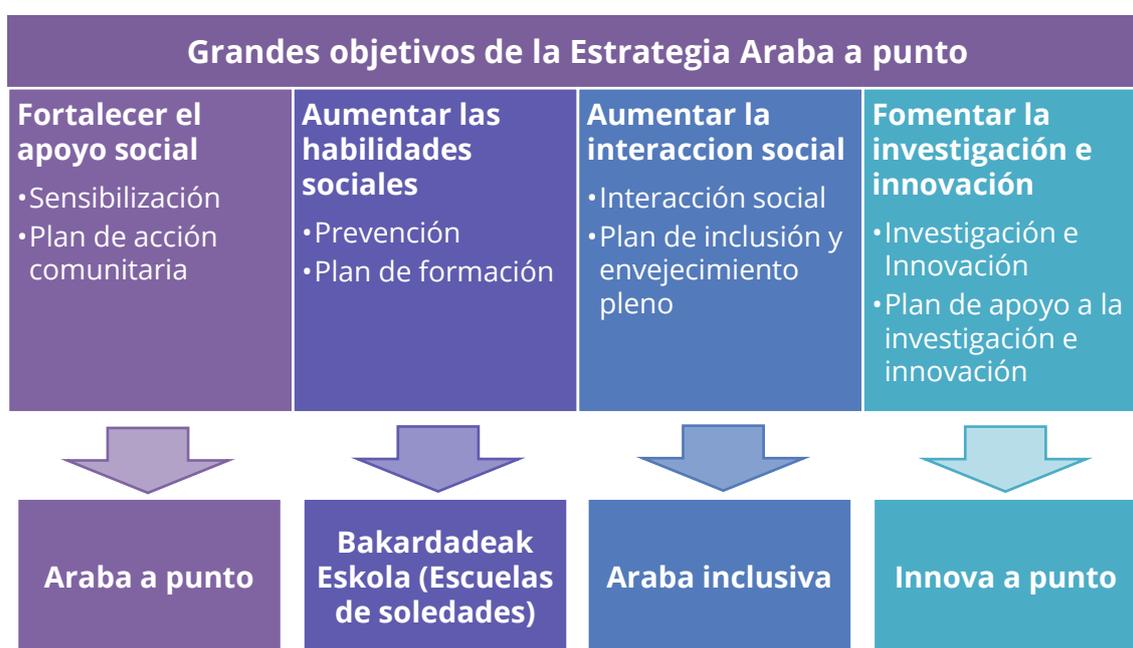
Nahi gabeko
bakardadearen
kontra

Contra
la soledad
no deseada

La [población de Álava](#) está viviendo un proceso de envejecimiento poblacional que se acentúa en el medio rural. En toda la diputación, hay 16.800 personas que viven solas, de las cuales, un 70% son mujeres. Por ello, el género es un factor relevante en su [estrategia contra la soledad no deseada, que es Araba a Punto](#).

Estrategia Araba a punto

La [Estrategia](#) utiliza un enfoque orientado al modelo de trabajo, más allá de los resultados. Para ello, se propone cuatro grandes objetivos, cada uno de ellos soportado en dos líneas de trabajo:



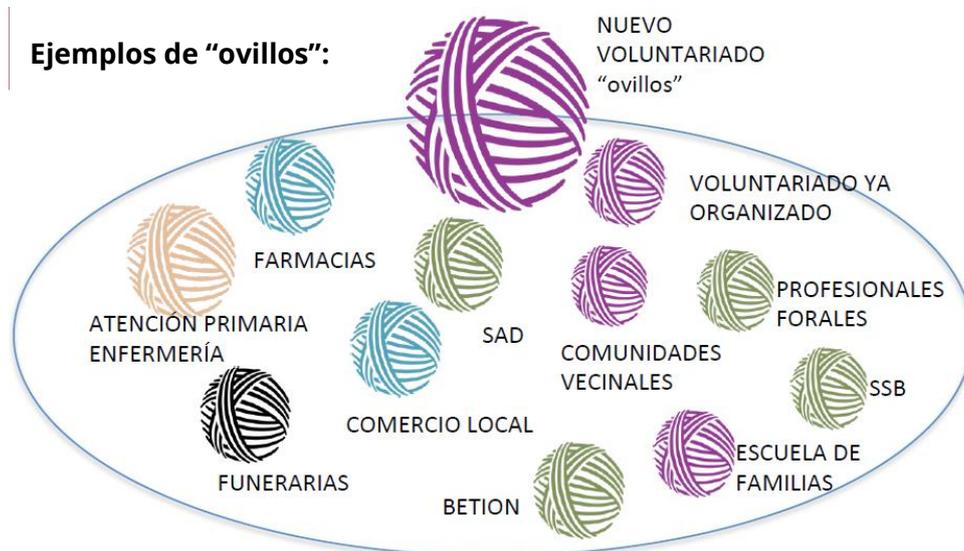
De estos cuatro objetivos que se plantean, **actualmente la Estrategia se encuentra implementando los dos primeros**, con vistas de abrir la puerta en el futuro a la lucha contra el edadismo en el marco del Objetivo 3 y las becas de investigación y la creación de un Observatorio propio en el marco del Objetivo 4.

Los principales ámbitos en los que se mueve la estrategia Araba a punto son la sensibilización, la prevención y la detección, este último con menor énfasis, aunque también se contempla. A través de las escuelas de soledades que se han construido dentro del marco del Objetivo 2, se realiza gran parte de la labor de prevención. Estas escuelas cuentan con un plan de formación preestablecido. Actualmente hay una escuela en funcionamiento con vistas a abrir una segunda próximamente.

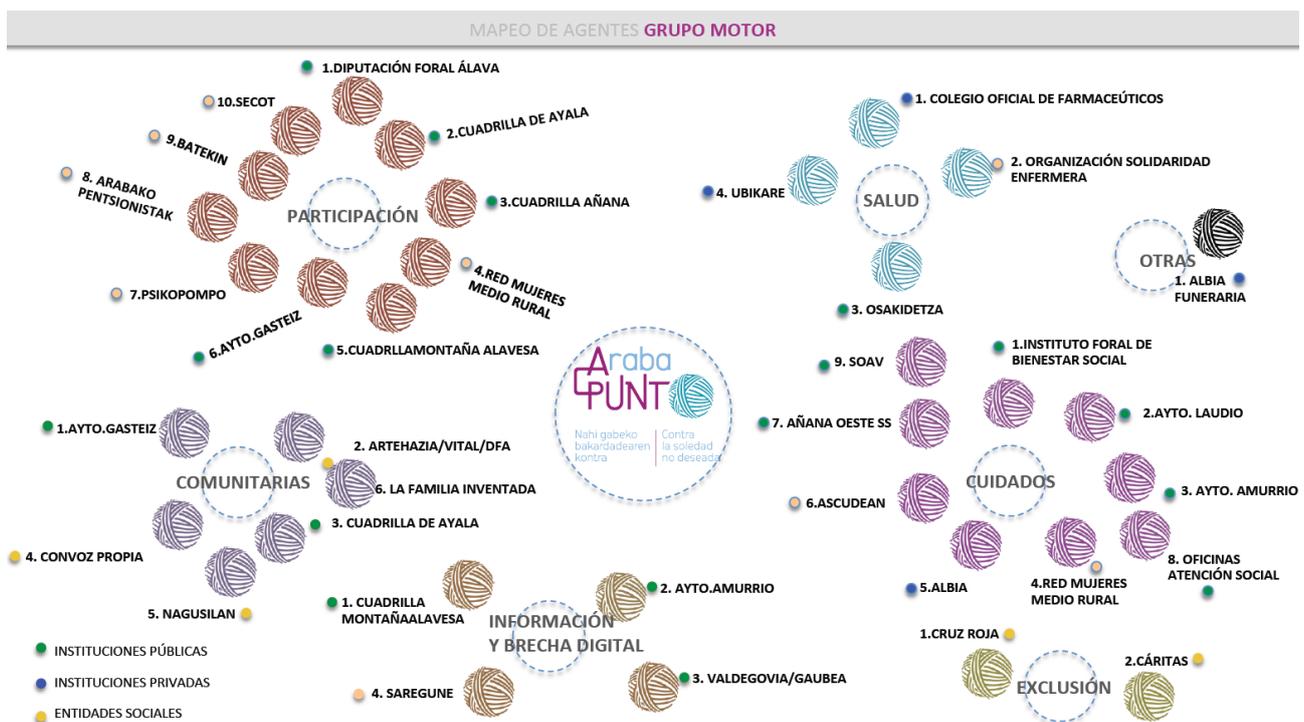
Existen otras muchas iniciativas dentro de la Estrategia, como la **Red de Ovillos Araba a Punto**, mediante la que se pretende **articular y potenciar la actividad de detección y derivación de personas en situación real o potencial de soledad** y/o fragilidad, partiendo de la actividad preventiva que ya se desarrolla en Álava por parte de las

distintas instituciones y administraciones que permiten y reforzando los vínculos existentes con la población general y las comunidades vecinales.

Esta tarea recae sobre los **“ovillos”, que pueden ser personas físicas o una función que una entidad asume** como, por ejemplo, un establecimiento que se ofrezca a funcionar como un radar de soledad en su barrio.



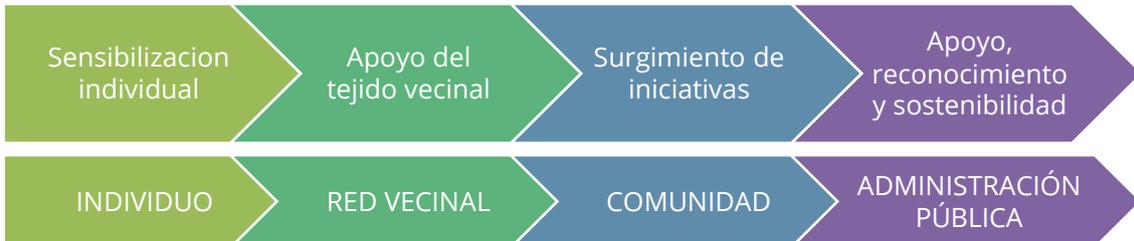
Actualmente, la Estrategia cuenta con un **grupo motor formado por 47 personas provenientes de entidades sociales e instituciones públicas y privadas**. Se encarga de proponer acciones concretas y visibilizar lo que se pone en marcha. Estas personas vienen de ámbitos diversos, como el servicio vasco de salud, el colegio de farmacéuticos, el colegio de enfermería o entidades privadas del ámbito de los cuidados.



Contenido del programa

Metodología

El proyecto se construye desde una metodología centrada en la colectividad y la comunidad, con un enfoque de abajo arriba. Aunque se trata de una estrategia amplia, el proceso de acción se puede resumir en el siguiente proceso:



Actores clave:



La **Diputación Foral de Álava** plantea una alianza multiactor, basándose principalmente en las aportaciones de sociedad civil y Tercer Sector.

Siguiendo la estructura del proceso señalada arriba, se comienza con la **sensibilización** de la ciudadanía a título individual, en búsqueda de la creación de un sentimiento de comunidad que contribuya al **fortalecimiento del tejido vecinal**, que dará lugar al **surgimiento de iniciativas** intracomunitarias.

Por último, el papel de la **Administración** es el de **apoyar, impulsar, sostener, avalar, y reconocer las iniciativas** que surjan de estas sinergias a través de los agentes involucrados, sobre todo el Tercer Sector, que es motor del trabajo contra la soledad no deseada actualmente en España.

Claves de éxito de la Estrategia	Implicación institucional desde el máximo nivel. El propio Diputado Foral de Políticas Sociales es miembro del grupo motor.
Araba a punto	Un planteamiento con un recorrido a medio plazo -5 años en este caso- y con vistas a la sostenibilidad del proyecto. Metodología de construcción colectiva , poniendo el foco en los procesos, no solo los resultados. Un grupo motor formado por personas en contacto con la soledad no deseada desde diferentes perspectivas.

Aprendizajes, reflexiones finales y buenas prácticas

- ▶ Aunque la soledad no se pueda evitar, sí se puede “domesticar”. **Ofrecer una educación emocional** que nos ayude a gestionar nuestros sentimientos a lo largo de la vida no solo sirve como prevención de cara a la soledad no deseada, sino a otras afecciones de salud mental antes de que lleguen a un grado de gravedad.
- ▶ Aprender a **crear expectativas realistas** es un factor clave en la prevención de la soledad no deseada, que tanto tiene que ver con las expectativas sociales que la propia persona se marca a sí misma.
- ▶ La existencia de un **proyecto de vida**, sea cual sea nuestra edad, aporta a nuestra resiliencia y empoderamiento.
- ▶ El **apoyo de las instituciones** contribuye a la sostenibilidad, escalabilidad y eficacia de las iniciativas sociales.
- ▶ Cuando una buena práctica es escalable, la transferencia y réplica en otras zonas de su alrededor se potencia. **Realizar acciones escalables**, con evaluaciones y metodologías robustas es una manera de fomentar la lucha contra la soledad.
- ▶ Cuando un proyecto tiene futuro, las personas que participan en él también pueden planificar a medio o largo plazo. La **sostenibilidad de los programas** genera una sensación de continuidad que anima a crear planes de futuro a las personas.
- ▶ Es fundamental lograr la **vinculación de las personas a los recursos y servicios comunitarios**. Los programas y acciones deben favorecer esta vinculación.
- ▶ La **participación de la comunidad es fundamental**, para prevenir, detectar e intervenir. Según datos del Observatorio, a 2 de cada 3 personas les gustaría realizar acciones para combatir la soledad de su entorno. Es importante movilizar los entornos comunitarios.
- ▶ En las acciones comunitarias, se cuenta con la oportunidad de poner en marcha **iniciativas intergeneracionales**.
- ▶ La **creación de redes vecinales** basadas en relaciones significativas con personas de proximidad facilita que surjan oportunidades de acompañamiento cotidianas.

Material de referencia

- ▶ Estrategia Araba a punto: <https://www.soledades.es/politicas/araba-punto-estrategia-para-hacer-frente-la-soledad-no-deseada-de-personas-mayores>
- ▶ Programa «Araba a punto»: <https://arabaapunto.eus/>
- ▶ Diputación Social de Araba: <https://irekia.araba.eus/es/departamentos/politicas-sociales>
- ▶ Araba a punto «Tira Hilo»: <https://www.youtube.com/watch?v=7dsUowAemvY>
- ▶ Colgador de puerta Araba a punto (DESCARGABLE): <https://arabaapunto.eus/wp-content/uploads/2021/03/colgador-puerta.pdf>