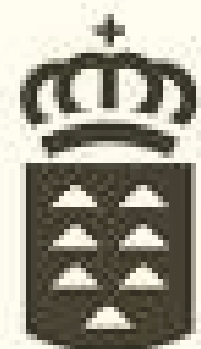




TREN DE LA FELICIDAD



MEMORIA DE ACTIVIDADES 2019



Gobierno
de Canarias

Consejería de Empleo,
Políticas Sociales y Vivienda



Acufade

01

Promover la inclusión social de las personas cuidadoras y ampliar su red de apoyo.

02

Consolidar y continuar expandiendo los servicios del Tren de la Felicidad.

03

Continuar generando conexiones y lograr la implicación de más profesionales, más entidades y más instituciones.

Este año nos habíamos propuesto...

OBJETIVOS 2019

¿Y qué ha pasado?

Pues... hemos ¡CUMPLIDO NUESTROS OBJETIVOS!

Sigue leyendo, te lo contamos con todo lujo de detalles...



CUIDADORAS

Este año, 289 cuidadoras han participado en los diferentes grupos de apoyo mutuo.

Hemos conocido a 140 cuidadoras nuevas que se han subido al Tren.

Hemos subido la media de participación a 11 cuidadoras por parada.

El 84% de ellas son mujeres (principalmente hijas/os o parejas de las personas a las que cuidan) y que llevan más de dos años ejerciendo la labor del cuidado.

Este año se han sumado más varones, y también la incorporación de personas que "han dejado de cuidar" y quieren continuar conectadas al mundo del cuidado, ayudando con sus experiencias y promoviendo mejoras sociales en dicho ámbito.

Parada	Nº total cuidadoras/año	Media asistencia/mes	Nº de nuevas cuidadoras/año
ICOD DE LOS VINOS	41	19	14
LA OROTAVA	39	17	16
SANTA ÚRSULA	31	9	14
LA MATANZA	38	11	16
TEGUESTE	12	3	8
TACO	17	12	7
GÜIMAR	39	11	16
GRANADILLA	32	12	23
VILAFLORES	12	4	6
EL HIERRO	28	14	20**(nuevas)
Totales	289	11	140

ACTIVIDADES

Paradas Mensuales	89
Diálogos Abiertos	1
Encuentros Insulares de <u>Cuidadore/as</u>	1
Conexiones Archipiélago de Sueños	7
	98

Hemos promovido la *inclusión social* y ampliado la red de apoyo de las cuidadoras a través de la realización de actividades.

98 actividades realizadas a lo largo del 2019.

Tipo de Actividades	N.º Cuidadoras
10 PARADAS MENSUALES	289
DIÁLOGOS ABIERTOS	136
X ENCUENTRO INSULAR	172
N.º total	597

Han participado un total de 597 personas cuidadoras.

La actividad de "Diálogos Abiertos para el cuidado eficaz" tuvo una buena acogida, y una participación bastante alta.



LAS PARADAS

Grupos de apoyo mutuo mensuales

Gratuitos, 2 horas de duración

Flexibles, sin inscripción previa

Con Servicio de cuidado (en algunas paradas)

Y Servicio de asesoramiento y apoyo emocional gratuito para las cuidadoras participantes.

Programación Paradas Mensuales

	Contenidos
Enero	Un nuevo comienzo del Tren 2019: Construyendo la Programación 2019.
Febrero	Aprendiendo de las Personas Cuidadoras Expertas.
Marzo	Taller sobre Ayudas Sociales: Información útil para tramitar ayudas.
Abril	Taller de Movilizaciones y Educación Postural: Cómo cuidarte físicamente mientras cuidas.
Mayo	Taller práctico sobre Primeros Auxilios en el Cuidado.
Julio	Conviviendo con las Emociones en el Cuidado: Cómo relacionarnos desde el respeto y la comprensión.
Septiembre	El Viaje en el Mundo del Alzheimer.
Octubre Noviembre	Preparándonos para el X Encuentros Insular de Cuidadora/es: Las Esencias de las Paradas del Tren.

10 Paradas estables

La Matanza
La Orotava
Santa Úrsula
Taco
Icod de los Vinos
Güímar
Tegueste
Granadilla
Vilaflor

El Pinar





LAS PARADAS en imágenes...



Jornada: "Diálogos Abiertos para un cuidado eficaz"

El 20 de Junio, el aula Magna de la Facultad de Económicas de la ULL acogió a un número aproximado de 200 personas cuidadoras del Tren y profesionales.

Una tarde donde se intercambiaron preguntas, reflexiones y propuestas acerca de las claves para mejorar la atención sociosanitaria en el cuidado alrededor de un salón de té con unas invitadas muy ilusionadas: Eulalia García, Directora General de Dependencia y Discapacidad, Juana M^a Reyes, Directora Insular del IASS, Elena Pérez, Directora Médica de Atención Primaria, las cuidadoras expertas Lola Gordillo y Teresa González y la Directora Técnica de Acufade, Idaira Cabrera.





"Diálogos Abiertos para un cuidado eficaz" en imágenes...



DIÁLOGOS ABIERTOS PARA UN CUIDADO EFICAZ

Claves para mejorar la atención y coordinación de los recursos destinados a personas dependientes y cuidadoras.

El Tren de la Felicidad
ENCUENTRO GRATUITO DIRIGIDO A PERSONAS CUIDADORAS Y PROFESIONALES DEL ÁMBITO SOCIO SANITARIO.

Fecha: 20 de Junio del 2019
Hora: 17:00 a 19:30 horas
Lugar: Aula Magna de la Facultad de Economía, Universidad de La Laguna

Servicio gratuito de transporte. Para más información sobre puntos de salida, contactar con el 922.577.668 o direccion tecnica@acufide.org



CON LA PARTICIPACIÓN EN EL DEBATE DE:
Excmo. Dña. Eulalia García Silva, Directora General de Dependencia y Discapacidad.
Excmo. Dña. Juana Mª Reyes Melián, Directora Insular, Instituto de Atención Social y Socioasistencial (IASO).
Sra. Dña. Elena Pérez Cáceres, Directora Médica, Atención Primaria del Área de Salud de Tenerife.
Sra. Dña. Carmen Delgado Gardillo Quiñero y Dña. Teresa González Cebalderos, Expertas del Tren de la Felicidad.
Sra. Dña. Maira Cabrera Feltes, Directora Técnica del Tren de la Felicidad.



X Encuentro Insular de Cuidadoras

Desde su creación Acufade se enorgullece de celebrar, en colaboración con distintos Ayuntamientos de la isla, la Dirección General de Políticas Sociales y el Servicio Canario de Salud, los "Días Grandes de Las Cuidadoras", espacios de intercambio, visibilización y festejo de los grupos de cuidadoras y profesionales del ámbito sociosanitario de las islas "en conexión con el Tren".

El 4 de Diciembre de 2019 se dió lugar la décima edición, con el apoyo del Ayuntamiento de Güímar, bajo el lema de "Las Esencias del Tren de La Felicidad de Acufade".





X Encuentro Insular de cuidadoras en imágenes...





MAQUINISTAS DEL TREN

Este Tren no marcha solo, tiene a todo un equipo para facilitar su impulso y crecimiento:

- Equipos directivos y de psicólogos/as de ACUFADE.
- Enfermeros/as Comunitarias de Enlace.
- Directora Médica y Enfermera Subdirectora de Zonas Básica de Salud
- Trabajadores/as Sociales de distintos Ayuntamientos.

¿De qué se encargan?

Gestión de recursos, diseño de programación anual de actividades y encuentros del Tren, dinamización de talleres y paradas, difusión y promoción del Tren, empoderamiento del colectivo y atención personalizada a cuidadoras, entre otras.



APOYOS, CONEXIONES... CRECE LA RED

A lo largo del 2019, han participado aproximadamente 92 profesionales del ámbito sanitario.

Contamos con una alta implicación por parte de Enfermería Comunitaria de Enlace. Han sido 64 los enfermeros/as participantes en las diferentes actividades desarrolladas a lo largo del año.

Entre 2016 y 2019, se han realizado diversos encuentros y contactos con profesionales y grupos de cuidadoras de Gran Canaria, La Gomera, El Hierro y Fuerteventura, semillas del sueño de una Gran Red de Apoyo de las Personas que Cuidan que generen otras oportunidades de relación y empoderamiento del colectivo.





APOYOS, CONEXIONES... CRECE LA RED

En este año 2019, se han fortalecido enormemente los lazos con la recientemente creada Asociación de Familiares de personas con Alzheimer y otras demencias de Fuerteventura, AFFA, manteniendo diversos encuentros con su junta directiva, con la finalidad de apoyarles tanto en su creación, como en los inicios de su andadura en la isla.

De hecho, nos encontramos actualmente implementando el "Proyecto Guía", en el que Acufade tiende los puentes entre Tenerife y Fuerteventura, facilitando a AFFA información, formación y asesoramiento, tutorizando a esta asociación para que puedan poco a poco ir construyendo unas bases sólidas para la prestación de servicios en la isla de Fuerteventura.



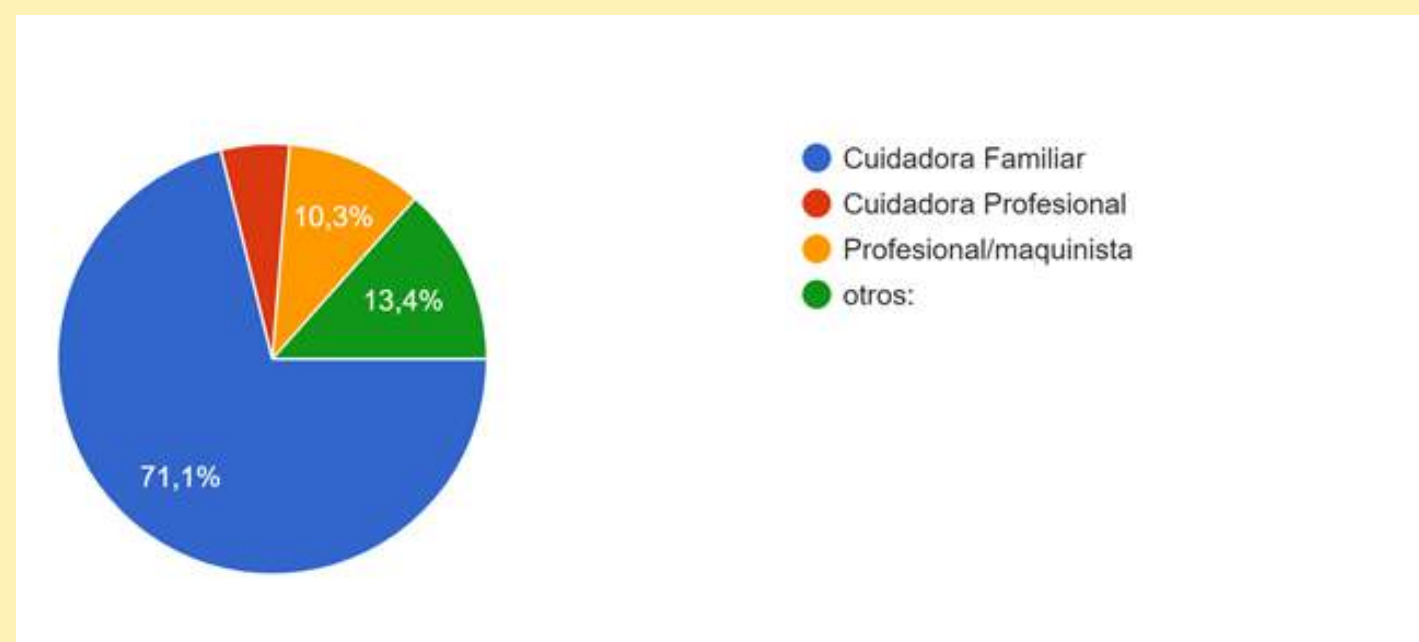


RESULTADOS GENERALES Y SATISFACCIÓN

En Acufade, nos esforzamos por hacer un trabajo de calidad. Por eso nos gusta conocer la opinión de las personas acerca de los servicios que ofrecemos.

El Tren de la Felicidad no podía ser menos, y nos hemos llevado gratas sorpresas en los cuestionarios de satisfacción 2019.

Contamos con la opinión de 109 personas cuidadoras.



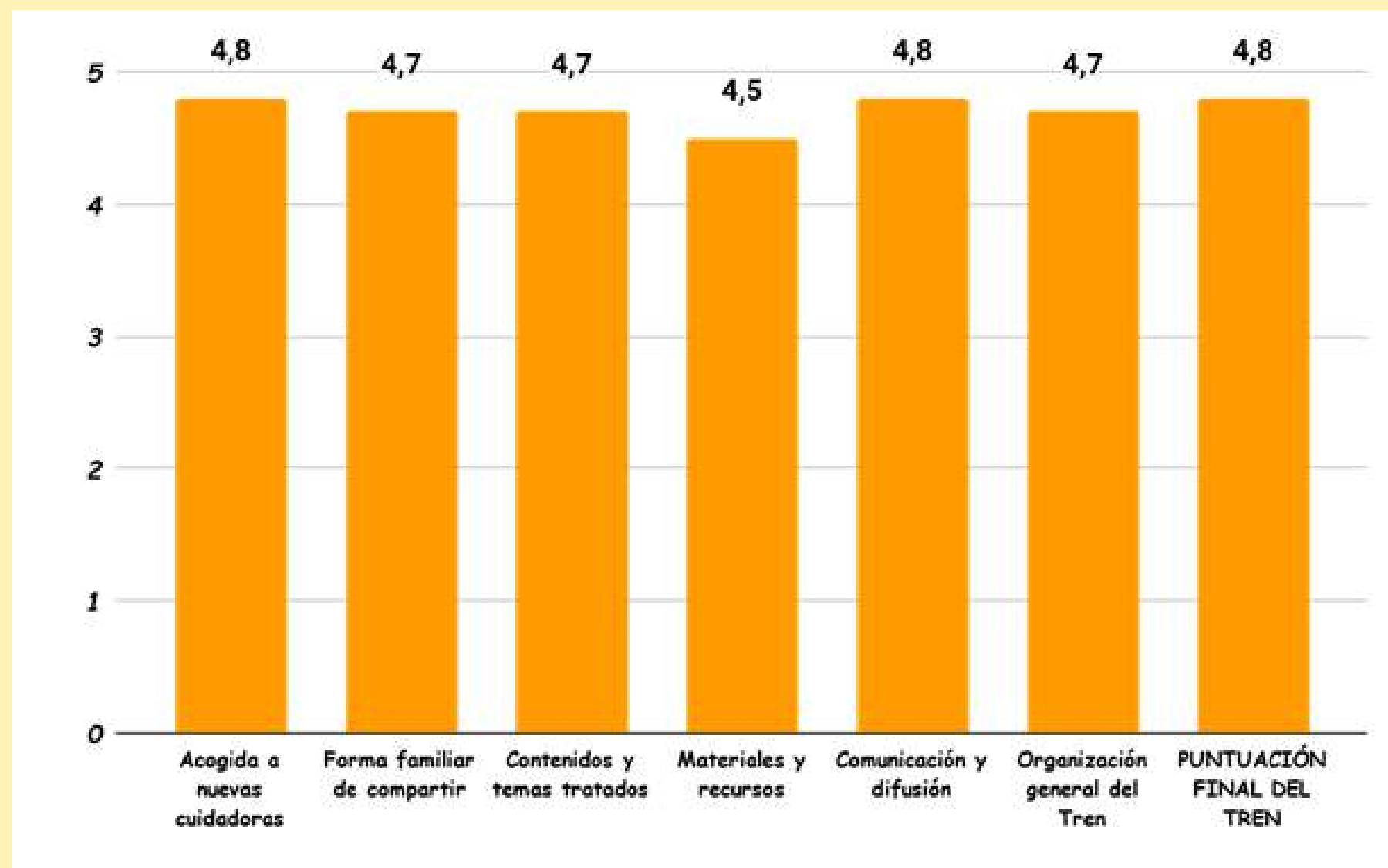


RESULTADOS GENERALES Y SATISFACCIÓN

Las experiencias más importantes que han vivido en el Tren y les motiva a subirse:

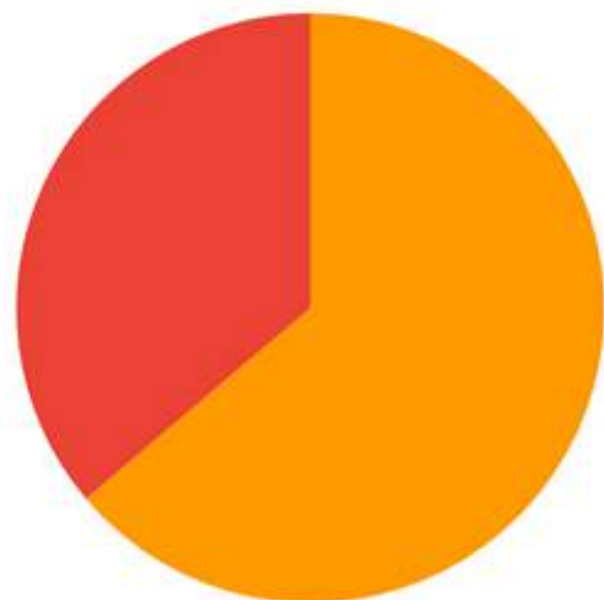
- Aprender conocimientos de profesionales y experto/as en el cuidado, tanto del equipo de Maquinistas como de profesionales externo/as.
- Compartir, contagiar y aprender de las sabidurías y experiencias de Cuidadoras Expertas Compartir Encuentros conjuntos e intercambiar experiencias con cuidadore/as de otras islas.
- Espacios de ocio y actividades para reír.

Nos dan muy buena nota en relación a las dinámicas y aspectos organizativos del tren, tal y como se refleja en la gráfica.



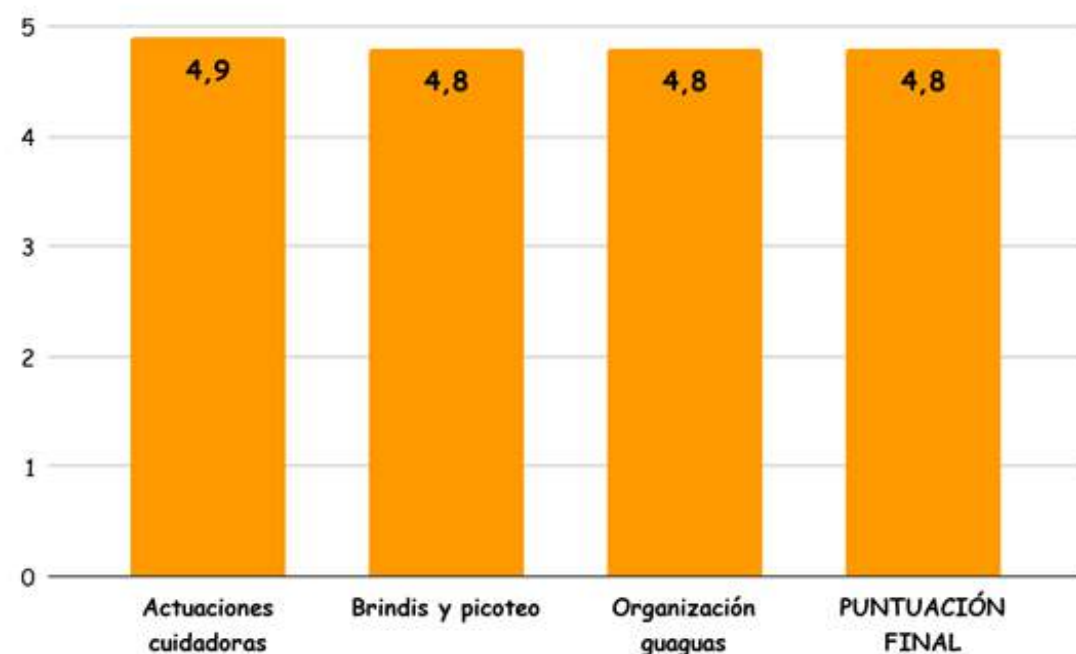
RESULTADOS GENERALES Y SATISFACCIÓN

● Felicitaciones/Todo estupendo ● Alguna mejora



El 63,8% de las personas que cuidan no propusieron ninguna mejora, felicitaron o agradecieron: "Este Tren es parte de mí", "Todo me parece estupendo".

El 36,2% de las personas propusieron algunas mejoras de cara al año 2020 como "Más encuentros conjuntas y paradas al mes", "Que llegue a más cuidadoras de Tenerife", "Compartir más actividades al aire libre", "Asesoramiento y Apoyo Individual", "Formación sobre enfermedades neurodegenerativas", entre otras.



La satisfacción con el "X Encuentro Insular de personas cuidadoras de personas dependientes de Tenerife", valorada por un total de 120 personas, arroja un sobresaliente como nota final.

El 92% de las personas felicitan y les parece "todo perfecto", "el encuentro más auténtico vivido"... Solo un 8% proponen mejoras: "Realizarlas más a menudo", "Espacio más amplios", "Que se organicen en el Hierro"...

LOGROS 2019

El Tren de la Felicidad continua esforzándose en llegar al máximo número de cuidadoras posible año tras año. Por eso consideramos importante la difusión. Para ello utilizamos diversos medios: website, redes sociales, mensajería instantánea y participación en programas de radio y TV en Canarias.

Este año el programa de TV "Canarias hoy" nos ha entrevistado.

Nos esforzamos también en diseñar la información para promocionar nuestras paradas, y llegar a las cuidadoras.



El Tren de la Felicidad

Espacio para Personas que Cuidan

Taller sobre cuidados básicos de la salud para quien cuidamos

Cómo cuidar las necesidades físicas básicas

Enfermería de Eñaca Comunitaria.



LA OROTAVA
CENTRO DE MAYORES. C/San Agustín 9

23 de Mayo
17:00 a 19:00 Horas

Más información El Tren de la Felicidad
Acufade 922.57.76.68

El Tren de la Felicidad

Espacio para Personas que Cuidan

Taller sobre Cuidados físicos en el Domicilio

¿Cuáles son los signos de alerta para cuidar mejor?



EL HIERRO
Salón municipal. Plaza Matías Padrón, El Pinar.

17 de Junio
10:30 a 14 Horas

Más información El Tren de la Felicidad
Acufade 922.57.76.68

El Tren de la Felicidad

Espacio para Personas que Cuidan

El viaje del mundo del Alzheimer y otras demencias.

Impartido por: Psicólogo/a de ACUFADE



SANTA ÚRSULA
CENTRO CEAF. Carretera Vieja, 56. Santa Úrsula

19 de Septiembre
17:00 a 18:30 Horas

Más información El Tren de la Felicidad
Acufade ¡Habrá actividades destinadas a las personas que cuidan!

El Tren de la Felicidad

Espacio para Personas que Cuidan

Conviviendo con las emociones en el cuidado

Cómo relacionarnos desde el respeto y la comprensión.



Impartido por: Psicólogo/a de ACUFADE

ICOD DE LOS VINOS
CENTRO DE SALUD

30 de Julio
16:00 a 18:00 Horas

Más información El Tren de la Felicidad
Acufade 922.57.76.68



Solo nos queda dar las GRACIAS por el apoyo recibido, y seguir marcándonos objetivos año tras año, para mejorar la realidad de las personas que cuidan.

El Tren de la Felicidad ¡sigue adelante!

info@acufade.org

www.acufade.org

www.eltrendelafelicidad.org



Consejería de Empleo,
Políticas Sociales y Vivienda

