

# **CURSO BÁSICO VOLUNTARIADO DE TELEACOMPAÑAMIENTO A PERSONAS MAYORES. SERVICIOS SOCIALES AYUNTAMIENTO DE CARTAGENA Y UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE CARTAGENA.**

## **1.- ¿Qué es el voluntariado?**

Se entiende por Voluntariado el conjunto de actividades de interés general con carácter altruista y solidario, desarrolladas por personas físicas, que eligen de forma libre, y sin contraprestación económica

Existe varios tipos de voluntariado en función a la actividad y colectivo con el que se colabora. En este caso esta modalidad forma parte del "socio-sanitario"

## **2.- Voluntariado en la Universidad Politécnica de Cartagena**

En la Universidad Politécnica de Cartagena, existe diversas opciones para realizar voluntariado. Hay opciones puntuales, y otras que se desarrollan a lo largo del curso académico.

En el voluntariado universitario se compensan las horas de colaboración con ECTS, siempre con un mínimo de 12.5 horas (0.5 ECTS) hasta un máximo de 75 horas (3 ECTS).

La información de las ofertas aparecen en:

- <https://www.upct.es/voluntariado-apoyo-discapacidad/es/inicio/>
- Instagram @voluntariadoydiscapacidadupct
- En página principal web UPCT.ES en Eventos
- Y puedes recibir el boletín de novedades si te inscribes en: Aula Virtual: ALU-VO VOLUNTARIADO lo puedes hacer pinchando aquí:
  - <https://bit.ly/35JRRt0>

## **3.-¿Qué es el Proyecto de voluntariado: proyecto intergeneracional de teleacompañamiento a personas mayores. Servicios sociales y upct.**

Este proyecto tiene como destinatarios las Personas Mayores que viven solas, y que no cuentan con una red de apoyo familiar o social, en su mayoría beneficiarios de los servicios domiciliarios de la Concejalía de Servicios Sociales.

## **4.-Tareas y metodología a seguir voluntarios estudiantes upct**

Los voluntarios serán derivados por la UPCT, especificando su nombre, correo, teléfono, curso y grado en el que se encuentran.

Los técnicos del programa de mayores asignarán a cada voluntario una o varias personas mayores, con los que establecerán contacto telefónico periódicamente. Durante estas conversaciones que tendrían que durar entre 10 minutos y 20 minutos aproximadamente. Se establece un mínimo de entre 2 o 3 días

a la semana, pudiendo llamar más días. La persona voluntaria podrá compartir experiencias, preguntar cómo se encuentra, transmitir seguridad y lanzar mensajes de ánimo.

Cada estudiante tendrá un profesional de referencia de la Concejalía de Servicios Sociales, que le hará un seguimiento tanto a la persona voluntaria, como al beneficiario que se le ha asignado, comprobando que se le están haciendo las llamadas acordadas

## 5.-¿Qué significa intergeneracionalidad?

La **intergeneracionalidad** son las relaciones que se establecen entre individuos de diferentes cohortes de edad o "Generaciones", las relaciones intergeneracionales típicas son las relaciones Abuelo-Nieto (no solo se circunscriben a las relaciones entre familiares de distintas generaciones).

## 6.-Algunas orientaciones para hablar telefónicamente con las personas mayores

- Preséntate con un **tono amigable** y hazle saber que estás encantado/a de hablar con el o ella.
- Si no sabes de qué hablar, **hazle una pregunta abierta**, las personas mayores por lo general comparten sus historias y recuerdos interesantes con los demás, acerca de su familia o de cómo era su vida cuando tenía tu edad, tienen muchas experiencias de vida, y la mayoría de ellas estarán felices de compartir su sabiduría con vosotros. Probablemente se sientan halagados de que le hayas preguntado.
- No todas las charlas que tengas con una persona mayor, tienen que ser profundas. Las personas mayores también disfrutan de **charlas sencillas y amables**.
- **Transmítele tranquilidad**, ante la situación a la que nos enfrentamos.
- Pronuncia las palabras **con claridad**, habla en voz alta para que te escuche con facilidad. Sin embargo, **no le grites**, a menos que te pida que hables más alto, ni uses lenguaje infantil, habla con ella como si fuera cualquier otro adulto.
- Asegúrate de **que no haya ruidos de fondo** que puedan causar distracciones, para que la persona mayor pueda concentrarse en la conversación.
- Ten en cuenta, que **sus capacidades no son las mismas que las tuyas**, por lo que podría costarle un poco más de trabajo hablar y entender lo que le dices, factores como la pérdida de memoria pueden complicar la interacción, es posible que tenga que hacer una pausa para encontrar la palabra correcta, recuperar sus pensamientos o recordar algo. Espera pacientemente hasta que termine de hablar. No trates de completar sus oraciones o encontrar la palabra que está buscando a menos que te lo pida, la **paciencia es la mejor virtud** que puede tenerse al momento de tener una conversación con una persona mayor, intenta tomarte la situación con calma para transmitirle tranquilidad.
- Recuerda que las personas mayores son como tú, alguna vez han tenido tu edad, y han experimentado los mismos sentimientos y muchos de los mismos acontecimientos de la vida que tú.

Trata a la persona con el mismo **respeto y cortesía** que esperarías de los demás, y busca temas en común que te ayuden a conectar con ella.

Si detectas algún problema, por favor hazlo saber a tu persona de referencia, cuanto antes antes.

## 7.-Documento de formación Online de Fundación FADE.

- Sesión a cargo de David Buendía Ortuño, Máster en Councelling y Relación de Ayuda, y que tiene como fin aportar técnicas para fomentar la escucha activa.

Sesión formación online:

**'Herramientas de escucha activa para el acompañamiento telefónico':**

<https://www.youtube.com/watch?v=9msbRC79veE&t=54s>

## 8.-Equivalencia llamadas y ects. Condiciones para obtención de ects o certificado de participación

Las horas se computarán para la convalidación a ECTS, 12,5=0.5 ECTS, máximo a computar, 3 ECTS.

1. Finalizado el Proyecto, el profesional asignado de la Concejalía de Servicios Sociales emitirán informe de cada estudiante participante,

2. Finalizado el Proyecto cada estudiante de la UPCT enviará a voluntariadoydiscapacidad@upct.es dos documentos. Los modelos se pueden descargar desde esta web.

2.a) Ficha personal de seguimiento

2.b) Breve informe de valoración personal en esta actividad

3. Una vez el Servicio de voluntariado cuente con estas dos condiciones, se otorgará la siguiente equivalencia

**15 llamadas + informe favorable de S. Sociales + Ficha de seguimiento personal e informe= 0.5 ECTS**

Estos informes se enviarán entre el 1 de junio y el 30 de junio de 2021.

## 8.-DURACIÓN

El proyecto se desarrollará durante **hasta el 31 de mayo del 2021**, así mismo, cuando todo vuelva a la normalidad, e incluso pudiendo llegar a conocerse presencialmente, en aquellos casos que así lo consideren ambas partes.

## **9.-EVALUACIÓN**

Durante el periodo de duración del proyecto, técnicos del ayuntamiento realizarán un seguimiento a cada uno de los casos, para comprobar su realización, así como para conocer la satisfacción de ambas partes.

El proyecto se evaluará a su finalización con encuestas de satisfacción a voluntarios y a beneficiarios telefónicamente, con el fin de que en caso de que esta sea positiva, trasladar este proyecto a nuevos cursos académicos ya normalizados.

Contacto en UPCT 968338924 voluntariadoydiscapacidad@upct.es