

## AGENDA COMUNITARIA



### CENTRO SALUD DE ALAGÓN

**Sector Sanitario** Zaragoza III

**Nombre del Equipo de Atención Primaria** CS Alagón

#### CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA

¿Qué actividades realizan los profesionales del centro de salud (medicina, enfermería, matrona, trabajo social,...) además de la consulta individual?

¿El equipo de atención primaria ha participado en intervenciones comunitarias y de desarrollo comunitario de la Zona Básica de Salud?

#### ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

##### PASEOS SALUDABLES:

El año 2018 el Servicio Comarcal de Deportes de la Comarca de la Ribera alta del Ebro, con el lema "Vida activa es salud" inicia los "pasos saludables". Se realizan en Cabañas de Ebro, Pedrola, Alagón, Grisen, Figueruelas, Remolinos, Alcalá de Ebro, Barboles, Pleitas.

El año 2017 el Servicio Comarcal de Deportes de la Comarca del Valdejalón inició los paseos saludables en Bardallur, Urrea y Plasencia de Jalón.

Un día a la semana, durante una hora, los grupos salen a caminar, tras un calentamiento. Al finalizar la actividad se estira adecuadamente. Todo el proceso está supervisado por profesionales competentes. El año 2018 se inscribieron unas 200 personas de las cuales alrededor de 180 salían semanalmente a pasear en grupo por dichos municipios.

Los objetivos de la actividad son fomentar una vida activa por medio de paseos, reconocer los beneficios del ejercicio a través de una valoración de su actividad diaria, crear un grupo estable que fomente una red social de paseadores, mejorar su capacidad al ejercicio a través de las rutas de paseo programadas, mejorar su capacidad al ejercicio a través de las rutas de paseo programadas y modificar hábitos de desplazamiento.

Destinatarios: Mujeres y hombres de las diferentes poblaciones que abarca el Centro de Salud de Alagón de todas las edades que deseen adquirir el hábito saludable de caminar.

Observaciones: El grupo de paseadores saldrá a pasear los días que corresponda a su población de Octubre-noviembre a Mayo con los profesionales de las Comarca Alta del Ebro y Valdejalón responsables. Los profesionales del Centro de Salud serán referentes a la hora de cualquier consulta o derivación de aquellos participantes que muestren algún

signo o síntoma a ser valorado por profesionales sanitarios y que haya sido identificado durante los paseos. Desde las consultas de los profesionales sanitarios del Centro de Salud se les recomienda a los pacientes que puedan beneficiarse de los paseos saludables.

### **EDUCACIÓN MATERNA O PREPARACIÓN AL PARTO-Matrona**

Una sesión semanal de dos horas, donde se asesora y prepara a las embarazadas, para que lleguen a uno de los procesos más importantes de su vida, en las mejores condiciones físicas y psicológicas.

Resolviendo todas las dudas y cuestiones que les surjan a lo largo del embarazo, parto, puerperio y lactancia.

### **ESPALDA SANA-Fisioterapeuta**

El objetivo es conocer la anatomía y funcionamiento de la columna vertebral, entender en que consiste la patología y que mecanismos agravan el dolor, que actividades, postura, movimientos y cuidados lo mejoran. Se trabaja por grupos de seis personas, son cinco sesiones, una sesión es de teoría y cuatro sesiones son prácticas.

Los pacientes de nuestro Centro de Salud tienen que desplazarse a Casetas, donde está nuestra fisioterapeuta de referencia.

### **PRIMEROS AUXILIOS-Profesionales de medicina y enfermería.**

EL objetivo es impartir conocimientos sobre primeros auxilios y RCP a la población desde Atención Primaria.

Los talleres se han impartido a profesores, alumnos de 6º primaria, y 4ºESO .También en las diferentes poblaciones que nos lo ha demandado.

### **SEMANA SIN HUMO**

Los alumnos de los colegios de Alagón, Pedrola, Figueruelas, Grisen, Remolinos, Cabañas de Ebro, Plasencia de Jalón, Urrea de Jalón, Bárboles y Bardallur, realizan dibujos y murales sobre un tema relacionado con los beneficios de vivir sin humo. Cada año tenemos un lema. El día mundial contra el tabaco, profesionales de nuestro centro del salud, acuden a los diferentes colegios y les entregan un diploma a los alumnos y diferentes obsequios donados por los Ayuntamientos de los diferentes pueblos.

Los dibujos y murales son expuestos en el Centro de salud y consultorios durante todo el año.

Esta actividad comenzó en Figueruelas y Grisen, pero desde hace dos años se ha extendido a todos los demás pueblos.

**PROYECTOS PUNTUALES**-Talleres y sesiones a petición de colectivos o colegios.

Colaboración con asociaciones, colegios, con diferentes charlas, por ejemplo: en colegio-lavado de manos, asociación diabéticos, prevención de accidentes, cannabis y cigarrillo electrónico, depresión...

**GRUPO DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DE CRÓNICOS EN EL CENTRO.**

El año 2017 se realizó un taller dirigido a los pacientes con EPOC.

El objetivo era mejorar los conocimientos y habilidades de los pacientes en torno a su enfermedad.

**UNIDAD SALUD MENTAL:**

**GRUPOS TERAPEÚTICOS QUE SE REALIZAN EN USM MONCAYO (ALAGÓN)**

**1-GRUPO DE ACOMPAÑAMIENTO AL DOLOR CRONICO:**

Se trata de un grupo en el que se realiza una tarea:

-Psicoeducativa: Dando información sobre los aspectos neurobiológicos del dolor crónico así como de la relación entre emociones, cogniciones y dolor.

-Trabajo con la conexión mente-cuerpo: A través de prácticas meditativas centradas en la atención plena y la compasión se ayuda a vivir la experiencia del dolor centrada en el momento presente sin añadir el sufrimiento secundario originado por las emociones o pensamientos asociados a la experiencia dolorosa. El entrenamiento en compasión permite también tratarse de una manera más cuidadosa en todas las áreas de la vida incluida el dolor.

-Promover una tarea de menor resistencia al dolor iniciando un proceso de resistencia activa y de procesos de duelos.

**2-GRUPO DE LECTURA EN PACIENTES CON TRASTORNO MENTAL GRAVE**

El objetivo de este grupo es promover una lectura y un diálogo sobre diferentes aspectos de interés, favoreciendo además de una tarea de rehabilitación cognitiva, una mayor conexión de estos pacientes con los profesionales y buscando una mayor adhesión al tratamiento y seguimiento y prevención de recaídas.

### **3-GRUPO DE TERAPIA PARA MUJERES EN LA MITAD DE LA VIDA**

Se realiza un proceso terapéutico en grupo con mujeres que presentan problemas comunes (duelos, síndrome del nido vacío, problemas asociados con los cambios corporales, dificultades y sobrecargas familiares). A través de una serie de propuestas terapéuticas se trabajan en común las dificultades para hacer una mayor toma de conciencia de las raíces de las mismas y promover cambios posibles.

### **CONSEJO DE SALUD**

A través del Consejo de Salud que es un órgano de participación cercano y próximo a los ciudadanos donde se tratan cuestiones de salud individual y comunitaria. Las funciones que tiene el Consejo de Salud son: Impulso y coordinación de la participación comunitaria en salud, mediante fomento de las relaciones con organizaciones sanitarias no gubernamentales, con los ciudadanos y con las asociaciones de pacientes y familiares, impulso y promoción de las políticas de salud intersectoriales, coordinado las actuaciones de los diferentes órganos implicados de la Administración autonómica y local a través de la iniciativa "Salud en Red" donde se realiza un análisis de la realidad comunitaria de la zona básica de salud, se identifican necesidades detectadas y se pone en común iniciativas y proyectos para realizar.

¿Qué iniciativas o proyectos de promoción de la salud se realizan por entidades de la Zona o del entorno?

### **INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO**

#### **ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR LA COMARCA ALTA DEL EBRO:**

Comarca Ribera Alta del Ebro. Teléfono 976 613 005

#### **PROGRAMA PSICOFORMATIVO DE PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN**

El programa está dirigido a mejorar el bienestar social y mejorar el autoconocimiento de personal. Realización de talleres o charlas.

Los Ayuntamientos o asociaciones lo solicitan a través de la psicóloga de la Comarca.

Se concreta en lo siguiente:

#### **1-PROYECTO "ENVEJECIMIENTO ACTIVO"**

Objetivo General: Mejorar la calidad de vida de las personas mayores promoviendo un envejecimiento activo que favorezca la autonomía personal, eliminando conceptos erróneos sobre el envejecimiento y transmitiendo conocimientos básicos que promuevan estilos de vida saludables, que fomenten el desarrollo personal y la participación social.

Objetivos Específicos:

-Prevenir y frenar el deterioro social, cognitivo, físico y funcional apoyando la autonomía e independencia de las personas mayores.

-Fomentar un espacio de diálogo que favorezca la autoestima, la conciencia de utilidad social, realización personal y dignidad en las personas mayores.

-Estimular la actitud realista, activa, positiva y participativa.

-Entrenar estrategias para optimizar competencias cognitivas, emocionales y sociales.

Se proponen los siguientes talleres que tendrán una duración de hora por charla o taller.

Grupos de debate “CHARLA Y CAFÉ”:

-La vejez y sus falsos mitos

-Convivencia y conflicto entre jóvenes y mayores

-Los nietos y nietas ¿Obligación o disfrute?

-Charla Envejecimiento Activo

-Talleres Envejecimiento Activo

-Muevo mi mente

-Envejeciendo con los demás.

## 2-PROYECTO “MEJORA TU AJUSTE PERSONAL”

Estos talleres y charlas surgen como respuesta a la necesidad detectada a través de la Asesoría Psicológica y están dirigidos a mejorar las condiciones de ajuste personal desde una perspectiva grupal.

Objetivo General: Mejorar el ajuste personal para poder afrontar de forma positiva las diferentes situaciones que se presenten en el desarrollo vital.

Objetivos Específicos:

Facilitar el autoconocimiento. Identificar, comprender y manejar las emociones. Potenciar la valoración personal positiva. Mejorar y/o aprender nuevas formas de hacer frente a los problemas y situaciones de la vida.

Se proponen los siguientes talleres que tendrán una duración de 2 sesiones de una hora y media por sesión.

-“Me conozco, me quiero I y II”.

-“Mis emociones”.

-“Resolución de problemas”.

### 3-PROYECTO “APOYO A LAS CUIDADORAS NO PROFESIONALES”

El aumento de la demanda de apoyo psicológico recibida en el Servicio de Asesoría Psicológica por parte de las “cuidadoras informales” y los elevados niveles de ansiedad y estrés que presentan, pone de manifiesto la necesidad de realizar actividades de prevención y ayuda a las personas cuidadoras de personas dependientes. Desde una visión integral, teniendo en cuenta tanto al cuidador como a la persona dependiente, estos talleres se orientan a conseguir un bienestar recíproco.

Se proponen los siguientes talleres y charlas:

- Charla “Cuidar con cuidado”
- Taller “Cuidando al cuidador”

### 4-PROYECTO “SENSIBILIZACIÓN EN IGUALDAD Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA MACHISTA”

La sensibilización en igualdad se considera uno de los pilares fundamentales en la prevención y detección de la Violencia de Género. Esta actividad se viene desarrollando desde hace varios años, a demanda de las Asociaciones de Mujeres, coincidiendo principalmente con las actividades que se realizan con motivo del Día Internacional de la Violencia de Género y el Día Internacional de la Mujer Trabajadora.

Se proponen las siguientes charlas y talleres:

- Charla “Día Internacional contra la Violencia de Género”  
El porqué de ese día. Tipos de violencia contra las mujeres. La violencia de género a través de la vida. ¿Cuales son nuestros derechos?.

- Charla “Con ese cuento a otra parte”.

Análisis de los estereotipos de género a través de la violencia simbólica. Estereotipos y roles de género. Como cambiar los roles de género.

- Charla “Día Internacional de la Mujer”.

Diferencias en el trato y trabajo de la mujer en diferentes culturas. Proceso histórico de incorporación de la mujer al trabajo. Historia del día internacional de la mujer. Derecho al voto femenino en España.

- Charla “Los nietos y nietas: educación para la igualdad”.

Análisis de los roles tradicionales de género masculino y femenino y su mecanismo de transmisión. Que transmitimos sin darnos cuenta. El uso del lenguaje sexista.

- Charla “Igualdad y amistad”.

Visibilizar el mantenimiento de estereotipos de género en las relaciones de amistad y actividades de ocio.

## Estrategia Atención Comunitaria

- Taller “Los micromachismos: pequeñas trampas de la vida cotidiana”
- Taller “El espejo de la desigualdad”.

### 5-PROYECTO “PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA MACHISTA EN LA POBLACIÓN ADOLESCENTE”

El incremento de los casos de violencia de género entre la población adolescente en los últimos años hace necesario el establecimiento de actividades de prevención entre la población preadolescente y adolescente. Este taller está diseñado para jóvenes preadolescentes y adolescentes pertenecientes a los municipios de esta Comarca, con el objetivo de promover el establecimiento de relaciones basadas en la igualdad, el respeto, la tolerancia y el buen trato.

La duración de los talleres será flexible con sesiones de una hora y media de duración. Se proponen los siguientes:

- Taller “Y tú de qué vas?”.
- Charla “Si mi hija sufre maltrato...”.
- Charla “Si mi hijo es maltratador...”.

### 6-OTRAS COLABORACIONES

- Módulo de Igualdad de Género de cursos derivados del INAEM que realice la Comarca.
- También desde el área de animación comunitaria se ha ofertado a las asociaciones de tercera edad y mujer de la comarca los siguientes cursos cofinanciados, mitad por la comarca y mitad por las asociaciones.

#### CURSOS COFINANCIADOS:

- Taller de relajación. Duración:4 sesiones de una hora y media.
- Escuela de espalda y suelo pélvico: Duración: 6 sesiones de hora y media.
- Bailes en línea: Duración: 10 sesiones de una hora.
- Taller de emociones: Duración: 5 sesiones de 2 horas.
- Taller de memoria: Duración: 5 sesiones de 2 horas.
- Risoterapia: Duración 5 sesiones de 2 horas.
- Manejo básico del móvil: Duración: 3 sesiones de hora y media.
- Gerontogimnasia/Gimnasia de mantenimiento: Duración: 10 sesiones de una hora.
- Taller recreativo: Duración: 5 sesiones de dos horas.
- Iniciación a la Informática: Duración: 5 sesiones de dos horas.
- Curso de cocina.

## ALAGÓN

-Ayuntamiento de Alagón. Plaza de España 1

Teléfono 976 610 300

-Recursos y Servicios municipales:

Casa de cultura: Plaza San Antonio 2. Teléfono: 976 611 614

Escuela de Educación de Adultos. Aula Mentor. Escuela Municipal de Música "Miguel Arnadas".

Actividades culturales: Taller de artes aplicadas. Taller de dibujo y pintura para adultos. Curso de manualidades. Taller de corte y confección. Iniciación artística. Crea con trapillo. Taller de ajedrez. Taller de Teatro Radiofónico. Superchef para peques. Ensayos de la Asociación cultural "Joteros Villa de Alagón". Ensayos de Grupo Folclórico "Virgen del Castillo".

Centro Cívico "A.F.Molina":

C/Las Damas 8. Teléfono: 976 900 577

Sesiones y actividades culturales: Universidad de la Experiencia. Aula de Estudios Universitarios. Galería de Arte Santiago Pelegrín. Exposición permanente Antonio Fernandez Molina.

Asociación de vecinos "Allabone". Realiza "Belen de Alagón". Se celebran eventos de diversa índole como el Encuentro de Historia Contemporánea o el Encuentro de Poesía "Villa de Alagón".

Auditorio "Arcón":

C/Ribera Alta del Ebro s/n. Teléfono 976 610 300

La variada programación anual hace que por el Auditorio hayan pasado compañías teatrales, monólogos, espectáculos de magia, conciertos en acústico, veladas de música clásica, ciclos de cine, espectáculos infantiles, folclore...

Oficina Municipal de Turismo:

Plaza San Antonio 2. Teléfono 976 611 814

Se ofertan actividades de Turismo Activo y de Naturaleza, con caminatas por caminos y praderas, recorridos en barca por el río Ebro, senderismo, rutas en bici...

También actividades de Turismo cultural, donde conocer la cultura mudéjar, conocer los bailes y danzas tradicionales, disfrutar de las fiestas patronales.

Biblioteca Pública Municipal:

Plaza Alhóndiga, 20. Teléfono 976 611 485

Aula de Estudios.

Centro cívico "A.F.Molina. Teléfono 976 900 577

Estudiantes Universitarios y de grados superiores



### Estrategia Atención Comunitaria

Escuela de Educación de Adultos /Aula Mentor Alagón:

Universidad de la Experiencia:

Para personas mayores de 55 años. Clases impartidas por profesores universitarios en colaboración con la Universidad de Zaragoza. El objetivo de la Universidad de la Experiencia es la divulgación de la cultura y la ciencia, además de fomentar la participación de los mayores en la sociedad.

Escuela Municipal de Música “Miguel Arnaudas”.

Enseñanza Reglada en Alagón:

-Instituto de Educación Secundaria “Conde Aranda”

AMPA. Arturo Callen 670614480

-Colegio Público de Educación Infantil y Primaria “Aragón”

AMPA. Jesús Gustran 65147 10 40

-Centro Concertado de Formación Profesional Específica “Alavu”

C/Ramón y Cajal 10

-Centro Concertado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria “Ntra Sra del Castillo”

AMPA: Eva Arnandas 669 6441 55

Escuela Municipal de Educación Infantil:

Avenida La Portalada 24.Teléfono: 976 613 104

Escuela Taller Ribera Alta del Ebro

C/ Portillo de las Eras s/n. Pedrola.

La Escuela Taller son proyectos de carácter temporal en los que el aprendizaje y la cualificación se alternan con un trabajo productivo en actividades relacionadas con la recuperación o promoción del patrimonio artístico, histórico, cultural o natural; con la rehabilitación de entornos urbanos o del medio ambiente; la recuperación o creación de infraestructuras públicas, así como con cualquier otra actividad pública o social que permite la inserción a través de la profesionalización y adquisición de experiencia de los participantes.

DEPORTES-Instalaciones:

Polideportivo Municipal “La Portalada”

Plaza Joaquín Barceló, s/n Teléfono: 976 612 585

Piscina Cubierta Municipal.

Plaza Joaquín Barceló, s/n Teléfono 976 900 989

Campo de fútbol municipal La Portalada”

Pistas exteriores Parque “La Portalada”.

Pista de fútbol-sala, baloncesto y frontón.

Rocódromo

Zona deportiva “La Ciruela”. Pistas atletismo, dutchball, voléibol y una canasta de mini-basket.

Piscina de verano.

## Estrategia Atención Comunitaria

Actividades deportivas organizadas por la Comarca Alta Río Ebro:

- Carrera Popular Villa de Alagón
  - Carreras populares y escolares.
  - Cursos de defensa personal. Impartido por policías. Gratuito.
  - Escuela de salud. Organiza charlas.
- Oficina Comarcal Agraria- Teléfono 976 616 070

Juventud e Infancia:

Espacio Joven (edades de 10 a 20 años). Aula de audiovisuales para ver partidos de fútbol y películas en pantalla grande. Un aula de juegos con fútbolín, tenis de mesa y videoconsolas. Un aula para hacer trabajos en grupo, navegar por internet o jugar a juegos de mesa. Un amplio hall con sillones e hilo musical para poder hablar tranquilamente con los amigos.

Acción Social y Política de Igualdad

Des tinados a prestar apoyo a las familias en situación de crisis o necesidad, a prevenir situaciones de riesgo y potenciar las capacidades de las personas para enfrentar sus problemas.

-Servicio de reparto de alimentos. Ayuntamiento Alagón. Trabajadora social. Teléfono 976 61 03 00

-Comedor colectivo. Contactar con trabajadora social Centro de Día Tercera edad.

-Residencia y Centro de Día de Alagón.

C/Alameda de Aragón 41, 50630 Alagón. Teléfono 976 612 640

-Servicios Sociales Comarca Ribera Alta del Ebro.

C/Almogávares, 51, 50630 Alagón.

Teléfono:976 613 005

-Voluntariado en Comarca Ribera Alta del Ebro:

Coordinadora Aragonesa de Voluntariado:

[www.aragonvoluntario.net](http://www.aragonvoluntario.net). Teléfono 976 21 49 38

Comarca Ribera Alta del Ebro:

[animadorsocial@rialebro.net](mailto:animadorsocial@rialebro.net). Teléfono 976 61 30 05

-AVPC Comarca Ribera Alta del Ebro.

-Agrupación de voluntarios de Protección Civil.

Plaza de España, 1. Alcalá de Ebro.

-Caritas.

Servicio de Acogida y Orientación de Nuevos Voluntarios. Teléfono 976 294 730

-Ciudad residencial Sonsoles.

Centro de Atades (ubicado en Alagón) que ofrece asistencia permanente a personas con discapacidad intelectual media/ligera y profunda. El complejo agrupa varias

### Estrategia Atención Comunitaria

residencias, talleres ocupacionales, un centro de ocio y otros servicios con el objetivo de ofrecer atención integral a los residentes.

Contacto: Juan Mateo, responsable de voluntariado de Atades. Teléfono: 876 550 554 / 660 101 784.

-Cruz Roja Española, Asamblea Local de Alagón

Desarrolla diferentes proyectos: Socorros y Emergencias , salud( campañas de prevención, Intervención social (trabajo con personas en exclusión social, reparto de alimentos, ropa, productos de higiene y de limpieza, material escolar...) refuerzo escolar ( apoyo extraescolar, merienda , integración), Servicio de Ortopedia (alquiler de material ortopédico, como sillas de ruedas, muletas, andadores, camas, grúas...) Proximidad ( apoyo telefónico a personas mayores o en exclusión social, contacto con voluntarios, infancia y juventud (talleres, campañas, convivencia), Formación ( cursos interno y externos), captación (campaña de ayuda de recogida de productos y de financiación), Comunicación (Revista de información, redes sociales), Voluntariado (Vida Asociativa, actividades internas), Campañas y proyectos estacionales y puntuales.

Contacto: Avenida La jalea, s/n 50630 Alagón.

Teléfonos:976 616 540/ 976 656 263

Email: [alagon@cruzroja.es](mailto:alagon@cruzroja.es)

-Fundación Benéfica Casa Amparo Inmaculada Concepción

Contacto: Reyes Alvarez García (Gerente).Residencia Inmaculada Concepción. Pza Alhóndiga, 18. Alagón. Teléfono: 976 610 886

Email:[dirección@residencia-alagon.com](mailto:dirección@residencia-alagon.com)

-Fundación Hospital Almau.

Fundación que desarrolla su actividad de residencia de Ancianos Mixta (57 plazas) y de Centro de Día (20 plazas).Autorizada para 24 plazas de concierto de plazas con el Gobierno de Aragón.

Contacto: M<sup>a</sup> Pilar Celimendiz Lamuela

Avda. Diutación,2. 50690. Pedrola.

Teléfono: 609 947 710

-OCIJ Ribera Alta del Ebro

Oficina de información joven de la comarca se basa principalmente en dar alternativas para el tiempo de ocio de la población joven ( de 12 a 30 años, de los municipios de la comarca).

Facilita información joven sobre voluntariado, asociacionismo, ocio y tiempo libre, programas europeos, arte y cultura, recursos sociales y servicios sociales. Asesorar sobre el carnet joven, alberguista, empleo y autoempleo, psicología, sexología... Programa de actividades: oficina

itinerante comarcal, campos de trabajo, proyecto jóvenes dinamizadores, party 24 h, concurso de fotografía, día de la convivencia arte joven, actividades arte joven, servicio de dinamización de institutos, actividades sobre el plan de infancia y adolescencia, apoyar orientar todas las actividades propuestas por los jóvenes de la comarca.

Contacto: C/Portillo Eras, 20. 50690 Pedrola (Zaragoza)

Teléfonos: 976 615 018 / 651 841 534

Email:juventud@rialebro.net

RR.SS

Instagram:juventuddriaebro

Facebook: Ocijriberalta

Twitter: Ocijriberalta

Web:www.rialebro.net

Asociaciones de Alagón:

-Asociación de mujeres de Alagón. Pilar Gascón es la secretaria. Teléfono: 657 81 03 07

-Asociación de la promoción gitana Aragonesa. Teléfono: 976 61 31 05

-Peña Sajeño Aragonesa: C/ Jota Aragonesa 4, Teléfono 976 61 04 74

-Peña Zaragocista de Alagón. Teléfono 976 61 61 02

-Asociación Tercera Edad: C/Estación 2, Teléfono: 976 61 20 41

-Asociación de los Gigantes

-ALLABONE

-Club de montaña "El Castillar" . Teléfono: 638 92 93 44.

-Club ciclista

-Ebrofoto. Asociación sociocultural. C/ Don Blasco de Alagón 10. Asociación de aficionados a la fotografía.

-Cofradía. "Dolorosa Alagón" Plaza san Juan 3. Teléfono: 976 61 15 78

-Sindicatos de riegos del Jalón 976 61 08 98

ALOJAMIENTO ALTERNATIVO-RESIDENCIAS -Centro de Salud Alagón

-Residencia T.E. Inmaculada Concepción de Alagón. Plazas 80 y 31 concertadas.

-Residencia T.E. del IASS de Alagón. Plazas 62 y 4 temporales.

-Ciudad Residencial Sonsoles, para discapacitados de Alagón 250 plazas en total.

-Residencia T.E. "Barataria" de Cabañas de Ebro. Plazas 50.

- Residencia T.E. Centro Asistencial de Figueruelas. Plazas 100, 85 concertadas.

-Residencia T.E. "San Martin de Tous", Grisen.

### Estrategia Atención Comunitaria

- Residencia T.E. “Ntra Sra Del Puig “ de la Joyosa, plazas 34 todas concertadas.
- Residencia T.E. “Zenón Almau” de Pedrola, plazas 57, 24 concertadas, además de 20 plazas de estancia diurna (Centro de día).
- Residencia T.E. de Remolinos, plazas 45
- Residencia en Urrea de Jalón

Ante La Violencia de Género, se deriva a los Centros para mujeres víctimas del maltrato doméstico o violencia de género, a través del Instituto Aragonés de la Mujer y si están ocupados, se ubican en hostales u hoteles de la Comarca.

Ante un problema infantil, a través del Servicio provincial de Menores, este deriva, según propuesta, a Centros para menores en situación de desamparo, protección y reforma.

Para personas con discapacidad, se deriva al Albergue municipal de Zaragoza, y / o Centros privados (Federico Ozanam...).

Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud (RAEPS):

- Alagón- C.E.I.P Aragón
- Alagón- Ntra. Sra. del Castillo
- Pedrola- C.E.I.P Cervantes
- Remolinos- C.E.I.P Alfredo Muiños

### **ALCALÁ DE EBRO**

Ayuntamiento: Teléfono: 976 615 716

Actividades:

-Lunes:

16.00-18.00 Taller de memoria

18.00-19.30 Taller de lectura

-Martes

17.00-18.30 Yoga

18.00-20.00 Guitarra

18.00-19.00 Zumba

-Miércoles

11.20 Paseos cardiosaludables

-Viernes

18.00-20.00 Informática

### **BÁRBOLES**

Ayuntamiento de Bárboles. Teléfono 976 65 41 51  
Servicios Sociales en planta baja del Ayuntamiento, los  
martes de 9.30 a 11.30 horas. Teléfono 976 65 41 51  
Actividades culturales los fines de semana: cata de vinos,  
risoterapia, globoflexia.

PASEOS SALUDABLES: Un día a la semana organizados por la  
Comarca Alta Río Ebro.

Asociaciones:

-Asociación de mujeres de Bárboles: realizan charlas,  
talleres, manualidades.

Espacios físicos y entorno de la zona:

-Piscinas municipales: En verano se organizan cursos de  
natación y colonias infantiles.

Pistas de petanca y pádel, campo de fútbol y parque infantil.  
Parque adultos cardiosaludable.

Pabellón municipal y gimnasio.- Gimnasia de mantenimiento  
y Escuela multideporte los lunes a las 16.00 h

Biblioteca.

Observatorio para mirar las estrellas.

Casa cultural con fútbolín, ping pong, TV con juegos.

Otros recursos y activos:

En la Farmacia, está Carmen, lleva los fármacos a los  
domicilios de los pacientes que no pueden acudir a  
recogerlos, en Bárboles, Pleitas y Oitura.

## **BARDALLUR**

Ayuntamiento de Bardallur-Teléfono 976 65 40 01

C/La escuela nº6

50296 Bardallur

COMARCA DEL VALDEJALÓN: Contactos con trabajadora  
social y responsable de deportes.

Servicio social de Epila 976 60 35 68

Asociaciones:

-Asociación Amigos de Bardallur: Realizan una semana  
cultural en la que participan niños y adultos. Talleres y juegos  
para niños.

-Asociación de mujeres de Turbena: Realizan talleres de  
costura (trajes regionales) y manualidades, fiestas y  
meriendas, actividades de animación para el pueblo. Curso  
seguridad en redes y curso de defensa personal.

-Asociación danzantes de Bardallur.

-Asociación de cazadores Campablo.

Espacios físicos y entorno de la zona:

## Estrategia Atención Comunitaria

### Zona deportiva recreativa:

-Piscinas municipales: abiertas en verano, realizan cursos de natación y clínic deportivo (organizado por la Comarca de Valdejalón).

-Pista Polideportiva, pista de petanca, zona de merendero, zona de juegos infantiles y parque saludable para adultos.

-Está prevista pista de pádel para el año 2020.

-BIBLIOTECA: Espacio sociocultural, proyección de películas, charlas, talleres.

PABELLÓN MUNICIPAL: realización de deporte, organización de fiestas y cumpleaños.

VISITAS CULTURALES: Fuente amarga, Mirador río Jalón, Ojos del Prao y otras visitas guiadas organizadas por la Comarca del Valdejalón.

### Otros recursos y activos:

-PASEOS SALUDABLES: Un día a la semana, durante los meses de octubre a mayo.

-CONSEJO ESCOLAR CRA LAS CUEVAS DE VALDEJALÓN

-La farmacia de Sara que se ha jubilado y ha traspasado a su hijo Juan, un activo, que siempre tenemos en cuenta, por su dedicación. Teléfono: 976 65 42 58

-Casa Rural "El Hogar"-[www.casaruralelhogar.com](http://www.casaruralelhogar.com). Amparo y Rosa siempre dispuestas a una reunión en el pueblo, con deliciosos bizcochos, en un ambiente muy acogedor.

-Bar Laura: Sitio de reunión, comidas y partidas de cartas. Teléfono 976 65 43 92

## **CABAÑAS DE EBRO**

Bienestar Social: Sede Administrativa en la comarca del ribera Alta del Ebro. Teléfono 976 613 005.

Horario de atención al público en cabañas de Ebro por la trabajadora social. Viernes de 11 a 13 horas.

Teléfono de contacto: 976 616 275

### Asociaciones:

-Asociación de Empresarios Turísticos de la Comarca de la ribera Alta del Ebro. Pabellón Multiusos.

-Asociación de la 3ªEdad "Los Vergeles". Plaza del Ayuntamiento (Casa Cultural)

-Asociación Cultural "Casta Alvarez".C/Francisco Goya 25

-Asociación de Mujeres "Casta Alvarez" C/Francisco Goya 25

-Asociación "Luna Azul Teatro" C/Joaquín Costa 1,2º Izq.

### Otros recursos y activos:

Residencia "Barataria". Residencia para personas mayores válidas y asistidas. Teléfono 976 61 18 43

Colegio Público San Idelfonso. Teléfono: 976 61 31 65

### Estrategia Atención Comunitaria

Biblioteca (Lunes de 16.30 a 18.30 h y miércoles de 15 a 16.30 horas).

Escuela Multideporte- Ly J de 18-19 h y Patinaje V 19-21 h, donde se realizan todo tipo de deportes y ocasionalmente torneos comarcales y partidos de balonmano y futbol. Torneos de futbol sala Casta Alvarez en fiestas de septiembre y partido casados y solteros.

En verano actividades deportivas en piscinas municipales con gran demanda: natación, gimnasia acuática y de mantenimiento.

1. Paseos saludables-viernes 9.30
2. Espalda sana-jueves tarde 18.45-19.45
3. Taller memoria-lunes y miércoles de 17.45 a 18.45
4. Gerontogimnasia-lunes y miércoles de 18.45-19.45
5. Taller memoria-martes 17.00 a 18.00
6. Patinaje para niños ,lunes y viernes
7. Datchball-miércoles
8. Bailes en línea-martes y sábado por la tarde

### **FIGUERUELAS**

Actividades:

Charla el 3 de mayo en sala multiusos: salud y actividad física. Profesionales sanitarios.

1-Clases de Rondalla.

Comienzo 14 o 21 de septiembre. Viernes desde las 18horas.

2-Clases de Sevillanas.

Comienzo 1 de octubre. Domingos de las 17.30 a las 19 horas.

3-Clases de Teatro.

Comienzo 3 de octubre. Miércoles de 17 a 19 horas.

4-Extraescolares de Inglés.

Comienzo 10 septiembre. Lunes y miércoles horario de tarde.

5-Extraescolares de Informática.

Martes y jueves horario de tarde.

6-Educación de adultos.

Comienzo en septiembre. Lunes a jueves de 8 a 14.30 h y lunes y jueves de 16 a 18 horas.

7-Escuela de Música.

Comienzo de clases en octubre.

Se establecen 4 etapas:

1ª- Música y movimiento (6 y 7 años).

2ª-Formación elemental

3ª- Mantenimiento (alumnos con formación elemental superada).



#### Estrategia Atención Comunitaria

4ª-Banda de Música.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS VERANO: Comienzo en junio.

Tenis para niños a partir de 5 años.

Natación para niños a partir de 5 años.

Natación adultos.

Aquaerobic.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS: Comienzo en octubre.

Actividades: Aerobic, Atletismo, Gimnasia mantenimiento, Gimnasia rítmica, Gimnasia 3ª edad, Karate, Pilates, Tenis, Yoga, Zumba y Fútbol sala.

ACTIVIDADES ASOCIACIÓN PENSIONISTAS SANTA BARBARA FIGUERUELAS

Curso memoria

Paseos saludables

ACTIVIDADES AMAS DE CASA FIGUERUELAS

Día Internacional de la mujer.

Taller de espalda sana.

Charla ser positiva ante el cáncer.

#### **ACTIVIDADES EN GRISEN POR AYUNTAMIENTO, ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA Y TERCERA EDAD**

Taller de espalda sana

Taller de memoria

Curso para dejar de fumar

Jornadas creativas de manualidades y pintura al aire libre

Celebración día Internacional contra la violencia de género

Paseos saludables

Andada solidaria

#### **PEDROLA**

Ayuntamiento de Pedrola. Plaza de España 1

Teléfono: 976 61 51 62 // 976 61 54 51

Casa Cultura: Cursos de costura, cerámica, manualidades, danza, teatro, taller de dibujo y pintura

Asociaciones:

-Asociación Musidrola: Coro, banda de música, diferentes instrumentos musicales..

-Asociación Aires de Pedrola: folklore

-Asociación Arte Jotero

-Asociación Española Contra el Cáncer AECC. Reunión anual.

-Asociación de Jubilados y Pensionistas Zenón Almas

C/ Barrio Nuevo 43. Teléfono 976 61 88 28

Realiza gimnasia para mayores, bingo, informática, pintura y manualidades, curso de memoria, grupo de petanca, torneo de guiñote y rabino, excursiones y charlas.

-Asociación de vecinos "San Sebastián".

Se organizan diferentes actos como la hoguera de San Sebastián y diferentes actos religiosos y taurinos.

-AMUFE-Asociación de Mujeres.

C/Barrio Nuevo 43.Teléfono 976 54 94 30

Nº de socias: 490

Organiza seminarios, cursos, talleres, exposiciones, conferencias. Café tertulia un sábado al mes, bingo, curso Patchwork, pilates, bailes en línea, grupo de petanca, torneo de rabino en Navidad, celebración de santa Agueda, Meriendas, excursiones

-AFAFE. Asociación de familias de Pedrola.

Grupo de familias que decidieron crear una asociación en la que pudieran compartir tiempo y actividades con sus hijos.

-ADRAE. Asociación para el desarrollo de la Ribera Alta del Ebro. Objetivo de apoyar y asentar el empleo como factor clave para el desarrollo de los municipios de la Ribera Alta del Ebro.

-CIEM Matadero. C/ Portillo Eras 54. Centro de impulso empresarial. Ofertas de empleo.

POLIDEPORTIVO: De lunes a sábado.

Calle acceso piscina 23

Piscinas Municipales. Calle acceso piscina 21

Gimnasia de mantenimiento, atletismo, kenpo, zumba, patinaje, pádel, fútbol, voleibol, baloncesto, spinning, step, pilates, pump, gimnasia rítmica, futbol sala y yoga, aguagym, Paseos saludables.

-Concejalía de Bienestar social:

Meriendas saludables, taller de relajación, gimnasia terapéutica, charlas, excursiones, PODÓLOGO, fiesta de navidad...

-Concejalía de derechos sociales:

Grupo de acompañamiento, consejo del mayor (órgano de participación)

-En el Centro Social, C/ Barrio Nuevo 43. Teléfono 976 61 88 28 realizan las actividades la Asociación de jubilados, AMUFE y Concejalía de Bienestar Social.

-Aula Educación Adultos. C/María Moliner 7. 976 61 91 88

-Biblioteca Municipal. C/María Moliner 7. 976 61 91 88

-Casa de Cultura. C/María Moliner 7. 976 61 91 88

-Casa de Juventud. Polígono Eras 20. 976 61 50 18

-Escuela Infantil. C/María Moliner s/n 976 61 50 27

-IES Siglo XXI. Av. Virgen del Pilar 2. 976 61 91 31

#### Estrategia Atención Comunitaria

- Residencia de Ancianos. Av. Diputación 2. 976 61 50 48
- Servicio Deportivo Municipal. Carretera de Alcalá 976 61 91 58// 976 61 56 13

#### **PLASENCIA DE JALÓN**

Teléfono del ayuntamiento: 976 65 40 51

Actividades:

-Escuela de padres. Martes y jueves de 9 a 20 h.  
Funcionamiento desde hace 15 años.

-Informática

-Inglés

-Mantenimiento físico

-Películas y debate

Asociaciones:

-Asociación cultural Villa de Plasencia

#### **PLEITAS**

-Asociación de mujeres Jazminera- Realizan una excursión anual.

-Paseos saludables, un día a la semana.

-Biblioteca. Responsable Laura. Teléfono 633 61 39 12

-Pabellón municipal-Asociación "El Torreón", organizan comidas populares, fiestas, talleres infantiles...

#### **REMOLINOS**

##### DEPORTE

Las actividades deportivas se organizan por el Servicio Comarcal de Deportes de la Ribera Alta de Ebro y el Ayuntamiento de remolinos durante el curso escolar, de octubre a mayo.

**GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:** Dirigida a personas mayores. Duración: una hora, tres veces por semana.

**SALUDABLES:** Una andada por la localidad, una hora, cada martes.

**YOGA:** Una hora y media, una vez a la semana.

**PILATES:** una hora, dos veces por semana.

**KÁRATE:** una hora, dos veces por semana.

**MULTIDEPORTE:** Dirigido a los más pequeños. Duración: una hora, dos veces por semana.

**BAILES MODERNOS:** una hora, dos veces por semana.

**GIMNASIO CON MONITOR:** una hora, dos veces por semana.

Actividades deportivas fuera de la comarca:

## Estrategia Atención Comunitaria

-El gimnasio está abierto de 9:00 a 21:00 de lunes a viernes.

-El alquiler de la pista de pádel es de tan sólo 5 euros la hora.

-La piscina Municipal y el Frontón: de junio a septiembre.

-Torneo de Fútbol sala Femenino. En el mes de julio y durante dos fines de semana se celebra uno de los torneos más importantes a nivel nacional de FSF, organizado por Marta Alonso y el Ayuntamiento. Más de 20 equipos y 250 jugadoras dan vida a la localidad. Acampan en el campo de Fútbol y juegan una maratón de partidos de Fútbol sala. En 2019 se celebró la edición 12.

- Torneo de Fútbol Benjamín. En el mes de diciembre, el día 6, el CD Remolinos organiza un torneo de fútbol con 6 equipos zaragozanos y un equipo con niños de la localidad, fomentando el deporte y el trabajo en equipo entre los más pequeños. En 2019 será su segunda edición.

-Carrera de minas. Trail por los montes de remolinos.

-Duatlón Cross Remolinos.

Asociaciones deportivas:

-El C.D. Remolinos, está en primera regional. La plantilla está compuesta por mayoría de muchachos de Remolinos.

-Club Ciclista remolinos.

-Club de atletismo-runer@sremoliner@s.

-Asociación de Pesca "Sal al Ebro"

-Asociación de cazadores

EDUCACIÓN:

-Guardería Municipal

-Colegio Público Alfredo Muiños (hasta 6º de primaria)

-Aula de Adultos. Curso 2019-2020

Curso Herramientas

Curso Entrenamiento y Apoyo a la memoria

Curso de Lengua castellana en la vida cotidiana

Cursos Aula Mentor, enseñanza a distancia se pone a disposición de los alum@s los ordenadores para acceder a los cursos dos días a la semana, con el apoyo de la persona que administra el aula, cursos de todo tipo Educación, Salud, Nutrición, Informática...

Visitas culturales generalmente guiadas, para visitar monumentos, museos...en Zaragoza capital en ocasiones utilizando diferentes medios de transporte, tren, autobús, que se realizan dos veces al año.

Biblioteca:

Horarios: de 16:00 a 20:00 h de lunes a viernes, de septiembre a junio.

Actividades Biblioteca:

### Estrategia Atención Comunitaria

En la biblioteca tenemos 3 ordenadores para el público, 2 zona de estudio con mesas grandes. Todos los meses hay cuentacuentos para los niños, dos veces al mes.

Durante el año, se realizan diferentes talleres, de escritura creativa, cuentacuentos, Taller del Día de la Paz, Taller de carnaval, Día de la Biblioteca, Cuentacuentos de Medicus Mundi, concurso de cuentos navideños...

#### ASOCIACIONES:

-Asociación de Personas Mayores las Salinas. Creada en 1991. La Asociación realiza durante todo el año, actividades como: visitas culturales, charlas sobre salud, talleres de bailes en línea... y también se colabora en la Jornada asociativa del Día de San Jorge, en actividades para fiestas y en otras actividades que organiza el Ayuntamiento junto con otros colectivos y asociaciones de la localidad.

-Asociación de Mujeres "Sal y Pimienta". Creada en 1991. La asociación realiza durante todo el año, actividades como: visitas culturales, talleres de cocina, de bailes... Organiza en el mes de noviembre la Semana Cultural de la Mujer, en la que se preparan actividades varias, charlas, exposiciones, talleres y conciertos. También celebran el Día de la Madre, colaboración en el Encuentro de Bolillos, participación en el Día de San Jorge, y en cualquier actividad que se organice del Ayuntamiento de Remolinos o la Comarca Rivera Alta del Ebro.

- Asociación de Amigos del Vino "F.J. Giménez Lara". Desde el 2000. El objetivo primordial es propagar, difundir y desarrollar la cultura del vino mediante actividades culturales y gastronómicas, relacionadas directa o indirectamente con el mundo del vino: catas, viajes, charlas... Es una de las asociaciones más activas. Colabora con el Ayuntamiento en cualquier actividad.

- El Club el Salero. Es una asociación sin ánimo de lucro, constituida para el disfrute de los niños y niñas de Remolinos y está ubicada en un local cedido por el Ayuntamiento. El Club se creó por iniciativa de padres y madres, con el objetivo de que los niños y niñas de Remolinos tuvieran un lugar en invierno donde poder jugar y reunirse con sus amigos/as. Pueden inscribirse menores de edades comprendidas entre 0 y 14 años.

- Asociación Cultural Los Gaiteros de la Ribera se constituye en el año 2012. La Asociación realiza diferentes actividades y participa en eventos relacionados con la promoción de la cultura tradicional aragonesa.

## Estrategia Atención Comunitaria

- Asociación Música-cultural “Jorge Giménez”. La charanga de Remolinos.

Grupo de Manualidades: Un grupo de unas 15 personas se reúnen un día a la semana para pintar, restaurar y hacer trabajos manuales. Exponen sus trabajos tradicionales el día de San Jorge.

- Museo Enlatamus. Un museo en un contenedor de barco. Año de constitución 2010. EnLATAmus se encuentra en el Parque del Dance s/n, en Remolinos, Zaragoza. Suelen cambiar la exposición cada tres meses. Realizan actividades culturales en su interior: Lecturas, conciertos, charlas...

- Curso de guitarra y bandurria. Dos horas semanales, para formar el grupo Remolinos de Cuerdas.

- Curso de bailes en línea. Dos horas semanales.

### ACTIVIDADES

- Carnaval: Fiesta con disfraces y dj en el pabellón.

- Día de San Jorge. Almuerzo, puestos de venta, gaiteros de la ribera, exposición de manualidades y comida popular.

- Fiestas patronales. En San Antonio en junio, día 13, y para el Santo Cristo de la Cueva en septiembre, día 14, cuatro o cinco días de diversión dependiendo del calendario.

- Festival Sal a Remolinos. Todos los domingos de agosto Remolinos se llena de arte y cultura para disfrutar gratuitamente de las mejores actuaciones musicales, cantautores y poesía. Las actuaciones se suceden en varios escenarios dependiendo de la programación: Parque, Sala Goya, Pabellón, barranco... En 2019 celebramos ya la 22 edición.

Titirilata: Festival de Títeres Internacional. En 2019 la 9ª edición. Se hace en julio, y ofrece durante todo el fin de semana hay sesiones de títeres para adultos, para pequeños y para todo el público.

- Mercado Sin nombre. Un mercado gratuito para los expositores. Nuevas propuestas de artesanías, arte, alimentación y gastronomía y artículos varios, en un ambiente cálido y ambientado con música de los Gaiteros de la Ribera. Una mañana sensacional, con mucha participación, que volverá el 8 de diciembre, en un especial Navidad.

- Carrera San Silvestre: Jugando con el nombre de las tradicionales San Silvestres, es una carrera solidaria que transcurre por la localidad y que se puede hacer en bici, corriendo o andando. Durante la tarde hay chocolatada y regalos para todos donados por empresas y comercios de la localidad y afines. El objetivo es recaudar fondos para una causa distinta cada año. En 2019 será para TEADIR ARAGÓN.

## Estrategia Atención Comunitaria

- Festival de Reyes. Durante el mes de diciembre lxs jóvenes de la localidad organizan un festival para recibir a sus majestades los Reyes Magos. Preparan a l@s niñ@s para que el día 5 por la tarde el Pabellón se llene de música y color con las actuaciones divertidas de l@s pequeñ@s.
- Cine en Verano y Navidad. Se proyectan una dos películas actuales al año.

### COMARCA VALDEJALÓN

Bardallur, Plasencia de Jalón y Urrea de Jalón pertenecen a esta Comarca Servicio Social de Épila. Teléfono 976 60 35 68 info@valdejalon.es. Teléfono 976 81 18 80

### URREA DE JALÓN

Ayuntamiento: Plaza de España nº 2. Teléfono: 976 65 41 01

Actividades del Ayuntamiento:

-Yoga- Martes y viernes de 15 a 16.30 h

-Bingo- Martes y viernes de 16.30 a 18 h

Actividades para la memoria mx de 16 a 17 h

Paseos saludables. Martes a las 10 h. (Actividad de la Comarca de Valdejalón).

Niños:

-Patinaje- Viernes 17 h

Asociaciones:

-Asociación de cazadores

**¿Con que centros y entidades de la zona el Centro de Salud mantiene algún sistema de comunicación y colaboración?**

### RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

---

-Todos los **Colegios e Institutos de nuestra Zona Básica de Salud**, comenzamos en 2017, por medio de la dirección de los colegios, los orientadores de estudio. Empezamos al ponernos en contacto en “La semana sin Humo” y seguimos con algunas charlas que nos han solicitado sobre lavado de manos, prevención de accidentes y el taller de primeros auxilios y RCP.

- Todos los **Ayuntamientos de nuestra Zona Básica de Salud**: Alagón, Pedrola, Remolinos, Cabañas y Alcalá de Ebro, Figueruelas, Grisen. Plasencia y Urrea de Jalón, Bárdallur, Barboles, Pleitas.

-**Consejo de Salud**: Representantes de Ayuntamientos, farmacia, asociaciones...

- **Comarca Alta del Ebro:** El Presidente de la Comarca Representantes de deporte y acción social.

-**Comarca Valdejalón:** Por medio de ayuntamientos de esta comarca con representante de deportes.

-Hemos asistido a mesas organizadas en la Comarca Alta del Ebro sobre violencia de género y a través de ellos nos dieron unas sesiones Médicos del Mundo.

-Nos invitaron a la reunión de colegios en la Comarca Alta del Ebro, y se nos planteo entre otros temas el interés por primeros auxilios y RCP, las justificaciones de asistencia a clases, Día mundial contra el tabaco-actividades...

-Centro municipal de prevención de adicciones de Zaragoza: Nos envía material para poder emplear en colegios, sobre prevención tabaco, alcohol, cannabis...

-Algunas asociaciones como Amigos de Bardallur, hemos colaborado con taller RCP y charla Tabaco-cannabis... Asociación diabéticos...

**¿Cómo se organiza el servicio de atención comunitaria, teniendo en cuenta las características y composición del equipo?**

## **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

---

Comenzamos el año 2017 a integrar de una forma más organizada en 2017 las actividades comunitarias, primero formándonos, acudiendo a cursos y realizando sesiones en el Centro de Salud.

Por medio del Consejo de Salud, como medio de compartir información, experiencias, sugerencias...

Hemos creado un grupo de trabajo en este año 2019 y hemos tenido reuniones donde se plantean nuevas ideas: rincón de lectura, formación en residencias, grupos crónicos, optimizando los cuidados en heridas crónicas, taller de inhaladores, grupo de terapia relajación, educación grupal a pacientes diabéticos, taller pacientes anticoagulados, autocuidarse es saber disfrutar de la vida...y nos distribuimos las tareas para realizar la agenda comunitaria.



#### Estrategia Atención Comunitaria

De cada reunión elaboramos un acta y fijamos una fecha para la siguiente reunión.

Hemos creado un grupo de wasap de actividades comunitarias, que nos sirve para comunicarnos y exponer ideas.

Realizamos sesiones de Equipo para formarnos, ver las actividades propuestas, agenda comunitaria...

---

## **CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA**

---

### **ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA**

---

**¿Qué factores socioeconómicos y culturales influyen en la salud de la Zona? ¿Se puede realizar alguna intervención comunitaria que ayude a reducir las desigualdades sociales en la salud?**

La zona Básica de Salud de Alagón tenía en 2018 una población/TIS de 15.598, con un crecimiento neto del 0,87% respecto al año 2017. El 13.04% de la población tiene menos de 15 años y el 20.86% 65 o más años. El 11.75% de la población es extranjera. Tiene un grado de dispersión G3  
Cubre una extensión de 302,18 KM2 y tiene una densidad de población de 51,6 habitantes por KM2. La dirección del Centro de Salud de Alagón es: C/Corona de Aragón 1, Alagón. Zaragoza. 50630  
Teléfono 976 61 15 44

Personal del Centro:

- Médicos de familia 11
- Pediatras 2
- Médicos de Atención Continuada (MAC) 5
- Enfermería 10
- Enfermería Atención Continuada 1
- Matrona 1
- TC Auxiliar Enfermería 1
- Admisión 2

### **ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS**

---

**¿El EAP considera conveniente promover una identificación de los activos de la salud de la zona para mejorar la implicación de las entidades de la zona en potenciar los autocuidados y las competencias en salud?**

## **RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS**

---

**¿Se realiza alguna recomendación de activos comunitarios desde la consulta? ¿A que tipo de recursos se realiza la derivación?**

Recomendación de activos: Derivamos desde las consultas a Paseos Saludables