



RECURSOS DE APOYO

-SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL.

Servicio Proactivo: ¡BUENOS DÍAS! ¿QUÉ TAL ESTÁS?.

→**DIRIGIDO A:** Personas afectadas por situación de fragilidad y grupo de especial riesgo, mayores de 65 años, dependientes y/o con discapacidad, personas que vivan solas, cuidadores y personas que carecen de recursos personales y soportes técnicos para estar en relación con otras personas

→**OBJETIVO:** Contactar con ellos por teléfono u otros medios digitales, para interesarse por su estado, dar acompañamiento y prestar apoyo, información, asesoramiento a dificultades que estén viviendo para ayudarles a sobre llevar su día a día en las mejores condiciones.

Promueven mantener relaciones y apoyo mutuo para un envejecimiento activo y saludable, con un estilo de vida apropiado: alimentación, ejercicio físico y mental diario, relaciones sociales, atención a la salud y actitud positiva ante la vida.

→**¿QUIÉNES CONTACTARÁN?** Gerontólogos, psicólogos, trabajadores sociales, fisioterapeutas, educadores sociales, terapeutas ocupacionales, sociólogos y sanitarios.

→MODO DE DERIVAR:

- A través de Servicios Sociales. Hay que indicar nombre, apellido de la persona y teléfono. Enviarlo a:
 - si@solidaridadintergeneracional.es o info@solidaridadintergeneracional.es,
 - O a los teléfonos: 900101332 – 64685770
- Que las personas interesadas escriban al correo electrónico:
 - simadrid@solidaridadintergeneracional.es

-ACOMPañAMIENTO TELEFONICO A MAYORES: ¿CHARLAMOS?

Iniciativa de Comunidad de Madrid, para dar apoyo y acompañamiento a mayores durante y después del aislamiento por COVID-19.

A través de voluntarios de entidades pertenecientes a la Mesa de voluntarios de Mayores de Comunidad de Madrid

- Para contactar: hola@chalamos.org: 689740266

-SERVICIO DE CRUZ ROJA A TODA LA CIUDADANIA. CRUZ ROJA TE ESCUCHA.

→**Servicio de Plan Cruz Roja RESPONDE frente a covid-19.** Ofrece apoyo y acompañamiento a los más frágiles de nuestra sociedad.

- La llamada es gratuita y anónima: 900107917