



**#YOMEQUEDOENCASA**

Carolina Nogal Plaza

Concejal de Asuntos Sociales y Gobernanza

Ayuntamiento de Candeleda (Ávila)

# ALGUNOS DATOS

## CANDELEDA (Ávila)

- Población de 5000 habitantes situada en la cara sur de la Sierra de Gredos, en la provincia de Ávila, limitando al oeste con Cáceres (Extremadura), escasos 20 km., y Toledo (Castilla La - Mancha) al sur, a escasos 35 km.
- Nos encontramos a más de 100 km de la capital de provincia (cruzando 2 puertos de montaña) y a 180 km. de Madrid.
- El 26% de la población es mayor de 65 años.



# PUNTO DE PARTIDA

## Situación inicial

- Candeleda es considerado, según clasificación de la Junta de Castilla y León como "municipio de área periférica y zona desfavorecida", esto es, por su situación geográfica, el envejecimiento de la población y por la tendencia de despoblación de las zonas rurales.
- Cuando se inició el Estado de Alarma (14 de marzo de 2020), las medidas adoptadas (distanciamiento social, restricciones en el libre tránsito, no presencialidad de multitud de servicios, etc.) el Ayuntamiento de Candeleda tuvo que reaccionar e implementar una serie de medidas de apoyo a la población para transitar un tiempo que se presentaba incierto y desafiante.
- Se cerró al público el Centro de Día y los Servicios Sociales comenzaron a atender telefónicamente; los servicios de asistencia domiciliaria, por ejemplo, se encontraron sin tener EPIs acopiados para brindar sus servicios, y hubo una situación inicial muy desafiante.

Ayuntamiento de Candeleda  
16 de marzo de 2020 · 🌐

▲ AVISO ECYL ▲  
Para evitar el contacto físico como medida de protección frente al COVID-19, el ECYL - Servicio Público de Empleo renovará AUTOMÁTICAMENTE todas las demandas de marzo.  
El resto de gestiones se realizarán a través del correo electrónico [ecylarenas@ecyl.es](mailto:ecylarenas@ecyl.es) o a través del teléfono de 09:00 a 14:00 horas.



PARA EVITAR EL CONTACTO FÍSICO,  
FRENTE AL CORONAVIRUS, EL ECYL:

- Renovará automáticamente todas las demandas. **NO ES NECESARIO QUE ACUDAN AL CENTRO.**
- Resto de gestiones (altas, modificaciones, bajas, etc.) puede hacerlas a través del correo electrónico [ecylarenas@ecyl.es](mailto:ecylarenas@ecyl.es) indicando:

Ayuntamiento de Candeleda  
18 de marzo de 2020 · 🌐

▲ AVISO CEAS - SERVICIOS SOCIALES - CANDELEDA ▲



**EN CASO DE URGENCIA EN SERVICIOS SOCIALES EN LA SIGUIENTE DEMARCACIÓN SE LLAMARÁ AL TELEFONO 920 37 00 72 DE LUNES A VIERNES EN HORARIO DE 9 A 14:00 HORAS**

Ayuntamiento de Candeleda  
15 de marzo de 2020 · 🌐

📌 INFORME

Desde el Centro de Salud de Candeleda nos comunican que para evitar aglomeraciones, colapsos, etc. y así minimizar los riesgos de posible contagio, el centro permanecerá cerrado desde mañana lunes y el protocolo a seguir será:

📞 Llamar al tlf 920 380 197.... Ver más



# ACCIONES

---

AYUNTAMIENTO DE CANDELEDA  
**SERVICIO DE  
COMPRAS A DOMICILIO**

PARA MAYORES QUE ESTÉN SOLOS Y PERSONAS DEPENDIENTES

**TLF. 610 10 10 39**

de lunes a viernes de de 9 a 1



EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL COVID-19 ES TAREA DE TODOS

**#YoMeQuedoEnCasa**

## Programa #YoMeQuedoEnCasa

- Destinado fundamentalmente a personas mayores de 65 años y personas dependientes que necesitaran que se les realicen compras de comida y medicamentos.
- Progresivamente se fue ampliando a personas en situación de confinamiento por presentar síntomas relativos a COVID, o ser positivo. El programa se apoyó en el personal de la Escuela Municipal, cuyas trabajadoras quedaron sin dedicación al tomarse la medida del cierre de los centros educativos.
- Se encargaron de recibir los pedidos, realizarlos en coordinación con diversas tiendas, supermercados y farmacias, y entregarlos a los usuarios, en el ámbito urbano. Para las zonas rurales, se contó con el apoyo del servicio de Guardería Rural, Protección Civil y Policía Local.
- Esta iniciativa nos permitió, además, tomar contacto telefónico con las personas solas y mayores de 65 años, para que supieran que no estaban solos en la situación.
- Además, se estableció un servicio de entrega de menú diario para personas mayores, realizado en coordinación con la concesionaria del Centro de Día, llevando comidas de lunes a domingo a más de 40 personas.

# Otras acciones

## ATENCIÓN PSICOLÓGICA GRATUITA EN CANDELEDA

Desde Centro ConAlma Psicología ofrecemos un servicio de atención psicológica gratuita durante el tiempo de confinamiento.

Para ello ponemos nuestro equipo de psicólog@s a disposición de tod@s aquell@s afectad@s en esta crisis (covid-19), residentes en Candeledda y el Raso.

Pida cita previa por whatsapp o por teléfono en el número 722 107 209 o en el email [conalmacentro@gmail.com](mailto:conalmacentro@gmail.com)



## Asistencia Psicológica

Para afectados por Covid y familiares

3, 2, 1... ¡¡ACCIÓN!!

### ACORTA EL TIEMPO CON "CORTOS"

¡Queremos que la estancia en casa te resulte más amena! Y de paso mostrar tu talento.

Graba un corto de entre 30 segundos y 2 minutos, con la temática **MOMENTOS DE LA CUARENTENA** y del género cinematográfico que quieras (comedia, drama, terror...) Lo único imprescindible es... ¡que lo grabes íntegramente en casa!

Envíanos tu corto a [infojuvecandeleda@hotmail.com](mailto:infojuvecandeleda@hotmail.com) a través de WeTransfer, y nosotros nos encargamos de publicarlo ¡No esperes más!  
Fecha límite: 30 de abril

## Acorta la cuarentena

Cortos realizados por la población

**Ayuntamiento de Candeledda**  
15 de mayo de 2020 · 🌐

Unos retos desde el [Taller de la Experiencia Candeledda y El Raso](#) para seguir cuidando de nuestra salud física y mental:

**RETO: ¿Cuántos cuadros hay?**



**ESTE EJERCICIO BUSCA UNA (1) MUJER CAMUFLADA EN ESTA IMAGEN**



Descifra el mensaje

S LS prsnS cnrr  
l ps d ls plbrs,  
l drn ms  
mprtnc a s slnc

**CUANTOS ANIMALES**



¿Qué tan inteligente es tú pie derecho?  
Haz la prueba:

1 Levanta tu pie derecho y haz círculos en dirección de las manecillas del reloj.

+2

2 Al mismo tiempo dibuja un número 6 en el aire con mano derecha.

## Taller de la Experiencia

Retos para la salud mental

# Otras acciones

 Ayuntamiento de Candeleda  
12 de abril de 2020 · 🌐

I CARRERA EN CASA POR NUESTROS HÉROES  
[#yocorroencasapornuestrosheroes](#)

🌟 18 de ABRIL a las 10:30  
INSCRIPCIONES 📍📍📍... Ver más



## Carrera en Casa Héroes

Actividad deportiva pro-fondos

 Ayuntamiento de Candeleda  
24 de marzo de 2020 · 🌐

Ahora que no podéis ir físicamente a la biblioteca, leed de forma diferente, ¡ NO PARÉIS DE LEER !

Si eres usuario de la Biblioteca de Candeleda, podrás acceder de forma GRATUITA, a través de internet a una gran variedad de libros electrónicos (infantiles, juveniles y adultos).

¿QUÉ NECESITAS?... Ver más



## Biblioteca a domicilio

Fomento de E-Biblio y entrega de libros a domicilio



**#CANDELEDAENCASA CHALLENGE**

DEL 30 DE MARZO AL 5 DE ABRIL

- 3000 PASOS AL DÍA, POR MIEMBRO DE LA FAMILIA INSCRITO. ES NECESARIO ADJUNTAR CAPTURA DE PANTALLA DE LA APLICACIÓN QUE UTILICEIS.
- 10 FLEXIONES (PUDIENDO SER ADAPTADAS) POR TODOS LOS INSCRITOS, LOS DÍAS PARES DE LA SEMANA. ADJUNTAR VÍDEO DEMOSTRATIVO.
- 20 SENTADILLAS (PUDIENDO SER ADAPTADAS) POR TODOS LOS INSCRITOS, LOS DÍAS IMPARES DE LA SEMANA. ADJUNTAR VÍDEO DEMOSTRATIVO.

ENVIAR LOS DATOS, VÍDEOS E IMÁGENES ASÍ COMO CUALQUIER DUDA SOBRE EL RETO AL 670 38 01 10

CAMISETA PARA TODOS LOS QUE CUMPLAN EL RETO.

ELABORAREMOS UN VIDEO-RESUMEN CON TODOS LOS PARTICIPANTES

**#CANDELEDAENCASA CHALLENGE**

- EL PRINCIPAL OBJETIVO ES SEGUIR ACTIVOS EN CASA.
- SE ESTABLECERÁN UNA SERIE DE RETOS SEMANALES, DURANTE LA CUARENTENA.
- PARTICIPAREMOS EN FAMILIAS (DOMICILIOS).
- ENVIAR LOS DATOS, VÍDEOS, IMÁGENES Y PREGUNTAS AL TELÉFONO 670 38 01 10.
- OBSEQUIOS A TODOS LOS EQUIPOS QUE CUMPLAN EL RETO.
- ELABORAREMOS UN VIDEO-RESUMEN CON TODOS LOS PARTICIPANTES AL FINAL DEL RETO SEMANAL, QUE SE PUBLICARÁ EN NUESTRAS REDES SOCIALES.

## Challenge Deportivo

Retos deportivos diarios para realizar en casa y mantenerse en forma

# Otras acciones

**Ayuntamiento de Candeleda**  
22 de mayo de 2020 · 🌐

🚫 AVISO IMPORTANTE 🚫  
👤👤 CENTRO DE SALUD DE CANDELEDA Y EL RASO 👤👤

Desde el lunes 25 de mayo de 2020, el protocolo de atención será el siguiente:

📄 R... Ver más

**CENTRO DE SALUD DE CANDELEDA**  
ZONA BÁSICA DE SALUD DE CANDELEDA, EL RASO Y POYALES DEL HOYO

**AVISO**

SE INFORMA QUE, A PARTIR DEL LUNES 25 DE MAYO, ESTE SERÁ EL PROTOCOLO DE ATENCIÓN

<b>RENOVACIÓN DE RECETAS</b> Llamar al 920 38 01 97 DE 08:00 A 14:00	<b>CITAS PARA CUALQUIER PROFESIONAL</b> Llamar al 920 38 01 97 DE 08:00 A 14:00	<b>DESPLAZADOS</b> Comuníquese con su centro de salud (donde tiene su médico) para la renovación de recetas.
--	---	---

**SI PRESENTA SÍNTOMAS RELATIVOS AL COVID-19**  
Llamar al 920 38 01 97 ó al 920 380 970 para valoración telefónica

**NO ACUDIR SIN CITA PREVIA, SALVO URGENCIAS**

## Comunicación

Medidas a nivel local

**Ayuntamiento de Candeleda**  
25 de mayo de 2020 · 🌐

Desde hoy **#Candeleda** y **#ElRaso** se encuentran en **#Fase1** de desescalada.

Estas son las nuevas actividades que se pueden llevar a cabo. 📌



## Comunicación

Desde entidades supranacionales

**Ayuntamiento de Candeleda**  
14 de marzo de 2020 · 🌐

Y con esta imagen de **Over Frames** queremos agradecer a todos los ciudadanos su imprescindible cooperación. Gracias por **#quedarteencasa** pues es la mejor vacuna hasta el momento.

Más que nunca unidad y cada uno aportaremos lo que esté en nuestra mano para superar al COVID-19 entre todos/as.



**Over Frames**  
14 de marzo de 2020 · 🌐

Vista aérea de Candeleda a día 14 de Marzo de 2020.

Así lucen las calles un sábado soleado en plena cuarentena por la crisis del COVID-19.

## Comunicación

Reconocimiento a la colaboración de la población en general

# Juntos

Ayuntamiento de Candeleda  
16 de marzo de 2020

SERVICIO DE COMPRAS DEL AYUNTAMIENTO DE CANDELEDA PARA MAYORES DE 65 AÑOS QUE ESTÉN SOLOS Y PERSONAS DEPENDIENTES 🍅🍆🥕

A partir de mañana martes 17 de marzo, un equipo de trabajadores del Ayuntamiento de Candeleda realizará las compras de primera necesidad para las personas mayores y dependientes que así lo soliciten, porque nuestra prioridad como municipio es cuidar de nuestros mayores como ellos hicieron antes por nosotros.

¿A quién va dirigido este servicio?  
A p... Ver más



Ayuntamiento de Candeleda  
13 de abril de 2020

En agradecimiento a los trabajadores municipales.



AYUNTAMIENTO DE CANDELEDA  
SERVICIO DE COMPRAS A DOMICILIO  
PARA MAYORES QUE ESTÉN SOLOS Y PERSONAS DEPENDIENTES  
TLF. 610 10 10 39  
de lunes a viernes de de 9 a 1

Ayuntamiento de Candeleda  
13 de abril de 2020

Over Frames queremos agradecer a todos los voluntarios por su imprescindible cooperación. Gracias por ser la mejor vacuna hasta el momento. Y cada uno aportaremos lo que esté en nuestra mano para luchar al COVID-19 entre todos/as.



ADISVATI



Over Frames

14 de marzo de 2020

Vista aérea de Candeleda a día 14 de Marzo de 2020. Así lucen las calles un sábado soleado en plena crisis del COVID-19.

Protección Civil Candeleda  
29 de abril de 2020

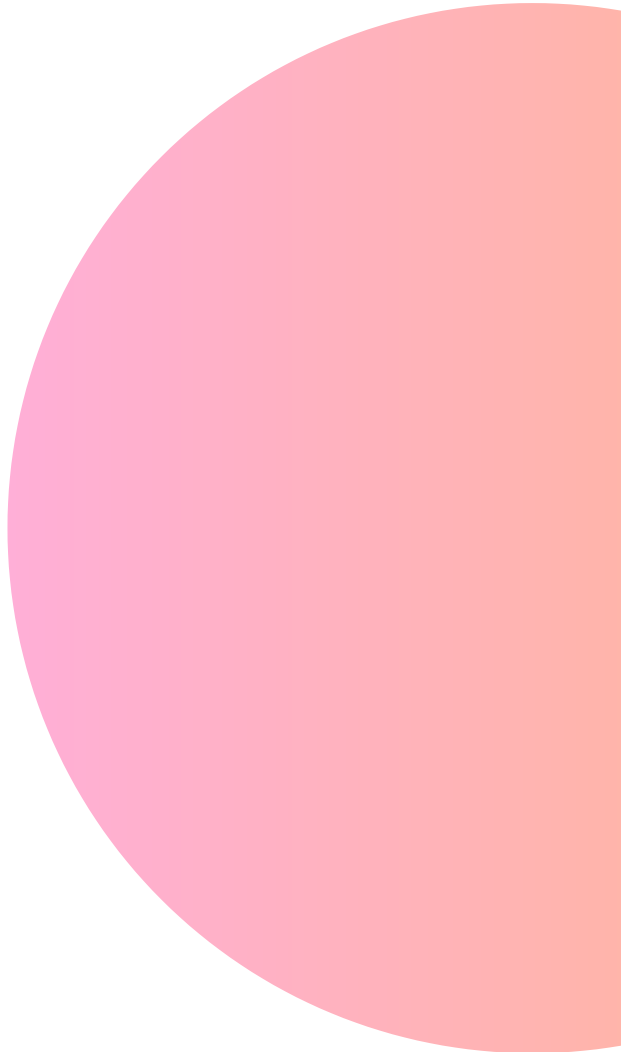
Queremos agradecer el gesto que tuvieron ayer con nosotros y Cruz Roja residencia Las Palmeras. Muchas gracias por todo.





# APRENDIZAJES

---



**COMUNIDAD** | Sentido de pertenencia  
Vida con propósito

**PARTICIPACIÓN** | Acción comunitaria  
Integrando iniciativas

**COMUNICACIÓN** | Decisiones informadas  
Escuchar las necesidades

# FUTURO PRÓXIMO



## ENTORNO SENIOR A TU VERA

Un proyecto para convertir a Candeleda en un entorno amigable con las personas mayores

---