

ADINKIDE

Adinkide es la ONG de voluntariado que trabaja desde 2017 en Lasarte-Oria para ofrecer compañía, afecto y amistad a las personas mayores que sienten soledad no deseada. Buscamos mejorar su calidad de vida y su salud, que puedan envejecer con dignidad y disfrutando plenamente de sus derechos, y que toda la sociedad se enriquezca con su participación.

La sociedad evoluciona, el fenómeno de la soledad crece y el perfil de las personas mayores es cada vez más diverso. Por eso en Adinkide evolucionamos con ellas, para seguir ofreciendo la mejor respuesta a cada persona mayor que se siente sola.

En Adinkide profundizamos en un modelo de voluntariado participativo y horizontal. Los equipos de voluntarios que formamos en cada barrio dinamizan la vida vecinal alrededor de las personas mayores. Transmitir una imagen positiva y realista de la vejez, sin dramatizar ni edulcorar, es parte de nuestro modelo de trabajo contra la soledad y la defensa de la dignidad de las personas mayores.

Somos una herramienta de participación ciudadana basada en compartir compañía y amistad vecinal en torno a las personas mayores. Creamos relaciones de amistad recíproca, de igual a igual, entre personas mayores y voluntarias.

Trabajamos con un enfoque global y transversal, involucrando a toda la sociedad. La soledad, factor de riesgo para la salud y considerada ya "problema de salud pública" por muchos expertos y autoridades, es un fenómeno que nos afecta a todos.



¿Cómo trabaja Adinkide?
Acompañamiento en domicilio



ponemos en contacto a personas voluntarias con personas mayores que viven en su casa y se sienten solas.

Una vez a la semana, durante 2 horas, quedan para disfrutar de una buena conversación, compartir un café, dar un paseo... Poco a poco surge un vínculo afectivo donde la amistad y la confianza hacen olvidar la diferencia de edad.

Las personas mayores cada vez son más diversas. Pero domina el perfil de mujer que vive sola en una casa no accesible, supera los 85 años y tiene movilidad reducida. Así que la compañía y el apoyo del voluntario/a se convierten en un apoyo clave para que la persona mayor recobre su autoestima, mejore su estado físico y retome su vida social en el barrio.

Participar en nuestros programas de voluntariado y de relaciones vecinales es la mejor forma de revertir la soledad de las personas mayores, pero también de prevenir la soledad de generaciones más jóvenes.

Las inquietudes y deseos no caducan a los 65 años. Cada persona mayor es única, singular. Y esa diversidad nos enriquece. Construimos una sociedad más integradora y cohesionada.

**Bakardatea
arrisku faktore bat
da osasunerako, eta
aditu zein eta agintari
askok osasun publikoko
arazo kontsideratzen
dute. Guztioi eragiten
digun arazoa da.**

Acompañamientos puntuales

Ir al médico o acudir a resolver un papeleo parece sencillo. Sin embargo, para muchas personas mayores que atendemos, con movilidad reducida y sin nadie que les ayude, puede ser una odisea física y anímicamente.

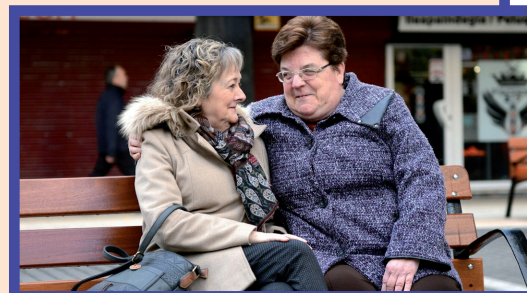
Por eso, las personas mayores que ya participan en alguno de nuestros programas pueden solicitarnos con antelación el acompañamiento de un voluntario/a cuando tengan que acudir a alguna cita médica o a un trámite administrativo. Para algunas personas voluntarias que no pueden dedicar un tiempo fijo semanal, ésta es una manera flexible de hacer voluntariado.



Ocio y socialización

Facilitamos el ocio intergeneracional en grupo como complemento a los acompañamientos en pareja.

Encuentros en el barrio, meriendas, visitas culturales, talleres (jabones artesanales, arteterapia, realidad virtual, etc.), fiestas de Primavera y Navidad. Son algunas de las actividades que organizamos. Para estas actividades es habitual contar con la participación de empresas: 10 mayores y 10 empleados voluntarios comparten una enriquecedora jornada.



Sensibilización

Luchamos contra la imagen estereotipada del envejecimiento, una etapa de la vida que la sociedad vincula injustamente a enfermedad, incapacidad, aburrimiento o declive. Este estigma, sumado al individualismo y al actual ritmo de vida, hace que nadie quiera relacionarse con las personas mayores, lo que agrava su soledad y aislamiento.

Por ello lanzamos una visión empoderada y realista (ni edulcorada ni dramatizada) de las personas mayores, pues siguen teniendo mucho que aportar. Así lo reflejamos en nuestras campañas de sensibilización, actos reivindicativos en la calle, redes sociales o reparto de material informativo. Además de hacer frente a los edadismos, combatimos el trato paternalista y asistencialista de las personas mayores. Este enfoque tradicional lleva a que la sociedad y el entorno más cercano las acabe infantilizando y, en consecuencia, decidiendo por ellas y mermando sus derechos más básicos.

Como ser Voluntario en 3 pasos.

En Adinkide te espera un voluntariado a tu medida: flexible, cercano y enriquecedor. Y conocerás a más gente como tú, compartiendo con el equipo de tu barrio actividades de socialización y sensibilización.

1. Ven a una sesión informativa

Te explicamos las diferentes opciones de voluntariado que puedes hacer, cómo funcionan y resolvemos cualquier duda.

2. Te hacemos una entrevista personal

Quedamos contigo para conocer tus preferencias, motivaciones, idoneidad... Así podemos presentarte a una persona mayor afín a tu perfil y que viva cerca: la semilla de una amistad duradera.

3. Te presentamos a la persona mayor

Desde el primer día tú y la persona mayor decidiréis cuándo quedar y para qué. ¡Es lo que hacen los grandes amigos! Y juntos participaréis en las reuniones de equipo de vuestro barrio.

Contacta: Los lunes y miércoles de 10 a 13h en C/ Blas de Lezo nº 11-13 bajo (local Danok Kide).
Por teléfono 679 673 305, por email info@adinkide.org o visita nuestra web: Adinkide.org

Síguenos en redes sociales:

Facebook: [@Adinkide](https://www.facebook.com/adinkide/) <https://www.facebook.com/adinkide/>

Twitter: [@Adinkide](https://twitter.com/adinkide) <https://twitter.com/adinkide>



Adineko pertsonentzat laguntasuna eta konpainia

