



Mayores en buena compañía

Cuando una persona tiene ganas de hacer algo por los demás, la edad no es un inconveniente. Carmen, a sus 73 años, acude cada semana al domicilio de Flor, de 84 años, para hacerle compañía. También suele sumarse a ellas Blanca, de 89 años, otra voluntaria de la fundación Nadiesolo Voluntariado, con la que Parcesa colabora.

Flor tiene 84 años, no tiene familia y su estado de salud es delicado. La artrosis hace que caminar sea un reto cada vez más complicado y la anemia que padece le quita las fuerzas para mantener una vida mínimamente activa. Los días se le hacen eternos y la soledad es un peso difícil de llevar. "Cuando estás sola piensas que nadie te quiere, que no te importas a nadie y es muy triste", explica.

Conoció a Nadiesolo a través de los servicios sociales y pensó que una persona que quisiera acompañarla algunos ratos le ayudaría a aliviar la soledad que sentía. Y así fue. Desde hace más de dos años recibe todos los jueves la visita de Carmen y Blanca, dos voluntarias de esta organización que son su principal ilusión. "Cuando vienen me dan mucha alegría y esperanza, me pongo muy contenta y con ganas de vivir", dice Flor.

Carmen es un claro ejemplo de todo lo que se puede dar a la sociedad cuando la vida laboral termina. Es voluntaria de Nadiesolo hace ya

casi 8 años, cuando se jubiló. Decidió que quería acompañar a personas mayores en su domicilio, para ofrecerles su tiempo, compañía y cariño. Desde entonces, ha estado junto a varias señoras mayores, algunas de las cuales ya han fallecido, y habla de todas con gran afecto. "Las personas como Flor tienen mucho que aportar. Es estupendo escucharla y pasar tiempo juntas todas las semanas", comenta Carmen.

Carmen es once años más joven que Flor, pero, curiosamente, Blanca, con 89 años, es cinco años mayor, lo que confirma que la edad no es un problema para ayudar si la salud acompaña.

"Cuando vienen a acompañarme me dan mucha alegría y esperanza, me pongo muy contenta y con ganas de vivir", explica Flor."

"La colaboración de Parcesa con Nadiesolo en 2021 permitió que 97 personas mayores de la Comunidad de Madrid recibieran cada semana la visita de 102 voluntarios para hacerles más llevadera su soledad."

Además, el hecho de tener edades parecidas favorece la conexión entre ellas y les enriquece mutuamente.

Durante la pandemia estuvieron un tiempo sin verse, pero Carmen llamaba por teléfono a Flor con frecuencia y, en cuanto fue posible, reanudaron las visitas presenciales.

A veces salen a dar paseos cortos por el barrio porque a Flor le cuesta andar, se sientan en un banco a tomar el sol, y charlan de sus cosas. "Después de tanto tiempo, somos amigas. Me encanta que vengan mis amigas a verme", comenta Flor sonriente.

Para sus voluntarias es muy gratificante constatar cómo con solo dos horas a la semana se puede cambiar la vida de una persona. En el caso de Flor, Carmen y Blanca son su única familia, pero hay muchas personas mayores que viven situaciones similares.

Una ayuda muy necesaria. En la Comunidad de Madrid más de 276.400 personas mayores

viven solas en su domicilio, lo que supone cerca del 25 % del total de la población de personas de 65 o más años. Gracias a la ayuda de ONG como Nadiesolo, con la que Parcesa colabora desde principios de 2021, muchas de ellas se ven reconfortadas.

Concretamente, la aportación de Parcesa durante 2021 permitió que 97 personas mayores de la Comunidad de Madrid recibieran cada semana la visita de 102 voluntarios para hacerles más llevadera su soledad.

"Siempre nos hemos centrado en cuatro objetivos básicos: contribuir a la mejora emocional, psicológica y física de estas personas; complementar la labor de los servicios sociales para disminuir la invisibilidad de este colectivo; dinamizar su día a día con actividades, paseos y fomentando las relaciones sociales; y, por último, asegurar no solo que reciben un buen trato sino también un acompañamiento de calidad", explican desde Nadiesolo Voluntariado.

Parcesa está muy satisfecha de haberse sumado a este programa de acompañamiento en domicilio, que representa uno de los pilares de su plan de Responsabilidad Social Corporativa.

Una pieza clave para que todo haya funcionado a la perfección han sido la entrega desinteresada de los voluntarios. Su colaboración no solo es un gran apoyo para la persona mayor, sino que además proporciona un respiro imprescindible a los familiares que cuidan a estas personas. ■

Si desea ser voluntario o conoce a alguna persona mayor que se sienta sola, contacte con Nadiesolo Voluntariado:

Tel: 915 54 58 57 | www.nadiesolo.org

