

PROGRAMA VIAJE GERO-ASISTENCIAL A ESTOCOLMO 7-11 MAYO 2018

Lunes 7/5

17.00h Llegada a Estocolmo Arlanda, taxis al hotel Birger Jarl y chek in.

18.30 Encuentro en sala hotel, reunión informativa sobre las políticas de Vejez de Suecia y el programa de visitas. 20.00 Cena en el hotel o en restaurante cerca.

Martes 8/5

09.00hs Encuentro en el lobby del hotel y viaje en taxis a Västergårdens Äldreboende, Midsommarvägen 2, Huddinge (ciudad vecina de 100.000 habitantes).

<https://www.informationsverige.se/Engelska/Leva-och-bo/lan-och-kommuner/Pages/Huddinge.aspx>

10.00-12.00 Visita a Västergårdens Äldreboende. Vivienda asistida de nueva construcción, referente por su diseño funcional y estético. Tiene 90



apartamentos de 30-40 m², kitchenette y baño con lavadora, agrupados en 10 unidades de convivencia, de las cuales 6 son para personas con demencias. Como es habitual en Suecia, en cada unidad hay una cocina abierta al comedor, comedor, sala de estar, terraza y acceso a un jardín. El equipo profesional se compone de

auxiliares de enfermería, enfermeras, fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales. El médico realiza visitas una vez por semana y a demanda. Todo el personal tiene formación en la atención a personas con demencias (curso ABC, basado en el Plan Nacional para la Atención a las Personas con demencias y la Guía del gobierno sobre la aplicación de los principios de la Atención Centrada en la Persona en la práctica). Una de las enfermeras tiene título de Silviasyster (que acredita máxima calificación en atención personas con demencias).

<https://www.huddinge.se/stod-och-omsorg/aldreomsorg/aldreboende/alla-aldreboenden/vastergarden/>

12.15-13.00 Comida a Grekiska Kolgrillsbaren, Fullerstatorget 2, Huddinge.

13.15–14.15 *Visita al Centro de Día, Solhöjden, Stuvsta Torg 2*, para personas mayores con demencias. Centro que dispone de un jardín y cocina



para preparar comidas junto con sus usuarios. El equipo profesional del centro es especializado en la atención a personas con demencias y, como en el caso de los otros centros de Huddinge, aplica la filosofía y métodos de la Atención Centrada en la Persona (en línea con el Plan Nacional para la Atención a Personas con Demencias y la Guía ABC), con actividades de reminiscencia, estimulación sensorial, música, pintura, masaje táctil y participación en actividades cotidianas con sentido, como lectura y comentarios de noticias, jardinería, paseos, preparación de menús, comidas y pasteles, que comen junto con el personal.

14.15 Viaje en taxis a Stortorps Äldrecentrum, Stortorpsvägen 41, Huddinge y **14.30-16.30** *Visita a Stortorps Äldrecentrum, formado por un conjunto de 4 Viviendas Asistidas ubicadas al lado de un lago: Kullagården para personas con demencias, con 29 apartamentos, Nygården con 47, Ekgården con 22 y Strandgården con 29 apartamentos, todos agrupados en unidades de convivencia.*

16.30 Viaje en taxis al hotel, tarde libre y 19,00 encuentro en el lobby del hotel y cena a restaurante cerca.

Miércoles 9/5, mañana

09.15 Encuentro en el lobby del hotel y viaje en taxis a Skogsgläntans Vård- och Omsorgsboende, Täppgränd 5 A y Bersågränd 11, Enskededalen.

10.00-11.30hs Visita a Skogsgläntans Vård- och Omsorgsboende. Un conjunto de Viviendas Asistidas, de gestión directa, de 3 Unidades de Convivencia para Personas mayores con demencias, localizado en la parte antigua del barrio de Enskede en un entorno de casas unifamiliares.



Unidades de las mejor valoradas de Estocolmo, con un 100% de satisfacción de sus residentes y familiares con el trato, las actividades, las comidas y otros aspectos. Las comidas se preparan en las unidades con participación de los residentes que quieran, el personal come junto con ellos, reciben visitas de perros y gatos, salen a pasear con voluntarios en pequeños grupos por el barrio, y de excursión en vehículos adaptados, siempre que se puede. Como es habitual en Suecia, en cada unidad, hay 8 apartamentos de 34-46 m² y espacios comunes, con su cocina, comedor, sala de estar, una gran terraza y acceso a jardines y al Centro de Actividades, Knuten, ubicado en la planta baja de la vecina Vivienda con Servicios, con 166 apartamentos y espacios comunes, abiertos a los vecinos del barrio.
<http://hitta.stockholm.se/enhet/d36e3ea78ae445f78c43cd6b1e65b5c1>

11.30 Viaje en taxis a Ektorps Seniorcenter, Ektorpsvägen 17-19, al municipio vecino Nacka, y **12.00** Comida light en el Restaurante Eken del Centro (abierto al público).

13.00-14.30 Visita a Ektorps Seniorcenter, Centro “Multiservicios”, formado por 2 edificios de 5 plantas, con acceso a jardín, y 116 Apartamentos de 20-27 m², agrupados en Unidades de Convivencia, con 10-12 apartamentos y cocina, comedor, sala de estar y 2 balcones en cada unidad. En la planta baja, a parte del Restaurante, hay un Centro de Día y de Actividades, abiertos a la comunidad, con un Café, Kiosko, Biblioteca, Sala de Fitness, Espacios con Ordenadores y Mesa con TV para jugar juegos electrónicos (Wii) y Proyector para ver Películas y, cada año en diciembre, la entrega de los Premios Nobel, con banquete posterior en el Restaurante Eken con los “Reyes” y los “Laureados” del

Centro.

<https://www.nacka.se/valfard-samhallservice/nacka-seniorcenter/seniorcenter-ektorp/>;
<https://www.nacka.se/valfard-samhallservice/nacka-seniorcenter/seniorcenter-ektorp/aktiviteter-pa-ektorp/>



Café en el Balcón de una Unidad - Comida en el Restaurante Eken -Banquete Premio Nobel 2017 con los "Laureados" y los "Reyes" del Centro.

14.30 Viaje en taxis a Hammarby Sjöstad, Heliosgatan 5. Y 15.00-16.30 Visita a Sjöfartens Bogemenskap, Vivienda colaborativa, auto-gestionada (co-housing) de alquiler, para Personas con 40 años y más que, inspiradas en la experiencia del colectivo *Färdknäppen*, crearon una asociación económica en el año 2006, y llegaron a un acuerdo con la inmobiliaria municipal *Familjebostäder* para la construcción y el alquiler de un edificio entero en el nuevo barrio "ecofriendly" *Hammarby Sjöstad*, que los residentes gestionan repartiendo las tareas de mantenimiento y limpieza por turnos. Dispone de 46 apartamentos de 1 a 3 habitaciones, en los que viven, desde el año 2008, 37 mujeres y 19 hombres, 9 con su pareja, y algunos con sus hijos. La edad mediana es de 59 años, más de la mitad trabajan. En la planta baja hay una cocina y comedor, donde cocinan por turnos y comen juntos 5 o 6 días de la semana, y una sala de estar con biblioteca. En la quinta planta, otra sala de estar y unas habitaciones a alquilar para amigos y familiares de visita. Ver: <http://fardknappen.se/> ; <http://fardknappen.se/in-english/> ; http://sjofarten.se/?page_id=33.



Miércoles 9/5, tarde

16.30 Taxis al hotel y tarde libre. O paseo al puerto de *Hammarby Sjöstad*, ferry al otro lado del canal, paseo por el barrio bohemio de *Södermalm* y la plaza de *Greta Garbo*, <http://www.visitstockholm.com/en/the-film-guide-to-stockholm/greta-garbo/sodermalm/>.

Metro (Medborgarplatsen-Radmansgatan) de vuelta al hotel, y 19.00 Encuentro lobby y cena en restaurante cerca.

Jueves 10/5

09.00 Encuentro en el lobby del hotel y viaje en taxis a Gammeluddshemmet, Gammeluddsvägen, 51 en el municipio vecino Nacka. Y **10-11.30** *Visita a Gammeluddshemmet, centro asistido para mayores ubicado al lado del mar báltico, con amplias terrazas y zonas verdes, propiedad de una empresa familiar.* Tiene 32 apartamentos, 9 para personas con demencias, y amplias salas comunes con vistas al mar. Está registrado como centro de rehabilitación y asistido de corta y larga estancia, y con algunas plazas privadas, sin subvención. Es otro Centro muy bien valorado por parte de sus usuarios con un 100% de satisfacción por su ubicación, el trato y las comidas. <http://www.gammeluddshemmet.net/> <http://hitta.stockholm.se/enhet/07d15a39-5938-4a39-83e9-bbecd7d1045>.



11.30 Viaje en taxis a la isla de Djurgarden (la isla de los museos) y Visita a Skansen, Museo al aire libre. Y **12.30** Comida en el Restaurante Sollidenterassen de Skansen con amplias vistas a la ciudad. Por la tarde se recomienda visitar el Museo Vasa o ABBA y volver al hotel con tranvía + paseo por la parte más distinguida de la ciudad <http://www.skansen.se/en/this-is-skansen>, <http://www.skansen.se/en/kalendarium> ; <https://www.vasamuseet.se/es> <https://www.abbathemuseum.com/en/exhibitions/> <http://www.sweetsweden.com/turismo-y-viajes-a-suecia/mis-5-museos-favoritos-de-estocolmo/#.Wqu8cujOXIU>. **19.00** Encuentro en el lobby del hotel y cena en restaurante cerca.

Durante la estancia en Estocolmo, se recomienda asimismo hacer un tour en Metro desde la estación Kungsträdgården, para ver sus estaciones espectaculares en forma de gruta, y dar un paseo por el casco antiguo (*Gamla Stan*) <https://www.visitstockholm.com/see--do/attractions/art-in-the-subway/> ; <https://www.theguardian.com/cities/gallery/2015/oct/20/art-stockholm-metro-in-pictures> ; https://es.wikipedia.org/wiki/Gamla_Stan).

Viernes 11/5

Mañana libre, check out, Taxis al Aeropuerto y vuelos de vuelta a España.



Inscripción

Precio por asistente en habitación doble 2.350€ + IVA
(Deben apuntarse dos personas para poder acogerse a esta tarifa)

Habitación individual 2.600€ + IVA

Suplemento de 400€ (por persona) para participantes que no sean de residencias o empresas asociadas a Inforesidencias.com.

El precio incluye el billete de avión desde Barcelona, traslados, hotel en régimen de habitación y desayuno, las comidas de mediodía coincidentes con las visitas, la organización de visitas y traducción al español.

Forma de pago:

En el momento de la inscripción

Se seguirá estrictamente el orden de inscripción considerando como tal la realización del pago de inscripción.

Política de cancelaciones:

Cancelación posterior al 25 de abril . Devolución del 30% de lo pagado, con posterioridad no hay devolución.

Otros

El organizador técnico del viaje es Eai Consultoria, S.L. B64845027 Ronda General Mitre, 291 4-2 08023 Barcelona – Paseo de las Delicias 30 28045 Madrid info@inforesidencias.com. Tf: 902 170 289

Eai Consultoria no es una agencia de viaje y su participación en el mismo consiste en la organización de un programa técnico/profesional que incluye la concertación de visitas para conocer el sistema de atención a personas mayores en el país de destino. La contratación por encargo de cada asistente del billete de avión, la estancia en el hotel, la gestión de los traslados, las comidas incluidas y el acompañamiento a los lugares a visitar con traducción al español de las explicaciones recibidas y un seguro de viaje.

En el supuesto de atrasos, cancelaciones o variaciones ocasionadas por causas ajenas a Eai Consultoria, S.L. los participantes aceptan que cualquier reclamación deberá ser presentada contra la compañía de transporte o alojamiento o la agencia de viajes pero no contra Eai Consultoria.

Los asistentes aceptan que sus datos personales sean utilizados únicamente para las finalidades estrictamente relacionadas con el viaje (adquisición de billetes, reservas, tramitación de seguro de viaje). Así mismo los datos de contacto del viajero (número de teléfono y dirección de correo electrónico y fotografía tomadas durante las visitas) serán utilizados en formato grupo mediante servicios como el correo electrónico, whatsapp, facebook o similares para mantenerse en contacto durante el viaje.