

viernes

Memoria Anual 2024

PROMUEVE



DESARROLLA



FINANCIA



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA
MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030



Plan de
Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



CANTABRIA
NEXT
GEN
Recuperación y resiliencia
22_26



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos
Europeos

Programa Viernes

viernes@programaviernes.com
www.programaviernes.com

Esta memoria fue editada en abril de 2025
Edición y coordinación: Programa Viernes
Diseño y maquetación: Nexo



Begoña Gómez del Río

**CONSEJERA DE INCLUSIÓN SOCIAL,
JUVENTUD, FAMILIAS E IGUALDAD**

GOBIERNO DE CANTABRIA

Desde el inicio de esta legislatura, la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad del Gobierno de Cantabria ha mostrado su firme compromiso con la mejora de la calidad de vida de las personas más vulnerables, entre ellos, con las personas que residen en municipios en riesgo de despoblamiento.

Una de las iniciativas más destacadas en esta línea ha sido la creación de la Dirección General de Dependencia, Atención Sociosanitaria y Soledad no Deseada; sin duda, una declaración de intenciones que dejaba clara la apuesta firme por combatir y abordar uno de los problemas más importantes en la sociedad actual.

En 2024 decidimos intensificar los esfuerzos en el medio rural y consolidar un proyecto que ha demostrado su enorme valor para la comunidad. El Programa Viernes, que comenzó como una experiencia piloto, se ha convertido en una herramienta esencial para mejorar la calidad de vida de muchos vecinos y vecinas, que se encuentran en situación o en riesgo de sufrir soledad no deseada, aislamiento social o falta de apoyos sociales.

En este año que acabamos de cerrar hemos ampliado el proyecto con la incorporación de un nuevo territorio: la comarca de Saja - Nansa. La Asociación de Desarrollo Rural Saja Nansa se ha sumado al extraordinario trabajo ya desarrollado por la Asociación de Desarrollo Territorial Campoo Los Valles y por la Red Cántabra de Desarrollo Rural. Gracias a esta ampliación de recursos y alianzas, el Programa Viernes podrá seguir creciendo y ofreciendo un impacto positivo en más territorios y, por tanto, a más cántabros y cántabras.

El balance de 2024 ha sido un éxito, tal y como reflejan los datos e imágenes recogidos en esta memoria. Estos resultados nos inspiran a seguir avanzando y diseñar una propuesta aún más ambiciosa para 2025 con el objetivo inequívoco de fortalecer la red de apoyo y seguir mejorando la calidad de vida en nuestros pueblos.

La estrategia para la prevención y el abordaje de la soledad no deseada, aprobada por el Gobierno de Cantabria en diciembre de 2024, se presenta como una iniciativa crucial para abordar este problema desde las administraciones públicas.

Dentro de las iniciativas que se plantean en el desarrollo de esta estrategia se encuentra el programa Viernes, orientado a la prevención de la soledad no deseada y el aislamiento social. Por lo que felicitamos a todos los profesionales que forman parte del mismo por el trabajo realizado hasta la fecha y los animamos a continuar trabajando en la misma línea.

Sin duda, ello redundará en el bienestar de las personas a la que el programa Viernes se dirige.

Begoña Gómez del Río



Fernando Franco González

**PRESIDENTE DE LA RED CÁNTABRA DE DESARROLLO RURAL
Y DE LA ASOCIACIÓN DE DESARROLLO TERRITORIAL
CAMPOO LOS VALLES**

Como presidente de la Red Cántabra de Desarrollo Rural y de la Asociación de Desarrollo Territorial Campoo Los Valles me llena de orgullo ver la evolución del Programa Viernes, un proyecto que pusimos en marcha de manera piloto ambas entidades en 2022. Lo que comenzó como una iniciativa experimental, se ha convertido en una parte esencial de la vida de muchas vecinas y vecinos de nuestros pueblos y es ahora un modelo exportable a otros territorios como buena práctica.

El Programa Viernes, a lo largo de estos dos años, ha demostrado su capacidad para dinamizar comunidades que se enfrentan a grandes dificultades para acceder a este tipo de iniciativas. Gracias a un enorme trabajo a través de distintos ejes de intervención, hemos logrado impulsar la participación y fortalecer el tejido social en el medio rural de la comarca Campoo Los Valles.

El papel del equipo de profesionales ha sido clave en este proceso: su experiencia y dedicación han permitido mejorar la vida de muchas personas, bien mediante la creación de nuevas redes comunitarias o fortaleciendo lazos que parecían haberse distanciado.

2024 ha marcado un hito en la consolidación del programa. La existencia de grupos estables en numerosos pueblos, el incremento de actividades en todos los ejes de intervención y la colaboración continua con entidades y agentes sociales del territorio han sido factores fundamentales en este afianzamiento. La programación, adaptada a las múltiples circunstancias de cada pueblo y cada territorio, ha alcanzado un nivel de madurez evidente y es una muestra de la importancia y del éxito de Viernes.

Con un enfoque intergeneracional y comunitario como pilares esenciales, los logros alcanzados en 2024 solo auguran un futuro prometedor para 2025. Sigamos construyendo juntos un programa que fortalece nuestras comunidades y mejora la calidad de vida en nuestros pueblos.

Fernando Franco González



Francisco Javier Camino Conde

**PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN
DE DESARROLLO RURAL SAJA NANSÁ**

La Estrategia de Desarrollo Local Participativo de la Asociación de Desarrollo Rural Saja Nansa identifica el aislamiento social y el envejecimiento de la población como dos desafíos fundamentales que tiene por delante nuestro territorio. La soledad no deseada tiene múltiples consecuencias negativas que afectan a vecinos y vecinas de todas las edades, por lo que actuar en este sentido se ha convertido en una prioridad para nosotros.

Conscientes de esta realidad, la ADR Saja Nansa venimos dando pasos firmes en este sentido. Cerramos 2023 firmando un convenio de colaboración con la Guardia Civil de Cantabria para desarrollar acciones de prevención de la soledad no deseada en nuestros pueblos. Este compromiso, se ha refrendado y se ha ampliado en 2024 con la puesta en marcha del Programa Viernes en nuestra comarca. Un proyecto diseñado para fortalecer el tejido social y mejorar el bienestar de la población combatiendo la soledad no deseada.

Queremos el mejor de los proyectos y, por eso, este año hemos querido escuchar a nuestros vecinos y vecinas. A través de sus voces, hemos conocido sus inquietudes, sus intereses y las maneras en las que el Programa Viernes puede contribuir a mejorar su calidad de vida.

2024 ha estado lleno de encuentros y de experiencias compartidas. Desde la proyección de una película a la emoción de un concierto, pasando por talleres o paseos por el pueblo o conversaciones junto al fuego... Cada actividad ha sido una oportunidad para tejer nuevas relaciones y reforzar el sentido de comunidad.

Este año nos ha permitido escuchar, aprender, adaptar y proponer. Y ahora, con todo lo vivido y construido, miramos hacia 2025 con el firme propósito de seguir avanzando y mejorando juntos.

Francisco Javier Camino Conde

La soledad no deseada es un problema social y comunitario que se puso aún más de manifiesto a partir de la pandemia que asoló el mundo hace ahora cinco años

La soledad no deseada tiene amplias implicaciones negativas en la salud física y mental y en la calidad de vida de las personas, además de tener efectos económicos muy importantes. Por ello es un tema de creciente interés que se ha concretado en los últimos años en propuestas que tratan de abordar el fenómeno desde el campo de la investigación, la política pública y la intervención de entidades sociales e iniciativas ciudadanas. En este contexto nace el Programa Viernes.

El Programa Viernes nace en este contexto, en el año 2022, con el objetivo de prevenir la soledad no deseada y el aislamiento social.

Promovido por la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad del Gobierno de Cantabria a partir de la financiación de los Fondos Next Generation UE y el Programa Cantabria FSE+.

El Programa Viernes se desarrolla en el año 2024 en los municipios que se encuentran dentro del ámbito de actuación de la Asociación de Desarrollo Territorial Campoo Los Valles y en el de la Asociación de Desarrollo Rural Saja Nansa. Ejerciendo la Red Cántabra de Desarrollo Rural su coordinación autonómica.

Este documento se presenta como un resumen visual de las actuaciones llevadas a cabo a lo largo de un año 2024 en el que seguimos mejorando la propuesta gracias a las propuestas de los vecinos y vecinas de nuestros pueblos.

El Programa Viernes se caracteriza por su carácter rural e intergeneracional, ya que se dirige a la totalidad de la población que habita en los pueblos de estas dos comarcas, marcados a menudo por estar catalogados como municipios en riesgo de despoblación.

Su finalidad es abordar la soledad desde su dimensión social y colectiva. Somos seres sociales. Necesitamos de las otras personas. La creación de redes de apoyo comunitario es un factor protector de situaciones de soledad. Trabajamos en diversas direcciones, adaptando las acciones, según sean las necesidades de cada grupo con el que se realice la intervención de modo que las personas se sientan protagonistas de la construcción de su comunidad. Por ello el Programa Viernes apuesta por el trabajo grupal para la creación y consolidación de redes de apoyo, promoviendo el reconocimiento y sentimiento de pertenencia.

Paseúcos
Barruelo de los Carabeos

Paseo interpretativo plantas
Pesquera

Entre los objetivos del Programa destacan:

Conocer, fortalecer y generar dinámicas de participación comunitaria protectoras frente a la soledad en los municipios.

Crear nuevo tejido comunitario significativo frente a la soledad no deseada.

Aumentar o ayudar a mantener las relaciones sociales intergeneracionales y la conexión de grupo.

Mejorar el bienestar emocional de las personas y las comunidades en las que viven.

El Programa se fundamenta en diez pilares fundamentales:

Ruralidad

Personalización

Comunidad

Flexibilidad

Intergeneracionalidad

Mirada de género

Profesionalidad

Participación

Evaluabilidad

Coordinación y cuidados

viernes

Programa para la
prevención de
la soledad no deseada
y el aislamiento social
en Cantabria

Asociación de Desarrollo Territorial

Campoo Los Valles

- 01 Anievas
Cotillo
Villasuso
- 02 Arenas de Iguña
Arenas de Iguña
Bostronizo
Cohiño
La Serna de Iguña
Los Llares
San Juan de Raicedo
- 03 Bárcena de Pie de Concha
Bárcena de Pie de Concha
Pujayo
- 04 Campoo de Enmedio
Bolmir
Cervatos
Matamorosa
Requejo
Retortillo
- 05 Campoo de Yuso
Bustamante
La Población
- 06 Cieza
Villasuso
- 07 Hermandad de Campoo de Suso
Argüeso
Celada de los Calderones
Fontibre
Mazandrero
Nestares
Paracuelles
Proaño
Salces
- 08 Las Rozas de Valdearroyo
Llano
Villanueva
- 09 Molledo
Molledo
Silió
- 10 Pesquera
Pesquera
- 11 Reinosa
Reinosa
- 12 San Miguel de Aguayo
San Miguel de Aguayo
- 13 Santiurde de Reinosa
Santiurde de Reinosa
- 14 Valdeolea
Mataporquera
- 15 Valdeprado del Río
Arroyal de los Carabeos
- 16 Valderredible
La Puente del Valle
Polientes
Villanueva de la Nía
Villaescusa de Ebro

FINANCIADO POR:

**Financiado por la Unión Europea**
NextGenerationEU

**GOBIERNO DE ESPAÑA**

**MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030**

**Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia**

**CANTABRIA NEXT GEN**
Recuperación y resiliencia 2021-2026

Localidades y municipios en los que intervenimos dentro de las comarcas de Campoo Los Valles y Saja Nansa



Asociación de Desarrollo Rural

Saja Nansa

- | | | |
|--|--|---|
| 01 Alfoz de Lloredo
Novales
Oreña | 06 Lamasón | 12 Ruiloba |
| 02 Cabezón de la Sal
Carrejo
Ontoria | 07 Mazcuerras
Ibío
Villanueva de la Peña | 13 San Vicente de la Barquera
La Revilla
San Vicente de la Barquera |
| 03 Cabuérniga
Valle | 08 Peñarrubia | 14 Los Tojos
Los Tojos |
| 04 Comillas | 09 Polaciones
Puente Pumar | 15 Tudanca |
| 05 Herrerías
Bielva | 10 Rionansa
Cosío
Puentenansa | 16 Udías |
| | 11 Ruente
Ruente
Ucieda | 17 Val de San Vicente
Luey |
| | | 18 Valdáliga
Treceño |

FINANCIADO POR:

**Cofinanciado por la Unión Europea**

**Fondos Europeos**

ALGUNOS DATOS

Número de Intervenciones Realizadas

492

411 + 81



Número de Participaciones

Al Encuentro 2941 2199 + 742



La Escueluca 764 764



REDES 61 9 + 52



*En Saja Nansa comenzaron a programarse actividades a partir del 1 de noviembre de 2024.

Intervenciones por Rango de Edad

desde 3 años hasta 94 años

Rango predominante

Mujer entre 60-75 años

Intervenciones por Género

79'2% mujeres 19'8% hombres

EJES DE ACTUACIÓN

AL ENCUENTRO

Actividades grupales destinadas a fomentar el encuentro intergeneracional y fortalecer los vínculos vecinales.

A mano y con arte

Espacio dedicado a la creatividad y elaboración de productos artesanales: Talleres de velas, de jabón, remedios para el frío, manualidades, etc.



Taller de velas
Villasuso de Anievas



Taller de coronas navideñas
Los Tojos



Taller decoración navideña - Retortillo



Taller decoración navideña - Nestares

Sabores y saberes

Iniciativa destinada a la adquisición de conocimientos y técnicas culinarias, así como a la elaboración y degustación de recetas que han dejado huella y arraigo en el territorio.



Sabores y saberes
Mazandrero



Sabores y saberes
Polientes



Encuentro Sabores y saberes - Mataporquera

Compartiendo momentos

Espacio de ocio y encuentro vecinal destinado a la mejora del bienestar individual y colectivo.



Cervatos



Arroyal de los Carabeos



Santiurde de Reinosa



Villasuso de Cieza

Cultura y patrimonio

Salidas y visitas guiadas para conocer el patrimonio histórico, natural, cultural y artístico de Cantabria con la colaboración de diversos recursos y entidades del territorio.



Paseo interpretativo plantas – Bárcena de Pie de Concha



Plantación intergeneracional – Cieza



Paseo interpretativo plantas – Polientes



Chacachá del tren - Liérganes



¡Al río! - Nestares



Cultura y patrimonio - Santián



Paseo interpretativo con Naturea Cantabria - Orzaes



Visita cultural – Henestosas de las Quintanillas



Cultura y patrimonio - Proaño

La Artesa

Lugar de encuentro social vinculado a la literatura, la música, el cine, el teatro, y otras manifestaciones artísticas: Lecturas compartidas, filmoteca, conciertos, cuentos, etc.



Ciclo de cine documental - Argüeso



Ciclo de cine y mujer rural - Puentenansa



Música en comunidad - Ibio



Cuentos que vienen de... - Mataporquera

Eventos singulares

Encuentros puntuales entre municipios o comarcas como cierre de ciclos o jornadas con participaciones excepcionales.



Encuentro de clausura. Sabores y saberes - Mataporquera



Encuentro fin de año - Reinosa



Encuentro entre comarcas - Parque de la Naturaleza de Cabárceno



Feria de la alubia - Casar de Periedo



II Encuentro "Saberes, Oficios y Tradiciones" - Reinosa



Encuentro intergeneracional
Parque Naturaleza de Cabárceno



Encuentro fin de año - Reinosa

EJES DE ACTUACIÓN

LA ESCUELA DE LA SOLEDAD

Actividades dirigidas a favorecer la comprensión de la soledad no deseada y generar un compromiso social con dicho fenómeno.

Almazuela de saberes

Espacio de encuentro y reflexión para tratar temas que guardan relación con la soledad no deseada, así como temas sociales de actualidad.



La Almazuela
Colaboración con el
Colegio Oficial de Farmaceúticos
Villasuso de Cieza



Día de la Mujer - Pesquera

La Almazuela
Colaboración con el Plan Mayor
de Seguridad de la Guardia Civil
Villanueva de las Rozas



La Almazuela. Colaboración con UNRWA España - Reinosa



La Almazuela. Colaboración Cruz Roja - Salces

Emociones y prevención de soledad no deseada en infancia y adolescencia

Propuesta didáctica para abordar el fenómeno de la soledad no deseada en la infancia y adolescencia a partir del uso de metodologías lúdicas y participativas.



Inauguración exposición "Fotovoz: reflejos de soledad" - Reinosa



Al Cole. CEIP Virgen de la Velilla - Polientes



Al Cole. CEIP Alto Ebro - Reinosa



Fotovoz. CC San José - Reinosa



Al Cole. CEIP Alto Ebro Reinosa

EJES DE ACTUACIÓN

REDES

Refuerzo Emocional Dirigido al Encuentro Social

Servicio de apoyo para aquellas personas que quieran vincularse a actividades sociales y comunitarias

En el año 2024, gracias a las derivaciones de otros equipos de profesionales, hemos podido acompañar a 61 personas, 9 en Campoo Los Valles y 52 en Saja Nansa. Hemos compartido momentos con ellas. Escuchándoles e invitándoles a participar en las actividades dinamizadas en su entorno.



DIFUSIÓN

Prensa digital y escrita, revistas , radios, redes sociales...



Las 14 farmacias repartidas por los distintos municipios de la comarca colaborarán en la detección de personas susceptibles de ser atendidas desde el Programa Viernes, facilitando información relevante sobre cada una de ellas



Entrevistas en diferentes radios



Programa para la
**prevención de la soledad no deseada
y el aislamiento social**
en Cantabria



Nuevo canal de difusión en Campoo Los Valles

Si quieres estar al tanto de nuestras actividades en los pueblos de los 16 municipios de Campoo Los Valles, escanea el código QR y sigue nuestro canal de forma gratuita.

Teléfono: 722 142 973

Nuevo canal de difusión en Saja Nansa

Únete a nuestro nuevo canal para estar al tanto de nuestras actividades en los pueblos de los 18 municipios de Saja Nansa. Escanea el código QR y síguenos.

Teléfono: 623 259 382



El volver a encontrarnos semanalmente, preguntar e interesarse por nuestro día a día, comentar la actualidad, agradecer la compañía, responder, aprender, reconocer los apoyos o colaboraciones, escucharnos, las miradas, los abrazos, las sonrisas...

Este año 2024 es difícil de resumir con palabras. Por eso creemos que esta memoria fotográfica puede hacerlo de alguna manera, con una representación de las múltiples propuestas que las profesionales del Programa Viernes hemos desarrollado en los 34 municipios de las comarcas de Saja Nansa y Campoo Los Valles.

Cada una de las personas que conformamos el Programa Viernes estamos más que agradecidas a todas las vecinas y vecinos con las que hemos estado en el día a día, por acogernos cómo lo hacen en sus pueblos, en sus casas.

Intentamos llegar dónde otras no llegan. Intentamos adaptarnos a las demandas y necesidades que nos trasladan quienes mejor conocen su territorio.

Creemos que con nuestras propuestas conseguimos mejorar el bienestar emocional de las personas, aumentar las relaciones sociales y con ello generar dinámicas para prevenir la soledad no deseada.

Así queda reflejado en las valoraciones que tenemos y las impresiones que nos hacéis llegar quienes ya formáis parte de la familia del Programa Viernes.

Pero aunque los resultados son positivos, no podemos ser conformistas. Siempre estamos pensando en cómo mejorar la propuesta y con ello los beneficios para las vidas de las vecinas y vecinos de nuestros pueblos.

El 2024 ya acabó. 2025 tiene que seguir siendo un año de crecimiento y mejora para el Programa Viernes y para las propias vidas de las personas que forman parte de este proyecto.

Si en 2024 participaste, te queremos volver a ver en este nuevo año. Si no lo hiciste, queremos que nos conozcas y formes parte del Programa Viernes.

¡Te esperamos!

Equipo de profesionales de ADT Campoo Los Valles



Antigua Cooperativa
del Campo

Av. General, 71-73
39450 Arenas de Iguña

Tel. 722 142 973

campoolosvalles@programaviernes.com

Equipo de profesionales de ADR Saja Nansa



Centro Cultural
José Luis Bertólez

Pob. Villanueva Peña, 187
39509 Villanueva de la Peña

Tel. 675 411 756

sajanansa@programaviernes.com



PROMUEVE



DESARROLLA



FINANCIA



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA
MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030



Plan de
Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



CANTABRIA
NEXT
GEN
Recuperación y resiliencia
23_24



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos
Europeos