

# SALUD EN RED EN LOS BARRIOS

## SALUD COMUNITARIA EN ARRABAL

Informe preliminar

Zaragoza, 3 de octubre de 2018



## Índice

<b>Introducción - La salud desde una perspectiva comunitaria</b>	<b>3</b>
<b>Análisis de la situación</b>	<b>4</b>
Demografía	4
Información socioeconómica	5
Información sanitaria	6
<b>Análisis de las necesidades del barrio</b>	<b>7</b>
Determinantes de salud	8
Transiciones vitales	8
Entornos saludables	9
<b>Recursos comunitarios y estructuras de coordinación</b>	<b>9</b>
Recursos comunitarios de Arrabal	9
Estructuras de coordinación existentes	10
<b>Iniciativas comunitarias</b>	<b>11</b>
<b>Oportunidades de sinergia</b>	<b>11</b>
<b>Conclusiones</b>	<b>12</b>
<b>Bibliografía</b>	<b>12</b>
<b>Anexos</b>	<b>14</b>
Anexo 1: Grupo promotor e histórico de reuniones	14
Anexo 2: Listado de recursos y estructuras de coordinación	15
Anexo 3: Listado iniciativas comunitarias	15

## Introducción - La salud desde una perspectiva comunitaria

Los factores sociales en la salud son cada vez más relevantes, puesto que está demostrado que el entorno en el que vivimos es un importante determinante para nuestra salud y, en ocasiones, tiene la capacidad de generarla. Desde hace años, en los barrios existen entidades, actores sociales y referentes que de forma activa han llevado a cabo actividades para la promoción de la salud de la comunidad con resultados positivos.

Estos actores trabajan de forma autónoma o en colaboración con otras entidades, pero sin una coordinación completa con el entorno en el que se encuentran, marcados por unos objetivos concretos de su área sin englobar la totalidad de los aspectos biopsicosociales y culturales de las personas.

Este informe nace como parte de la iniciativa Salud en red en los barrios, dirigido por el Ayuntamiento y el Gobierno de Aragón, y es fruto del trabajo de un grupo promotor (Anexo 1) y el Encuentro de Salud en Red en los barrios realizado el día 3 de Octubre. En un primer momento, como pilotaje se eligieron tres barrios de Zaragoza: Arrabal, Casetas y Las Fuentes.

A través de esta iniciativa, queremos establecer un nuevo vínculo entre las distintas asociaciones y entidades del ámbito sociosanitario. El fin de este informe es constituir una herramienta de trabajo dinámica y abierta que, a través de reuniones y actividades de participación, constituya un documento de trabajo útil para los diferentes miembros de los barrios, y que permita aumentar el conocimiento y generar ideas nuevas para compartirlas y crecer juntos en el barrio. (1, 2, 3)

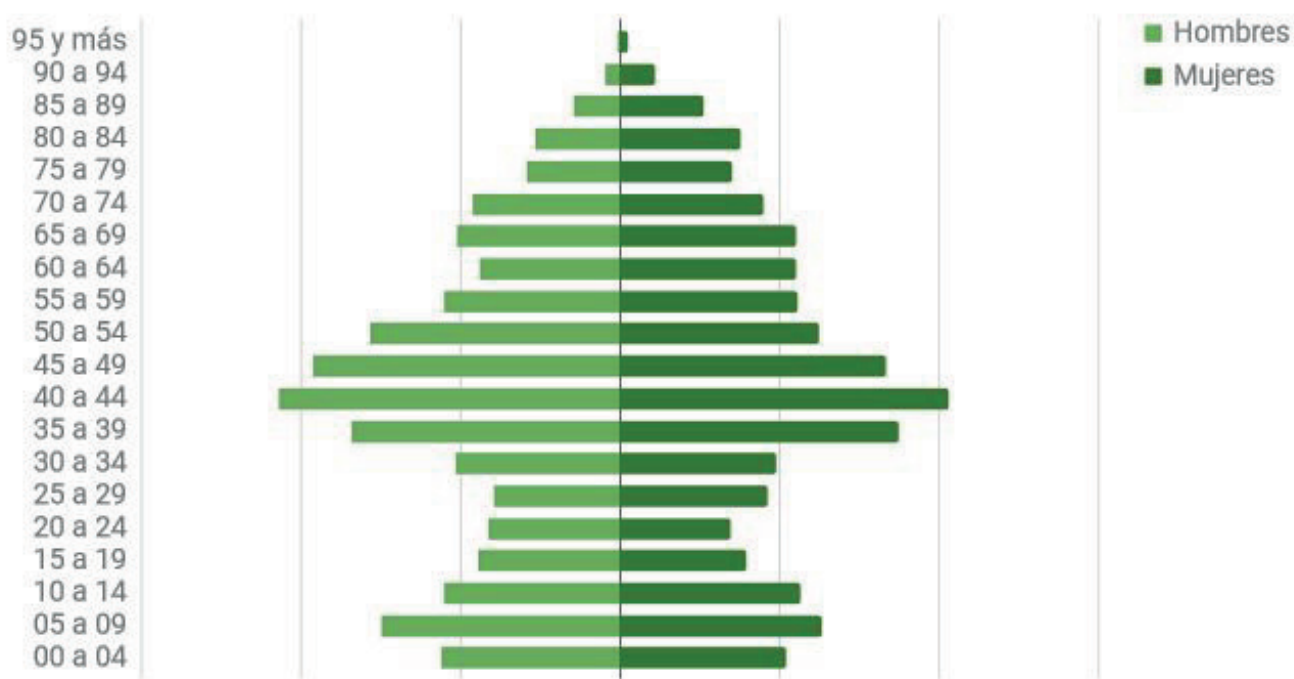
## Análisis de la situación

### Demografía

El barrio de Arrabal se encuentra en la ciudad de Zaragoza, en la margen izquierda del río Ebro. Es uno de los barrios más antiguos de la ciudad, y fue el primero de la margen izquierda. Se caracteriza por una población clase obrera-trabajadora.

Pertenece al distrito del Rabal, presenta una población total 78.548 habitantes con una densidad de 9377,86 hab/km<sup>2</sup>.(4) La edad media de la población es de 42 años, 2,2 años menos que Zaragoza. La zona de salud de Arrabal está constituida por 19.659 habitantes. (5)

**Figura 1. Pirámide poblacional de Arrabal 2016**

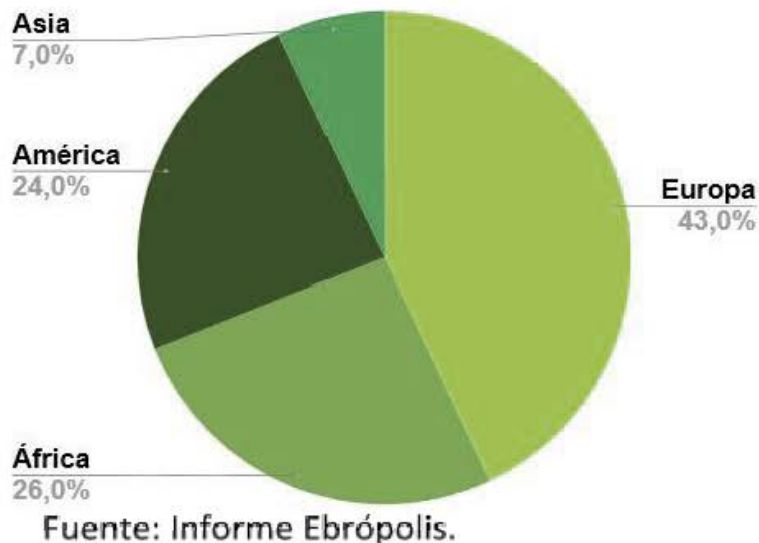


Fuente: Instituto Aragonés de Estadística (4)

Presenta una pirámide poblacional en forma de bulbo (Fig.1.) que, en comparación con la pirámide de Zaragoza, representa una población un poco más joven, aparecen más personas en las edades comprendidas entre 5 y 15 años y de 40 a 50 años y menos población en las edades más avanzadas.

Existen en el distrito del Rabal 2898 personas mayores de 65 que viven solas, siendo de ellas 650 mayores de 85 años. Este porcentaje es menor que en la ciudad de Zaragoza.

Figura 2. Población extranjera. Distribución por continentes



La población extranjera en el barrio de Arrabal supone el 8,8% de la población (14,25% en Zaragoza). En la Figura 2 se observa la distribución por nacionalidades continentales del distrito El Rabal.

### Información socioeconómica

El 38,8% de los residentes en El Rabal no tienen estudios o tienen la primaria incompleta, 3,7 puntos por encima de la media de Zaragoza. En cuanto a los estudios superiores, tan solo el 10,3%, casi cinco puntos por debajo de la media de la ciudad.

La renta neta media por hogar anual en el distrito del Rabal es 29.042, 2.131€ más baja que la media de Zaragoza (31.174€).

Respecto al asociacionismo, el Rabal tiene una proporción de asociaciones mayor que la población de Zaragoza (7,9% de las existentes en la ciudad), sin embargo la tasa de asociacionismo (personas asociadas) está 1,12 puntos por debajo de la media de Zaragoza.

Destaca el alto número de asociaciones vecinales. La asociación de vecinos Tío Jorge-Arrabal se encuentra integrada en la Federación de Asociaciones de Vecinos de los Barrios de Zaragoza, impulsora de planes de dinamización y acción social por el movimiento vecinal y la igualdad.

En cuanto al Ingreso Aragonés de Inserción, programa orientado a la normalización e integración de personas en estado de necesidad o marginación, las solicitudes, tanto nuevas como de renovación, son 227, el 5,4% de las zaragozanas.

Las ayudas de urgencia, prestaciones económicas destinadas a cubrir necesidades básicas son 2.689, el 7,6% de las tramitadas en el conjunto de Zaragoza; de ellas se concedieron casi el 94,8%.

INDICADORES SOCIOECONÓMICOS. Censo 2011	ARAGÓN (%)	ARRABAL (%)
Desempleo	23,5	19,3
Asalariados eventuales	30,8	26,3
Instrucción insuficiente en jóvenes	11,0	5,7
Instrucción insuficiente en extranjeros	16,7	8,4
Mayores de 85 años	3,9	3,0
Mayores de 65 años	21,3	19,3
Índice de privación		-0,9

En general, se observa una utilización de servicios sociales más baja, lo que parece indicar que las necesidades sociales de El Rabal están por debajo de la media de Zaragoza y de otros distritos.

En cuanto a los indicadores socioeconómicos mostrados en la tabla, en todos ellos se aprecia unas cifras porcentuales más favorables que en el total de la comunidad de Aragón. (6)

La privación se refiere a la falta de acceso a recursos, ya sean materiales (vivienda, trabajo, educación, alimentación, etc.) o sociales (derechos en relación con el empleo, las actividades familiares, la integración en la comunidad, participación formal en las instituciones sociales, de ocio y educación) (7). El barrio de Arrabal se encuentra en la posición 23 sobre 123 zonas de salud de Aragón, esto significa que es una zona poco privada, lo que indica que no existe una gran falta de recursos materiales o sociales en la zona en comparación con la población de la comunidad de Aragón.

#### Información sanitaria

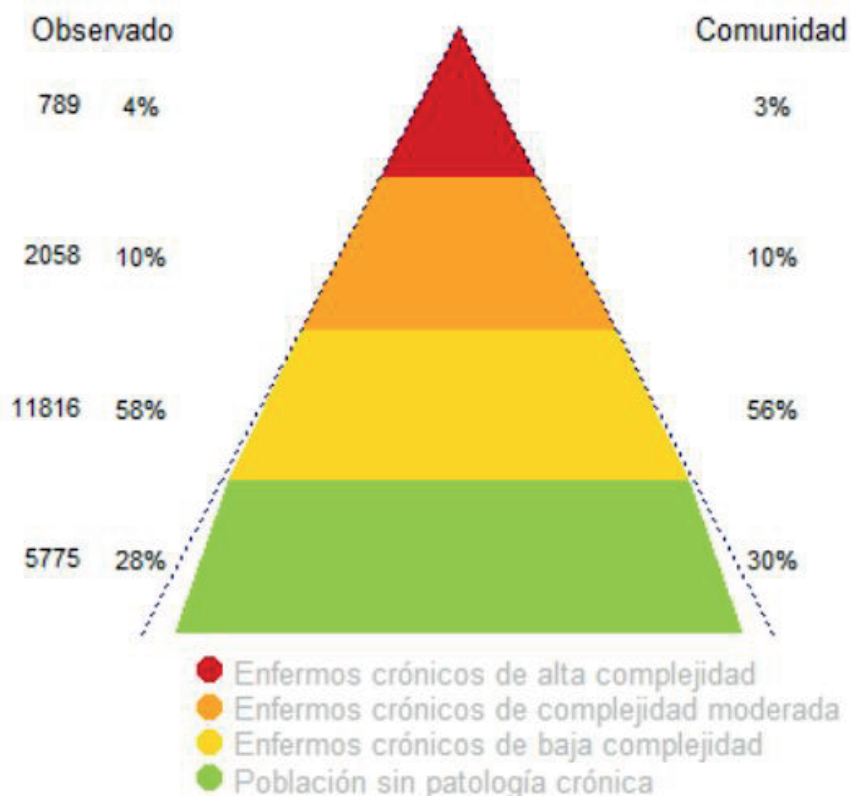
Los grupos de morbilidad ajustados (GMA) son un agrupador de morbilidad. Permite establecer una estratificación poblacional e identificar poblaciones diana. Muestra buenos resultados explicativos en indicadores de uso de recursos sanitarios. (8)

En cuanto a la morbilidad, se observa que la distribución de la cronicidad según complejidad en la población del barrio es muy similar a la de la comunidad de Aragón. Es importante destacar el hecho de que el 62% de la población presenta alguna patología crónica.

Para promocionar la salud y prevenir su desarrollo hay que recordar su asociación con los estilos de vida, la mayoría de los cuales se pueden llevar a cabo también en comunidad.

La información referente a los determinantes de salud, morbilidad y mortalidad de cada Zona Básica de Salud están disponibles de manera gráfica en el Atlas de salud de Aragón (9).

**Fig. 3. Distribución de GMA en Arrabal: valores observados**



Los valores punteados hacen referencia al total de la comunidad

Fuente: IntraSALUD

Tras la formación de un grupo promotor se llevó a cabo un análisis de necesidades detectadas en la población en las reuniones convocadas. Para ello, se realizó una clasificación de estas en tres categorías interrelacionadas: determinantes de salud, transiciones vitales y entornos saludables.

El análisis de estas necesidades nos permite tener una visión global de los aspectos que influyen en la salud, así como la oportunidad de crear vínculos, plataformas e iniciativas, capaces de abordarla de forma multidisciplinaria y más efectiva.

Las necesidades de la gente de nuestro barrio no son algo estático, sino que evolucionan y se modifican a lo largo del tiempo y según las circunstancias, así que estas necesidades pueden sufrir cambios y modificaciones.

## Determinantes de salud

Se definen como un conjunto de factores personales, sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones. (10) Se clasificaron en las siguientes categorías:

<b>Promoción de la autonomía personal</b>	<b>Estilos de vida</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar las habilidades de gestión emocional.</li> <li>- Desarrollo de habilidades para la búsqueda de empleo.</li> <li>- Prevención de situaciones de soledad.</li> <li>- Mejorar el control y adhesión al tratamiento médico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención del sedentarismo y promoción del ejercicio físico.</li> <li>- Prevención de adicciones (sustancias y tecnologías).</li> <li>- Promoción de la alimentación saludable.</li> </ul>
<b>Empoderamiento de la población</b>	<b>Entorno familiar</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aumentar la participación de la población en toma de decisiones en el barrio.</li> <li>- Mejorar la difusión y el intercambio de información en el medio socio sanitario.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención de la violencia de género a través de la educación en roles de género, machismo, igualdad.</li> <li>- Prevención de la violencia intrafamiliar.</li> </ul>

## Transiciones vitales

Las transiciones vitales se refieren a las diferencias etapas a lo largo de la vida del individuo en las cuales se presentan nuevos desafíos o necesidades de salud propias de ese periodo. Así mismo se identificaron algunas necesidades transversales que influyen en todas las etapas vitales del individuo.

<b>Infancia</b>	<b>Adultos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promoción de hábitos saludables en la infancia.</li> <li>- Promoción de habilidades personales y prevención de la violencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promoción de las habilidades para una parentalidad positiva: educación afectivo-sexual, conflictos en familias, comunicación, crianza.</li> </ul>
<b>Adolescencia</b>	<b>Mayores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promoción de hábitos saludables en la adolescencia.</li> <li>- Educación en roles de género, salud sexual y reproductiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención de la soledad.</li> <li>- Promoción del envejecimiento activo.</li> <li>- Promoción del paso a la jubilación de forma activa y positiva.</li> </ul>



TRANSVERSALES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación al final de la vida (afrontamiento, conocimiento del proceso).</li> <li>- Facilitar el acogimiento y la integración de las personas inmigrantes.</li> </ul>

### Entornos saludables

El entorno está constituido por los elementos externos a la persona que influyen en su salud.

Espacios comunes	Acceso
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promocionar los paseos y los espacios existentes para ellos (ribera, paseos en el barrio).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar y facilitar el acceso a los recursos (aumentar la difusión, la derivación profesional, la coordinación entre entidades,...)</li> </ul>

### Recursos comunitarios y estructuras de coordinación

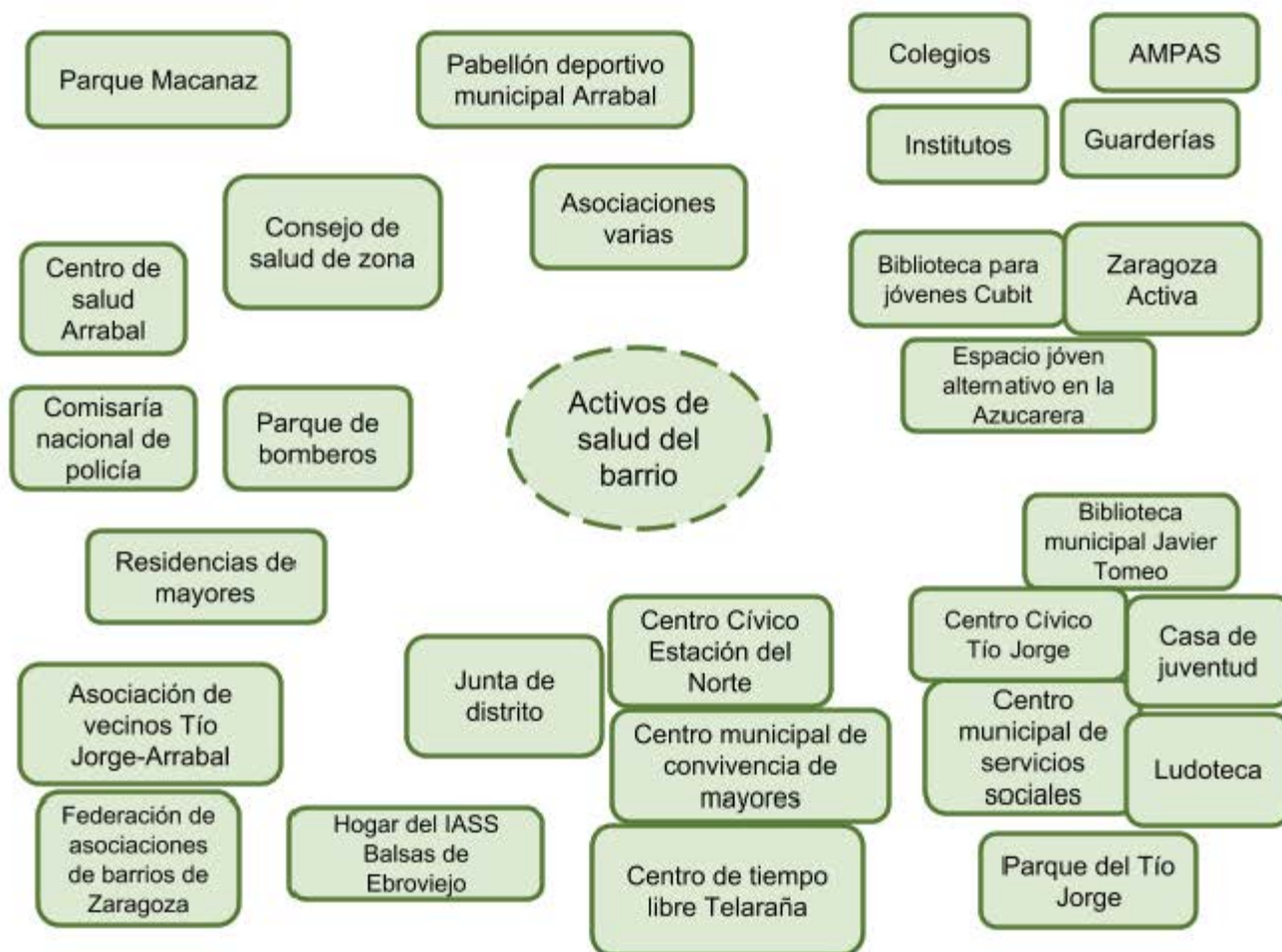
---

Este material pretende ser una herramienta dinámica, y su finalidad es continuar recogiendo cada vez más recursos e iniciativas. El listado completo de las plataformas se encuentra en el Anexo 2.

### Recursos comunitarios de Arrabal

Tras la puesta en común de los diferentes recursos del barrio, se presenta un esquema conceptual para visualizar los principales recursos identificados. (Fig. 4)

Figura 4. Mapa conceptual de recursos de Arrabal



Fuente: elaboración propia

### Estructuras de coordinación existentes

En el barrio de Arrabal existen diversas plataformas en las que diferentes entidades trabajan en colaboración en un área determinada o con una población concreta del barrio. Esto es importante porque implica el reconocimiento mutuo por parte de estas y el trabajo convergente hacia objetivos comunes. Las principales se encuentran recogidas en las reuniones se encuentran en el Anexo 2. Una de ellas, por ejemplo, sería el consejo de salud de zona.

## Iniciativas comunitarias

---

En las reuniones realizadas se procedió a la identificación de aquellas iniciativas que se estaban llevando a cabo desde entidades del barrio para promocionar la salud comunitaria. Estas iniciativas abarcan múltiples aspectos y necesidades.

El listado completo se encuentra en el Anexo 3 del documento que, como se ha comentado anteriormente, está abierto para seguir recogiendo más información sobre los proyectos y recursos existentes.

Por un lado se encuentran las iniciativas relacionadas directamente con los recursos sanitarios como es el centro de salud el barrio. Esta entidad trabaja de forma transversal en todas las etapas de la vida, desde el nacimiento hasta la vejez. Los profesionales, además de la asistencia individual, realizan diversos talleres y actividades grupales para promocionar la salud en los diferentes grupos de edad o de forma conjunta.

En el ámbito del área social, encontramos diferentes recursos. Por un lado, el centro municipal de servicios sociales incluye también diferentes programas de trabajo a lo largo de la vida del individuo, existiendo desde una unidad de infancia hasta programas de autonomía y cuidados para los más mayores. En esa línea, de forma transversal también, lleva a cabo la orientación y tramitación de ayudas sociales y diferentes recursos de interés para los ciudadanos, así como actividades y programas para los grupos de población con más riesgo de desprotección social o dificultades.

Para la población más mayor existen en el barrio recursos como el Centro de Convivencia de Mayores del Ayuntamiento y el Hogar para Mayores de Balsas de Ebroviejo, espacios dedicados a la atención y la promoción de la salud en las personas mayores de 60 años, con la finalidad de facilitar el comienzo de una nueva etapa permitiendo el desarrollo de actividades variadas y de interés.

Además del trabajo de todas estas entidades, cabe destacar por último la importancia de los espacios comunes, como los parques, las bibliotecas, la ludoteca y otros lugares donde la comunidad puede disfrutar del tiempo libre en conjunto, así como eventos y actividades que hacen que los arrabaleros disfruten de su barrio.

## Oportunidades de sinergia

---

Definimos sinergia como el fenómeno en el cual actúan en conjunto varios factores, observándose un efecto o resultado mayor del que se habría dado actuando por separado. A continuación se presenta un listado de sinergias y posibles colaboraciones.

- Asociación y derivaciones interdisciplinares del centro de salud y el centro de mayores para captar población susceptible de disfrutar los servicios ofertados de forma interdireccional. Acuerdos protocolizados entre instituciones.
- Reconocimiento entre instituciones, intercambio de información y proyectos.

- Aprovechamiento de los eventos del barrio para conocerse entre las instituciones y realizar proyectos juntos (fiestas del barrio, semana europea de la movilidad, fiesta de reyes magos).
- Actividades en los colegios por parte del centro municipal y el centro de salud con colaboración de la policía, junta del distrito, asociación de comerciantes y cualquier entidad de interés.
- Puesta en común en las comisiones de educación de las juntas del distrito, consejos de salud de barrio y los consejos de centros cívicos.

## Conclusiones

---

Tras el I Encuentro de Salud en los Barrios del 3 de octubre de 2018, como conclusión general del trabajo en el grupo durante la jornada, cabe decir que se creó un clima de participación y generación y acogida de ideas muy positivo. Es resaltable la importancia que las entidades dieron al papel de la comunicación entre ellas para conseguir trabajar en conjunto en un futuro. Los participantes se mostraron muy receptivos al conocimiento y la interacción con los otros miembros y expresaron mucha ilusión en continuar esta iniciativa sin perder el contacto y el interés en crecer con y en el barrio.

Debido a los límites temporales en el desarrollo de la jornada, hubo que interrumpir el trabajo en grupo en un momento en el que los miembros habían comenzado a generar más y más ideas conjuntas, sin embargo el día de hoy solo ha sido el principio de lo que puede ser una larga y provechosa relación, cuyo objetivo final es aumentar la salud y la calidad de la vida individual, familiar y comunitaria en el barrio.

## Bibliografía

---

1. Aitziber, B., Nuin, B. and Sorrain, Y. Guía metodológica para el abordaje de la salud desde una perspectiva comunitaria. [Internet]. 1ª ed. Vitoria-Gasteiz: Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco; 2016 [acceso agosto 2018] Disponible en: [www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/.../guia-metodologia-esp.pdf](http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/.../guia-metodologia-esp.pdf)
2. Argüelles, M., Cofiño, R. and García, N. Guía para trabajar en salud comunitaria en Asturias. [Internet] Principado de Asturias: Dirección General de Salud Pública, Consejería de Sanidad del Principado de Asturias; 2016 [acceso agosto de 2018]. Disponible en: <https://obsaludasturias.com/obsa/guia-de-salud-comunitaria/>
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía para la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Madrid, 2015. [acceso agosto de 2018] Disponible en: [https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia\\_implementacion\\_local.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia_implementacion_local.pdf)

4. Ebrópolis. Informe de indicadores del Distrito del Rabal. [Internet]. Zaragoza: Ayuntamiento de Zaragoza; 2016 [acceso agosto 2018]. Disponible en: <http://www.ebropolis.es/files/File/Observatorio/Documentos/Informe-Indicadores-2016-Ebropolis.pdf>
5. Instituto Aragonés de Estadística [Internet]. Aragón: Gobierno de Aragón; 2016 [acceso agosto 2018]. Población y pirámides de población de las zonas de salud. Disponible en: [http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Institutos/InstitutoAragonésEstadística/ÁreasTemáticas/04\\_Salud/ci.09\\_Piramides\\_poblacion\\_zonas\\_salud.detalleDepartamento?channelSelected=0#section2](http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Institutos/InstitutoAragonésEstadística/ÁreasTemáticas/04_Salud/ci.09_Piramides_poblacion_zonas_salud.detalleDepartamento?channelSelected=0#section2)
6. Instituto Aragonés de Estadística [Internet]. Aragón: Gobierno de Aragón; 2011 [acceso agosto 2018]. Indicadores socioeconómicos e índice de privación. Disponible en: [http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Departamentos/Sanidad/ÁreasTemáticas/SanidadProfesionales/SaludPublica/Informacion\\_e\\_Investigacion/Investigacion\\_determinantes\\_def/ci.Determinantes\\_socioeconomico.detalleDepartamento?channelSelected=0](http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Departamentos/Sanidad/ÁreasTemáticas/SanidadProfesionales/SaludPublica/Informacion_e_Investigacion/Investigacion_determinantes_def/ci.Determinantes_socioeconomico.detalleDepartamento?channelSelected=0)
7. Domínguez-Berjón MF, Borrell C, Cano-Serral G, Esnaola S, Nolasco A, Pasarín MI, et al. Construcción de un índice de privación a partir de datos censales en grandes ciudades españolas (Proyecto MEDEA). Gac Sanit. 2008;22(3):179-87. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0213-91112008000300002](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112008000300002)
8. Monterde D, Vela E, Clèries M. Los grupos de morbilidad ajustados: nuevo agrupador de morbilidad poblacional de utilidad en el ámbito de la atención primaria. Aten Primaria. [Internet] 2016 [acceso agosto 2018]. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-S0212656716302104>
9. Instituto Aragonés de Estadística [Internet]. Aragón: Gobierno de Aragón. Atlas de Salud de Aragón. Vigilancia del estado de salud y sus determinantes por Zona Básica de Salud. Disponible en: <https://idearagon.aragon.es/atlas/indexSalud.jsp>
10. Organización mundial de la salud. Glosario de promoción de la salud de la Organización Mundial de la Salud. Ginebra: World Health Organization; 1998 [acceso agosto 2018]. Disponible en: [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/who\\_hpr\\_hep\\_98.1\\_spa.pdf;jsessionid=C696C5ABE1B78298E89C269EA135C742?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/who_hpr_hep_98.1_spa.pdf;jsessionid=C696C5ABE1B78298E89C269EA135C742?sequence=1)

## Anexos

---

### Anexo 1: Grupo promotor e histórico de reuniones

#### Grupo promotor

Salud Pública Zaragoza Javier Gallego (Jefe de Sección de Educación para la Salud) Pilar Aliaga (Subdirección de SP, SARES) Marina Pola (Subdirección de SP, SARES)	Centro Municipal de Servicios Sociales Azucena Díez (Directora) Sonia Rillo (Trabajadora social)
Centro de Salud Arrabal Nuria Borraz (Coordinadora médica) Marisa Juan (Trabajadora Social) Teresa Tolosana (Coordinadora enfermera) M <sup>a</sup> Ángeles Checa (Matrona)	Centro de Convivencia de Mayores Cristina Beltrán (Directora CM Arrabal) Pilar García (Directora CM La Jota)
Elaboración de informe Alba Soriano Martínez (Enfermera Familiar y Comunitaria)	

#### Histórico de reuniones

<b>Mayo 2018</b>	
28/05/18	Presentación del proyecto.
<b>Julio 2018</b>	
12/07/18	Constitución del grupo promotor.
30/07/18	Puesta en común de proyectos y análisis de necesidades.
<b>Septiembre 2018</b>	
03/09/18	Puesta en común de proyectos y análisis de necesidades.
17/09/18	Análisis de necesidades y preparación del Encuentro.
<b>Octubre 2018</b>	
03/10/18	<b>I Encuentro Salud en Red en los Barrios</b>

## Anexo 2: Listado de recursos y estructuras de coordinación

Estructura	Entidades
Consejo de salud de zona	Centro de salud, asociación de vecinos, CMSS, otras entidades del barrio.
Coordinación de zona, puesta en común de casos.	CMSS, Centro de Convivencia de Mayores, Hogar del IASS

## Anexo 3: Listado iniciativas comunitarias

CENTRO	INICIATIVA	DESTINATARIOS	DESCRIPCIÓN
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b> (Plaza San Gregorio s/n, en parque del Tío Jorge)	Programa de Primera Atención	Población general	Atención personalizada individual <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emergencias / urgencias</li> <li>• Información, valoración, derivación y tramitación.</li> </ul>
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b>	Programa de prevención e inclusión	Población general	Constituido por varios proyectos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora energética.</li> <li>• Apoyo a la familia (PAF).</li> <li>• Proyectos grupales. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupo prelaboral.</li> <li>- Taller de renta.</li> <li>- Bailando colores.</li> </ul> </li> </ul>
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b>	Programa de Autonomía y Cuidados	Población general	Proyecto "Soledad y cuidados"
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b>	Programa de Infancia	Niños de 3 a 14 años.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa de estudio y valoración de posibles situaciones de desprotección de menores.</li> <li>• Unidad de infancia: ludoteca, centro de tiempo libre, educadores de calle.</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupos de parentalidad / padres adolescentes</li> </ul> Proyectos y actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Huerto comunitario (P. Altabás).</li> <li>- Equipo de fútbol.</li> <li>- Talleres en el centro.</li> <li>- Visitas.</li> </ul>
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b>	Comunitarios	Población general	Diferentes proyectos, entre ellos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colonias Zaragalla.</li> <li>• Paseos vecinales.</li> <li>• Semana de la movilidad.</li> <li>• Participación con actividades infantiles en: Día del Rabal, día 8 de marzo, fiestas del barrio, fiesta de Reyes Magos.</li> </ul>
<b>CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES</b>	Programa de "Cuidarnos" para los profesionales	Población general	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio de cuidado, formación en gestión y resolución de conflictos.</li> <li>• Itinerario de recursos.</li> </ul>
<b>LUDOTECA MUNICIPAL BOLINCHE</b> (Plaza San Gregorio s/n, en parque del Tío Jorge)	Programas y actividades varias	Niños de 3 a 6 años.	
<b>CASA DE JUVENTUD ARRABAL</b> (Plaza San Gregorio s/n, en parque del Tío Jorge)	Programas y actividades varias	Jóvenes entre 12 y 30 años.	Cursos, talleres  <b>Enlace Blog:</b> <a href="http://casajuventudarrabal.blogspot.com/">http://casajuventudarrabal.blogspot.com/</a>
<b>CENTRO CÍVICO TÍO JORGE</b> (Plaza San Gregorio s/n, en parque del Tío Jorge)	Cursos y talleres 2018-2019	Población general	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instrumentos musicales, coro</li> <li>- Danzas (biodanza,tango)</li> <li>- Pintura al óleo</li> <li>- Cerámica y moldeado</li> <li>- Pilates</li> </ul>
<b>BIBLIOTECA MUNICIPAL</b>	Actividades infantiles	Niños	



<b>JAVIER TOMEO</b> (Plaza San Gregorio s/n, en parque del Tío Jorge)			
<b>BIBLIOTECA MUNICIPAL JAVIER TOMEO</b>	Actividades para adultos	Población general	Charlas, cursos.
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b> (Andador Aragüés del Puerto, 3, 50015 Zaragoza)	Grupo de parentalidad	Padres, madres y abuelos/as	<b>Enlace web:</b> <a href="https://osinteresa.com/">https://osinteresa.com/</a>
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Del embarazo a la escuela	Padres y madres	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Grupo de lactancia	Padres y madres	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Taller RCP y atragantamiento	Padres y madres	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Taller RCP	Población general	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Taller del final de la vida	Población general	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Taller de emociones y habilidades para la vida	Población general	
<b>CENTRO DE SALUD ARRABAL</b>	Grupo de mujeres	Mujeres del barrio	Promocionar el empoderamiento de las mujeres

<b>HOGAR PARA MAYORES BALSAS DE EBROVIEJO DEL IASS</b> (C/ Valle de Broto, s/n)	Comedor social	Jubilados $\geq$ 60 años.	<b>Enlace Blog:</b> <a href="http://hogarbalsasebro.blogspot.com/">http://hogarbalsasebro.blogspot.com/</a>
<b>HOGAR PARA MAYORES BALSAS DE EBROVIEJO DEL IASS</b>	Actividades	Jubilados $\geq$ 60 años.	Diferentes programas sociales y de ocio.
<b>SERVICIO MUNICIPAL DE FORMACIÓN PARA EL EMPLEO</b> (C/ Más de las Matas, 20. Antigua azucarera)	Programa Activate! y videocurrículum bolsa, empleo virtual.	Personas en situación de desempleo	
<b>BIBLIOTECA PARA JÓVENES CUBIT</b> (C/ Más de las Matas, 20. Antigua azucarera)	Actividades varias	Población general	Préstamo de documentos, actividades de participación, formación.  <b>EnlaceTwitter:</b> <a href="https://twitter.com/bjcubit?lang=es">https://twitter.com/bjcubit?lang=es</a>
<b>CENTRO CÍVICO ESTACIÓN DEL NORTE</b> (Calle Perdiguera, 7)	Actividades curso 2018 - 2019	Población general	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pintura, manualidades</li> <li>- Danzas (latina, moderna,...)</li> <li>- Idiomas</li> <li>- Instrumentos musicales</li> <li>- Ejercicio físico (yoga, pilates, zumba, Thai, Chi)</li> <li>- Relajación y emociones</li> <li>- Club de lectura</li> <li>- Informática y Android</li> <li>- Teatro</li> </ul>

			- Huertos urbanos
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b> (Calle Perdiguera, 7)	Espacios de convivencia	Jubilados $\geq$ 60 años.	Cafetería, puestos informáticos de libre acceso, sala de lectura.
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Asesoría jurídica	Jubilados $\geq$ 60 años.	
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	“Zaragoza ciudad amigable con las personas mayores”	Jubilados $\geq$ 60 años.	Programas de envejecimiento autónomo y saludable, y prevención de la dependencia.
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa de integración y reconocimiento social	Jubilados $\geq$ 60 años.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intergeneracionales</li> <li>- Bodas de oro</li> <li>- Día internacional del mayor</li> </ul>
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa de participación y asociacionismo	Jubilados $\geq$ 60 años.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupos de actividad</li> <li>- Talleres de la experiencia</li> <li>- Participación y colaboración en centros de convivencia</li> </ul>
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa de promoción de envejecimiento activo	Jubilados $\geq$ 60 años.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Talleres de envejecimiento activo</li> <li>- Talleres de prevención de la dependencia</li> <li>- Proyecto educación para la salud</li> <li>- Viajes y excursiones</li> </ul>

<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa ciudad accesible	Jubilados $\geq$ 60 años.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recorre y descubre una ciudad segura y accesible</li> <li>- Red de comercios amigables de las personas mayores</li> </ul>
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa vivienda accesible	Jubilados $\geq$ 60 años.	Prevención de riesgos en el hogar
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Programa de inserción e las TICs	Jubilados $\geq$ 60 años.	Proyecto "Más mayores en la Red"
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Talleres	Jubilados $\geq$ 60 años.	Trabajo en las esferas física, psíquica y social. Apoyo importante en casos de soledad/duelo.
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Grupos de actividades	Jubilados $\geq$ 60 años.	Grupos de teatro, baile, senderismo.
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES ESTACIÓN DEL NORTE</b>	Actividades en el exterior	Jubilados $\geq$ 60 años.	Actividades intergeneracionales, excursiones, visitas culturales.
<b>CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES</b>	"Mayores viviendo con ganas"	Jubilados $\geq$ 60 años.	Nuevas formas de ocio para los nuevos jubilados

<b>ESTACIÓN DEL NORTE</b>			
<b>JUNTA DE DISTRITO</b> (Calle Perdiguera, 7)	Día del Rabal	Población general	Puesta en común de actividades entre asociaciones, talleres, conciertos, ejercicio.
<b>ZARAGOZA DINÁMICA</b> (Calle Monasterio de Samos s/n (antiguo matadero))	Cursos de formación, actividades	Jóvenes	Formación para el empleo.  <b>Enlace web:</b> <a href="https://web.zaragozadinamica.es/">https://web.zaragozadinamica.es/</a>