

**Consulta la buena práctica**



**FUNDACIÓN PILARES PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL**  
**PARTICIPAMOS CONTIGO**



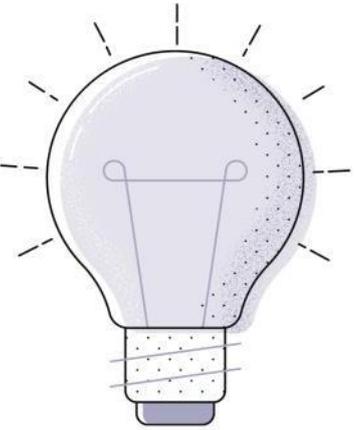
# ÍNDICE

4. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	3
5. ÁMBITO DE ACTUACIÓN.....	3
6. PERSONAS BENEFICIARIAS .....	4
7. TIPO DE ACTIVIDAD .....	4
8. ÁMBITO TERRITORIAL.....	5
9. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	5
10. JUSTIFICACIÓN.....	7
11. OBJETIVOS .....	8
12. PALABRAS CLAVES .....	9
13. TEMPORALIZACIÓN .....	10
14. HITOS .....	10
15. RECURSOS .....	11
16. FINANCIACIÓN .....	11
17. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS).....	12
18. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP).....	13
19. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS .....	16

# 1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA

El programa Participamos Contigo se trata de un programa con enfoque comunitario que surge con la finalidad de crear espacios de encuentro y debate en los que las personas mayores puedan tratar temas de interés que les afectan como comunidad (participación, envejecimiento activo, cuidados, intergeneracionalidad, fortaleza comunitaria, soledad no deseada...).

En el programa se reconoce la participación como una necesidad y como una dimensión de calidad vida. Además, por el peso que, como grupo de edad, tienen las personas mayores, se considera esencial asumir su contribución a la sociedad a través de la participación, los cuidados informales o el voluntariado, para alcanzar el bienestar de toda la ciudadanía.



## 2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Detallar el ámbito de actuación marcando con una X la opción u opciones que correspondan de la siguiente tabla:

<b>Personalización, integralidad y coordinación:</b> experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.	X
<b>Productos de apoyo y TIC:</b> diseño y/o implementación de tecnologías, productos de apoyo y TIC para favorecer la autonomía, la independencia, el bienestar y la seguridad, tanto de las personas que tiene necesidad de apoyos como de las personas que les atienden o cuidan.	
<b>Entorno físico y comunitario:</b> experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.	X
<b>Desarrollo organizativo y profesional:</b> Innovaciones organizativas, metodológicas o normativas que medien o favorezcan la aplicación del modelo, a través de cambios normativos, instrumentos de evaluación, adaptaciones en los sistemas de organización y gestión de los centros y recursos, coordinación sociosanitaria, metodologías e instrumentos de atención personalizada, adaptación de perfiles profesionales y formas de actuación.	
<b>Acciones de comunicación:</b> aquellas experiencias relacionadas con medios de comunicación dirigidas a romper los estereotipos e imágenes erróneas sobre la vejez, discapacidad, enfermedad, etc., que propongan una visión que ponga en valor a las personas.	X
<b>Generación de conocimiento:</b> iniciativas dirigidas a la investigación, evaluación, publicaciones, entornos académicos que favorezcan la generación de conocimiento y visibilicen los avances en nuevos modelos de atención y/o cuidados.	
<b>COVID-19:</b> se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia del virus de la COVID-19.	

### 3. PERSONAS BENEFICIARIAS

Detallar las características de las personas beneficiarias marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	
Personas en situación de dependencia	
Familias	
Profesionales	
Sociedad en general	X
Otro/s	X

Describa las características principales de las personas beneficiarias de la experiencia:

Las personas beneficiarias directas del programa son personas mayores que residen en municipios de la provincia de Alicante, Valencia y Castellón. Pero además se busca la implicación de personas de otras edades y se trabaja de forma cooperativa y coordinada con entidades del tercer sector, vecinos/as de los municipios y agentes comunitarios (profesionales de servicios sociales, centros educativos, asociaciones...).

### 4. TIPO DE ACTIVIDAD

Detallar el tipo de actividad de su entidad marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Centro residencial	
Comunidades, viviendas, domicilios	X
Centros ocupacionales	
Centros de día	
TAD, SAD	
Escuelas, universidades y otros centros educativos	
Lugares y centros de trabajo	
Políticas públicas	
Transporte	
Ocio	
Cultura	
Deporte	
Otro/s	X

Describa el tipo de actividad de la entidad que lleva a cabo la buena práctica:

La Fundación Pilares para la Autonomía Personal es una organización orientada por valores, líder en la promoción del ejercicio de derechos y la plena ciudadanía de personas mayores y/o en situación de vulnerabilidad. Trabaja para contribuir a la construcción de conocimiento, compartirlo y, sobre esa base, proponer modelos y actuaciones colaborativas que promuevan la dignidad de las personas más vulnerables y la transformación de la sociedad.

## 5. ÁMBITO TERRITORIAL

Detallar el ámbito territorial de su entidad marcando con una X la opción que corresponda, especificando la zona de actuación:

Local (Especificar municipio):	
Provincial (Especificar provincia):	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	X
Estatal	
Unión Europea	
Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: El programa mencionado es de ámbito autonómico pues se desarrollan las distintas actividades en la provincia de Alicante, Valencia y Castellón, concretamente en los municipios de: Torrent, Rojales, Daya Vieja, Formentera del Segura y Castellón de la Plana.	

## 6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Describa a continuación, de forma detallada, en qué consiste la buena práctica, metodología empleada, fases de implementación, etc. (máximo 2.000 palabras):

El programa Participamos Contigo, adopta un enfoque comunitario bottom up, y pone en marcha distintas acciones desde la visión del Modelo de Atención Integral y Centrado en la Persona, partiendo de procesos participativos con personas mayores y otros agentes. Desde el programa se han promovido encuentros donde se han compartido vivencias, opiniones y preocupaciones de las personas mayores. Mediante esta metodología participativa y colaborativa, además se facilita la posibilidad de valorar y conocer los recursos disponibles en la propia comunidad y activarlos para garantizar el acceso de las personas mayores a estos en igualdad de condiciones.

Este programa empieza a desarrollarse como proyecto piloto en el año 2020 en la Comunidad Valenciana, mediante financiación de la Conselleria de Participació, Transparència, Cooperació i Qualitat Democràtica, concretamente en 4 pueblos de las provincias de Alicante y Castellón (Rojales, Daya Vieja, Formentera del Segura y Villanueva de Viver). A partir del año 2022, se ha ampliado la experiencia en otros territorios de las provincias de Alicante y Castellón, con el objetivo de poner ya en marcha acciones contra la soledad no deseada desde la visión que aporta el MAICP y desde procesos participativos.

### METODOLOGÍA

Las acciones desarrolladas se promueven desde el Modelo de Atención Integral y Centrado en la Persona. Este modelo requiere, en primer lugar, que la práctica profesional se desarrolle a través de un rol facilitador y acompañante que, a diferencia de los roles profesionales "expertos", vea a las personas como sujetos valiosos, y que, a través de una posición no directiva, logre activar y dinamizar los recursos latentes que todas las personas poseemos. Además, se contempla a la persona de forma holística, tratando todas las dimensiones que afectan a la vida de las personas.

El programa se basa en metodologías participativas, que nos permiten, en un primer momento,

conocer los problemas y necesidades sociales de las comunidades, mediante la realización de talleres de diagnóstico. En un segundo momento, se procede a compartir los resultados en talleres de devolución, y finalmente, se procede a construir alternativas o acciones de mejora de forma consensuada con las personas participantes.

Otro enfoque es la Perspectiva Comunitaria, que identifica los recursos, actividades y servicios de la comunidad que pueden tener una repercusión positiva en la calidad de vida de las personas mayores. Mediante el trabajo comunitario se han conseguido alianzas con entidades y agentes de los territorios en los que se desarrollan las actividades.

## **ACTIVIDADES**

### 1. Encuentros de valoración de necesidades y deliberación:

Con la promoción de estos espacios se pretende conocer de primera mano las necesidades o problemas de las personas mayores, especialmente los relacionados con la soledad no deseada y las dificultades para la participación. De igual modo, se han conocido las preferencias reales de las personas mayores respecto a las actividades de ocio, cultura o formación, siendo esta la vía para iniciar acciones contra la soledad no deseada.

### 2. Encuentros de devolución y propuesta de acciones:

En la segunda fase del programa se ofrece un espacio de devolución de la información percibida en los espacios de diagnóstico y se busca construir propuestas de forma consensuada con las personas mayores y otros agentes comunitarios de los distintos municipios. En este caso, la función de los y las profesionales consiste en dinamizar los encuentros y favorecer la autonomía de las personas mayores para que expresen lo que realmente les preocupa, y las posibles soluciones que ellos y ellas consideran viables.

### 3. Trabajo comunitario:

De manera transversal, durante la ejecución del programa se participa en plataformas y espacios comunitarios, así como acciones puntuales, propias o ajenas con el fin de realizar trabajo conjunto, aportando nuestra experiencia y saber en torno a los cuidados de larga duración, el envejecimiento, la dependencia, la soledad... Se construyen además todo tipo de relaciones en la comunidad, se crean espacios comunitarios, se crean sinergias con otras entidades para favorecer la complementariedad de servicios y programas, se difunden las acciones a través de redes sociales y otros medios propios, etc.

### 4. Acciones de sensibilización:

Es necesario sensibilizar a la sociedad sobre el derecho a la participación de las personas mayores. La sensibilización se dirige tanto a la población mayor, para motivar su envejecimiento activo y saludable, como al resto de la población, para desterrar los mitos y estereotipos negativos asociados a la vejez.

Así, desde el proyecto se diseñan y difunden materiales (infografías, folletos...) con información sobre las actividades que llevamos a cabo y recomendaciones sobre cómo ejercer el derecho de participar y seguir formando parte activa de la comunidad. Estos materiales se publican en la web de la Fundación Pilares y en las redes sociales de la entidad (Twitter, Facebook, Instagram y LinkedIn).

## EVALUACIÓN

Destacamos los resultados obtenidos en los cuestionarios de satisfacción que pasamos a finales de 2023 para valorar las actividades desarrolladas durante el pasado año:

En primer lugar, el 81% de las personas expresan una alta satisfacción con el programa. Las personas beneficiarias también perciben que: han participado activamente en la planificación y puesta en marcha de las actividades realizadas (78%); han podido compartir con el resto de las personas cómo se sentían, sintiéndose escuchadas (84%) y tras participar en el programa han participado en más actividades fuera de casa, conociendo a otras personas (71%). De esta manera, las mejoras percibidas por las personas se agrupan en las siguientes dimensiones de calidad de vida: participación, bienestar emocional y soledad no deseada. Por tanto, los beneficios que han generado las actividades realizadas podrían agruparse en los siguientes:

- Generación de redes que van más allá de los talleres y encuentros realizados, mejorando su inclusión social y su participación en otras actividades.
- Puesta en marcha de actividades formativas y motivadoras que tengan en cuenta los intereses y prioridades de los y las participantes, quienes han participado en la planificación y diseño de las mismas: talleres de sexualidad, talleres de cocina, de macramé, de gestión emocional y charlas sobre temas relevantes para ellas.

También son importantes las literalidades que las personas participantes han compartido, respecto a qué es lo que más valoran del programa, algunas de las más destacables son:

*“Estoy recordando muchas cosas ya olvidadas. La convivencia con mis compañeras”*

*“Distracción y entretenimiento, hablar, adquirir nuevos conocimientos.”*

*“La amistad y el buen ambiente que se ha creado en el grupo”*

Finalmente, compartimos la valoración global que desde Fundación Pilares se hace tras la evaluación del programa. Se han superado los objetivos e indicadores previstos algo que, sumado a los resultados obtenidos en los cuestionarios de satisfacción, permite afirmar que el programa ha sido altamente satisfactorio.

## 7. JUSTIFICACIÓN



Especifique el motivo o causa que motivó la puesta en marcha de la iniciativa:

Vivimos en una sociedad que no tiene en cuenta la potencialidad social que tiene la participación de las personas mayores en las cuestiones públicas y comunitarias. En contra de lo que promueve el Modelo de Atención Integral y Centrado, nuestra sociedad fomenta la heteronomía en las personas mayores, y sus deseos e inquietudes no se consideran en las decisiones importantes para la comunidad, ni en cuestiones cotidianas.

Desde 2020, esta participación se ha visto muy afectada por la crisis sanitaria provocada por la COVID-19, año en que surge esta iniciativa. En testimonios recogidos en otros programas de la Fundación Pilares, las personas mayores reconocen haber reducido notablemente o suspendido su participación en actividades grupales que venían realizando. La necesidad de participación no está siendo cubierta por los recursos y servicios existentes dirigidos a mejorar el bienestar de estas personas.

Asimismo, las "nuevas personas mayores que vienen" reivindican seguir en el mundo desde un lugar en el que se les reconozca más allá de la edad que atesoran. El reto de la sociedad en estos momentos estriba en la capacidad de generar plataformas que den respuesta a esa búsqueda de reconocimiento a través de un desarrollo personal compartido en la participación social. Así, nace el programa Participamos Contigo, que tiene una finalidad muy clara: tener una visión más amplia de las realidades y necesidades de las personas mayores a través de sus propias aportaciones.

## 8. OBJETIVOS

Indique el Objetivo General y los Objetivos Específicos de la iniciativa:

### **Objetivo General:**

Fomentar la participación de las personas mayores creando espacios de diagnóstico, reflexión y deliberación.

### **Objetivos Específicos:**

1. Conocer los problemas, demandas y necesidades de las personas mayores relacionados con su comunidad e intereses personales.
2. Recoger propuestas consensuadas y deliberadas acerca de la soledad no deseada, envejecimiento activo y otras cuestiones de interés.
3. Promover la implicación y cooperación entre entidades y recursos comunitarios para facilitar la participación de las personas mayores.
4. Sensibilizar a la sociedad sobre los beneficios de la participación de las personas mayores y desterrar mitos y estereotipos sobre el envejecimiento.

## 9. PALABRAS CLAVES

Describe cuatro “palabras claves” relacionadas con su buena práctica y porqué tienen importancia, por ejemplo: palabra clave “Personalización”, porque llevamos a cabo una atención personalizada, centrada en las características e idiosincrasia de cada una de las personas, teniendo en cuenta su opinión, intereses, valores, costumbres...

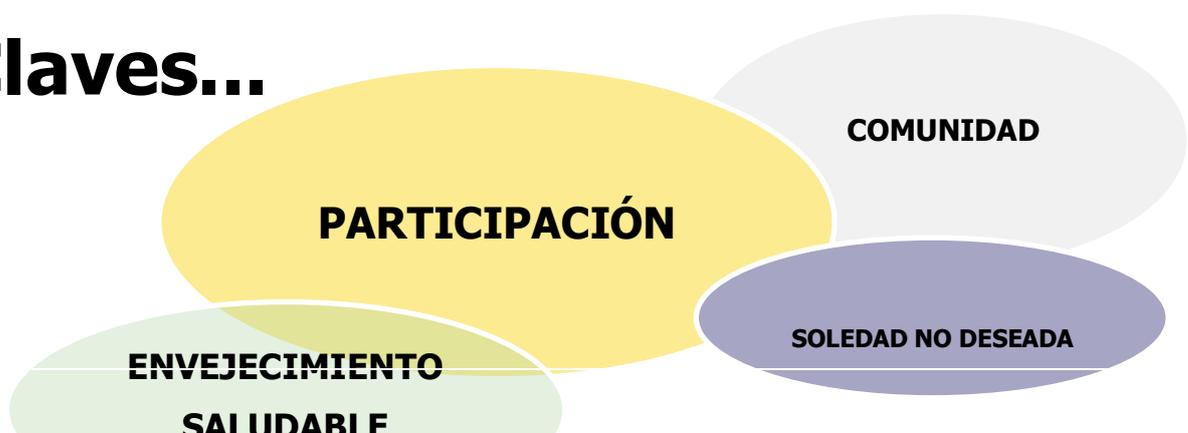
Palabra clave -1-: **Participación.** Desde el programa Participamos Contigo se considera la participación un derecho esencial, por eso se fomenta la creación de espacios y situaciones en los que las personas mayores puedan expresar sus preferencias, tomar decisiones y desarrollar la autonomía personal.

Palabra clave -2-: **Envejecimiento saludable.** A través de la participación activa de las personas mayores y del resto de la comunidad se promueve un envejecimiento saludable. Fomentar actividades de participación en la sociedad favorece, además, la igualdad de oportunidades en cuestiones económicas, sociales, culturales, de salud, etc.; y repercute en el bienestar de las personas mayores.

Palabra clave -3-: **Comunidad.** Para conseguir que las personas mayores puedan decidir y poner finalmente en marcha las distintas iniciativas propuestas, es esencial trabajar en y con la comunidad. Con el trabajo comunitario se logran respuestas integrales y comunidades cuidadoras. Se busca, además, cambiar el imaginario colectivo y consolidar el valor que las personas mayores tienen dentro de la comunidad.

Palabra clave -4-: **Soledad no deseada.** Uno de los ejes fundamentales de esta iniciativa es combatir el sentimiento de soledad no deseada y los efectos negativos del aislamiento social. La participación en la comunidad implica el fomento de interacciones gratificantes y la posibilidad de consolidar redes de apoyo de calidad.

## Claves...



## 10. TEMPORALIZACIÓN

Indique la fecha de inicio de la buena práctica (mes y año):

Año de inicio: 2020

## 11. HITOS

Describir hitos importantes, como, por ejemplo, premios, reconocimientos recibidos por la iniciativa que se presenta. Si no los hubiera, indicar no procede.

En marzo el programa Participamos Contigo fue galardonado por la Generalitat Valenciana en la III Edición de los Premios Participa Acció, recibiendo el primer premio en la categoría de Participación Ciudadana.

A continuación, compartimos el enlace al video promocional de estos premios:

[https://www.youtube.com/watch?v=0cH5Vnr\\_zN0&t=1s](https://www.youtube.com/watch?v=0cH5Vnr_zN0&t=1s)

## 12. RECURSOS

Describir los recursos necesarios para llevar a cabo la experiencia, en cuanto a personal necesario y recursos materiales:

- Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Coordinadora
- Técnico de
- participación
- Técnica de comunicación
- Voluntariado

- Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Sede de la fundación
- Material informático: ordenador, teléfono móvil, etc.
- Material para talleres
- Material fungible
- Vehículo propio

## 13. FINANCIACIÓN

Detallar el tipo de financiación con el que cuenta la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Recursos propios	
Cuota de personas usuarias	
Ingresos derivados de la prestación de servicios/productos	
Subvenciones	X
Otros	
Especificar otras fuentes de financiación diferentes:	

## 14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Elegir el objetivo/s de desarrollo sostenible a los que contribuya la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Acabar con la pobreza	
Hambre cero	
Salud y bienestar	X
Educación de calidad	
Igualdad de género	
Agua limpia y saneamiento	
Energía asequible y no contaminante	
Trabajo decente y crecimiento económico	
Industria, innovación e infraestructura	
Reducción de las desigualdades	X
Ciudades y comunidades sostenibles	
Producción y consumo responsables	
Acción por el clima	
Vida submarina	
Vida de ecosistemas terrestres	
Paz, justicia e instituciones solidarias	
Alianzas para lograr los objetivos	
No procede / No aplica	

## 15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)



### Principio de Autonomía

Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.

La autonomía personal tiene una especial relación con la participación de las personas en la comunidad. Las personas fomentan su capacidad de decisión y de iniciativa propia cuando participan de forma libre en su entorno.

Con el programa Participamos Contigo se quiere conocer qué piensa la ciudadanía sobre temas que son importantes para ellos. Pretende promover el intercambio de ideas y opiniones en la comunidad y fomentar que las personas mayores se sientan valiosas, que perciban que llevan las riendas de sus vidas.

### Principio de Individualidad

Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.

Las personas mayores tienen los mismos derechos, pero intereses totalmente distintos que deben ser escuchados y hacer que todos ellos cuenten. Por ello, se respeta la necesidad de ajustar el enfoque de cada encuentro, de cada espacio creado, a las necesidades de las personas.

Se rechazan actividades que tratan a las personas como colectivo homogéneo y las acciones que refuerzan los estereotipos sociales. Se promueven interacciones que sean gratificantes y, sobre todo, significativas para ellas.

### **Principio de Independencia**

Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.

En el programa, a la hora de hacer los distintos diagnósticos y proponer alternativas y cambios para la comunidad, se considera esencial poner en valor las fortalezas de la comunidad, situar el foco en las capacidades de cada agente social. A modo de ejemplo, se busca tener una visión amplia de las necesidades y carencias detectadas, pero especialmente valorar y conocer los recursos susceptibles de activar para favorecer la calidad de vida de las personas mayores.

Se aspira a consolidar entornos cuidadores que puedan prevenir situaciones de dependencia, discapacidad o fragilidad, así como facilitar apoyos dirigidos a favorecer la independencia funcional de las personas mayores.

### **Principio de Integralidad**

Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.

El principio de integralidad reconoce que las necesidades de todas las personas son diversas, complejas y cambiantes. Por ello, se requiere escuchar a la población para movilizar recursos y servicios de diversa índole; y concienciar a los agentes sociales implicados en el cuidado a personas mayores, para atender las inquietudes de las personas mayores desde una mirada multidimensional.

Ese enfoque global que exige el principio de integralidad es, además, transversal a todas las actuaciones puestas en marcha desde este programa.

### **Principio de Participación**

Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.

Las personas beneficiarias participan de forma activa durante todo el proceso, desde la elaboración inicial de los diagnósticos, la propuesta de acciones, hasta la creación de materiales sobre participación. Se cuenta con su opinión también para evaluar el impacto que tiene el programa en ellas y en su entorno.

Desde el programa se considera también fundamental motivar la participación de las personas mayores en actividades significativas e importantes para ellas, como pueden ser actividades de ocio, entretenimiento o desarrollo personal.

### **Principio de Inclusión social**

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

La inclusión social de las personas mayores es una meta fundamental de esta práctica. Las personas mayores tienen derecho a participar en la propia comunidad como deseen hacerlo. Todas las personas, siguiendo este principio, son miembros activos de la comunidad, y, por tanto, la situación de fragilidad, dependencia o discapacidad no acaba con esta premisa.

Y en la garantía de este principio todas las generaciones somos importantes, además de interdependientes. Para ello se facilita la participación y el traspaso de experiencias y saberes entre generaciones.

### **Principio de Continuidad de atención**

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

El programa Participamos Contigo se plantea para dar continuidad en el tiempo a las actividades realizadas en los años anteriores. Actualmente se realizan diagnósticos comunitarios para procurar soluciones a problemáticas sentidas por la población, (especialmente las personas mayores) que permitan consolidar soluciones que tengan

### Principio de Continuidad de atención

viabilidad a largo plazo.

No se pretenden conseguir soluciones simples e inmediatas a dificultades complejas; sino promover respuestas sostenibles y consensuadas con la comunidad, para que las personas se sientan incluidas en ella hasta el final de su vida. Además, la creación de espacios de encuentro se considera en sí mismo gratificante en la medida que crea la posibilidad de establecer interacciones sostenidas en el tiempo y que se consoliden como un apoyo.

## 16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS

### Criterio de Innovación

Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.

Desde la AICP, y desde esta práctica, se propone un cambio en el papel de los profesionales para construir espacios y relaciones horizontales entre profesionales y personas mayores, promoviendo su empoderamiento y evitando situaciones de soledad percibida o aislamiento, dando alternativas considerando sus deseos y necesidades, para que puedan participar y llevar una vida activa.

Este cambio de rol profesional y de implicación por parte de las personas mayores busca la coproducción. Una forma de intervenir con la comunidad en la que todos los agentes formamos parte de la situación problema y todos formamos parte de la solución. Esto es así porque se abordan problemas complejos que demandan múltiples miradas y es necesario un pensamiento que incluya todas las visiones implicadas.

### Criterio de Transferibilidad

La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.

La transferibilidad de este proyecto se evidencia cuando se desarrolla en distintos municipios con características sociodemográficas distintas y con personas con necesidades reales y diferentes. Esta práctica se adapta a la realidad particular de cada contexto. Son las propias personas quienes van tomando las decisiones en base a sus deseos. Las decisiones son

consensuadas de forma conjunta y guiadas por profesionales desde un rol facilitador.

### **Criterio de Trabajo en Red**

Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.

Se trabaja con la comunidad, desde sus diferentes roles y actuaciones, pues se considera que todos los agentes de la comunidad aportan y suman al bienestar de las personas mayores. El foco no son solo los y las profesionales de Servicios sociales y entidades especializadas, sino también las asociaciones de personas mayores y agentes no formales, reconociendo así su valor y aportación en el bienestar de las personas mayores.

### **Criterio de Perspectiva de Género**

La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).

Numerosas investigaciones han evidenciado la tendencia a invisibilizar las aportaciones de las mujeres en los espacios participativos. Esta diferencia entre mujeres y hombres aumenta cuando se trata de mujeres mayores. Por eso, a lo largo de la puesta en marcha de este proyecto, se pretende reconocer esta situación de desigualdad y potenciar la participación de las mujeres en los espacios de debate creados. Se trata de garantizar que todas las voces sean escuchadas y reforzar su derecho a participar en los espacios públicos.

### **Criterio de Evaluación y Resultados**

La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:

- 1) Efectividad y cumplimiento de objetivos
- 2) Impacto social
- 3) Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

A parte de evaluar los resultados del programa y la opinión de quienes participan en el mismo y el impacto en la comunidad, es importante evaluar el trabajo técnico, cómo se han realizado las acciones y el cumplimiento de objetivos e indicadores marcados. Por ello, a parte de la evaluación de los outputs del programa, es necesaria una evaluación continua e interna de la intervención e implementación del programa y sus acciones.

Por un lado, se realiza una evaluación cuantitativa teniendo en cuenta el número de

## Criterio de Evaluación y Resultados

participantes en el programa y el número de encuentros y acciones puestas en marcha en los territorios. Por otro lado, se realiza una evaluación cualitativa en la que se valora mediante cuestionarios de satisfacción el beneficio percibido por las personas participantes.

A lo largo de 2023 han participado en el programa 156 personas mayores (137 mujeres y 19 hombres) y se han hecho un total de 30 actividades grupales participativas: 5 espacios de valoración, 12 encuentros de propuestas y 13 acciones formativas y motivadoras derivadas de algunas de las necesidades y propuestas recogidas.

A continuación, enumeramos las principales necesidades y propuestas que, a modo de resumen, se trabajaron en estos encuentros:

- Más información sobre sexualidad en la edad madura. Talleres sobre esta temática.
- Creación de una Oficina del mayor, donde puedan acudir para recibir asesoramiento personalizado, información sobre temas de su interés (actividades, ocio, subvenciones, tramitación de ayudas...), apoyo tecnológico...
- Fomento de la participación social de las personas mayores. Aumento de la oferta de actividades culturales y de ocio que se organizan desde los Ayuntamientos y servicios públicos. Que se les tenga en cuenta a la hora de diseñar esta oferta (tipo de actividades, horarios...).
- Creación de espacios en los que las personas mayores puedan expresar sus emociones, aprendan a identificarlas, conozcan sus fortalezas y debilidades y puedan gestionarlas de la mejor manera posible. Talleres de gestión emocional para trabajar todo esto.
- Organización de talleres de cocina donde las personas mayores puedan compartir recetas y se fomente así el encuentro con personas de otras edades que quieran aprender trucos de la cocina tradicional.
- Fomento de actividades dirigidas donde se practiquen disciplinas artísticas y/o manualidades (pintura, costura, macramé...). Que se les tenga en cuenta para planificar el horario de estos talleres y que tengan continuidad en el tiempo.
- Más información sobre los derechos y deberes de las personas mayores y cómo ejercerlos. Talleres sobre esta temática.
- Formación en competencias digitales y nuevas tecnologías, con continuidad en el tiempo y adaptada a las necesidades personales.

Todas estas demandas se trasladaron a las instituciones pertinentes (concejalías, ayuntamientos), junto con un informe donde se recoge el trabajado realizado en los talleres.

A continuación, detallamos los resultados obtenidos en los cuestionarios de satisfacción:

## Criterio de Evaluación y Resultados

En primer lugar, el 81% de las personas expresan una alta satisfacción con el programa. Las personas beneficiarias también perciben que: han participado activamente en la planificación y puesta en marcha de las actividades realizadas (78%); han podido compartir con el resto de las personas cómo se sentían, sintiéndose escuchadas (84%) y tras participar en el programa han participado en más actividades fuera de casa, conociendo a otras personas (71%). De esta manera, las mejoras percibidas por las personas se agrupan en las siguientes dimensiones de calidad de vida: participación, bienestar emocional y soledad no deseada. Por tanto, los beneficios que han generado las actividades realizadas podrían agruparse en los siguientes:

- Generación de redes que van más allá de los talleres y encuentros realizados, mejorando su inclusión social y su participación en otras actividades.
- Puesta en marcha de actividades formativas y motivadoras que tengan en cuenta los intereses y prioridades de los mayores participantes, quienes han participado en la planificación y diseño de las mismas: talleres de sexualidad, talleres de cocina, de macramé, de gestión emocional y charlas con temas relevantes.

También son importantes las literalidades que las personas participantes han compartido, respecto a qué es lo que más valoran del programa, por lo que compartimos las más destacables:

*“Estoy recordando muchas cosas ya olvidadas. La convivencia con mis compañeras”*

*“Distracción y entretenimiento, hablar, adquirir nuevos conocimientos.”*

*“La amistad y el buen ambiente que se ha creado en el grupo”*

Finalmente, compartimos la valoración global que desde Fundación Pilares se hace tras la evaluación del programa. Se han superado los objetivos e indicadores previstos algo que, sumado a los resultados obtenidos en los cuestionarios de satisfacción, permite afirmar que el programa ha sido altamente satisfactorio.

## Ambiente facilitador y otros criterios

En cuanto al entorno, aspectos socio-espaciales, comunitarios, ergonómicos y de otra tipología.

En cuanto a aspectos socioespaciales, el programa se desarrolla en espacios de la propia comunidad (centros sociales públicos, asociaciones...), así se facilita la accesibilidad, la proximidad y movilizar recursos comunitarios. Estos espacios son tanto públicos como de asociaciones o entidades para promover una comunidad comprometida con los cuidados y que tenga en cuenta la necesidad de prevenir el aislamiento.