

FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS * SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Programa, actividad, etc....
SALIDAS DE OCIO GRUPALES	
Servicio, Distrito, Área...*	Servicios, organizaciones involucradas...
Nadiesolo-Fundación Desarrollo y Asistencia	
Fecha de inicio de la buena práctica*	
2009	
Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).	
Persona de contacto*	Datos de la persona de contacto de la buena práctica: Nombre, teléfono y email
Teresa García Sánchez 915545857 teresagarcia@nadiesolo.org	
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
Personas mayores de 65 años capaces de socializar.	
Descripción de la buena práctica*(entre 200 y 300 palabras)	Resumen ejecutivo con los antecedentes, fecha inicio y finalización, descripción de la idea, instrumentos necesarios en su puesta en marcha, etc., con foco a que otros puedan hacerse una idea de lo que implica su replicabilidad. Además, contendrá una descripción específica relacionada con los aspectos más innovadores de la práctica, respecto a otras soluciones estándar o habituales.
Se trata de la organización de eventos de ocio grupal dirigido a personas mayores. A través de actividades recreativas, culturales y de socialización, se busca fortalecer su bienestar emocional, fomentar nuevas amistades y brindar un espacio seguro donde puedan compartir experiencias intergeneracionales y reforzar su sentido de permanencia.	
Objetivos generales*	Idea central y finalidad de la buena práctica.
Prevenir y detectar posibles situaciones de soledad en personas mayores en situación de vulnerabilidad, promoviendo su integración social y ampliando sus redes de apoyo mediante actividades de ocio grupal.	
Objetivos específicos	Metas concretas y medibles que persigue la buena práctica; necesarios para la ejecución de los objetivos generales.
<ul style="list-style-type: none">- Crear espacios adecuados para la socialización de las personas mayores.- Ampliar su red social	

Metodología*	Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación
1º Identificación y selección de mayores de 65 años entre los voluntarias y beneficiarias de Nadiesolo, a través de encuestas y entrevistas para conocer sus intereses y necesidades. Posteriormente con una comunicación enviada al voluntario, que todas las semanas acompaña al beneficiario en la visita domiciliaria.	
2º Diseño de actividades adaptadas. Para facilitar la participación de las personas más vulnerables es el voluntario quien recoge al beneficiario en su domicilio y le acompaña a la actividad programada (visita a museos, charlas temáticas, actuaciones de magia, conciertos de música, desayunos comunitarios) que siempre terminan en un espacio donde los voluntarios y beneficiarios intercambian impresiones y socializan.	
3º Generación de un entorno inclusivo y seguro, con espacios accesibles y dinámicas que fomenten la participación activa. Los voluntarios les prestan un acompañamiento emocional y en algunas ocasiones son los detectan signos de soledad o malestar.	
4º Seguimiento y evaluación -Registro de asistencia y participación. - Encuesta periódica para evaluar el impacto en el bienestar de los participantes. - Ajustes en la programación según las necesidades detectadas.	
Innovación	Se valorará si es innovadora, incorpora TICs o cualquier tecnología soporte o si cambia las metodologías tradicionales.
La innovación radica: 1º Enfoque intergeneracional. creando espacios donde surja un intercambio de experiencias vitales entre mayores o personas de diferentes generaciones. 2º Ocio Terapéutico Personalizado. <ul style="list-style-type: none">- Programas de ocio basados en historias de vida y preferencias personales, ofreciendo actividades diseñadas según sus recuerdos y experiencias pasadas.- Terapias creativas con música, arte y teatro para estimular la memoria y la expresión emocional. 3º Colaboración con empresas. <ul style="list-style-type: none">- Colaboraciones con empresas para sensibilizar a sus trabajadores de la situación de las personas mayores en su entorno.- Colaboraciones con empresas para dotar de recursos o espacios a estas actividades. Estas innovaciones pueden hacer que la práctica sea más atractiva, efectiva y sostenible, además de fortalecer su impacto en la vida de los participantes.	
Recursos necesarios	Recursos económicos y no económicos necesarios para la puesta en marcha de la práctica. Recursos materiales, personal, formación, infraestructuras...
<ol style="list-style-type: none">1. Recursos humanos:<ul style="list-style-type: none">- Coordinador/a: Planifica y gestiona la actividad.- Voluntariado: Apoya en la logística, el acompañamiento y la interacción con los participantes.2. Espacios y Logística<ul style="list-style-type: none">- Lugar accesible y cómodo: Centros comunitarios, restaurantes, parques o espacios cedidos por entidades colaboradoras.- Móvil adecuado: Mesas, sillas cómodas, sofás o cojines para mayor comodidad.- Baños adaptados y accesibles.3. Materiales y equipamiento (según la actividad)<ul style="list-style-type: none">- Material audiovisual: Proyector, altavoces, pantallas.	

4. Recursos económicos.
 - Presupuesto para alquiler de espacios, compra de materiales.
 - Subvenciones o patrocinios de ayuntamientos, empresas o entidades sociales
 - Donaciones en especie (materiales, espacios gratuitos, transporte)
5. Comunicación y Difusión.
 - Carteles, folletos y redes sociales para dar a conocer la actividad.

Contar con estos recursos permite garantizar una actividad segura, inclusiva y con impacto positivo en la vida de los mayores.

Coparticipación de los beneficiarios o destinatarios*	Marcar si han participado o no los beneficiarios o destinatarios en la definición y desarrollo de la práctica y en qué medida.
Hay un proceso de evaluación y mejora continua, apoyándose en los cuestionarios de satisfacción de las personas mayores beneficiarias. Además, se recaba información y valoración de los voluntarios participantes con el objetivo de implantar mejoras en la siguiente convocatoria.	
Resultados*	Descripción de resultados alcanzados (qué se han obtenido) y esperados. Grado de cumplimiento de los objetivos. Principales beneficiarios de la práctica y beneficiarios secundarios o indirectos que también percibirán el valor de la práctica
En 2024 han asistido a las actividades de ocio grupales un total de 126 personas mayores (59% mujeres y el 41% de hombres). Para ver el impacto del programa en las personas atendidas a través de una encuesta de satisfacción anual, siendo su valoración de un 9,8 sobre 10.	
Impacto*/Efectividad*	Descripción de las incidencias positivas que tiene o tendrá la BBPP en los beneficiarios. Cuantificar el impacto con indicadores asociados a la práctica (numéricos o porcentuales) que permitirán medir su impacto y evolución. Si la práctica logra el efecto/resultado deseado (en el menor tiempo posible y con la menor cantidad de recursos)
<ul style="list-style-type: none"> - Reducción de la sensación de soledad en personas mayores. - Creación de nuevas redes de apoyo y amistad. - Mejora del estado anímico y calidad de vida de los participantes. - Mayor acceso a recursos comunitarios y oportunidades de socialización. 	
Continuidad*	La experiencia puede continuar en el tiempo y consigue beneficios de carácter cuantitativo y cualitativo
Se están haciendo dos salidas grupales al año. Para ello, se cuenta con la cofinanciación de diversas empresas que nos ayudan a costear las actividades.	
Replicabilidad*	Análisis de replicabilidad de la práctica en otros escenarios.
Este modelo puede adaptarse a distintos contextos, contando con la colaboración de entidades locales, voluntariado y espacios comunitarios. La clave del éxito radica en la continuidad del programa y la personalización de las actividades según el perfil de los participantes.	
Enfoque de género	La práctica integra el principio de igualdad de género en las diferentes fases del proyecto/proceso.

La práctica integra el principio de igualdad de género en las diferentes fases del proyecto/proceso.

Accesibilidad cognitiva	La experiencia es fácil de entender por todos los usuarios
-------------------------	--

La experiencia es fácil de entender por todos los beneficiarios y está adaptada a sus experiencias y recuerdos para conseguir que disfruten en compañía de voluntarios, generando nuevos vínculos.

Aspectos éticos	Se respetan los derechos de las personas y se tienen en consideración los principios éticos.
-----------------	--

La actividad se planifica considerando los siguientes principios éticos:

- Respeto a la dignidad y autonomía de la persona.
- Consentimiento Informado
- Privacidad y Confidencialidad.
- No discriminación e inclusión
- Prevención de riesgos y bienestar de los participantes.
- Relación ética con voluntariado y profesionales.

Canales de difusión y soportes utilizados*	Seleccionar los canales que han sido utilizados para difundir la práctica: Carteles, vídeos, informes, concursos, redes sociales, foros, web...
--	---

Mail, teléfono

Documentación y material elaborado en la práctica*	Indicar links públicos, ruta servidor donde esté almacenada la información, etc.
--	--

Los materiales no están en abierto, pero se puede solicitar información a la entidad.

Lecciones aprendidas y conclusiones*	Qué se ha aprendido y a qué desafíos se ha enfrentado gracias a la implementación de la práctica y analizando sus resultados. Cómo se han abordado los desafíos y qué se modificaría al volver a ponerla en práctica
--------------------------------------	---

Lecciones

- El ocio es una herramienta poderosa contra la soledad.
- Es clave adaptar las actividades a las necesidades del grupo.
- La colaboración entre entidades potencia el impacto
- El seguimiento y evaluación son esenciales.

Conclusiones:

- El ocio no es solo entretenimiento, sino un derecho fundamental para las personas mayores.
- La participación activa mejora la calidad de vida y previene problemas como la depresión, el deterioro cognitivo y el aislamiento social.
- Las actividades deben ser sostenibles y replicables, integrándose en la comunidad para garantizar su continuidad.
- Enfoque centrado en la persona y el respeto a su autonomía son clave para el éxito de la iniciativa.

Testimonios	Incluir las opiniones de usuarios de la práctica, comentarios, ideas de mejora, etc.
-------------	--

- Me encantan estas salidas de ocio con las voluntarias.
- Disfruto de la compañía de otras personas.
- Me anima en mi día a día el quedar con otras personas y compartir con ellas la experiencia.
- Que me acompañe mi voluntaria me anima a asistir a esta salida.

Son oportunidades que de otra forma no tendría de ir a conciertos y museos.



Enviar al correo amigablemayores@madrid.es antes del día 21 de marzo de 2025