

## **FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES**

### **LOS \* SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR**

<b>Título de la Buena Práctica*</b>	Programa, actividad, etc....
<b>SALIDAS DE OCIO GRUPALES</b>	
<b>Servicio, Distrito, Área...*</b>	Servicios, organizaciones involucradas...
Nadiesolo-Fundación Desarrollo y Asistencia	
<b>Fecha de inicio de la buena práctica*</b>	
2009	
<b>Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).</b>	
<b>Persona de contacto*</b>	Datos de la persona de contacto de la buena práctica: Nombre, teléfono y email
Teresa García Sánchez 915545857 teresagarcia@nadiesolo.org	
<b>Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*</b>	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
Personas mayores de 65 años capaces de socializar.	
<b>Descripción de la buena práctica* ( entre 200 y 300 palabras)</b>	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.	
<b>Objetivos generales*</b>	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.	
<b>Objetivos específicos</b>	Metas concretas y medibles que persigue la buena práctica; necesarios para la ejecución de los objetivos generales.
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crear espacios adecuados para la socialización de las personas mayores.</li> <li>- Ampliar su red social</li> </ul>	

Metodología*	Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación
<p>1º Identificación y selección de mayores de 65 años entre los voluntarios 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.</p> <p>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.</p> <p>3º Generación de un entorno inclusivo y seguro, con espacios accesibles y dinámicas que fomenten la participación activa.</p> <p>Los voluntarios les prestan un acompañamiento emocional y en algunas ocasiones son los detectan signos de soledad o malestar.</p> <p>4º Seguimiento y evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Registro de asistencia y participación.</li> <li>- Encuesta periódica para evaluar el impacto en el bienestar de los participantes.</li> <li>- Ajustes en la programación según las necesidades detectadas.</li> </ul>	
Innovación	Se valorará si es innovadora, incorpora TICs o cualquier tecnología soporte o si cambia las metodologías tradicionales.
<p>La innovación radica:</p> <p>1º Enfoque intergeneracional. creando espacios donde surja un intercambio de experiencias vitales entre mayores o personas de diferentes generaciones.</p> <p>2º Ocio Terapéutico Personalizado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programas de ocio basados en historias de vida y preferencias personales, ofreciendo actividades diseñadas según sus recuerdos y experiencias pasadas.</li> <li>- Terapias creativas con música, arte y teatro para estimular la memoria y la expresión emocional.</li> </ul> <p>3º Colaboración con empresas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaboraciones con empresas para sensibilizar a sus trabajadores de la situación de las personas mayores en su entorno.</li> <li>- Colaboraciones con empresas para dotar de recursos o espacios a estas actividades.</li> </ul> <p>Estas innovaciones pueden hacer que la práctica sea más atractiva, efectiva y sostenible, además de fortalecer su impacto en la vida de los participantes.</p>	
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"> <li>Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinador/a: Planifica y gestiona la actividad.</li> <li>- Voluntariado: Apoya en la logística, el acompañamiento y la interacción con los participantes.</li> </ul> </li> <li>Espacios y Logística <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lugar accesible y cómodo: Centros comunitarios, restaurantes, parques o espacios cedidos por entidades colaboradoras.</li> <li>- Mobiliario adecuado: Mesas, sillas cómodas, sofás o cojines para mayor comodidad.</li> <li>- Baños adaptados y accesibles.</li> </ul> </li> <li>Materiales y equipamiento (según la actividad) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Material audiovisual: Proyector, altavoces, pantallas.</li> </ul> </li> </ol>	

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)

- 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](mailto:amigablemayores@madrid.es) antes del día 21 de marzo de 2025