

ENCUENTROS INTERGENERACIONALES 2026

La Dirección General de Mayores y Prevención de la Soledad no Deseada organiza cada año los Encuentros Intergeneracionales.

Esta iniciativa fomenta la convivencia y el entendimiento entre personas de distintas generaciones, alumnado y personas mayores. Durante estas jornadas, se llevan a cabo actividades de ejercicio físico y recreativas, en espacios públicos de la ciudad de Madrid, guiadas por un monitor especializado que se encarga de dirigir las sesiones.

El lunes 13 de abril, tuvo lugar el primero de los 20 encuentros programados, en el Mirador Alto del Parque Cuña Verde, en el distrito de Latina.



Mirador Alto del parque de Cuña Verde con el colegio La Presentación, en el distrito de Vicálvaro

En el año 2026 se han realizado 20 encuentros intergeneracionales, programados desde el 13 de abril hasta el 5 de junio, con **1260** participantes:

- **524** personas mayores, de las cuales 471 fueron mujeres y 86 hombres.
- **736** escolares, de los cuales 411 fueron niñas y 388 niños.

Los encuentros tuvieron lugar en diversos parques de Madrid, correspondientes a los distritos de Latina, Fuencarral-El Pardo, Vicálvaro, Moratalaz, Arganzuela, Moncloa-Aravaca, Puente de Vallecas, Hortaleza, Carabanchel, Villaverde, Villa de Vallecas, Usera, Retiro y San Blas-Canillejas.

Los parques de Madrid se convierten en un espacio de convivencia y solidaridad, en el que tanto personas mayores como niños y niñas de 3º a 6º de Primaria, de colegios cercanos a los puntos de encuentro, realizan actividades y juegos juntos, compartiendo una actividad física recreativa en un espacio público. Envueltos por la naturaleza de los

distintos parques de la capital, los participantes se nutren de experiencias y convivencia, a la par que mejoran su condición física general y se divierten mientras aprenden de

primera mano que las diferencias de edad no son ninguna barrera para realizar actividades de forma conjunta.

Las monitoras y monitores encargados de desarrollar las actividades, integradas en el programa de Ejercicio Físico al Aire Libre “Moverse es cuidarse”, cuentan con el Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.



Parque Cerro del Tío Pío, con el colegio Virgen del Cerro, en el distrito Puente de Vallecas



Parque Moratalaz, pistas de patinaje con el colegio Pasamonte, en el distrito Moratalaz

Realización de la actividad

Una vez definidos los espacios donde se desarrollarán los encuentros, se invita a participar a diferentes centros educativos y se ponen en marcha los Encuentros Intergeneracionales.

Alumnos y personas mayores, se reúnen en el parque designado, cercano al colegio. La actividad comienza con una bienvenida y una breve explicación por parte del monitor o monitora, seguida del desarrollo habitual de la sesión: calentamiento, dinámicas y juegos, cerrando la actividad con un baile de despedida. La duración total aproximada es de una hora y media.

Las propuestas incluyen desde ejercicios físicos con material como pelotas, pañuelos, paracaídas... hasta juegos dirigidos a compartir nombres, intereses y aspiraciones, promoviendo así la comunicación y el conocimiento mutuo. Cada sesión ofrece nuevas dinámicas lúdicas que refuerzan las relaciones y habilidades de los participantes.

Como recuerdo del Encuentro, el Ayuntamiento de Madrid entrega en cada sesión a los alumnos y alumnas del centro participante un pequeño obsequio —como una botella de agua, una mochila o una camiseta— con el lema “Moverse es cuidarse”.



Parque Vicalvarada, con el colegio La Presentación, en el distrito de Vicálvaro

Objetivos de la actividad

Los Encuentros Intergeneracionales tienen como finalidad promover el envejecimiento activo y acercar a las generaciones más jóvenes una imagen positiva, cercana y realista de las personas mayores, mostrando que la edad no siempre constituye una limitación en la vida cotidiana.

A través de esta iniciativa accesible, se favorece la creación de vínculos positivos entre personas de distintas edades en un entorno de convivencia basado en la solidaridad, la cooperación y el respeto mutuo. Se pone en valor la importancia de la interacción intergeneracional para fomentar el entendimiento y el intercambio de experiencias, contribuyendo a la superación de estereotipos asociados a la edad.

Asimismo, la actividad impulsa el envejecimiento activo, mejora la condición física general y la autonomía personal gracias a la práctica de ejercicio.

De igual modo, se trabaja en la eliminación del edadismo, visibilizando las capacidades y fortalezas de las personas mayores, y contribuyendo a desmontar prejuicios y creencias erróneas relacionadas con la edad.



Parque Pradolongo, con el CEIP Ciudad de Jaén, en el distrito de Usera.



Canchas de baloncesto de Pacífico, con el colegio Ciudad de Roma, distrito de Retiro.

Valoración de los escolares.

Tras la actividad, se facilitó a los niños y niñas participantes una encuesta para evaluar la experiencia. Mediante dibujos y frases reflejaron el significado que el Encuentro Intergeneracional había tenido para ellos y ellas, manifestando el impacto positivo de la actividad.

VALORACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

- ¿Te ha gustado la actividad?

☒ SI

NO

- ¿Pensabas que las personas mayores podían hacer este tipo de actividad con vosotros?

☒ SI

NO

- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

lo que más me ha gustado a sido
lo amables que han sido las personas
mayores con todos.

- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

Pues que aún así todos somos iguales.

- Valora la actividad de 0 a 10 siendo 10 la máxima puntuación y 0 la mínima:

10.

- Realiza un dibujo que refleje la actividad.





- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

Pasar tiempo con ellos y conocer
sus gustos porque y algunos
me han parecido muy curiosos.

- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

Que las personas mayores también hacen
ejercicio y algunos incluso hacen deportes.

- Valora la actividad de 0 a 10 siendo 10 la máxima puntuación y 0 la mínima:

10

- Realiza un dibujo que refleje la actividad.



- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

Pues que emos hecho sonreír a las personas
mayores y me lo he pasado genial.

- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

Pasar tiempo con gente mayor y
creo que iban a jugar a las
cartas pero esto es jugar a las
mejor

- Valora la actividad de 0 a 10 siendo 10 la máxima puntuación y 0 la mínima:

lo ha sido increíble



- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

Que todas las personas mayores se esforzaron al máximo para poder realizar las actividades y todos los juegos que hicimos. Además nos demostraron que no por ser mayores tienes menos movilidad o menos energía.

- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

Ha como todas a las personas mayores y a que todos podemos hacer ejercicio y jugar juntos aunque haya bastante diferencia de edad.

- Realiza un dibujo que refleje la actividad.



- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

Que las personas mayores son gente muy divertida y respetuosa."

- Valora la actividad de 0 a 10 siendo 10 la máxima puntuación y 0 la mínima:

10

- Realiza un dibujo que refleje la actividad.



- ¿Qué es lo que más te ha gustado?

Lo que más me ha gustado es estar con las personas mayores y darles cariño y un rato agradable.

- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

He aprendido que las personas mayores pueden hacer mucho más de lo que nosotros pensamos, para mí así hay que darles cariño y apoyo.

- Valora la actividad de 0 a 10 siendo 10 la máxima puntuación y 0 la mínima:

10.

- Realiza un dibujo que refleje la actividad.



- ¿Qué has aprendido en esta actividad?

- Que también me lo pueda pasar en grande con los mayores.

¡QUIERO VOLVER A VEROSI! ★

Valoración de las personas mayores.

Los participantes valoran positivamente estos encuentros, destacando su carácter mutuamente beneficioso. Por un lado, los niños y niñas transmiten alegría, vitalidad y energía a las personas mayores; por otro, estas aportan cariño, conocimientos y experiencia a los más jóvenes.

Estos encuentros ponen de relieve el valor de la diversidad generacional, donde las personas mayores encuentran en los más jóvenes un estímulo constante.



Canchas de baloncesto de Pacífico, distrito de Retiro, con el colegio Ciudad de Roma.

Para finalizar, queremos destacar el gran valor que han tenido estos encuentros intergeneracionales, que han permitido crear espacios de convivencia, aprendizaje mutuo y enriquecimiento personal entre las personas mayores participantes de los grupos de ejercicio y los niños y niñas que han compartido esta experiencia.

Agradecemos sinceramente la implicación y entusiasmo de todas las personas participantes.

Con la satisfacción de los buenos momentos compartidos y los recuerdos creados, emplazamos a todos a reencontrarnos el próximo año para seguir construyendo juntos nuevas experiencias y aprendizajes.

**Departamento de Programación, Evaluación y Desarrollo.
D.G. de Mayores y Prevención de la Soledad no Deseada.**