

foro²¹



fundaciónesplai
ciudadanía comprometida

juventud comprometida

con las personas mayores

NUNCA ES TARDE PARA
CONECTAR CON EL
PRESENTES

Y PREPARARSE
PARA EL FUTURO



fundaciónesplai
ciudadanía comprometida

Nunca es tarde
para saber
ni para hacer
lo que sea

Este año centramos el Foro 21 entorno al trabajo intergeneracional entre jóvenes y personas mayores por la superación de la brecha digital.

Carmenza

Es central la importancia de que los diferentes grupos de edad estén activados con el compromiso y la implicación social, para tener unas sociedades más equitativas, justas e igualitarias: **eso es la participación social**. Todos y todas somos imprescindibles en las estrategias para resolver los desafíos sociales.

Las personas mayores disponen, en general, de mucho tiempo disponible, una gran experiencia y también cosas por aprender y por compartir. ¿Queremos y podemos prestar atención a qué nos quieren decir y compartir? ¿Sabemos y queremos escucharles? ¿Valoramos su voz?



Una parte de las personas mayores, quienes son abuelos y abuelas, cuidan de nietos y nietas, pre-pandemia, pandemia... **¿Cómo se reparte nuestra sociedad los cuidados?** ¿qué valor le damos? ¿En pandemia hemos puesto los cuidados en el centro? Cuidemos todas y todos a quienes cuidan. Reflexionemos sobre cuál es la **ética de los cuidados en nuestra sociedad**.

UN PERSONAJE. Hemos integrado a **Carmenza** en el Foro 21. Carmenza es una señora **octogenaria, feminista, inteligente** que dice lo que piensa de forma crítica y guasona... La ilustradora Daniella Martí es la ideóloga. El personaje cuestiona el mundo en el que le ha tocado vivir con ironía, coloca la ancianidad en el centro del relato y reivindica la sabiduría ancestral mediante un discurso afín al segundo milenio.



Juventud Comprometida

La juventud es uno de los colectivos que más ha sufrido la pandemia covid-19, sin poder compartir entre sus iguales las experiencias y actividades que han conformado su cotidianidad en pandemia: **han visto reducidas sus capacidades de movimiento físico, en un momento vital, cuando es más importante estar entre pares, sus iguales.**

A la vez, han apostado por relacionarse de forma divertida y seguir adelante, con ideas y propuestas innovadoras para la mejora social arraigados a sus organizaciones de base, en muchos casos, en el marco de la virtualidad. Los medios de comunicación han dado una imagen de fiestas ilegales, etc. pero poco han compartido de las acciones positivas, y las experiencias de cambio y transformación social que han liderado.

Los y las jóvenes están sufriendo una de las cifras de mayor desempleo de los últimos años, la pandemia vino a destruir puestos de trabajo, por el parón en la productividad, del consumo, en la vida. Esta crisis vino ampliar la crisis del empleo juvenil y las oportunidades de emancipación de la juventud. Las capacidades

tecnológicas de las personas jóvenes son esenciales, en muchos casos, para que sus hogares no estén desconectados del mundo, colaborando con sus familias para estar mejor relacionados, mejor conectados. Es importante que las personas jóvenes mejoren también sus capacidades tecnológicas, aprendiendo permanentemente y a lo largo de la vida, para sus oportunidades profesionales.

La juventud está comprometida socialmente, aunque a veces, la sociedad no se comprometa con ella.

Deseamos una sociedad más comprometida con las personas jóvenes, porque la juventud es parte de la sociedad y es un actor clave.

La Juventud Comprometida es la juventud que se preocupa de su sociedad, de las personas mayores, de las personas sin hogar, de las personas que viven y se sienten solas que se activan en proyectos, de la mano de sus organizaciones de base y comunitarias.





4 experiencias de compromiso con las personas mayores:

Asociación Barró

La Rueca Asociación

Fundación Esplai



Nombre del proyecto:

TIC¹ para el bienestar de las personas mayores

Territorio: Galicia

¹ TIC Tecnologías de Información y Comunicación

Objetivos:

- Promover una **vida digna** e **independiente** en personas mayores.
- **Capacitar profesionales** del ámbito social para el acompañamiento en la apropiación de las TIC.
- Superación de la **brecha tecnológica**.
- **Fortalecer la acción del tejido asociativo** de Galicia creando vínculos de colaboración.
- **Difundir las ventajas que ofrecen las TIC** en el acceso a recursos y servicios.
- Motivación y participación en **acciones formativas** que promuevan el envejecimiento activo.



Resultados experiencias y testimonios:

Algunos resultados, visto por las dinamizadoras:

- “Romper fronteras”
- “Integración en el mundo actual”
- “Mayor autonomía”.
- “Mayor autoestima”.
- Formación a formadoras en el Moodle.

Algunas reflexiones de las dinamizadoras:

“Aprender temas relativos a las nuevas tecnologías y al mismo tiempo romper la barrera generacional”.





Proyecto:

**JO-VEN.
Asociación Barró**

Territorio: Madrid

Objetivos:

General:

- **Fomentar la solidaridad, la inclusión educativa y la participación comprometida de jóvenes** del Distrito madrileño de Ciudad Lineal, en base a que la juventud aprenda a desarrollar e impulsar sus propios proyectos socioeducativos.

Específicos:

- Fomentar entre la juventud la **adquisición de herramientas de mejora en habilidades sociales y personales**.
- Adquirir una **visión crítica** de su contexto cercano, así como un sentimiento de pertenencia para la mejora de su entorno.
- Fomentar el **conocimiento e interiorización de los derechos humanos** y de la infancia, así como los objetivos de desarrollo sostenible (ODS).
- Contribuir al **empoderamiento del grupo de jóvenes participantes** de la participación en diferentes actividades planteadas por ellos y ellas mismas.
- **Crear espacios de relación intergeneracional** entre personas jóvenes y mayores, a través de experiencias formativas enriquecedoras.





Proyecto:

JO-VEN. La Rueca Asociación

El proyecto “SEMILLAS” se realiza entre el Centro de Mayores “ESFINGE”, junto a los y las jóvenes de la entidad.

Territorio: Madrid

Objetivos:

- Crear un **pequeño huerto** en el centro de mayores.
- **Disfrutar de la naturaleza urbana**, en base a un huerto urbano, conocer los procesos de crecimiento de esos cultivos e interesarse por la naturaleza.
- **Activar a los y las jóvenes a aprender y compartir** los aprendizajes con las personas mayores.
- Desarrollar **habilidades organizativas entre los y las jóvenes** y ponerlas en marcha.
- **Desarrollar la escucha activa** entre los y las jóvenes, en video llamada, y seguir los conocimientos de las personas mayores sobre cultivos y naturaleza.
- **Crear espacios de relación intergeneracional** entre personas jóvenes y mayores, a través de experiencias formativas enriquecedoras.





Proyecto:

CONECTA JOVEN

Territorio:

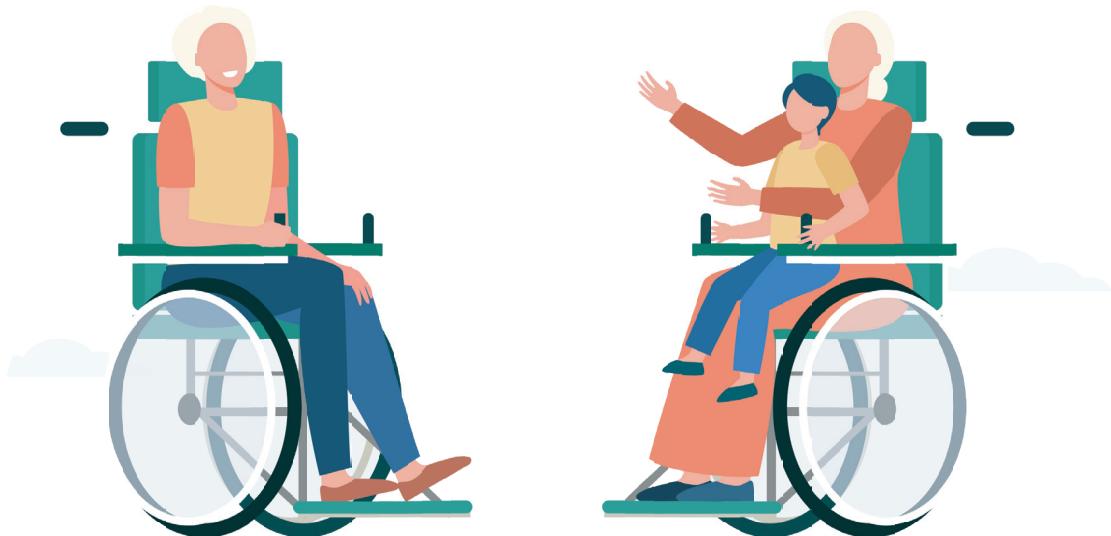
**Todo el país, con las entidades en red
con Fundación Esplai**

¿Qué es?

- Es un proyecto de **Aprendizaje Servicio (ApS) intergeneracional compartido por una red de ONG**, que **impulsa la participación de los jóvenes de 15 a 19 años en su comunidad** mediante acciones formativas, orientadas a la mejora de las competencias digitales de la ciudadanía (jóvenes, personas adultas, personas mayores) y colectivos con más dificultades de integración.

Objetivos:

- Conecta Joven tiene como objetivos **promover el trabajo en red** con una dimensión comunitaria entre la comunidad educativa, las asociaciones locales, el colectivo de personas jóvenes y adultas y luchar contra la exclusión social a través de la reducción de la brecha digital.



Resultados experiencias y testimonios:

Algunas reflexiones de las dinamizadoras:

“Dando clases se aprende mucho”

“Nosotros aportamos alguna cosa a las personas mayores, pero ellas también nos aportan experiencia”

“Conecta Joven me ha enseñado a convivir con la gente, a socializarme”





Pandemia, personas mayores y TIC: Retos y oportunidades

- La **pandemia nos ha separado físicamente de forma brutal** entre las personas, por tanto, las TIC se han vuelto un elemento clave de conexión y unión entre las personas, a nivel emocional, profesional y de tiempo libre, **practiquemos el acercamiento social**, aunque estemos obligados a tener distancia física.
- Las **oportunidades de relacionarse**, desde la juventud, con las personas mayores para aprender, compartir, conocer y crecer como personas son muchas, si las organizaciones estamos convencidas, nos organizamos y activamos proyectos adecuados. Proyectos donde todas las personas aportan a la vez que aprenden, teniendo en cuenta la perspectiva de los DDHH.
- Las personas que -no conocen y por tanto no usan las TIC- tienen menos oportunidades de relacionarse con otras personas. **Enseñar, aprender y compartir un buen uso de las TIC** es un elemento clave.



- La OMS, la Organización Mundial de Salud, **define salud** como bienestar físico, emocional y social. Por tanto, una buena salud, de toda la ciudadanía es estar bien en estas 3 dimensiones. **Si la pandemia nos separa físicamente, que las TIC nos unan emocionalmente y socialmente.**

- Los y las jóvenes pueden ser un elemento clave de apoyo, retroalimentación, cohesión social y crecimiento, junto con las personas mayores, en el mundo que nos está dejando la pandemia, queremos dar visibilidad a los espacios ya creados donde jóvenes y personas mayores aprenden y comparten.

¡Sigamos pensando juntos y juntas, sigamos apostando por espacios diversos de aprendizaje mutuo entre jóvenes y personas mayores y que las TIC sean claves, para este proceso!

Envejecimiento asociado a: autonomía, compromiso, sabiduría y calidad de vida.

No podemos tolerar una sociedad sin las personas mayores, sin sus conocimientos, sentimientos, ideas, experiencia, capacidad, simpatía, anécdotas, reflexiones y vivencias.

Tolstoi, escritor ruso, aprendió a montar en bici a los 67 años.

Penélope Fitzgerald, la gran escritora inglesa, publicó su primer libro rozando los 60 años.



Definimos palabras y conceptos, también reflexionamos al respecto

PERSONAS MAYORES: Grupo de edad que está constituido por las personas dentro de una horquilla de años cada vez más extensa: desde las personas prejubiladas o jubiladas a tiempo parcial, que no tienen más de 60 años, hasta las personas que ya están en centros socio-sanitarios y que quizás tienen más mermadas algunas de sus posibilidades, y que sobrepasan los 90 años. **Un amplio abanico de realidades, situaciones, y expresiones.** Absoluta heterogeneidad.

No son nuestros abuelos, o nuestros mayores, son personas mayores, afuera el lenguaje paternalista. Las personas mayores son ciudadanos, y ciudadanas, con derechos y deberes como todos y todas las demás. No hay que infantilizar a las personas mayores de edad.

INTERGENERACIONAL: El intercambio de saberes y experiencias intergeneracional es el modo en que las personas de diferentes edades pueden aprender juntas y unas de otras. **Es un proceso de enriquecimiento donde las generaciones trabajan juntas para adquirir habilidades, valores y conocimiento.**

En Fundación Esplai apostamos por proyectos intergeneracionales, que ponen en relación jóvenes y personas mayores, activan sus aprendizajes mediante las emociones. Una sociedad que está unida, cohesionada es una sociedad más feliz. En Fundación Esplai abrimos ventanas de oportunidad de la mano de las personas protagonistas, paso a paso, codo con codo y las TIC son nuestras aliadas.



EDADISMO: La discriminación por edad o edadismo, es la **estereotipificación y discriminación contra personas o colectivos por motivo de edad**.

Engloba una serie de creencias, normas y valores que justifican la discriminación de las personas según su edad.

Pensar que las personas son “esto” o lo “otro” simplemente por la edad que indica su partida de nacimiento es un error, todas las personas somos más que la edad que tenemos, somos una oportunidad de habilidades, capacidades, emociones y expresiones. Esta serie de prejuicios, lo único que hacen es encasillar a las personas, y mermar las oportunidades de felicidad de los colectivos y grupos. Comprendamos críticamente la sociedad diversa y rica, seamos parte activa de ella.

ENVEJECIMIENTO ACTIVO: El envejecimiento activo pretende mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen, favoreciendo sus oportunidades de desarrollo para una vida saludable, participativa y segura. El envejecimiento activo implica entender la etapa de la vida a partir de los 60 años, como un ciclo más de crecimiento personal, añadiendo “vida a los años y no solamente años a la vida”.

Las personas que no tenemos más de 60 años, a veces, no nos relacionamos con las personas que están en esta franja de edad. Muchas personas mayores están inscritas en gimnasios y clubes de montaña y tienen una vida social y deportiva súper activa, pese a las circunstancias actuales, muy beneficiosa y rica. El baile también es una afición muy sana, y muchas personas mayores tienen este interés saludable.



APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA:

El aprendizaje a lo largo de la vida es un concepto que coloca al aprendizaje más allá de las instituciones educativas o de la edad joven. En cambio, debería ser una preocupación a la vez universal y permanente. Considera todas las edades y todos los contextos en los que conviven las personas como familia, comunidad, trabajo, estudio, ocio y supone valores democráticos como la emancipación y la inclusión.

Aprender tiene un sinfín de beneficios para cuerpo y mente, y si además lo hacemos de forma social, físicamente o virtualmente, las potencialidades y oportunidades de felicidad y de interacción son muchas. En la edad activa es una forma de mejorar nuestras trayectorias profesionales, y en la edad no activa es una forma de mantener la mente despierta y sana.

“Quizá, mirando al horizonte del medio y largo plazo, habría que hablar de una sociedad para todas las generaciones, o de una sociedad intergeneracional, que facilite las relaciones entre las personas, unas relaciones naturales, provocadas por el deseo de **estar juntos y hacer juntos** sus respectivos recorridos existenciales”

(Sánchez, Kaplan y Sáez, 2010, p. 44)

Documento: *Experiencias innovadoras en el ámbito de la educación infantil en España. El valor de las relaciones intergeneracionales*

Inmaculada Montero García

Teresa Baena Reina

Universidad de Granada (España).



PARA SABER MÁS: COVID Y PERSONAS MAYORES

2 artículos de **reflexión crítica** que nos ayudan a pensar y revisarnos, en relación a los derechos de las personas mayores, la covid-19, y con una mirada global.

ARTÍCULO 1

IMPACTO PSICOSOCIAL DE LA COVID-19 EN LAS PERSONAS MAYORES: PROBLEMAS Y RETOS

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-impacto-psicosocial-covid-19-personas-mayores-S0211139X20300664> (RESUMEN-DESTACAMOS)

Las personas mayores son un grupo de alto riesgo ante el contagio por el coronavirus, pero no por su edad cronológica sino por su edad biológica, vinculada a la **inmunosenescencia**² y la inflamación crónica vinculada al envejecimiento.

La COVID-19 presenta mayor letalidad en personas con enfermedad cardiovascular y otras comorbilidades. Pero pese a las advertencias de la OMS, las personas mayores no han sido atendidas de forma preferencial en todos los lugares de nuestro país. Es más, en algunas áreas de salud se les ha negado la atención hospitalaria, dejando a los profesionales de las residencias sin capacidad de hacer frente adecuadamente a la crisis sanitaria.

² Se refiere al deterioro gradual del sistema inmune provocado por el avance natural de la edad. Implica tanto la capacidad del huésped para responder a las infecciones como el desarrollo de la memoria inmune a largo plazo, especialmente mediante la vacunación.

Algunas cuestiones, que nos deben hacer reflexionar, en los próximos meses, en relación a la vulneración de los derechos de las personas mayores, y las formas de cuidado de las que nos hemos dotado en nuestras sociedades.

- Las **relaciones interpersonales** han cambiado drásticamente desde el confinamiento.
- Las **imágenes estereotipadas** y negativas que aparecen y han aparecido, en los medios de comunicación vinculando enfermedad a vejez, deterioro y carga social pueden reforzar el edadismo, la actitud de rechazo y el miedo a envejecer.
- Otra forma de **discriminación** sufrida por las personas mayores en estos tiempos de pandemia ha sido la decisión de las autoridades sanitarias de tomar como criterio la edad para la desescalada, situando a las personas mayores como los últimos en poder salir del confinamiento, y entre ellos, las personas mayores que viven en residencias.
- Los estereotipos son la puerta de entrada a la **estigmatización**, al etiquetado y a la conducta discriminatoria respecto de las personas mayores. Estas actitudes edadistas pueden promover estrés, angustia y ansiedad en las personas mayores al insistir en su vulnerabilidad, tal y como argumentan diferentes autores.
- Pero nos gustaría subrayar que la OMS usa la expresión «distanciamiento físico» haciendo referencia a la mayor o menor lejanía entre las personas, que puede medirse en metros, pero no habla de **«distanciamiento social»**, que alude al grado de aislamiento de una persona o un grupo de la sociedad.
- Conviene diferenciar ambas expresiones y optar por el uso de **distanciamiento físico**, pues el **distanciamiento social** puede traer consecuencias aún más negativas.
- Quizás una de las consecuencias de esta crisis podría ser el desarrollo de la **empatía**, el darse cuenta de cuántas personas eran invisibles hasta ahora, pero también el fortalecimiento de las redes sociales del vecindario y la solidaridad intergeneracional.

Entre los **retos** que tenemos delante en esta pandemia está, sin duda, el de revisar un **modelo de cuidados de las personas mayores** que en buena medida se ha visto impugnado por la crisis sanitaria, un modelo que ahora habrá de tomar como centro a la persona y no a la institución. Pero ese cambio de modelo ha de formar parte de una estrategia de políticas públicas con una visión más amplia.

ARTÍCULO 2.

LA ASOCIACIÓN ENTRE LOS ADULTOS MAYORES Y LOS JÓVENES ES VITAL PARA ALCANZAR LOS ODS 2030

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2017/08/la-asociacion-entre-los-adultos-mayores-y-los-jovenes-es-vital-para-alcanzar-los-ods/> (RESUMEN-DES-TACAMOS)

- La sabiduría, la experiencia, la energía y los ideales de las personas mayores y los jóvenes **son vitales para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).**
- “Vamos a asegurarnos de que todas las personas, jóvenes o personas mayores, se vean como **Líderes y lideresas, defensores/-as y beneficiarios/-as** de los ODS. Les pido que sean actores de cambio y motiven a sus comunidades y familias para que el desarrollo sostenible sea una realidad, y que sean ciudadanía activa que exigen cambios a quienes tienen a su alrededor. Como abuelo, deseo con todo mi ser que le dejemos un mundo sostenible a los niños y las niñas”, dijo Thomson de 70 años.
- **El diálogo y las relaciones constructivas entre los y las jóvenes y las personas adultas fomenta el entendimiento y el respeto** del papel de ambos grupos en la sociedad y nos motiva a contribuir con nuestras mejores habilidades. Los adultos mayores deben trabajar de cerca con los y las jóvenes y crear asociaciones que se ayuden mutuamente.



Otros enlaces consultados y de referencia:

WIKIPEDIA

https://aprenentatgeservei.cat/wp-content/uploads/guies/aps_gent_gran.pdf

<https://es.slideshare.net/medif-mediacion-buscamos-difusion/personas-mayores-y-aprendizaje-servicio>

<https://www.zerbikas.es/wp-content/uploads/2015/07/7.pdf>

juventud comprometida

con las personas mayores

foro21  **fundación esplai**
ciudadanía comprometida

Financiado por:

