

FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS * SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Programa, actividad, etc....
CULTIVANDO ILUSIÓN	
Servicio, Distrito, Área...*	Servicios, organizaciones involucradas...
CDM Carmen Laforet perteneciente al distrito de Ciudad Lineal junto al CEIP Joaquín Turina perteneciente al mismo distrito	
Fecha de inicio de la buena práctica*	
Comenzó en la primavera del año 2023 y continuando hasta la fecha	
Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).	
N/A	
Persona de contacto*	Datos de la persona de contacto de la buena práctica: Nombre, teléfono y email
María Jesús Bueno López de la Reina / 917547725 / mjbueno@asispa.org	
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
Las personas mayores del CDM Carmen Laforet y los/as alumnos, maestros y maestras de infantil y primaria del CEIP Joaquín Turina.	
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.
<p>El programa “Cultivando Ilusión” se inició en la primavera del año 2020, continuando en la actualidad.</p> <p>Comenzó con un cálido intercambio de saludos y sonrisas entre los participantes de ambas generaciones. Para romper el hielo, se realizó una breve dinámica de presentación, donde cada persona compartió su nombre y una pequeña historia sobre su relación con la naturaleza.</p> <p>A continuación, se dio paso a las actividades planificadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intercambio de Semillas: Se estableció un espacio para que las personas mayores y los/as niños/as intercambiaran semillas de plantas que habían cultivado en sus hogares y centro educativo. Esta actividad no solo promovió la conversación entre los participantes, sino que también permitió el intercambio de conocimientos sobre técnicas de siembra y cuidado de plantas. 	

- **Experiencia inmersiva multisensorial:** en la sala **Snoezelen**: una **experiencia envolvente** que transporta a los participantes a un mundo de **colores, aromas y texturas** inspiradas en el reino vegetal. En esta experiencia inmersiva, los participantes tienen la oportunidad de **explorar** y **disfrutar** de la **belleza y la calma** que ofrece el mundo de las **plantas** a través de sus sentidos.



- **Plantación:** **Guiados** por el **personal** del centro y los **maestros/as**, los **participantes se unieron**, y se plantaron diversas especies de **plantas**, en el jardín del CDM. Las **personas mayores** compartieron sus **experiencias** y **sabiduría** en el cuidado de las plantas, mientras que **los/as niños/as** aportaron su **entusiasmo y energía**.



- **Charla Interactiva “Descubriendo el Mundo de las Plantas”:** se llevó a cabo una fascinante **charla** sobre los **usos** y las **distintas especies** de plantas. Esta actividad tenía como **objetivo** brindar **conocimientos** sobre la **importancia** de las **plantas** en nuestro **entorno** y su **diversidad** en cuanto a **beneficios** y **aplicaciones**. Se abordaron temas como: plantas medicinales, alimenticias y ornamentales. La charla se desarrolló en un **ambiente ameno** y **participativo**, donde los participantes tuvieron la oportunidad de hacer preguntas, compartir anécdotas y aprender unos de otros.
- **Creación de un Mural:** Utilizando **materiales reciclados** y **pinturas ecológicas**, se invitó a los participantes a contribuir en la **creación** de un **mural** que representara la importancia de cuidar el medio ambiente. Juntos, plasmaron **imágenes de árboles, flores y animales**, transmitiendo un mensaje de respeto y amor por la naturaleza.



Objetivos generales*	Idea central y finalidad de la buena práctica.
<ul style="list-style-type: none">• Promover la interacción intergeneracional• Crear conciencia medioambiental• Estimular la participación activa• Facilitar el intercambio de conocimientos y experiencias.	
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">• Fomentar el contacto y la comunicación entre personas mayores con deterioro cognitivo y niños/as de primaria.• Fortalecer los lazos entre generaciones y combatir la soledad y el aislamiento social.• Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de cuidar y preservar el medio ambiente.• Promover prácticas sostenibles y responsables en relación con la naturaleza.• Brindar oportunidades para que los participantes se involucren en actividades prácticas y significativas.• Fomentar el sentido de logro y pertenencia.• Proporcionar espacios para que las personas mayores compartan su sabiduría y experiencia con lo/as niños/as, y viceversa, promoviendo el aprendizaje mutuo y la valoración de las diferentes perspectivas.• Informar y concienciar a los participantes sobre la diversidad de especies vegetales y su papel fundamental en la supervivencia del planeta.	
Metodología*	Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación
<p>La metodología empleada se basa en un enfoque participativo e inclusivo, que promueve la interacción entre los participantes de diferentes edades y la experiencia práctica como medio de aprendizaje. Se fomenta el diálogo, la colaboración y el intercambio de conocimientos y experiencias, con un énfasis en el respeto y la valoración mutua.</p> <p>Actividades:</p> <p><u>Intercambio de Semillas:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Presentación de semillas por parte de los participantes.• Explicación sobre el origen y características de cada semilla.• Intercambio de semillas entre los participantes. <p><u>Experiencia inmersiva en sala Snoezelen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Ambientación visual• Estímulos olfativos• Exploración táctil• Sonidos naturales• Interacción con plantas vivas <p><u>Plantación de Plantas:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Preparación del suelo y los materiales necesarios para la plantación.• Demostración de técnicas de plantación por parte de los/as trabajadores del centro y los maestros de primaria e infantil.• Participación activa de los participantes en la plantación de diversas especies vegetales.	

Creación de un Mural:

- Preparación del área y los materiales para la creación del mural.
- Pintura colaborativa del mural por parte de los participantes, utilizando materiales reciclados y pinturas ecológicas.

Charla sobre Usos y Especies de Plantas:

- Presentación visual sobre diferentes especies de plantas y sus usos.
- Explicación detallada sobre las propiedades medicinales, nutricionales y ornamentales de ciertas plantas.
- Ejemplos prácticos y anécdotas relacionadas con el tema.
- Espacio para preguntas, comentarios y reflexiones por parte de los participantes.



Fases de Aplicación:

Preparación: Organización de los materiales y recursos necesarios para llevar a cabo las actividades. Coordinación con el equipo del centro y los maestros de primaria e infantil para garantizar una ejecución fluida.

Desarrollo: Implementación de las actividades planificadas, asegurando la participación activa de todos los participantes y facilitando el intercambio de conocimientos y experiencias.

Evaluación: Reflexión sobre el desarrollo de las actividades, identificación de aspectos positivos y áreas de mejora, y recopilación de feedback de los participantes para futuras iniciativas intergeneracionales.

Recursos utilizados:

- Semillas de diferentes plantas.
- Plantas y materiales para la plantación (macetas, tierra, herramientas de jardinería).
- Materiales para la creación del mural (pinceles, pinturas, papel mural).
- Pantalla digital para la presentación visual durante la charla sobre usos y especies de plantas.
- Sala snoezelen dotada de todos los estímulos sensitivos pertinentes para una experiencia inmersiva.

Planificación: Se establece una fecha y hora para la actividad, se designan responsabilidades y se preparan los materiales necesarios.

Ejecución: Se llevan a cabo las actividades de manera secuencial, asegurando la participación activa y el disfrute de todos los participantes.

Seguimiento: Se realiza un seguimiento posterior a la actividad para evaluar su impacto y recopilar comentarios y sugerencias de los participantes para futuras actividades intergeneracionales.

Esta metodología y planificación garantizan una experiencia enriquecedora y significativa para todos los participantes, promoviendo el aprendizaje, la colaboración y el cuidado del medio ambiente.

Innovación

Se valorará si es innovadora, incorpora Tics o cualquier tecnología soporte o si cambia las metodologías tradicionales.

Como innovación se realiza el uso de la Sala multisensorial Snoezelen, ofreciendo a los participantes una experiencia inmersiva única, que estimula todos sus sentidos y los transporta a un entorno natural lleno de belleza, calma y bienestar. A través de la exploración multisensorial de las plantas, los participantes tienen la oportunidad de conectarse con la naturaleza de una manera profunda y significativa, promoviendo la relajación, la introspección. Esta experiencia multisensorial en Sala Snoezelen demuestra el poder transformador y terapéutico de la naturaleza en el bienestar humano.

Recursos necesarios

Recursos económicos y no económicos necesarios para la puesta en marcha de la práctica. Recursos materiales, personal, formación, infraestructuras...

- Profesionales del centro y de colegio
- Material jardinería
- Material manualidades
- Tics: Sala Snoezelen
- Espacios para el desarrollo de la actividad: salas, jardín, etc.

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.

La coparticipación de los beneficiarios o destinatarios en el programa “Cultivando Ilusión” ha sido fundamental para su éxito. Desde la expresión de sus preferencias y expectativas hasta la participación activa en la selección y realización de actividades, se ha valorado su voz y se han tenido en cuenta sus necesidades. Esto ha garantizado una experiencia enriquecedora y significativa para todos los participantes.

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

Los resultados alcanzados en el proyecto “Cultivando Ilusión” son significativos y se alinean con los objetivos establecidos:

1. **Fortalecimiento de Lazos Intergeneracionales:**
 - Se ha logrado un ambiente de cooperación, empatía y respeto mutuo entre personas mayores y niños/as.
 - Los lazos afectivos y sociales se han fortalecido, combatiendo la soledad y el aislamiento social.
2. **Mejora del Bienestar Emocional:**
 - La interacción con los/as niños/as y las actividades relacionadas con la naturaleza han contribuido al bienestar emocional, proporcionando alegría, satisfacción y un sentido de propósito
3. **Conciencia Medioambiental:**
 - La charla sobre usos y especies de plantas ha aumentado la conciencia medioambiental. Los participantes han adquirido conocimientos sobre la importancia de cuidar y preservar el medio ambiente.
4. **Desarrollo de Habilidades Sociales y Cognitivas:**
 - La colaboración en actividades como la plantación de plantas y la creación de un mural ha desarrollado habilidades sociales y cognitivas.
 - La comunicación, coordinación y resolución de problemas se han fortalecido.
5. **Incremento del Conocimiento sobre Plantas:**
 - Los participantes en la charla han adquirido nuevos conocimientos sobre diferentes especies de plantas, sus usos y beneficios, así como técnicas de cuidado.
6. **Promoción del Sentido de Comunidad:**
 - Ha contribuido a fortalecer el sentido de comunidad en torno al cuidado del medio ambiente y el bienestar intergeneracional, alentando la colaboración y el apoyo mutuo.

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)

“Cultivando Ilusión” fue mucho más que una simple actividad medioambiental; fue un **encuentro enriquecedor** donde personas de distintas edades y experiencias se unieron en un mismo propósito: cuidar y preservar nuestro planeta para las generaciones futuras. Esta experiencia dejó huellas profundas en los corazones de todos los participantes, reafirmando la importancia del trabajo conjunto y el valor de aprender unos de otros.

La semilla de la conciencia ecológica y el respeto por el otro fue plantada en este encuentro intergeneracional, y esperamos que continúe creciendo y floreciendo en el corazón de cada uno de los participantes, inspirando acciones positivas en sus vidas cotidianas y en la comunidad en general. Se realizaron **encuestas de satisfacción y entrevistas** a los participantes para recopilar comentarios y retroalimentación sobre su experiencia.

El **porcentaje** de personas mayores y niños/as **participantes** en las actividades ha sido del **100%** de la de la población objetivo. Siendo de población infantil un total de 25 infantes, de los cuales 14 son niñas y 11 son niños. De población mayor ha sido un total de 54 personas, de las cuales 38 son mujeres y 16 hombres.

Se ha observado una mayor comunicación y una mejora en las habilidades sociales.

Continuidad*

La experiencia puede continuar en el tiempo y consigue beneficios de carácter cuantitativo y cualitativo

El programa intergeneracional puede continuar en el tiempo ya que se consiguen:

BENEFICIOS CUANTITATIVOS:

- **Reducción del Estrés y la Ansiedad:** Registro de la frecuencia cardíaca y la presión arterial de los participantes durante la sesión para evaluar la respuesta fisiológica al entorno sensorial.
- **Mejora del Estado de Ánimo:** Encuestas de satisfacción con preguntas específicas sobre el impacto en el ánimo y la percepción de bienestar
- **Aumento de la Conexión con la Naturaleza:** Registro del tiempo dedicado a actividades al aire libre o de contacto con la naturaleza fuera de la experiencia.

BENEFICIOS CUALITATIVOS:

- **Mayor Sensación de Relajación y Calma:** Recopilación de testimonios y relatos de los participantes sobre sus sensaciones de relajación y calma experimentadas durante la sesión.
- **Mayor Conexión Social:** Entrevistas individuales o grupales para explorar la percepción de los participantes sobre la experiencia compartida y su impacto en las relaciones sociales.
- **Aumento de la Conciencia Sensorial:** Observación cualitativa de la participación activa de los participantes en la exploración de los estímulos sensoriales proporcionados durante la experiencia. Entrevistas post-experiencia para explorar la percepción de los participantes sobre la estimulación sensorial y su impacto en la conciencia del entorno.
- **Mejora del Bienestar General:** Recopilación de testimonios y comentarios de los participantes sobre los beneficios percibidos en su bienestar general, incluyendo la calidad del sueño, la energía y la vitalidad.

Replicabilidad*

Análisis de replicabilidad de la práctica en otros escenarios.

Al seguir las estrategias de: **documentación detallada, capacitación del personal, estandarización de los protocolos, disponibilidad de recursos, evaluación continua, documentación de resultados**, se puede garantizar la replicabilidad efectiva del programa permitiendo que más personas puedan beneficiarse de esta experiencia multisensorial única en diferentes contextos y entornos.

Enfoque de género

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

Todas las actividades que se realizan buscan **promover la igualdad de género**, sensibilizar tanto a mayores como a niños/as sobre la **igualdad** y cuestionar **roles tradicionales**.

Accesibilidad cognitiva	La experiencia es fácil de entender por todos los usuarios
Todas las actividades son adaptadas para que sean comprensibles y utilizables para todas las personas.	
Aspectos éticos	Se respetan los derechos de las personas y se tienen en consideración los principios éticos.
<p>En todo momento se trabaja teniendo en cuenta los siguientes principios éticos (AICP):</p> <p>Principio de Individualidad Principio de Participación Activa Principio de Autonomía y Autodeterminación Principio de Respeto y Dignidad Principio de Integralidad Principio de No Discriminación Principio de Calidad y Seguridad</p>	
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...
Se ha llevado la difusión del programa a través de Instagram privado del centro.	
Documentación y material elaborado en la práctica*	Indicar links públicos, ruta servidor donde esté almacenada la información, etc.
Página Instagram: @cdmcarmlaforet	
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
<p>Tras la implementación de la práctica "Cultivando Ilusión" y el análisis de sus resultados, se han aprendido varias lecciones importantes y se han enfrentado a diversos desafíos.</p> <p>LECCIONES APRENDIDAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Importancia de la Preparación: Se ha aprendido que una preparación exhaustiva y una planificación cuidadosa son fundamentales para el éxito de la experiencia. • Flexibilidad y Adaptación: Se ha reconocido la importancia de ser flexible y adaptarse a las necesidades y preferencias de los participantes durante la experiencia. • Comunicación Efectiva: Se ha aprendido que una comunicación clara y efectiva con los participantes es esencial para garantizar una experiencia satisfactoria. • Evaluación Continua: Se ha comprendido la importancia de realizar evaluaciones continuas de la experiencia para identificar áreas de mejora y realizar ajustes según sea necesario. <p>DESAFÍOS ENFRENTADOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selección de Estímulos Adecuados: Se ha enfrentado el desafío de seleccionar los estímulos sensoriales más adecuados para satisfacer las necesidades y preferencias de los participantes. • Gestión del Tiempo: Se ha enfrentado el desafío de gestionar el tiempo de manera eficiente durante la experiencia para garantizar que todos los participantes puedan disfrutar plenamente de los estímulos sensoriales. • Diversidad de Participantes: Se ha enfrentado el desafío de adaptar la experiencia para satisfacer las necesidades de participantes con diversos niveles de habilidades y preferencias <p>CONCLUSIONES</p>	

En conclusión, el programa "Cultivando Ilusión" y la experiencia "Jardín Sensorial" en la Sala Snoezelen, han demostrado ser **iniciativas altamente beneficiosas y efectivas** para promover el bienestar intergeneracional, estimular los sentidos y emociones, desarrollar habilidades y conocimientos, fortalecer la conexión con la naturaleza, y mejorar el bienestar físico y mental de los participantes. Estas conclusiones respaldan la importancia de continuar y expandir estos programas para seguir brindando oportunidades significativas y enriquecedoras para personas de todas las edades y habilidades.

Testimonios

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

No se han dado