

## FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS \* SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Programa, actividad, etc....
<p><b>PROYECTO NUEVAS RAÍCES</b> </p>	
Servicio, Distrito, Área...*	Servicios, organizaciones involucradas...
<p>Escuela Infantil Calasanz Madrid te acompaña x Voluntarios Madrid Mesa de Género de Usera y Espacio de Igualdad Berta Cáceres CRPS Villaverde x Fundación Buen Samaritano Acompañamiento digital x Voluntarios Madrid</p>	
Fecha de inicio de la buena práctica*	
<p>Marzo 2023</p>	
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
<p>Laura Escobar Merino <a href="mailto:lescobar@arquisocial.es">lescobar@arquisocial.es</a> 655262224</p>	
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
<p>Personas mayores usuarias del Centro de Día y niños entre 1 y 3 años de la Escuela Infantil Calasanz, jóvenes entre 18-30 años del CRPS Villaverde, jóvenes de voluntarios Madrid y jóvenes de diferentes asociaciones de Usera.</p>	
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 proyecto <b>Nuevas Raíces</b> se conforma por <b>seis actividades</b> llevadas a cabo con diferentes entidades y colectivos de diferentes edades y roles. A continuación, se resumen:</p>	

- **A través de los años**, con los niños de la Escuela Infantil Calasanz de realizaron tres encuentros, dos en la Escuela Infantil y uno en el Centro de Día, donde se realizaron varias actividades en común, como pintar cuadros, macetas de terracota para plantar semillas ecológicas y contar cuentos.
- **Contra la soledad no deseada**, con Madrid te acompaña x Voluntarios Madrid. Acudieron al Centro para dar a conocer el programa, enseñar el uso de la app y fomentar encuentros entre usuarios del Centro de Día y jóvenes voluntarios.
- **Compartimos vivencias**, con CRPS Villaverde x Fundación Buen Samaritano. Se realizaron dos encuentros, uno en el Centro de Día y otro en su centro. Se realizó una charla sobre la salud mental e hicimos un desayuno especial.
- **Nos empoderamos** con Mesa de Género de Usera y Espacio de Igualdad Berta Cáceres, acudimos al encuentro de Mujeres que Hacen Usera durante el día de la mujer. Pudimos compartir espacio y desarrollar varias actividades con otras asociaciones del barrio, como Romi Sersení o Asociación Iceas.
- **Creando recuerdos**, encuentros realizados con las familias en el Centro, como la fiesta del 20 aniversario o las fiestas de navidad, Halloween etc.
- **Siempre en cobertura**, con Acompañamiento digital x Voluntarios Madrid. Los jóvenes voluntarios acudían todos los lunes a realizar el taller de alfabetización digital, manejo del smartphone e internet con los usuarios interesados.

El proyecto aborda de una **manera transversal diversos ámbitos, aspectos sociales, de género, ambientales y de salud**. Se fomenta el desarrollo sostenible, abordando y promoviendo la inclusión, la protección del medio ambiente, el bienestar social y la equidad.

#### Objetivos generales\*

Idea central y finalidad de la buena práctica.

El proyecto **Nuevas Raíces** persigue brindar a los usuarios del Centro de Día y al resto de los participantes los beneficios que reportan la práctica de actividades intergeneracionales. Nuevas Raíces se lleva a cabo con entidades del distrito de Usera o entidades cercanas, fomentando así el tejido asociativo, haciendo visible al colectivo de las personas mayores y difundiendo el servicio de los Centros de Día. Los objetivos generales del proyecto son:

- Fomentar conexión y entendimiento entre generaciones
- Promover el aprendizaje mutuo y el desarrollo personal
- Mejorar el bienestar social y emocional de los participantes

#### Objetivos específicos

Metas concretas y medibles que persigue la buena práctica; necesarios para la ejecución de los objetivos generales.

La consecución de los objetivos generales busca cumplir con los objetivos específicos:

- Organizar encuentros regulares
- Crear proyectos artísticos
- Establecer talles de tutoría mutua
- Mejorar estado de ánimo
- Fomentar relaciones sociales
- Fomentar autonomía
- Fomentar el uso de espacios del barrio
- Concienciar sobre la importancia de cuidar el medioambiente

## Metodología\*

Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación

Las seis actividades del proyecto, enumeradas anteriormente, han sido elaboradas con distintas entidades, presentes tanto en el distrito de Usera como en la ciudad de Madrid. El contacto con las distintas entidades se ha dado mayoritariamente a través de la red social Instagram y realizando un mapeo por el barrio. A continuación, se detallan los pasos que se siguieron para en funcionamiento cada actividad:

1. Contacto con la entidad o en el caso de la actividad creando recuerdos, difusión de información del evento a través de Instagram e invitaciones.
2. Puesta en común de objetivos y concretar dinámica a realizar.
3. Preparación de materiales y ultimar organización (participantes, transporte etc.)
4. Desarrollo de la actividad
5. Feedback con la entidad y propuesta de continuidad de proyecto
6. Difusión de videos en redes sociales.

Los recursos utilizados han sido predominantemente, el servicio de ruta, materiales de manualidades y menaje de cocina e ingredientes.

## Innovación

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

El Proyecto Nuevas Raíces basa **dos** de sus seis actividades en el manejo y correcto **uso del smarphone** por parte de los usuarios del Centro de Día. Estas actividades son, siempre en cobertura y contra la soledad no deseada. Al mismo tiempo, todas las actividades son publicadas en Instagram, donde tanto los propios usuarios como sus familias pueden disfrutar del contenido.

Al mismo tiempo, el uso diario de esta red social en el Centro, como **actividad vertebradora** persigue los siguientes objetivos:

### 1. **Mostrar el día a día del Centro**

En este modo se realiza una apertura de puertas virtual al funcionamiento diario del centro y muestra la rutina llevada a cabo por las personas mayores. De este modo se superan falsas creencias sobre los recursos asistenciales y se da a conocer los servicios que se ofrecen y el trabajo que se lleva a cabo, fomentando así la nueva incorporación de usuarios.

### 2. **Servir de canal de comunicación diaria con las familias**

Las familias pueden seguir la cuenta e interactuar, al mismo tiempo pueden ver a sus familiares realizar diferentes actividades. Es una manera de hacer el Centro más cercano.

### 3. **Fomentar el papel de las personas mayores en la comunidad**

Participar en una red social hace visibles a las personas mayores y fomenta su interacción con la comunidad, formando parte del tejido asociativo del barrio y la ciudad.

### 4. **Informar**

Es un canal de comunicación de eventos del propio centro, de información de relevancia para la salud y/o la comunidad, al mismo tiempo se difunde información interesante para las familias.

## 5. Contacto intergeneracional

Ayuda a crear un contacto con las personas más jóvenes, la mayor parte de las veces nietos, de manera constante y fluida. Se intercambian mensajes, “me gustas” y comentarios. Este contacto favorece la realización de actividades intergeneracionales presenciales y la sensibilización de la población joven sobre trato a las personas mayores.

## 6. Fomentar el uso de nuevas tecnologías en personas mayores

La aparición de muchos de ellos en el perfil del centro de día en la red social de Instagram fomenta que las personas mayores se creen su propio perfil para poder seguir la actividad del propio Centro. De esta forma las personas mayores adquieren nuevas habilidades en el manejo del smartphone.

## 7. Mejora de estado de ánimo y autoestima

La aparición de las personas mayores en el contenido del perfil del Centro supone un refuerzo positivo en su participación, lo que supone una mayor actividad y una mejora del estado de ánimo. Dota de valiosas sus acciones y se encuentran más motivados. Las familias y amigos al visualizar estas publicaciones los animan lo que fomenta su sentimiento de valía.

Además, cabe destacar que el proyecto Nuestras Raíces ha buscado acercar a las personas mayores **diferentes colectivos**: población infantil, población juvenil, el colectivo de la salud mental, el colectivo de las mujeres con un enfoque de género y el ámbito de las nuevas tecnologías, buscando así un abordaje integral. El Proyecto aborda de una **manera transversal diversos ámbitos**, aspectos sociales, de género, ambientales y de salud. Se fomenta el desarrollo sostenible, abordando y promoviendo la inclusión, la protección del medio ambiente, el bienestar social y la equidad.



### Recursos necesarios

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

Los recursos necesarios para el desarrollo del Proyecto han sido:

Recursos materiales: furgoneta, productos de apoyo, material de terapia ocupacional, Tablet, internet.

Recursos personales: Gerocultoras, terapeuta ocupacional, directora, fisioterapeuta y conductor.

Infraestructuras: Sala de terapia ocupacional y jardines del Centro.

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.
---	--

Los usuarios han participado activamente en el Proyecto de la siguiente forma:

- **A través de los años**, creando el cuento que contaron a los niños y elaborando el pulpo de lana en el taller de costura.
- **Contra la soledad no deseada**, los usuarios interesados en participar en la actividad se presentaron voluntarios.
- **Nos empoderamos**, los usuarios interesados en participar lo manifestaron y acudieron al encuentro de Mujeres que Hacen Usera.
- **Creando recuerdos**, los usuarios son los que invitan a sus familiares y amigos a participar en los encuentros.
- **Siempre en cobertura**, los usuarios interesados en participar en la actividad se presentaron voluntarios.

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
-------------	--

A continuación, se describen los **resultados alcanzados** obtenidos en consonancia con los objetivos específicos propuestos:

OBJETIVO	RESULTADO
Organizar encuentros regulares	Con la Escuela Infantil se organizaron 3 encuentros Con el CRPS Villaverde 2 encuentros Con las familias 4 encuentros Con los voluntarios Con Voluntarios Madrid todos los lunes a partir del día 10 de abril hasta final de julio.
Crear proyectos artísticos	Con la Escuela Infantil Calasanz se realizaron seis cuadros que ahora adornan nuestro pasillo.
Concienciar sobre la importancia de cuidar el medioambiente	Pintar macetas de terracota para posteriormente plantar semillas ecológicas que sirvan de plantón para el huerto urbano del Centro.
Establecer talles de tutoría mutua	Con CRPS Villaverde se realizó una charla-debate acerca de la salud mental, donde hubo un intercambio de vivencias y opiniones entre ambas generaciones Con Voluntarios Madrid, los jóvenes enseñan a los mayores a usar las nuevas tecnologías.
Mejorar estado de ánimo	En todos los encuentros las personas participantes muestran mejoría del estado anímico y manifiestan sentirse felices. Demandan una copia de los videos y fotografías, narran de forma constante lo ocurrido e incluso las familias nos comentaron detalles que los

	mayores les habían contado. En los vídeos puede verse la vitalidad y energía que desprenden durante la actividad,
Fomentar relaciones sociales	Durante los encuentros, sobre todo con jóvenes, como puede verse en los videos las personas mayores se relacionan de forma activa y mantienen una postura colaboradora. Muestra de esta actitud activa y de querer participar en las dinámicas grupales es por ejemplo, disfrazarse en la fiesta de Halloween.
Fomentar autonomía	Las personas usuarias son las que deciden en todo momento en qué participar. Se fomenta la adopción por parte de la persona usuaria de una actitud proactiva, apuntándose a las dinámicas de Voluntarios Madrid, de contar cuentos o de acudir a distintos espacios. Se fomenta la toma de decisiones y se brindas los apoyos para conseguir su deseo.
Fomentar el uso de espacios del barrio	Las personas usuarias salieron del Centro para realizar algunas de las actividades, haciendo así uso de espacios del barrio. Organizar actividades en el exterior además de ser motivante, y fomentar la orientación ayuda a fomentar el sentimiento de valía y hacer a las personas mayores visibles en la comunidad.

Durante el desarrollo del Proyecto Nuestras Raíces, los **beneficiarios directos** han sido las personas usuarias del Centro de Día, los niños de la Escuela Infantil Calasanz, población juvenil de Voluntarios Madrid, el colectivo de la salud mental del CRPS Villaverde, el colectivo de las mujeres de diferentes asociaciones de Usera y las familias de los usuarios. En cuanto a **beneficiarios indirectos** podemos enumerar: personas cuidadoras de los beneficiarios directos, personal que trabaja con los beneficiarios directos, además el tejido asociativo de Usera, demás centros de día del distrito y recursos que trabajen con diferentes colectivos pueden verse motivados a replicar dichas actividades con sus correspondientes beneficios.

#### 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)

El **impacto** previsto en los beneficiarios directos del Proyecto Nuevas Raíces se basa en el logro de los objetivos propuestos, siendo estos, la mejora del estado de ánimo, mejor adaptación al Centro, aumento vitalidad, sentimiento de valía, mejora de la autonomía... en cuanto al impacto en los beneficiarios secundarios sería, promoción del uso de recursos, dar a conocer el funcionamiento de los Centros de día y entidades colaboradoras, fomentar el tejido asociativo...

Para cuantificar el impacto de la práctica, se comparan las **encuestas** realizadas en el año 2022 (antes del proyecto) y el año 2023 (después del proyecto), tanto de las opiniones de

las familias como de las opiniones de los usuarios.

Grado de satisfacción respecto a:	Año	Usuarios										Familias									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Actividades intergeneracionales	2022	0%	0%	10,52%	0%	0%	10,52%	31,57%	15,78%	31,57%	5,26%	12,5%	0%	0%	0%	12,5%	6,25%	37,5%	6,25%	18,75%	6,25%
	2023	0%	0%	0%	0%	0%	6%	25%	19%	13%	38%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	21%	36%	14%	19%
Implantación nuevas actividades	2022	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	5,26%	47,36%	47,36%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	56,25%	43,75%
	2023	0%	0%	0%	0%	0%	0%	13%	25%	6%	63%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	7%	93%

El proyecto logra el efecto deseado ya que se puede ver en los resultados de las encuestas que el grado de satisfacción es más elevado durante el año 2023, coincidiendo con el desarrollo del Proyecto Nuevas Raíces.

Los recursos utilizados para el Proyecto son los usados normalmente en el funcionamiento del Centro, por lo que no suponen un aumento de medios.

#### Continuidad\*

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

El Proyecto Nuevas Raíces continúa realizándose en el año 2024 aumentando la red de entidades con las que se colabora y ampliando los colectivos. Además, han comenzado a utilizarse espacios municipales que sirven como medio de encuentro entre generaciones. Los beneficios reportados continúan y/o aumentan al continuar las actividades.

#### Replicabilidad\*

Análisis de replicabilidad de la práctica en otros escenarios.

La replicabilidad de las actividades llevadas a cabo en el proyecto es replicable. Realizar un **mapeo por el barrio** o distrito es una herramienta útil, que permite la conexión de recursos y fomenta su colaboración. Además, colaborar con entidades cercanas hace que la realización de las actividades sea más sencilla y pueda darse de forma más continuada. El uso de las **nuevas tecnologías** puede servir de ventana al exterior que fomente este tipo de colaboraciones, además se ser una carta de presentación para las entidades con las que se pretende colaborar. El uso de espacios cotidianos para las personas beneficiarias es motivante y puede ayudar a la consecución de la actividad.

#### 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 en todas las fases del proyecto. Los usuarios que participan las actividades representan de forma proporcional la cantidad de hombres y mujeres asistentes al Centro. Todos participan del mismo modo en el desarrollo. Pese a que las integrantes del taller de manualidades son mujeres, las actividades artísticas han sido desarrolladas por ambas partes, evidenciando así que la motivación por participar en este tipo de actividades promueve que se desarrollen nuevas aficiones. La participación en este proyecto es voluntaria, por lo que si se diera ausencia en la participación de hombres se debería a los roles de género.

<b>Accesibilidad cognitiva</b>	La experiencia es fácil de entender por todos los usuarios
La participación en todas las actividades del proyecto se encuentra adaptada a todas las necesidades de las personas beneficiarias. Se trata de actividades sencillas donde lo primordial es disfrutar de la compañía de otras personas. Siempre se encuentran acompañados de personal que adapta a cada persona la actividad en función de sus capacidades. Siempre se explica todos los aspectos de la actividad antes de llevarla a cabo (colectivo, lugar, hora, dinámica...)	
<b>Aspectos éticos</b>	Se respetan los derechos de las personas y se tienen en consideración los principios éticos.
En todo el proyecto se respetan los derechos de los beneficiarios principales y secundarios. Se tienen en cuenta y respetan los principios éticos de todas las personas que se encuentran inmersas en la práctica de las actividades. Todas las caras de los niños son pixeladas en la creación y difusión de contenido en redes y además las personas que aparecen en los videos han firmado el consentimiento de cesión de imágenes para tan fin. Se vela de forma continuada que el Proyecto Nuevas Raíces persiga los objetivos fijados y esté orientada a la consecución de los mismos, elaborándose de cada encuentro un registro dejando siempre plasmado lo ocurrido y los posibles imprevistos que hubieran podido surgir.	
<b>Canales de difusión y soportes utilizados*</b>	Seleccionar los canales que han sido utilizados para difundir la práctica: Carteles, vídeos, informes, concursos, redes sociales, foros, web...
Los canales por los que se difunde el Proyecto Nuevas Raíces son: <ul style="list-style-type: none"><li>- Instagram, por donde se informa a la comunidad y a las familias de la actividad y se aportan fotografías.</li><li>- Redes sociales de las entidades colaboradoras en el Proyecto</li><li>- Periódico de Villaverde, donde se plasma la actividad llevada a cabo con CRL Villaverde.</li><li>- Los cuadros, macetas pintadas, manualidades... son también un recurso para difundir la práctica dentro del propio Centro de carácter permanente.</li><li>- Los plantones que se encontraban en las macetas de terracota posteriormente fueron plantados en el huerto urbano del Centro.</li><li>- Informes y registros de cada actividad llevada a cabo, donde se detallan aspectos técnicos.</li></ul>	
<b>Documentación y material elaborado en la práctica*</b>	Indicar links públicos, ruta servidor donde esté almacenada la información, etc.
Video resumen del Proyecto Nuevas Raíces: <a href="https://wetransfer.com/downloads/64e0ee024b3ca4d616cab35d132cd71b20240319083732/849c61a3b519db9b5376176a406dfc4520240319083801/73864a">https://wetransfer.com/downloads/64e0ee024b3ca4d616cab35d132cd71b20240319083732/849c61a3b519db9b5376176a406dfc4520240319083801/73864a</a>  <a href="https://www.instagram.com/p/C4u63L_NBOI/">https://www.instagram.com/p/C4u63L_NBOI/</a>	
Instagram donde se encuentra reflejada cada actividad:	

<https://www.instagram.com/centrodediaorcasur/>

#### 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

Una vez más, hemos observado los efectos positivos de los encuentros entre diferentes generaciones. Las personas mayores muestran un alto nivel de energía y participación durante estas interacciones. Participar en actividades intergeneracionales conlleva una serie de beneficios tanto emocionales como cognitivos para las personas mayores, al mismo tiempo que fomenta la actividad física. Estas actividades ofrecen estímulos significativos para la mayoría de los mayores, lo que nos permite abordar una amplia gama de aspectos que influyen positivamente en su autonomía e independencia. Además, estas actividades no solo son beneficiosas para los participantes, sino que también tienen un impacto positivo en la comunidad en general y en las entidades colaboradoras, al promover la integración social y fortalecer los lazos intergeneracionales. Por lo tanto, organizar y llevar a cabo estas actividades se alinea perfectamente con el enfoque de atención integral centrada en la persona. Los desafíos que nos encontramos se encuentran en la línea de establecer un primer contacto con las entidades colaboradoras. Una vez acordada la colaboración todo fluye de forma sencilla y es estimulante para ambos recursos. El Proyecto continúa en el 2024, y se ha añadido el uso de espacios municipales y comunitarios como medio para unir a ambas generaciones, fomentando así el conocimiento y la promoción de estos espacios, como la Biblioteca Municipal Gabriel García Márquez y el Centro Cultural La Meseta de Orcasitas.

#### Testimonios

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

Las personas usuarias del Centro de Día manifiestan de forma continua lo mucho que se divierten en este tipo de encuentros. Disfrutan mucho conociendo personas nuevas y realizando actividades que se salgan de la rutina. **Ninguna (0%)** persona se ha negado a acudir o a participar en un encuentro con personas de las entidades colaboradoras. El **100%** de las personas manifestaron querer repetir y no se manifestaron comentarios negativos. Es común escuchar frases como “me encantan los niños” “qué alegría” “cómo hemos disfrutado”. Manifiestan que este tipo de encuentros les llenan de energía y dicen sentirse mucho mejor. El **100%** de las personas usuarias desean volver a encontrarse con las mismas personas, para así continuar estableciendo vínculo. Como **propuestas de mejora**, que se han contemplado para la continuidad del Proyecto Raíces en este 2024, son el uso de instalaciones municipales o comunitarias para los encuentros con diferentes colectivos, fomentando el conocimiento de estos. Al mismo tiempo se pretende lograr mayor difusión comunitaria para así dar a conocer este tipo de recursos.