



FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS * SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Programa, actividad, etc....
Autocuidado crochetero.	
Servicio, Distrito, Área...*	Servicios, organizaciones involucradas...
Espacio de Igualdad Gloria Fuertes.	
Fecha de inicio de la buena práctica*	
Octubre 2022	
Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).	
Finaliza en enero 2023	
Persona de contacto*	Datos de la persona de contacto de la buena práctica: Nombre, teléfono y email
Andrea Caceres Diaz, Coordinadora del Espacio de Igualdad Gloria Fuertes. 91 760 19 35/ vicalvaro1@madrid.es	
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
Mujeres	
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.
Taller de autocuidado a través del crochet donde cada una de las participantes pone a disposición del grupo sus conocimientos y saberes. La persona que dirige el taller genera un hilo conductor sobre temas referentes a los malestares de género, situaciones de discriminación así como vivencias y experiencias personales. En la actividad no es relevante la edad de cada una de las participantes si no, los saberes, experiencias y lo que cada una pueda y quiera aportar al grupo, ya sean	



conocimientos sobre crochet, experiencias personales y/o escucha activa.
La replicabilidad del taller es sencilla siempre y cuando el grupo sea un grupo intergeneracional y la persona que dirija el taller tenga conocimientos básicos sobre costura, así como formación en formación en perspectiva de género y prevención de la violencia de género.

Objetivos generales*	Idea central y finalidad de la buena práctica.
Generar una red de mujeres de diferentes edades con el crochet como hilo conductor.	
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">- Compartir vivencias, experiencias y saberes entre mujeres de edades y perfiles diferentes.- Aprender técnicas de crochet y encontrar en lo manual un espacio de relajación y conexión con una misma.- Generar un espacio de cuidado, seguro y de confianza para las mujeres.- Guardar un espacio semanal en el que llevar a cabo una actividad de ocio.	
Metodología*	Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación
Partir de la creación de un espacio seguro, así como establecer pautas para la comunicación y participación en el taller. Por último, fomentar un espacio de autocuidado.	
Innovación	Se valorará si es innovadora, incorpora TICs o cualquier tecnología soporte o si cambia las metodologías tradicionales.
La actividad no incorpora TICS, se lleva a cabo una metodología participativa y de escucha activa.	
Recursos necesarios	Recursos económicos y no económicos necesarios para la puesta en marcha de la práctica. Recursos materiales, personal, formación, infraestructuras...
Espacio con mesas y sillas amplio, lanas y agujas de crochet. Dinamizadora con conocimientos sobre crochet, perspectiva de género y prevención de violencia de género.	
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 propuesta inicial parte del Espacio de Igualdad y de la persona que dinamiza el taller, sin embargo una vez iniciado, las participantes exponen activamente sus deseos y	



necesidades.

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

Grupo intergeneracional cohesionado. Uno de los resultados principales es que el grupo finalizó acompañado de la dinamizadora en el mes de enero y actualmente sigue de manera autónoma reuniéndose cada jueves por la tarde en el Espacio de Igualdad para continuar la dinámica.

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)

La actividad tuvo una valoración de un 4,9 de media, por parte de las mujeres participantes.

Además del resultado cuantitativo, valoramos cualitativamente positivo que el grupo una vez finalizado el proceso con la dinamizadora continúe de forma autónoma, habiéndose solicitado por parte del grupo de mujeres su continuidad en el Espacio de Igualdad.

Continuidad*

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

La actividad continúa en la actualidad de forma autónoma en el Espacio de Igualdad los jueves por la tarde.

Replicabilidad*

Análisis de replicabilidad de la práctica en otros escenarios.

Es una actividad con fácil réplica en diferentes Espacios de Igualdad por la sencillez de recursos que requiere.

Enfoque de género

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

Para que así se, es necesario que el/la profesional que realice el taller y el acompañamiento del grupo tenga integrada la perspectiva de género, así como formación en igualdad y prevención de la violencia de género. En esta actividad está incluida dicha perspectiva en todas sus fases, inicio, desarrollo y evaluación.

Accesibilidad cognitiva

La experiencia es fácil de entender por todos los usuarios

La actividad tiene una sencilla adaptación a personas con diferentes niveles cognitivos.



Aspectos éticos	Se respetan los derechos de las personas y se tienen en consideración los principios éticos.
Todas las personas participantes tienen algo que aportar, ya sea vivencial, presencial o técnico y todas las aportaciones se reciben igual de validas y valiosas.	
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...
Cartel y programación difundidos a través de las redes sociales del Espacio de Igualdad y mediante mail de difusión.	
Documentación y material elaborado en la práctica*	Indicar links públicos, ruta servidor donde esté almacenada la información, etc.
No se ha utilizado material como tal , más allá del conocimiento sistematizado de la practica.	
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
El desafío en sí es poner en marcha una actividad intergeneracional de una práctica históricamente ligada a las mujeres y poder resignificar esta sin caer en estereotipos de género. Por este motivo la importancia de la formación en igualdad y prevención de la violencia de género de la persona profesional que dinamiza la actividad.	
Testimonios	Incluir las opiniones de usuarios de la práctica, comentarios, ideas de mejora, etc.
Adjunta foto.	

