

UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE COMILLAS DE MADRID
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES



YO COMPARTO... TU TE DIVIERTES

UN PROYECTO DE INTERCAMBIO INTERGENERACIONAL



ALMUDENA CORTES PÉREZ

CURSO DE ADAPTACIÓN A GRADO DE TRABAJO SOCIAL

ASIGNATURA: TRABAJO FIN DE GRADO

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA JUNIO 2014

TUTORA:

ALMUDENA M. JUAREZ RODRIGUEZ

*“Senectud es el nombre de la edad cansada, pero no
de la edad quebrantada”
(Séneca, 484)*



Título: YO COMPARTO...TÚ TE DIVIERTES

1	MOTIVOS QUE IMPULSAN A LA REALIZACIÓN DEL TRABAJO.	4
2	INTRODUCCIÓN.....	6
3	FINALIDAD.	8
4	OBJETIVOS DEL TRABAJO.....	10
5	MARCO TEÓRICO.	11
5.1	UNA ETAPA MÁS DE LA VIDA: EL ENVEJECIMIENTO.....	12
5.1.1	DISTINTAS CONCEPCIONES.....	12
5.1.2	ENVEJECIMIENTO: CONCEPTO Y TIPOS.....	14
5.1.3	CAUSAS QUE PROVOCAN EL ENVEJECIMIENTO PROGRESIVO EN LA SOCIEDAD.....	15
5.1.4	MARCO LEGISLATIVO.....	19
5.1.5	ENVEJECIMIENTO ACTIVO.....	23
5.2	RELACIONES INTERGENERACIONALES.....	26
5.2.1	CONCEPTO Y OBJETIVOS.....	26
5.2.2	DIFERENTES TIPOS DE RELACIONES INTERGENERACIONALES.....	27
5.2.3	BENEFICIOS DE LA RELACIONES INTERGENERACIONALES.....	28
5.3	VOLUNTARIADO.....	30
5.3.1	CONCEPTO.....	30
5.3.2	DERECHOS Y DEBERES.....	31
5.3.3	MARCO LEGISLATIVO.....	31
5.3.4	TIPOS DE VOLUNTARIADO.....	34
5.3.5	TAREAS DE VOLUNTARIADO.....	37
5.3.6	FORMACIÓN.....	38
5.4	CONTEXTO DE INTERVENCIÓN PROFESIONAL. LOS CENTROS DE MAYORES DE LA COMUNIDAD DE MADRID.....	40
5.4.1	CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS CENTROS DE MAYORES. ..	40

5.4.2	DATOS ACTUALES DE LOS CENTROS DE MAYORES Y UBICACIÓN ..	41
5.4.3	EL CENTRO DE MAYORES DE ALCORCÓN	46
6	METODOLOGÍA.	54
7	PROYECTO DE INTERVENCIÓN DIRECTA. INTERCAMBIO GENERACIONAL. MAYORES DISPUESTOS A TRANSMITIR Y COMPARTIR CON LOS NIÑOS/NIETOS SUS HABILIDADES Y VALORES.....	56
7.1	FUNDAMENTACIÓN:	56
7.2	OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN Y RESULTADOS ESPERADOS.....	59
7.2.1	OBJETIVOS GENERALES.	59
7.2.2	OBJETIVO ESPECÍFICOS	59
7.2.3	RESULTADOS ESPERADOS.....	60
7.3	METODOLOGÍA.	61
7.4	ACTIVIDADES.....	64
7.5	DISTRIBUCIÓN DE LOS TALLERES DURANTE EL PERÍODO DE DURACIÓN DEL PROYECTO.....	68
7.6	DESTINATARIOS.....	69
7.7	RECURSOS.....	70
7.8	EVALUACIÓN.....	72
8	CONCLUSIONES.....	74
9	ANEXOS.....	79
	ANEXO 1: CARTA DE SERVICIOS: CENTROS DE MAYORES DE LA COMUNIDAD DE MADRID.	79
	ANEXO 2: CARTA DE SERVICIOS DEL CENTRO DE MAYORES DE ALCORCÓN... ..	80
	ANEXO 3: FICHA DEL VOLUNTARIO	81
	ANEXO 4: REGISTRO DE ACTIVIDADES	82
	ANEXO 5: IMPRESO DE AUTORIZACIÓN DE GRABACIÓN Y TOMA DE FOTOGRAFÍAS A MENORES.	83
	ANEXO 6: SOLICITUD.....	84
	ANEXO 7: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA VOLUNTARIOS.	85
	ANEXO 8: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA ABUELOS	87

ANEXO 9: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA NIETOS.....	88
ANEXO 10: HOJA DE INCIDENCIAS.....	89
10 AGRADECIMIENTOS.	90
11 BIBLIOGRAFÍA.....	91

1 MOTIVOS QUE IMPULSAN A LA REALIZACIÓN DEL TRABAJO.

Durante mis veinte años de Trabajadora Social en los Centros de Mayores tanto de Móstoles como de Alcorcón, ambos dependientes del Servicio Regional de Bienestar Social, organismo autónomo perteneciente a la Consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid, he sido testigo del cambio que ha protagonizado el colectivo de personas mayores en cuanto al uso del tiempo libre, así como del giro que ha ido dando dicho colectivo: de ser considerado un colectivo dependiente en todos los sentidos, dentro de la familia, en la propia sociedad, en cuestión de salud, etc., a ser un colectivo independiente, que se vale por sí mismo, con unos derechos y deberes reconocidos, con voz y voto a la hora de comunicar, proponer, impulsar y solicitar sus demandas e inquietudes.

También he sido testigo de su “rejuvenecimiento”; desde aquellos mayores que asistían a los Centros a pasar el día completo, basado en el modelo “guardería”, mientras los miembros de la familia realizaban sus diferentes obligaciones, sin plantearse en que utilizar el tiempo libre de forma productiva, sino que lo ocupaban con juegos de mesa, TV o en conversaciones esporádicas, entre los diferentes grupos aleatorios que se formaban, hasta los “mayores no tan mayores” de ahora, con una formación académica o profesional dispuestos a compartir sus experiencias con aquellos, que todavía quieren aprender, escuchar, participar, etc., en definitiva, compartir el tiempo del día a día haciendo una actividad gratificante.

Y como no, también he sido testigo de cómo han ido cambiando las tareas de estos nuevos “jóvenes” mayores, de tal manera que cuando llega la edad de jubilación, en muchas ocasiones, se convierten en cuidadores de sus nietos de forma permanente o puntual, en horarios extraescolares o en periodos vacacionales.

Este trabajo va dirigido a éstos últimos, a esas personas mayores que cuando demandan ser socios del centro de mayores, manifiestan la necesidad de realizar actividades de ocio y tiempo libre para seguir manteniendo activas sus habilidades físicas y mentales; socios que asisten diariamente a dichos talleres y, que expresan con pena la ausencia obligada debido a tareas familiares de cuidado de nietos.

De esta manera intentamos dar respuesta a esta realidad que nos demandan y evitar las faltas de asistencia, para que puedan acudir a los centros para realizar los talleres con sus nietos y que éstos les acompañen con la idea de participar en una actividad interesante, entretenida en donde compartan ilusión, conversación, ganas de divertirse, tiempo libre, en un espacio y en un ambiente organizado para llevar a cabo ese intercambio intergeneracional, en mi opinión, tan necesario en la actualidad.

Debemos tener presente que es necesario apoyar el mantenimiento de las relaciones abuelos/nietos dotando del espacio, del tiempo y de la actividad para fomentar el respeto, el cariño, la confianza, y desarrollar valores de pertenencia al grupo familiar más allá de la propia relación de sangre.

Para impulsar este proyecto contamos con el grupo de voluntarios que se organizan en el centro de mayores: Son excelentes voluntarios, que poseen experiencia en los talleres que imparten, y que son considerados un bien muy valioso. Disponen de tiempo libre, poseen los conocimientos que la experiencia de los años les ha aportado y sobre todo aportan ganas de seguir participando de manera activa en la sociedad, de la mejor forma que una persona puede hacerlo, entregándose a los demás.

Los trabajadores sociales de los centros de mayores debemos dirigir parte de nuestra actividad a organizar, promover y proveer de los recursos necesarios para materializar las necesidades e inquietudes de los mayores, y por supuesto, estos centros no deben ser un espacio cerrado, sino que deben fomentar y ser accesibles a todo tipo de relación favorable para el mayor.

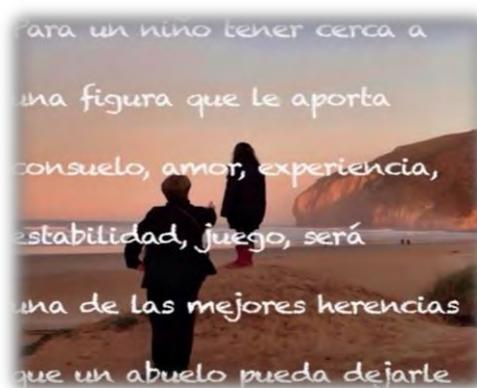


Imagen presente en el artículo “Abuelos y nietos” de Berta Ponce (El Confidencial 07-06-2012)

2 INTRODUCCIÓN.

Se inicia la andadura de este trabajo haciendo una presentación inicial del espacio físico con el que se cuenta para su puesta en funcionamiento y realización del mismo.

Mediante Orden 210/1998, de 16 de febrero, de la Consejería de Sanidad y Servicios Sociales, se aprueba el Reglamento de los Centros de Día para Personas Mayores de la Comunidad de Madrid (B.O.C.M. 4/03/1998).

Este Reglamento define en el Capítulo II, art. 7, los requisitos que una persona debe cumplir para ser socio de pleno derecho de los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid:

- Ser español o extranjero residente en el territorio de la Comunidad de Madrid.
- Acreditar la residencia en la Comunidad de Madrid durante los dos últimos años, inmediatamente anteriores a la fecha de la solicitud.
- Tener cumplidos 65 años en el momento de solicitar el ingreso, excepto los centros transferidos del IMSERSO, que lo podrán solicitar una vez cumplidos los 60 años.
- No padecer enfermedad infectocontagiosa ni cualquier otra que requiera atención permanente y continuada en centro.

Los Centros de Mayores no son solo un lugar de esparcimiento, sino un lugar de convivencia donde se pueden encontrar los medios necesarios para mejorar las relaciones sociales y sobre todo sus condiciones de vida¹.

Las diferentes actividades que se ofrecen, están coordinadas por el Trabajador Social, pieza clave en la dinamización de los Centros.

En el Capítulo I, art. 5 del Reglamento de Centros de Mayores se concretan los servicios básicos prestados:

¹http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_InfPractica_FA&cid=1354249280078&idConsejeria=1109266187278&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1109266227734&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&sm=1109266100977

- Información, orientación y asesoramiento.
- Biblioteca y sala de lectura.
- Actividades culturales, artísticas, recreativas y de ocio.
- Cafetería y comedor.
- Otros servicios relativos a la atención personal de los socios.

Cada vez más, adquieren la condición de socio personas que expresan su necesidad de realizar un servicio a los demás, sentirse útiles, activos dentro de su edad de jubilación, planteando aquello que pueden ofrecer a los demás.

En el Centro de Mayores de Alcorcón, del cual soy directora, contamos con un numeroso grupo de voluntarios entregados que comparten su tiempo, experiencia, alegría y ganas de vivir con aquellos socios dispuestos a participar en sus propuestas. Voluntarios que surgen y que se asocian a MAVAM (Mayores Asociados Voluntarios de Actividades Múltiples) o a VIACEMA (Voluntarios Informáticos Asociados en Centros de Mayores), asociaciones que nacieron para dar cobertura y protección civil a estas personas, según la Ley 3/1994 del Voluntariado Social de la Comunidad de Madrid.

El voluntariado es una acción solidaria que se ha venido haciendo en los centros de mayores desde hace tiempo. Pero es a raíz del impulso de las administraciones públicas, al reconocer la figura del voluntario como un recurso imprescindible, el cambio de perfil de la persona que ha llegado a la jubilación (sentimiento de valía, de seguir activo), el aumento de vida generalizado, las buenas condiciones físicas y psíquicas, etc., las que han hecho que cada vez más personas quieran estar compartiendo su tiempo y aptitudes en beneficio de la sociedad,

Es en la Carta de Servicios de los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid (Anexo 1), publicada el 14 de julio de 2011, B.O.C.M núm. 165, donde se indica que el voluntariado es un eje de actuación o actividad dentro del programa que se desarrolla en este tipo de centros: Mejora de la calidad de vida y prevención de la dependencia.

3 FINALIDAD.

Díaz-Veiga y Gómez Martín (2012), apuntan que “envejecer es todo un reto, y será un éxito o un fracaso en función de cada experiencia y del balance que cada persona ha ido acumulando a lo largo de su vida”.

El proceso natural de cumplir años no significa el declive, o la espera pasiva. La esperanza de vida aumenta de forma progresiva debido a los avances médicos, a la mejora en los hábitos de higiene y alimentación, u otros factores determinantes, que hacen que nuestras condiciones de vida sean de mejor calidad y generen una actitud positiva hacia la actividad.

Por lo que, saber envejecer depende de cada uno y atendiendo a las demandas de nuestros mayores, éstas van cada vez más encaminadas a actividades de ocio y ocupación de tiempo libre, aprendizaje de nuevas tecnologías, actividades de movimiento y expresión corporal o actividades dirigidas al desarrollo o mantenimiento cognitivo, así como enseñar/mostrar las habilidades y aptitudes individuales.

En el Centro de Mayores de Alcorcón va aumentando paulatinamente el número de socios de edades comprendidas entre los 60 y 70 años (tablas que se pueden consultar en su apartado 5.4.2), lo que hace que disminuya la edad media del socios en dicho Centro. Este dato se traduce en una demanda cada vez más creciente de realización de actividades y/o talleres, bien atendiendo a una necesidad de ocupación de tiempo libre, bien dirigida a la realización de una actividad física o mental con el fin de mantener sus capacidades, o simplemente por el interés de aprender.

En la entrevista realizada durante el proceso de adquisición de la condición de socio, el trabajador social estudia las potencialidades y valora la capacidad del socio de entregarse a los demás en la realización de un voluntariado.

Potenciar el voluntariado y por tanto el envejecimiento activo dentro del colectivo de mayores con el que trabajamos, supone una mayor participación activa en la sociedad en general y una mayor implicación en la comunidad grupal, en particular.

Por otro lado, y cada vez es más habitual, que asistan nietos que acompañan a sus abuelos mientras éstos realizan sus actividades y talleres en periodos vacacionales o en

días no lectivos. Son niños que esperan que sus abuelos acaben su actividad. El trabajador social, en su función de dinamizador del centro de mayores reconoce el potencial que esto representa y en aras de fomentar la participación de los socios, promovemos la creación de espacios donde se establezcan intercambios y relaciones intergeneracionales.

Haciendo un resumen, nos encontramos con tres elementos básicos que se dan a la vez:

- Personas mayores con la condición de socio que desean mantenerse activos y participan activamente en esta etapa de la vejez.
- Personas mayores con la condición de socio dispuestos a ofrecer sus conocimientos a favor del colectivo de mayores, haciéndose voluntarios
- Nietos de las personas mayores, cuando éstos se encuentran en su papel de cuidadores.

La finalidad de este trabajo de fin de grado es elaborar un proyecto que nos permita en el Centro de Mayores de Alarcón optimizar las habilidades y potencialidades de los mayores de manera que puedan ser compartidas, unos abuelos en su papel de participantes de la actividad, otros en su papel de dinamizadores, con los niños que acuden al mismo.

Es a través del voluntario, dotándole de la formación necesaria y del apoyo suficiente, con una ubicación en tiempo y espacio y con unos contenidos específicos, estaremos en disposición de organizar un conjunto de actividades donde los participantes serán los propios mayores acompañados de sus nietos.

La función de este grupo de voluntarios y de los socios participantes está en la línea de las políticas de envejecimiento activo, de tal manera que mejora la calidad de vida de éstos, fomenta su autonomía personal mejora su integración social y previene la dependencia.

4 OBJETIVOS DEL TRABAJO.

- Analizar el envejecimiento como una etapa más del ciclo vital de cada persona.
- Revisar la legislación internacional, estatal y de la Comunidad de Madrid en torno a la atención y protección dispensada al colectivo de mayores.
- Analizar y mostrar los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid como espacios abiertos de encuentro de las personas mayores, donde se diseñan proyectos destinados a la mejora de la calidad de vida y prevención de la dependencia.
- Analizar las relaciones intergeneracionales como elemento de mejora en la comunicación e intercambio abuelos-nietos
- Promocionar las relaciones intergeneracionales a través de proyectos que potencien la comunicación y el intercambio abuelos- nietos.
- Revisar la importancia de la figura del voluntario dentro de los centros de mayores.
- Explorar la legislación internacional, estatal y de la Comunidad de Madrid vigente en materia de voluntariado.
- Diseñar un proyecto viable de aplicación en centros de mayores que potencien las relaciones intergeneracionales.

5 MARCO TEÓRICO.

A lo largo del siglo XX ha aumentado considerablemente el número de personas mayores en el llamado viejo continente. En Europa, Vázquez Mariscal (2004), presenta como ha ido evolucionando la población y hace una proyección de esperanza de vida, que se presenta en la tabla siguiente:

Tabla nº 1: Población Europea (en millones de habitantes)

Años	2000	2025	2050	Diferencia
Población activa	252	244	211	- 41
Mayores de 65 años	61	86	103	+ 42
Mayores de 80 años	14	24	38	+ 24
Total	376	386	364	- 12
Trabajadores por pensionistas	4,1	2,8	2,1	- 2

Fuente: DECLAN COSTELLO, *Demographic Challenges and Beyond in Europe*.

Toledano (2004) indica cuales son las causas que favorecen el aumento de la esperanza de vida, dando lugar a un envejecimiento progresivo de la población:

- Descenso de la mortalidad generalizado en todas las regiones en distintas etapas de la vida.
- Mejoras sanitarias y de higiene humana
- Aumento del nivel de vida en general
- Una mejor producción alimentaria y procesos en su distribución
- Implantación de políticas de desarrollo más eficaces.

Estas causas, junto con un descenso generalizado de la natalidad que, según el mismo autor, es debido entre otras razones, al descenso de la fecundidad (motivado entre otras

razones por el cambio de concepción del matrimonio, concepto diferente de maternidad, etc.), por la incorporación de la mujer al trabajo, o por la ausencia de políticas de apoyo a las familias, son causas que inciden en el envejecimiento de la población.

5.1 UNA ETAPA MÁS DE LA VIDA: EL ENVEJECIMIENTO.

5.1.1 DISTINTAS CONCEPCIONES.

El concepto de vejez ha ido cambiando a través de los años. Nos encontramos con distintas acepciones para denominar un concepto que en sí, está lleno de diferentes matices: ancianidad, senectud, longevidad, senilidad, antigüedad, chochez, vetustez, decrepitud, envejecimiento, decadencia...

Todas ellas engloban en su definición la llegada del último periodo de la vida del ser humano, y muchas de ellas denotan un concepto negativo, incluso ofensivo; otras, denotan en su concepto estado de salud, y otras un paso más, simplemente, con deseo de continuidad en el tiempo.

En la siguiente cuadro se presentan dichas acepciones encuadradas en sus distintas connotaciones tal y como se ha indicado en el párrafo anterior, con el objetivo de tener una visión global de la diversidad de vocabulario.

CONCEPCIONES DE VEJEZ		
NEGATIVAS/OFENSIVAS	ESTADO DE SALUD	UNA ETAPA MAS
ANTIGÜEDAD	SENILIDAD	ANCIANDAD
VETUSTED	CHOCHEZ	SENECTUD
DECADENCIA	DECREPITUD	VEJEZ
		LONGEVIDAD
		ENVEJECIMIENTO

La definición que da la R.A.E. encierra las diferentes concepciones, así nos encontramos con términos² de **concepción negativa**, como:

ANTIGÜEDAD: calidad de antiguo, que existe desde hace mucho tiempo.

VETUSTEZ: extremadamente viejo y anticuado

DECADENCIA: declinación, menoscabo, principio de debilidad o de ruina

Términos que denotan un **estado de salud deficitario**, como:

SENILIDAD: degeneración progresiva de las facultades físicas y psíquicas debida una alteración de los tejidos.

CHOCHEZ: dicho o hecho de persona que chochea, tener debilitadas las facultades mentales por efecto de la edad.

DECREPITUD: extrema declinación de las facultades físicas, y a veces mentales, por los estragos que causa la vejez.

O términos, que indican **un paso más en la vida**, y en algún caso un paso que puede llegar a dejar huella:

ANCIANIDAD: último periodo de la vida ordinaria de del hombre

SENECTUD: Período de la vida humana que sigue a la madurez.

VEJEZ: Cualidad de viejo. Estado natural de la persona que ha llegado a una edad avanzada.

LONGEVIDAD: cualidad de longevo, largo vivir

ENVEJECIMIENTO: hacer viejo a alguien o algo, durar, permanecer por mucho tiempo.

Es en esta última definición, y en lo que engloban los términos “durar” y “permanecer” donde las políticas de envejecimiento activo ponen su énfasis en la necesidad de crear programas que repercutan positivamente en la sociedad en general.

² www.rae.es. Real Academia Española. Web consultada en diciembre 2013.

5.1.2 ENVEJECIMIENTO: CONCEPTO Y TIPOS.

Hablar de envejecimiento es complejo debido a la amplitud de concepto en sí, y de la imagen o estereotipo que cada uno proyectamos.

Marín (2003) define envejecimiento como el conjunto de cambios morfológicos, funcionales y psicológicos, que el paso del tiempo ocasiona de forma irreversible en los organismos vivos.

La vejez debemos entenderla como una fase más de nuestro ciclo vital con unas características propias, que se presentan de forma progresiva, en función de los diferentes factores individuales como los genéticos/hereditarios y de nuestra actitud ante la vida.

Así mismo, hace una clasificación de envejecimiento atendiendo a tres factores: al factor físico, al factor psicológico y al factor social.

Envejecimiento físico:

Este factor de envejecimiento engloba las modificaciones orgánicas que se producen durante el proceso de envejecimiento y sus repercusiones funcionales derivadas de esas modificaciones. El proceso no es uniforme ya que los órganos de nuestro cuerpo envejecen a ritmos diferentes.

Estos cambios afectan al aspecto físico de la persona, a la postura y a la marcha, a los órganos de los sentidos (vista, gusto, oído, olfato y tacto), al sistema cardiovascular, al sistema nervioso, al sistema endocrino, inmunitario y hematológico y a los aparatos digestivo, respiratorio y genito-urinario.

Envejecimiento psicológico:

Este factor se refiere al perfil psicológico de las personas mayores. Las características psicológicas de la persona mayor van a ser congruentes con su historia personal previa, pero también los mecanismos adaptativos que se establecen ante cambios en su situación física (pérdida de autonomía personal, dependencia) o socio-familiar (jubilación, pérdida de seres queridos, etc.):

- A nivel intelectual: disminuye la actividad psicomotriz, la información que nos llega se procesa a menor velocidad, disminuye considerablemente la memoria a corto plazo, así como empieza a aparecer dificultades a la hora de solucionar problemas complejos.
- Atendiendo a la personalidad, ésta va dando un giro, aumentando el interés por lo propio, alejando lo que resulta extraño, tomando como referente principal el pasado, se tiende a conservar y almacenar cosas y hay una gran resistencia a lo nuevo.

Envejecimiento social:

Este factor tiene en cuenta las circunstancias socio-ambientales que rodean a las personas mayores: cuál es la imagen y el papel de la persona mayor en la sociedad. No se trata solo del rol que la sociedad asigna a la persona mayor sino la propia percepción que ésta tiene de sí mismo.

5.1.3 CAUSAS QUE PROVOCAN EL ENVEJECIMIENTO PROGRESIVO EN LA SOCIEDAD.

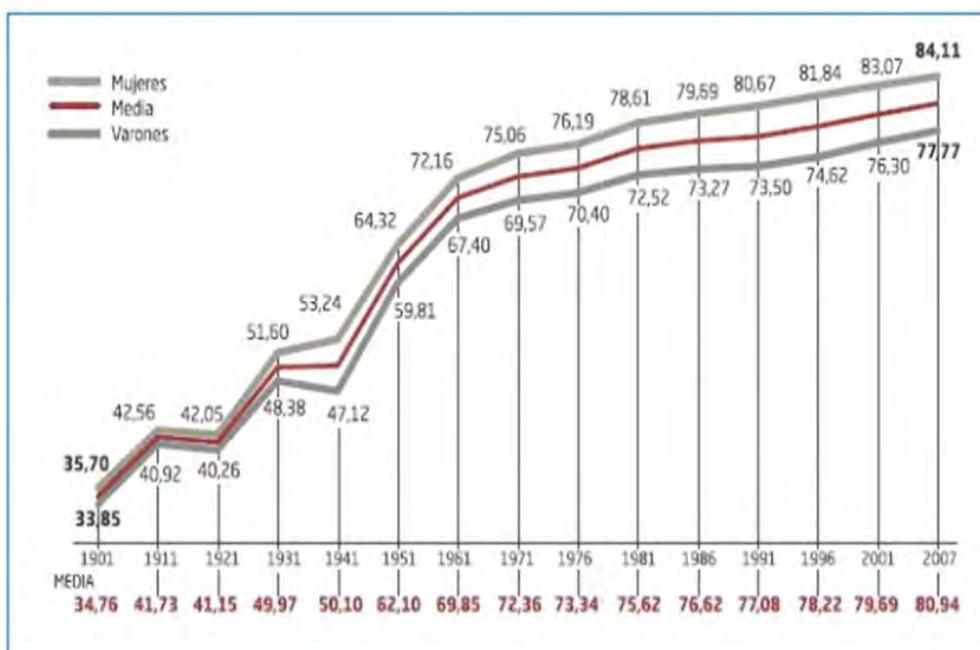
Los factores que determinan el volumen total de la población son el descenso de la **mortalidad** y la baja **natalidad** como consecuencia de un descenso de la fecundidad (Toledano, 2004)

Según indican Cabré, Domingo y Menacho (2002), las mejoras experimentadas en la evolución de la mortalidad de la población española, constituyen uno de los progresos demográficos más relevantes durante el siglo XX en España. Dichas mejoras se traducirán en el aumento del número de supervivientes de cada generación y paralelamente en un crecimiento de la esperanza de vida.

El descenso de la mortalidad junto con la baja natalidad tiene unas consecuencias inmediatas en la sociedad, que se indican en los siguientes gráficos:

- Los datos aportados por el IMSERSO en el 2011 reflejan el aumento de la esperanza de vida. Si en 1901, la media de edad se situaba en torno a los 34 años, en la actualidad, los años que alcanzan a vivir los españoles, se sitúan para la mujer alrededor de los 85 años y para el hombre en 79 años. Esto hecho ha tenido lugar gracias a la mejora de las condiciones sanitarias y socioeconómicas en general, de las que actualmente, todos nos beneficiamos.

Gráfico nº 1: Evolución de la esperanza de vida al nacer en España³

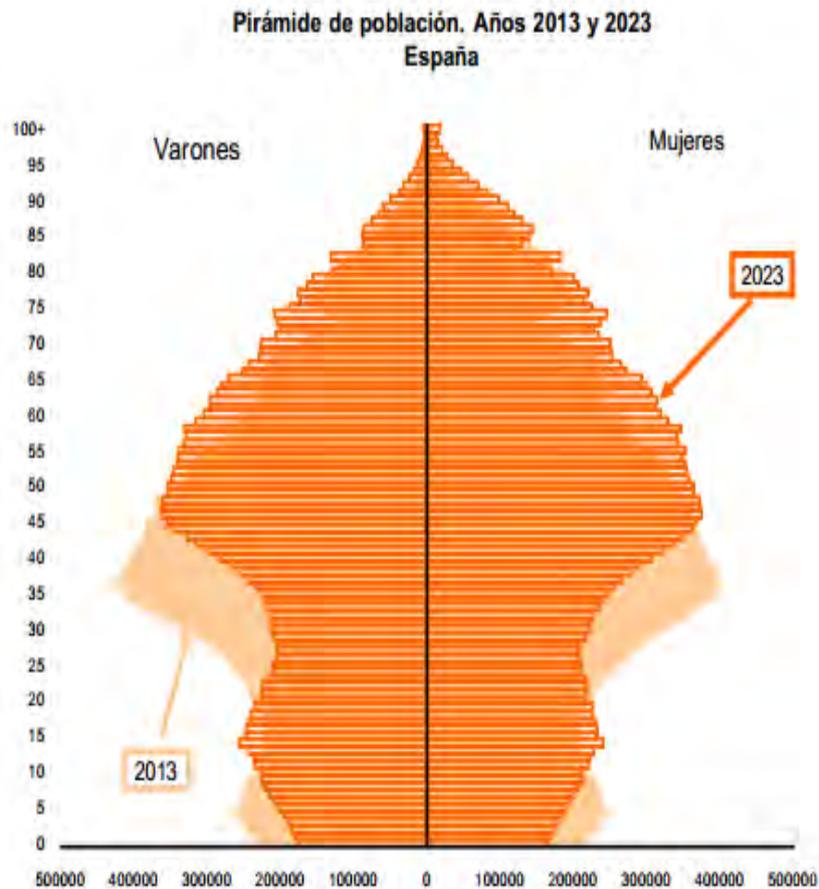


Fuente: Esperanza de Vida al Nacimiento (INE).

- En el gráfico siguiente, los datos aportados por el Instituto Nacional de Estadística del año 2013, muestran una proyección a corto plazo, de la evolución de la población, consecuencia de un descenso de la natalidad y del aumento de la esperanza de vida, que hace que la pirámide poblacional se invierta, provocando un envejecimiento generalizado de la sociedad.

³ Estudio longitudinal Envejecer en España, Proyecto Eles. IMSERSO 2011

Gráfico nº 2: Pirámide de población. INE Proyección de la Población de España a corto plazo 2013–2023



- En los datos aportados por el Instituto Nacional de Estadística, publicada en el año 2013, aporta datos cuantitativos de cómo van disminuyendo los grupos de edad desde los 0 a los 50 años en un intervalo de 10 años, a la vez que aumentan considerablemente los grupos de edad situados entre los 55 y 100 y más años, como se indica en la tabla nº 2.

Tabla nº 2: Población residente en España por grupos de edad. INE. Proyección de la Población de España a Corto Plazo 2013–2023.

Población residente en España por grupos de edad				
Grupos de edad	1 de enero de 2013	1 de enero de 2023	Crecimiento absoluto	Crecimiento relativo (%)
TOTAL	46.704.314	44.082.671	-2.621.643	-5,61
0 a 4 años	2.420.210	1.793.860	-626.350	-25,88
5 a 9 años	2.439.842	2.075.471	-364.371	-14,93
10 a 14 años	2.226.367	2.319.023	92.656	4,16
15 a 19 años	2.165.262	2.359.206	193.943	8,96
20 a 24 años	2.441.495	2.182.609	-258.886	-10,60
25 a 29 años	2.896.322	2.083.180	-813.142	-28,07
30 a 34 años	3.678.896	2.223.411	-1.455.485	-39,56
35 a 39 años	4.072.841	2.560.063	-1.512.778	-37,14
40 a 44 años	3.851.385	3.242.148	-609.238	-15,82
45 a 49 años	3.666.909	3.645.242	-21.667	-0,59
50 a 54 años	3.284.743	3.506.756	222.013	6,76
55 a 59 años	2.795.078	3.358.690	563.612	20,16
60 a 64 años	2.502.569	3.014.860	512.292	20,47
65 a 69 años	2.269.534	2.560.596	291.062	12,82
70 a 74 años	1.714.063	2.239.304	525.240	30,64
75 a 79 años	1.726.300	1.919.420	193.119	11,19
80 a 84 años	1.369.131	1.296.798	-72.333	-5,28
85 a 89 años	791.521	1.018.345	226.824	28,66
90 a 94 años	308.604	514.958	206.354	66,87
95 a 99 años	71.207	145.302	74.095	104,05
100 y más años	12.033	23.428	11.395	94,69

Según la OMS (abril 2012)⁴, en el siglo XX se produjo una revolución de la longevidad. Los datos indican que la esperanza media de vida al nacer ha aumentado alrededor de los 20 años desde 1950 (tabla 1) llegando ahora a 66 años, y se prevé que para 2050 haya aumentado 10 años más.

Tabla nº 3: Esperanza de vida proyectada al nacimiento. 2013-2022⁵. Proyección de Población a corto plazo: 2012-2022. INE.

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Varones	79,55	79,82	80,08	80,34	80,59	80,84	81,09	81,34	81,58	81,81
Mujeres	85,34	85,53	85,72	85,92	86,11	86,30	86,48	86,67	86,86	87,04

Como vemos en esta tabla, sigue aumentando paulatinamente la edad media de esperanza de vida entre las personas mayores.

⁴ Diez datos sobre el envejecimiento de la población. <http://www.who.int/features/factfiles/ageing/es/>
⁵ <http://www.ine.es/jaxi/menu.do?type=pcaxis&path=%2Ft20%2Fp269&file=inebase&L=0>.

La consecuencia primera que se extrae de estos datos es que la población española es una población envejecida y de los datos de las proyecciones para los años venideros se desprende que no se han tomado medidas gubernamentales dirigidas a paliar esta situación, que tendrá sus efectos negativos en un futuro a corto plazo.

Otra consecuencia inmediata es que el colectivo de personas mayores tiene cada vez mayor peso específico en el conjunto de la sociedad.

El día 1 de octubre de 2004 con motivo del Día Internacional del Mayor, el Secretario General de la ONU, Kofi Annan, resaltó la importancia del papel que juegan las personas mayores en las sociedades actuales, denunciando aquellas que ignoran la contribución que pueden hacer los mayores a los jóvenes, así como las que consideran que el mayor es dependiente y necesitado de ayuda por el simple hecho de haber cumplido años. En su deseo de orientar a estos países en vías de desarrollo, donde el futuro de su población es envejecer, con menos recursos a su alcance, cita:

“El desafío será que el envejecimiento no se convierta en una carga para esos países sino que ayude a impulsar su desarrollo mediante actividades para estas personas; es decir, el desafío será ayudar a esos países a que construyan una sociedad intergeneracional”

5.1.4 MARCO LEGISLATIVO.

Tanto a nivel internacional, nacional, o comunitario se han dictado diferentes Leyes, Decretos, Órdenes, Normas o Recomendaciones cuya finalidad principal es la protección del colectivo de personas mayores. Haciendo una búsqueda nos encontramos con la siguiente normativa que ampara dicho colectivo:

NORMATIVA INTERNACIONAL:

Resolución 46/91 de la Asamblea General de las Naciones Unidas de 16 de noviembre de 1991⁶. Alienta a los gobiernos para que introduzcan en sus programas el siguiente principio, siempre que sea posible: *“las personas de edad deberán tener acceso a servicios sociales y jurídicos que les aseguren mayores niveles de autoría, protección y cuidados.”*

Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea⁷. De 7 de diciembre de 2000. Última revisión publicada 1 de enero 2009. En su artículo 25 sobre los derechos de las personas mayores dice: *“La Unión reconoce y respeta el derecho de las personas mayores a llevar una vida digna e independiente y a participar en la vida social y cultural.”*

NORMATIVA ESTATAL:

Orden del Ministerio de Trabajo de 26 de febrero de 1971⁸ creándose el Plan Nacional de Seguridad Social de Asistencia a los Ancianos. Posteriormente se aprobaron el II Plan Gerontológico del Ministerio de Asuntos Sociales en 1993 y el III Plan de Acción Social para las Personas Mayores 2003-2007. Se destacan como objetivos fundamentales:

- ✓ *Poner a disposición de las personas mayores una amplia red de recursos sociales y de servicios de calidad que mejoren sus condiciones de vida.*
- ✓ *Promover la autónoma y la plena participación de las personas mayores, en base a los principios del envejecimiento activo*
- ✓ *Avanzar en las políticas de protección de las personas mayores en situación de dependencia*
- ✓ *Mejorar la imagen social de la vejez y el envejecimiento*

La Constitución Española de 1978⁹ establece en su artículo 50:

“Los poderes públicos garantizarán mediante pensiones adecuadas y periódicamente actualizadas, las suficiencias económicas de los ciudadanos de la tercera edad; así mismo, y

⁶Ejecución de Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento y actividades conexas. http://www.cinu.mx/eventos/46_91.pdf. Consultada en Enero 2014

⁷Carta de los Derechos fundamentales de la Unión Europea. (2000/C 364/01) http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text_es.pdf. Consultada en Enero 2014

⁸ Orden del Ministerio de Trabajo de 26 de febrero de 1971 <https://www.boe.es/boe/dias/1971/03/03/pdfs/A03490-03490.pdf>. Consultada en Enero 2014

⁹ La Constitución Española. <http://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1978-31229>. Consultada en Enero 2014

con independencia de las obligaciones familiares, promoverán su bienestar mediante servicios sociales que atenderán sus problemas específicos de salud”

Ley 39/2006 de 14 de diciembre de PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y ATENCIÓN A LAS PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA¹⁰. Indica en su:

- ✓ **Artículo 3. Principios de la Ley, en los puntos:**
 - f.-La personalización de la atención, teniendo en cuenta de manera especial la situación de quienes requieren de mayor acción positiva como consecuencia de tener mayor grado de discriminación o menor igualdad de oportunidades.*
 - g.-El establecimiento de las medidas adecuadas de prevención, rehabilitación, estímulo social y mental.*
- ✓ **Artículo 15. Catálogo de servicios comprende los servicios sociales de promoción de la autonomía personal y de atención a la dependencia, en los términos que se especifican en este capítulo:**
 - a.-Los servicios de prevención de las situaciones de dependencia y los de promoción de la autonomía personal.*
- ✓ **Artículo 21 de Prevención de las situaciones de dependencia.** Tiene por finalidad prevenir la aparición o el agravamiento de enfermedades o discapacidades y de sus secuelas, mediante el desarrollo coordinado, entre los servicios sociales y de salud, de actuaciones de promoción de condiciones de vida saludables, programas específicos de carácter preventivo y de rehabilitación.

NORMATIVA AUTONÓMICA

La Asamblea de la Comunidad de Madrid aprueba el 4 de junio de 1998 el **Plan de mayores de la Comunidad de Madrid**¹¹.

Dota a la Comunidad de Madrid de un instrumento de planificación a favor de políticas de bienestar social dirigidas a las personas mayores, basadas en las siguientes líneas de actuación:

¹⁰ Ley 39/2006 de la Promoción de la autonomía personal y atención a las personas en situación de dependencia. <http://www.boe.es/boe/dias/2006/12/15/pdfs/A44142-44156.pdf>. Consultada en Enero 2014

¹¹ Plan de Mayores Comunidad de Madrid. Dirección Gral de Servicios Sociales. ISBN 84 451 1490 5.

- Mantenimiento del mayor en su entorno familiar y comunitario
- Alojamiento alternativo y atención especializada
- Desarrollo personal y participación social.

Ley 11/2003¹² de 27 de marzo, de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid, en el Capítulo III sobre las actuaciones del Sistema Público de Servicios Sociales, en su artículo 23 sobre la Atención a Mayores establece entre otros:

Las líneas fundamentales de actuación de los servicios sociales en este sector serán:

- ✓ *Favorecer la atención integral de las necesidades que se plantean en esta etapa de la vida.*
- ✓ *El impulso y la facilitación a través de programas y medidas que permitan a estas personas su aportación a la sociedad, como uno de los mejores instrumentos de su integración social.*
- ✓ *Promover la autonomía de las personas mayores, estimulando el desarrollo de sus habilidades en beneficio de su bienestar físico y psíquico.*
- ✓ *Facilitar el mantenimiento de la persona mayor en su medio, a través de medidas que posibiliten su permanencia en el hogar propio o familiar.*
- ✓ *Disponer la prestación de cuidados personales, en centros de atención diurna o en centros residenciales, destinados a personas mayores en situación de dependencia.*

Hemos hecho un recorrido general por la diferente normativa vigente tanto a nivel internacional, estatal como autonómico, cuyo eje fundamental fuera el colectivo de mayores, llegando a la conclusión que dicho colectivo es objetivo prioritario en las políticas de las diferentes administraciones, tanto en materia de protección, como de participación activa en la sociedad.

¹² Ley 11/2003 de 27 de Marzo de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid. <http://www.madrid.org/wleg/servlet/Servidor?opcion=VerHtml&nmnorma=1749&cdestado=P>. Consultada en Enero 2014

5.1.5 ENVEJECIMIENTO ACTIVO.

En los últimos años, se ha acuñado un nuevo término que engloba una idea avanzada del envejecimiento, y este es el término de envejecimiento activo.

La O.M.S (2002) define envejecimiento activo como “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”.

Según el informe de TFW (The Family Watch. Instituto Internacional de Estudio sobre la familia. 2013) el término activo implica una participación continua de las personas mayores en las distintas actividades, tanto sociales, económicas, culturales, deportivas y de voluntariado. Pretende mejorar la calidad de vida de la personas mayores a medida que van cumpliendo años. La manera de llevar a cabo este objetivo consiste ofrecer a las personas mayores la posibilidad de llevar una vida saludable, participativa y segura. Envejecer es un paso más, una etapa en la vida.

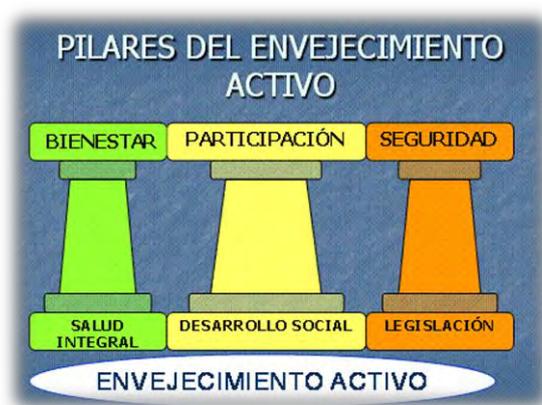
En II Foro Mundial del Envejecimiento, celebrada en Madrid, en Abril de 2002, se estableció el Plan de Acción Internacional, incluyendo como objetivo principal, que las personas, independientemente de la edad, puedan disfrutar de una participación activa en la vida económica, social, cultural y política de sus sociedades. En el artículo 1º de la Declaración cita que: "el potencial de las personas de edad es una base sólida para el desarrollo futuro. Permite a la sociedad recurrir cada vez más a las competencias, la experiencia y la sabiduría que aportan las personas de edad, no sólo para asumir la iniciativa de su propia mejora, sino también para participar activamente en la de toda la sociedad".

En definitiva, se trata de un reto que dé lugar a la promoción de una imagen positiva de las personas mayores, para incrementar su rol activo y que su valor influya en otras generaciones. Tener una visión de las personas mayores como capital social y no como una carga.

Es necesario desarrollar hábitos de vida saludables, tanto físicos como mentales; la formación a través del reconocimiento de capacidades y competencias; la promoción de la igualdad de oportunidades, el fomento de la autoestima y, la participación de las

personas mayores en la sociedad, desde su experiencia, formación, valores, incidiendo en el papel de la familia y la comunidad.

En este mismo foro sobre envejecimiento (Madrid 2002) se establecieron los tres pilares fundamentales básicos para establecer una política encaminada en el envejecimiento activo. Estos pilares son: el bienestar, la participación y la seguridad, de tal manera que exista un equilibrio que permita una vida de calidad en las personas a medida que se hacen mayores.



Estos tres pilares fundamentales se definen como:

BIENESTAR: Este estado no solo engloba ausencia de enfermedad, sino un estado de completo bienestar físico, mental y social. La prevención y la promoción de la salud son programas básicos para mantener una buena política de envejecimiento activo.

PARTICIPACIÓN: Basado en el mantenimiento de actividades. Los mayores deben participar activamente tanto en actividades físicas, mentales, recreativas, etc... que conlleven enriquecimiento personal, como en actividades destinadas al bien social, como el voluntariado, que provoca además de una satisfacción personal, un valor en alza para el resto de la comunidad. Los mayores aportan sus habilidades, capacidades, conocimientos y el resto de la sociedad reconoce su labor y no puede prescindir de ella.

SEGURIDAD: premisa necesaria en cualquier estado de la vida; primordial para en esta última etapa, en donde sentirse seguro repercute directamente en el bienestar y en la

participación. Es necesario desarrollar una legislación en materia de protección y defensa de los derechos de los mayores, abarcando todos los campos (económico, sanitario, social, individual...)

El año 2012 fue declarado *Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional*, y tiene su razón de ser en dar a esta población el papel fundamental que desarrollan en la sociedad en general, y actualmente clave en el sostenimiento económico familiar.



En la Declaración que hace el Consejo de la Unión Europea (Bruselas 2012) ¹³ se dictan distintas orientaciones que han de guiar las políticas dirigidas por los países comunitarios tendentes a la consecución de un modelo basado en el envejecimiento activo y la solidaridad entre las generaciones. Según esta declaración requiere:

- Refuerzo de la cohesión social, la inclusión y la participación.
- Fomento de la participación en el mercado de trabajo mediante actividades de formación y de aprendizaje permanente que facilite la transmisión de conocimientos entre generaciones.
- Reconocimiento de los valores de cada grupo de edad y de su contribución a la sociedad.
- La promoción de la investigación encaminada a mejorar la vida de las personas mayores.
- Fomento de la salud, la prevención y el diagnóstico precoz de enfermedades que lleven a un envejecimiento activo y sano y a una vida independiente.
- Adaptar los sistemas de seguridad social de tal forma que puedan ofrecer pensiones adecuadas que den lugar a vivir dignamente.

¹³http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/principiosenvact_6_2_12.pdf

5.2 **RELACIONES INTERGENERACIONALES.**

5.2.1 **CONCEPTO Y OBJETIVOS.**

5.2.1.1 *CONCEPTO.*

En el III Congreso de Consejo Estatal de Personas Mayores (Mayo 2009), en la Ponencia C sobre Relaciones Intergeneracionales, se define el término **relaciones intergeneracionales** para hablar de relaciones que se dan entre miembros de distintas generaciones independientemente de la edad que tengan. Este término implica necesariamente que las personas, sujetos de esta relación, interactúen.

Durante la última etapa de la vida de una persona se hace indispensable este tipo de relaciones ya que significa que formas parte de una red social, entendida como pertenencia a diferentes grupos de distintas edades. La persona mayor busca en este tipo de relaciones el apoyo de la sociedad.

Las Naciones Unidas reconoce, en la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, celebrada en Madrid en 2002, «la necesidad de fortalecer la solidaridad entre las generaciones y las asociaciones intergeneracionales, teniendo presentes las necesidades particulares de los más mayores y los más jóvenes y de alentar las relaciones solidarias entre generaciones» (Naciones Unidas, 2002: 24).

5.2.1.2 *OBJETIVOS.*

El objetivo fundamental de cualquier intercambio intergeneracional es mejorar la comunicación, intercambiar conocimientos, experiencias y valores entre los jóvenes y los mayores, promover una cohesión social, de tal forma que sea posible una sociedad para todas las edades (Gales, 2008)

Pinazo (2007) apuesta por los beneficios que se obtienen en los colectivos abuelos-nietos durante el desarrollo de los diferentes programas intergeneracionales. Indica una serie de objetivos propios para cada uno de los colectivos. De esta manera podemos hacer la siguiente clasificación:

➤ DIRIGIDOS AL NIÑO

- Facilitar información sobre el envejecimiento y la propia vejez a través de la convivencia diaria.
- Promover los cambios de percepción hacia las personas mayores
- Adquirir un mayor conocimiento de los temas que afectan a las personas mayores
- Aumento del sentimiento de responsabilidad social
- Aprovechar la oportunidad de aprendizaje.

➤ DIRIGIDOS AL MAYOR:

- Proporcionar a la persona mayor un sentimiento de sentirse útil.
- Generar ganas de vivir, rejuvenecer, revitalizarse.
- Mejora de la autoestima.
- Disminuir el sentimiento de soledad y aislamiento
- Desarrollo de la amistad con personas más jóvenes
- Integración en la vida comunitaria
- Oportunidad de seguir aprendiendo.

5.2.2 DIFERENTES TIPOS DE RELACIONES INTERGENERACIONALES.

La familia es el principal punto de apoyo para las personas mayores, es la encargada de prestar a éstos la atención que requieren tanto si tienen problemas de salud, o de otra índole como si sintiéndose arropados o apoyados. La familia da seguridad ya que en sí encierra sentimientos de confianza y prestan el apoyo esencial. Es lo que se denomina arraigo, que equivale a seguridad (Meil 2006)

Castro (2013) hace una clasificación de los diferentes tipos de relaciones intergeneracionales:

- Dentro de la familia
 - Padres – Hijos
 - Abuelos – Nietos
- Fuera de la familia.

En las relaciones que se dan entre abuelos – nietos, esta misma autora indica que los abuelos juegan un papel muy importante dentro de la familia, pues asumen funciones de cuidado de los nietos, creando entre ellos unos fuertes lazos afectivos. La presencia de los abuelos, debido al mayor tiempo de que disponen, provoca en ambos una estrecha relación basada en la confianza, en el aprendizaje a través de la transmisión de experiencias, apoyo mutuo..., etc. muy enriquecedor para las dos generaciones.

Las relaciones que se establecen fuera de la familia son posibles al disponer las personas mayores de tiempo suficiente para poder realizar actividades de forma voluntaria. Este tipo de relación genera un lazo afectivo entre ambos grupos de edad.

5.2.3 BENEFICIOS DE LA RELACIONES INTERGENERACIONALES.

En el III Congreso Estatal de las Personas Mayores (2009) se establece una clasificación y los beneficios que aporta, según los sujetos participantes y una vez que se ha establecido una relación entre personas de diferente edad. Dentro de la clasificación se destacan los siguientes beneficios tanto para las personas mayores como para los niños¹⁴:

BENEFICIOS DE LAS RELACIONES INTERGENERACIONALES PARA LAS PERSONAS MAYORES:

- Los mayores se sienten útiles cuando pueden ayudar en el cuidado de los nietos, ya que descargan de trabajo a los hijos, proporcionándoles mayor tranquilidad (ejemplo, incorporación de la mujer en el mercado laboral, retraso en el inicio de

¹⁴ III Congreso Estatal de las Personas Mayores (2009). <http://imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/relacintergenercnales.pdf>

la guardería, darles la comida en época escolar...). Esta función evita en el mayor soledad, aislamiento o pensamientos negativos.

- Los mayores poseen información actualizada sobre modos de vida, nuevas tecnologías, avances, tendencias. Esto hace que se sientan más vivos, más actuales, por tanto, más juveniles.
- Este tipo de relaciones genera en los mayores una disminución de enfermedades mentales, mejoran su movilidad (necesidad de salir fuera del hogar), aumenta su vitalidad, tienen la oportunidad de aprender, incrementan la autoestima (se sienten útiles-activos). Se hacen más fuertes para afrontar todo tipo de complicaciones.

BENEFICIOS DE LAS RELACIONES INTERGENERACIONALES PARA LOS NIÑOS:

- Los niños se sienten queridos y atendidos, o sea, protegidos. Este beneficio se generaliza a toda la familia, ya que a los padres les proporciona tranquilidad.
- Los niños crecen en un entorno normalizado, la familia, aprendiendo a valorar la figura de los diferentes miembros que la componen. Sienten identidad y pertenencia al grupo familiar.

5.3 VOLUNTARIADO.

Para empezar a hablar de voluntariado, se hace necesario buscar una definición que englobe todas características y requisitos que deba tener la persona voluntaria.

5.3.1 CONCEPTO.

En la Ley 6/1996, de 15 de enero del Voluntariado, define éste como *el conjunto de actividades de interés general, desarrolladas por personas físicas, siempre que las mismas no se realicen en virtud de una relación laboral, funcional, mercantil o cualquier otra retribuida*” (art. 3). Posteriormente, en esta misma ley se establecen los requisitos necesarios y que se verán reflejados en cualquier actuación (subapartados a-d, art.3):

- Que tengan carácter altruista y solidario
- Que su realización sea libre, sin que tengan su causa en una obligación personal o deber jurídico.
- Que se lleven a cabo sin contraprestación económica, sin perjuicio del derecho al reembolso de los gastos que el desempeño de la actividad voluntaria ocasione.
- Que se desarrollen a través de organizaciones privadas o públicas y con arreglo a programas y proyectos concretos.

La ayuda al prójimo con carácter altruista ha sido y será parte esencial de la persona. Esta acción de entrega a los demás se viene dando desde el principio de los tiempos, de forma individual o de manera institucionalizada (Iglesia, ONG’s, asociaciones). No obstante, surge la necesidad de formalizar y regular esta figura, pues es un pilar importante que repercute directamente en la mejora de la sociedad.

Siendo voluntario se colabora en el desarrollo de la comunidad en general, creces como persona, y se llega a comprender mejor la realidad, a las personas que te rodean y a ti mismo.

5.3.2 DERECHOS Y DEBERES.

Como en cualquier actividad ejercida, cualquier prestación de servicio o en el ejercicio de las funciones encomendadas, toda persona tiene unos derechos que le amparan y unos deberes que cumplir, ambos puntales fundamentales de las relaciones que se establezcan. En el Portal del Voluntariado de la Comunidad de Madrid, se indican de forma resumida los derechos y deberes que se relacionan en el art.6 de la Ley 6/1996.

Son **derechos** de los voluntarios:

- Recibir información, formación, orientación y apoyo a cargo de la entidad en la que colaboren
- Tener un seguro, o sea ser asegurados contra el riesgo de accidente y enfermedad siempre que ésta sea derivada de su actividad voluntaria
- Ser reintegrados los gastos originados durante el desempeño de su actividad como voluntario.

Son **deberes** de los voluntarios:

- Cumplir con los requisitos que se indican desde las instituciones u organizaciones donde se va a ejercer la labor propiamente dicha.
- Es altruista, por lo que se debe rechazar cualquier contraprestación material.
- Actuar siempre de forma diligente y solidaria.

5.3.3 MARCO LEGISLATIVO.

El voluntariado es una manera de entender la vida participando y aportando lo que cada uno desea para vivirla de una forma más satisfactoria. Muy extendido en el mundo, este fenómeno participa activamente en todas las áreas que inciden directamente en el denominado estado de bienestar. Las administraciones públicas no pueden ser indiferentes a este hecho y se hace necesaria su regulación para evitar el intrusismo, la mala práctica, protección del voluntario, etc.

NORMATIVA INTERNACIONAL:

Resolución 40/212, de 17 de diciembre de 1985, de la Asamblea General de Naciones Unidas, en el que reconoce la necesidad de estimular la labor de los voluntarios y animarles a prestar sus servicios. Se fija como “Día Internacional de Voluntariado por un Desarrollo Económico y Social, el 5 de diciembre.

Carta Social Europea, de 18 de octubre de 1961, en su artículo 14.2, Derecho a los beneficios de los servicios sociales, propone a los países firmantes a estimular a los individuos para que participen en organizaciones benéficas para el mantenimiento de éstos.

Resolución de 16/XII/1983, del Parlamento Europeo sobre el Voluntariado, reconoce la importancia y las posibilidades del trabajo voluntario en los países de la Unión Europea, indicando que deben de crearse las infraestructuras necesarias para llevar a cabo esta actividad.

Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, de 7 de diciembre de 2000, cuya última revisión se publicó el 1 de enero de 2009, en su artículo 25, sobre los derechos de las personas mayores indica que “la Unión reconoce y respeta el derecho de las personas mayores a llevar una vida independiente y a participar en la vida social y cultural”

NORMATIVA ESTATAL:

La Constitución Española de 1978, en su artículo 9.2 impone a los poderes públicos facilitar la participación de todos los ciudadanos en la vida social, y sienta las bases para el desarrollo del voluntariado, garantizando los derechos de reunión, asociación y participación en asuntos públicos.

Ley 6/1996, de 15 de enero, del Voluntariado en España¹⁵, publicada en el BOE el 17 de enero de 1996, indica que el Estado necesita de la responsabilidad de sus ciudadanos y que éstos reclaman un papel más activo en la solución de los problemas que les afectan. En esta ley, el Estado pretende garantizar la libertad de los ciudadanos a

¹⁵ BOE nº 15 de 1996, del 17 de enero

expresar su compromiso solidario, promover e impulsar la acción voluntaria en sus diferentes modalidades y respetar la distribución de competencias a nivel autonómico.

Orden del Ministerio de Trabajo de 26 de febrero de 1971 en el que se crea el Plan Nacional de Seguridad Social de Asistencia a los Ancianos. Posteriormente se aprobaron el II Plan Gerontológico del Ministerio de Asuntos Sociales en 1993 y el III Plan de Acción Social para las Personas Mayores 2003-2007. En este último Plan hay que destacar como objetivos fundamentales:

- Poner a disposición de las personas mayores una amplia red de recursos sociales y de servicios de calidad que mejoren sus condiciones de vida.
- Promover la autónoma y la plena participación de las personas mayores, en base a los principios del envejecimiento activo.
- Avanzar en las políticas de protección de las personas mayores en situación de dependencia.
- Mejorar la imagen social de la vejez y el envejecimiento.

NORMATIVA AUTONÓMICA DE LA COMUNIDAD DE MADRID:

Ley 3/1994, de 19 de mayo, del Voluntariado Social en la Comunidad de Madrid¹⁶:

Se sustenta en la idea de que como ciudadanos somos nuestros propios agentes protagonistas de la dinámica social. Para fundamentarse, reconoce como principios básicos: la labor del voluntario y como implica en la sociedad, que hay que favorecer el voluntariado en los Servicios Sociales, regular sus funciones en las diferentes actuaciones, impedir que el voluntariado sea una relación laboral encubierta, garantizar los servicios prestados por los voluntarios y establecer dicha colaboración y por último, regular el destino de las subvenciones públicas dirigidas a programas de voluntariado.

Ley 11/2003 de 27 de marzo, de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid, en el Capítulo III sobre las actuaciones del Sistema Público de Servicios Sociales, en su

¹⁶ BOCM de 24 de mayo de 1994. Consultada en diciembre de 2013 https://www.aecc.es/Voluntarios/Teinteresa/Documents/Leyes%20Auton%C3%B3micas/ley_3_1994_voluntariado%20Madrid.pdf

artículo 23 sobre la atención a mayores, establece las líneas fundamentales de actuación en este sector. Entre ellas destacar:

- El impulso y la facilitación a través de programas y medidas que permitan a estas personas su aportación a la sociedad, como uno de los mejores instrumentos de su integración social.
- Promover la autonomía de las personas mayores, estimulando el desarrollo de sus habilidades en beneficio de su bienestar físico y psíquico.

5.3.4 TIPOS DE VOLUNTARIADO.

Existen diferentes clasificaciones de tipos y formas de voluntariado. Siguiendo la clasificación realizada por García-Rincón (2003), aunque extensa, engloba de forma detallada todo tipo de voluntariado. La denominación de las distintas formas de voluntariado atiende a las siguientes divisiones:

Según la involucración en una organización:

- Voluntariado formal: el voluntario realiza su función dentro del marco de una entidad constituida.
- Voluntariado informal: el voluntario realiza su función sin el apoyo de una asociación o fundación que lo ampare, o sea, no ejerce su función a través de una organización constituida legalmente.

Según el nivel ocupado por el voluntariado en la organización:

- Voluntariado de base: voluntarios implicados en la ejecución de una actividad de manera directa.
- Voluntariado como responsable: persona que coordina a un grupo de voluntariado y/o se responsabilizan de un proyecto.

- Voluntariado de cargo: persona que toma decisiones en una organización a través de un cargo en un órgano de gobierno.

Según el tiempo dedicado al proyecto:

- Voluntariado puntual: el voluntario ejerce su función durante unas horas o días.
- Voluntariado en vacaciones: el voluntario ejerce su función durante el período de sus vacaciones.
- Voluntariado continuado: el voluntario ejerce su función adquiriendo un compromiso habitual con la organización que le respalda.

Tipos de voluntariado de perfiles menos habituales:

- Voluntariado de menores: son menores de 18 años los que quieren ejercer la actividad voluntaria.
- Voluntariado en familia: se da la posibilidad de colaboración a personas con cargas familiares, de tal modo que se intenta mejorar los lazos familiares a la vez que se sensibiliza al resto de miembros de la familia, sobre todo los menores.
- Voluntariado de mayores: cuyo fin principal es promover un envejecimiento activo y que los conocimientos y experiencias que tienen nuestros mayores sean compartidos.
- Voluntariado experto: voluntario con un alto nivel de conocimiento cuyo fin principal es asesorar sobre una temática propia.
- Voluntario corporativo: la organización promueve este tipo de voluntariado con su propia plantilla y promueve la involucración de éstas en diferentes proyectos.
- Voluntariado “embajador”: el objetivo principal es aprovechar la imagen de una persona famosa para dar publicidad de un proyecto.

Según la actividad realizada:

- Voluntariado pedagógico: el voluntario ejerce su voluntariado en un proyecto educativo.

- Ciber-voluntario: la persona voluntaria participa en un proyecto de acercamiento al uso de las nuevas tecnologías.
- Voluntariado en ocio y tiempo libre: su labor consiste en la participación en actividades lúdicas con el colectivo elegido.
- Voluntariado en sensibilización: el voluntario tiene como objetivo principal concienciar a la población de una causa concreta o de la situación de un colectivo concreto.
- Tareas de apoyo en gestión: su tarea se realiza apoyando en tareas administrativas, como la búsqueda de recursos, trámites burocráticos...
- Voluntariado intelectual: la persona voluntaria es capaz de asesorar a una persona, grupo de personas u organización sobre cómo mejorar un proyecto en el que estén implicados.
- Voluntariado para la acogida temporal: una persona o familia acoge en su propia casa a una persona.
- Voluntariado en apoyo emocional: el voluntario es un punto de apoyo para personas que sufren una situación difícil.
- Voluntariado en deporte por la inclusión: el voluntario participa en un proyecto concreto que utiliza el deporte como camino para mejorar la situación de un colectivo excluido.
- Voluntariado como “delegado tutelar”: el voluntario ejerce de representante y apoya a una persona incapacitada legalmente.

Atendiendo a estas clasificaciones, el **perfil del voluntario** que buscamos para poner en práctica el proyecto a desarrollar, va dirigido a voluntarios que compartan con los nietos sus habilidades sería: un voluntario **formal**, ya que está respaldado por una organización legalmente constituida; **de base**, porque se implica directamente en una actividad concreta; **dedicado al colectivo de los mayores**; **pedagógico** ya que ejerce su función dentro de un proyecto educativo, **de sensibilización** porque pretende concienciar al colectivo de la necesidad de sentirse y ser activo en la sociedad; e **intelectual** porque el voluntario es conocedor de lo que va a impartir, es especialista, tanto por experiencia profesional como por conocimientos adquiridos.

5.3.5 TAREAS DE VOLUNTARIADO.

En París en 1990, en el Congreso Mundial “Live90”¹⁷, se reúnen los voluntarios por iniciativa del IAVE (Asociación Internacional de Esfuerzos Voluntarios) para elaborar una Declaración Universal sobre el voluntariado. En esta declaración se dictan los principios básicos fundamentales que deben regir los actos del voluntariado.

Estos principios básicos se resumen en: reconocimiento al derecho de asociación del ser humano; respeto a la dignidad y a la cultura; ofrecimiento de ayuda desinteresada; prestar atención a las necesidades y propiciar soluciones; estimular la responsabilidad y solidaridad; entender el voluntariado como un elemento de desarrollo personal, ser un miembro activo.

Teniendo en cuenta estos principios, las tareas del voluntario serían:

- Estimular el compromiso de cada persona como voluntario con el fin de llegar a un movimiento colectivo.
- Apoyar activamente a su asociación adhiriéndose a su funcionamiento en general.
- Comprometerse a realizar el voluntariado de acuerdo a sus aptitudes dentro de las responsabilidades aceptadas
- Cooperar con los miembros de su asociación.
- Aceptar la formación necesaria
- Trabajar con ética en el cumplimiento de sus funciones

La tarea principal del voluntario se plantea como una acción en y para la comunidad con la vista puesta en los objetivos principales de la prevención, la promoción, la acogida y la reinserción social.

En el proyecto a desarrollar el voluntariado es una acción social, altruista, en la que éste pone al servicio de los demás su capacidad de trabajo, su tiempo con el fin de impulsar la participación de las diferentes personas mayores y fomentar valores tan importantes como la solidaridad, el compromiso y la ayuda.

¹⁷ Declaración Universal sobre el voluntariado de 1990.
<http://www.iniciativasocial.net/declaracion1990.htm>

Las áreas de trabajo en donde los voluntarios deben encuadrar las tareas a realizar quedan recogidas en la Ley 6/1996 del Voluntariado, del 15 de enero y son de tipo asistencial, de servicios sociales, cívicas, educativas, culturales, científicas, deportivas, sanitarias, de cooperación al desarrollo, de defensa del medio ambiente, de defensa de la economía o de la investigación y de desarrollo de la vida asociativa, de promoción del voluntariado, o cualesquiera otras de naturaleza análoga.

Las tareas que deben realizar este colectivo de mayores voluntarios dentro del proyecto a desarrollar posteriormente, serían entre otras:

- Fomento de encuentros y contactos intergeneracionales.
- Facilitación en el establecimiento de lazos y relaciones con el entorno.
- Animación y dinamización de diferentes actividades como talleres, exposiciones, coloquios, conferencias, salidas culturales, etc.
- Motivar y reforzar el encuentro abuelos-nietos.

5.3.6 FORMACIÓN.

La Comunidad de Madrid, como organización responsable del voluntariado social que se fomenta en sus Centros de Mayores, es la organizadora de los talleres de habilidades sociales necesarios para aquellos voluntarios que van a ejercer su labor en sus instalaciones, ya que una adecuada información y formación garantiza la adquisición de las herramientas precisas para saber dar respuesta a las diversas situaciones que la acción voluntaria plantea en el día a día y es además un derecho de todas aquellas personas que realizan acciones desinteresadas en beneficio de su comunidad, como se garantiza en la Ley 6/1996, de 15 de enero, del Voluntariado.

La Comunidad de Madrid facilita a los ciudadanos interesados diferentes alternativas de formación:

- FORMACIÓN A DISTANCIA

A través de la Escuela de Voluntariado, se ofrece una serie de cursos adecuados para el área de actuación elegida. En el proyecto a desarrollar a continuación, el área de trabajo

son las personas mayores, no obstante deberá adquirir una formación básica. De entre los cursos a solicitar serán básicos como formación elemental los siguientes¹⁸:

- Curso web formación básica en voluntariado
- Curso web voluntariado con mayores
- Curso web cómo crear una actividad formativa en nuestra entidad.

Cada uno de los cursos contiene documentación y cuestionarios de evaluación.

▪ FORMACIÓN PRESENCIAL

Esta formación se imparte desde el área de lo social y está dividida en tres tipos de contenidos: por un lado, la formación básica, por otro lado la formación en habilidades y finalmente, la formación propia de las áreas de trabajo.

▪ FORMACIÓN ADICIONAL

Asimismo se utilizarán los recursos propios de los centros de mayores, por lo que se formarán los grupos necesarios para poder impartir los talleres de Habilidades Sociales, que desde el proyecto Gente 3.0 de Fundación la Caixa, ponen a nuestra disposición. El taller de Habilidades Sociales y de Participación intenta inculcar a los voluntarios participantes, de habilidades con el comportamiento y las emociones de las personas, que les permitan mejorar sus relaciones con los demás. De esta forma se pretende que las relaciones interpersonales se mejoren en todos los sentidos (la capacidad de relacionarse, de hacerse entender).

A lo largo del taller se abordarán los siguientes temas: habilidades sociales y de comunicación (asertividad fundamentalmente), la autoestima, la inteligencia emocional, la participación social del mayor y el voluntariado en general

¹⁸http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1354243268012&language=es&pagename=PortalVoluntariado%2FPágina%2FPVOL_contenidoFinal. Consultado en noviembre de 2013

5.4 CONTEXTO DE INTERVENCIÓN PROFESIONAL. LOS CENTROS DE MAYORES DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

5.4.1 CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS CENTROS DE MAYORES.

En el Reglamento de los Centros de Día para Personas Mayores de la Comunidad de Madrid publicado en el BOCM el 4 de marzo de 1998, en el artículo 2 se definen los Centros de Mayores como establecimientos públicos no residenciales, destinado fundamentalmente a promover la convivencia de las personas mayores de un determinado ámbito territorial, y el apoyo preventivo de la marginación mediante la organización de las actividades para la ocupación del tiempo libre, el ocio y la cultura, y a informar sobre el acceso a servicios sociales y/o sanitarios.

En la Carta Marco de Servicios de los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid, Resolución de 31 de mayo del 2011 del Gerente del Servicio Regional de Bienestar Social, publicada en el BOCM el 14 de julio de 2011, se indica que estos Centros de Mayores se ofrecen Programas cuyo objetivo fundamental es la mejora de la calidad de vida y prevención de la dependencia, con el fin de mantener una buena salud, mejora de la autonomía personal y seguir siendo útiles a la familia y a la comunidad. En este programa se engloban varios grupos de actividad:

- El fomento de vida autónoma y el desarrollo personal
- La mejora de habilidades manuales y artesanales
- El ocio y tiempo libre
- La promoción de la salud y físicas preventivas
- El impulso de actividades artísticas y culturales
- El encuentro intergeneracional y de voluntariado.

Es aquí donde el voluntariado encuentra su razón de ser. Se trata que los mismos socios de los Centros de Mayores se comprometan con y para los socios del centro correspondiente.

5.4.2 DATOS ACTUALES DE LOS CENTROS DE MAYORES Y UBICACIÓN

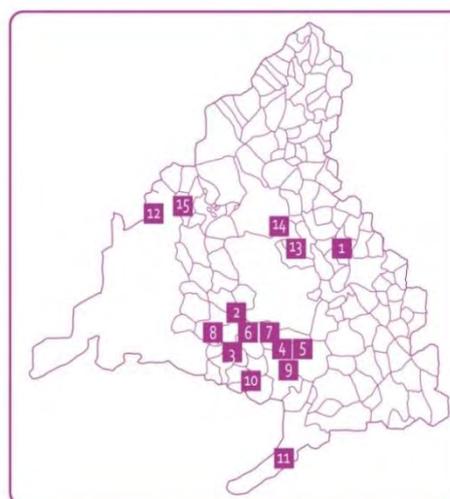
La Comunidad de Madrid, a través del Servicio Regional de Bienestar Social gestiona un total de 32 Centros de Mayores.

Se puede observar en el mapa adjunto la localización exacta donde está situado cada uno de los Centros y el nombre, que generalmente coincide con la localidad, barrio o calle donde se encuentran ubicados.

Gráfico nº 3: Mapa de situación de los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid.

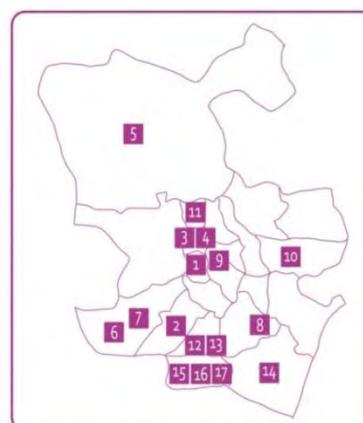
Fuente: Carta Marco de Servicios de los Centros de Mayores.

Centros de Mayores



Localidad	Centro
1	Alcalá de Henares
2	Alcorcón
3	Fuenlabrada
4	Getafe
5	Getafe
6	Leganes
7	Leganes
8	Móstoles
9	Parla
10	Pinto
11	Aranjuez
12	S. Lorenzo de El Escorial
13	S. Sebastián de los Reyes
14	Tres Cantos
15	Villalba

Distrito	Centro
1	Centro
2	Carabanchel
3	Chamberí
4	Chamberí
5	Fuencarral
6	Latina
7	Latina
8	Puente de Vallecas
9	Salamanca
10	San Blas
11	Tetuán
12	Usera
13	Usera
14	Villa de Vallecas
15	Villaverde
16	Villaverde
17	Villaverde



En Madrid Capital se encuentran localizados 17 centros, mayoritariamente situados en la zona centro y zona sur de la capital.

Los 15 centros restantes se sitúan principalmente en localidades del área metropolitana de Madrid, principalmente en los de mayor número de habitantes.

Atendiendo a los datos que año tras años nos facilitan desde el Departamento de Coordinación de Centros de Mayores del Servicio Regional de Bienestar Social, a fecha 31 de diciembre de 2013, hay un total de 347.491 socios dados de alta en la base de datos de los Centros de Mayores (Base de Datos MAYO), de los cuales el 1,04% son menores de 60 años (el requisito de edad no es obligado para el cónyuge o pareja de hecho de la persona solicitante) y el 6,56% son mayores de 90 años. En la franja de los 65 a los 85 años se encuentra situado el mayor número de socios, llegando al 74,45% de la totalidad. Una amplia franja de edad, de 20 años, en la que los socios acuden a los Centros de Mayores buscando alternativas de ocio para ocupar su tiempo libre.

En la siguiente tabla se expresan los datos totales, en cifras, de los socios de los centros de mayores ordenados por grupos de edad (por periodos de 5 años).

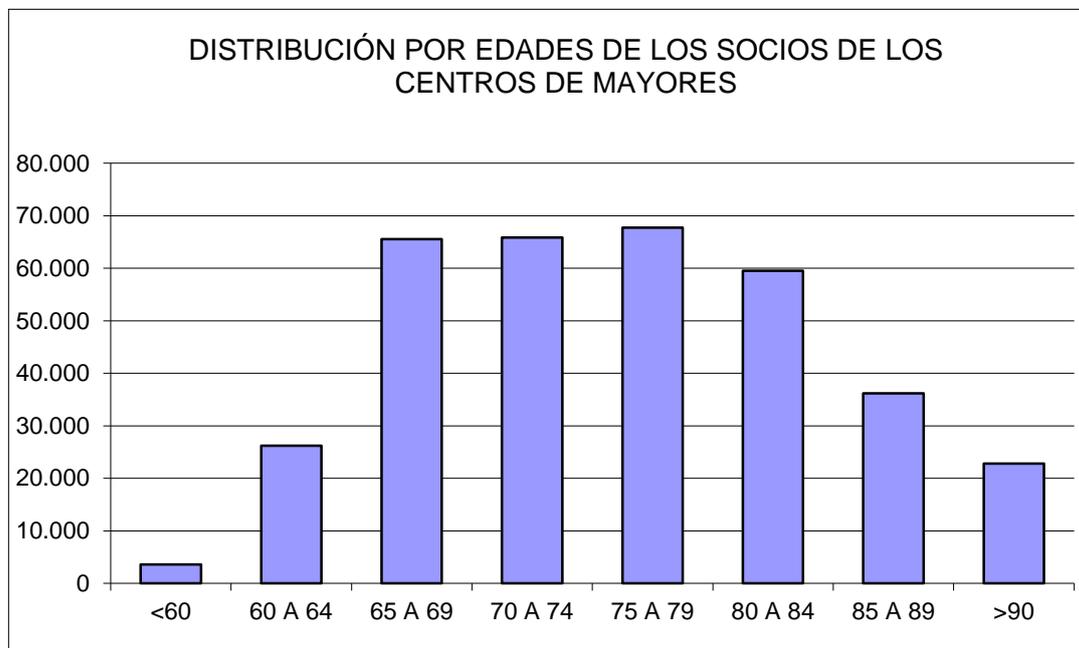
Tabla nº 4: Número total de socios en Centros de Mayores atendiendo a la variable edad.

Fuente: Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social

CENTRO	SOCIOS	<60	%	60 A 64	%	65 A 69	%	70 A 74	%	75 A 79	%	80 A 84	%	85 A 89	%	>90	%
TOTAL	347.491	3.602	1,04	26.201	7,54	65.574	18,87	65.845	18,95	67.736	19,49	59.562	17,14	36.184	10,41	22.787	6,56

En el gráfico de barras siguiente, se indican los mismos datos de la tabla anterior: Se observan los grupos quinquenales de mayor ocupación y su rápido descenso:

Gráfico n° 4: Socios de Centros de Mayores. Distribución por Edades. Fuente: Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social



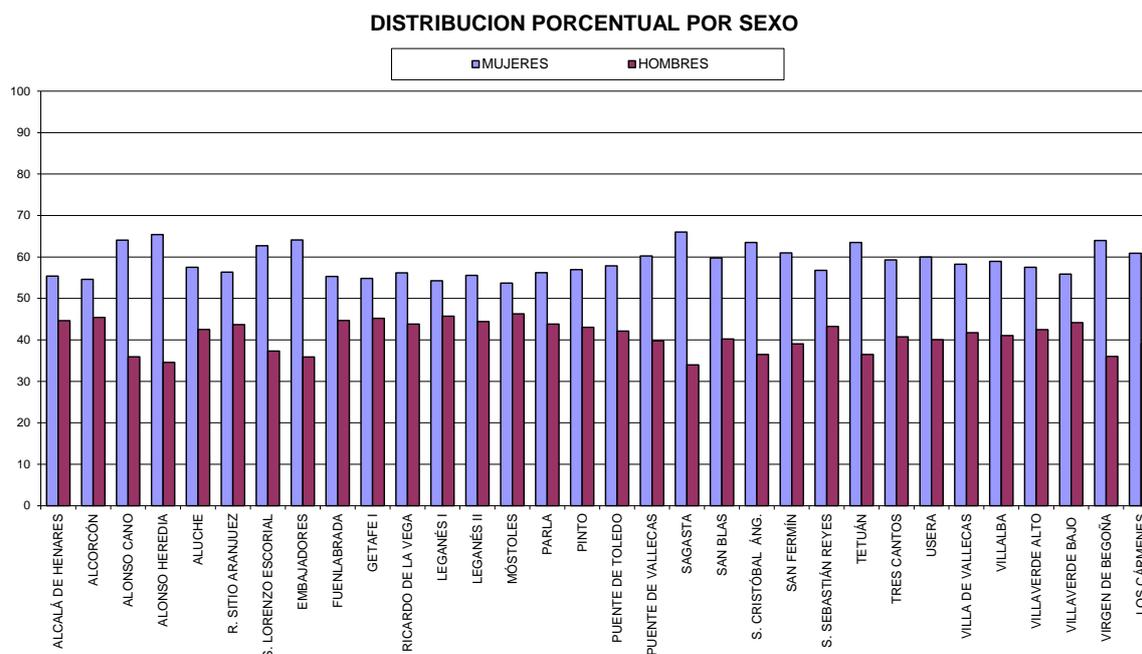
Otra variable a tener en cuenta en los centros de mayores es la diferencia de número de socios teniendo en cuenta la variable sexo, en donde se puede observar que las mujeres tienen mayor representación que los hombres. Atendiendo a los datos, que la misma fuente nos ofrece, podemos concluir que el número de mujeres que se asocian o permanecen durante más años en los Centros de Mayores es superior a la de los hombres (en un 58% frente a un 42%) y que esto es debido a dos razones fundamentales: la primera, que la esperanza de vida de las mujeres es mayor que la de los hombres; y la segunda, la mujer en esta edad es más activa, muestra mayor inquietud, necesita seguir aprendiendo y ocupar de manera efectiva su tiempo de ocio:

Gráfico nº 5: Socios Centros de Mayores. Distribución por sexo. Fuente: Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social.



En el siguiente gráfico se distribuyen los datos totales atendiendo a la variable sexo en cada uno de los centros de mayores. Podemos observar que se sigue la misma pauta en cada centro que la que rige en el gráfico general. En todos los centros el número de mujeres es mas elevado que el número de hombres.

Gráfico nº 6: Socios Centros de Mayores. Distribución por sexo y por Centro. Fuente: Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social.



En el siguiente gráfico, con los datos obtenidos por la misma fuente, se ha hecho la distribución de los socios en cada uno de los centros atendiendo a la variable edad (media de edad en cada centro).

La diferencia que existe en el dato de “edad media” de los centros de mayores situados en Madrid capital y los centros situados en el área metropolitana, concretamente en las llamadas ciudad dormitorio (Núcleo con características urbanas, cuyo funcionamiento es independiente, municipio propio habitualmente, en el que buena parte de su población trabaja en otra ciudad más o menos próxima, por lo que “únicamente” acude a dormir a su ciudad. Suelen acoger a población procedente de núcleos congestionados donde la calidad de vida es menor. Definición del Glosario de Términos Geográficos), se debe a la búsqueda de vivienda más barata que en Madrid capital.

Gráfico nº 7: Socios Centros de Mayores. Distribución por Centros. Edad Media.

Fuente:

Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social.

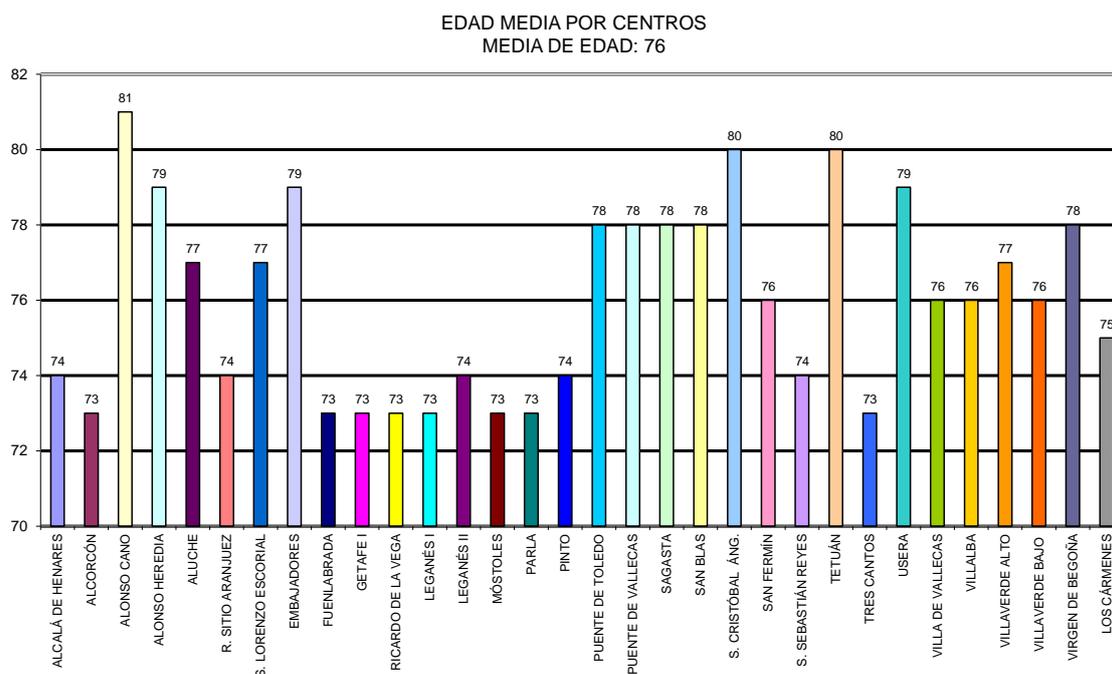




Foto Puerta Principal CM Alcorcón: Elaboración propia. Marzo 2011

Dispone de un excelente servicio de transporte público que le permite una buena comunicación con el propio municipio de Alcorcón, resto de municipios cercanos y con Madrid Capital. Se dispone de los siguientes servicios:



LÍNEA 12: METRO SUR. PARQUE LISBOA.



LÍNEA 511 – 514 (PRÍNCIPE PIO) 520 (MÓSTOLES) 450 (LEGANÉS-GETAFE)



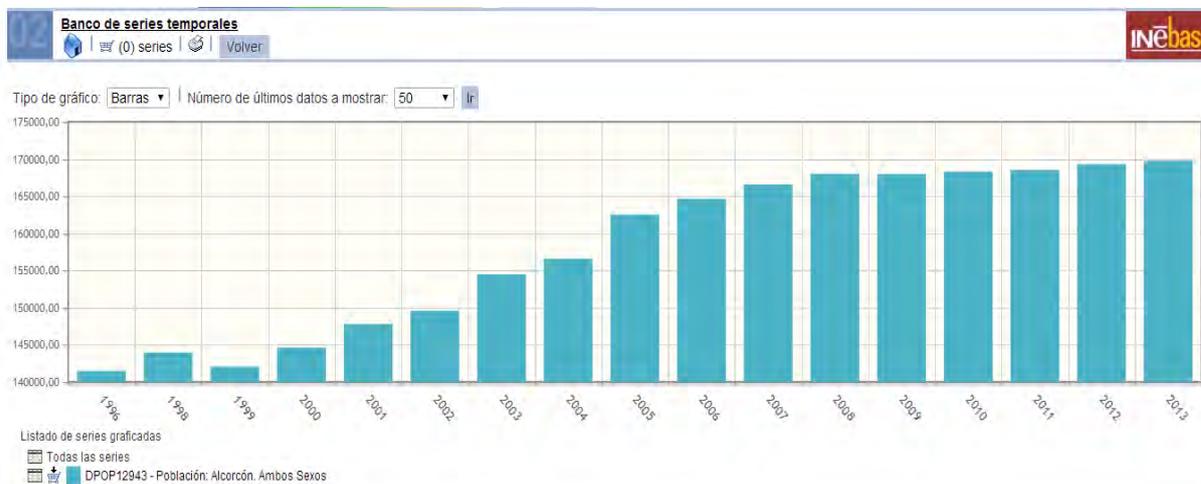
CERCANÍAS RENFE. LÍNEA C5. SAN JOSÉ DE VALDERAS.

Enlazando con el punto anterior nos encontramos que en el Área metropolitana de Madrid, Alcorcón es uno de los ejemplos más importantes en cuanto a la formación de una ciudad dormitorio, cuyo proceso partió en la década de 1960. Hoy, con 170.000 habitantes, se ha convertido en un centro de servicios. El Alcorcón actual debe gran parte de su fisonomía social y urbanística al espectacular crecimiento demográfico de los años 60. En 1955 tenía censados 1.370 habitantes. En 1975 eran 112.616. Hoy es la sexta ciudad de la Comunidad de Madrid, con 169.773 habitantes (Instituto Nacional de Estadística año 2013).

En el siguiente gráfico se indica el crecimiento de la población de Alcorcón desde el año 1996, donde podemos observar como la población creció progresivamente desde el año 1999, y como desde el 2013, aunque existe un ligero crecimiento, la población se mantiene estable.

Gráfico nº 8: Evolución de la población. Número de habitantes en Alorcón. Fuente Instituto Nacional de Estadística. Población de Alorcón ambos sexos

(<http://www.ine.es/consul/serie.do?s=6-12943&c=2&nult=50>)



En la siguiente tabla podemos observar como del número total de habitantes (169.773) del municipio de Alorcón, 41.008 habitantes de ambos sexos tienen más de 60 años. Este total, se presenta distribuido en grupos quinquenales, atendiendo a la variable de sexo.

Tabla nº 5: Población de Alorcón. Ambos sexos. Mayor de 60 años.

Estadística del Padrón Continuo a 1 de enero de 2013. Datos por municipios

00.- Nacional

Población por sexo, municipios y edad (grupos quinquenales).

Unidades: personas

	Total	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89
Ambos sexos							
28007-Alorcón	41008	10931	11922	7717	5396	3211	1831
Hombres							
28007-Alorcón	18486	4763	5498	3761	2505	1351	608
Mujeres							
28007-Alorcón	22522	6168	6424	3956	2891	1860	1223

Fuente: Instituto Nacional de Estadística

En la tabla siguiente y atendiendo a los datos recibidos desde el servicio de Coordinación de Centros, observamos que de los 41.008 personas mayores de 60 años del municipio de Alcorcón, 22.914 personas se encuentran asociados a este centro, lo que supone un porcentaje superior al 50% de los mayores del municipio. También se desprende de los datos, que predomina el acceso de la mujer al centro frente al hombre (un 54% frente a un 45%), así como el dato de edad media, que le sitúa entre los más bajos de toda la Comunidad.

Tabla nº 6: Datos correspondientes al Centro de Mayores de Alcorcón. Fuente: Memoria de actividades y servicios. Año 2013. Coordinación de Centros, Servicio Regional de Bienestar Social.

BASE DE DATOS DEL S.R.B.S. DE LOS CENTROS DE MAYORES A 31.12.13						
CENTRO	Nº SOCIOS	MUJERES	% M	HOMBRES	% H	edad media
ALCORCÓN	22.914	12.511	54,60	10.403	45,40	73

5.4.3.2 OBJETIVOS.

Los objetivos de los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid y por tanto del Centro de Mayores de Alcorcón en particular, según se indican en los Planes y Actuaciones del Servicios Regional de Bienestar Social son los siguientes:

- **Fomentar la vida activa y el desarrollo personal de los socios**

En este apartado se engloban actividades orientadas a que las personas mayores obtengan un buen nivel de autonomía y bienestar individual. Se trata de evitar situaciones de soledad, ofreciendo el acceso a talleres tanto de formación como de conocimiento. Lo que se pretende es desarrollar actitudes positivas y habilidades necesarias y suficientes para afrontar la etapa de jubilación en la que no vemos inmersos e incluso poder llevar a cabo aficiones hasta entonces “aparcadas” como la pintura, la poesía, el teatro, rondalla, coral...etc., una enorme variedad de talleres.

- **Promover la convivencia, el ocio, el tiempo libre y la participación de los mayores en la vida del centro y en el ámbito de su comunidad**

En este apartado se engloban las actividades necesarias para favorecer la actitud de los mayores a través de nuevas maneras de relacionarse. Se ofertan todo tipo de participación con la comunidad, entendida como conjunto de sociedad cercano mediante participaciones recreativas en todo tipo de actos, participaciones solidarias e intercambio intergeneracional, dando a conocer los valores, las habilidades, vivencias, inquietudes, a los más jóvenes.

- **Apoyar iniciativas para el mantenimiento de una vida sana y la prevención de grados de dependencia.**

En este apartado se engloban actividades orientadas a mostrar formas de vida que lleven a lograr una vejez saludable, o sea prevenir la dependencia. Fomentar la salud y la autonomía personal a través de talleres que den información de cómo vivir esta última etapa de la vida, adquiriendo hábitos saludables.

5.4.3.3 *ACTIVIDADES*

En el Centro de Mayores de Alorcón impartimos una serie de cursos y talleres dirigidos básicamente a poner en marcha lo indicado en los objetivos anteriormente descritos. Estos cursos y talleres se engloban en tres grupos:

- Cursos impartidos por empresas contratadas por el S.R.B.S
- Cursos, talleres y aficiones grupales impartidos o desarrollados por voluntarios.
- Cursos y talleres impartidos por otras entidades

Estos cursos quedan distribuidos según se indican en las tablas siguientes (Tablas de elaboración propia, basadas en las estadísticas presentadas en Marzo de 2014 a Coordinación de Centros del SRBS):

Tabla nº 7: Cursos, talleres y aficiones grupales impartidos o desarrollados por voluntarios. Número de participantes en dichas actividades.

DENOMINACIÓN	GRUPOS	PARTICIPANTES
Aula libre de manualidades	1	6
Aula libre de pintura	1	14
Aula libre de guitarra	1	26
Aula libre de sevillanas	2	60
Aula libre de inglés	1	16
Aula libre de bolillos	1	6
Biblioteca	1	4
Boletín y revista	1	5
Bolillos	2	14
Baile en línea	4	145
Castañuelas	2	16
Coral	1	30
Corte y confección	1	14
Conócete a ti mismo	1	18
Cuentacuentos	1	15
Francés	2	22
Historia de Europa	1	20
Informática/internet práctico	2	18
Informática/Tablet	1	14
Informática/memoria	3	25
Inglés	5	67
Marquetería	1	6
Memoria-entrena tu mente	1	8
Novela y lectura	2	36
Papiroflexia	1	10
Patchwork	2	27
Pintura perfeccionamiento	1	17
Poesía escrita	1	11
Rapsodas	1	36
Relajación	1	28
Rondalla	1	14
Taller cultural	1	60
Teatro	1	16
Teclado electrónico	1	8
Tertulia taurina	1	35
TOTAL	51	867

Tabla nº 8: Cursos y talleres impartidos por empresas contratadas por el SRBS. Número de participantes en dichas actividades.

DENOMINACIÓN	GRUPOS	PARTICIPANTES
Bailes de Salón	7	246
Dibujo y Pintura	2	32
Gimnasia mantenimiento	14	626
Memoria	2	34
Música: Guitarra	2	29
Pilates	2	75
Sevillanas	3	89
TOTAL	32	1131

Tabla nº 9: Cursos y talleres impartidos por otras entidades. Número de participantes en dichas actividades.

DENOMINACIÓN	GRUPOS	PARTICIPANTES
Informática Básica	4	48
Internet día a día	2	24
Acción local	1	8
TOTAL	7	80

Haciendo un recuento de los datos obtenidos, en el Centro de Mayores de Alcorcón hay una oferta de 90 grupos/talleres con una participación total de 2.078 socios.

Igualmente se imparten una serie de servicios orientados a facilitar las actividades de vida diaria a precios más asequibles, o sin coste alguno:

- Orientación e información especializada por el/los trabajadores sociales: Apoyo técnico e información sobre recursos y prestaciones destinadas a esta población.
- Recepción e Información general propia del Centro
- Programa de recuperación, mantenimiento y potenciación de la actividad física.
- Cafetería – Comedor
- Peluquería de caballeros y señoras.

- Podología
- Biblioteca
- Prensa diaria
- Préstamo de libros
- Juegos de mesa u otros juegos de exterior.

5.4.3.4 ÓRGANOS DE PARTICIPACIÓN.

Los Centros de Mayores cuentan con los siguientes órganos de participación:

- **Junta de Gobierno:** compuesta por 11 miembros elegidos por votación de entre aquellos socios que desean presentarse. Estas votaciones se renuevan cada tres años. Los cargos de presidente, vicepresidente y secretario se deben renovar cada año. El resto de miembros hasta once son vocales con responsabilidad en sus respectivas vocalías.
- **Asamblea General de Socios** de la que forman parte todos los socios del Centro. Se reúnen como mínimo una vez al año y su principal función es aprobar la rendición de cuentas de la Junta de Gobierno, como dar el visto bueno a las previsiones del año en curso.

El equipo profesional del Centro de Mayores de Alorcón (compuesto por dos trabajadores sociales y la dirección del centro) ha elaborado una carta de servicios propia, que se encuentra a disposición de los socios, además de encontrarse expuesta en el tablón de anuncios de la institución. (Anexos 9.2). Dicha carta de servicios está basada en el formato de la Carta de Servicio de Centros de Mayores (Anexo 9.1) adaptada a nuestra oferta.

6 METODOLOGÍA.

Hasta este punto en el que estamos, se ha elaborado un estudio exhaustivo para situarnos en el contexto de intervención. Se ha desarrollado mediante apoyo bibliográfico la realidad que, en mi quehacer diario, encuentro y en la cual trabajo. Se ha definido envejecimiento activo y las razones que nos llevan a tener en cuenta al colectivo de personas mayores como pilar en la sociedad actual; también se ha definido voluntariado, dotándole de entidad propia, siendo otro pilar básico de acción; así mismo, se ha definido el lugar físico de desarrollo de cualquier intervención y por último, la razón de ser de este trabajo, el intercambio intergeneracional promovido como respuesta a las demandas del colectivo estudiado.

Para llevar a cabo la puesta en práctica de este trabajo, el método empleado va a ser la elaboración de un proyecto.

El método es el orden en el que se deben hacer las cosas. Si quieres utilizar una expresión “más profesional”, puedes decir que es la lógica del proceso o, como alguien ha dicho “el itinerario para la acción”; en este caso, el itinerario para diseñar y evaluar un proyecto (García Herrero y Ramírez Navarro 2009:1).

Según Ander-Egg y Aguilar (1998:4), la palabra proyecto es utilizada para designar un propósito de hacer algo. Se trata de organizar u ordenar una serie de actividades junto con los recursos, con un fin, el producir bienes o servicios tendentes a satisfacer necesidades o a la resolución de problemas.

El proyecto a desarrollar tiene su punto de partida en la propuesta de elaboración de proyectos que enuncian García Herrero y Ramírez Navarro (2006).

Estos autores inician su propuesta apelando a la imaginación: imaginar una situación nueva, que al llevarla a cabo, suponga un cambio; esa mejora debe transformar la realidad, de la cual no estamos satisfechos.

En el caso que nos ocupa, y de acuerdo al tipo de cambio que queremos introducir, estaríamos hablando de un **proyecto de intervención directa**, ya que los cambios a introducir afectan directamente a las personas, en este caso al colectivo de mayores en

la tarea de cuidadores, buscando un situación más deseable a raíz de una idea que surgió ante la demanda de una necesidad o insatisfacción.

Las partes del proyecto de intervención directa serían:

- **FUNDAMENTACIÓN:** Consiste en concretar cuál es la mejora que se propone, cual es la situación inicial, cuáles serían los beneficios a obtener, la razón de la idoneidad de la mejora a introducir y los efectos a los que se quiere contribuir, es decir el documento donde se expresan.
- **OBJETIVOS Y RESULTADOS:** Consiste en dar forma a la idea que se formula en la fundamentación, convertirla en enunciado indicando cuales son los resultados a conseguir una vez aplicados en el proceso de ejecución. Los resultados deben ser medibles, si se logra o no el objetivo propuesto
- **PROCESO DE EJECUCIÓN:** Este proceso debe indicar de forma detallada las actuaciones (actividades) a realizar y ordenarlas temporalmente, junto con los recursos a utilizar.
- **METODOLOGÍA Y ENTORNO ORGANIZACIONAL Y SOCIAL:** Este apartado incluye lo que se va a utilizar para llevar a cabo el proyecto de intervención, o sea las condiciones organizativas, como la difusión, la comunicación, etc. Es conveniente establecer el tipo de coordinación entre los diferentes agentes de las institución que intervienen en el proyecto, la participación en el desarrollo del mismo y la difusión precisa para hacerlo llegar a las personas implicadas
- **RECURSOS Y COSTES:** Necesarios para llevar a cabo la intervención y que ésta se realice de forma correcta: establecer los recursos humanos, materiales y económicos.
- **EVALUACIÓN:** En este apartado se pondrá de manifiesto cuales son los aspectos a evaluar, cuales son los indicadores que se van a utilizar, la elaboración de los documentos donde se van a registrar los datos y quienes son los que van a evaluar.

7 PROYECTO DE INTERVENCIÓN DIRECTA. INTERCAMBIO GENERACIONAL. MAYORES DISPUESTOS A TRANSMITIR Y COMPARTIR CON LOS NIÑOS/NIETOS SUS HABILIDADES Y VALORES.

7.1 FUNDAMENTACIÓN:

En la II Asamblea Mundial sobre el envejecimiento que se celebró en Madrid en el año 2002, Naciones Unidas reconoció, según se plasma en el artículo 16: “la necesidad de fortalecer la solidaridad entre las generaciones, y las asociaciones intergeneracionales, teniendo presentes las necesidades particulares de los más mayores y los más jóvenes y de alentar las relaciones solidarias entre generaciones”.

Se reconoce en todo momento la necesidad de que se den relaciones entre las diferentes generaciones, necesarias e imprescindibles para recoger información, vivencias, errores, aciertos, modos de vida, juegos, relatos, canciones...o simplemente que compartan espacios realizando actividades lúdicas que den lugar a entablar lazos de confianza.

Según Meil (2006) la familia en España está muy integrada, de tal forma, que son frecuentes los contactos entre sus miembros y la ayuda mutua es muy intensa. Este tipo de relación siempre ha sido una parte esencial de nuestra cultura. La ayuda se materializa, generalmente, en el cuidado de los niños cuando los padres trabajan; en otros casos, atendiendo a los mayores que necesitan cuidados o el apoyo de los padres en el momento de la emancipación de los hijos. La relación padres/hijos goza de buena salud, de hecho, los hijos, por regla general, tienden a vivir cerca del hogar paterno.

Algunas generaciones hemos visto y vivido como nuestros abuelos se integraban en nuestros hogares a medida que iban siendo más dependientes. Esta integración daba lugar a una relación abuelos/nietos muy estrecha, donde se compartían juegos, salidas, experiencias en general. El cambio del papel de la mujer en la sociedad ha provocado que las personas mayores con necesidad de atención en las actividades de vida diaria, sean ingresadas en centros residenciales por no poder prestarles la atención adecuada,

provocando la ruptura de ese vínculo intergeneracional que solamente se da cuando existe convivencia.

Las relaciones intergeneracionales se basan en dos premisas esenciales: saber escuchar y saber transmitir, de manera recíproca: debe existir la creatividad, respeto entre las partes, y sobre todo el deseo de transmitir y de aprender.

En la siguiente tabla se ponen de manifiesto las diferentes formas de unidad familiar donde se encuadran los mayores de 65 años. Podemos destacar que el 41% de los mayores entrevistados vivían en pareja, con una media de edad de 74 años). Este porcentaje va disminuyendo a medida que aumenta la media de edad, siendo del 18 % de entre los mayores de más de 84 años los que viven en pareja. Paralelamente, aumenta considerablemente el número de personas mayores de 80 años, que viven en casa de los hijos.

Tabla nº 10: Formas de convivencia de las personas mayores de 65 años en España¹⁹:

Formas de convivencia de las personas de 65 y más años según sexo, edad y estado civil, 2006

		Unipersonal	Pareja	Multigeneracional en su casa	Multigeneracional en casa de hijo/a	Otro tipo	NS/NC	(N)
Total		21,4	41,8	25,6	5,0	5,7	0,5	3.506
Sexo	Hombres	11,0	56,5	23,9	2,9	5,3	0,5	1.479
	Mujeres	29,0	31,0	26,8	6,6	6,1	0,5	2.027
Edad	65-74 años	18,1	45,4	29,5	1,7	4,9	0,4	1.791
	75-84	25,2	42,7	19,6	5,9	6,0	0,6	1.380
	85 y más	23,7	18,3	29,0	19,2	9,3	0,6	334
Edad media		76,3	74,0	74,4	82,3	76,7		
Estado civil	Soltero/a	48,3	5,1	4,5	0,0	41,6	0,6	178
	Casado/a	0,6	70,4	24,3	1,5	2,7	0,5	2.047
	Separado/a o divorciado/a	61,4	2,4	21,7	7,2	4,8	2,4	83
	Viudo/a	50,4	0,7	31,2	11,8	5,5	0,4	1.191
	NS/NC	16,7	50,0	33,3	0,0	0,0	0,0	6

Fuente: Encuesta de condiciones de vida de las personas mayores, 2006. Estudio 2.647.

Se observa que el 30,6% de las personas mayores de 65 años conviven con otra generación, bien sea en casa propia o en casa de hijo, lo que avala que en España, la relación padres/hijos sigue siendo una forma de vida.

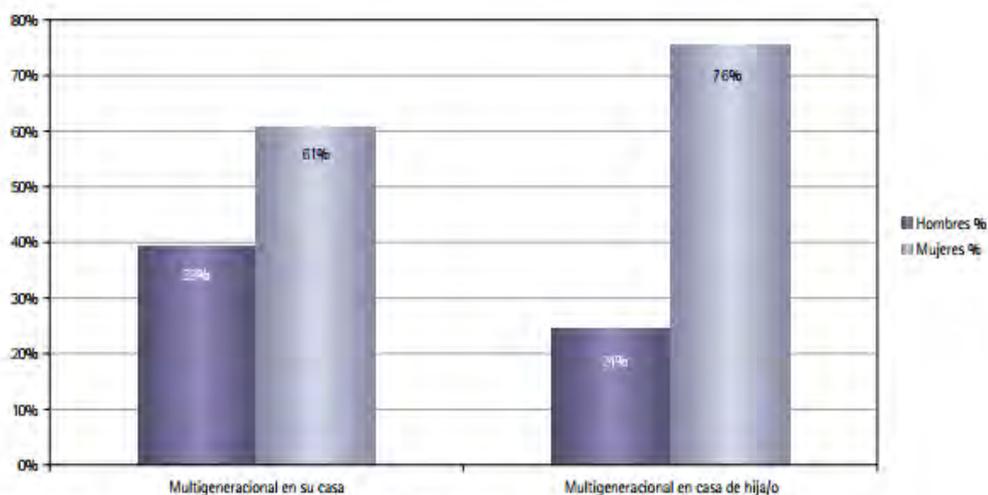
De este 30,6% de las personas mayores que viven con otra generación (en casa de sus hijos o en la suya propia pero compartiendo espacio con hijos), en la siguiente tabla se

¹⁹ Informe 2010. Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas. IMSERSO

establece el tanto por ciento atendiendo a la variable sexo, que viven en propia casa o en casa de los hijos. Se refleja claramente, que es la mujer la que más convive con otras generaciones, tanto porque su esperanza de vida es mayor, como por las tareas que desarrolla, cuidadora habitual, cooperadora habitual de las labores del hogar.

Gráfico n° 9: Personas mayores de 65 años que viven con hijos. Por sexo.

Distribución por sexo de las personas de 65 y más años que viven con sus hijos/as en su propia casa o en casa de estos, 2006



Fuente: Encuesta de Condiciones de Vida de las Personas Mayores, 2006. Estudio 2.647.

Cada vez más son los abuelos que acuden al Centro de Mayores a realizar los cursos y talleres asignados, cuya actividad forma parte de su rutina diaria, en compañía de sus nietos en periodos vacacionales o en días no lectivos.

Son los abuelos cuidadores de los menores, función que realizan mientras los padres trabajan. Durante este periodo de ayuda o responsabilidad con la familia, los participantes en actividades no desean renunciar a ellas.

Una vez fundamentada la idea se va a elaborar una propuesta de trabajo centrada en la organización de actividades para esos días no lectivos o esos periodos vacacionales, de tal manera, que los abuelos puedan realizar sus talleres junto con sus nietos, que junto a los voluntarios participantes de la actividad, estarán compartiendo sus habilidades en favor de entretenimiento, con el objetivo principal de establecer una relación mayores-niños basada en el intercambio de experiencias, conocimientos, habilidades, emociones, valía personal...etc.

7.2 OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN Y RESULTADOS ESPERADOS.

7.2.1 OBJETIVOS GENERALES.

- Establecer un sistema de trabajo que facilite la organización de actividades intergeneracionales encaminadas al enriquecimiento de ambos colectivos, mayores y niños.
- Promover acciones encaminadas a favorecer la realización de actividades intergeneracionales que favorezcan la utilización de espacios comunes, los Centros de Mayores, para abuelos y nietos.
- Dotar de la formación, medios y recursos necesarios a los voluntarios para que puedan realizar su trabajo de manera eficaz.
- Fomentar la coordinación entre el grupo de voluntarios y el resto de departamentos: Departamento de Trabajo Social, Junta de Gobierno y Dirección.
- Fomentar la coordinación y cooperación entre todos los voluntarios que ejercen su labor en el mismo Centro.

7.2.2 OBJETIVO ESPECÍFICOS

- Posibilitar la participación activa de los niños junto con los abuelos.
- Fomentar el respeto hacia las personas mayores.
- Inculcar en los niños la valía de los más mayores.
- Mejorar las relaciones afectivas abuelos-nietos mediante la realización de actividades conjuntas.
- Sensibilizar a los socios de la importancia del voluntariado y de querer compartir habilidades.

7.2.3 RESULTADOS ESPERADOS.

A continuación, detallamos los resultados que esperamos alcanzar tras la implantación de este proyecto a partir del mes de diciembre de 2014 en el Centro de Mayores de Alorcón:

- Se habrá informado del proyecto a implantar a los participantes de todos los talleres que se imparten en el centro (total 2.087 socios).
 - Que al menos el 80% de los asistentes hayan recogido la propuesta escrita de la presentación del programa.
 - Que al menos el 40% de los informados se presenten en los despachos de los trabajadores sociales a solicitar información.

- Se habrá conseguido interesar con la propuesta planteada.
 - Que al menos un 20% de los interesados e informados por los trabajadores sociales, pidan la solicitud correspondiente.
 - Que el 70% de las solicitudes sean entregadas debidamente cumplimentadas.

- Se habrá intentado organizar grupos acordes con las solicitudes presentadas y los grupos de edad.
 - Que al menos cada taller inicie su andadura con el máximo de componentes en el grupo: 15 abuelos, 15 niños.

- Se habrá alcanzado altas tasas de participación.
 - Que las faltas acumuladas por personas no superen el 80% de horas del taller correspondiente.

- Se habrá alcanzado un cambio en la visión de los talleres a impartir en los centros de mayores.
 - Que una vez finalizados los diferentes periodos vacacionales o no lectivos el 80% de los participantes expresen su deseo de continuar.

7.3 **METODOLOGÍA.**

Con la intención de obtener una respuesta positiva por parte de los voluntarios monitores de los talleres, para incorporarse al proyecto, se seguirán los siguientes pasos:

- 1. SELECCIÓN DE TALLERES CUYOS MONITORES SON VOLUNTARIOS:** Se elabora una lista de entre todos los talleres impartidos por voluntarios (según datos de la tabla nº 7), que a criterio del equipo de profesionales del Centro de Mayores consideren que puedan ser de interés para los niños que acuden con sus abuelos a dicho Centro. Así mismo se hace un recuento del número total de voluntarios susceptibles de ser colaboradores.
Al ser un primer proyecto, cuya implantación sería desde navidades del 2014 hasta 30 de diciembre de 2015, se comenzará con la puesta en marcha de cuatro de ellos. Dichos talleres son aquellos que se consideren de mayor interés para los destinatarios del proyecto, aunque en posteriores años se hará una valoración conjunta de los mismos por parte del equipo directivo y el grupo de monitores.
- 2. REUNIÓN INFORMATIVA:** Primera toma de contacto de los voluntarios con los responsables de la coordinación del proyecto: Dirección y Trabajadores Sociales. Reunión informativa con todos los voluntarios de los talleres anteriormente citados. Se hace entrega de la ficha del voluntario (Anexo 3), que deberán rellenar y entregar. El objetivo de esta reunión es explicarles el proyecto, ilusionarles e implicarles en el reto.
- 3. FORMACIÓN:** Los voluntarios implicados y, entre los no implicados, todos aquellos que lo deseen, pueden participar en el taller de “Habilidades Sociales” del programa 3.0 de Fundación la Caixa (La Caixa, con su obra social, y a través de Fundación La Caixa firmó un acuerdo marco de colaboración con la Dirección General del Mayor, cuyo objetivo final es fomentar el voluntariado), con el siguiente contenido:

- Marco Teórico de las Habilidades Sociales.
- Entrenamiento Específico en habilidades sociales, dentro del contexto de las relaciones interpersonales necesarias y útiles en los grupos y en la acción voluntaria.
- Formación básica en voluntariado (envejecimiento activo, jubilación solidaria, concepto voluntario, perfil del voluntario, beneficios, tipos de voluntariado y marco legal.

Estos contenidos se abordarán de manera activa y participativa.

La formación tendrá un total de 15 horas, distribuidas en cinco sesiones de 3 horas y será impartido por la empresa externa que Fundación Caixa designe. La dotación de presupuesto para la realización de esta actividad, será asumida por Fundación La Caixa.

4. ENTREGA INDIVIDUAL DE LA DOCUMENTACION DEL TALLER:

Se entregará a cada voluntario el material necesario para abordar el taller, así como el listado de participantes, las normas básicas de curso, indicaciones generales, etc.

5. REUNIÓN INDIVIDUAL CON LOS VOLUNTARIOS:

Una vez entregado el material y la normativa básica, se realizarán reuniones individuales con el objetivo de aclarar posibles dudas o puesta en común de aportaciones por parte de los voluntarios, así como designar la sala de impartición de taller, días y horas asignadas.

CRONOGRAMA CORRESPONDIENTE A LA PUESTA EN MARCHA DEL PROYECTO: Presentación del proyecto a los voluntarios e implicación/asignación de los responsables de los talleres correspondientes: Este cronograma temporaliza el trabajo realizado por los profesionales del Centro junto con los voluntarios participantes:



6. **PRESENTACIÓN Y DIVULGACIÓN DEL PROYECTO:** se diseña una hoja informativa sobre la puesta en marcha de las actividades del proyecto. En ella, se dará la información necesaria sobre las actividades a realizar, destinatarios, horarios, fechas, etc., y se distribuye en todos los talleres que se imparten en el centro. Los trabajadores sociales orientarán a los socios interesados que deseen ampliar la información.
7. **ENTREGA Y RECOGIDA DE SOLICITUDES:** Se realizará en la conserjería del centro a través de los auxiliares de control.
8. **ASIGNACIÓN DE GRUPOS:** Una vez recogidas las solicitudes y distribuidas por actividad de interés, los trabajadores sociales organizarán los diferentes grupos, hasta un máximo de 30 participantes (máximo 15 niños). Se publicará el listado definitivo y la lista de espera si la hubiere, atendiendo al criterio de fecha de entrega.
9. **SEGUIMIENTO DE LA ACTIVIDAD:** Será realizado tanto por los trabajadores sociales como por los voluntarios, a éstos últimos corresponderá anotar la asistencia en los listados correspondientes. Los trabajadores sociales gestionarán bajas y altas, así como demandas tanto de los niños como de los

abuelos en pro de favorecer mayor enriquecimiento en la actividad correspondiente.

- 10. EVALUACIÓN:** La evaluación de cada actividad se llevará a cabo por los trabajadores sociales mediante el seguimiento del control diario, observación directa en los diferentes grupos de las actividades, entrevistas informales tanto a los abuelos como a los nietos participantes, entrevista formal al voluntario responsable y seguimiento de las bajas producidas.

CRONOGRAMA CORRESPONDIENTE A LA DIFUSIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PROYECTO: En este cronograma, se asignan las fechas concretas y responsables para la divulgación del proyecto, seguimiento y evaluación. Se realizará un registro de las actividades a impartir.



7.4 ACTIVIDADES.

De entre todos los talleres, se han elegido cuatro, que a juicio de los profesionales del Centro y de los propios voluntarios pueden resultar más atractivos para captar la

atención de los niños, al igual que la de los abuelos, ya que la interacción resultante en un ambiente relajado, que no requiera concentración, será óptima.

TALLER DE INFORMÁTICA. ACCESO A INTERNET. REDES SOCIALES

LUGAR	AULA DE INFORMÁTICA. PLANTA PRIMERA
DÍAS SEMANA	MARTES - JUEVES – VIERNES
HORAS	11.30 a 13.00 h.
PARTICIPANTES	ABUELOS-NIETOS
EDAD NIÑOS	9 A 14 AÑOS

DESCRIPCIÓN DEL TALLER

Los talleres de informática, o mejor dicho, los talleres que asoman a los mayores al mundo de las nuevas tecnologías, son los más demandados. Los mayores expresan la necesidad de estar “conectados”, y demandan el aprendizaje de técnicas básicas para el uso de SmartPhone y Tablet, así como aspectos básicos de informática a nivel de usuario, como Word, PowerPoint, Internet, Correo Electrónico, Skype y redes sociales en general.

Para las personas mayores el uso de la red puede resultar una buena opción para integrarse en la sociedad de hoy, y en este caso, poder disfrutar, con su aprendizaje y uso, de la comunicación intergeneracional.

El objetivo de este taller es que los abuelos y los niños se familiaricen con el uso de los ordenadores, compartan conocimientos, y se relacionen a través de la práctica en las diferentes aplicaciones.

El taller se impartirá en el aula de informática, donde compartirán ordenador abuelo y nieto, siendo preferentemente práctico.

Se impartirán nociones básicas de acceso a internet, creación de cuenta de correo electrónico, uso de Skype y conocimiento mínimo de redes sociales.

Será necesario tener en cuenta la edad de los niños, de tal manera, que aquellos que dispongan de aplicaciones informáticas de tipo red social (Tuenti, instagram, etc.) compartirán, si lo desean con sus abuelos su entorno red, y les enseñaran el funcionamiento de una red social con la cual estén familiarizados.

TALLER DE INGLÉS

LUGAR	AULA CULTURAL. PLANTA PRIMERA
DIAS SEMANA	LUNES – MIERCOLES
HORAS	11.30 a 13.00 h.
PARTICIPANTES	ABUELOS-NIETOS
EDAD NIÑOS	6 A 14 AÑOS

DESCRIPCIÓN DEL TALLER

El aprendizaje y uso de un idioma, en este caso el inglés, en la actualidad es de vital importancia, de tal forma que el idioma extranjero es asignatura obligada en el plan de estudios escolar y cada vez son más los centros educativos bilingües. El idioma es una de las asignaturas pendientes de los abuelos. No obstante, cada vez más socios presentan una actitud positiva para el aprendizaje del idioma (fundamentalmente inglés y francés).

El objetivo principal de este taller es establecer una relación abuelos-nietos de todos los participantes en el grupo, a nivel conversacional: elaboración de frases, aprendizaje de vocabulario, preguntas, respuestas... Los temas a tratar serán sencillos, de tal manera que todos puedan participar en la conversación, ejemplo, la familia, el colegio, los abuelos, los amigos, las fiestas, el final de curso, etc.

Se realizarán grupos atendiendo al nivel de inglés, que vendrá determinado por la edad de los menores.

Para ambos grupos de edad, dicho taller tiene un valor añadido, el de recordatorio y puesta en práctica de lo aprendido durante el periodo de duración de los diferentes cursos. La comunicación entre todos los participantes del taller será exclusivamente en inglés, creando un ambiente distendido y animado, poniendo al alcance el material necesario para la elaboración del discurso.

TALLER DE PAPIROFLEXIA

LUGAR	SALA DE MANUALIDADES. PLANTA PRIMERA
DIAS SEMANA	MARTES – JUEVES
HORAS	10.00 a 11.30 h.
PARTICIPANTES	ABUELOS-NIETOS
EDAD NIÑOS	6 A 14 AÑOS

DESCRIPCIÓN DEL TALLER

Este taller de papiroflexia tiene como principal objetivo en las personas mayores mejorar las habilidades manuales, la coordinación de movimientos y la psicomotricidad fina, ejercitar la memoria, fomentar la concentración, así como, desarrollar valores estéticos. En los niños, además generar el entusiasmo y la curiosidad por ser una actividad poco habitual.

Se organizarán dos grupos atendiendo a la edad de los niños, generando en ambos piezas de diferente complejidad.

En este taller se impartirán técnica básicas de plegado de papel que den lugar a piezas o figuras fáciles de formar, y que resulten atractivas para los participantes.

Este taller busca establecer relaciones espontáneas de solicitud de ayuda, tanto en el trabajo manual como en la técnica utilizada, mejorar la autoestima por los logros conseguidos y la autocrítica, positiva o negativa, del trabajo realizado.

TALLER DE RAPSODAS/CUENTACUENTOS

LUGAR	SALA MULTIUSOS. PLANTA PRIMERA
DIAS SEMANA	LUNES – MIERCOLES
HORAS	10.00 a 11.30 h.
PARTICIPANTES	ABUELOS-NIETOS
EDAD NIÑOS	6 A 12 AÑOS
DESCRIPCIÓN DEL TALLER	
<p>En el taller de rapsodas y cuentacuentos tiene como objetivo principal despertar en el niño el gusto por la lectura. Un cuento favorece la imaginación y la fantasía. Una poesía provoca con el uso de bellas palabras, el ritmo y la rima y el gusto por lo estético.</p> <p>Es un taller dirigido a los niños donde sus abuelos les transportarán a mundos mágicos y bellos a través de relatos o poesías tanto a nivel oral como escrito.</p> <p>A través de la lectura los niños, dibujarán, jugarán con las palabras y junto con sus abuelos interpretarán lo leído o lo creado.</p> <p>Se desarrolla la creatividad, el respeto hacia los mayores y los compañeros, valorar el esfuerzo por el trabajo creativo, aumentar la autoestima, aprender a apreciar el papel del abuelo.</p> <p>Tanto los abuelos como los nietos se interrelacionarán en un ámbito distinto del habitual, desarrollando a través del juego la imaginación, la creatividad, intentando alejar prejuicios como la vergüenza.</p>	

7.5 DISTRIBUCIÓN DE LOS TALLERES DURANTE EL PERÍODO DE DURACIÓN DEL PROYECTO.

El proyecto está concebido para dar cobertura a los abuelos cuidadores de niños en edad escolar durante los periodos vacacionales o durante los días no lectivos. Se ha elaborado un calendario teniendo en cuenta los días, que según el calendario escolar, no son lectivos.

AÑO	MES	DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	
2014	DICIEMBRE	L22	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		M23	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		V26	INFORMÁTICA	11:30 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		L29	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		M30	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
2015	ENERO	V2	INFORMÁTICA	11:30 a 13:00	AULA INFORMÁTICA	
		L5	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		X7	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
	MARZO	L30	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		M31	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
	ABRIL	X1	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		L6	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
	JUNIO	L22	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		M23	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		X24	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		J25	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		V26	INFORMÁTICA	11:30 a 13:00	AULA DE INFORMÁTICA	
		L29	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
	JULIO	M30	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		L-X	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
			M-J	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.
			V	INFORMÁTICA	11:30 a 13:00	AULA INFORMÁTICA
		SEPTIEMBRE	M1	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.
			X2	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA
	J3		PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
	V4		INFORMÁTICA	11:30 a 13:00	AULA INFORMÁTICA	
	L7		RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
	M8		PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
	DICIEMBRE	L7	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		L21	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
		M22	PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.	
		X23	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA	
L28		RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA		
M29		PAPIROFLEXIA-INFORMÁTICA	10:00 a 13:00	MANUALIDAD/AULA INF.		
X30	RAPSODAS-INGLÉS	10:00 a 13:00	MULTIUSOS/CULTURA			

7.6 DESTINATARIOS.

NIÑOS: Serán los nietos de los socios participantes en la actividad, con edades comprendidas entre los 6 y los 14 años. Al ser menores deberán traer debidamente cumplimentado y firmado, junto con la solicitud, el impreso de autorización (Anexo 5)

ABUELOS: Socios del centro de mayores participantes en las actividades descritas en periodo anual o socios de otras actividades, que deseen participar y compartir junto con sus nietos estas experiencias propuestas.

7.7 RECURSOS.

La gran mayoría de las actividades previstas se llevarán a cabo con los recursos propios, existentes en el Centro de Mayores. Los talleres impartidos serán gratuitos tanto para los socios como para los nietos, siendo el centro, ya que dispone de partida presupuestaria propia el responsable de dotar del material suficiente si este fuera necesario.

Se disponen de los siguientes recursos:

PERSONALES: Los recursos personales corresponden a los propios de la organización, así contaremos con el personal propio, contratado por el Servicio Regional de Bienestar Social, 1 director del Centro, 2 trabajadores sociales y 3 auxiliares de control, como los socios participantes en la puesta en marcha del centro 6 miembros de la Junta de Gobierno, que colaboran en procurar una buena fluidez y armonía en el conjunto de las actividades del centro y en la captación de los posibles socios y 27 voluntarios que velan por dar en su actividad lo mejor de sí mismos, procurándose una formación adecuada. El organigrama correspondiente a los recursos personales con los que contamos es el siguiente:



MATERIALES: Se contará con las instalaciones del Centro de Mayores para la realización de las actividades propuestas. Los materiales necesarios para llevar a cabo dichas actividades serán los adecuados en cada uno de los talleres. Atendiendo a cada taller será necesario:

- *INFORMATICA-ACCESO A INTERNET:*
 - . Ordenador y accesorios.
 - . Pizarra y material necesario para su uso.
 - . Reproductor
 - . Material básico (papel, bolígrafo, rotuladores, etc.)

- *INGLÉS:*
 - . Pizarra y material necesario para su uso.
 - . Material básico (papel, bolígrafo)
 - . Diccionario inglés/español.
 - . Ordenador portátil.

- *PAPIROFLEXIA:*
 - . Papel de colores
 - . Papel pinocho, papel brillante, papel seda, cartulina
 - . Palillos
 - . Material básico (tijeras, regla, cinta adhesivo, cuerda, etc)

- *TALLER DE RAPSODAS/CUENTACUENTOS:*
 - . Libros: cuentos y poesía infantil
 - . Ordenador portátil.
 - . Material diverso para disfraces: telas, pelucas, pinturas de cara, etc.
 - . Material básico (papel, pinturas, bolígrafos)

ECONÓMICOS: La dotación de los recursos económicos propios de los Centros de Mayores vienen dados por el Servicio Regional de Bienestar Social (Organismo Autónomo que depende de la Consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de

Madrid), del epígrafe presupuestaria 934 “Centros de Mayores” a través de la partida presupuestaria 22170 “Materias primas necesarias para el funcionamiento de servicios”.

7.8 EVALUACIÓN.

Este proyecto constará de varias fases de evaluación:

- **EVALUACIÓN INICIAL:** Se evaluará la puesta en marcha del proyecto: el trabajo previo con los voluntarios, el trabajo individual con los voluntarios participantes en el proyecto, la implicación en la formación, así como el seguimiento de la información solicitada por parte de los socios y la entrega y recepción de solicitudes.

ASPECTO	INDICADOR	HERRAMIENTA	TIEMPO	RESPONSABLE
REUNIÓN INFORMATIVA	Número de voluntarios asistentes	Registro de asistencia	Septiembre	Trabajador social
FORMACIÓN	Número de voluntarios asistentes	Registro de asistencia	Octubre	Trabajador social Empresa externa
REUNIÓN INDIVIDUAL	Entrevista	Recogida de datos	Noviembre	Trabajador social
SOLICITUD DE INFORMACIÓN	Número de socios que lo solicitan	Registro de número de atenciones	Octubre/ Noviembre	Trabajador Social
SOLICITUDES ENTREGADAS	Peticiones realizadas	Registro de número de atenciones	Octubre/ Noviembre	Auxiliar de control
SOLICITUDES RECEPCIONADAS	Número de solicitudes valoradas Elaboración de grupos	Registro de número de atenciones	Noviembre	Trabajador social Trabajador social

- **EVALUACIÓN CONTINUA:** Se evaluará el seguimiento del proyecto en su conjunto. Se evaluará cada reunión y cada actividad:

ASPECTO	INDICADOR	HERRAMIENTA	TIEMPO	RESPONSABLE
ASISTENCIA DEL VOLUNTARIO	Control de asistencia	Registro	Diario	Trabajador social
ASISTENCIA DE LOS ABUELOS	Control de asistencia	Registro	Diario	Trabajador social
ASISTENCIA DE LOS NIETOS	Control de asistencia	Registro	Diario	Trabajador social
REUNIÓN CON EL VOLUNTARIO	Número de reuniones realizadas	Entrevista	Semanal	Trabajador Social
NÚMEROS DE ABUELOS/NIETOS INCORPORADOS DESPUÉS DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	Solicitudes recogidas. Abuelos/nietos incorporados	Registro	Diario	Trabajador Social
ABANDONOS DE LA ACTIVIDAD	Control de asistencia	Registro	Diario	Trabajador social Trabajador social

- **EVALUACIÓN FINAL:** Seguimiento final de los objetivos conseguidos. Se evaluará la aceptación por parte de los socios participantes de las actividades realizadas, al voluntario que imparte la actividad, la disposición de la sala, los recursos disponibles, los contenidos, el grado de satisfacción.

ASPECTO	INDICADOR	HERRAMIENTA	TIEMPO	RESPONSABLE
INTERÉS POR LAS ACTIVIDADES REALIZADAS	Valoración de la conveniencia de una actividad	Cuestionario de satisfacción	Final de sesiones	Trabajador social
INTERÉS POR LOS CONTENIDOS IMPARTIDOS	Valoración de lo aprendido	Cuestionario de satisfacción	Final de sesiones	Trabajador social
VALORACIÓN DEL VOLUNTARIO	Relación que se establece entre voluntario /asistentes	Cuestionario de satisfacción	Final de sesiones	Trabajador social

8 CONCLUSIONES

A lo largo del trabajo se ha ido analizando y ponderando distintos apartados como envejecimiento activo, voluntariado, intercambio intergeneracional y función de los centros de mayores teniendo como eje fundamental al colectivo de personas mayores.

Hemos visto cómo ha cambiado el concepto de vejez, entendido como la última etapa de la vida (vivir la vida de forma pasiva) derivando en envejecimiento activo, cuyo concepto engloba la evolución natural, una etapa más de la vida, viviéndola de manera activa, siendo sujeto agente de sus propias vivencias.

Este colectivo de mayores, sabedores de su posible recorrido aún por disfrutar, demandan atención y recursos, donde las diferentes administraciones les dotan de legislación necesaria en materia de protección; y también como este mismo colectivo se involucra y quiere compartir, hacer partícipes de sus habilidades a otras personas mayores a través de un voluntariado responsable.

Hemos hecho referencia al papel del mayor en la sociedad actual, entre otros el papel que representan los abuelos en las familias, donde son un punto de apoyo básico para el mantenimiento del equilibrio familiar. Desde que la mujer se ha incorporado al mundo laboral, la atención y el cuidado de los hijos, una vez acabado el horario escolar recae, en muchos casos, sobre los abuelos, al igual que los periodos vacacionales y los días no lectivos; son el enlace esencial para poder compatibilizar/conciliar horario laboral con la vida familiar.

Este papel ha sido asumido por muchos abuelos con entusiasmo, conocedores de una situación, a menudo complicada, por lo que modifican hábitos, tiempo de ocio, la posibilidad de disfrutar, etc., para adaptarse a horarios estrictos, en donde la responsabilidad por la tarea encomendada es muy alta.

En esa entrega a la familia, la persona mayor cede parte de su independencia y autonomía para ayudar a los hijos, ofreciendo disposición, tranquilidad, responsabilidad, tiempo, donde la contrapartida esperada es disfrutar de una familia estructurada, al minimizar carencias que ponen en peligro la estabilidad familiar.

Por lo que por un lado, encontramos un colectivo de personas mayores con vitalidad y tiempo libre, que demandan un abanico de acciones destinadas a ocuparlo, entre otras, diferentes actividades de su interés, que en los centros de mayores realizan de manera periódica y que en algunos de los casos, debido a las cargas familiares que atender no pueden compatibilizar.

Uno de los recursos sociales más extendido, ya que toda localidad cuenta por lo menos con un lugar de reunión para el uso y disfrute de las personas mayores, son los Centros de Mayores, espacios abiertos destinados a personas de más de 60 años, donde pueden hacer actividades de distinta índole.

En la actualidad, en la era de la globalización, no puede ni debe concebirse un espacio de ámbito social de uso exclusivo para mayores de 60. Las relaciones que se establecen entre los participantes quedan muy reducidas, afectando al tipo de actividad que se solicita, al ambiente en general e incluso al espacio físico, y aunque en la definición se establece que estos centros son espacios abiertos de convivencia, el requisito edad, cierra dicho espacio a la diversidad, a otras maneras de hacer, a un ambiente distendido, por lo que en estos días en los que los abuelos tienen cargas familiares, abrir este espacio a los más pequeños regenera la definición formalmente establecida de este tipo de centros.

Así que por otro lado, disponemos del espacio físico necesario; podemos utilizar los recursos con los que se dota a este tipo de centros, por parte de la administración correspondiente: como recursos personales: el personal propio del centro (trabajadores), el personal de empresas externas, que son los monitores que imparten las diferentes actividades, y los voluntarios; los recursos materiales existentes, ya dotados de antemano para las actividades organizadas; y los recursos económicos, destinados a dotar de material propio a aquellas actividades que pudieran surgir.

Siendo un colectivo con un alto nivel de protección, y con esta dotación de recursos, las preguntas son: ¿por qué no ampliar a diferentes destinatarios las actividades programadas?, ¿por qué no hacer partícipes a los nietos del día a día que los abuelos viven? y por último, ¿no son las propias personas mayores los beneficiarios de esta apertura?

Muchas son las consecuencias que de esta unión podemos intuir:

Por un lado, que el colectivo de mayores pueda disfrutar y compartir con niños actividades diferentes y de interés para ambos, da lugar a:

- Mantenimiento durante los días del cuidado de los menores de su actividad habitual. Normalizar la situación de tal forma que la tarea no suponga un cambio en su quehacer diario.
- Posibilidad de compartir con los compañeros parte de su vida personal e íntima, como es esa parte de su familia.
- Disfrutar de las relaciones que se establecen en un grupo heterogéneo. La riqueza relacional que se puede dar entre los dos grupos abuelos/niños supone una experiencia positiva para ambos.
- Realización del taller en un ambiente más jovial y distendido. Talleres de interés para los abuelos pero que capten la atención de los niños.
- Crear y participar del entusiasmo generado. En un lugar y ambiente poco habitual, tanto para los mayores como para los niños, las relaciones que se establecen tienen un carácter lúdico, muy apropiado para la buena marcha de los talleres propuestos.
- Demostrar a sus nietos que las personas mayores siguen aprendiendo. Eliminación de la idea de la jubilación como los años de nula o escasa actividad.

Por otro lado que el colectivo de niños/nietos, puedan participar con sus abuelos en actividades no habituales para ellos, dentro de un ambiente reglado parecido al escolar, puede dar lugar a:

- Aprender jugando. Se realizan actividades lúdicas pero con un claro contenido académico, de aprovechamiento.
- Relacionarse con mayores para desmitificar la idea de vejez. La formación de grupos de edades diferentes y la integración en dichos grupos, provoca en los menores, admiración por sus abuelos.
- Verificar que los mayores también forman un grupo interrelacionado. Los niños aprenden la importancia de las relaciones grupales, que aportan a los mayores, alegría, buen humor, entusiasmo, participación, tan importante para ellos que quieren compartirlo con sus nietos.

- Aprovechar la oportunidad para aprender a relacionarse con otros mayores. Una experiencia de este tipo ayuda a cambiar la visión que de las personas mayores tienen los niños. Los mayores muestran su parte más activa y divertida.
- Valorar a su abuelo en su quehacer diario. Observa como su abuelo realiza diferentes actividades en un ambiente reglado.
- Disfrutar de lo aprendido en jornadas no lectivas. Los niños identifican las jornadas que comparten con sus abuelos como jornadas de ocio pero cada una de éstas, encierra un componente de aprendizaje intrínseco.

Partiendo de estas premisas debemos comprobar la viabilidad de proyecto. La base está asentada: existe un lugar donde llevarlo a cabo, unos recursos a disposición, unos objetivos a alcanzar y una puesta en marcha responsable, por lo que la viabilidad está garantizada.

El éxito depende de la captación de los destinatarios del mismo. Los talleres están destinados a niños entre los 6 y los 14 años, edades muy diferenciadas, por lo que dentro de cada taller se crearán diferentes grupos.

Por un lado no resulta difícil captar abuelos-nietos cuando la edad de los nietos es inferior a 10 años. Ellos ven en su abuelo como una persona importante y acompañarle al lugar donde el abuelo habitualmente acude, les llena de curiosidad. En cambio, entre los niños de edades comprendidas de 10 a 12 años, no forma parte de su centro de atención acompañar al abuelo, lo que genera un primer rechazo a la participación en los talleres. Los voluntarios deben de utilizar las habilidades aprendidas para tratar de enganchar a estos pre-adolescentes, creando un ambiente en la que ellos se sientan a gusto, así como los abuelos, que deben de generar el efecto ayuda para conseguir la aceptación de pertenencia a la actividad. El último tramo de edad de los 13 y los 14 años, solo será posible su implicación si la actividad ofertada despierta en él un interés excepcional, o una implicación que pase por enseñar a su abuelo.

El éxito de este proyecto se valorará por el número de participantes que acuden a los talleres para establecer el grado de aceptación, así como el recuento a las respuestas de los cuestionarios de satisfacción.

Los profesionales valoraremos la integración en los talleres, la relaciones entre todos los componentes, las llamadas de atención durante el seguimiento del taller o evaluación continua, para evitar posibles desviaciones de los objetivos previstos, etc.

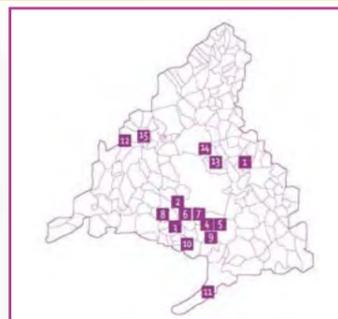
Personalmente, este proyecto será un éxito cuando acudan a inscribirse abuelos y nietos en próximas convocatorias.

9 ANEXOS

ANEXO 1: CARTA DE SERVICIOS: CENTROS DE MAYORES DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

En hoja adjunta debido al formato del documento

LOCALIZACIÓN DE
CENTROS



Localidad	Centro
1 Alcalá de Henares	Alcalá de Henares
2 Alcorcón	Alcorcón
3 Fuenlabrada	Fuenlabrada
4 Getafe	Getafe I
5 Getafe	Ricardo de la Vega
7 Leganés	Leganés I
8 Leganés	Leganés II
9 Parla	Parla
10 Pinto	Pinto
11 Aranjuez	Real Sitio de Aranjuez
12 S. L. de El Escorial	S. L. de El Escorial
13 S. S. de los Reyes	S. S. de los Reyes
14 Tres Cantos	Tres Cantos
15 Villalba	Villalba



Distrito	Centro
1 Arganzuela	Embajadores
2 Carabanchel	Puente de Toledo
3 Chamberí	Alonso Cano
4 Chamberí	Sagasta
5 Fuencarral	Virgen de Begoña
7 Latina	Aluche
8 Puente de Vallecas	Los Cármenes
9 Salamanca	Puente de Vallecas
10 San Blas	San Blas
11 Tetuán	Tetuán
12 Usera	San Fermín
13 Usera	Usera
14 Villa de Vallecas	Vallecas Pueblo
15 Villaverde	San Cristóbal
16 Villaverde	Villaverde Alto
17 Villaverde	Villaverde Bajo

VIGENCIA

La presente Carta de Servicios tendrá una validez no superior a cuatro años desde su publicación, 14 de julio de 2011, B.O.C.M. núm. 165. Previamente a su renovación será necesario dar a conocer a la Dirección General de Calidad de los Servicios y Atención al Ciudadano un informe sobre el cumplimiento del compromiso de calidad, en el cual se incluirán los datos relativos al seguimiento de los indicadores de gestión desde su aprobación o última modificación.



Atención al Ciudadano

CENTRO	DIRECCIÓN	OBSERVACIONES
Alcalá de Henares	C/ Damas, 4 / 2880 - Alcalá de Henares	
Alcorcón	Plaza Orense s/n / 28924 - Alcorcón	
Alonso Cano	Alonso Cano, 18 / 28003 - Madrid	
Alonso Heredia	Alonso Heredia, 2 / 28028 - Madrid	
Aluche	Camarena, 181 / 28047 - Madrid	
Aranjuez	Gobernador, 80 / 28300 - Aranjuez	
Embajadores	Embajadores, 32 / 28012 - Madrid	
Fuenlabrada	Avda. de las Naciones s/n 28940 - Fuenlabrada	Con Unidad de Centro de Día
Getafe I	Avda. de las Ciudades, 31 28903 - Getafe	
Leganés I	Avda. de la Mancha, 33 28911 - Leganés	
Leganés II	Avda del Mediterráneo s/n 28913 - Leganés	
Los Cármenes	Gta. de los Cármenes, 2 28047 - Madrid	Con Unidad de Centro de Día
Móstoles	Rio Jarama, s/n / 28934 - Móstoles	
Parla	Humanes, 27 / 28980 - Parla	
Pinto	Coronados, 7 / 28320 - Pinto	
Puente de Toledo	Mercedes Arteaga, 18 28019 - Madrid	
Puente de Vallecas	Arroyo del Olivar, 106 28018 - Madrid	Con Unidad de Centro de Día
Ricardo de la Vega	Pedro Blanco c/v Ferrocarril / 28901 - Getafe	
Sagasta	Sagasta, 13 / 28004 Madrid	
San Blas	Avda. de Guadalajara, 69 28032 - Madrid	
San Cristobal	Benimamet, 117 Bloque 568 - 28021 - Madrid	
San Fermín	Avda. San Fermín s/n 28041 - Madrid	Con Unidad de Centro de Día
S. Lorenzo de El Escorial	Juan de Austria, 1 / 28200 - S. Lorenzo del Escorial	
S. Sebastián de los Reyes	Pilar, 6 / 28700 - S. Sebastián de los Reyes	Con Unidad de Centro de Día
Tetuán	Carolina, 33 / 28039 - Madrid	
Tres Cantos	Sector Descubridores, 24 28760 - Madrid	
Usera	C/Carmen Bruguera, 33 28026 - Madrid	
Vallecas Pueblo	Sierra Palomeras, 5 28031 - Madrid	
Villalba	Morales Antuñano, 9 28400 - Madrid	
Villaverde Alto	Sta. Joaquina Vedruna, s/n - 28021 - Madrid	
Villaverde Bajo	Francisco Pino, 32 / 28021 - Madrid	
Virgen de Begoña	Virgen de Aranzazu, 28 28034 - Madrid	

Horarios de Atención al Público

Horario (excepto meses de verano): de 9:00 h a 20:00 h.
Horario de verano (julio, agosto y septiembre): de 9:00 h a 21:00 h los centros permanecen abiertos todos los días a excepción de: 1 de enero, 24, 25 y 31 de diciembre.^(*)

(*) Durante la temporada estival, los centros podrán permanecer cerrados por espacio de dos semanas, asumiendo los servicios, el centro más cercano.

Para Adquirir la Condición de Socio

Se han de reunir los requisitos requeridos en el Reglamento vigente, aprobado por la Comunidad de Madrid. Consultar aquí: Centros de mayores

Normas de Régimen Interno

Existe una normativa vigente que regula los Centros de Mayores. A disposición de los socios en cada uno de los Centros:

- Reglamento de los Centros para Mayores
- Normas de Régimen Interior para los Centros de Mayores

SUGERENCIAS Y QUEJAS

- La Comunidad de Madrid dispone de un Sistema de Sugerencias y Quejas a través del cual los ciudadanos hacen llegar su opinión sobre los servicios prestados y ayudan a mejorarlos.
- Las Sugerencias y Quejas pueden presentarse en cualquier Registro, mediante el teléfono de Atención al Ciudadano 012, por correo, fax o Internet.
- En un plazo aproximado de 48 horas la Comunidad de Madrid se pondrá en contacto con el ciudadano y tratará de darle respuesta en un plazo no superior a 15 días.

CRITERIOS DE CALIDAD

- Las Cartas de Servicios de la Comunidad de Madrid informan al ciudadano sobre los servicios prestados por sus unidades administrativas y los niveles de Calidad que se comprometen a alcanzar, con el fin de ayudar a los usuarios de esta Administración en el ejercicio de sus derechos.
- La presente Carta de Servicios asume como compromisos de calidad en la atención al ciudadano los Criterios de Calidad de la Actuación Administrativa establecidos por la normativa de la Comunidad de Madrid (Decreto 85/2002, de 23 de mayo, BOCM de 5 de junio de 2002).



Centros de Mayores

Esta Carta de Servicios es "Marco de Referencia" de los Centros de Mayores localizados en distintos puntos de la Comunidad de Madrid y gestionados por el Organismo Autónomo Servicio Regional de Bienestar Social, dependiente de la Consejería de Asuntos Sociales.

Los Centros de Mayores son establecimientos públicos no residenciales, destinados a mayores, que conviven aún -en su entorno comunitario habitual-, para promover el envejecimiento activo y la prevención de la dependencia mediante, la convivencia, el apoyo a la integración y el fomento de la participación a través de la organización de programas y actividades: físicas, intelectuales, culturales, artísticas, de ocio y tiempo libre; e información, orientación y asesoramiento sobre servicios sociales.

Los Centros de mayores, cuentan con los siguientes **Órganos de participación:**

- Asamblea general de socios
- Junta de Gobierno, compuesta por presidente, vicepresidente, secretario y un número de vocales proporcional al número de socios de cada Centro, que se elige periódicamente por los socios.
- Comisiones de participación, a través de estas se articula la participación voluntaria y desinteresada de los socios en las actividades del centro. Cada comisión de participación está presidida por un vocal elegido al efecto.



SERVICIOS PRESTADOS

Programas/Actividades

Para afrontar la edad de una manera activa, que permita mantener buena salud, independencia y seguir siendo útiles a la familia y a la comunidad, los centros de mayores ofrecen el **Programa de "Mejora de la calidad de vida y prevención de la dependencia"**. Este programa, despliega varios grupos de actividades o **ejes de actuación** para:

- El fomento de vida autónoma y el desarrollo personal
- La mejora de habilidades manuales y artesanales
- El ocio y tiempo libre
- La promoción de la salud y físicas preventivas:
- El impulso de actividades artísticas y culturales
- El Encuentro intergeneracional y de voluntariado

Modalidades operativas de los ejes de actuación:

- Cursos y Talleres
- Aficiones grupales en el marco de los centros.
- Charlas/Conferencias
- Actividades Intercentros^(*): Clubs de fotografía, literatura...; Campeonatos de ajedrez, mus... etc.
- Eventos singulares
- Actividades propias de cada centro a propuesta de las Juntas de Gobierno: culturales, musicales, recreativas, de ocio, y de convivencia.
- Actividades innovadoras en los campos de la cultura, la salud o las artes^(**)
- Incorporación de nuevas tecnologías (acceso sin coste, a zona wi-fi)

(*)Esta modalidad, tiene como objetivo la convivencia y participación entre los 32 Centros de Mayores dependientes del SRBS, para propiciar el conocimiento, aficiones y la "sana competencia"

(**) Son actividades antes no realizadas en los Centros. Cuando tienen aceptación mayoritariamente se elevan a la consideración de actividades de continuidad

Servicios complementarios

- Información especializada de servicios sociales, por un trabajador social: Orientación, apoyo técnico e información sobre el acceso a los recursos y prestaciones sociales destinadas a las personas mayores.
- Cafetería- Comedor.
- Podología.
- Peluquería
- Recepción, control de socios y visitas e Información general
- Prensa diaria
- Biblioteca y sala de lectura
- Juegos de mesa y billar
- TV

NUESTROS COMPROMISOS DE CALIDAD

- **Prestamos apoyo profesional.** En cada uno de nuestros centros, un trabajador social puede proporcionarle una respuesta personalizada y adecuada a su demanda.
- **Garantizamos la igualdad en el acceso a todos los recursos a los socios de pleno derecho.** En aquellos casos donde la demanda supere la oferta: viajes, excursiones, etc., se asignarán las plazas a través de un sorteo público.
- **Su opinión nos importa para mejorar.** Evaluamos la satisfacción de los usuarios con nuestros servicios a través de encuestas anuales.
- **Controlamos la calidad de los Servicios Prestados.** Periódicamente nuestros centros son inspeccionados y auditados interna y externamente por diversos Organismos.
- **Preservamos la confidencialidad e intimidad de las situaciones personales de nuestros usuarios**
- **Le escuchamos.** Contestamos las sugerencias y quejas en un plazo máximo de 30 días.

NUESTROS LOGROS

El Servicio Regional de Bienestar Social está Certificado, por Lloyd's Register Quality Assurance para sus centros de mayores en las Normas de Sistemas de Gestión ISO 9001:2008. en procesos relacionados con la alimentación, la gestión de quejas y sugerencias y la solución de hallazgos procedentes de inspecciones, con el fin de mejorar los servicios que prestamos a nuestros socios.



ANEXO 2: CARTA DE SERVICIOS DEL CENTRO DE MAYORES DE ALCORCÓN

CARTA DE SERVICIOS

Finalidad de los Centros de Mayores
Los Centros de Mayores son establecimientos públicos no residenciales, destinados a mayores, que conviven aún en su entorno comunitario habitual, para promover el envejecimiento activo y la prevención de la dependencia mediante, la convivencia, el apoyo a la integración y el fomento de la participación a través de la organización de programas y actividades: físicas, intelectuales, culturales, artísticas, de ocio y tiempo libre; e información, orientación y asesoramiento sobre servicios sociales.

Los Centros de Mayores están localizados en distintos puntos de la Comunidad de Madrid y son gestionados por el Organismo Autónomo Servicio Regional de Bienestar Social, dependiente de la Consejería de Asuntos Sociales.

Organos de Participación
Los Centros de mayores, cuentan con los siguientes Órganos de participación:
-Asamblea general de socios
-Junta de Gobierno, compuesta por presidente, vicepresidente, secretario y un número de vocales proporcional al número de socios de cada Centro, que se elige periódicamente por los socios.



Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE ASUNTOS SOCIALES
Servicio Regional de Bienestar Social



Centro de Mayores "Alcorcón"

Plaza de Orense s/n
28924 Alcorcón - Madrid
Tf: 91.642.73.21



www.comunidadmadrid.es
Comunidad de Madrid
www.madrid.es

Horarios de Atención al Público
Horario: de 9:00 h a 20:00 h.
Horario de verano (julio a septiembre): de 9:00 h a 21:00 h.
Los centros permanecen abiertos todos los días a excepción de: 1 de enero, 24, 25 y 31 de diciembre.

Para Adquirir la Condición de Socio
Se han de reunir los requisitos requeridos en el Reglamento vigente, aprobado por la Comunidad de Madrid.

Normas de Régimen Interno
Existe una normativa vigente que regula los Centros de Mayores.
-Reglamento de los Centros para Mayores
-Normas de Régimen Interior

Sugerencias y Quejas
La Comunidad de Madrid dispone de un Sistema de Sugerencias y Quejas a disposición de los socios en los Centros a través del cual hacen llegar su opinión sobre los servicios prestados y ayudan a mejorarlos.

SERVICIOS PRESTADOS Y COMPROMISOS

Programas/Actividades
Para afrontar la edad de una manera activa, que permita mantener buena salud, independencia y seguir siendo útiles a la familia y a la comunidad, los centros de mayores ofrecen el Programa de "Mejora de la calidad de vida y prevención de la dependencia. Este programa, despliega varios grupos de actividades para:
-El fomento de vida autónoma y el desarrollo personal
-La mejora de habilidades manuales
-El ocio y tiempo libre
-La promoción de la salud y físicas preventivas
-El impulso de actividades artísticas y culturales
-Encuentro intergeneracional y voluntariado

Modalidades operativas:
-Cursos y Talleres
-Aficiones grupales
-Charlas/Conferencias
-Actividades Intercentros
-Eventos singulares
-Actividades propias a propuesta de la Junta de Gobierno: culturales, musicales, recreativas, de ocio, y de convivencia.
-Actividades innovadoras en los campos de la cultura, la salud o las artes
-Incorporación de nuevas tecnologías

Servicios complementarios
Información de servicios sociales, apoyo técnico e información sobre el acceso a los recursos y prestaciones sociales destinadas a las personas mayores.
-Cafetería
-Comedor.
-Podología.
-Peluquería
-Recepción, control de socios y visitas e información básica
-Prensa diaria
-Biblioteca y sala de lectura
-Juegos de mesa y billar
-TV
-Zona Wi-Fi

Compromisos de calidad
-Prestamos apoyo profesional. Un trabajador social puede proporcionarle una respuesta personalizada y adecuada a su demanda.
-Garantizamos la igualdad en el acceso a todos los recursos a los socios de pleno derecho.
-Evaluamos la satisfacción de los usuarios con nuestros servicios a través de encuestas anuales.
-Periódicamente se realizan inspecciones y auditorías interna y externamente por diversos Organismos.
-Preservamos la confidencialidad e intimidad de las situaciones personales de nuestros usuarios.

ANEXO 3: FICHA DEL VOLUNTARIO

FICHA DEL VOLUNTARIO	
NOMBRE Y APELLIDOS	
EDAD	
ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL	
HORARIO	DURACIÓN
INICIO DEL VOLUNTARIADO	FORMACIÓN
ASOCIACIÓN	
EXPERENCIA CON NIÑOS	

ANEXO 4: REGISTRO DE ACTIVIDADES.

REGISTRO DE ACTIVIDADES
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD
VOLUNTARIO
DIAS ASIGNADOS
HORARIO ASIGNADO
SALA ASIGNADA
PROPUESTAS
INCIDENCIAS

ANEXO 5: IMPRESO DE AUTORIZACIÓN DE GRABACIÓN Y TOMA DE FOTOGRAFÍAS A MENORES.



D./D^a con DNI

AUTORIZA

Como padre/madre/tutor/a de

a la participación del menor en la actividad

y a la grabación/toma de fotografías del mismo por parte del Servicio Regional de Bienestar Social, así como a su difusión en los medios de comunicación de la Comunidad de Madrid.

El menor irá acompañado por

D/D^a

Vínculo con el menor que acompaña:

Socio del Centro de Mayores de la Comunidad de Madrid:

Esta cesión se realiza, sin renunciar al amparo de las medidas de seguridad en el tratamiento de datos de carácter personal, contenidas en ***EL REAL DECRETO 17/2007 DE 21 de diciembre, por el que se aprueba el reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.***

Esta autorización se realiza sin contraprestación económica alguna.

Lo que firmo en a,

FIRMA:

ANEXO 6: SOLICITUD.

**SOLICITUD DE PARTICIPACION EN ACTIVIDADES
INTERGENERACIONALES.**

CENTRO DE MAYORES DE ALCORCON

POR FAVOR LEA CON ATENCION, y escriba con letra clara los datos siguientes:

DATOS PERSONALES
DATOS DEL ABUELO
NOMBRE
APELLIDOS
NUMERO DE SOCIO
DATOS DEL NIETO
NOMBRE
APELLIDOS
EDAD
TELEFONO DE CONTACTO

De entre las actividades propuestas, puedes elegir aquellas que sean su interés. Por favor, indique de 1 a 4 el orden de preferencia (siendo el 1 la actividad de mayor interés). La asignación de grupos se realizará por riguroso orden de entrada de la solicitud

ACTIVIDADES	MARCAR ORDEN PREFERENCIA	DIAS	HORAS
INFORMÁTICA		M-J-V	11:30 a 13:00
INGLÉS		L-X	11:30 a 13:00
PAPIROFLEXIA		M-J	10:00 a 11:30
RAPSODAS/CUENTACUENTOS		L-X	10:00 a 11:30
FECHA			FIRMA

ANEXO 7: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA VOLUNTARIOS.



CUESTIONARIO DE SATISFACCION PARA MONITORES VOLUNTARIOS DE TALLERES Y/O CURSOS

TALLER:.....

DÍA DE IMPARTICIÓN:.....

ESTE CUESTIONARIO ES ANÓNIMO. POR FAVOR, RESPONDA A ESTAS CUESTIONES.

1. Cuando le planteamos formar parte de este proyecto aportando su tiempo y experiencia que pensó, cuáles fueron sus expectativas:

.....
.....
.....

2. Una vez llevado a cabo su taller, podría explicar si ha sido satisfactorio? ¿qué detalles apuntaría como positivos? ¿y cuáles negativos?

.....
.....
.....

3. Volvería a participar en un proyecto de estas características? **SI** **NO**
Por qué?

.....

4. Valore de 0 a 5 las siguientes cuestiones, sabiendo que el 5 es el valor más alto:

- Interés de los niños:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Atención de los niños:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Motivación de los niños:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Participación de los niños:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Interés de los abuelos:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Atención de los abuelos :

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Motivación de los abuelos:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Participación de los abuelos:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Según su experiencia, que aspectos mejoraría?. Por favor, realice una breve descripción:

.....

.....

.....

ANEXO 8: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA ABUELOS

ESTE CUESTIONARIO ES ANÓNIMO

NECESITAMOS SABER SU OPINIÓN SOBRE EL CURSO/TALLER QUE HA REALIZADO, PARA INTENTAR MEJORAR EN PRÓXIMAS CONVOCATORIAS.

CURSO/TALLER DE:

SEXO: EDAD: NIVEL DE ESTUDIOS (rodee con un círculo):

SIN ESTUDIOS	ELEMENTAL/PRIMARIO	SECUNDARIO	UNIVERSITARIO
---------------------	---------------------------	-------------------	----------------------

Puntúe del 1 a 10 (entendiendo como 1 el valor más bajo y 10 el valor más alto) rodeando con un círculo el valor que usted considere.

1. ¿El curso/taller ha respondido a lo que esperaba?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------

2. ¿Las clases le han parecido interesantes?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------

3. Valore al monitor/a: ¿ha conseguido su interés y/o participación en el curso/taller?:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------

4. ¿Considera suficientes las horas asignadas al taller?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------

5. ¿Se siente cómodo en el grupo?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------

6. Señale lo que más le gusta del curso (puede marcar todo lo que quiera):

- Conocer personas y hacer amistades
- Pasar el tiempo libre aprendiendo cosas nuevas
- Compartir el tiempo libre con mi nieto/a
- Intercambiar conocimientos con los otros participantes.
- Intercambiar conocimientos con mi nieto/a
- Sólo asisto al taller porque me interesa lo que se enseña.

7. Sugerencias. Describa las situaciones que se podrían mejorar, lo que más le haya gustado o interesado, lo que menos le guste... (puede escribir en el reverso)

ANEXO 9: CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN PARA NIETOS



ESTE CUESTIONARIO ES ANÓNIMO

TU OPINION NOS INTERESA PARA INTENTAR MEJORAR EL CURSO/TALLER QUE HAS REALIZADO, EN PRÓXIMAS CONVOCATORIAS.

CURSO/TALLER DE:

SEXO:

EDAD:

NIVEL DE ESTUDIOS:

PRIMERIA	CURSO	E.S.O.	CURSO
----------	-------	--------	-------

Puntúe del 1 a 10 (entendiendo como 1 el valor más bajo y 10 el valor más alto) rodeando con un círculo el valor que usted considere.

1. ¿El curso/taller te ha resultado interesante?

--	--	--

2. ¿Las clases te han parecido interesantes?

--	--	--

3. Valora al monitor/a: ¿ha conseguido tu participación en el curso/taller?:

--	--	--

4. ¿Has disfrutado con tu abuelo en este taller?

--	--	--

5. ¿Has disfrutado con el grupo de niños y sus abuelos?

--	--	--

6. ¿Quieres repetir en otra ocasión, cuando no tengas colegio?:

--	--	--

7. ¿Te gustaría realiza alguna otra actividad con tu abuelo? Dinos cual:

--

ANEXO 10: HOJA DE INCIDENCIAS



INCIDENCIAS	
TALLER/ACTIVIDAD:	
TIPO DE INCIDENCIA	
Orden/Disciplina	Relación entre los niños
Recursos materiales	Relación entre los abuelos
Recursos personales	Otros
DESCRIPCIÓN:	

10 AGRADECIMIENTOS.

En primer lugar, agradecer a los voluntarios del Centro de Mayores de Alcorcón su trabajo diario, su dedicación, su voluntad, energía, entrega, buen humor, etc., cualidades que me han inspirado para contar con ellos en la elaboración de este proyecto.

En segundo lugar a mi tutora, D^a Almudena M. Juárez Rodríguez por su inestimable ayuda y apoyo prestado, que me ha animado a seguir adelante y a no abandonar aún con todos los miedos y obstáculos ciertos o infundados que me he encontrado en este largo camino. Gracias por hacerlo tan fácil.

En tercer lugar a mis compañeras de trabajo que son mis compañeras de estudios, que nunca han dudado que iba a finalizar el TFG. Gracias por vuestras palabras de ánimo, por la confianza depositada, por vuestras alegrías y vuestras pequeñas broncas. Sobre todo, y ella sabe quién es, a la que no ha dejado un solo día en todo el año de animarme y de alagar mi valía para hacer crecer la confianza perdida en mi misma.

A los compañeros del Servicio Regional de Bienestar Social, que con la mayor amabilidad, han facilitado los datos solicitados y se han preocupado de mi estado de ánimo y de la evolución del trabajo.

Y por último a mi familia, que no se han quejado de mis olvidos y del tiempo de abandono a los que les he sometido, ni del mal humor por los malos ratos vividos.

Gracias a todos.

11 BIBLIOGRAFÍA.

ANDER-EGG, E. Y AGUILAR, M. J. (1998). Como elaborar un proyecto: guía para diseñar proyectos sociales y culturales. Lumen. Humanitas. Buenos Aires.

BERMEJO GARCIA, L. (2010) Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores. Guía de buenas prácticas. Madrid. Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. Editorial Panamericana.

BERZOSA CEBALLOS, G. (2009). “Hacia una nueva cultura de envejecimiento: ser persona mayor activa, relacionada y comprometida socialmente”. En Nuevas miradas sobre el envejecimiento. Colección Manuales y guías. Serie Personas Mayores. Nº 31005. Madrid. IMSERSO.

B.O.C.M. de 4 de marzo de 1998. Orden por la que se aprueba el Reglamento de los Centros de Día para Personas Mayores de la Comunidad de Madrid. Recuperado el 20 de enero de 2014 de:

http://www.madrid.org/wleg/servlet/Servidor?opcion=VerHtml&nmnorma=755&cdestado=P#_fn1.

CABRÉ, A.; DOMINGO, A. Y MENACHO, T. (2002). Demografía y crecimiento de la población española durante el siglo XX. Centre d'Estudis Demogràfics. Almeria: Caja Rural Intermediterránea. Cajamar.

CARTA MARCO DE SERVICIOS DE CENTROS DE MAYORES. Servicio Regional de Bienestar Social. Recuperado el 27 de enero de 2014.

<http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DCarta+Marco+de+Servicios+de++Centros+de+Mayores+%2814-10->

[2013%29.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1352838104566&ssbinary=true](#)

CASTRO GALLARDO, M. (2007). Relaciones Intergeneracionales y bienestar de las personas mayores. Universidad de Granada. Tesis Doctoral. Recuperado el 10 de mayo de: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/1634/1/1684256x.pdf>

CONSEJO ESTATAL DE LAS PERSONAS MAYORES. 2009. III Congreso del Consejo Estatal de las Personas Mayores. Ponencia C: Relaciones Intergeneracionales. Madrid. IMSERSO. Recuperado el 9 de mayo de 2014 de <http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/relacintergenercnales.pdf>

DÍAZ-VEIGA, P y GÓMEZ MARTÍN, M.P. (2012). La experiencia de envejecer. Madrid. Sociedad Española de Geriatria y Gerontología.

GARCIA HERRERO, G y RAMIREZ NAVARRO, J.M. (2006) Manual práctico para elaborar proyectos sociales. Madrid. Consejo General de Diplomados en Trabajo Social. Siglo XXI.

GARCIA-RINCON DE CASTRO, C. 2003. Cuaderno de viaje para acompañar. Experiencias de voluntariado social. Madrid. Homo Prosocialis.

GONZALEZ, M. J. Y SAN MIGUEL, B. (2001). El envejecimiento en la población española y sus consecuencias sociales. Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social nº 9 (19-45).

INSTITUTO INTERNACIONAL DE ESTUDIO SOBRE LA FAMILIA. Informe The Family Watch (2013). El papel de la familia en el envejecimiento activo. 29 abril 2013. Recuperado el 27 de diciembre de 2013 de: <http://www.thefamilywatch.org/Informe20132.pdf>

MARIN, J.M. (2003). Envejecimiento. Sociedad Española de Geriátría y Gerontología. Salud pública Educación Salud: 28-33. Recuperado el 13 de diciembre de 2013 de: <http://webs.uvigo.es/mpsp/rev03-1/envejecimiento-03-1.pdf>

MARCO MARCO, C. (2009). Relaciones intergeneracionales y su influencia en el envejecimiento activo. Ponencia 2. Federación de ONGs de Mayores de la C.A. Región de Murcia.

MAS QUINTANA, M. (2012). Envejecimiento activo y participación. La visión de los Mayores. Consejo Estatal de las Personas Mayores

MEIL LANDWERLIN, G. (2006). Padres e hijos en la España actual. Edición electrónica. Colección Estudios Sociales.

NACIONES UNIDAS. Centro de Noticias. 1 de octubre 2004. Día internacional de las Personas Mayores. Conferencia de Kofi Annan. http://www.un.org/spanish/News/story.asp?newsID=3181#.U3av-Pl_tqV

NACIONES UNIDAS. Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. Madrid. Del 8 al 12 de abril de 2002. Recuperado el 8 de febrero de 2014 de: <http://undesadspd.org/Portals/0/ageing/documents/Fulltext-SP.pdf>

ORDEN 210/1998, por lo que se aprueba el Reglamento de los Centros de Día para personas mayores de la Comunidad de Madrid. Consejería de Sanidad y Servicios Sociales (BOCM de 4 de marzo de 1998). Recuperado el 26 de diciembre de 2013 de: <http://www.madrid.org/wleg/servlet/Servidor?opcion=VerHtml&nmnorma=755&cdestado=P>

PARDO ANDREU, G (2003). Consideraciones generales sobre algunas de las teorías del envejecimiento. Rev Cubana Invest Biomed.Vol.22 (1):58-67

PLANES Y ACTUACIONES. Centros de Mayores. Servicio Regional de Bienestar Social. Recuperado el 20 de enero de 2014. http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_InfPractica_FA&cid=1354249280078&idConsejeria=1109266187278&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1109266227734&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&sm=1109266100977

PORTAL MAYORES. Especializado en Gerontología y Geriatria. Recuperado el 27 de enero de 2014. Acceso online. Disponible en: <http://www.imsersomayores.csic.es/salud/psicologia/vejez/pyr.html#e5>
<http://www.imserso.comayores.csic.es/salud/psicologia/vejez/pyr.html#e5>

RIBERA CASADO, J.M. (2004). Envejecimiento. Universidad Complutense. Madrid. Disponible en: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/ribera-envejecimiento-01.pdf>

TOLEDANO IBARRA, Á. L. (2004). Hacia el equilibrio de la población mundial. Bilbao. Desclée De Brouwer.

VÁZQUEZ MARISCAL, A. (2004). Las reformas de los sistemas de pensiones en Europa. Revista del Ministerio de Trabajo e Inmigración nº 54.

VV.AA (2011). Libro blanco sobre envejecimiento activo. Madrid. IMSERSO.

VV.AA (2007). Programas Intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades. Barcelona. Fundación “La Caixa”.