



Co-funded by
the European Union

NEXT DOOR GUÍA DEL PROGRAMA DE FORMACIÓN

Fostering neighborhood participation
to protect and care for elderly citizens



NEXT DOOR

Project number: 2020-1-FR01-KA204-080560

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



INDICE

INTRODUCCIÓN	3
I. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL CURSO DE FORMACIÓN	4
II. MÓDULOS FORMATIVOS	6
III. CONSEJOS DEL CONSORCIO NEXT DOOR	21
IV. CÓMO UNIR LA FORMACIÓN CON LAS ACTIVIDADES DE CONCIENCIACIÓN	29
CRONOLOGÍA	31
ANNEX	32

INTRODUCCIÓN

El proyecto Next Door se desarrolló entre septiembre de 2020 y agosto de 2023.

Durante los tres años del proyecto, los ocho socios (ACEEU, Afeji, Ainova Amadora, ANS, Aproximar, EaSI, Consorci de la Ribera y MEH) de Francia, Alemania, Italia, Portugal, Rumanía, España y el Reino Unido han puesto en práctica un conjunto de diversos métodos y actividades con el fin de promover el capital social dentro de los barrios, fomentando la protección de los ciudadanos mayores, aumentando los niveles de autoestima y la calidad de vida.

Uno de los principales resultados de Next Door es la creación y puesta a prueba de un programa de formación en cada país de los socios del proyecto.



El objetivo del curso de formación es concienciar sobre la creación de redes de apoyo para las personas mayores de la comunidad, como factor protector y promotor de un envejecimiento activo y empoderado.

Este curso está dirigido a profesionales y voluntarios en el marco del proyecto Next-Door, cuyo objetivo es movilizar a la comunidad en apoyo de los ciudadanos de más edad, y se basa en los principios del envejecimiento en el lugar de residencia.

El objetivo de este documento es presentar los recursos creados por la asociación, cómo funciona, cómo reproducirlo y dar acceso a los documentos completos. También incluye consejos para formadores y facilitadores.

Este modelo existe tanto en versión digital, con todos los enlaces necesarios a los documentos complementarios, como en versión imprimible.

Dentro del proyecto Next Door, nuestro objetivo era crear un programa de desarrollo de capacidades que incluyera material audiovisual. El programa de desarrollo de capacidades se diseñó para ser pilotado en cada país con un grupo de 10 profesionales, reuniendo en total a 70 participantes a nivel europeo.

Al final, el consorcio pudo formar a 114 profesionales. En Portugal y España, el programa se puso a prueba 3 y 2 veces (respectivamente) con grupos de más de 10 participantes cada vez.





Esta prueba piloto permitió a todos los socios recabar información cuantitativa y cualitativa sobre el programa de capacitación y su aplicación.

Esto dio al consorcio la oportunidad de hacer ajustes y elaborar esta guía para acompañar a las partes interesadas en la reproducción del programa.

I - DESCRIPCIÓN GENERAL DEL CURSO DE FORMACIÓN

El curso de formación NextDoor, como ya se ha mencionado, aumenta la concienciación sobre el establecimiento de redes de apoyo para los ciudadanos mayores dentro de la comunidad, con el objetivo de proporcionar protección y capacitación para un proceso de envejecimiento comprometido e independiente.

Se trata de un curso creado en colaboración y sus principales objetivos son:

- Desarrollar y adquirir conocimientos sobre la participación de la comunidad en el apoyo a las personas mayores;
- Desarrollar las habilidades necesarias para establecer una red de apoyo;
- Comprender las necesidades del grupo objetivo y el impacto que la alfabetización digital puede tener en su calidad de vida;
- Comprender algunas estrategias para involucrar a los ciudadanos de las comunidades en la participación cívica.

Este curso moviliza a profesionales, trabajadores comunitarios, voluntarios y ciudadanos para crear entornos y comunidades basados en los principios del envejecimiento en el lugar para apoyar a las personas mayores, con lo que se espera que los participantes alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- Reconocer e identificar los derechos de las personas mayores en la sociedad actual;
- Definir el marco de envejecimiento saludable e identificar estrategias locales para promover el envejecimiento activo y saludable en la comunidad;
- Identificar y utilizar estrategias prácticas para fomentar el uso de las tecnologías digitales en apoyo de las personas mayores;
- Poner en marcha una iniciativa de proximidad a nivel local, que incluya una acción de sensibilización para fomentar el compromiso de la comunidad en apoyo de las personas mayores.

El curso tiene una duración total de 32 horas en formato e-learning, con sesiones síncronas y asíncronas, lo que permite a los participantes adquirir los conocimientos teóricos necesarios alineados con los objetivos de los módulos propuestos.

Las sesiones síncronas son presenciales y con un moderador. Las sesiones asíncronas son en línea (material audiovisual) y se desarrollan de forma independiente en función de la disponibilidad de los participantes.

El contenido del programa del curso se centra en cuatro módulos:

- Las personas mayores en la sociedad;
- Promoción de un envejecimiento activo y saludable;
- Alfabetización Digital;
- Talleres sobre participación comunitaria.



En cuanto a la carga de trabajo, el siguiente cuadro resume su distribución por módulos y formato:

Nº.	Modulos	Horas de sesiones		Nº. de sesiones síncronas
		Síncronas	Asíncronas	
1	Las personas mayores en la sociedad	4	2	1
2	Promoción de un envejecimiento activo y saludable	8	2	2
3	Alfabetización Digita	4	2	1
4	Talleres sobre participación comunitaria	8	2	2

Los métodos de aplicación de los módulos/unidades de formación son activos e interactivos; la creación de redes y la conexión entre los participantes es fundamental, ya que impulsará el aprendizaje propuesto. Después de cada módulo, hay un cuestionario que evalúa las competencias adquiridas.

En los capítulos siguientes, se hará un marco y una descripción de cada módulo, así como sugerencias de actividades y "consejos" para su puesta en práctica.



II- MÓDULOS FORMATIVOS

Los módulos de formación se han diseñado a partir de los temas previstos en el enfoque propuesto, así como de las aportaciones de los socios y su experiencia sobre el terreno en cuanto a lo que podría aportar un valor añadido a la participación comunitaria. Los módulos contienen una descripción teórica del tema y un plan de sesiones para organizar y equilibrar las actividades de presentación y aprendizaje activo.

Módulo 1

El primer módulo del curso de formación se centra en las personas mayores en la sociedad, las creencias erróneas que la gente tiene sobre las personas mayores y de dónde proceden esas ideas.

El módulo consta de dos partes, una sincrónica en la que el contenido del módulo se aborda de forma ligera y la atención se centra en los participantes para animarles a reaccionar e interactuar durante el taller y las actividades.

La segunda parte es una sesión asíncrona en la que los participantes tienen acceso a un powerpoint multimedia que cubre ampliamente todo el contenido. También se les invita al final a rellenar un pequeño cuestionario sobre el contenido.

El módulo LAS PERSONAS MAYORES EN LA SOCIEDAD se centra en el impacto social y económico del envejecimiento, en la protección de los derechos de las personas mayores y en los cambios normativos en la vejez. El objetivo es abrir un debate entre los participantes sobre las principales ideas preconcebidas sobre el envejecimiento que siguen estando muy presentes en nuestras comunidades.

El módulo abarca 3 grandes temas de debate :

- **El envejecimiento demográfico** en Europa implica más personas mayores (de 60 años o más) y menos individuos en edad de trabajar (de 20 a 64 años).

En 2050, la población de más de 80 años se habrá triplicado y rondará los 450 millones.

Algunos países tienen elevadas proporciones de ancianos, como Italia y Alemania, mientras que otros, como Irlanda, siguen siendo relativamente jóvenes.

Los efectos económicos del envejecimiento, como el descenso de la productividad, son menos importantes de lo previsto.

Las políticas deben atender a las distintas necesidades de los mayores, desde los jubilados activos hasta los que sufren vulnerabilidades o una disminución de su autonomía.

La adaptación de las viviendas, la creación de ciudades adaptadas a las personas mayores y la mejora de la asistencia sanitaria son cruciales.



Las enfermedades crónicas de las personas mayores suponen un reto para los sistemas sanitarios, que requieren mejores redes de atención primaria y soluciones innovadoras, como robots especializados.

- **Además**, los derechos de las personas mayores están salvaguardados por la legislación europea, como la Directiva 2000/78/CE, que prohíbe la discriminación por motivos de edad, religión, creencias, discapacidad u orientación sexual en ámbitos como el empleo, la formación profesional y la pertenencia a organizaciones.

Una propuesta de Directiva del Consejo pretende ampliar los principios de igualdad de trato más allá del mercado laboral.

El Comité Director de Derechos Humanos del Consejo de Europa se centra en la promoción de los derechos de las personas mayores.

Las recomendaciones abarcan la no discriminación, la autonomía, la protección contra la violencia y los abusos, la protección social, el empleo, la asistencia y la administración de justicia.

Estas recomendaciones se han aplicado en varios Estados miembros, dando lugar a diversas acciones como el establecimiento de agencias antidiscriminación, la creación de fondos de asistencia y la puesta en marcha de programas para un envejecimiento activo y saludable.

El Reino Unido, por ejemplo, abolió la edad de jubilación por defecto y promueve la independencia a través de los programas de Age UK. Este marco jurídico y estas iniciativas pretenden garantizar el bienestar y la igualdad de trato de las personas mayores en toda Europa.

- **Por último**, el lenguaje utilizado para hablar del envejecimiento influye en las percepciones sociales.

Los estereotipos negativos dominan varios sectores, presentando el envejecimiento como declive y carga.

Esta percepción puede provocar conflictos entre generaciones.

Para hacer frente a esta situación, se recomienda evitar las narrativas de crisis, abstenerse de utilizar la edad como indicador de riqueza y reconocer la diversidad del envejecimiento.

Los medios de comunicación y la publicidad también perpetúan los estereotipos, por lo que es necesaria una mayor diversidad y responsabilidad.

Cambiar el lenguaje puede promover una visión más positiva y realista del envejecimiento, haciendo hincapié en las oportunidades y la diversidad.



Entre los tres temas de los módulos, se prevén dos actividades de aprendizaje en este módulo.

En la primera, se invita a los participantes a compartir las preocupaciones que puedan tener sobre el envejecimiento. (Introducirá la 3a parte del módulo sobre los cambios normativos y no normativos en las personas mayores).

A continuación, se pide a los participantes que compartan iniciativas, proyectos, servicios públicos o asociaciones que conozcan y que estén especializados (o trabajen en este campo) en reducir la preocupación que han planteado.

La segunda actividad es un taller en pequeños grupos de cinco personas como máximo, el objetivo es observar un problema en solidaridad para resolverlo juntos.

El grupo se centra en 4 aspectos de un problema: los hechos, los problemas, la explicación y las posibles soluciones. Cada grupo dispone de 1h30 para conocerse y debatir;

El problema que se abordó en las sesiones durante el pilotaje de Next Door es : "Los tópicos sobre los ciudadanos mayores y el envejecimiento provocan aislamiento".

A continuación, una persona de cada grupo hace una restitución a todos los participantes para fusionar todas las aportaciones y abrir un debate.

Por último, se invita a los participantes a volver a grupos más pequeños para centrarse en el desarrollo de una solución específica.



Módulo 2

El segundo módulo del programa de capacitación se denomina "**Promoción del envejecimiento activo y saludable**". Hoy en día, con el aumento de la población que envejece, es urgente la existencia de más políticas y actitudes individuales que apoyen el envejecimiento activo.

Todos tenemos el deber cívico de apoyar a las personas mayores para que vivan en una comunidad más inclusiva, que aporte más autosatisfacción a todos los ciudadanos, que sea solidaria y que promueva la participación.

Depende de los diferentes profesionales de la comunidad crear conciencia para fomentar una red de apoyo que promueva un envejecimiento saludable y activo (OMS, 2022).

Envejecimiento saludable: qué es?

El envejecimiento saludable se describe como un proceso que dura toda la vida y que consiste en mantener la capacidad funcional, que es preservar la salud física, social y mental para llegar a la vejez con bienestar, independencia y calidad de vida.

Este proceso tiende a dar a la persona la capacidad de controlar su propia salud (OMS, 2015; Peel, Barlett & Mclure, 2004). Se sabe que algunos hábitos como el ejercicio físico, comer alimentos nutritivos y no fumar, por ejemplo, tienen múltiples beneficios y promueven una vida más larga y saludable. Estos hábitos pueden disminuir el riesgo de diabetes y enfermedades cardiovasculares (OMS, 2002; Dreux & Vacheron, 2016). Los buenos hábitos no solo pueden reducir las enfermedades, sino promover el bienestar.

El concepto de Envejecimiento Saludable de la OMS ha englobado aquellos que se relacionan con un envejecimiento exitoso (véase el trabajo de Rowe y Kahn), o el marco político sobre envejecimiento activo (que perduró hasta este nuevo enfoque de "envejecimiento saludable"): "el proceso de desarrollo y mantenimiento de la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez" (OMS, 2015, 28). Implica la interconexión de la capacidad intrínseca de los individuos (física, mental) y los entornos (a todos los niveles) en los que viven. La etiqueta "entorno" contiene todo tipo de contexto, ya sea el físico, la seguridad que ofrece, el ambiente social que proporciona o las desigualdades que provoca (OMS, 2015). El entorno externo también es un factor que influye significativamente en el Envejecimiento Saludable.



Las características del vecindario son esenciales para la promoción del envejecimiento saludable, especialmente en variables de seguridad y accesibilidad (Wong, Kourtit & Nijkamp, 2021). Promover el envejecimiento saludable es también dar a conocer las opciones que pueden promover la longevidad con calidad, para que las personas mayores "sean lo que tienen razones para valorar."

Combatir el Aislamiento Social

El número de personas mayores que viven solas va en aumento. En 2015, una investigación europea reveló que el 7,8 % de los mayores de entre 65 y 74 años no tenía a nadie con quien hablar de sus asuntos personales. Entre los mayores de 75 años, esta cifra era del 9,2 % (Eurostat, 2019).

El aislamiento social se produce cuando el número y la calidad de los contactos o relaciones sociales son inadecuados (Samuel & Mills, 2017). La soledad, por su parte, es la angustia de sentirse por estar solo o separado de los demás. Aunque el concepto de soledad se refiere a la sensación subjetiva de estar solo, tiene un impacto en la salud, el bienestar y la calidad de vida (Boamah, Weldrick & Lee, 2021).

Combatir el aislamiento social favorece la calidad de vida de los ciudadanos en la comunidad. El envejecimiento no tiene por qué simbolizar una ruptura con la vida activa, laboral y social. Las personas mayores deben estar integradas en familias y comunidades y sentirse queridas, útiles y seguras. La palabra activo no se refiere sólo a ser físicamente activo o estar en la fuerza laboral, sino social, económica, cultural y cívicamente activo (OMS, 2002).

Implicación de la Comunidad: Qué es?

El compromiso comunitario es un acto de colaboración con otros ciudadanos de zonas geográficas cercanas para promover el bienestar de la comunidad. Significa participar e implicarse en la comunidad. El compromiso comunitario es "el proceso de trabajar en colaboración con y a través de grupos de personas afiliadas por proximidad geográfica, intereses especiales o situaciones similares para abordar cuestiones que afectan al bienestar de esas personas" (Davis, 2011, p.7). En general, los objetivos de la implicación comunitaria son generar confianza, movilizar recursos, mejorar la comunicación y mejorar los resultados sanitarios y la calidad de vida de los ciudadanos. El compromiso de la comunidad puede incluir a grupos organizados, organizaciones y ciudadanos. (Davis, 2011).

Las intervenciones para fomentar la participación social y la movilización de los ciudadanos deben tener en cuenta la proximidad a los recursos (servicios comerciales y sanitarios), la proximidad a instalaciones culturales y recreativas, el transporte y las instalaciones de apoyo social (Levasseur et al., 2015).



Implementación de las sesiones

El módulo 2 se centra en la presentación de los conceptos básicos, combinada con actividades de aprendizaje destinadas a captar la atención de los participantes y el aprendizaje activo. Este módulo se organiza en dos sesiones de 4 horas cada una. El aprendizaje activo se centra en detectar los conocimientos previos de los participantes o incluso lo que reconocen como concepto, así como su aplicación en su contexto:

- El módulo comienza con dos preguntas abiertas: "¿Cómo definirías un Envejecimiento Saludable?", "¿Por qué es importante para la persona y la comunidad?". El propósito es poner a los participantes a pensar sobre el tema y empezar con lo que ya saben, no sólo en términos de teoría, sino también como cosas que se valoran en su propia comunidad;
- Actividad - "Imagina a una persona mayor en un proceso de envejecimiento saludable. ¿Cómo sería la rutina de esta persona?". Se crean grupos para impulsar la imaginación y la interacción;
- Actividad - "¿Cómo puedo ser útil a esta persona?". Utilizando los perfiles de una página del IOI, los participantes analizan e identifican lo que podrían hacer por esa persona, como miembro de la comunidad, no como profesional; Esta actividad también puede adaptarse o repetirse cambiando la narración por "¿Cómo hacer mi comunidad más accesible a una persona mayor?";
- Actividad - "Cómo implantar comunidades amigables con los mayores". En grupos, los participantes consideran su propia comunidad y reflexionan sobre lo que podría hacerse para fomentar la amigabilidad con los mayores;
- Actividad - "Imagina una sociedad sin personas mayores. ¿Cómo sería? ¿Cómo sería en las familias, en las comunidades, en las organizaciones y en los lugares de trabajo?". Se pide a los participantes que propongan 3 categorías principales de respuestas.



El tema es bien conocido por los profesionales experimentados, pero si uno se enfrenta a diferentes orígenes en términos de cualificaciones o puestos de trabajo, o incluso si un grupo de formación mezcla profesionales, miembros de la comunidad y voluntarios, podría ser pertinente partir de los conocimientos que ya existen en el grupo.

Otro consejo que ha servido de apoyo a la experiencia piloto es integrar los temas en la comunidad, por lo que es realmente importante que los facilitadores/formadores dediquen algún tiempo a conocer la comunidad, la ciudad, el barrio en el que se imparte el curso. Se pueden aprovechar las actividades del módulo 2 para explorar y descubrir qué y cómo ven la realidad los participantes.

Algunas citas de participantes en Portugal mencionaron la importancia de estudiar este tema:

“Este curso ha ampliado mis horizontes sobre la importancia de implicar a la comunidad en un envejecimiento activo de todos sus miembros”.
Participante, Ciudad de Aveiro/ Portugal

"Soy mucho más consciente de los pasos y el tiempo necesarios para diseñar, implementar y obtener resultados de las acciones para promover el envejecimiento en el lugar, incluso porque las políticas públicas todavía tienen un largo camino por recorrer." Participante, Ciudad de Ílhavo/ Portugal

"Creo que este curso debería impartirse en todos los municipios y organizaciones, ya que ofrece herramientas y conocimientos que no son reconocidos por los profesionales que trabajan con personas mayores y comunidades." Participante, Vila de Arouca/ Portugal



Módulo 3

El tercer módulo del curso de formación Next Door se titula "Fomentar el uso de herramientas digitales" y en él se destacan los beneficios de desarrollar habilidades digitales entre los adultos mayores. Está pensado para impartirse en una sesión sincrónica de 4 horas y 2 horas asincrónicas.



La primera parte del módulo aborda la importancia de las competencias digitales y las TIC en nuestra vida cotidiana, especialmente para los adultos mayores. Hace hincapié en la necesidad de la tecnología para seguir siendo inclusivos en la sociedad tecnológicamente avanzada de hoy en día (Martínez-Alcalá et al, 2018). Los beneficios del desarrollo de habilidades digitales para las personas mayores incluyen la mejora de la salud, un mejor reconocimiento de las estafas, la contribución a la fuerza de trabajo, el fortalecimiento económico, la mejora de las conexiones sociales, la independencia continua y el acceso más fácil a las actividades clave y el ocio (Marius, 2021).



La segunda parte del módulo se centra en ayudar a las personas mayores a mejorar sus competencias digitales. Se identifican las barreras a las que se enfrentan las personas mayores, como la brecha digital y los retos técnicos, y se sugieren formas de apoyarles, como simplificar el lenguaje digital, hacer hincapié en el aspecto humano de la tecnología y ofrecer oportunidades de aprendizaje práctico. También se mencionan algunas metodologías y técnicas educativas, como el andamiaje, la tutoría y la educación entre iguales, junto con habilidades esenciales para formar a personas mayores, como la empatía, la paciencia, la flexibilidad y la motivación.



Por último, la tercera parte del módulo presenta varios ejemplos europeos de esfuerzos de movilización social para promover el uso de las nuevas tecnologías de la información. Las iniciativas descritas tienen como objetivo combatir la soledad, desarrollar habilidades digitales, mejorar la educación financiera, promover comportamientos saludables, garantizar la inclusión digital y aumentar la conciencia intercultural entre las personas mayores, demostrando formas eficaces de involucrar a los adultos mayores y ayudarles a integrar la tecnología en sus vidas con diversos fines.



El Módulo 3 incluye tres actividades de aprendizaje para estimular el compromiso continuo de los participantes a lo largo de la formación, ofrecer oportunidades de aprendizaje activo y fomentar un entorno de colaboración. Todas las actividades se han diseñado para que puedan aplicarse también en un entorno en línea, para situaciones en las que los facilitadores decidan celebrar las sesiones en línea.

1

En la primera actividad, que se recomienda realizar después de la primera parte del módulo, los participantes deben participar en una sesión de lluvia de ideas para explorar los beneficios de las tecnologías digitales, especialmente para las personas mayores. Los participantes deberán aportar sus ideas sobre las razones para utilizar la tecnología, las experiencias con dispositivos digitales que les ayudan en sus tareas cotidianas y las interacciones con personas mayores que buscan ayuda con la tecnología, en relación con las ventajas destacadas en el módulo.

Cuando se facilite esta actividad, se recomienda crear una atmósfera de apoyo para fomentar el intercambio abierto, estar atento a las contribuciones de los participantes y utilizar eficazmente las herramientas digitales para tomar notas sin problemas durante las sesiones en línea. El facilitador puede preparar ejemplos adicionales de beneficios para enriquecer el debate y debe promover la construcción a partir de las ideas de los demás. Al final, el grupo debería llegar a un entendimiento común sobre cómo la tecnología puede utilizarse de forma positiva y por una buena causa, para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, y que los obstáculos en la adopción de nuevas tecnologías pueden superarse con la dosis adecuada de paciencia y apoyo.

2

La segunda actividad de aprendizaje activo se ha diseñado para que tenga lugar durante la segunda parte del módulo y estimule la creatividad de los participantes pidiéndoles que piensen y diseñen iniciativas de alfabetización digital para personas mayores. Tras dividirse en grupos, deberán definir el grupo destinatario de la iniciativa, los objetivos, los métodos pedagógicos, las personas implicadas, el lugar de celebración, los materiales necesarios, las herramientas digitales, el número de sesiones y cualquier plan de seguimiento. Posteriormente, la presentación de todas las ideas debería ayudar a reflexionar de forma más crítica sobre su trabajo y a enriquecer las propuestas existentes.

El facilitador debe asegurarse de que todos los grupos tengan acceso a los recursos necesarios, ya sea en persona o en línea. La utilización de herramientas digitales como las salas de reuniones de Zoom y plataformas como Jamboard, Padlet o Miro pueden mejorar los debates en grupo y el intercambio de ideas, especialmente en línea.



Para que esta actividad resulte más eficaz, se recomienda preparar un folleto/presentación sobre los principales beneficios del desarrollo de las competencias digitales entre las personas mayores y las metodologías y técnicas educativas, ya que puede servir de punto de partida para la lluvia de ideas. Además, ofrecer oportunidades para reflexiones escritas o comentarios anónimos puede proporcionar una salida alternativa para las ideas y puede ayudar a los participantes menos francos a expresarse más fácilmente.

3

Después de la segunda parte del módulo debe realizarse una tercera actividad de aprendizaje activo, con el fin de desarrollar la confianza, la empatía y destacar la importancia de una comunicación eficaz y adaptada. La actividad consiste en dividir a los participantes en parejas, en las que una persona se convierte en el guía (partidario) y la otra en el seguidor (con los ojos cerrados y los ojos vendados). El acompañante indica al seguidor que dibuje un camino en un papel para llegar a un punto final concreto, siguiendo un itinerario trazado de antemano.

Es esencial hacer hincapié en la importancia de la escucha activa y la comunicación clara, animando a los seguidores a adaptar su enfoque en función de las necesidades y los comentarios del seguidor. La sesión informativa posterior a la actividad puede brindar a los participantes la oportunidad de compartir sus experiencias y reflexionar sobre los retos y los éxitos que han encontrado durante el ejercicio. Los facilitadores también pueden alentar a los participantes a aplicar las lecciones aprendidas en esta actividad a sus interacciones con adultos mayores, fomentando relaciones más comprensivas, pacientes y empáticas en su práctica profesional.

4

Por último, dado que este módulo se centra en la importancia y los beneficios de la alfabetización digital, es una buena oportunidad para presentar la Plataforma Digital Next Door, compartiendo el Video Tutorial de la Plataforma, que presenta brevemente cómo se puede utilizar la plataforma en beneficio de los adultos mayores, las organizaciones y los ciudadanos.

Entre los comentarios de los participantes cabe destacar su carácter único al reunir a los sectores público y privado, la introducción de nuevos conceptos, la oportunidad de interactuar en grupo, el intercambio de experiencias y el aprendizaje a partir de los modelos de buenas prácticas presentados. Los participantes afirmaron que la formación supuso un cambio positivo en su enfoque, haciéndoles más pacientes, empáticos y abiertos a la hora de trabajar con personas vulnerables. Además, mencionaron que realizarán sesiones de formación internas dentro de su red de profesionales, compartiendo las mejores prácticas y los conocimientos adquiridos en el curso.



Módulo 4

El módulo 4 profundiza en el concepto de sensibilización, haciendo hincapié en las técnicas para conectar eficazmente con diferentes ciudadanos y comunidades mediante una campaña de sensibilización.

El módulo aborda ampliamente la implicación de la comunidad, arrojando luz sobre los servicios locales de apoyo y proporcionando valiosos conocimientos sobre las herramientas de implicación de la comunidad con orientaciones prácticas.

Además, esboza enfoques estratégicos e indicaciones valiosas para establecer un servicio de proximidad a nivel local.

Sensibilizar e implicar a las comunidades son pasos cruciales para promover el bienestar, el cambio de comportamiento y la elaboración de políticas.

Para concienciar eficazmente, es importante utilizar diversas estrategias, métodos y herramientas para transmitir mensajes y recabar apoyos.

El éxito de las campañas de concienciación pasa por reforzar los conocimientos de los ciudadanos, fomentar su participación activa e inspirar cambios políticos a escala local o regional.

Adoptar un enfoque que englobe a toda la sociedad y que implique a múltiples partes interesadas, como la sociedad civil, el sector privado, el mundo académico y el gobierno, aumenta la probabilidad de crear cambios de comportamiento duraderos y de implicar a los ciudadanos en iniciativas de desarrollo sostenible.

Elaborar una campaña de sensibilización implica varios pasos clave.

En primer lugar, es esencial identificar el objetivo o problema principal que se quiere abordar y determinar las necesidades específicas del público destinatario, como las personas mayores de una zona concreta.

Es crucial desarrollar mensajes clave y coherentes que sean sencillos, memorables y tengan una clara llamada a la acción.

El empleo de múltiples métodos y tácticas de concienciación, como la creación de un programa de embajadores, la participación en eventos locales, la organización de paquetes de recursos informativos y actuaciones locales, la producción de recursos educativos y la utilización de plataformas de medios sociales, puede difundir el mensaje de forma eficaz.



Además de estos pasos, existen otros consejos para que una campaña de concienciación tenga éxito. La coherencia visual y del mensaje en todas las comunicaciones relacionadas con la campaña ayuda a reforzar el mensaje.

La narración de historias, incluidas las historias personales y los estudios de casos, puede conectar con los grupos destinatarios a nivel emocional y motivarlos para que actúen.

El uso de expresiones y terminología positivas maximiza el interés, y el establecimiento de próximos pasos y objetivos claros permite medir los progresos.

Expresar gratitud y aprecio mediante mensajes de agradecimiento, actos de reconocimiento a los voluntarios y la presentación de los "héroes" locales o las mejores prácticas refuerza aún más el compromiso de la comunidad.

A la hora de implicar a la comunidad, es crucial reconocer la importancia del apoyo vecinal para las personas mayores. Los vecinos pueden proporcionar un apoyo vital cuando la familia o los amigos íntimos no están fácilmente disponibles. El bienestar, la independencia y la integración social de los mayores están estrechamente ligados a sus barrios. Tener en cuenta las necesidades de la población de edad avanzada, garantizar la accesibilidad, considerar las limitaciones tecnológicas y programar las actividades de acuerdo con sus preferencias es esencial para el éxito de la participación.

Entre los factores que aumentan el compromiso y la participación de la comunidad se encuentran el reconocimiento de las preocupaciones y aspiraciones, la definición de funciones y propósitos claros para la comunidad y las partes interesadas, la autenticidad y la integración de un circuito de retroalimentación, la conexión con los líderes de la comunidad, la gamificación o el atractivo para los intereses locales y la retribución a la comunidad.

Involucrar a las personas mayores en actividades comunitarias no sólo les beneficia a ellos, sino que también proporciona valiosos conocimientos y experiencia al gobierno y a la comunidad en general.

En general, la sensibilización y la implicación de las comunidades requieren una planificación cuidadosa, una comunicación eficaz y un profundo conocimiento de las necesidades y preferencias del público destinatario. Mediante la aplicación de estas estrategias y consideraciones, las organizaciones y los gobiernos pueden crear campañas de sensibilización e iniciativas de participación comunitaria significativas y de gran impacto.



Consejos para llevar a cabo estas actividades:

1. Definición clara del objetivo: Antes de iniciar la campaña de sensibilización, defina claramente el objetivo o problema específico que pretende abordar. Comprender al público objetivo y sus necesidades guiará la dirección de la campaña.

4. Coherencia visual: Mantenga la coherencia visual y del mensaje en todas las comunicaciones de la campaña. Esto ayuda a reforzar el mensaje y crea una identidad cohesiva para la campaña.

5. Contar historias: Incorpore historias personales y casos prácticos a la campaña. Estas narraciones conectan emocionalmente con la audiencia y la impulsan a pasar a la acción.

6. Frases positivas: Enmarque los mensajes de forma positiva para despertar el interés y el entusiasmo. El positivismo estimula el compromiso y fomenta el sentido de comunidad.

2. Mensajes clave: Desarrolle mensajes clave concisos, memorables y orientados a la acción que resuenen en el público objetivo. Estos mensajes deben transmitir el propósito de la campaña y fomentar el compromiso.

3. Métodos diversos: Utilice diversos métodos de concienciación, como un programa de embajadores, actos locales, recursos educativos, redes sociales y actuaciones.

Diversificar los métodos aumenta el alcance y el impacto de la campaña.

7. Llamada a la acción clara: Incluya una llamada a la acción clara y procesable en los mensajes de la campaña. Esto ayuda a orientar a la audiencia sobre qué pasos dar a continuación.

8. Métricas de evaluación: Establezca métricas para supervisar y evaluar el progreso de la campaña. Mida el alcance, las tasas de compromiso, la asistencia a eventos y otros datos relevantes para medir la eficacia.

9. Flexibilidad: Diseñe la campaña teniendo en cuenta la flexibilidad. Esto permite realizar ajustes en función de los comentarios de la audiencia, eventos inesperados o circunstancias cambiantes.



10. Involucrar a la población de edad avanzada: Al involucrar a los adultos mayores, tenga en cuenta sus necesidades, preferencias y limitaciones. Garantice la accesibilidad, las adaptaciones tecnológicas y un calendario que se adapte a sus rutinas.

11. Contexto local: Al crear un servicio de proximidad, tenga en cuenta el contexto demográfico local, los antecedentes históricos y las necesidades específicas de los distintos grupos de edad. Adapte el servicio a las características únicas de la comunidad.

12. Participación de las partes interesadas: Implique a las partes interesadas locales y a los líderes de la comunidad en la planificación y ejecución de la campaña o el servicio. Su apoyo y sus aportaciones aumentan la credibilidad y el impacto de la iniciativa.

13. Retroalimentación periódica: Mantenga un ciclo continuo de información con la comunidad. Organice grupos de discusión, encuestas o entrevistas para recabar información y perfeccionar las estrategias en función de las aportaciones en tiempo real.

14. Agradecimiento: Muestre su gratitud a los miembros de la comunidad que participan y contribuyen. El reconocimiento y el agradecimiento fomentan un sentimiento de pertenencia y animan a seguir participando.

15. Compartir conocimientos: Anime a los mayores a compartir sus conocimientos y experiencias con la comunidad. Sus puntos de vista pueden contribuir a una mayor comprensión y desarrollo de la sociedad.

16. Reproducción de los módulos: Al reproducir los módulos, siga una estructura coherente para cada uno de ellos. Revise el plan de la sesión, utilice la presentación en PowerPoint y el resumen, consulte el documento de actividades de aprendizaje detalladas y concluya con un cuestionario para recapitular.

Si incorpora estos consejos, podrá poner en marcha con eficacia campañas de concienciación, iniciativas de participación comunitaria y servicios de proximidad que atiendan las necesidades de las personas mayores y promuevan un cambio positivo en la comunidad.

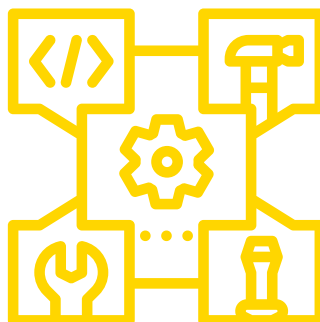


Cómo replicar los módulos ?

Los cuatro módulos se han construido de forma similar. Lo que significa que para replicar la formación, puede seguir cada módulo de la misma manera :

- 1/ En primer lugar, debe seguir el plan de la sesión para ver cómo está diseñado el módulo y en qué consiste.
- 2/ Como apoyo a cada módulo, encontrarás un powerpoint específico y un resumen con todo el contenido teórico relacionado con el módulo
- 3/ Todas las actividades de aprendizaje incluidas en cada módulo y mencionadas en el plan de la sesión se han detallado en un documento específico
- 4/ Al final de cada módulo se puede tener una recapitulación de la información con un cuestionario que se ha proporcionado también
- 5/ Cada módulo incluye contenidos multimedia que se mencionan al principio o al final del plan de la sesión.

Puede acceder a todo el contenido del módulo siguiendo este enlace :



III- CONSEJOS DEL CONSORCIO NEXT DOOR

Los comentarios que todos los socios recibieron de los participantes al final de la prueba piloto permitieron al consorcio redactar algunos consejos sobre cómo reproducirlo.

Reclutamiento de participantes/implicación de las partes interesadas adecuadas

El curso de capacitación Next Door forma parte de una iniciativa más amplia para promover el envejecimiento en el lugar de residencia.

El modelo Next Door pretende fomentar la participación vecinal para proteger y cuidar a los ciudadanos mayores.

Al ser un servicio de barrio, implica que los participantes en el curso son personas que tienen alguna conexión con el lugar: pueden ser miembros de la comunidad o residentes; profesionales o voluntarios; o incluso personas que hayan vivido allí antes o que tengan alguna relación personal (por ejemplo, el territorio de sus abuelos, o un lugar en el que hayan crecido).

El sentimiento de pertenencia, aunque no excluyente, parece ser un punto relevante a la hora de organizar un curso de formación de este tipo.

Muchas veces, pueden ser nuevos conocimientos ("aumentó mis conocimientos"; "fue un beneficio para mi vida profesional"), pero otras es el hecho de que se pondrán en contacto con diferentes profesionales ("desarrollé nuevas formas de pensar y trabajar en la comunidad, utilizando a todas las partes interesadas"; "desarrollo nuevas habilidades al compartir experiencias profesionales entre los participantes"). Al final, el curso Next Door "fue importante y sensibiliza a los profesionales y a otras personas que trabajan para la población mayor para hacer más con la comunidad, por supuesto si se puede sensibilizar a otros agentes de la comunidad y a sus líderes".

(Las frases entrecomilladas son citas de participantes en el proyecto piloto de capacitación).



La identificación de las partes interesadas, incluso antes del lanzamiento del curso, es una parte importante de la impartición. Cada formador/proveedor tiene que comprobar quién es el mejor agente en el territorio para acoger un curso de capacitación de este tipo y el que hará que sea más eficaz llegar a diferentes personas. Seleccionando e implicando a las partes interesadas adecuadas, la captación de participantes será más fácil: a veces puede deberse a la influencia del grupo, otras puede estar vinculada a actividades y estrategias políticas ya en marcha.

El segundo paso, muy importante, es presentar el programa, enmarcándolo en el contexto y la realidad en los que se pretende intervenir. La implicación de las autoridades públicas como organización anfitriona proporcionará un marco necesario para la puesta en marcha del curso, pero también para la cobertura de todo el modelo Puerta Próxima y sus diferentes recursos.



Elegir el lugar correcto:

La ubicación de la formación tendrá un impacto tangible en la contratación de los participantes.

Dependiendo de su enfoque geográfico para esta captación, debe tener en cuenta que el lugar debe acoger al mayor número posible de participantes. Debe ser de fácil acceso para quienes dependen del transporte público y no estar demasiado lejos del lugar donde se implanta la mayoría de las partes interesadas.

El objetivo del curso de formación es sensibilizar sobre la creación de redes de apoyo de proximidad y la ubicación ideal sería en el corazón de esta red prevista.

Además, las últimas sesiones se centran en el desarrollo de eventos y estar en el territorio adecuado es una ventaja para que los participantes puedan visualizar las posibilidades concretas.

En Francia, por ejemplo, la mitad de los participantes eran voluntarios de un establecimiento social que sólo utilizan el transporte público. Para garantizar su participación, todas las sesiones del curso se celebraron en ese establecimiento.



Otro aspecto importante es la ubicación de los locales. Varias sesiones del curso de formación se basan en actividades de aprendizaje en grupo, por lo que el local debe ofrecer un entorno en el que al menos dos grupos puedan entablar conversación sin molestar al otro.

El entorno de un programa de formación y sus alrededores afectan en gran medida a los resultados del aprendizaje y el desarrollo. Al diseñar programas de formación, es importante tener en cuenta el diseño del espacio de formación. He aquí algunos requisitos básicos para un lugar de formación:

- Acceso al transporte público
- Material de papelería adicional si es necesario, por ejemplo, papel, bolígrafos, rotuladores fluorescentes, etc.
- Aire acondicionado/ ventiladores/ calefacción fácilmente regulables
- Servicio de comidas - suministro adecuado de refrescos/ almuerzo
- Guardarropa / espacio para las pertenencias de los participantes
- Flexibilidad en la distribución de la sala con mucho espacio para moverse en juegos y actividades
- Buena acústica e insonorización
- Buena iluminación de la sala con mucha luz solar con persianas para bloquearla si es necesario
- Incluye proyector, rotafolios (¡una pizarra inteligente estaría bien!) y sistema de audio
- Ubicación - fácil de encontrar en un mapa, ubicación conveniente - con detalles precisos de navegación por satélite
- Espacios de descanso para los participantes - espacio interior y exterior con asientos - un lugar donde el formador y los participantes puedan salir al aire libre durante los descansos.
- Aparcamiento, fácil de encontrar, cerca del lugar de reunión y en abundancia
- Fotocopias/impresión/correo electrónico a petición desde USB
- Muchas tomas de corriente (en los lugares adecuados para el formador y los participantes, sin cables).
- Almacén/espacio seguro para los recursos y equipos de formación
- Mesas/escritorios (para los participantes si es necesario)
- Instalaciones para té/café/agua disponibles en cualquier momento
- Reloj de pared visible por el formador
- Espacio en la pared para colgar rotafolios (e imanes/carril o blutack/cinta adhesiva adecuados)
- Acceso inalámbrico y a Internet
- Accesibilidad total para discapacitados, con instalaciones de bucle de inducción



Construir la comunicación de la formación :

La comunicación eficaz es la piedra angular del éxito. Lo que ocurre antes, durante y después de las sesiones de formación es tan crucial como el contenido que se imparte en ellas. En las siguientes líneas nos centraremos en los principios estratégicos de comunicación que deben guiar el programa de formación Next Door.

- **Comunicar el porqué.** Presente claramente el programa de formación en el contexto de la iniciativa más amplia. Explique cómo el modelo Next Door pretende fomentar la participación vecinal para el cuidado de los ciudadanos mayores. Explique que el objetivo del proyecto es capacitar a los participantes para que contribuyan al bienestar de las personas mayores en sus barrios fomentando entornos integradores y solidarios. Hable del innovador enfoque de vecindario integrado.
- **Comunicar los objetivos.** Exponga claramente lo que los participantes deben ser capaces de hacer después de la formación y por qué la formación es esencial para el crecimiento tanto personal como de la organización. Describa los objetivos de cada módulo de formación. Por ejemplo, en el módulo 3, el objetivo principal es mejorar las competencias digitales de los participantes y su comprensión de las ventajas de la tecnología para las personas mayores. Destaque cómo estas habilidades pueden mejorar la salud, reforzar las conexiones sociales y mantener la independencia de los ciudadanos mayores, en consonancia con los objetivos más amplios de la iniciativa Next Door. Cada módulo tiene los objetivos de aprendizaje claramente definidos.
- **Comunique las medidas del éxito.** Defina claramente cómo se medirá el éxito después de la formación: mencione qué herramientas (como encuestas, testimonios) se utilizarán para medir la eficacia de la formación. Comparta las herramientas o métodos utilizados para evaluar el impacto de la formación y los resultados específicos esperados. Más información sobre la evaluación de los participantes en la formación en los siguientes subcapítulos.
- En cuanto a la medición, el módulo 4 incluye información centrada en la medición del éxito de los esfuerzos de participación comunitaria. En él se explica que el éxito puede consistir en una mayor participación en los eventos locales, un mejor acceso a los servicios de apoyo para los ciudadanos de más edad o una reacción positiva de la comunidad. Por lo tanto, no sólo se pueden utilizar encuestas o comentarios directos para evaluar el éxito de la formación, sino que también se pueden utilizar otros indicios (participación directa en la formación, hablar de la formación con otras personas, hacer preguntas, etc.).
- **Determine quién debe comunicar qué.** Identifique a las personas adecuadas dentro de la organización para comunicar el programa de formación. Tenga en cuenta la importancia estratégica de la formación y asegúrese de que está en consonancia con el mensaje.





- **Comuníquese pronto y a menudo.** Inicie la comunicación sobre la formación lo antes posible, aunque no se hayan ultimado todos los detalles. Refuerce el mensaje con frecuencia y a través de diversos canales para garantizar la comprensión y la preparación. Cuando programe la formación, notifíquese a los participantes con suficiente antelación, aunque queden pendientes algunos detalles de la sesión. Proporcione una visión general de los temas que se van a tratar y los beneficios esperados. A lo largo de la formación, envíe actualizaciones periódicas sobre las próximas sesiones, el material didáctico y cualquier cambio en el programa para mantener a los participantes comprometidos e informados.
- Dependiendo de la escala de la formación y de su alineación con los objetivos de la organización, determine la jerarquía de comunicación. En el caso de iniciativas como la formación Next Door, las partes interesadas de más alto nivel o los líderes del programa podrían comunicar los objetivos generales y la importancia de la formación. Los responsables inmediatos o los formadores pueden reforzar el mensaje a los participantes individuales, destacando cómo su compromiso contribuye al éxito del programa y de la comunidad en general.

Evaluar los resultados de la formación

La evaluación de los resultados de la formación es vital para la metodología, el viaje de los participantes es de vital importancia. Se recomiendan evaluaciones previas, intermedias y posteriores para determinar el punto de partida, el recorrido y el destino final. Las mismas preguntas se plantean en puntos críticos del proceso, una autoevaluación desde la perspectiva del participante. Se recomienda compartir el progreso con el facilitador principal para establecer cualquier acción o apoyo que se requiera por parte del facilitador para ayudar al participante a alcanzar sus objetivos.

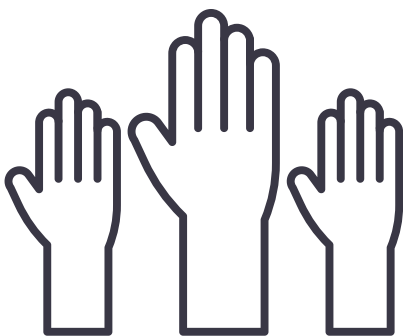
Se recomienda desarrollar un acuerdo de grupo para identificar las normas básicas comunes, como la confidencialidad, el respeto y la conveniencia de cuestionar. Esto aportará claridad al grupo y creará un espacio seguro compartido.

Una forma de determinar la eficacia de la formación es controlar la asistencia, lo que permitirá conocer el interés por la formación, pero también los índices de retención para garantizar que la formación es atractiva, interesante y lo que desean los participantes.



Se recomienda evaluar periódicamente el contenido de las sesiones para comprender qué funciona bien entre los participantes y, lo que es más importante, identificar las áreas en las que es necesario mejorar. Esto también informará sobre cómo se imparten otras sesiones y se tendrá en cuenta en la preparación, los estilos de aprendizaje y los métodos de participación. Se recomienda que, al final de cada sesión, se permita el debate, la reflexión y el intercambio entre compañeros para evaluar cada sesión y preparar la siguiente.

El impacto y la sostenibilidad deben estar en el centro de la formación que impartimos, recopilando testimonios, estudios de casos de impacto y recomendaciones para mostrar la eficacia de la formación, el impacto que puede tener en las personas, las comunidades, las organizaciones y las partes interesadas.



Captar la atención y mantener el interés de los participantes

El curso de capacitación Next Door es un curso de formación cuyo objetivo es mejorar las competencias principalmente de los trabajadores comunitarios, profesionales o voluntarios, respondiendo a la necesidad de sentirse más competentes en el trabajo con personas mayores.

Por lo tanto, se supone que los participantes en este tipo de formación son personas que ya tienen una experiencia que es crucial mejorar.

El bagaje del participante representa, por tanto, un valor añadido a la formación y debe formar parte del itinerario de aprendizaje.

De hecho, para mantener un alto nivel de atención, el formador, además de dominar los temas propuestos, debe por tanto saber potenciar las experiencias de los participantes aprovechando diversas oportunidades durante las sesiones de formación para darles la palabra, recibir la confirmación de lo que se ha proporcionado y enriquecerlo con sus reflexiones y experiencia.



De hecho, la estimulación de los participantes puede lograrse mediante propuestas de lluvia de ideas y pequeñas actividades prácticas individuales o en grupo que fomenten la reflexión, sobre las experiencias pasadas y las nociones tratadas, y el intercambio entre los participantes.

Las prácticas reales y las historias compartidas dan autenticidad y concreción a lo que se aborda en el aula. Al apelar a estos aspectos se crea una relación emocional con lo que se comparte en el aula, lo que fomenta una mayor concentración y cristalización de los temas tratados.

También es esencial utilizar un lenguaje que resulte familiar y comprensible para los participantes; de lo contrario, se creará una distancia entre el formador y los alumnos y será difícil mantener su atención. Entre otras cosas, no hay que descuidar las pausas para que los participantes puedan tomarse un momento para recuperarse.

Este tipo de enfoques permiten ofrecer una formación menos formal, haciendo que el formador se sienta a su nivel y fomentando la implicación a través de un sentimiento de aprendizaje entre iguales.

Interacción entre diferentes perfiles de participantes

- Romper el hielo y actividades de creación de equipos: Comience las actividades de sensibilización con ejercicios para romper el hielo y de creación de equipos para crear un ambiente cómodo e integrador. Estas actividades pueden ayudar a los participantes a conocerse, generar confianza y fomentar un sentimiento de camaradería. Anime a los participantes a compartir sus antecedentes, experiencias y aspiraciones relacionadas con el compromiso comunitario y el apoyo a las personas mayores.
- Reflexión Reflexión y evaluación: Ofrezca oportunidades a los participantes para que reflexionen sobre su aprendizaje y sus experiencias durante las actividades de sensibilización. Realice evaluaciones periódicas para recabar la opinión de los participantes e identificar áreas de mejora. Anime a los participantes a compartir sus ideas y sugerencias para mejorar el compromiso de la comunidad y el apoyo a las personas mayores. Este proceso de reflexión promueve el aprendizaje continuo y el perfeccionamiento de las estrategias.



- Celebrar la diversidad y la inclusión: Destaque el valor de la diversidad y la inclusión en todas las actividades de sensibilización. Cree un entorno que respete y celebre los diferentes orígenes, perfiles y perspectivas de los participantes. Anime a los participantes a aceptar la diversidad como una fuente de fortaleza e innovación en el compromiso de la comunidad y el apoyo a las personas mayores.
- Las sesiones semipresenciales han sido la mejor solución para implicar a los profesionales relacionados con los mayores de las zonas rurales. Por lo tanto, tuvieron la posibilidad de aprender a su propio ritmo y sin restricciones de horarios. Además, los profesionales que trabajan en zonas rurales abarcan una amplia zona y un gran número de municipios, por lo que es muy difícil participar en cursos de formación presenciales.



Poniendo en práctica estos consejos, los participantes de diferentes orígenes y perfiles pueden interactuar mejor, aprender unos de otros y contribuir colectivamente a mejorar el compromiso de la comunidad y el apoyo a las personas mayores en el contexto de un vecindario.



IV- CÓMO UNIR LA FORMACIÓN CON LAS ACTIVIDADES DE CONCIENCIACIÓN

Al vincular las actividades de capacitación y sensibilización, se dota a los profesionales y a los miembros de la comunidad de los conocimientos, las habilidades y la motivación necesarios para participar activamente en el apoyo a las personas mayores. Este enfoque integrado promueve la colaboración, el empoderamiento y el aprendizaje continuo, lo que conduce a un mayor compromiso de la comunidad y a un apoyo más eficaz a la población anciana de las siguientes maneras:

1. Desarrollo de conocimientos y habilidades::

Los talleres de capacitación proporcionan a los profesionales los conocimientos y habilidades necesarios para comprometerse eficazmente con la comunidad y prestar apoyo a las personas mayores.

Al mejorar sus conocimientos en ámbitos como los entornos adaptados a las personas mayores, el compromiso de la comunidad y los enfoques vecinales integrados, los profesionales están mejor equipados para abordar las necesidades y los retos específicos de la población de edad avanzada.

Estos conocimientos les permiten desarrollar estrategias innovadoras y específicas para promover el compromiso y el apoyo de la comunidad.

2. Colaboración y asociaciones:

El programa de capacitación fomenta la colaboración y las asociaciones entre profesionales que trabajan en el apoyo a la comunidad, los servicios sociales y sanitarios y los municipios.

A través de los talleres, profesionales de distintos sectores y organizaciones se reúnen para aprender e intercambiar ideas. Esta colaboración fomenta un enfoque holístico del compromiso y el apoyo a la comunidad, ya que los profesionales pueden aprovechar la experiencia, los recursos y las redes de los demás.

Trabajando juntos, pueden desarrollar iniciativas integrales que aborden las necesidades polifacéticas de las personas mayores y promuevan el compromiso de la comunidad.



3. Capacitar a las comunidades:

Las actividades de concienciación desempeñan un papel crucial a la hora de capacitar a las comunidades para que se comprometan activamente a apoyar a las personas mayores. Estas actividades, realizadas en espacios públicos y utilizando métodos participativos y creativos, pretenden instigar un sentimiento de compromiso y voluntad de ayuda entre el público en general y los propios ciudadanos mayores.

Al concienciar sobre los problemas del envejecimiento y la importancia del apoyo comunitario, estas actividades animan a los miembros de la comunidad a actuar e implicarse activamente en el apoyo a sus vecinos mayores.

Esta sensación de empoderamiento y compromiso refuerza los lazos comunitarios y genera un compromiso colectivo de ayuda a las personas mayores.

4. Integración de los profesionales y la comunidad:

Los talleres de capacitación y las actividades de sensibilización están diseñados para estar interrelacionados y reforzarse mutuamente. Los profesionales formados en los talleres participan activamente en la planificación y ejecución de las actividades de sensibilización.

Esta integración garantiza que los profesionales se sientan dueños de las iniciativas de compromiso con la comunidad y participen directamente en ellas. Se convierten en defensores de las actividades y sirven de modelo para los miembros de la comunidad, promoviendo aún más el compromiso de la comunidad y el apoyo a las personas mayores.

La participación de los profesionales también aumenta la credibilidad y la sostenibilidad de las iniciativas, ya que pueden seguir impulsando el programa incluso después de la ejecución inicial.

5. Aprendizaje y adaptación continuos:

Tanto las actividades de capacitación como las de sensibilización hacen hincapié en la importancia del aprendizaje y la adaptación continuos. Los talleres de capacitación proporcionan a los profesionales recursos en línea y actividades de aprendizaje gamificadas, lo que les permite ampliar continuamente sus conocimientos y habilidades.

Este aprendizaje continuo permite a los profesionales adaptar sus enfoques en función de la evolución de las necesidades y los retos de sus comunidades. Del mismo modo, las actividades de sensibilización pueden mejorarse y adaptarse continuamente en función de los comentarios de la comunidad y de los profesionales implicados. Este proceso iterativo garantiza que las iniciativas sigan siendo pertinentes y eficaces a la hora de promover el compromiso de la comunidad y el apoyo a las personas mayores.



BIBLIOGRAFÍA

- Boamah, S. A., Weldrick, R., Lee, T. S. J., & Taylor, N. (2021). Social isolation among older adults in long-term care: A scoping review. *Journal of Aging and Health*, 33(7-8), 618-632. Available from: https://www.researchgate.net/publication/350440390_Social_Isolation_Among_Older_Adults_in_LongTerm_Care_A_Scoping_Review/fulltext/60f07a4dfb568a7098b1de73/Social-Isolation-Among-Older-Adults-in-Long-Term-Care-A-Scoping-Review.pdf
- Davis, S. M. (2011). "How do they engage a community in a randomized clinical trial or a drug trial?", In: McCloskey, D.J. (Chair). *Principles of Community Engagement*. NIH Publication No. 11-7782. Available from: https://www.atsdr.cdc.gov/communityengagement/pdf/PCE_Report_508_FINAL.pdf
- Eurostat (2019). *Ageing Europe 2019 Edition - Looking At The Lives Of Older People In The EU*. Publications Office of the European Union.
- Levasseur, M., G n reux, M., Bruneau, JF. et al. importance of proximity to resources, social support, transportation and neighbourhood security for mobility and social participation in older adults: results from a scoping study. *BMC Public Health* 15, 503 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1824-0>
- Marius, M. (2021) 5 Reasons why digital literacy must include senior citizens. [Online]. Available at: <https://www.ict-pulse.com/2021/07/5-reasons-why-digital-literacy-must-include-senior-citizens/>
- Martínez-Alcalá, C. et al. (2018) Digital inclusion in older adults: A comparison between face-to-face and blended digital literacy workshops. [Online]. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fict.2018.00021/full>
- Peel, N., Bartlett, H., & McClure, R. (2004). Healthy ageing: how is it defined and measured?. *Australasian Journal on Ageing*, 23(3), 115-119.
- Wong, P. H., Kourtit, K., & Nijkamp, P. (2021). The ideal neighbourhoods of Successful Ageing: A machine learning approach. *Health & Place*, 72, 102704.
- World Health Organization (WHO) (2002). *Active ageing : a policy framework*. World Health Organization. Available on: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>
- World Health Organization (WHO) (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization. Available on: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>



ANNEXE

Más información sobre la guía de actividades de sensibilización en el siguiente [documento](#)

