



PROGRAMACIÓN SOCIOEDUCATIVA
PERSONAS MAYORES

2021/2022

Ac@mpaña

"Somos todo aquello que soñamos. Diseñamos para ti"



ÍNDICE

1.	Introducción	3
2.	Modelo teórico	4
3.	Metodología	4
4.	Medidas de prevención de la COVID-19	5
5.	Personas que pueden apuntarse a los cursos y talleres	6
6.	Propuesta de talleres y actividades	7



1. INTRODUCCIÓN.

A@mpaña es un nuevo concepto donde el **acompañamiento** es el hilo tejedor de nuestro propósito de “ir al lado de”, apostamos por esta línea en esta Programación Socioeducativa 2021/2022, donde se busca un vínculo con cada una de las personas que participa en las diferentes acciones favoreciendo todas sus circunstancias. Se trata de entender quién es cada persona en su globalidad, lograr comprender su experiencia de vida concreta y relacionarse con él o ella en el aquí y ahora.

Los entornos accesibles, la promoción de la salud, la participación, la inclusión y la relación con el medio social entre personas se convierten en elementos imprescindibles dentro del Programa de Personas Mayores, actividades orientadas una vez más a un Envejecimiento activo y saludable.

En la situación actual por la COVID-19, el riesgo de aislamiento social en las personas mayores debemos tenerlo muy presente, colectivo especialmente vulnerable en esta pandemia, como explica Alba Pérez (Universidad Oberta de Cataluña) «*La disminución significativa de las actividades y rutinas cotidianas, una baja estimulación sensorial y una disminución del contacto social pueden alterar su estado anímico*». Es por ello por lo que tenemos que aunar esfuerzos para poder ofrecer un acompañamiento y sensibilización social tan necesario con las personas mayores.

Estos factores hacen que esta Programación Socioeducativa sirva de resorte para coordinar iniciativas orientadas a la promoción del bienestar de las personas mayores, atendiendo a criterios de evidencia científica, calidad, cooperación, diversidad, participación, prevención, proactividad, sostenibilidad y transparencia.



2. MODELO TEÓRICO

Iniciamos este Programa con la visión del reconocimiento, valor y singularidad de cada persona mayor, fijando la mirada en sus capacidades (frente a los déficits), buscando oportunidades y recursos para que cada persona pueda desarrollar sus capacidades y tener control sobre su vida.

Acompañar a las personas avanzando en la Atención Centrada en la persona se traduce en mantener una relación de ayuda y de confianza construida mediante el contacto, la cercanía, la presencia cotidiana y el compromiso adquirido por ambas partes (profesional - participante).

Ac@mpaña es una palabra que engloba los aspectos que se detallan a continuación:

- Tiempo compartido.
- Compromiso, cuidado y paciencia.
- Utilizar una comunicación no verbal adecuada para transmitir cercanía y seguridad.
- Comunicación afectiva, escucha y buen humor.
- Persona accesible que no crea dependencia personal.
- Confianza, igualdad en el trato y dignidad.
- Capacidad de negociación realista y flexible.
- Reforzar lo positivo, elogiar todas aquellas iniciativas por relacionarse.

4

Caminar junto a personas que se encuentran en esta situación lleva a conectar con realidades vitales. Se trata de estar al lado, ni delante ni detrás.

3. METODOLOGÍA

Las últimas investigaciones en neurología, psicología y educación dejan constancia de que no existe una única manera de aprender, la inteligencia humana no se reduce a un solo tipo de razonamiento, sino que cuenta con múltiples facetas. Howard Gardner (psicólogo e investigador) define la inteligencia como *“la capacidad para resolver problemas diversos y hacer productos valorados por una sociedad, e insiste en la diversidad de formas en las que dicha capacidad se manifiesta en cada cultura e individuo”*.



La comprensión de los distintos tipos de inteligencias o maneras de aprender ofrece la oportunidad de detectar las capacidades más desarrolladas en cada persona, reforzar su autoconfianza y ayudar a tender puentes hacia aquellos conocimientos que supongan mayores dificultades.

Así mismo, estamos convencidas que la metodología activa participativa como proceso de aprendizaje en las personas mayores se adecua a esta programación, al partir del supuesto de que todas las personas poseen una historia previa, una experiencia actual, actitudes y prácticas que llevan consigo a los procesos de construcción de nuevos conocimientos en los que participan como agentes activos.

4. MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE LA COVID-19

- Todas las personas tendrán que cumplimentar solicitud de responsabilidad de medidas ante la COVID-19.
- Uso obligatorio de mascarilla en todos los espacios del centro, tanto por parte de los/as profesionales como de las personas asociadas.
- El cumplimiento de la higiene de manos mediante la aplicación de solución hidroalcohólica en el acceso a las dependencias. Existirá un suministro de dispensadores de solución hidroalcohólica en las entradas, salidas, zonas comunes y en las áreas de mayor influencia de personas.
- Mantener un distanciamiento físico entre personas de aproximadamente 1,5 metros.
- Reajuste del número de personas en los diferentes grupos para mantener la distancia de seguridad.
- Entradas y salidas de los grupos de forma escalonada para evitar las aglomeraciones.
- Se extremarán las medidas de higiene en espacios y superficies.
- El material de uso común no estará disponible. Cada participante deberá traer sus propios materiales y no se podrán dejar los utensilios personales (cojines, maletines, esterillas...).
- Según la situación sanitaria existente, se podrá determinar que las personas asistentes a los diferentes talleres dediquen los últimos 15 minutos antes de finalizar para desinfectar el espacio de trabajo (mobiliario, equipamiento y herramientas utilizadas).



- Recomendar el lavado de mano frecuente de las manos con agua y jabón.
- Se recomienda disminuir el tono de voz entre las personas y evitar en la medida de lo posible el ruido ambiental para favorecer que se pueda hablar en tono bajo, de esta forma se evita la emisión de aerosoles.

Requisitos sanitarios que han de cumplir las personas participantes en las actividades o servicios:

- Ausencia de fiebre y/o sintomatología compatible con el COVID-19 (durante los 14 días anteriores) o con cualquier otro cuadro de infección (durante 48 horas). Se debe prestar atención a cualquier síntoma durante la realización de actividades.
- No convivir o estar en contacto con algún caso positivo confirmado de COVID-19 durante los 14 días anteriores. Tampoco deberán acudir al centro aquellas personas que convivan con alguna persona que tenga síntomas compatibles con infección COVID-19 y/o esté esperando el resultado de una prueba diagnóstica de COVID-19.
- En caso de presentar sintomatología compatible con COVID-19, se recomendará realizar la prueba de su posible confirmación en su centro de salud para el acceso posterior al Centro Municipal de Personas Mayores.
- En caso de tener conocimiento de una persona que tenga sintomatología COVID-19, que haya participado en alguna actividad en días anteriores, se avisará a aquellas personas que mantuvieron contacto con ella, mediante el registro de entrada.

6

5. PERSONAS QUE PUEDEN APUNTARSE A LOS CURSOS Y TALLERES

- Los diferentes talleres son de carácter gratuitos para las personas mayores de +55 años.
- Las personas que deseen acceder a las diferentes actividades ofertadas, existen varias formas:
 - Inscripción por teléfono: 954178931 / 648720621
 - Inscripción durante los días destinados a los diferentes talleres de manera presencial en los centros municipales.
 - Por email: mar.laforet@mairnadelaaljarafe.org



6. PROPUESTAS DE TALLERES Y ACTIVIDADES

- Estimulación cognitiva.
- Creatividad emocional: el arte de conectar con tu interior.
- La aventura de leer.
- Al alcance de la calle: convertir las aceras en espacios llenos de color y aprendizaje. (Proyecto Intergeneracional).
- Taller de nuevas tecnologías: amplía tu red digital de contactos.
- Hábitos de vida saludable: Ejercicio físico y alimentación.
- Taller de pintura creativa.
- Risoterapia: bienestar y salud a través de la risa.
- Educación vial.
- Historias de vida a través del teatro.
- Marcha nórdica (iniciación).
- Musicoterapia: movimiento y relajación.
- Prevención de primeros auxilios
- Prevención de caídas
- Prevención de cuidados en el hogar (robos e incendios)
- Proyecto en positivo (segunda parte).
- Educación Ambiental: visita interpretativa al Parque Periurbano Porzuna.
- Educación Ambiental: sendero histórico Río Pudio.
- Parques de la salud: uso de aparatos adaptados a las personas mayores

