

# DOCUMENTO SÍNTESIS



# liderando cambios

I Foro Participativo Insular  
de Personas Mayores



# liderando cambios

I Foro Participativo Insular de Personas Mayores



## INTRODUCCIÓN

### 28 y 29 de marzo de 2019

El I Foro Insular de personas Mayores Liderando Cambios se celebró los días 28 y 29 de marzo en horario de 9.30 a 20.00 con una participación total de 171 personas, en el Real Club Victoria en Las Palmas de Gran Canaria. La participación no sólo cuantitativa sino también cualitativamente hablando fue excelente, y así lo evaluaron conjuntamente con la dinámica, los espacios, el contenido (Ver evaluación de las personas participantes) en los cuestionarios de las participantes.

Siendo uno de los objetivos principales del Foro la construcción de una agenda pública que sirviera como instrumento para la creación de políticas en relación a las mayores y la generación de un encuentro que facilitase la comunicación posterior entre personas, se presenta este documento donde se señalan las líneas de actuación consensuadas por las participantes.

Para llegar a estas propuestas de avance, se diseñó una metodología participativa durante todo el encuentro. El primer día se dedicó al análisis general de distintas situaciones y respuestas que se le dan desde administraciones, organizaciones sociales y grupos

formales o no de mayores, a través de una ponencia inaugural y cuatro mesas de experiencias coincidentes con los cuatro ejes transversales del foro.

El segundo día, según la elección de cada una de las personas que participaban, se trabajó durante toda la mañana en cuatro grupos correspondientes cada uno de ellos a los ejes temáticos del foro.

Se planteó una dinámica relacional, a partir de la cual, cada grupo decide sobre qué temas tratar en relación al eje para posteriormente agruparlos y dividir el grupo grande en tres grupos pequeños que trabajaron durante una hora cruzándose entre sí, facilitando la participación y el debate de todas las personas en todos los temas. Después de un descanso se retoma el grupo con la exposición de lo trabajado en cada uno de los subgrupos y debate para la construcción de propuestas colectivas.

Durante la tarde, cada grupo expone al resto del grupo con el apoyo de la facilitación gráfica elaborada por el equipo Bisagra, abriendo un debate y consensuando las líneas que a continuación se exponen. El encuentro finalizaría con un Cóctel y un emotivo concierto de Barrios Orquestados.

# 2

## RESUMEN DE CONTENIDO

A continuación se relatan, alternado frases textuales de las personas participantes, las ideas fundamentales aportadas y debatidas según los cuatro ejes transversales:

- ▶ La acción de las mayores, la mayor de las acciones, buscando soluciones, creando alternativas.
- ▶ Nuevas oportunidades para aprender y emprender, ¿Qué tal con lo digital?
- ▶ Las situaciones sociosaludables, de las ideas a los hechos porque no caducan los derechos.
- ▶ Seguimos aprendiendo, seguimos devolviendo. Patrimonio cultural, un legado en el presente



## PROYECTOS INTERGENERACIONALES

Un aspecto común a resaltar en este apartado es la necesidad que manifiestan las personas mayores participantes del foro de transmitir a las personas más jóvenes aspectos relacionados con sus vidas.

En este apartado, las personas participantes hicieron referencia a la importancia de tener oportunidades de vinculación social con las personas jóvenes y resaltar el saber popular.

En este sentido se considera que esos espacios de convivencia y encuentro entre generaciones se han ido perdiendo. Con la puesta en marcha de proyectos intergeneracional para la transmisión de los saberes se destacó, entre las propuestas, los de cocina tradicional, el auto cuidado, la prevención en salud, la interiorización de valores como el respeto.

**“A veces las personas que no conocen el manejo de las redes se ven en problemas serios.”** Por parte del ayuntamiento tendría que haber una oficina de emergencia que nos ayude a solucionarlos. De esta manera se reclama más apoyo desde las administraciones para hacer gestiones documentales urgentes on line.

Existe una necesidad de crear una aplicación sencilla donde las personas de mayor edad puedan averiguar información de su interés, en cuanto recursos existentes y actividades.

Otro espacio donde las personas mayores consideran poder tener un especial protagonismo son en los grupos de apoyo. **“Se trata de aprovechar que haya personas que pueden estar viviendo situaciones complicadas y nosotros, desde nuestras experiencias les contemos cómo lo resolvíamos nosotros, aunque sus circunstancias sean diferentes”.**

**“Todos los mayores tenemos un bagaje cultural y emocional grandísimo para compartir. Lo podemos compartir con personas de nuestra edad, pero queremos hacerlo con otros”.**

**“Cada vez que uno da, recibe el triple.”**

## ESPACIO DE ENCUENTRO Y PARTICIPACIÓN

Surge la idea de tener espacios de organización. Quieren ser un colectivo activo a la hora de decidir y tomar partida en su organización y en el modo en el que quieren hacer reivindicaciones. Consideran que deben ser ellos quienes reivindiquen sus derechos propios, sin esperar que nadie lo haga por ellos y coger el poder para combatir el edadismo. Buscar juntos las alternativas y las soluciones a las situaciones problemáticas.

Los espacios de participación como los foros deben tener una continuidad para compartir experiencias, reunirse, hacerse oír, organizarse para salir a la calle, establecer nuevas relaciones y para que se pueda llegar a los representantes políticos. **“...necesitamos un espacio donde nos podamos ver todos los meses para hablar...donde unirnos y organizarnos para hacer bulla. Que no se quede en un foro.”**

**“Espero que seamos capaces de crear un grupo”.**

Se parte de la idea de que no se debe tener una actitud pasiva, de conformidad y acomodación ante la vida. El apoyo por parte de las instituciones debe tener una finalidad promotora de su participación facilitando los espacios públicos para la autogestión.

***“No podemos quedarnos mirando al pasado y temiendo al futuro. Solos no vamos a ningún lado”.***

***“Los foros deben servir para organizarnos y que se nos tenga en cuenta. Somos muy válidos.”Organizarnos con alguna fórmula para demandar asuntos a los políticos”.***

***“Tenemos unos derechos que exigir y tenemos que movernos sin violencia. Somos 10.000.000 “.***

***“No hay coordinación ni parte de acuerdo común, hay que fomentar foros.”***

***“Es importante que pensemos, que comuniquemos, que compartamos, que aprendamos de toda esa información. Sacarla a la calle, darle voz de alguna manera, dar voz a todo lo que aquí hemos tratado. Es una realidad que somos un colectivo que tiene una dimensión de peso, que no está reconocida por las administraciones. Somos invisibles”.***

***“Hay que promover y posibilitar este tipo de encuentros que puedan tener voz y, si puede ser, voto. Una mayor capacidad de decisión, de acuerdo a nuestro colectivo.”***

***“Debemos hacer valer nuestros derechos. No sirve con quejarnos. Tenemos que organizarnos”.***

En este apartado se hace una explícita referencia a la necesidad de crear comisiones de mayores que ayuden en asuntos políticos que facilite la articulación de acciones, la coordinación política y entre grupos.

***“Tenemos que conocer qué se plantea ante la subida del envejecimiento. ¿Qué vamos a hacer ante esto? ¿Qué va hacer la administración?”***

***“Queremos tener más decisión a la hora de programar de nuestras actividades.”***

***“Hace 30 años salimos a la calle, para pedir una universidad. Y gracias a miles y miles que salimos a la calle tenemos una universidad”.***

***“Hay que salir a la calle. El 8 de Marzo estábamos un montón de gente reivindicando los derechos de las mujeres”.***

***“En el próximo foro que tengamos, contémonos todo lo que hemos hecho”***



# liderando cambios

I Foro Participativo Insular de Personas Mayores



## UTILIZACIÓN DE ESPACIOS PÚBLICOS

Durante el proceso de los debate se hace alusión a una necesaria “apropiación” de los espacios públicos para un mejor uso de los recursos comunitarios tendiendo a la autogestión. Se perciben como una buena estrategia de difusión de la información permitiendo que ésta sea cercana, intergeneracional, eficiente y porque pueden promover acciones inclusivas para los vecinos y vecinas. Las personas pensionistas consideran tener tiempo libre y conocimiento, una combinación perfecta que les permite aportar voluntariamente desde lo local, pero que se encuentran con la dificultad por parte de la administración para hacer uso de los recursos comunitarios como los colegios, los jardines, los parques que podrían ponerse a disposición para que puedan ser usados a tal fin.

## BAGAJE Y EXPERIENCIAS DE VIDA. SEGUIR APORTANDO

Las personas participantes manifestaron el deseo de poder seguir aportando a la sociedad, no considerándose bajo ningún concepto agentes pasivos o sin utilidad.

Se apuesta por buscar la fórmula para que personas jubiladas sigan ofreciendo su conocimiento y experiencia. “Podemos seguir aportando de otra manera, como mentor, dar clases en la universidad. No se me pasa por la cabeza retirarme”. Piden abrir espacios educativos a las personas mayores, donde poder colaborar con personas jóvenes, reivindicándose su papel activo.

Estas fórmulas deben contemplar la posibilidad de obtener remuneración que pueda compensar las bajas pensiones y comenzar por eliminar la edad como concepto limitante. “Si tuviera una pensión digna lo haría de manera gratuita.”

“Ya se hace en otros países”.

“Podemos cumplir un papel importante en la trasmisión oral sobre la sabiduría de los pueblos”..

## SALUD

La atención sanitaria debe avanzar hacia un sistema especializado, integral y ágil para las personas de mayor edad que regulen sus derechos en cuanto a recibir servicios y pruebas para que no se las limiten o nieguen por el simple hecho de ser mayores.

También se defiende en ese apartado una atención más orientada a la prevención y a la promoción personal. Se trata de poner en marcha las prescripciones de recetas socio saludables y deportivas que presenten una coordinación entre los recursos de atención y el servicio Canario de Empleo. En estos programas de ejercicio físico en coordinación con los Centros de Atención Primaria se considera que cualquier patología puede mejorar no sólo con medicamentos. La asistencia sanitaria puede elaborar un decálogo de deporte saludable en mayores.

El grupo vuelve a referirse a la ya mencionada “comisión de mayores” que pueda servir de apoyo en el control de las residencias y recursos de atención al mayor. Los espacios de atención psicológica y emocional son resaltados con la misma importancia que se le da en este apartado a la salud física.

En relación a los recursos sociosanitarios existentes, la demanda viene por mejorar residencias más especializadas y en las que se ejerzan más control. Así mismo se considera introducir más servicios que den la atención necesaria a las personas cuidadoras a modo de “Escuelas de personas cuidadoras” que proporcionen formación para realizar los cuidados, respiros familiares y sustento psicosocial.

En definitiva, se trata de trabajar por un Sistema de atención centrado en el proyecto de vida de cada persona.



## COHOUSING - ALTERNATIVAS DE CONVIVENCIA

Las alternativas de convivencia fue uno de los temas que suscitaron más debate en el foro. Se habló principalmente en torno a qué opciones hay para convivir durante el envejecimiento. Parece claro que hay que crear nuevos modelos de residencia que permitan un mayor nivel de autonomía y que conduzca a un mayor número de plazas sin perjuicio de los controles de calidad. Estas alternativas deben contemplar zonas comunes para compartir la vida sin perder identidad o individualidad, que supongan alternativas reales y soluciones para la soledad.

Ante las iniciativas que ya se han puesto en marcha en este sentido se exige más regulación para que no se convierta en negocio y que contemplen la fórmula de que personas sin recursos no se queden sin plaza. Podría ser a través de subvenciones públicas, o presupuesto para personas sin recursos.

Surgen algunas ideas como el aprovechamiento de las infraestructuras turísticas en desuso . En cualquier caso, la información sobre el cohousing-viviendas compartidas como una de las fórmulas más mencionadas en el foro, debe estar más accesible para todas las personas interesadas.

## NUEVOS SERVICIOS

Las mayores demandan servicios que les hagan la vida diaria más fácil. Por eso otra de las propuestas que surgen a partir de los debates en pequeño grupo es el CARNET DE MAYORES. Al igual que existe un carnet de jóvenes, es necesario crear uno exclusivo para personas mayores que les ofrezca descuentos y que les ahorre trámites. Un carnet único.

La guía de recursos a modo de aplicación sencilla que recopile todos los recursos de los que pueden disfrutar - y la ventanilla única como forma de proporcionar información descentralizada y global sobre temas que les pueda resultar de interés, fueron otras de las fórmulas propuestas en el foro.

## INFORMACIÓN ACCESIBLE

NO sólo se hizo hincapié en la manera en que quieren que les llegue la información, sino además se indaga y se concreta en el tipo de información que necesitan.

Es importante tener un lugar donde acudir e informarse sobre temas legales/ asesoramiento en relación al patrimonio, persona responsable, proyecto de vida, eventos. etc. Esta información debería incluirse en la carta de los pensionistas como información relevante e importante para esta etapa de la vida.

Se vuelve a resaltar que la información debe acercarse a los puntos de encuentro de los mayores (farmacia-iglesia, etc), de nada sirve hacerlo digital si los mayores no sabemos utilizar las redes. Establecer canales informales y redes de comunicación incluyendo los transportes socialmente rentables para que faciliten la comunicación.

## PERSPECTIVA DE GÉNERO

Incluir siempre la perspectiva de género en la atención a las personas de mayor edad.

# 3 LA AGENDA PÚBLICA

### **1. Potenciar desde las instituciones públicas intervenciones intergeneracionales que colaboren en el envejecimiento activo, la transmisión de valores e identidad, la cooperación y participación intergeneracional.**

1. A Promoción del trabajo desde comunidades locales, barrios y

pueblos en el ámbito comunitario facilitando la relación y el encuentro entre mayores y ciudadanía.

1. B Generación de proyectos de transmisión de saberes en el ámbito cultural y paisajístico, con atención especial a las tradiciones.

### **2. Promocionar los espacios de encuentro y participación de las personas mayores en la comunidad y en las políticas públicas que les afectan.**

2. A Celebración del II Foro participativo Insular de Personas Mayores... en el 2020

2. B Dinamización de espacios de encuentro físicos, periódicos de personas mayores.

2.C Creación de un órgano con capacidad de decisión, toma de acuerdos y asesoramiento político.

2. D Establecimiento de fórmulas legales para seguir ejerciendo y aportando experiencia y conocimiento una vez llegada la jubilación con posibilidad de remuneración.

# liderando cambios

I Foro Participativo Insular de Personas Mayores



## LA AGENDA PÚBLICA

**3. Favorecer políticas para el fomento del voluntariado para la atención de personas mayores, así como, para la puesta en marcha de programas y proyectos desde el ámbito privado y público que aporten soluciones creativas a la soledad y el aislamiento de las personas.**

3. A. Creación de zonas comunes en los pueblos y en los barrios para compartir la vida diaria

3. B Promoción del Cohousing-Vivienda compartida como alternativa de convivencia.

3. C Reconversión de los espacios dirigidos al turismo que se encuentren en desuso en opciones para la convivencia.

**4. Fomentar políticas para el apoyo a la formación continua y adaptada así como la creación de departamentos y oficinas específicas de atención y orientación sobre alternativas formativas.**

4. A Aproximación de las alternativas formativas para personas mayores a su entorno más próximo favoreciendo el uso de los recursos comunitarios (colegios, locales sociales, asociaciones de vecinos, centros cívicos, etc).

4. B. Favorecimiento de la autogestión de espacios públicos (plazas, jardines, zonas de esparcimiento, zonas comunes, etc)

4. C .Generación de programas comunitarios orientados a fomentar la ayuda mutua y el cuidado haciendo uso de los espacios públicos y virtuales.

4. D Promoción de la participación de las personas mayores dentro de los centros educativos y universidades.

4. E Creación de un departamento de apoyo para las gestiones burocráticas de emergencia.

**5. Impulsar, reestructurar y reunificar los recursos de información y asesoramiento dirigidos a personas mayores que simplifique y haga más accesible la información.**

5. A Creación de un carnet específico para personas mayores que ofrezca descuentos en servicios y simplifique trámites.

5. B Elaboración de una aplicación sencilla que recopile todos los recursos para personas mayores.

5. C Creación de una ventanilla única especializada, que informe de manera global, cercana y descentralizada.

5. D Inclusión de la perspectiva de género en la atención a personas mayores.

**6. Originar mayores conocimientos sobre las nuevas tecnologías en la vida diaria de las personas mayores, a través de acciones para romper las barreras tecnológicas, y ofrecer un mejor acercamiento a la sociedad de la información y la comunicación**

6. A Programación de un amplio abanico de acciones formativas, relacionadas con las nuevas tecnologías, de forma adaptada, accesible y orientada a la mejora de la calidad de vida.

6. B Creación de una aplicación sencilla que recoja todos los recursos existentes .

6.C Formación para aprender a utilizar las nuevas tecnologías orientadas a realizar gestiones de la vida diaria (compras, solicitudes, certificados, etc), así como para mantenerse conectados/as con amigos/as y familiares.

**7. Promover la salud y la calidad de vida de las personas mayores, para ayudarles a alcanzar el envejecimiento activo. Otorgarles una mejora física y emocional a través de diferentes actividades socio saludables.**

7. A Creación de residencias con mayor número de plazas.

7. B Programación de actividades físicas socio saludables.

7. C Atención sanitaria especializada e integral.

7. D Promoción de escuelas de cuidadores.

7. E Implantación del Decálogo de deporte saludable en mayores.

7. F Creación de espacios de atención psicológica y emocional.

7. G Profesionalización del personal para una mejor atención en centros sanitarios y residenciales.

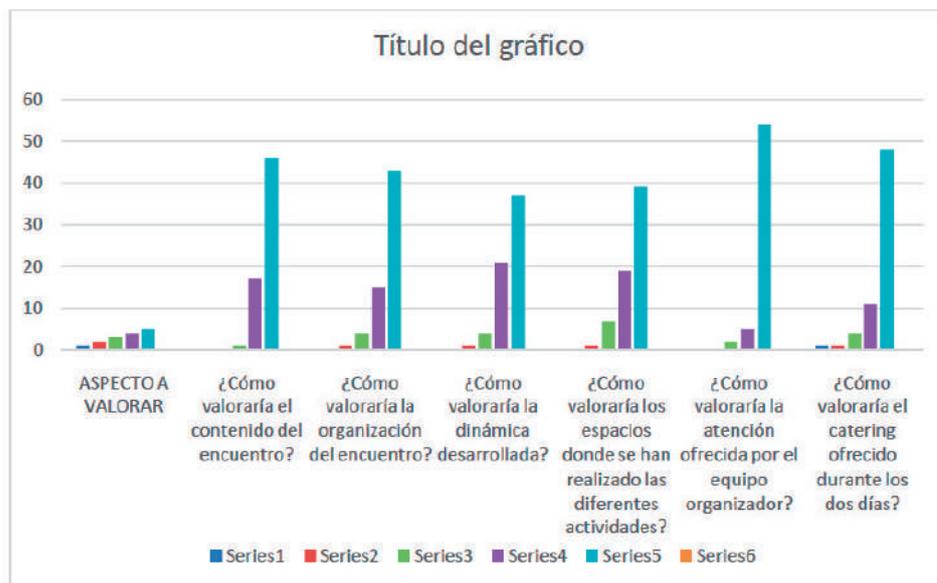


## 4 EVALUACIÓN DE LAS PERSONAS PARTICIPANTES

Para recabar la información referentes a las impresiones de las personas participantes en el I Foro Participativo Insular de Personas Mayores, siempre con el fin de agregar calidad a futuras intervenciones, se realizaron una serie de cuestionarios. Estas encuestas contienen información relativa a distintos aspectos del Foro y su organización. Los resultados, como se indica con anterioridad servirán para trabajar en la mejora de la atención en futuras acciones desarrolladas desde el equipo de coordinación y desarrollo del Foro. En total, 64 personas de las 143 participantes colaboraron en la realización del cuestionario.

Los aspectos evaluados cuantitativamente en este documento han sido los siguientes:

- **Contenido**
- **Organización**
- **Dinámica**
- **Espacios**
- **Atención del equipo**
- **Catering**



En la tabla anterior se presentan los datos cuantitativos. Las personas consultadas debían evaluar cada uno de los aspectos con una puntuación del 1 al 5 (siendo 1 insuficiente, 2 regular, 3 bueno, 4 muy bueno, 5 excelente).

Como se destaca en la gráfica, a nivel general la satisfacción de las personas participantes con el conjunto del foro ha sido positiva. Cerca del 93% de las personas consultadas ha puntuado positivamente cada uno de los ítems. Así mismo, las aportaciones cualitativas recabadas han sido muy constructivas. A continuación se presentan desglosados los resultados obtenidos tras el análisis de los cuestionarios.

En primer lugar, podemos ver como el 71,8% considera que el contenido del foro ha sido excelente, seguido del 26,5% que lo han considerado muy bueno. En este aspecto, las aportaciones de mejoras han versado sobre la exposición de algunos ponentes.

“Los ponentes hacerlo con audiovisuales para que sea más ameno para los oyentes.”  
Participante.

En segundo lugar, en cuanto a la organización y la dinámica del encuentro, las aportaciones han sido también positivas. El 67% y el 23% de los participantes consideran que la organización ha sido excelente o muy buena, respectivamente. En cuanto a la dinamización del foro en sí, el 57,8% y el 32% consideran que ha sido excelente o muy buena. Las aportaciones realizadas sobre ambos aspectos han versado sobre los siguientes aspectos:

Primero, la falta de información de este. Muchos de los participantes consideran que se debió hacer una campaña divulgativa mayor, que, a su vez, contara con más información sobre los contenidos que se tratarían en el foro. En segundo lugar, considerando de forma muy positiva la inclusión de la comunidad de personas con sordera en la dinámica del foro, algunos de los participantes han reivindicado la presencia de un intérprete de signos en ambas sesiones del foro, ampliando así la oportunidad de participación de dicha comunidad. En tercer lugar, se considera que los grupos de debate por temas han sido de gran ayuda para presentar aportaciones, aunque alguno de los participantes considera que la dinámica de debate de alguno de ellos fue algo lenta y desorganizada. Asimismo, se presentan aportaciones en cuanto a la duración del foro. Las personas participantes consideran que debería hacerse con más frecuencia y por periodos de tiempo más largo, dando lugar a mayores oportunidades de participación.

En cuanto al espacio escogido por el equipo para llevar a cabo el foro participativo, el 60% y el 39% de las personas consultadas lo valoran como excelente y muy bueno, respectivamente. Sin embargo en este aspecto se presentan aportaciones referente a los problemas de acústica de alguno de los espacios donde se realizaron los grupos de trabajo.

“El espacio bien, pero mucho ruido en momentos de los pequeños grupos.  
Mejorar el aislamiento entre los grupos de trabajo.”

En los dos últimos aspectos, que son la atención del equipo participante y el catering ofertado durante los dos días de encuentro, las valoraciones han sido francamente positivas, con un 75% y un 84% de valoración excelente para ambos aspectos.

En cuanto a las aportaciones finales, las personas consultadas han tenido la oportunidad de dejar sus reflexiones, así como la puerta abierta a la oportunidad de generar con más frecuencia este tipo de espacios. Darles voz y oportunidad de encuentro, de debatir sobre aspectos que repercuten directamente sobre su vida y la de la sociedad. Apreciaciones de participantes:

“Quiero que se sepa que los mayores somos felices aportando la experiencia que poseemos.”

“Todos juntos exigir nuestros derechos.”

“Admiración. Reciclaje emocional, seguir así.”

---

## ORGANIZA Y FINANCIA

---



FUNDACION  
**Lidia García**

---

## COLABORA

---

