Buenas Prácticas
en Intervención Social
con Personas Mayores

ANEXO

Fichas BBPP

Perspectivas y buenas prácticas en la intervención social con personas mayores en entidades del Tercer Sector en España



Santa María la Real fundación | empleo e inclusión social

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030

POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Índice

Savia Digital – AlfabeTICs60 3

MatiaZaleak – Matia Fundazioa 4

Red De Acción Rural – Fundación Colisée 5

Vincles – Fundació iSocial 6

Servicio Estatal de Atención a Personas Mayores – Fundación HelpAge España 7

Empoderamiento de adultos mayores como agentes de salud orientados a la prevención – RIAMP 8

Programa Convive – Solidarios para el Desarrollo 9

Programa de Apoyo Social para actuar en situaciones de Soledad no Deseada – Fundación Rey Ardid 10

Proyecto S!Lbo, Tu ayuda digital – Fundación PEM 11

Sabias: Salud en las mujeres mayores – Federación de Mujeres Progresistas 12

Programa Integral: A Su lado – Fundación Aldaba 13

Grandes Vecinos: Prevención de la Soledad – Fundación Grandes Amigos 14

Proyecto de AlfabeTICs 60

SAVIA DIGITAL

Descripción

Intervención formativa, social y comunitaria directa con la población, sobre dos ejes principales:
1. La capacitación digital de las personas mayores
2. El empoderamiento y liderazgo femenino.

Objetivo

1. **Cerrar la brecha digital**
2. **Fortalecer** integralmente a las mujeres mayores en Andalucía, (con énfasis en mujeres rurales, capacitándose para una participación activa, segura y empoderada)

Ubicación

Andalucía
(Específicamente Córdoba, Málaga, Jaén y Huelva).

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada y lucha contra la brecha digital.

Población beneficiaria

Mujeres mayores de 60 años y **población rural**. Aunque pueden participar **población en general**.

Duración

Duración flexible y adaptada de aprox. **3 meses**.

Modalidad

Híbrida (aunque los mayores prefieren la presencialidad se apuesta por las formaciones online, especialmente en zonas rurales).

Colaboraciones

Trabajo en red en cada localidad:
- Diputaciones y Ayuntamientos.
- Servicios Sociales, Centros de Día y Residencias
- Asociaciones y entidades sociales

AlfabeTICs 60

Contenido

EJE 1: CAPACITACIÓN DIGITAL

Fomento de la autoconfianza y apoyo social a través de las TICs.
En **modalidad presencial**, las sesiones son más guiadas: desde configurar el smartphone hasta iniciarse en redes sociales.
En **modalidad online**, se centran en el uso de herramientas como Google Maps y apps para acceder a servicios.

EJE 2: EMPODERAMIENTO Y LIDERAZGO FEMENINO

Se combinan sesiones grupales centradas en el empoderamiento y liderazgo femenino con **espacios de encuentro y socialización**.
Destaca **el programa EXPERTICs**, que promueve vínculos entre mujeres mayores y aprovecha estos entornos para avanzar en su alfabetización digital.

Trayectoria y sostenibilidad

Primera edición (2024-2025) con acompañamiento continuado.
Aunque el proyecto finaliza en 2025, la entidad ofrece seguimiento personalizado. La implicación del voluntariado garantiza altas posibilidades de continuidad.

Evaluación

Evaluación cuantitativa: indicadores específicos
Evaluación cualitativa:
1. Seguimiento individual a través de la realización de encuestas y entrevistas.
2. Seguimiento grupal para un entendimiento más profundo de los cambios

Otros aspectos destacables

ESTRATEGIA EDUCATIVA

- Capacitación digital adaptadas a mujeres rurales
- Fomento del voluntariado
- Herramientas metodológicas propias y adaptadas

ESTRATEGIA DE EMPODERAMIENTO

- Entornos seguros para adquirir habilidades digitales
- Sesiones grupales participativas de empoderamiento.
- Participación a través de EXPERTICS en eventos culturales, visitas y conferencias

Proyecto de Matia Fundazioa

MATIAZALEAK

matia zaleak

Descripción

MatiaZaleak nace desde y para el reconocimiento a las colaboradoras que apoyan el propósito de Fundación.
Además, agrupa acciones de intervención variada con iniciativas que cubren necesidades identificadas, así como acciones de sensibilización

Objetivo

1. **Aportar al propósito de Matia Fundazioa**
2. **Generar un compromiso** hacia las personas mayores y personas con necesidad de cuidados de larga duración.

Ubicación

Principalmente País Vasco, Gipuzkoa
(sin embargo, cuenta con proyectos de mayor alcance).

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada y lucha contra la brecha digital (necesidades identificadas en estudios internos).

Población beneficiaria

Personas mayores y familiares, cuidadores/as, profesionales y población en general.

Duración

Duración variable dependiendo de la intervención.

Modalidad

Presencial.

Colaboraciones

Factor muy importante para la entidad.
Todas sus iniciativas tienen un **origen, construcción o ejecución** desde la colaboración.

Contenido

Los contenidos son diversos, varían en función de la población, la duración y la necesidad de las personas a intervenir.

Tienen en común que **se abordan en base al ecosistema de cuidados**, en como la sociedad aborda, mira el cuidado, cómo nos relacionamos, cómo hacemos que la participación de las personas mayores esté ahí, que tomen sus decisiones cerca de donde viven, cerca de donde quieren.

Las necesidades a veces son temas muy concretos y otros son muy amplios. **Matia trabaja cada vez más, mirando hacia la comunidad**, hacia una forma de entender los cuidados más humana, más democrática, más personalizada, más comunitaria y sin segregar.

Trayectoria y sostenibilidad

MatiaZaleak inició en 2016, y ha tenido una evolución creciente y sostenida, y teniendo como objetivo la sostenibilidad en su sentido más amplio.

Poco a poco se han ido logrando colaboraciones, diversidad, fondos y oportunidades. Para ello, se ha basado en **la adaptabilidad a los diversos momentos, reflexiones estratégicas, necesidades**.

Evaluación

Se recopilan **indicadores anuales**, que son parte de la **memoria de impacto de Matia Fundazioa**. También se **recoge información cualitativa, mediante testimonios de impacto, cuestionarios y registros**.

Otros aspectos destacables

- Las colaboraciones y la mirada comunitaria son muy importantes tanto en los logros, como en su mirada a futuro.
- Los recursos humanos destinados son limitados, pero la estructura de Matia es amplia, lo que genera y facilita oportunidades.
- La diversidad y forma de hacer de las iniciativas es un gran valor a tener en cuenta.

Proyecto de Fundación Colisée

RED DE ACCIÓN RURAL

Descripción

El proyecto propone una serie de actividades detalladas destinadas a mejorar la vida de las personas mayores en la comarca del Rincón de Ademuz, abordando la soledad y la falta de servicios en esta región dispersa.

Objetivo

Mejorar la calidad de vida de las personas mayores en zonas rurales. Objetivos específicos:

1. Promover el acompañamiento a personas mayores para disminuir la soledad no deseada en zonas rurales con difícil comunicación.
2. Generar espacios de encuentro promoviendo la socialización y el apoyo mutuo entre personas mayores y otros grupos.

Ubicación

Comunidad Valenciana (Rincón de Ademuz. Criterio: 1 de cada 3 mayores tiene soledad no deseada).

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada.

Población beneficiaria

Personas mayores del Rincón de Ademuz, especialmente:

- Mayores de 65 años que viven solas o sin red de apoyo
- En localidades con escasos servicios
- En situación de predependencia o con necesidad de apoyo emocional y social

Duración

Intervención personalizada según el nivel de vulnerabilidad.
Una vez alcanzado un nivel bajo, se pasa de acompañamiento a solo actividades de socialización.

Modalidad

Presencial

Colaboraciones

- Ayuntamientos Locales
- Mancomunidad del Rincón de Ademuz
- Centros educativos y culturales (Colegio Público Jaime I, IES de Ademuz, CRA de Torrebaja y Casas Bajas)
- Centro de salud del Rincón de Ademuz

FUNDACIÓN COLISEE
Ser quien eres. Plenamente.

Contenido

SERVICIOS PRINCIPALES DEL PROGRAMA

- **Acompañamiento personalizado:** visitas periódicas y apoyo emocional por voluntariado o profesionales.
- **Apoyo personal:** ayuda con tareas diarias y gestión de la vida cotidiana.
- **Envejecimiento activo:** actividades periódicas de ocio y formación permanente.
- **Asesoramiento:** acceso a recursos, autocuidados, estimulación cognitiva, actividad física y convivencia con la soledad.

ACTIVIDADES REALIZADAS

- **Almuerzos y meriendas navideñas**
- **Huerto intergeneracional**
- **Talleres de cocina intergeneracional**
- **Participación en Feria comarcal de la manzana Esperiega**
- **Jornada "Jóvenes de antes y jóvenes de ahora"**
- **Juegos tradicionales**
- **Rincón del ocio:** estimulación cognitiva, tertulias, lecturas y juegos de mesa

Trayectoria y sostenibilidad

Marzo 2023:
Inicio del proyecto y diagnóstico con apoyo de la Universidad de Valencia.
Septiembre - Diciembre 2023:

- Grupos focales y recogida de necesidades
- Diseño final del proyecto y firma de convenios
- Selección de coordinación y beneficiarios

Enero - Septiembre 2024:
Inicio de actividades de acompañamiento y ocio, dinamización intergeneracional y seguimiento.
Diciembre 2024:
Evaluación final del proyecto, con propuestas de mejora.

Evaluación

Evaluación realizada en diciembre de 2024, **con análisis de objetivos, impacto social y recomendaciones para futuras ediciones**.

Otros aspectos destacables

Trabajar la soledad desde el mundo rural es en sí mismo un enfoque innovador, dada la dificultad de accesibilidad.

Proyecto de Fundació iSocial

VINCLES

Descripción

El proyecto integra tecnología innovadora (Big Data) y desarrollo comunitario para prevenir la soledad en personas mayores. Un sistema informático detecta precozmente situaciones de riesgo y activa redes locales mediante profesionales.

Objetivo

Detección e intervención precoz de la soledad en personas mayores a través de los servicios sociales y la implicación comunitaria.

Ubicación

Cataluña -30 municipios de la comarca del Alt Pirineu i Aran- (Criterio: Territorios con mayor número de hogares unipersonales de Cataluña).

Línea de actuación

Prevención de la **soledad no deseada**, apoyo al **envejecimiento activo, la inclusión social y el apoyo emocional**.

Población beneficiaria

Personas mayores de 55 años en riesgo de soledad no deseada (Más impacto general).
Criterios sociales y territoriales clave:

- **Ámbitos rurales con dificultades de transporte e infraestructuras**
- **Limitado acceso a servicios básicos y participación social.**

Duración

Financiado por fondos europeos Next Generation (2023–2025). La duración de intervención es flexible: varía según si las personas están conectadas o no al sistema de servicios sociales.

Modalidad

Presencial. En casos necesarios, se ofrece atención telefónica.

Colaboraciones

Proyecto liderado por **Fundación iSocial y los seis Consells Comarcals del Alt Pirineu i Aran**.
Participan: Ayuntamientos y servicios sociales comarcales. Entidades sociales, académicas y del Tercer Sector. Vecindario voluntario y empresas privadas.

Fundació iSocial
innovació en l'acció social

Contenido

Vincles combina innovación tecnológica con activación comunitaria: El proyecto cuenta con la implicación activa de servicios sociales y sanitarios, profesionales, voluntariado y entidades del territorio. **Sirve como modelo replicable en otros contextos.**

EJE I: INNOVACIÓN TECNOLÓGICA

- **Sistema Big Data de detección precoz** (acceso exclusivo de servicios sociales)
- **Cruce de datos sociodemográficos para mapas de riesgo.**

EJE II: ACTIVACIÓN COMUNITARIA

- **Sensibilización y actividades de envejecimiento activo** (teatro, gimnasia, jardinería)
- **Reducción de la brecha digital**
- **Participación de la comunidad en el diseño y ejecución de actividades**

Trayectoria y sostenibilidad

Lanzado en 2023 con financiación Next Generation.
Adapta el modelo vasco Auzosare, centrado en la detección temprana de la soledad desde servicios sociales.
Busca ser integrado como servicio permanente en el sistema público de Cataluña.

Evaluación

A cargo de la **Cátedra de Innovación Social de la Universidad de Lleida.**
Instrumentos utilizados:

- Grupos con beneficiarios, comunidad y profesionales
- Escala MOSTS para medir niveles de soledad
- Entrevistas cualitativas
- Publicación de datos en diciembre

Otros aspectos destacables

- Sistema tecnológico único en su ámbito, basado en Big Data, que permite una detección ágil y personalizada.
- Al trabajar en territorios rurales, se refuerza la coordinación con servicios sociales para ofrecer una respuesta proactiva y adaptada a las necesidades reales.

Proyecto de Fundación HelpAge España

SERVICIO ESTATAL DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES (SEAM)

Descripción

SEAM es un **servicio multicanal gratuito** dirigido a personas mayores en todo el territorio español. Ofrece información y orientación ante situaciones de **abuso, maltrato o discriminación por razón de edad**, promoviendo el empoderamiento y el conocimiento de los derechos de las personas mayores.

Objetivo

Mejorar la información y atención proporcionada a las personas mayores ante situaciones de discriminación por razón de edad.

Ubicación

Ámbito nacional (Criterio: volumen de llamadas, motivos de consulta e impacto territorial).

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada.

Población beneficiaria

- **Personas mayores**
- **Familiares, cuidadoras/es formales e informales**
- **Cualquier persona interesada** en saber cómo acompañar a alguien que sufra discriminación por edad.

Duración

Financiado por fondos públicos anuales. Intervención sin duración específica.

Modalidad

Virtual/remota. Atención por teléfono, web, chat y correo electrónico para garantizar cobertura en todo el territorio español.

Colaboraciones

- **Red global HelpAge International** (más de 199 organizaciones)
- **Colaboración puntual** con otras entidades y recursos locales según las necesidades de las personas usuarias

HelpAge España
las personas mayores cuentan

Contenido

- Atención personalizada y adaptada a cada caso
- Itinerarios individualizados de seguimiento y acompañamiento
- Difusión física y digital para alcanzar al menos el 75% de las CCAA
- Mapa de recursos por problemática (entidades especializadas).

Trayectoria y sostenibilidad

- Iniciado en 2022, tras una fase previa de investigación por HelpAge International
- Proyecto con 3 años de trayectoria, financiado con fondos públicos anuales
- Sostenibilidad basada en:
  1. Cumplimiento de indicadores
  2. Estrategia de comunicación y sensibilización
  3. Difusión en red y boca a boca para ampliar alianzas

Evaluación

Sistema continuo de **monitoreo, evaluación y seguimiento**.
Herramientas empleadas:

- Encuestas de valoración (escala 1–10)
- Registro de llamadas (objetivo: superar en un 10% el total anual anterior)
- Seguimiento de personas atendidas y consultas realizadas

Otros aspectos destacables

SEAM se distingue por **su enfoque centrado en la persona y basado en derechos humanos.**
No solo ofrece información, sino que fomenta la participación activa de las personas mayores como agentes de resolución de sus propios conflictos, promoviendo su autonomía y empoderamiento.

Proyecto de RIAMP

EMPODERAMIENTO DE ADULTOS MAYORES COMO AGENTES DE SALUD ORIENTADOS A LA PREVENCIÓN

Descripción

Programa que promueve el empoderamiento de las personas mayores **como agentes comunitarios de salud** para la prevención de conductas adictivas, soledad no deseada, violencia, malnutrición y exclusión social. Se basa en el **uso emocional de la comunicación**, las relaciones intergeneracionales y Helaje el modelo transteórico de cambio.

Objetivo

Empoderar a las personas mayores como agentes de salud para prevenir diversas problemáticas sociales, y fomentar su participación activa y ciudadanía como vía para combatir el edadismo.

Ubicación

Ámbito nacional (todas las CCAA) e internacional (Argentina, Colombia, Panamá, Uruguay y Venezuela)

Línea de actuación

Prevención de la soledad no deseada y de la violencia y conductas adictivas además de apoyo al envejecimiento activo.

Población beneficiaria

- Personas mayores interesadas en participar como agentes preventores
- Profesionales del ámbito social y sanitario
- Personas voluntarias en ONG y entidades sociales

Duración

Programas anuales:
- Talleres presenciales y/o online (3 h)
- Congresos internacionales (30 h)
- Grupos de aprendizaje (1 h)

Modalidad

Híbrida. Preferentemente presencial, con opción online

Colaboraciones

- Plan Nacional sobre Drogas e IMSERSO (España)
- Ayuntamientos como los de Córdoba, Buenos Aires y Cali
- Universidades de Córdoba, El Salvador y Buenos Aires
- Forma parte del Foro LideA

RIAMP
EL PODER DE LOS MAYORES

Contenido

Ofrece formación básica en salud comunitaria desde una perspectiva **emocional y relacional**, evitando el enfoque tecnocrático.

Temas abordados:
- Prevención de adicciones (con o sin sustancias)
- Detección y reducción de la soledad no deseada
- Violencia y exclusión social
- Educación afectiva, nutrición y bienestar

A través de talleres, materiales, redes locales y redes internacionales, se busca **generar un cambio de mirada** sobre las personas mayores, promoviendo su rol como recurso clave en las comunidades.

Trayectoria y sostenibilidad

Surgido en 2018 desde Lares, **el programa evolucionó de "Abuelos Preventores" a un modelo inclusivo de "Adultos Mayores Preventores"**.
Tras su éxito en España, **se internacionalizó** mediante alianzas en América Latina.
En 2023 se constituyó formalmente como red internacional durante el I Congreso celebrado en Madrid.
En 2024, el II Congreso se celebró en Córdoba (Argentina), con apoyo institucional y universitario.

Evaluación

Evaluación continua de talleres, congresos y actividades internas.
Los procesos de evaluación impulsaron su transformación conceptual, su internacionalización y la ampliación de sus líneas preventivas.

Otros aspectos destacables

- El proyecto contribuye a combatir el edadismo y a fomentar el rol activo de los mayores como recurso social.
- Revaloriza el vínculo intergeneracional y promueve una prevención basada en el afecto y la experiencia, más allá del enfoque informativo.

Proyecto de Solidarios para el Desarrollo

PROGRAMA CONVIVE

Descripción

Programa intergeneracional inspirado en el modelo francés Ensemble deux générations, personas mayores y estudiantes universitarios conviven en el domicilio del mayor, generando vínculos sociales y afectivos.

La convivencia se basa en el apoyo mutuo y la solidaridad, sin intercambio económico directo, y permite paliar la soledad no deseada del mayor y facilitar al estudiante un espacio de estudio estable.

Objetivo

Mejorar la calidad de vida de las personas mayores y estudiantes universitarios a través de la convivencia intergeneracional.

Objetivos específicos:

- Prevenir la soledad no deseada
- Promover el envejecimiento activo
- Favorecer la permanencia del mayor en su entorno

Ubicación

Madrid capital y municipios cercanos con campus universitarios

Línea de actuación

Favorecer el envejecimiento activo, prevención de la soledad no deseada y reducción de la brecha digital mediante el apoyo de los estudiantes.

Población beneficiaria

- Personas mayores autónomas, con vivienda adecuada y motivación para participar
- Estudiantes universitarios entre 18 y 36 años, con interés en compartir tiempo con personas mayores

Duración

Convivencias de un curso académico, prorrogables que pueden iniciarse en cualquier momento del año

Modalidad

Presencial

Colaboraciones

- Ayuntamiento de Madrid
- Universidades públicas y privadas (difusión y apoyo institucional)
- Centros municipales de mayores, servicios sociales y entidades académicas

Contenido

- Convivencia basada en el respeto y el tiempo compartido (unas 2 h al día)
- Aporte económico simbólico por parte del estudiante (hasta 120 €/mes en suministros)
- Firma de acuerdo de convivencia ajustado al calendario académico
- Supervisión y acompañamiento profesional continuo
- Formación previa y seguimiento para ambas partes

Trayectoria y sostenibilidad

Programa con más de 30 años de trayectoria, iniciado en 1995, consolidado y replicable.

Reconocido en foros nacionales e internacionales como modelo de intervención intergeneracional.

Además, su sostenibilidad se apoya en la implicación de administraciones públicas, entidades académicas y la experiencia acumulada.

Evaluación

Evaluación continua mediante:

- Entrevistas semidirigidas a personas mayores
- Cuestionarios de satisfacción a estudiantes
- Análisis cualitativos de impacto
- Los resultados han permitido mejorar la formación, la atención y el acompañamiento del programa.

Otros aspectos destacables

Convive es una solución innovadora y sostenible, que:

- Fomenta el encuentro entre generaciones y rompe estereotipos
- Reduce la presión sobre servicios sociales y residencias
- Revaloriza la corresponsabilidad ciudadana
- Promueve una sociedad solidaria, empática y activa

Proyecto de Fundación Rey Ardid

PROGRAMA DE APOYO SOCIAL PARA ACTUAR EN SITUACIONES DE SOLEDAD NO DESEADA

Descripción

iniciativa para **reducir la soledad no deseada y prevenir el aislamiento social** en personas mayores de Aragón mediante acompañamientos personalizados y actividades comunitarias desde un **enfoque centrado en la persona, promoviendo su bienestar emocional**.
El programa presta especial atención a **zonas rurales** y se ajusta a las necesidades de cada persona, con seguimiento profesional continuo.

Objetivo

Reducir las situaciones de soledad no deseada y prevenir el aislamiento social en personas mayores en Aragón. Objetivos específicos:

- Crear y consolidar vínculos significativos
- Ofrecer apoyo psicosocial y emocional
- Facilitar el acceso a recursos comunitarios en entornos urbanos y rurales

Ubicación

Comunidad Autónoma de Aragón

Línea de actuación

Prevención de la soledad no deseada.

Población beneficiaria

Personas mayores de 65 años o próximas a esa edad que:

- Se encuentren en situación de soledad no deseada
- Tengan redes de apoyo escasas o inexistentes
- Hayan vivido situaciones de duelo reciente
- Residan solas o en centros

Duración

Duración variable, habitualmente de varios meses o más de un año.

Modalidad

Presencial, telefónica o híbrida, adaptándose a cada caso. Se prioriza la modalidad presencial.

Colaboraciones

- Observatorio Aragonés de la Soledad (Justicia de Aragón)
- Coordinadora Aragonesa de Voluntariado
- Centros de salud, centros residenciales, Hogares de Mayores
- Sinergias con centros de formación profesional y entidades sociales

fundación rey ardid
grupo social rey ardid

Contenido

- Acompañamientos sociales en domicilios y residencias
- Intervenciones psicosociales con apoyo de una psicóloga
- Agenda de recursos comunitarios
- Actividades grupales y eventos urbanos y rurales
- Formación, seguimiento y apoyo al voluntariado
- Coordinación técnica y evaluación continuada
- Promoción del uso de nuevas tecnologías para reducir la brecha digital

Trayectoria y sostenibilidad

El programa surge en 2021 en respuesta al aumento de personas mayores en situación de soledad (más de 78.000 en Aragón).
Se alinea con estrategias como el Plan del Mayor, el Plan de Salud de Aragón 2030 y el Observatorio Aragonés de la Soledad.
Cuenta con financiación pública a través del IRPF autonómico y un fuerte apoyo institucional y comunitario, que refuerzan su sostenibilidad, además ha sido reconocido con el Sello RSA+ de Responsabilidad Social de Aragón.

Evaluación

- **Uso de la Escala Este-II** para medir el impacto en la reducción de la soledad
- **Cuestionarios de satisfacción** (online o entrevistas)
- **Evaluación anual de actividades, personas beneficiarias y resultados**
- **Seguimiento emocional** mediante llamadas intermedias y espacios de escucha profesional

Otros aspectos destacables

- Enfoque innovador centrado en los deseos y preferencias de las personas mayores
- Promoción del envejecimiento activo y la permanencia en el domicilio
- Refuerzo de habilidades sociales y prevención del deterioro cognitivo
- Interacción intergeneracional y formaciones para voluntariado
- Coordinación continua del voluntariado y reducción de la brecha digital

Proyecto de Fundación PEM

S!LBO, TU AYUDA DIGITAL

Descripción

Programa de acompañamiento digital para personas mayores de 65 años, basado en la cercanía, el apoyo mutuo y la formación práctica.
El proyecto se estructura en torno a **sesiones presenciales individuales o grupales impartidas por voluntariado sénior**, adaptadas a los intereses reales de las personas mayores.
Se promueve **el uso de tecnologías para facilitar la vida diaria, acceder a servicios públicos, mejorar la seguridad digital y combatir el aislamiento social.**

Objetivo

Favorecer la inclusión digital y relacional de las personas mayores mediante acompañamiento personalizado, fortaleciendo su autonomía, vínculos sociales y bienestar.

Ubicación

Cantabria (Criterio: Presencia territorial consolidada y existencia de una red activa de voluntariado sénior)

Línea de actuación

Prevención del aislamiento social a través de la inclusión digital y la participación comunitaria.

Población beneficiaria

Personas de 65 años o más, especialmente en zonas rurales de Cantabria, con interés en mejorar sus competencias digitales y mantener relaciones sociales activas.

Duración

Programa de carácter permanente, sostenido desde 2020 por el voluntariado sénior sin financiación externa.
Su intensidad se ajusta a la demanda y disponibilidad de recursos, sin plazos fijos.

Modalidad

Presencial

Colaboraciones

El proyecto se nutre de alianzas flexibles, sin plazos cerrados ni objetivos rígidos.

Fundación PEM

Contenido

Actividades presenciales de formación digital básica y acompañamiento personalizado.
Se basa en **cuatro ejes clave**:

- Trámites digitales con la Administración
- Banca y compras online
- Información crítica y desinformación
- Relaciones sociales digitales

Su fin: Formación al voluntariado para detectar situaciones de vulnerabilidad. Para ello poseen **manuales temáticos sencillos. Consiguiendo la construcción de comunidad y apoyo mutuo.**

Trayectoria y sostenibilidad

Creado en 2020, durante la crisis sanitaria, como respuesta al aislamiento y la brecha digital.
Desde 2024, el proyecto se mantiene **sin financiación externa**, gracias a la estructura de voluntariado de la Fundación PEM y la capacidad de adaptación del programa a los cambios tecnológicos y sociales.

Evaluación

- **Línea base y evaluación posterior** con preguntas sobre capacidades digitales.
- **Evaluación cualitativa bianual (900 personas)** sobre bienestar, empoderamiento y vínculos sociales.
- **Análisis de impacto social con enfoque comunitario**, no centrado solo en habilidades técnicas.

Otros aspectos destacables

- El voluntariado está formado por personas de 60 años o más, **fortaleciendo el enfoque de apoyo mutuo**
- El diseño del programa surgió de espacios de **co-creación con personas mayores**
- El proyecto **evita narrativas de "inclusión obligatoria", y se enfoca en empoderar a las personas mayores según sus propios intereses**
- Se prioriza la **innovación social frente a la tecnológica**, construyendo relaciones humanas, redes de confianza y sentido de comunidad

Proyecto de Federación de Mujeres Progresistas

SABIAS: SALUD EN LAS MUJERES MAYORES

Descripción

SABIAS es un programa de sensibilización que visibiliza la salud de las mujeres mayores desde una perspectiva bio-psico-social y de género, promoviendo una atención sociosanitaria más humana y holística.
Surge ante **la invisibilización sistemática de este colectivo en los discursos de salud**. A través de grupos de discusión, el proyecto detecta barreras en el acceso al sistema sanitario, malestares asociados al género y desigualdades acumuladas a lo largo de la vida.
Se promueve la **reflexión crítica** sobre el modelo biomédico tradicional y se apuesta por enfoques participativos, adaptados y accesibles.

Objetivo

Contribuir a mejorar la atención sociosanitaria de las mujeres mayores mediante la identificación de barreras de acceso, visibilizando desigualdades de género en salud
Además, apoya el empoderamiento y la participación activa de las destinatarias.

Ubicación

Ámbito nacional, con especial incidencia en zonas rurales (Criterio: Mayor arraigo del sesgo de género y dificultades de acceso a recursos)

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable y prevención de la soledad no deseada.

Población beneficiaria

- **Mujeres mayores**
- **Mujeres mayores en zonas rurales**
- **Profesionales sociosanitarios**
- **Voluntariado y personas en formación**

Duración

- **Píldoras formativas:** 10 a 20 horas, con un mes de plazo para completarlas
- **Campañas de sensibilización:** 3 meses de duración activa, con continuidad en la difusión de materiales

Modalidad

Híbrida.

Colaboraciones

Se colabora con entidades públicas, privadas y del tercer sector en clave de beneficio mutuo, **para compartir aprendizajes y ampliar el impacto del programa**.

FEDERACIÓN MUJERES PROGRESISTAS

Contenido

- **Píldoras formativas dirigidas a profesionales y voluntariado**
- **Temas:** malestares de género, salud en entornos rurales, brecha digital, modelos de atención, soledad no deseada
- Se realizan **boletines de sensibilización y materiales accesibles y adaptados**.
- Promueven **espacios participativos de escucha y reflexión con las propias mujeres**

Todo ello desde un enfoque participativo e inclusivo desde el diseño hasta la evaluación

Trayectoria y sostenibilidad

Iniciado **en 2023, SABIAS se consolida como un programa sostenible y necesario que responde a demandas reales**.
Su sostenibilidad se basa en:

- Participación directa de mujeres mayores en el diseño y evaluación
- Capacidad de adaptación a contextos diversos, especialmente rurales
- Compromiso institucional y gran acogida de los materiales generados

Evaluación

Evaluación continua mediante:

- Formularios anónimos y cuestionarios adaptados
- Registros internos y análisis de indicadores
- Evaluaciones cualitativas sobre necesidades, utilidad del contenido y satisfacción
- Datos recogidos que alimentan los procesos de mejora del programa

Otros aspectos destacables

- Participación activa de mujeres mayores en todo el proceso
- Campañas con materiales accesibles y culturalmente adaptados
- Espacios de empoderamiento y escucha activa
- Rompe estereotipos sobre la vejez femenina y promueve nuevas narrativas.

Proyecto de Fundación Aldaba

INTEGRAL: A SU LADO

Descripción

Programa diseñado para mejorar la calidad de vida de las personas mayores mediante una metodología participativa, flexible y centrada en la autonomía.
A través de una red profesional y comunitaria, se ofrecen apoyos individualizados que responden tanto a necesidades emocionales como sociales, materiales o jurídicas.
La intervención se adapta a cada caso, fomentando vínculos afectivos estables, evitando institucionalizaciones innecesarias y promoviendo el envejecimiento activo mediante pisos compartidos, seguimiento continuado y participación comunitaria.

Objetivo

Promover un envejecimiento activo y saludable mediante una atención personalizada que evite el aislamiento social, refuerce la autonomía y garantice apoyos integrales y comunitarios.

Ubicación

Baleares (Al Teu Costat), Madrid y Galicia (Ao Seu Lado)

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada y brecha digital.

Población beneficiaria

Personas mayores en situación de vulnerabilidad, especialmente quienes viven solas, carecen de red de apoyo o presentan discapacidad.

Duración

No existe un límite predeterminado. La atención se prolonga según las necesidades individuales y evolución de cada caso, favoreciendo una intervención sostenida en el tiempo.

Modalidad

Híbrida. combinando atención presencial con tecnología de apoyo. Dispone de servicio telefónico 24h.

Colaboraciones

- Administraciones públicas (financiación)
- Entidades del tercer sector (sostenibilidad técnica y social)
- Empresas privadas (cesión de espacios)

Contenido

El programa ofrece atención integral que incluye:
- Área jurídica, médica, psicosocial y de ocio.
- Apoyo a domicilio, en hospitales y residencias.
- Talleres de ocio y tiempo libre.
- Promoción de la autonomía y toma de decisiones.
- Desarrollo de proyectos de vida personalizados.
- Implicación comunitaria e intergeneracional.
- Línea telefónica 24h.

Trayectoria y sostenibilidad

Consolidado desde 2013, el programa ha evolucionado manteniendo su esencia: atención centrada en la persona, supervisión técnica y evaluación continua.
Se garantiza su continuidad mediante alianzas, seguimiento individualizado y legitimidad institucional.

Evaluación

Memorias anuales con indicadores cuantitativos:
- Nº de visitas
- Nº de talleres
- Nº de acompañamientos
- Además, se realizan entrevistas, análisis de casos y reuniones técnicas para adaptar las intervenciones. Midiendo mediante indicadores de bienestar subjetivo y vínculos sociales.

Otros aspectos destacables

- Enfoque comunitario basado en derechos, no asistencialista.
- Modelo de atención flexible, centrado en el vínculo humano.
- Innovación **en la transformación digital al servicio del acompañamiento humano**.
- Fomento de la participación y autonomía como principios rectores.

Proyecto de Fundación Grandes Amigos

GRANDES VECINOS: PREVENCIÓN DE LA SOLEDAD

Descripción

Programa comunitario que conecta a personas mayores con vecinos y vecinas de distintas edades para crear redes de apoyo mutuo en el barrio, prevenir la soledad y recuperar el tejido social.
A través de vínculos afectivos y actividades cotidianas compartidas, se promueve la participación activa, la corresponsabilidad vecinal y el bienestar emocional. La intervención se basa en estudios comunitarios previos y se adapta a los contextos locales.

Objetivo

Prevenir la soledad y promover un estilo de vida activo, saludable y conectado para las personas mayores. Reforzar el tejido vecinal mediante la participación social y el liderazgo comunitario, empoderando a las personas mayores como protagonistas de su vida social.

Ubicación

Ámbito nacional, con presencia destacada en Comunidad Valenciana, Cantabria, Euskadi, Extremadura, Madrid y Galicia.

Línea de actuación

Envejecimiento activo y saludable, prevención de la soledad no deseada y lucha contra la brecha digital.

Población beneficiaria

Personas mayores, con especial atención a mujeres mayores. También participan vecinos/as de distintas edades para crear redes intergeneracionales. Se priorizan entornos con factores de riesgo social y alta tasa de mayores que viven solas.

Duración

Acompañamientos sin duración fija, adaptados a las necesidades de cada persona.

Modalidad

Presencial. El contacto directo es clave para crear confianza y vínculos sostenibles.

Colaboraciones

Coordinación con **entidades vecinales, centros socioculturales, administraciones públicas y empresas privadas.**

GRANDES AMIGOS

Contenido

El programa conecta a personas mayores con 3-4 vecinos/as de su barrio para compartir actividades cotidianas (pasear, conversar, gestiones, ocio). Además de estos vínculos individuales, se organizan **encuentros grupales en el barrio** para ampliar redes sociales y fortalecer la comunidad.
Las personas mayores participan en la definición de las actividades, **favoreciendo un enfoque participativo y personalizado**. También se dinamizan espacios comunitarios y se implican agentes del entorno como comercios o farmacias.

Trayectoria y sostenibilidad

Fundación Grandes Amigos nació en 2003 y el programa Grandes Vecinos se inició en 2015. Actualmente está implantado en 88 barrios de Madrid con más de 400 'antenas' comunitarias (comercios, farmacias, vecinas/os...) para detectar situaciones de soledad. Más de 630 personas han participado. La estructura de proximidad permite intervención temprana y sostenibilidad gracias al compromiso ciudadano.

Evaluación

Se aplica la escala UCLA al inicio y tras un año de participación para medir la evolución en niveles de soledad. Además, se recogen opiniones y necesidades mediante entrevistas, formularios de satisfacción y grupos focales. **La información obtenida permite adaptar la intervención y mejorar el acompañamiento.**

Otros aspectos destacables

- El programa se centra en personas mayores autónomas que desean ampliar su red social.
- La flexibilidad en la frecuencia de encuentros favorece la implicación vecinal.
- Las actividades de socialización grupal refuerzan los lazos ya creados.
- Se fomenta la toma de decisiones por parte de las personas mayores en todas las fases.

Buenas Prácticas
en Intervención Social
con Personas Mayores

ANEXO

Fichas BBPP

Perspectivas y buenas prácticas en la intervención social con personas mayores en entidades del Tercer Sector en España

Santa María la Real fundación | empleo e inclusión social

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030

POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL