

# El **fomento** y la **dinamización** de la participación social de las personas mayores





# El **fomento** y la **dinamización** de la participación social de las personas mayores





## Índice

### El fomento y la dinamización social de la participación social de las personas mayores

Palabras a las asociaciones y centros sociales de personas mayores / 9

Recomendaciones / 11





El **fomento** y la **dinamización**  
de la participación social de  
las personas mayores








## ...a las asociaciones y centros sociales de personas mayores

La importancia de la participación social de las personas mayores presenta dos dimensiones: la individual y la colectiva. Por un lado, desde una perspectiva individual, la participación social de las personas mayores es una de las estrategias que se derivan del concepto de envejecimiento activo, modelo asociado a la prevención de discapacidad y a la promoción de la salud, desde el cual se propugna que cada persona debe afrontar su propio proceso de envejecimiento desde un papel o rol activo y sin desconectarse o aislarse de la sociedad. Por otro lado, desde una dimensión colectiva, las personas mayores poseen un rico caudal de experiencia vital que debe ser reconocido como insustituible para posibilitar que los cambios derivados del dinamismo inherente a la propia evolución de las sociedades se produzcan de un modo equilibrado.



No obstante, una vez reconocida la importancia de la participación de las personas mayores en la sociedad, no hay que ocultar las dificultades que surgen a la hora de impulsar, dinamizar y articular dicha participación. Dificultades que proceden tanto de las propias personas mayores como del contexto social donde nos desenvolvemos.

Por esto, desde el Consejo de Personas Mayores del Principado de Asturias y la Consejería de Asuntos Sociales, queremos animar al movimiento asociativo y a los centros sociales de personas mayores, en primer lugar, reconociendo y poniendo de relieve la importancia del papel que vienen desarrollando en este ámbito. Asimismo, es intención de ambos apoyar al movimiento asociativo y a los centros sociales de personas mayores, ofreciendo algunas recomendaciones que contribuyan a la reflexión conjunta así como a propiciar el fomento y la dinamización de la participación social de las personas mayores.



**a) Recomendaciones para favorecer la reflexión sobre la participación social de las personas mayores y avanzar en el importante papel del movimiento asociativo y los centros sociales de personas mayores para el fomento y dinamización de la misma.**

**primera .....**

Reforzar la idea de que la finalidad del movimiento asociativo y los centros sociales de personas mayores va más allá de crear lugares para el encuentro y el ocio recreativo, entendiendo que su misión fundamental es promocionar el envejecimiento activo y lograr la participación social activa de las personas mayores en su comunidad de referencia.

Esto no significa renunciar a las preferencias e intereses que incluyen actividades lúdicas como el baile, los juegos de mesa o las excursiones, actividades de ocio que, sin duda, deben ser respetadas ya que cumplen un papel importante en la promoción de la relación social y el uso del tiempo libre, contribuyendo de un modo efectivo a prevenir situaciones de soledad, inactividad y aislamiento. Esto, simplemente, quiere decir que debemos apostar por diversificar las actividades y promocionar nuevos programas que sintonicen con la realidad actual y pongan de manifiesto el potencial y los amplios intereses del conjunto de las personas mayores.

**segunda .....**

Identificar e interiorizar como prioritarios para el movimiento asociativo y los centros sociales de personas mayores, objetivos como los siguientes:

- ~ Favorecer hábitos saludables y actitudes positivas hacia el envejecimiento.
- ~ Estimular e impulsar la participación activa e integración de las personas mayores en la comunidad.
- ~ Promocionar la cultura, la formación y el acercamiento a las nuevas tecnologías.
- ~ Fomentar y dinamizar la relación social intergeneracional y de apoyo solidario a colectivos más desfavorecidos.
- ~ Canalizar el ocio y tiempo libre hacia actividades o proyectos diversificados, gratificantes y significativos.

### tercera.....

Inspirar y sustentar los criterios y formas de hacer de las asociaciones y los centros sociales de personas mayores en principios fundamentales como:

- a. La *autonomía* de las personas mayores, es decir, la capacidad de decidir y actuar libremente. De este principio se derivan criterios como el no permitir estilos y procedimientos que favorezcan la manipulación de las personas mayores.
- b. La *competencia* de las personas mayores, es decir, la capacidad de éstas de elaborar proyectos de interés colectivo y desempeñar correctamente las tareas. De este principio se deriva el criterio de avanzar hacia la autogestión de las propias personas mayores, eliminando tutelajes innecesarios, y entendiendo la labor de los profesionales como herramientas técnicas de apoyo.
- c. La necesidad de defender la *inclusión social* de las personas mayores, es decir, la importancia de que éstas permanezcan integradas en la comunidad, así como la *solidaridad intergeneracional*. De estos principios se derivan criterios tan importantes como que las asociaciones y los centros no deben constituirse en lugares que distancien o segreguen a las personas mayores del resto de la comunidad y que deben concebirse como recursos abiertos a la comunidad y coordinados con el conjunto de recurso comunitarios.

**b) Recomendaciones sobre los nuevos programas y actividades que deben ser promocionados por el movimiento asociativo y en los centros sociales de personas mayores.**

#### **cuarta** .....

Impulsar programas y actividades relacionadas con la mejora de la salud y el envejecimiento positivo. Así resulta de enorme interés proponer y desarrollar actividades como las siguientes:

- ~ Cursos formativos o charlas destinadas a proporcionar conocimientos, desarrollar hábitos y consolidar actitudes que contribuyan a un envejecimiento positivo y saludable.
- ~ Talleres ocupacionales destinados a facilitar una ocupación significativa del tiempo libre ofertando una gama diversificada de actividades manuales y creativas.
- ~ Actividades de mantenimiento físico como la gerontogimnasia, el tai-chi, el senderismo o la natación, entre otras.
- ~ Actividades para el mantenimiento psíquico como los talleres de entrenamiento de la memoria, los cursos de aprendizaje de técnicas de relajación o los talleres de mejora de la autoestima.

#### **quinta** .....

Fomentar los programas y experiencias de intercambio generacional, pensados para crear espacios y estrategias de encuentro entre generaciones, para de este modo contribuir al acercamiento, respeto y dignificación de las diferentes etapas de la vida, reconociendo la importancia de las personas mayores en la transmisión de valores y experiencias vitales esenciales para las nuevas generaciones.

#### **sexta** .....

Promocionar los proyectos de voluntariado, diseñados para canalizar el tiempo libre y la experiencia de las personas mayores a través de su incorporación a grupos de ciudadanos/as que de un modo altruista ofre-

cen apoyo solidario hacia otros miembros, grupos o instituciones de la comunidad.

#### **séptima** .....

Desarrollar, en coordinación con otros recursos comunitarios, una programación cultural y formativa, amplia y actualizada, que contemple temas de interés (culturales, educativos, socio-políticos, artísticos, etc.) para el conjunto de las personas mayores de la comunidad.

#### **octava** .....

Apostar por los programas de incorporación a las nuevas tecnologías, indispensables para posibilitar el acercamiento y manejo de los nuevos sistemas de información y comunicación (programas informáticos, internet, etc.), evitando que las personas mayores queden distanciadas de las innovaciones más relevantes de la actualidad.

#### **c) Recomendaciones en torno a cuestiones organizativas de las asociaciones y centros sociales de personas mayores.**

Si de verdad queremos servir de auténticas plataformas para impulsar la plena integración del colectivo de las personas mayores, nuestras organizaciones deben ser participativas, dinámicas e innovadoras. Por ello debemos revisar nuestros estilos habituales de organización y nuestros procedimientos, para así poder actuar, desde el ejemplo positivo, como valiosos estímulos para dinamizar la participación social. En este sentido, y desde la propia reflexión, proponemos algunas cuestiones relacionadas con la organización actual de nuestras asociaciones y nuestros centros sociales de personas mayores que, quizás, en alguna medida puedan contribuir a conseguir este necesario impulso.

#### **novena**.....

Avanzar hacia órganos directivos participativos y estilos directivos democráticos y eficaces, capaces de liderar proyectos novedosos y atrayen-

tes para el conjunto heterogéneo que conforman el colectivo de las personas mayores. Para ello es importante, en primer lugar, que las juntas directivas estén debidamente formadas en las habilidades básicas que propicien una adecuada promoción de la participación. Por otro lado, puede resultar también de interés incluir mecanismos que eviten la perpetuación en los cargos de responsabilidad de las asociaciones o centros, situación que influye en dificultar la capacidad de renovación que toda organización necesita.

#### **décima**.....

Desarrollar sistemas de participación y trabajo abiertos al conjunto de socios/as, articulando comisiones y grupos de trabajo que permitan delegar y repartir competencias de las juntas directivas.

#### **undécima** .....

Estimular la incorporación de las mujeres a las juntas directivas de las asociaciones y centros sociales de personas mayores, ya que son las que mayoritariamente participan en diferentes actividades y sin embargo apenas están representadas en los órganos directivos donde se toman las principales decisiones. Las mujeres, debido fundamentalmente a factores sociales, tienen gran capacidad de escucha, negociación y consenso, habilidades clave para la reorientación y el impulso que en ocasiones pueden requerir algunas asociaciones y centros.

#### **duodécima** .....

Posibilitar el acceso a los servicios y programas de la asociación o centro a otros grupos de la comunidad, conciliando esta apertura con la importancia de seguir teniendo el control de la misma por parte del colectivo de las propias personas mayores. En esta línea son recomendables las experiencias que incluyen diferentes tipologías de socios/as, así como las que entienden de una manera amplia el concepto de persona mayor y no la limitan a la clásica división etaria de ser mayor de 65 años.

Desde el Consejo de Personas Mayores del Principado de Asturias, órgano de representación y cauce de participación del conjunto de personas mayores de nuestra Comunidad Autónoma, hacemos un llamamiento a las personas mayores que lideran en la actualidad las asociaciones y centros sociales de personas mayores, a los socios y socias de las mismas, a los y las profesionales que desempeñan su labor en el ámbito de la gerontología, así como a los responsables de las diferentes administraciones, a tener en cuenta estas recomendaciones, difundirlas y hacer posible que se incorporen a la práctica cotidiana. Esto, sin duda, contribuirá a mejorar el presente y futuro de nuestras asociaciones y centros, y nos permitirá avanzar, a través de una participación activa, hacia la plena integración de las personas mayores en la sociedad.



IMPRESO EN GRAFINSA, OVIEDO,  
EN EL MES DE ENERO DEL  
AÑO 2006



CONSEJO DE  
PERSONAS MAYORES  
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS





Gobierno del  
Principado de Asturias

Consejería de Vivienda  
y Bienestar Social



Consejo de  
Personas Mayores  
del Principado de Asturias