



Escenarios de los talleres para comprometerse socialmente Seniors



ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. La accesibilidad móvil	3
Anexo. Teoría propuesta.....	4
2. El mundo de las aplicaciones.....	7
Anexo. Teoría propuesta.....	8
3. Mantenga su mente aguda	9
Anexo. Teoría propuesta.....	11
4. Comprensión de los medicamentos	12
Anexo. Teoría propuesta.....	14
5. Argumentos falaces	15
Anexo. Teoría propuesta.....	17
6. Café del mundo.....	18
Anexo. Teoría propuesta.....	19
7. Mayores socialmente implicados	21
Anexo. Teoría propuesta.....	22
8. Personas mayores que utilizan la tecnología	23
Anexo. Teoría propuesta.....	25
9. Reunión.....	26
Anexo. Teoría propuesta.....	27
10. Biblioteca viva	28
Anexo. Teoría propuesta.....	28

1. LA ACCESIBILIDAD MÓVIL

Propósito *Aumentar la concienciación sobre las dificultades que tienen los mayores para utilizar el teléfono móvil.*

Tiempo	1 h - 1 h 30 min
Grupo objetivo	Educadores de adultos Cuidadores Educadores sociales, etc.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Entender las razones por las que los ancianos evitan usar el teléfono móvil- Proporcionar conocimientos y herramientas a los educadores para que enseñen a los mayores a utilizar los teléfonos móviles- Desarrollar la empatía de los educadores sobre los problemas a los que se enfrentan las personas mayores cuando intentan utilizar un teléfono móvil
Materiales	Diferentes tipos de teléfonos móviles (smartphones, teclado qwerty, teclado normal, etc.) Gafas de simulación de baja visión Guantes de jardinería Pesas de muñeca Golpes en el oído
Pasos de facilitación	<ol style="list-style-type: none">1. Divida a los participantes en pequeños grupos y pídale que hagan una lluvia de ideas sobre las razones por las que es más difícil para los ancianos utilizar un teléfono móvil (10-15 minutos)2. Luego, en el gran grupo, tendrán que presentar las razones que se les ocurrieron. El animador puede añadir algunas de las razones de la teoría propuesta en el anexo (5-10 min)3. Las parejas realizarán una simulación en la que, por turnos, uno adoptará el papel de una persona mayor y el otro será el que intente ayudar y enseñar a utilizar mejor el teléfono. La persona que adopte el papel de anciano tendrá que utilizar gafas de simulación de baja visión, guantes de jardinería, pesas en la muñeca y golpecitos en la oreja, con el fin de simular las deficiencias visuales, auditivas y sensoriales a las que pueden enfrentarse los ancianos. Durante esta simulación, tendrán que realizar tareas sencillas relacionadas con el uso del teléfono móvil, como: encender/apagar, hacer/responder una llamada, enviar un mensaje, hacer una foto, subir el volumen, aumentar el brillo, aumentar la letra, etc. (20 min)4. Después de que los participantes hayan interpretado ambos papeles, compartirán sus experiencias y sentimientos y concluirán sobre las dificultades a las que se enfrentan los mayores al intentar utilizar el teléfono móvil. (10-15 min)5. Para finalizar la sesión, el animador puede reproducir uno o los dos vídeos propuestos en las referencias. (3-5 min)
Métodos	Lluvia de ideas Presentaciones Juego de simulación

Juego de roles
Debriefing

Evaluación

Durante la evaluación, los participantes se dividirán en 4 grupos y tendrán que aportar soluciones a los siguientes problemas:

Problema: las personas mayores pueden pensar que no necesitan un teléfono móvil para comunicarse con la gente.

Problema: el teléfono móvil se convierte en una fuente molesta de llamadas falsas, estafadores y vendedores telefónicos. Las personas mayores pueden apagar sus teléfonos para evitarlos.

Problema: las personas mayores pueden sentirse abrumadas por todas las aplicaciones e iconos de la pantalla de su teléfono. También pueden sentir que es demasiado complejo tener un teléfono y, por lo tanto, se niegan a considerar el uso de uno.

Problema: las pantallas pequeñas y los teclados diminutos son difíciles de utilizar para las personas mayores con problemas de visión y destreza. La pérdida de audición también puede dificultar la comprensión de lo que se dice por teléfono.

Referencias

Cómo simplificar el smartphone para las personas mayores

<https://www.youtube.com/watch?v=ISFwOanG9WQ>

Cómo configurar un smartphone para mayores

<https://www.youtube.com/watch?v=eKipORlqv0U>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

Las personas mayores utilizan a menudo los smartphones, pero se enfrentan a muchos problemas al hacerlo. Entender estos problemas puede ayudar a enseñar a las personas mayores a utilizar la tecnología. Los desarrolladores de aplicaciones pueden tener en cuenta los siguientes puntos a la hora de desarrollarlas para que también sean fáciles de usar para los usuarios de edad avanzada.

Estos son **7 problemas** a los que se enfrentan las personas mayores al utilizar los smartphones.

1. No pueden aprovechar correctamente

En primer lugar, tienen un problema de roscado. El tapping es una operación básica para la mayoría de las aplicaciones, pero los siguientes problemas ocurren cuando intentan hacer tapping.

Empujan con las uñas

Presiona demasiado fuerte o el área del dedo que toca la pantalla es demasiado grande

No pueden presionar donde apuntaban

Su dedo se desliza después de tocar la pantalla

Tocan la pantalla durante mucho tiempo

Por ello, tienen problemas para navegar en las pantallas de los smartphones. Las operaciones distintas a los toques, como los gestos, pueden ser más difíciles.

Además, para la autenticación de las huellas dactilares, un PIN marcado a mano podría ser mejor si les resulta difícil registrar sus huellas dactilares.

2. Las personas mayores no pueden localizar los botones en las pantallas de los smartphones

Las aplicaciones de los smartphones actuales tienen muchos diseños planos. Así que es difícil saber dónde pueden pulsar o qué sucede después de pulsar.

Incluso si usted expresa un botón con un icono, es posible que tenga que considerar cómo funciona junto con el icono. Por ejemplo "< Atrás".

Además, las personas mayores pueden no estar familiarizadas con palabras como "editar", "registrar", etc. Una expresión como "escribir texto" puede ser mejor que "editar".

3. Las transiciones de pantalla pueden confundirlos

Incluso si aprenden a usar los teléfonos. Pueden confundirse si las transiciones son diferentes de las habituales. No sabrán qué hacer en esos casos.

Considere este ejemplo:

La aplicación se inicia normalmente y está lista para ser utilizada. Sin embargo, a veces la sesión se desconecta y aparece la pantalla de inicio de sesión.

El primer lanzamiento mostrará el tutorial pero no aparecerá en el siguiente lanzamiento

4. Los anuncios de los teléfonos inteligentes pueden confundir a las personas mayores

Cuando aparece un anuncio intersticial, etc:

- Es diferente de una transición de pantalla normal
- Es una pantalla que nunca han visto
- Así que se confunden.

Además, es posible que piensen que los banners que aparecen en el pie de página y en otros lugares forman parte de la aplicación.

5. Las notificaciones también pueden ser confusas

La notificación de la aplicación aparece en la parte superior de la pantalla. Pero sale y desaparece después de haber revisado el texto. Así que es posible que no sepan cómo comprobarlo de nuevo.

Si tocan la notificación, terminan en una aplicación diferente. Entonces se sentirán desconcertados porque corresponde a la cuestión anterior ya que la transición de la pantalla es diferente.

6. No recuerdan los datos de acceso

No recuerdan los datos de acceso y la cuenta que utilizan para cada servicio, por ejemplo

- Identificación de la cuenta
- Cuenta de Google
- Cuenta de Facebook
- Manejadores de Twitter, etc.
- Esto les causa problemas a la hora de iniciar la sesión, etc.

7. Es difícil recordar palabras y conceptos

Es posible que no recuerden los conceptos aunque se les haya enseñado muchas veces debido a la debilidad de la memoria.

Extras

Hay demasiadas pestañas del navegador abiertas

A veces acaban abriendo muchas pestañas en el navegador hasta el punto de que se bloquea o no pueden abrir más pestañas.

Puede que no conozcan el concepto de pestañas/ventanas. Tampoco pueden saber cómo cerrar las ventanas. Esto ocurre con menos frecuencia si los sitios web tienen un diseño sencillo.

Conclusión

Estos son algunos de los problemas a los que se enfrentan las personas mayores al utilizar los smartphones. Los desarrolladores de aplicaciones pueden tenerlos en cuenta a la hora de crear

aplicaciones dirigidas a un público mayor. Las personas dedicadas a la educación también pueden encontrarlo útil.

2. EL MUNDO DE LAS APLICACIONES

Propósito Aumentar la concienciación sobre las dificultades de las personas mayores para entender y utilizar las aplicaciones

<i>Tiempo</i>	1h 30 min - 2 h
<i>Grupo objetivo</i>	Educadores de adultos Cuidadores Educadores sociales, etc.
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none">- Entender las razones por las que los ancianos evitan utilizar las APP de los teléfonos móviles- Proporcionar conocimientos y herramientas a los educadores para que enseñen a los mayores a utilizar las APP- Desarrollar la empatía de los educadores sobre los problemas a los que se enfrentan las personas mayores al intentar utilizar las APP
<i>Materiales</i>	Teléfonos inteligentes Proyector de vídeo
<i>Pasos de facilitación</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Divida a los participantes en pequeños grupos y pídale que hagan una lluvia de ideas sobre cómo las APP pueden ayudar a los ancianos en su vida diaria (10-15 minutos)2. Después, en el gran grupo, tendrán que presentar sus ideas (por ejemplo, mejorar la vida social, la salud, el presupuesto, el entretenimiento, etc.). El animador puede añadir algunas otras ideas del enlace 2nd de las referencias (5-10 min)3. A continuación, en los mismos grupos, deberán encontrar las mejores APP para cada necesidad y preparar una breve presentación (PowerPoint, Canva, etc.) sobre los beneficios y funciones de cada APP. El facilitador puede añadir algunas de las APP de la teoría propuesta en el anexo (30 min)4. Cuando los grupos terminen sus presentaciones, deberán presentarlas al gran grupo5. Para finalizar la sesión, en grupos, tendrán que idear algunos consejos y trucos sobre cómo convencer a los ancianos para que utilicen las APP y cómo enseñarles mejor a utilizarlas. El animador puede añadir algunos de los APP de la teoría propuesta en el anexo (30 min)
<i>Métodos</i>	Lluvia de ideas Presentaciones Debriefing
<i>Evaluación</i>	Preguntas abiertas Preguntas propuestas: ¿Por qué necesitan los ancianos utilizar las APP? ¿Cómo pueden las APP mejorar su vida? ¿Cómo podemos convencer a los mayores de que utilicen las APP? ¿Cuáles son los mejores métodos para enseñarles a utilizar una APP específica?

Referencias

Aplicaciones para teléfonos inteligentes que los adultos mayores pueden utilizar mientras están aislados durante la pandemia de COVID-19
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7234684/> - 15 aplicaciones para teléfonos inteligentes que los adultos mayores pueden utilizar mientras están aislados durante la pandemia de COVID-19

Las mejores APPs para mayores
<https://www.seniorlifestyle.com/resources/blog/top-8-mobile-apps-active-seniors/>

Por qué algunas personas mayores rechazan las tecnologías digitales
<https://www.sciencedaily.com/releases/2018/03/180312091715.htm#:~:text=Resumen%3A,tecnologías%2C%20un%20nuevo%20estudio%20revela.>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

Según Eurostat, en la UE, el 87% de las personas de 75 años o más nunca se han conectado a Internet.

Las personas mayores suelen tener una menor capacidad de reacción, lo que hace más difícil seguir el ritmo de la tecnología rápida, por ejemplo, las plataformas que utilizan notificaciones. El 9% de las personas mayores de 75 años o más tienen problemas visuales graves y el 18% tienen limitaciones auditivas graves en la UE (Eurostat, 2017).

Los mayores y la tecnología

- Muchas personas mayores tienen problemas con las pantallas táctiles debido a una condición llamada dedos curtidos.
- Muchas personas mayores tienen una movilidad reducida y unos ingresos más bajos, lo que hace más difícil conocer a los amigos en persona.
- El dominio de las nuevas tecnologías suele ser complicado, ya que los mayores no tienen experiencia en el uso de la tecnología que les sirva de referencia. Los seniors suelen tener un marco de referencia menor que les permite absorber nuevos conocimientos.
- Las cifras de SSB muestran que el 83% de los mayores de entre 64 y 74 años utilizan Internet semanalmente o con más frecuencia.
- Social Isolation in The UK, las cifras muestran que las personas socialmente aisladas tienen 3,5 veces más probabilidades de ingresar en una residencia financiada por las autoridades locales.
- El 96% de los mayores de 67 años posee un teléfono móvil, pero menos de la mitad tiene un smartphone (cifras de 2014).

3. MANTENGA SU MENTE AGUDA

Propósito Motive a los adultos para que mantengan sus mentes agudas. Dales algunos ejercicios cerebrales fáciles y divertidos que puedan hacer en la comodidad de su casa o durante su tiempo libre.

<i>Tiempo</i>	1h 30 min
<i>Grupo objetivo</i>	Personas mayores, personal que trabaja con personas mayores.
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none">- Promover ejercicios cerebrales fáciles y divertidos para mantener la mente de los mayores aguda- Concienciarse de los beneficios de desafiarse a sí mismo, de hacer cosas nuevas y de aprender para mantener la mente despierta
<i>Materiales</i>	Smartphone o portátil conectado a Internet Blogs de hojas: papel A3 y A4, rotuladores, ceras, lápices de colores Aula o sala de formación Voluntarios para supervisar las actividades
<i>Pasos de facilitación</i>	<ul style="list-style-type: none">● Introducción: 15 minutos Las personas con mejor salud cardiovascular, que han sido más activas física y mentalmente, que han adoptado hábitos alimentarios saludables, que no fuman y que beben alcohol con moderación tienen menos probabilidades, de media, de desarrollar demencia. Explica al grupo los objetivos y la finalidad del taller y dales una introducción sobre cómo pueden mantener su cerebro agudo a medida que envejecen. Por ejemplo: Haz actividad física: Tu cerebro necesita un buen suministro de oxígeno y nutrientes para funcionar bien. Manténgase socialmente comprometido: Las personas socialmente activas tienen menos probabilidades de desarrollar un deterioro cognitivo. Desafía a tu cerebro: El aprendizaje y la educación permanentes son buenos para la salud del cerebro y reducen el riesgo de desarrollar demencia. Actitud: Gestionar el estrés y la mente presente: El estrés crónico tiene efectos estructurales y funcionales en el hipocampo, la parte del cerebro que es vital para crear recuerdos. Adapta tu estilo de vida para proteger tu cerebro● Ejercicios cerebrales 60 min Haz grupos pequeños [3 - 4 personas] y dales algunas tareas para realizar. Deja que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad <i>Cambiar de mano</i> Cambiar de mano es un gran ejercicio cerebral. Si es zurdo, intente utilizar su mano derecha no dominante para todas sus actividades

diarias. Cambie de mano cuando se cepille los dientes, coma, escriba e incluso cuando utilice el ratón del ordenador. Utilizar la mano no dominante aumenta la actividad cerebral.

Utiliza un papel para presentar al grupo el resultado de tus logros.

Hacer un pequeño descanso después de continuar con la siguiente tarea

Completar las tareas al revés o al derecho

Pueden ser los mismos grupos o grupos nuevos. Que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad

Ver las cosas al revés o hacia atrás es muy estimulante para tu cerebro. Puedes conectar con tu Leonardo da Vinci interior y dominar la escritura en espejo (la capacidad de escribir al revés). Divertido y desafiante, completar tareas al revés o al derecho es un gran reto para tu cerebro.

Utiliza papel A4 y lápices de colores para presentar tu obra maestra.

Hacer un pequeño descanso después de continuar con la siguiente tarea

Aprender una nueva lengua

Pueden ser los mismos grupos o grupos nuevos. Que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad

Elige un idioma, algo que siempre hayas querido aprender, y empieza a aprender.

Para esta actividad, se necesita un smartphone o un portátil conectado a Internet. Uno de los grupos será profesor por un día y dirigirá el curso y pedirá a cada miembro del grupo que repita las frases o palabras. El grupo aprenderá algunas palabras y presentará a los demás grupos lo que ha aprendido.

<https://app.mondly.com/home>

Hacer un pequeño descanso después de continuar con la siguiente tarea

Dibujar un mapa de memoria

Esta actividad se puede realizar si todavía tienes tiempo.

Pide al grupo que se divida en pequeños grupos [3-4 personas]. Los mejores del mismo lugar de residencia. Que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad

La tarea consiste en dibujar un mapa en un papel [A2 A3, el mejor]. Algunos temas podrían ser: cómo llegar al lugar de entrenamiento desde tu hotel/casa/estación de tren. El mapa de la zona debe contener algunos edificios/parques/lugares especiales que recuerdes/cosas/gente que hayas visto al ir al lugar de entrenamiento.

La obra de arte, presentar otros grupos.

1. Conclusión: 15 minutos

Pregunta al grupo sobre sus empastes y sobre lo importante que es mantener nuestro cerebro agudo

<i>Métodos</i>	Esta sección se basará en la participación activa, el ejercicio de taller y los proyectos de equipo. Presentaciones, debates, talleres
<i>Evaluación</i>	Evaluación basada en el rendimiento
<i>Referencias</i>	<p>La salud del cerebro a medida que envejece: Guía del educador https://acl.gov/sites/default/files/news%202016-10/BrainHealthEducatorGuide.pdf</p> <p>¿Cómo puedo mantener mi cerebro en forma? https://www.futurelearn.com/info/courses/ssa-sandbox/0/steps/11802</p> <p>Mantenga su mente aguda a cualquier edad https://www.mercycare.org/app/files/public/168442ba-38c3-4aa2-8226-8a19a5a7592e/EAP-May-2014-Keep-Your-Mind-Sharp-At-Any-Age.pdf</p> <p>Mejore su memoria https://www.instituteofwater.org.uk/wp-content/uploads/2020/02/IMPROVE-YOUR-MEMORY.pdf</p>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

El aprendizaje genera nuevas células cerebrales, enriqueciendo las redes cerebrales y abriendo nuevas rutas que el cerebro puede utilizar para evitar los daños. Desafiarse a sí mismo, hacer cosas nuevas y aprender es vital para la salud del cerebro. Puedes desafiar a tu cerebro de muchas maneras; no tiene por qué ser todo crucigramas y sudokus.



4. COMPRENSIÓN DE LOS MEDICAMENTOS

Propósito Ser consciente de los problemas de no tener conocimiento de los medicamentos que toman los mayores y mostrar cuándo y cómo pueden tomar cada uno de ellos sin efectos secundarios.

<i>Tiempo</i>	1 h 30 min
<i>Grupo objetivo</i>	Personas mayores (65 años o más)
<i>Objetivos</i>	Reflexionar sobre la importancia de conocer los fármacos que introducimos en nuestro cuerpo y cómo estar informados sobre nuestros medicamentos nos ayuda a salvaguardar nuestra salud. Realizar una actividad interactiva para aprender las cosas positivas y negativas de los medicamentos que suelen tomar a diario.
<i>Materiales</i>	Smartphone o portátil conectado a Internet Blogs de hojas: papel A3 y A4, rotuladores, ceras, lápices de colores Aula o sala de formación Voluntarios para supervisar las actividades
<i>Pasos de facilitación</i>	<p>1. Introducción: 15 min</p> <p>Cuando tomas una receta, ¿sabes exactamente qué estás tomando y por qué? Hablemos de la importancia de entender los medicamentos que introducimos en nuestro cuerpo y de cómo estar informados sobre nuestros medicamentos nos ayuda a salvaguardar nuestra salud.</p> <p>2. Lluvia de ideas: 25 minutos</p> <p>Empieza haciendo pequeños grupos de 3-4 personas. Deja que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad. Cada "profesor por un día" empezará a hacer preguntas sobre sus medicamentos, dándoles tiempo para debatir juntos.</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Cuál es el nombre del medicamento?• ¿Por qué tengo que tomarlo?• ¿Cuándo y cómo debo tomarlo? ¿Con agua? ¿Con comida? ¿En ayunas?• ¿Qué cantidad debo tomar? ¿Qué debo hacer si me salto una dosis?• ¿Qué efectos secundarios puede provocar la medicación? ¿Por cuáles debo llamar al médico?• ¿Hay algún alimento o medicamento que deba evitar mientras esté tomando este medicamento?• ¿Cambiará esta medicación el funcionamiento de mis otros medicamentos? <p>3. Concurso de carteles: 20 minutos</p> <p>El "profesor por un día" que tomará notas de la impresión del grupo y coordinará la actividad en colaboración con todos los miembros del grupo</p>

creará un cartel [A3] con las conclusiones más importantes. Utiliza diferentes colores y técnicas.

El póster se presentará a los participantes del taller.

4. Lectura/debate: 15 minutos

Cambia los grupos [3-4 personas]. Que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad. El grupo con la vigilancia del "profesor por un día" hará que comenten en el siguiente párrafo:

"La medicación desempeña un papel importante en el control de las enfermedades, pero también puede ser bastante perjudicial si se toma de forma incorrecta. No basta con saber que se toma una cápsula azul y un comprimido amarillo dos veces al día. Tienes que conocer los nombres de tus recetas y entender los detalles importantes sobre su funcionamiento. Por ejemplo, algunos medicamentos pueden interactuar mal con ciertos alimentos, otros medicamentos o incluso complementos alimenticios, y pueden ponerte muy enfermo. Tómese el tiempo necesario para conocer el tratamiento que le han recetado. Su médico o su farmacéutico pueden ayudarle a responder a estas preguntas, ¡no dude en preguntar!"

¿Está de acuerdo o no?

El "profesor por un día" presentará sus comentarios.

Internet: Usos, beneficios y riesgos de la aspirina

5. Internet: 25 minutos

Cambia los grupos [3-4 personas] y haz que busquen sobre: Usos, beneficios y riesgos de la aspirina.

Deja que elijan un "profesor por un día" que tome nota de la impresión del grupo y coordine la actividad.

El grupo debe discutir :

- Riesgos y precauciones
- Efectos secundarios

El "profesor por un día" resumirá las respuestas a la siguiente pregunta ¿Eran conscientes los participantes del grupo?

6. Conclusión: 10 minutos

Pregunte al grupo sobre sus empastes y sobre lo importante que es estar informado sobre nuestros medicamentos para ayudarnos a salvaguardar nuestra salud.

Métodos

Esta sección se basará en la participación activa, el ejercicio de taller y los proyectos de equipo. Presentaciones, debates, talleres

Evaluación

Evaluación basada en el rendimiento

Referencias

La importancia de controlar y comprender su medicación

<https://www.healthymepa.com/2019/11/04/the-importance-of-managing-and-understanding-your-medication/>

Entender su medicación

<http://healthcareathome.ca/mh/en/Documents/UnderstandingYourMedication-MyStory-2017.pdf>

Nuevo plan para reducir los daños derivados del exceso de medicamentos en las personas mayores

<https://www.sydney.edu.au/news-opinion/news/2018/12/11/new-plan-to-cut-harm-from-too-much-medicines-in-older-people.html>

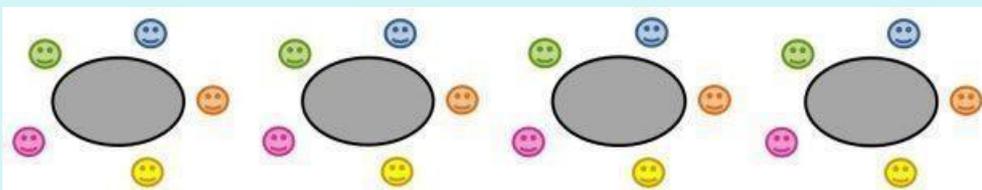
ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

Debe conocer los nombres de sus recetas y comprender los detalles importantes sobre su funcionamiento. Por ejemplo, algunos medicamentos pueden interactuar mal con ciertos alimentos, otros medicamentos o incluso con complementos alimenticios, y pueden ponerte muy enfermo.

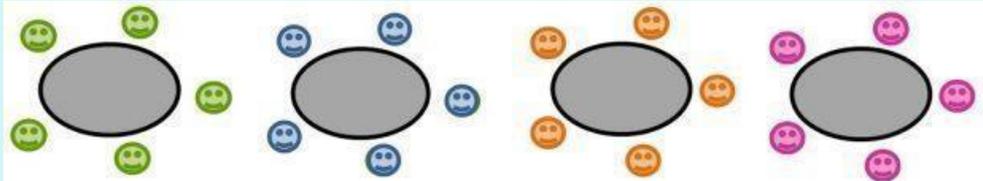


5. ARGUMENTOS FALACES

Propósito Este taller ha sido diseñado para ayudar a identificar y denunciar los argumentos falaces y los errores lógicos en los discursos, debates y conversaciones dondequiera que aparezcan. El propósito es desarrollar el pensamiento crítico de los participantes a través del aprendizaje experimental en relación con los argumentos falaces que están presentes de forma abrumadora en todas partes.

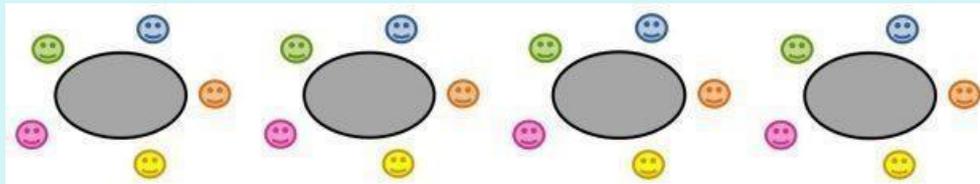
<i>Tiempo</i>	2h 30 min
<i>Grupo objetivo</i>	Jóvenes mayores de 14 años Adultos Seniors Mínimo 4 (Mejor que sea siempre un número par)
<i>Objetivos</i>	-Identificar 8 argumentos falaces dados -Los descubra en discursos, artículos, debates, anuncios, etc. -Pensar críticamente -Persuadir a los demás
<i>Materiales</i>	Bolígrafos, mesas, sillas, hoja A3, post-it de colores, hojas impresas de 2x4 con 2 argumentos falaces diferentes, 8 pruebas de evaluación impresas
<i>Pasos de facilitación</i>	<ul style="list-style-type: none">● Divida el contenido del material de aprendizaje y el proceso de aprendizaje en varias partes. Asigna los contenidos de aprendizaje a los grupos de participantes: 2 argumentos falaces por hoja, por lo que habrá que conocer y dominar 8 argumentos al final de la sesión.● El primer paso (5-10 min): descubrimiento del contenido de la hoja Los participantes se reúnen en grupos Jigsaw. Cada participante alrededor de la misma mesa posee una parte del curso en una hoja (utilice un color diferente por hoja, cada hoja contiene la descripción de 2 argumentos falaces diferentes)  <p>Contenido de las fichas utilizadas para este taller: Apelación a la autoridad / Anecdótico Apelación a la emoción / Strawman Apelación a la naturaleza / Falso dilema Bandwagon / Pendiente resbaladiza</p> <p>Cada participante lee el contenido de su hoja en silencio</p> <ul style="list-style-type: none">● El segundo paso (15-20 min): debate de los expertos

Los participantes son reunidos por un grupo de expertos (véase la imagen inferior): el objetivo es dominar el contenido de su ficha específica. Para ello, debatirán, intercambiarán, tomarán notas, inventarán nuevos ejemplos, etc. Los formadores mencionan a los participantes que, tras este paso, se les considerará "expertos" en su ficha y se espera que sean capaces de explicar sus 2 argumentos falaces a los demás participantes que no tengan la misma ficha.



- **El tercer paso (20-30 minutos): compartir conocimientos**

Los grupos iniciales de Jigsaw (paso 1) se reforman (ver imagen inferior). El objetivo ahora es que cada uno de estos grupos domine colectivamente el contenido de cada una de las fichas. Cada "experto" debe explicar la ficha al resto de su grupo y formarlos.



- **Cuarto paso (30-40 minutos): creación de resultados/actividades colectivas**

Cada grupo de Jigsaw creará y ejecutará una tarea/actividad colectiva para poner en práctica sus conocimientos. El objetivo es utilizar e identificar los argumentos falaces para asegurarse de que todos los entienden bien.

Ejemplos de tareas/actividades:

- Organizar un debate sobre un tema concreto (por ejemplo: "Las personas mayores son una carga en la sociedad actual"), y justificar las ideas/opiniones utilizando los argumentos más falaces posibles
- Defender un proyecto de ley utilizando los argumentos más falaces posibles (ej: "sólo los menores de 50 años pueden tener un perro")
- Imagínese anuncios de productos que utilicen los argumentos más falaces (por ejemplo, frases hechas para un producto diseñado para añadir a la pista de patinaje para personas mayores, etc.)
- Identificar argumentos falaces en diversos materiales y ejemplos extraídos de páginas web/medios de comunicación/anuncios/ etc.

- **Cuestionario de evaluación (20 minutos) (ver "evaluación" más abajo)**

- **Informe (20 - 30 minutos)**

	<p>Explicar al grupo el objetivo y la utilidad de la metodología del taller</p> <p>Explicar las bases de la metodología y el concepto de educación popular</p> <p>Responder a las preguntas de los participantes</p> <p>Pedir la opinión de los participantes</p>
<i>Métodos</i>	<p>Aprendizaje colaborativo "Jigsaw Workshop" de Elliot Aronson's 1971</p> <p>Debriefing</p>
<i>Evaluación</i>	<p>Un cuestionario con respuestas abiertas para recibir comentarios</p> <p>Objetivo: identificar los argumentos falaces utilizados para cada ejemplo dado</p> <p>Corrección colectiva (10 minutos)</p> <p>Pide a los participantes que escriban su opinión sobre el taller en la hoja de evaluación.</p>
<i>Referencias</i>	<p>https://yourlogicalfallacyis.com/</p> <p>Enciclopedia de Filosofía de Internet, Falacias</p> <p>https://iep.utm.edu/fallacy/#:~:text=Una%20definición%20ampliamente%20aceptada%20define,ser%20conocida%20por%20el%20argumento.</p> <p>Ronald L. Hall, Universidad de Stetson, Identificación de falacias</p> <p>https://www.stetson.edu/artsci/philosophy/media/E.%20Chapter%204.pdf</p>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

Falacias

Una falacia es un tipo de error de razonamiento. La lista de tipos de falacias que pueden encontrarse en los argumentos es muy amplia. Los argumentos falaces no deberían ser persuasivos, pero a menudo lo son. Las falacias pueden ser creadas sin intención, o pueden ser creadas intencionadamente para engañar a otras personas.

La gran mayoría de las falacias comúnmente identificadas implican argumentos, aunque algunas sólo implican explicaciones, definiciones u otros productos del razonamiento. A veces, el término "falacia" se utiliza de forma más amplia para indicar cualquier creencia falsa o causa de una creencia falsa.

6. CAFÉ DEL MUNDO

Propósito Crear una conversación de "Café Mundial" que estimule las conversaciones valientes y la inteligencia colectiva del grupo

<i>Tiempo</i>	1 h 30 min
<i>Grupo objetivo</i>	Seniors Adultos Jóvenes mayores de 16 años
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none">- recopilación de información colectiva sobre experiencias o ideas en torno a un tema- generar nuevas ideas- colaboración y creación de redes- Aprender a utilizar los siete principios y sus beneficios- Mejorar la capacidad de escucha colectiva- Practicar la escucha activa, la capacidad de cooperación y el respeto mutuo por las ideas de los demás
<i>Materiales</i>	Sala de actividades equipada con mesas y sillas, refrescos, café y aperitivos.
<i>Pasos de facilitación</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Dividir a los participantes en pequeños grupos2. Cree un ambiente de cafetería, ya sea en una cafetería real o que la sala esté preparada para parecerse lo más posible a una, de modo que los participantes estén sentados alrededor de pequeñas mesas con manteles y té, café y otras bebidas.3. Proporcione a los participantes bolígrafos y anímelos a dibujar y anotar sus conversaciones en los manteles de papel para captar las ideas que van surgiendo.4. Comience cada ronda con una pregunta específica, una para cada mesa. La elección de la(s) pregunta(s) es crucial para el éxito del evento; en general, es útil formular las preguntas en un formato positivo y abierto para permitir un debate constructivo. Las mismas preguntas pueden utilizarse en más de una ronda o pueden basarse unas en otras. Si los participantes no encuentran las preguntas que inspiran el debate, es poco probable que el acto tenga éxito, por lo que puede ser bueno desarrollar la pregunta junto con algunos de los participantes previstos.5. Los participantes discuten las preguntas en su mesa, una vez que el tiempo asignado ha terminado, se mueven a una nueva mesa/grupo para una nueva ronda de discusión.6. Un participante (el anfitrión de la mesa) se queda y resume la conversación anterior a los participantes recién llegados antes de la nueva ronda.

	7. Al final del proceso, las ideas principales se resumen en una sesión plenaria y se discuten las posibilidades de seguimiento.
Métodos	Discusión Debate Debriefing
Evaluación	Cuestionario de evaluación para recoger las opiniones y lo que se lleva cada participante de la experiencia
Referencias	Historia de la metodología del World Cafè http://theworldcafe.com/about-us/history/ Los siete principios de diseño http://theworldcafe.com/key-concepts-resources/design-principles/ El Café del Mundo https://www.involve.org.uk/resources/methods/world-cafe#:~:text=El%20Mundo%20Café%20es%20un%20abierto%20a%20conversaciones%20que%20tienen%20lugar.

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

El método del World Cafè

El método del Café Mundial fue inventado por Juanita Brown y David Isaacs en 1995.

El World Cafè es una **estrategia de colaboración** que requiere que los participantes participen en múltiples debates en pequeños grupos. En esta estrategia, los grupos de participantes se sientan en "mesas de café" y discuten un tema o una pregunta proporcionada por el facilitador.

Los debates se celebran en mesas redondas durante varias rondas de 20 a 30 minutos, pasando por diferentes mesas, y el ambiente de la cafetería pretende permitir que se produzcan conversaciones más relajadas y abiertas.

Al desplazar a los participantes por la sala, las conversaciones de cada mesa se enriquecen con las ideas de otras mesas, lo que da lugar a **una inteligencia colectiva**.

La idea es crear un espacio que favorezca la "buena conversación", donde cualquiera pueda hablar de las cosas que le importan.

El método se basa en el supuesto de que las personas ya tienen en su interior la sabiduría y la creatividad necesarias para afrontar incluso los retos más difíciles y se apoya en dos principios clave:

- los seres humanos quieren hablar juntos de las cosas que les importan
- y si lo hacen, pueden crear un poder colectivo.

El proceso se distingue por siete **principios básicos de diseño**.

Los siete principios de diseño

Los siguientes siete principios de diseño del World Cafè son un conjunto integrado de ideas y prácticas que forman la base del patrón plasmado en el proceso del World Cafè:

1. **Aclaración del contexto:** a qué se refiere el café.
2. **Crear un espacio hospitalario:** un entorno cálido y agradable, con luz natural, sillas cómodas, comida y refrescos. Este ritmo es también un espacio "seguro" - en el que todos se sienten libres para pensar y expresarse.

3. **Explorar preguntas importantes:** preguntas relevantes para los problemas reales del grupo, preguntas fuertes que atraigan la energía colectiva y estimulen la comprensión y la acción.
4. **Anime a todos a participar:** todos los participantes deben contribuir a la conversación. Cada participante en el café representa un aspecto de la diversidad de todo el sistema; cada persona tiene la oportunidad de conectar con la conversación, permitiendo que la inteligencia intrínseca del grupo sea accesible.
5. **Conectar diferentes puntos de vista:** crear un "espacio visual común" utilizando rotuladores y hojas colocadas en la mesa, dibujando las ideas que van surgiendo. A veces los dibujos creados conjuntamente pueden valer tanto como miles de palabras, ilustrando las relaciones entre las ideas.
6. **Escucha colectiva y observación de patrones:** se invita a cada persona a se expresa con autenticidad, y los que escuchan con atención pueden aprovechar lo que se dice.
7. **Compartir descubrimientos comunes:** conectar las conversaciones en las mesas. Los grupos de las mesas analizan en unos minutos las ideas debatidas, extrayendo la información esencial.



7. MAYORES SOCIALMENTE IMPLICADOS

Propósito **Hacer que los mayores superen los problemas cotidianos mediante el apoyo social y la tecnología y se sientan más útiles en la sociedad**

<i>Tiempo</i>	2h Spidergram: 15 min. World Café: 40 minutos Profesor por un día: 1 h Evaluación: 5 min.
<i>Grupo objetivo</i>	Mayores de 65 años
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none">- Crear un espacio inclusivo en el que los mayores recuperen su autoestima- Para que encuentren soluciones a sus problemas y estén abiertos a recibir ayuda- Hacer que se sientan útiles en la sociedad a través de las habilidades y la experiencia que tienen
<i>Materiales</i>	Papeles, rotafolios, post-its, marcadores
<i>Pasos de facilitación</i>	<p>Spidergram Cada participante escribirá un aspecto positivo de su edad en una nota adhesiva. A continuación, el animador recogerá sus ideas y las pegará en un diagrama de araña con la palabra SENIOR en el centro. Los mayores se orientarán hacia una perspectiva positiva y esto aumentará su autoestima.</p> <p>Intenta ir a lo digital con menti.com para que los mayores utilicen la tecnología para el mismo ejercicio: crear una nube de palabras.</p> <p>Café del Mundo Los participantes se dividen en 3 grupos y, mediante el método del World Cafe, se les pone a debatir los tres temas siguientes: Salud mental, salud física y participación social.</p> <p>O: temores, expectativas y contribuciones relacionadas con la participación social</p> <p>El facilitador les planteará las siguientes preguntas: para la Implicación Social - <i>¿Cómo puedes ser más útil a la sociedad?</i> para la Salud Mental - <i>¿Qué puedes introducir en tu rutina para sentirte más motivado?</i> y para la Salud Física - <i>¿Qué puedes introducir en tu rutina para ser más activo físicamente?</i></p> <p>De este modo, los mayores disfrutarán de la comunicación interpersonal mientras idean soluciones para superar sus problemas. Junto con el facilitador, escribirán los problemas a los que se enfrentan mientras son pragmáticos en la búsqueda de prácticas que puedan ayudar a las causas. Pueden encontrar soluciones teniendo en cuenta factores como la comunicación interpersonal, el aprendizaje permanente, el apoyo social, los programas educativos y el apoyo tecnológico. Disponen de 10 minutos en cada ronda y otros 10 minutos para presentar las conclusiones.</p> <p>Una perspectiva de carrera Los participantes dispondrán de 15 minutos para pensar en un escenario como el de "ser profesor por un día" en función de las habilidades que hayan adquirido durante su carrera. De este modo, empezarán a sentirse más útiles en la sociedad al pensar que pueden enseñar a los jóvenes y a otros adultos en un entorno educativo. Básicamente, cada uno de ellos tiene la tarea de escribir una habilidad que tenga o si ha tenido un trabajo que ya no tiene demanda y no hay muchas vías de formación para</p>

ello. Después, el animador pedirá a cada uno de ellos que presente la habilidad del trabajo que ha elegido y que comparta su experiencia inspirando a los demás.

Preguntas de autorreflexión

Los mayores tendrán que responder a las dos siguientes preguntas y redactar algunas respuestas en 5 minutos - *¿Qué necesidades reales satisfizo este taller?* y *¿Cómo describirías la experiencia de hoy?*

Métodos

- Spidergrama
- Café del Mundo
- Profesor por un día
- Preguntas de autorreflexión

Evaluación

- **Preguntas de autorreflexión**

Referencias

"¿Qué es lo más importante para los mayores más allá de la jubilación?". (2022). Recuperado el 10 de mayo de 2022, de <https://www.psliving.com/whats-most-important-to-seniors-beyond-retirement-top-10-things-seniors-value-most/>

Shrayber, M. (2022). Ayudar a las personas mayores no tiene por qué ser difícil. He aquí 5 ideas que quizá no hayas tenido en cuenta. Extraído el 10 de mayo de 2022, de <https://www.upworthy.com/being-kind-costs-nothing-5-ways-you-can-change-a-senior-s-life>

Los mayores comparten habilidades y conocimientos en el "mercado de la sabiduría" - Noticias positivas. (2022). Extraído el 10 de mayo de 2022, de <https://www.positive.news/society/seniors-share-skills-knowledge-marketplace-wisdom-2/>

Johnson, S. (2022). ¿Cómo pueden las personas mayores desempeñar un papel más importante en la sociedad? Extraído el 10 de mayo de 2022, de <https://www.theguardian.com/society/2015/mar/30/how-why-older-people-valued-knowledge-experience>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

La mayoría de los adultos mayores muestran altos niveles de valores y comportamientos prosociales, como el voluntariado, la ayuda y el cuidado de los demás, el cuidado de la naturaleza y el medio ambiente, la aprobación de la igualdad de trato para todos y la búsqueda de la comprensión de las personas que son diferentes a ellos.

Tenemos que incluirlos en proyectos educativos y dejar que nos aporten sus habilidades, que actualmente no están capacitadas para los más jóvenes. Al mismo tiempo, esta experiencia sería más que beneficiosa para ellos porque la sensación de ayudar a la comunidad mejoraría su salud mental, que es un gran problema para los ancianos.

8. PERSONAS MAYORES QUE UTILIZAN LA TECNOLOGÍA

Propósito *Sensibilizar a los formadores sobre los problemas que afrontan las personas mayores en relación con el estigma social y la inclusión en la educación digital*

<i>Tiempo</i>	2 h 30 min Introducción teórica: 15 min. Presentación: 20 minutos Actividad práctica: 100 minutos Informe: 10 minutos Evaluación: 5 min.
<i>Grupo objetivo</i>	Formadores
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none">- Comprensión teórica del concepto de edad- Comprensión empática de las necesidades y problemas de las personas mayores- Encontrar mejores tácticas de comunicación en el trato con las personas mayores- Encontrar formas de ayudar a las personas mayores tanto en línea como fuera de ella- Comprender los beneficios de la inclusión a través de la tecnología
<i>Materiales</i>	Internet, Smartphone/Ordenador, Bolígrafos, Papeles, Rotafolios, post-its (verde, rojo, azul, amarillo), Proyector y rotuladores
<i>Pasos de facilitación</i>	<p>Introducción teórica</p> <p>El animador comenzará mostrando a los participantes una lista de mitos sobre las personas mayores y el aprendizaje de habilidades tecnológicas y abrirá un debate sobre el lado negativo de las suposiciones socialmente interiorizadas. A continuación, explicará por qué estos mitos provienen de un estigma llamado edadismo. En este punto, la introducción teórica se apoyará en presentaciones que contengan los tres tipos de ageism (institucional, interpersonal, internalizado) y en otras actividades prácticas que impliquen a los participantes en la respuesta a las preguntas y les hagan comprender los conceptos presentados.</p> <p>Presentación</p> <p>La presentación consta de unas 20 diapositivas divididas en capítulos. El primer capítulo "Estigma social, mitos y conceptos erróneos" contiene la presentación teórica, junto con una pregunta diseñada para que los participantes reflexionen sobre cómo introducir a las personas mayores en la educación digital de una manera más agradable. A partir de ahí, el facilitador también expondrá un caso hipotético sobre una situación en la que queremos enseñar a las personas mayores habilidades tecnológicas, pero la persona mayor se siente desanimada, rechaza la ayuda o es complaciente al no utilizar la tecnología. La presentación involucrará a los participantes a través de preguntas libres para resolver los problemas dados.</p> <p>El segundo capítulo se centra en la "Comunicación" y en la importancia de la misma en el proceso de formación. Las diapositivas contendrán también las instrucciones para la actividad práctica en grupo. Además, aquí tendremos un estudio de caso sobre la tecnología de asistencia que está diseñada específicamente para las personas mayores. Presentaremos sus pros y sus</p>

contras para ver cómo podemos utilizar la comunicación incluyendo tecnologías que respondan a necesidades especiales (porque este capítulo se centra mucho en las necesidades de los mayores).

El tercer capítulo trata de la "Ayuda" y contiene una actividad práctica en grupo y otra individual para conocer las formas más adecuadas de prestar ayuda y las prácticas de ayuda directa. Contiene un diagrama de la dinámica de prestación de ayuda a las personas mayores, teniendo en cuenta las necesidades de los mayores de mantener su independencia y no sentirse presionados.

Al final, en el capítulo "Beneficios" encontraremos juntos los beneficios personales y sociales para los mayores y los formadores en términos de un futuro con más mayores con habilidades tecnológicas tanto a través de la actividad práctica como de una representación visual introducida en la presentación.

Trabajo en grupo

Ejercicio 1: La primera actividad práctica trata de la comunicación en la relación entre formadores y mayores para llegar a un entendimiento empático por ambas partes y encontrar las mejores prácticas para combatir los problemas de cada grupo. Los participantes tienen que dividirse en dos grupos iguales y harán un juego de roles para ponerse en la piel de los formadores o de los mayores. En la primera ronda de 20 minutos, su tarea consiste en comunicarse dentro del grupo para encontrar las necesidades y los problemas específicos de cada papel. Escribirán en una hoja de rotafolio lo que han encontrado. A continuación, en la segunda ronda, los participantes intercambiarán los papeles y tomarán las necesidades de la otra parte para encontrar soluciones como actividades, aplicaciones digitales, métodos de comunicación y prácticas para abordar los problemas y las necesidades de forma inclusiva. Tras otros 20 minutos, la actividad de grupo terminará y los participantes presentarán las soluciones a las que han llegado y que han escrito.

Ejercicio 2: Los participantes se separarán de nuevo en dos grupos y tendrán como objetivo encontrar formas de ayudar a los mayores de forma más eficaz. El primer grupo se dedicará a la ayuda offline y el otro a la ayuda online. Deberán tener en mente lo siguiente: identificar dónde se necesita la ayuda, formas de hacer que los mayores acepten la ayuda, encontrar métodos de ayuda, cómo podemos mejorar algo existente para ayudar más, compartir recursos o prácticas que utilicen.

Después de veinte minutos, los participantes presentarán las ideas que hayan encontrado y escrito en un rotafolio. El objetivo es trabajar en equipo para comprender la práctica de ayudar a un grupo objetivo que puede ser vulnerable o parecer más vulnerable de lo que realmente es, y por tanto encontrar buenas prácticas que aumenten la independencia de las personas mayores sin subestimarlas.

Ejercicio 3: Los participantes se dividirán en grupos de dos para encontrar soluciones tecnológicas, apoyos digitales o aplicaciones móviles para combatir uno de los siguientes problemas de los mayores: pérdida de memoria, soledad, discapacidad locomotora, discapacidad visual, sensación de inseguridad, sensación de exclusión social y escasa actividad física. Tienen derecho a utilizar su teléfono una vez para investigar las aplicaciones móviles. Escribirán en un poste las soluciones que hayan encontrado y las pegarán en una gran hoja en

la que al final se recogerán todo tipo de recursos. La duración de la actividad es de 15 minutos, luego junto con el facilitador, presentarán lo que han encontrado y cómo los recursos responden a las causas. El objetivo es que los participantes se centren en un problema concreto de los mayores y que profundicen en él a través de un pensamiento analítico de los problemas, buscando soluciones y dando una visión optimista.

Métodos

- Introducción teórica
- Presentación
- Trabajo en grupo
- Preguntas de autorreflexión

Evaluación

Preguntas de autorreflexión

¿Cuáles son los beneficios personales que obtienen las personas mayores al aprender a utilizar la tecnología? ¿Qué beneficios sociales aporta a la comunidad el uso de la tecnología por parte de las personas mayores?

Referencias

Wandke, H., Sengpiel, M. y Sönksen, M., (2022) *Mitos sobre el uso de las tecnologías de la información y la comunicación por parte de las personas mayores* <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22739502/>

Cutler, Stephen J. "Ageism and Technology". *Generations: Journal of the American Society on Aging* 29, no. 3 (2005): 67-72. <https://www.jstor.org/stable/26555416>

Chen, Ke, (2020) *¿Por qué las personas mayores aman y odian la tecnología de asistencia? - una perspectiva de experiencia emocional* <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32780683/>

Living, H. (2022) "Beneficios de la tecnología para las personas mayores - Hearthside". Recuperado el 10 de mayo de 2022, de <https://www.hearthsideseniorliving.com/benefits-of-technology-for-seniors/>

McDonough, C. (2022). "El efecto del edadismo en la brecha digital entre los adultos mayores". Recuperado el 10 de mayo de 2022, de <https://www.heraldopenaccess.us/openaccess/the-effect-of-ageism-on-the-digital-divide-among-older-adults#:~:text=Ageism%20may%20also%20diminish%20an,and%20mistrust%20of%2C%20the%20internet.>

"¿Qué es lo más importante para los mayores más allá de la jubilación?". (2022). Recuperado el 10 de mayo de 2022, de <https://www.psliving.com/whats-most-important-to-seniors-beyond-retirement-top-10-things-seniors-value-most/>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

Robert N. Butler, que acuñó el término ageism, define el ageism como la discriminación por edad, el prejuicio de un grupo de edad hacia otros grupos de edad. Según Butler, el edadismo describe "la experiencia subjetiva implícita en la noción popular de la brecha generacional". El edadismo refleja un malestar profundamente arraigado por parte de los jóvenes y las personas de mediana edad, una repulsión personal y un disgusto por el envejecimiento, la enfermedad y la discapacidad; el miedo a la impotencia, la inutilidad y la muerte". A través de esta teoría, podemos profundizar y cuestionar la forma en que nos relacionamos con las personas mayores a nivel social y personal. Además, para combatir el estigma social debemos abordar una comprensión empática del problema. En este sentido, las actividades prácticas nos ayudarán a comprender las necesidades y los problemas que existen, así como las soluciones que se pueden conseguir a través de la tecnología.

9. REUNIÓN

Propósito *Actividad para promover y educar a los jóvenes en el espíritu de las tradiciones y valores rumanos.*

Tiempo	1h 30 min
Grupo objetivo	33 personas mayores del Hogar "O Noua Sansa" y 30 jóvenes de la comunidad de entre 13 y 18 años.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">-educar a 30 jóvenes sobre las tradiciones y los valores rumanos-integrar socialmente a los 33 ancianos de la residencia de ancianos-Educar a los jóvenes en la creación de equipos
Materiales	<ul style="list-style-type: none">- sala de conferencias en alquiler-Exposición de trajes típicos- etamina- agujas- Hay diferentes colores- Tenedor- Torso de lana- Aguja- Hilo de tejer- Corsé- Hilo de algodón- Alfombras y objetos tradicionales- Altavoz y micrófonos- Cámara de fotos- Videocámara- Buffet con aperitivos- Proyector de vídeo
Pasos de facilitación	<p>En los asientos se aprenden algunas habilidades prácticas, como coser en la etamina, retorcer la lana, trenzar y hacer ganchillo, pero también hay muchas costumbres: bailes tradicionales, villancicos, adivinanzas y chistes. Los ancianos tendrán el papel de organizadores de la actividad.</p> <p>Momentos de creación de equipo entre los participantes. El encuentro en los asientos es un ritual que los une. El ambiente es alegre, lo útil se entrelaza con lo agradable, el trabajo con la canción. No había asiento en el que no se contaran chistes, adivinanzas o acontecimientos especiales de la vida del pueblo".</p>
Métodos	No formal
Evaluación	<p>La evaluación tendrá en cuenta :</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumentar el grado de socialización e interacción de las personas mayores institucionalizadas y los jóvenes de la comunidad.- Habilidades de comunicación, cooperación, participación e implicación en actividades prácticas de hilado, costura, tejido, ganchillo y danzas tradicionales.- Adquisición de conocimientos sobre las costumbres y tradiciones rumanas por parte de los jóvenes participantes.

- Desarrollo del grado de participación, cooperación y tolerancia de las personas mayores que se prepararán para la noche de las sesiones

Referencias

Altuntaş, O., Torpil, B., & Uyanik, M. (2017). Terapia ocupacional para personas mayores. En (Ed.), *Terapia Ocupacional - Práctica holística centrada en la ocupación en la rehabilitación*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.69472>

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

En los asientos se aprenden algunas habilidades prácticas, como coser en la etamina, torcer la lana, trenzar y hacer ganchillo, pero también hay muchas costumbres: bailes tradicionales, villancicos, adivinanzas y chistes. Las personas mayores tendrán el papel de organizadores de la actividad. Momentos de creación de equipo entre los participantes. El encuentro en los asientos es un ritual que los une. El ambiente es alegre, lo útil se entrelaza con lo agradable, el trabajo con la canción. No había asiento en el que no se contaran chistes, adivinanzas o acontecimientos especiales de la vida del pueblo".



10. BIBLIOTECA VIVA

Propósito La biblioteca viviente es un método utilizado para promover la diversidad y la dignidad humana y fomentar el diálogo entre las personas.

<i>Tiempo</i>	1h 30 min
<i>Grupo objetivo</i>	20 participantes (10 mayores y 10 jóvenes)
<i>Objetivos</i>	Integración social de las personas mayores concienciación de los jóvenes sobre los estereotipos y prejuicios y sus consecuencias negativas - visibilidad de las cuestiones de derechos humanos - reacciones a acontecimientos actuales o recientes en su país o comunidad (por ejemplo, aumento de los delitos de odio o de las violaciones de los derechos humanos)
<i>Materiales</i>	Sala de actividades equipada con mesas y sillas.
<i>Pasos de facilitación</i>	A diferencia de una biblioteca ordinaria, en la biblioteca viviente los libros son seres humanos que entablan un diálogo personal con el lector. Los libros suelen ser personas de grupos que se enfrentan o pueden enfrentarse a prejuicios o estereotipos (género, edad, educación, ocupación, etnia, raza, religión, etc.) y que pueden ser víctimas de la discriminación o la exclusión social, así como personas con historias que proporcionan al lector una experiencia de aprendizaje única.
<i>Métodos</i>	No formal
<i>Evaluación</i>	La evaluación tiene dos objetivos principales en el contexto de la Biblioteca Viva: La evaluación del evento en relación con la consecución de los objetivos medibles se define al principio de la fase de planificación. La evaluación de la experiencia de los organizadores, los bibliotecarios y los libros para reflexionar sobre las experiencias comunes y mejorar el proceso de planificación y ejecución y, posiblemente, la propia metodología para futuros eventos. ¿Cuántos lectores, cuántos préstamos y cuántas horas de lectura? ¿Cuáles fueron los libros más populares y cuáles los menos demandados?
<i>Referencias</i>	Consejo de Europa. (n.d.). Biblioteca viva. Juventud. https://www.coe.int/en/web/youth/living-library La biblioteca viviente https://thelivinglib.org/collection/

ANEXO. TEORÍA PROPUESTA

La Biblioteca Viviente es una herramienta de igualdad que pretende desafiar los prejuicios y la discriminación. Funciona como una biblioteca normal: los visitantes pueden buscar en el catálogo los títulos disponibles, elegir el Libro que quieren leer y tomarlo prestado por un periodo de tiempo limitado. Después de leerlo, devuelven el libro a la biblioteca y, si quieren, pueden pedir otro en préstamo. La única diferencia es que en la Biblioteca Viviente los Libros son personas y la lectura consiste en una conversación.

La Biblioteca Viviente intenta desafiar los prejuicios facilitando una conversación entre dos personas: Los libros y los lectores. Los libros son voluntarios que han sido víctimas de la discriminación o representan a grupos o individuos de la sociedad que corren el riesgo de sufrir estereotipos, estigmas, prejuicios o discriminación. Los Libros vivos suelen tener experiencias personales de discriminación o exclusión social que están dispuestos a compartir con los Lectores. Y lo que es más importante, los Libros permiten a los Lectores entablar un diálogo con ellos, con la esperanza de que sus perspectivas y experiencias pongan en tela de juicio las percepciones y los estereotipos más comunes y, por tanto, afecten a las actitudes y los comportamientos de la sociedad en general. Los que intentamos poner en marcha programas que promuevan el diálogo intercultural nos enfrentamos con frecuencia al reto de idear algo innovador. Buscamos constantemente algo que pueda atraer la atención de muchos y que suponga una diferencia real para los implicados. La Biblioteca Viviente es un enfoque innovador de la igualdad y la diversidad porque aborda el amplio tema de los prejuicios sin hacer hincapié en un caso específico sobre otros. Al mismo tiempo, consigue sortear con éxito algunas de las sensibilidades que acompañan al trabajo contra los prejuicios, al tiempo que mantiene un elemento de diversión e interacción que hace que el proyecto sea inmensamente atractivo tanto para los posibles organizadores como para los participantes.

Esto se consigue creando un entorno seguro para que los lectores y los libros entablen un diálogo abierto cuyo objetivo explícito es discutir temas que en casi cualquier otro entorno se considerarían demasiado delicados. En la Biblioteca Viva, estas discusiones son posibles, es más, son sorprendentemente fáciles. Convertirse en la mitad de ese intercambio es un raro privilegio que no deja indiferente a nadie que lo experimente.



Agradecimiento

Este documento ha recibido financiación de la Comisión Europea en virtud del acuerdo de subvención número 2020-1-RO01-KA204-080320, proyecto de asociación estratégica ERASMUS+ "[Apoyar las necesidades de las personas mayores es nuestra responsabilidad](#)".

Descargo de responsabilidad

El apoyo de la Comisión Europea a la producción de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Aviso de derechos de autor

2020 - 2022 Consorcio SENIOR

La licencia Atribución CC BY permite a otros distribuir, remezclar, adaptar y construir a partir de su trabajo, incluso comercialmente, siempre que le den crédito por la creación original. Esta es la licencia más complaciente que se ofrece. Se recomienda para la máxima difusión y uso de los materiales con licencia.

