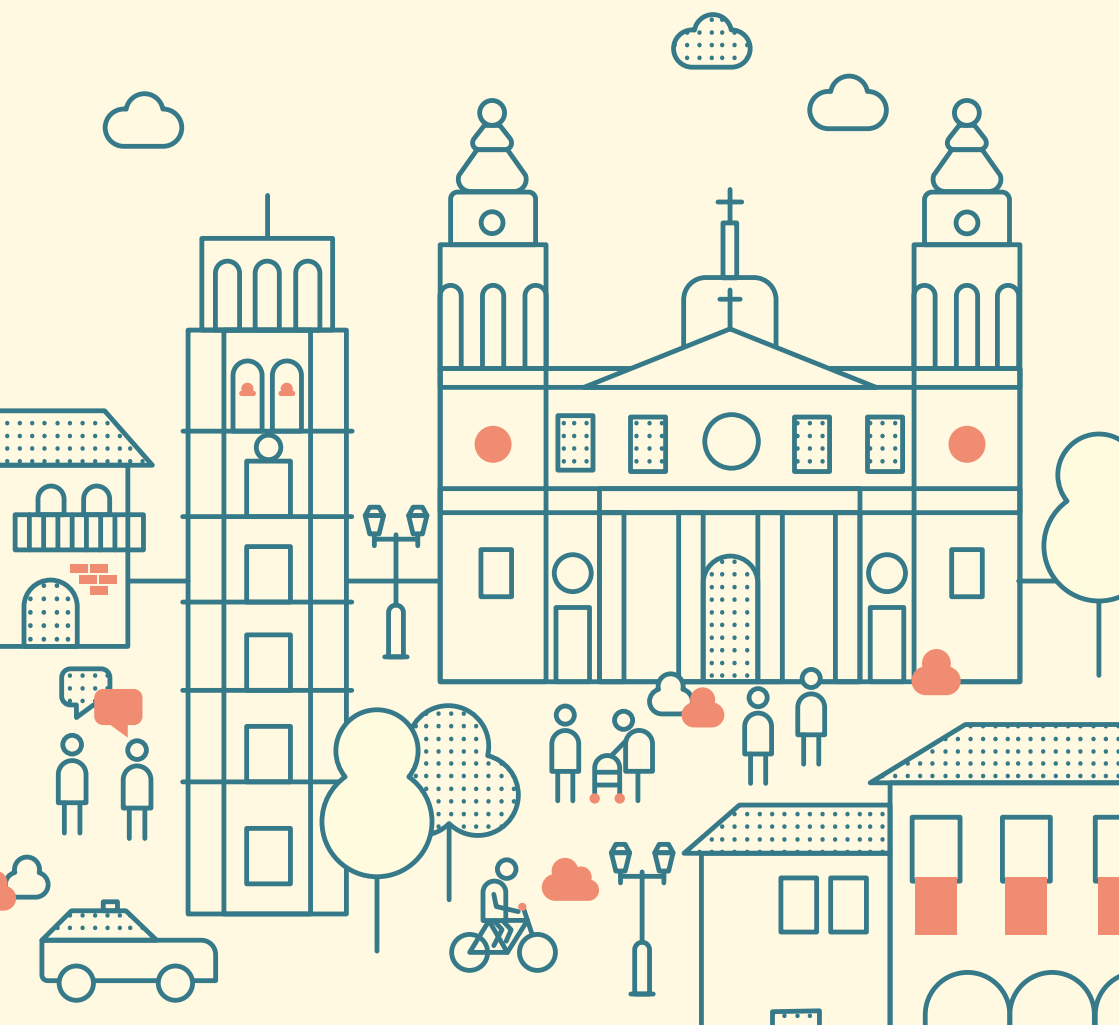


# La Laguna, Ciudad Amigable con las Personas Mayores



## ***La Laguna, Ciudad Amigable con las Personas Mayores***

*Guía didáctica sobre el Plan de Acción La Laguna Ciudad Amigable con las Personas Mayores*

### **Edita**

Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna  
Concejalía de Bienestar Social y Calidad de Vida  
C/ Herradores n.º 11, 38204  
San Cristóbal de La Laguna, Santa Cruz de Tenerife

### **Produce y coordina**

Cultania. Gestión integral del patrimonio cultural  
Avenida de La Trinidad, n.º 19, 1º derecha  
38204, San Cristóbal de La Laguna, Santa Cruz de Tenerife  
922 079 830 · info@cultania.com · cultania.com

### **Textos**

© Raquel Jacinto Farfía

### **Contenido didáctico**

© C. Cathaysa Cabeza Carrillo

### **Diseño gráfico y maquetación**

© Paula Siverio

**Depósito legal:** TF 908-2022

1ª edición: febrero 2023

© Todos los derechos reservados

# La Laguna, Ciudad Amigable con las Personas Mayores

Guía didáctica sobre el Plan de Acción  
La Laguna Ciudad Amigable con las  
Personas Mayores



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE  
SAN CRISTÓBAL DE  
LA LAGUNA



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE  
SAN CRISTÓBAL DE  
LA LAGUNA



BIENESTAR SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA



En La Laguna  
Nos Conectamos



# Presentación

**Ciudades amigables con las personas mayores** es una iniciativa de la **Organización Mundial de La Salud** (OMS) que promueve la creación de una red mundial de ciudades adaptadas a las necesidades de la población más longeva. Su objetivo es mejorar la calidad de vida creando una red de apoyo y respeto mutuo.

«El respeto es una calle de  
dos vías, si lo quieres recibir,  
lo tienes que dar»

- Mahatma Gandhi

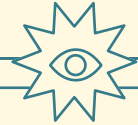
Los **objetivos** de las Ciudades Amigables son:

- Trabajar para brindar a las personas mayores más oportunidades de participar en la vida cotidiana, envejecer de una manera saludable y vivir sin temor a la discriminación o la pobreza.
- Ofrecer a las personas mayores la oportunidad de crecer y desarrollarse como individuos mientras contribuyen a su comunidad.
- Permitir que las personas mayores envejeczan con dignidad y autonomía.
- Fomentar el envejecimiento saludable a través de políticas, servicios, entornos y estructuras.

Con estos objetivos cumplidos, las Ciudades Amigables se unen en una Red mundial con la misión de **INSPIRAR** el cambio, mostrando lo que se puede hacer y cómo se puede hacer; **CONECTAR** ciudades y comunidades en todo el mundo para facilitar el intercambio de información, conocimiento y experiencias; y **APOYARSE** mutuamente para encontrar soluciones innovadoras a los problemas comunes.

# ¿Qué es la OMS?

La **Organización Mundial de la Salud (OMS)** es un organismo especializado de las Naciones Unidas, fundado en 1948, que tiene como objetivo alcanzar el máximo grado de salud y bienestar en la población a nivel mundial.



La **Organización de Naciones Unidas (ONU)** es una organización internacional formada tras la II Guerra Mundial por 193 países con el fin de mantener la paz y la seguridad, entre ellos España.

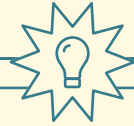
Logo de la OMS



Logo de la ONU



La **OMS** y la **ONU** comparten un logo similar, ambos poseen un mapa mundo, rodeado de una corona de olivo. Pero, en el caso del logo de la OMS, nos encontramos con una serpiente enroscada en un báculo o vara. Se trata de un símbolo vinculado al dios Asclepios (Esculapio en la mitología romana), divinidad de la medicina e hijo de Apolo. Según la mitología griega, ante su capacidad para revivir a los muertos, Zeus lo fulminó con un rayo. Sin embargo, fue elevado a los cielos convertido en dios.



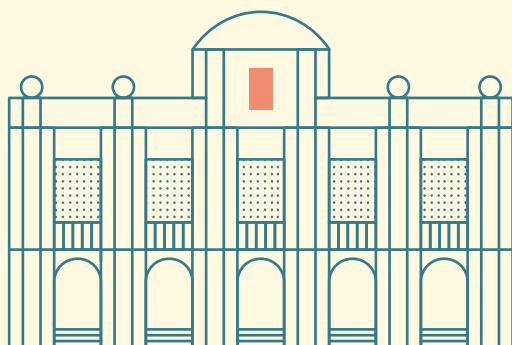
En inglés, OMS se traduce como **WHO**, siglas que provienen de **World Health Organization** cuyo significado es Organización Mundial de la Salud.

La **OMS** presta principal atención a la lucha contra los problemas sanitarios más importantes (como, por ejemplo, la pandemia de la COVID-19), y, por ello, el envejecimiento está considerado un eje de trabajo de esta organización, pero ¿por qué? Desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es el resultado de un cúmulo de gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, o que lleva a un descenso paulatino de las capacidades físicas y mentales. Además, el número de personas mayores a nivel global, de sesenta años o más, alcanzó los mil millones de personas en 2019, cifra que crece cada año, lo que nos indica que el mundo es un lugar cada vez más envejecido.



# La misión del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna

Un **ayuntamiento** es una institución pública dirigida por un grupo de personas con el fin de gobernar y administrar un municipio, en este caso, La Laguna. El máximo representante de este es **el alcalde o la alcaldesa** y, a su vez, se coordina mediante diferentes **concejalías y concejales**. La iniciativa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores se pone en marcha a través de los ayuntamientos con el fin de llegar más fácilmente a la población.



**Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna**





Y es que, en una zona amigable con la vejez, las políticas, los servicios y todas las estructuras que se relacionan con el entorno físico y social de la ciudadanía, en este caso de las personas mayores, se diseñan en el ayuntamiento (edificios, parques, calles, etc.).

La **OMS** invita a participar en esta iniciativa a todos aquellos ayuntamientos que tengan como principios fundamentales:

- Reconocer la diversidad de las personas mayores.
- Respetar sus decisiones y opciones de forma de vida.
- Promover una cultura de inclusión que compartan personas de todas las edades.
- Anticipar y responder de manera flexible a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento activo.

Por ello, en 2017, el Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna solicitó formar parte de la red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores a través del Instituto de Mayores y Servicios sociales (**IMSERSO**).



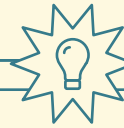
**El IMSERSO es el Instituto de Mayores y Servicios Sociales, un organismo del Gobierno de España que gestiona todo lo que tenga que ver con vejez, jubilación y dependencia.**

Para poder formar parte de esta red mundial, el ayuntamiento debe seguir una serie de recomendaciones metodológicas definidas en el **Protocolo de Vancouver** y la **Guía de las Ciudades Globales Amigables con las Personas Mayores**, entre ellas, la elaboración de un Plan de Diagnóstico y un Plan de Acción.

## Protocolo de Vancouver

Es un documento de investigación desarrollado dentro de la iniciativa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores promovido por la OMS. En este documento se establecen los procedimientos de investigación que se usarán para realizar un diagnóstico de la situación de las personas mayores de sesenta años del municipio y, posteriormente, elaborar un **Plan de Acción** y su evaluación.

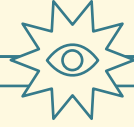
La metodología que indica el **Protocolo de Vancouver** es encabezada por la acción participativa. Esto significa que la comunidad de mayores del lugar proporciona la información y, desde la ciencia, se ofrece una evaluación aportándose soluciones a esas demandas.



**Se llama Protocolo de Vancouver en honor al generoso apoyo del Gobierno de Columbia Británica, anfitrión de la reunión de socios del proyecto para preparar dicho documento.**

## Guía de las Ciudades Globales Amigables con las Personas Mayores

Este texto, que se elaboró tras la aplicación por treinta y tres ciudades de todas las regiones del mundo del **Protocolo de Vancouver**, tiene como propósito ayudar a las ciudades a plantear una mirada crítica desde la perspectiva de las personas mayores, a fin de identificar en qué aspectos y de qué manera pueden ser más amigables con la población más longeva.



Esta guía, junto con el Protocolo de Vancouver, ha servido como punto de partida para el diagnóstico inicial que el Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna realizó entre enero de 2019 y marzo de 2020.

### ¿Sabes lo que es una metodología?

La **metodología** es el conjunto de procedimientos que se siguen para obtener un objetivo, normalmente resolver algún problema, tema o contrastar resultados. Este término se usa en la investigación científica, desde la biología y la medicina hasta la arqueología y la antropología, y se usa para conocer mejor la realidad que nos rodea y ampliar nuestra información.

El método puede tener enfoques cuantitativos, es decir, basados en procedimientos que se cuantifican, como la estadística, o enfoques cualitativos, basados más en aquellos aspectos que no se pueden cuantificar como la percepción de las personas mayores y sus emociones.

Para llevar a cabo una metodología, las ciencias se han equipado de numerosas herramientas para elaborar diagnósticos que nos ayuden a buscar soluciones eficaces y entender, de una manera más amplia, lo que ocurre en nuestra realidad.

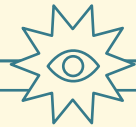
# ¿Qué es un diagnóstico?

## El diagnóstico del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna sobre las personas mayores

Un **diagnóstico** es un proceso que sirve para reconocer el estado de algo, por ejemplo, el diagnóstico analítico de la sangre. Si esto lo aplicamos a la iniciativa de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, **un diagnóstico es el documento que se elabora con el objetivo de conocer el grado de amigabilidad de una ciudad o comunidad con las personas mayores.**

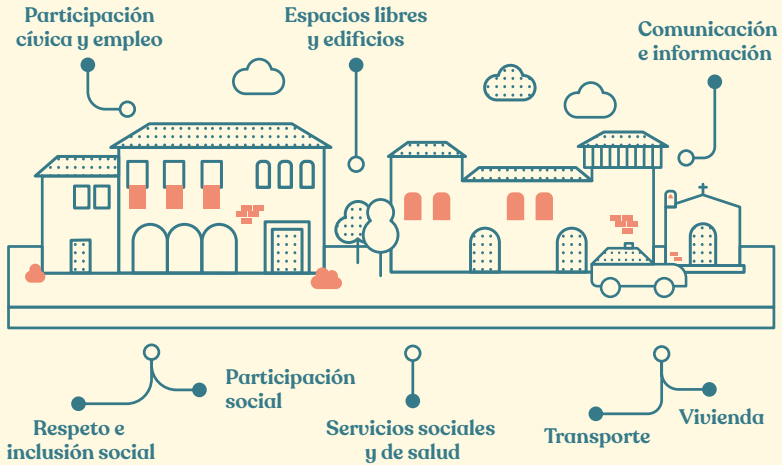
Para llevar a cabo este diagnóstico, se ha realizado una **metodología de acción participativa** donde la recopilación de la información se ha realizado a través de:

- Análisis de documentos.
- Análisis de datos secundarios, informes de servicios sociales, estadísticas estatales, información anterior, etc.
- Entrevistas semiestructuradas al personal técnico de las distintas concejalías del ayuntamiento.
- Cuestionarios a pie de calle y a domicilio.
- Grupos focales integrados por personas mayores, personal técnico, familia y cuidadores/ras.



**Los grupos focales son pequeños grupos de personas seleccionadas cuidadosamente, que pueden aportar información muy relevante para la investigación.**

Este diagnóstico se realizó en **ocho áreas de estudio**:



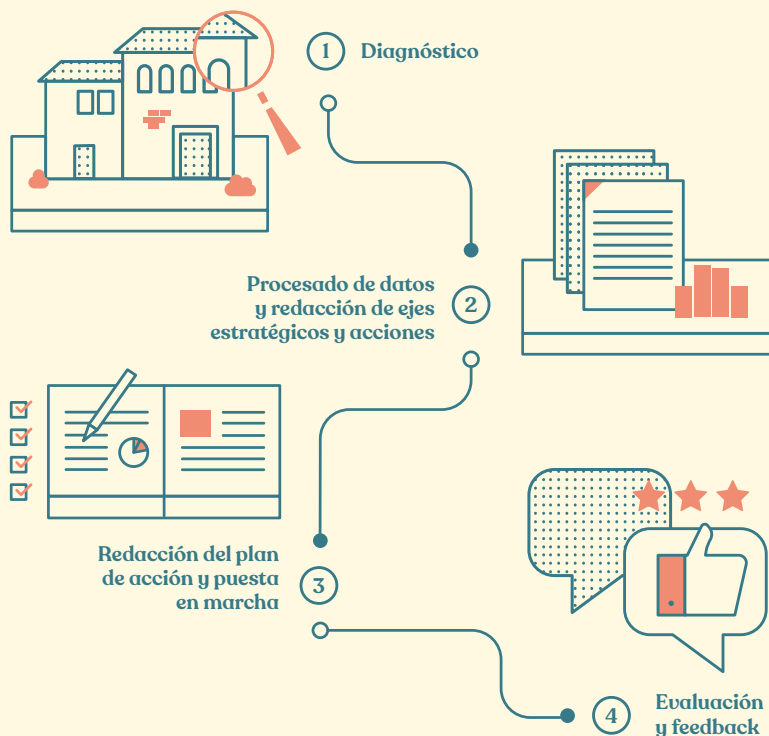
A su vez, estas áreas de interés fueron divididas en tres grupos de trabajo:

- El **primer grupo de trabajo** trata los datos de interés disponibles en las áreas de estudio.
- El **segundo grupo de trabajo** recoge las percepciones de las personas mayores, el personal técnico y las familias de las personas mayores.
- El **tercer grupo de trabajo** presenta todas las propuestas de mejora que las personas participantes realizaron durante el proceso de elaboración del diagnóstico.

# ¿Qué es un Plan de Acción? ¿Cómo se ha llevado a cabo?

Un **Plan de Acción** es un documento que marca los pasos a seguir para conseguir unos objetivos y lograr los resultados.

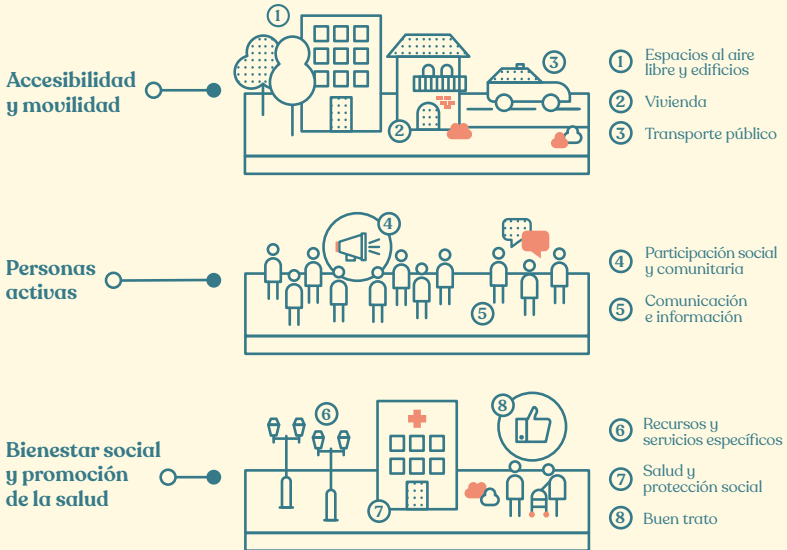
El Plan de Acción de Ciudades Amigables con las Personas Mayores del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna es el resultado del diagnóstico realizado entre enero de 2019 y marzo de 2020. Su elaboración consistió en entender y traducir todos los datos obtenidos, especialmente aquellos que indicaban los aspectos no amigables del municipio con las personas mayores de sesenta años.



El Plan de Acción define una serie de ejes estratégicos, líneas de intervención, acciones y actuaciones:

### Ejes estratégicos

### Líneas de intervención



- **Ejes estratégicos:** son metas a corto o medio plazo que se fijan para lograr los objetivos. Se establecen tres: pensar el envejecimiento desde **la accesibilidad y la movilidad**; pensar el envejecimiento como **personas activas**; y pensar el envejecimiento desde el **bienestar social y la promoción de la salud**.
- **Líneas de intervención:** son aquellos espacios donde se deben marcar acciones y actuaciones para llevar a cabo los ejes estratégicos. El Plan de Acción La Laguna Ciudad Amigable con las Personas Mayores establece ocho: espacios al aire libre y edificios, transporte, vivienda, participación social y comunitaria, comunicación e información, recursos y servicios específicos, salud y protección social y, por último, buen trato.
- **Acciones:** son los actos que se realizan dentro de cada línea de intervención. Para ello se han llevado a cabo veintiocho acciones.
- **Actuaciones:** son el número de veces que se han ejecutado las diversas acciones, un total de ciento sesenta y cinco.

# La implementación del Plan de Acción La Laguna Ciudad Amigable con las Personas Mayores

La implementación del Plan de Acción La Laguna Ciudad Amigable con las Personas Mayores se desarrolla en **cuatro fases**.

## Fases del desarrollo del proyecto:

1. **Diagnóstico inicial** de la «amabilidad» del Municipio y elaboración del Plan de Acción a partir del diagnóstico y las propuestas de las personas mayores en los grupos focales. Incluye indicadores para su seguimiento y evaluación.
2. Ejecución y seguimiento del **Plan de Acción**.
3. **Evaluación** del impacto de las medidas y actuaciones del Plan de Acción, contando con la opinión de las personas mayores.
4. **Elaboración** de nuevas propuestas de actuación en el marco de un proceso de mejora de la localidad.



## Acuerdos y compromisos

Durante la ejecución y seguimiento del Plan de Acción, las concejalías del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna han establecido una serie de compromisos y acuerdos que tienen como objetivo favorecer la amigabilidad de la ciudad con las personas mayores.

Todos los acuerdos y compromisos están obligados a:



**Incorporar la perspectiva de género.**



**Promover la coordinación entre todas las áreas de la política y los servicios de la corporación municipal (especialmente, entre deporte, salud y bienestar).**



**Incorporar enfoques interdisciplinarios.**



**Aplicar criterios de sostenibilidad social y ambiental.**

Las fichas que se encuentran a continuación explican todos los acuerdos y compromisos que cada área del Ayuntamiento de La Laguna se ha comprometido a realizar. Además, se presenta una serie de actividades que permiten trabajar sobre ellas desde el aula:

## Línea 1. Espacios al aire libre y edificios



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

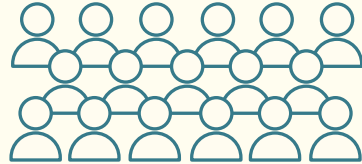
- Estudiar la utilización de solares para habilitar zonas verdes cercanas a los núcleos residenciales.
- Estudiar la inclusión de los huertos urbanos en el proyecto de recuperación del entorno de la montaña de Taco.
- Ampliar la red de huertos urbanos y contemplar la inclusión de una partida presupuestaria para hacer huertos en centros de mayores.
- Realizar un estudio para valorar la viabilidad de instalar o de habilitar baños públicos adaptados en el municipio.

## Actividad 1. Vivir más verde, vivir mejor

**Tipo:** enseñanza no directiva



**Agrupamiento:** gran grupo

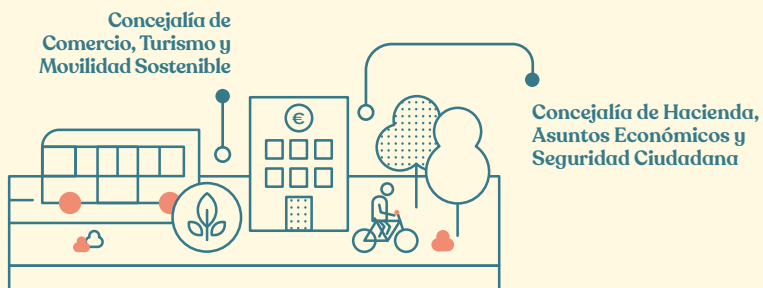


**Objetivo:** conocer y reflexionar sobre la importancia de los espacios verdes en las áreas urbanas.

### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** presentación de un mapa, en gran formato, de la ciudad de La Laguna o de la zona cercana al centro educativo. Identificar los elementos inmuebles (edificios, aparcamientos, carreteras, entre otros) que aparecen en él.
- **Parte principal:** se facilitan recortes de papel de alternativas para incorporar al mapa zonas verdes (deben incluirse huertos urbanos y baños públicos). Se definen los elementos y, en consenso, se van incorporando al mapa. La finalidad es crear un gran collage que represente mejoras en la calidad de vida del espacio urbano.
- **Reflexión:** relacionar la calidad de vida con los espacios verdes y naturales que ofrecen servicios a la comunidad, además de vincularles con la lucha contra el cambio climático y la contaminación.

## Línea 2. Transporte público



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

- Estudiar la posibilidad de instalar paneles que informen del tiempo de espera para la llegada de la guagua.
- Negociar que el bono de transporte sea de ámbito interurbano.
- Crear nuevos carriles bici.

## Actividad 2. ¿Cómo y por dónde nos movemos?

**Tipo:** tarea



**Agrupamiento:** individual



**Objetivo:** relacionar las formas de movilidad y los espacios urbanos con la calidad de la vida cotidiana, teniendo en cuenta posibles dificultades de movilidad.

### Secuencia de la actividad

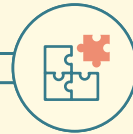
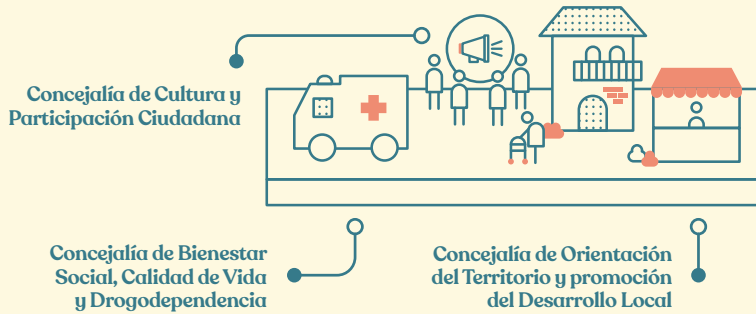
- **Fase de información inicial:** se plantea como punto de partida las diferentes formas de movernos en espacios urbanos (a pie, transporte público y transporte particular) y cuáles son sus ventajas y desventajas.
- **Parte principal:** cada alumno/a elaborará un mapa del recorrido que hace cada día desde sus domicilios hasta el centro educativo. Tras ello, deben analizar:

1. ¿Qué desniveles u otros obstáculos pueden encontrarse en este recorrido?

2. ¿Se cuenta, en ese recorrido, con transporte público o carriles bici?

- **Reflexión:** relacionar cómo la movilidad y las necesidades del espacio cambian con la edad. La calidad del espacio marca muchas veces las posibilidades de desarrollo diario de las personas mayores.

### Línea 3. Vivienda



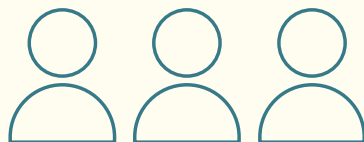
#### Acuerdos o compromisos a ejecutar

- Atender a la creación de fórmulas de vivienda compartida con población mayor.
- Suscribir un convenio de colaboración donde se facilite, a través de los planes de empleo, mano de obra para la realización de pequeñas reformas en viviendas.
- Potenciar programas de vida compartida, viviendas intergeneracionales y otras alternativas convivenciales para personas mayores.

### Actividad 3. Un lugar ideal para vivir

**Tipo:** resolución de problemas

**Agrupamiento:** pequeño grupo



**Objetivo:** reflexionar sobre la vida diaria de las personas mayores, en su ámbito doméstico, según las necesidades propias de la edad y la vida en comunidad (actividades sociales).

#### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** proponer al alumnado resolver una situación, un problema ficticio, sobre la búsqueda de vivienda para las personas mayores.
- **Parte principal:** se ofrece el siguiente problema a los alumnos y alumnas, y se pide que anoten las características que la vivienda debe contemplar.

*Juana, que ha vivido toda la vida en El Batán, se ha jubilado y quiere mudarse al centro de La Laguna, cerca de la Plaza del Cristo, para vivir más cerca de su hija. ¿Cuáles son los filtros que tenemos que usar en la búsqueda de una nueva vivienda? Ten en cuenta las siguientes características: Juana sufre de artrosis en las articulaciones y tiene la cadera operada. Vivirá sola junto a su periquito Kiko, pero siempre le ha gustado la vida social y la lectura.*

- **Reflexión:** ¿Se adaptan las viviendas a las personas mayores? ¿cómo son las instalaciones comunitarias y públicas de La Laguna para las personas mayores? ¿Es un buen lugar para vivir?

## Línea 4. Participación social y comunitaria



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

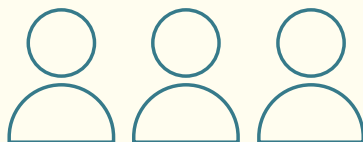
- Difundir en las asociaciones de mayores, por medio de la concejalía de Bienestar Social, las actividades organizadas por el resto de las concejalías implicadas.
- Incluir en la muestra anual de artesanía de San Cristóbal de La Laguna talleres de demostración de oficios artesanales.
- Crear el/la mediador/a intergeneracional en colegios e IES. Su formación se incluirá en el Plan de Empleo.
- Realizar proyectos similares al «Debate de la ONU».
- Elaborar una guía didáctica para centros educativos con el objeto de conectar intergeneracionalmente a los/as estudiantes con las personas mayores.
- Celebrar un «Día de los Abuelos y Abuelas» o «Día de las Personas Mayores», con actividades intergeneracionales.
- Invitar a colegios e IES al «Taller Literario para Mayores».
- Diseñar una actividad en la que las personas mayores sean agentes de transmisión.
- Potenciar el voluntariado entre las personas mayores y el voluntariado intergeneracional.



## Actividad 4. Conocer a nuestros mayores es conocer a los jóvenes que fueron

**Tipo:** investigación guiada

**Agrupamiento:** pequeño grupo



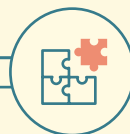
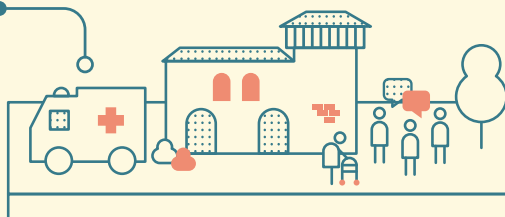
**Objetivo:** promover la empatía con los mayores, conociendo sus intereses de juventud, que explican quiénes son en la actualidad.

### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** el problema a resolver será ¿cómo vivían nuestros abuelos y abuelas en su juventud?
- **Parte principal:** buscar fuentes visuales de información (imágenes, dibujos y fotografías) y, a partir de una selección de las tres más representativas, describir aspectos de la vida cotidiana y social del pasado. Las fotografías pueden obtenerse de forma personal por las familias del alumnado o a través de portales como la FEDAC. Centrarse en las décadas de los años 50 y 60 en Canarias. Describir y hacer una pequeña presentación pública de las conclusiones a las que se han llegado a partir de las fotografías.
- **Reflexión:** valorar la importancia de contar con espacios de ocio en la tercera edad y actividades vinculadas a los intereses de las personas mayores.

## Línea 5. Comunicación e información

Concejalía de Bienestar Social, Calidad de Vida y Drogodependencia



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

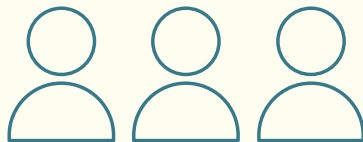
- Crear materiales impresos en los que se recoja información de interés para las personas mayores, como una «Revista del mayor».
- Incluir a las personas mayores en la difusión de la información de su interés.
- Elaborar un protocolo específico para la atención a las personas mayores en los servicios municipales.

## Actividad 5. Una revista para nuestros mayores

**Tipo:** proyecto



**Agrupamiento:** pequeño grupo



**Objetivo:** identificar los temas de interés para las personas mayores para generar empatía.

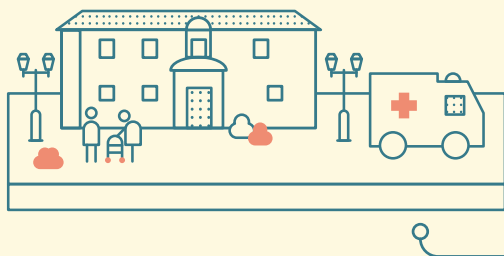
### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** se propone la creación del primer número de una revista que se dedique a las personas mayores de La Laguna. Para ello, toda la clase deberá elegir un nombre y, posteriormente, por parejas o grupos de tres elaborar el contenido.
- **Parte principal:** en parejas o grupos se elaborará el contenido de la revista, de cara a las personas mayores. Deberá constar de una parte de investigación, información y redacción. Algunas de las secciones que esta puede tener son:

- Actualidad
- Curiosidades / artículos de interés
- ¿Qué pasa en el barrio?
- Actividades de interés y ocio

- **Reflexión:** ¿cómo son las vías de información y comunicación con las personas mayores? ¿se parecen o diferencian mucho de los jóvenes?

## Línea 6. Recursos y servicios específicos



Concejalía de Bienestar Social, Calidad de Vida y Drogodependencia



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

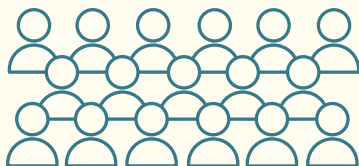
- Crear una guía de recursos y servicios para personas mayores en el municipio.
- Estudiar la viabilidad de implementar servicios de estancia nocturna o de acompañamiento nocturno para personas mayores que viven solas o que dependen de cuidadores/as.

## Actividad 6. ¿Qué es la calidad de vida?

**Tipo:** debate



**Agrupamiento:** gran grupo



**Objetivo:** relacionar los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 (ODS) con la vida de los mayores.

### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** ¿qué son los ODS? Informar a la clase sobre los Objetivos y metas de Desarrollo Sostenible 2030.
- **Parte principal:** debatir en el aula sobre los ODS y la relación con las personas mayores a partir de los siguientes iconos e información. Hacer un análisis a nivel local.



**1** FIN DE LA POBREZA  
16,4% de la población mayor se encuentra en riesgo de pobreza



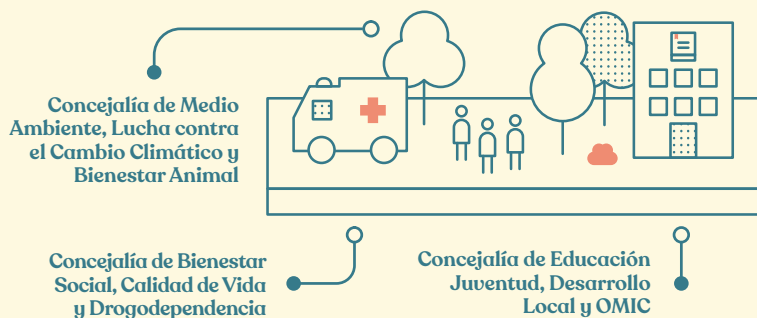
**3** SALUD Y BIENESTAR  
3/4 de las enfermedades no transmisibles ocurren a partir de los 60 años



**11** CIUDADES Y COMUNIDADES SOSTENIBLES  
Son necesarios medios de transporte y los espacios públicos accesibles

- **Reflexión:** los problemas del mundo actual relacionan a las personas mayores con los jóvenes. Proponer alternativas desde el «qué puedo hacer yo» a nivel municipal para resolver esto.

## Línea 7. Salud y protección social



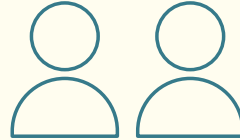
### Acuerdos o compromisos a ejecutar

- Poner en marcha el proyecto de Farma-escuela con el Colegio Farmacéutico.
- Crear un programa para la preparación de las personas mayores para la jubilación.
- Generar un programa orientado a promover la salud psicológica y emocional de las personas mayores y a detectar síntomas de enfermedad, apoyándose en el marco de las asociaciones de personas mayores.
- Diseñar un protocolo de actuación municipal para evaluar e intervenir en situaciones de soledad no deseada, aislamiento social, vulnerabilidad y/o malos tratos.

## Actividad 7. Aficiones sin edad

**Tipo:** role-playing

**Agrupamiento:** individual/parejas



**Objetivo:** crear un puente/vínculo entre lo que pueden enseñar los jóvenes a los mayores, a través de actividades de ocio y ejercicio físico que aporten calidad al envejecimiento.

### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** reflexionar sobre la importancia de las aficiones y las actividades físicas y el papel que desempeñan en la vida diaria.
- **Parte principal:** se propone, por grupos libres, diseñar cómo darían una clase nuestros alumnos y alumnas a personas mayores sobre una de las aficiones o actividades que practiquen habitualmente. Para ello debe estructurarse el método de enseñanza y hacer una demostración.
- **Reflexión:** la salud psicológica y la emocional va muy ligada al tiempo libre y a la actividad física. Es importante promoverla de una forma intergeneracional.

## Línea 8. Buen trato



### Acuerdos o compromisos a ejecutar

- Crear un censo de personas mayores que viven solas en el municipio.
- Diseñar una actuación dirigida a concienciar y formar a personal técnico, familias y sociedad en general sobre el buen trato a las personas mayores.
- Realizar talleres incluidos en el Plan de Empleo para personas desempleadas relacionados con la atención a las personas mayores.
- Diseñar acciones de formación para los servicios de atención al público dirigidas a la sensibilización sobre el trato a las personas mayores.
- Realizar proyectos similares al «Debate de la ONU».
- Elaborar una guía didáctica para centros educativos.
- Celebrar un «Día de las Personas Mayores» con actividades intergeneracionales.
- Invitar a CEIP e IES al «Taller Literario para Mayores».
- Diseñar y ejecutar campañas en el uso del transporte público.

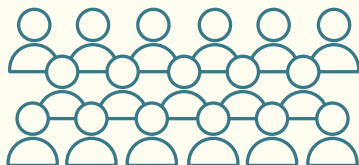


## Actividad 8. «Día de las personas mayores»

**Tipo:** convivencia



**Agrupamiento:** gran grupo



**Objetivo:** establecer medios y espacios para hacer relaciones intergeneracionales, donde enseñen y aprendan los dos colectivos.

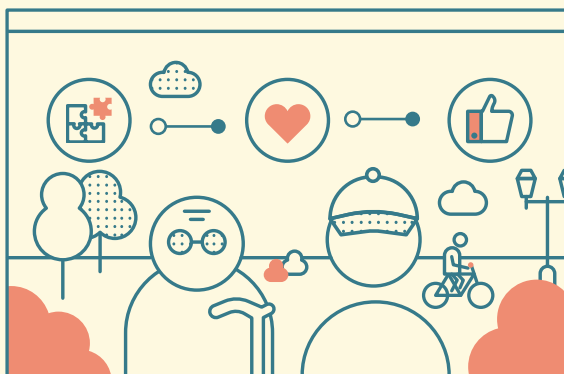
### Secuencia de la actividad

- **Fase de información inicial:** preparar el «Día de las personas mayores en el IES». ¿Qué vamos a hacer? Debe basarse en todo lo visto en las actividades de la 1 a la 7.
- **Parte principal:**

1. Organizar talleres para aprender cosas juntos (origami, taichí o yoga).
2. Organizar juegos tanto de la juventud de las personas mayores, como juegos propios de las generaciones más jóvenes.
3. Organizar comidas: de lo local a lo internacional.

- **Reflexión:** mayores y jóvenes tienen materias de las que pueden enseñar y aprender conjuntamente, solo es necesario crear espacios y lugares para el desarrollo en comunidad.

**La mejora de la salud, la seguridad y la inclusión de las personas mayores asegura su envejecimiento saludable y su bienestar.**



Descárgate el Plan de Acción La Laguna Ciudad Amigable con las Personas Mayores.





EXCMO. AYUNTAMIENTO DE  
SAN CRISTÓBAL DE  
LA LAGUNA



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE  
SAN CRISTÓBAL DE  
LA LAGUNA



BIENESTAR SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA



En La Laguna  
hay calidad

