



Material complementario de aprendizaje y audioguía

*Capacitación en pro de la
Voz – Módulo 5: Voz y ciudades
y comunidades amigables
con las personas mayores*

HelpAge

International



Asociación de Apoyo Auquis de Pamplona Alta – Perú

Queremos agradecer a la AARP por sus contribuciones y apoyo en el desarrollo del *Módulo 5* de la *Capacitación en pro de la Voz*, además del *Material complementario de aprendizaje y la audioguía*



HelpAge también desea agradecer a sus socios que participaron en este aprendizaje. **Argentina:** Sociedad Argentina de Gerontología y Geriatria (SAGG) y Asociación Civil Diagonal Red Mayor. **Colombia:** Red Colombiana de Envejecimiento Activo y Digno (Red COENVE) y Asociación Cultural Casa del Niño (ACCN). **Perú:** Asociación de Apoyo Auquis de Pamplona Alta

HelpAge International es una red global de organizaciones que promueven los derechos de todas las personas mayores para que tengan vidas dignas, sanas y seguras

Material complementario de aprendizaje y audioguía

Capacitación en pro de la Voz – Módulo 5: Voz y ciudades y comunidades amigables con las personas mayores

Publicado por HelpAge International
PO Box 78840, Londres, SE1P 6QR, Reino Unido

Tel +44 (0)20 7278 7778

info@helpage.org

www.helpage.org

Número de registro de organización benéfica: 288180

Escrito por Sion Jones, Valentina Pardo y Annie Wright

Foto de portada de Charlie Cordero/Fairpicture/HelpAge International – Colombia

Diseñado por TRUE www.truedesign.co.uk



Copyright © HelpAge International 2024

Este trabajo se publica bajo una licencia internacional Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

Cualquier parte de esta publicación puede ser reproducida sin autorización previa con fines educativos y sin fines de lucro. Por favor cite con claridad a HelpAge International y envíenos una copia o un enlace.

Número de registro de organización benéfica: 288180 © HelpAge International 2024



Asociación Red Colombiana de Envejecimiento – Colombia

Contenido

4 Introducción al módulo

Prueba del módulo

Si usted está capacitando a líderes comunitarios, miembros del gobierno y autoridades locales responsables de la toma de decisiones...

5 Si usted está capacitando directamente a personas mayores...

6 Sección 1: ¿Por qué debemos impartir esta capacitación?

7 Sección 2: Cómo ofrecer una capacitación flexible y eficaz

Revise todo el contenido del módulo antes de comenzar a crear su propia sesión de taller

Capte el interés de las personas antes del taller

8 ¿Qué pasa si queremos hacer algo totalmente diferente?

9 Tenga en cuenta las necesidades específicas de los participantes de su grupo

10 Sección 3: Después del taller – ¿Qué podemos hacer para mantener el impulso?

Desarrolle un plan de acción

Defina cuáles son las autoridades locales pertinentes

Participación externa

11 Llegar a distintas generaciones en temas sobre las ciudades y comunidades amigables con las personas mayores

12 Sección 4: Escuche las lecciones – Una audioguía

13 Voces de los participantes

14 Voces de los facilitadores

Introducción al módulo

Las voces y las experiencias vividas de las personas mayores son vitales para el desarrollo de ciudades y comunidades incluyentes con todas las edades. Este módulo tiene por objetivo que los líderes comunitarios, los miembros del gobierno y autoridades locales que toman decisiones y los mismos grupos de personas mayores fortalezcan su capacidad y comprensión de la importancia que tiene la voz de las personas mayores en el desarrollo de ciudades y comunidades que sean amigables con la edad.

El módulo completo consta de 10 sesiones que explican y discuten los principios clave de la voz y presenta algunos de los problemas a los que se enfrentan las personas mayores en el diseño de calles, espacios verdes y transporte en sus comunidades.

Este módulo puede impartirse como una capacitación para líderes comunitarios o funcionarios del gobierno y autoridades locales, buscando desarrollar su comprensión y capacidad de voz con el fin de que puedan regresar a sus comunidades y realizar talleres y otras actividades de fortalecimiento de la voz con las personas mayores que viven allí. El módulo también se puede impartir directamente a grupos de personas mayores a nivel comunitario; sin embargo, en ese caso, HelpAge sugiere ajustar el contenido según corresponda.

Prueba del módulo

Entre noviembre de 2023 y enero de 2024, los socios de HelpAge en Colombia, Perú y Argentina coordinaron llevar a cabo cinco talleres dirigidos a diversos grupos de personas mayores. La idea era probar cómo el módulo, que estaba originalmente destinado a las ONG y OSC, funcionaría a nivel comunitario, directamente con las personas mayores.

Los participantes tenían entre 20 y 90 años e incluían líderes comunitarios, miembros de las autoridades locales y personas mayores interesadas en hacer que sus ciudades y comunidades sean más amigables con la edad. Los facilitadores también tenían diferentes edades y enfoques, algunos por ejemplo usaron música y arte para presentar las teorías del módulo.

A continuación encontrará consejos y orientación sobre cómo prepararse para impartir el módulo dependiendo de quiénes sean los participantes, los temas que desea explorar y desarrollar, y de cuál sea la mejor manera de impulsar a las personas en torno a estos temas en sus comunidades locales. Estos consejos se han recopilado de participantes y facilitadores reales que han participado en esta capacitación o la han proporcionado en diversos contextos.

Si usted está capacitando a líderes comunitarios, miembros del gobierno y autoridades locales responsables de la toma de decisiones...

Recomendamos la **Sesión 2** y la **Sesión 7** como sesiones principales sobre la importancia de la voz de las personas mayores y cómo su voz se puede incluir en la toma de decisiones. También puede elegir entre la **Sesión 4** sobre calles, espacios públicos y espacios verdes o la **Sesión 5** sobre el transporte público, o ambas, dependiendo de lo que crea que le interesa más a su grupo.

Siéntase libre de añadir contenido de cualquiera de los otros módulos, dependiendo de cuáles crea que son más valiosos e interesantes para su grupo. Al crear diapositivas para presentarlas al gobierno y a otros decisores, es posible que desee agregar información contextual adicional, como el perfil etario de la población local, para mostrar cuántas personas mayores (de más de 60 años o una edad que considere apropiada para su contexto) viven en la comunidad y por qué es tan importante responder a sus necesidades.



Nota del facilitador

Escuche más sobre las experiencias de los participantes y los facilitadores del módulo en nuestra audioguía, que comienza en la página 12 →

También puede encontrar datos abiertos (de acceso público) sobre cosas como quién utiliza el transporte público, niveles de contaminación del aire, o estadísticas sobre accidentes y fatalidades de peatones para proporcionar contexto sobre cómo habitar su comunidad puede ser desafiante para las personas mayores.

Esperamos que, una vez se haya fortalecido la comprensión de los líderes comunitarios, el gobierno y las autoridades locales en cuanto a la importancia de la voz de las personas mayores en la toma de decisiones sobre las ciudades y comunidades amigables con la edad, estas personas regresen a sus comunidades y, directamente con las personas mayores, diseñen e implementen talleres y otras actividades relacionadas con la voz para fortalecer su participación.

Entre las actividades de seguimiento se podría incluir el desarrollo de un plan de acción: hemos proporcionado un breve ejemplo en la **Sesión 9**. Sin embargo, un taller más completo basado en parte del contenido de este módulo podría darle la oportunidad a las personas mayores de cada comunidad de crear sus propios planes de acción.

Si usted está capacitando directamente a personas mayores...

Si desea utilizar el módulo para desarrollar directamente la capacidad de los grupos de personas mayores en su comunidad con el fin de comprender la importancia de la voz y de las ciudades y comunidades amigables con la edad, pueda que prefiera crear su propia versión más corta. Sin embargo, recomendamos incluir contenido básico de las siguientes sesiones:

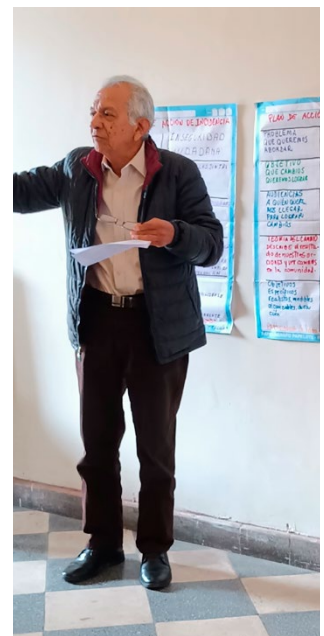
- La **Sesión 2 – Entender la voz**; introducirá los conceptos clave sobre por qué la voz de las personas mayores es importante.
- Puede elegir entre la **Sesión 4** sobre calles, espacios públicos y espacios verdes o la **Sesión 5** sobre transporte público, dependiendo de lo que crea que más le interese a su grupo. ¡Recuerde tener en cuenta su contexto e incluir ejemplos de su propia ciudad y comunidad!
- La **Sesión 7** le permite conectar los problemas que enfrenta la comunidad con los ámbitos de voz.

Si está impartiendo la capacitación a personas mayores, asegúrese de incluir oportunidades para que las personas hablen, compartan sus experiencias y sus opiniones. ¡Se dará cuenta de que las personas mayores tienen mucho que decir sobre estos temas!

Además, recuerde incluir ejemplos interesantes de su ciudad o comunidad para que pueda ayudar a los participantes a conectar los temas con los problemas de la vida real a los que se enfrentan día a día. Esto podría incluir datos abiertos (de acceso público) sobre cosas como quién utiliza el transporte público, niveles de contaminación del aire, o estadísticas sobre accidentes peatonales y fatalidades, para dar contexto sobre cómo habitar su comunidad puede ser un desafío para las personas mayores.

También le recomendamos especialmente que diseñe una sesión en la que se realice un taller de plan de acción al final del módulo, que puede llevarse a cabo en ese mismo momento o en otra fecha. La **Sesión 9** del módulo proporciona un breve ejemplo, pero es probable que las personas mayores que participen en su capacitación estén ansiosas por comentar los problemas que se hayan planteado y por poner por escrito algunas acciones que puedan después realizar como grupo.

Siéntase libre de utilizar el contenido de otras sesiones, dependiendo de qué tan adecuadas y relevantes crea que son para su grupo. Por ejemplo, algunos grupos de personas mayores han mencionado que la **Sesión 3**, centrada en los enfoques intergeneracionales, es importante para la unidad de la comunidad. Esta sesión es breve, pero muchos participantes mayores han expresado interés en ampliar este tema, o incluso invitar a participantes más jóvenes al taller.



Asociación de Apoyo Arquius de Pamplona Alta – Perú

Sección 1: ¿Por qué debemos impartir esta capacitación?

La capacitación se puso a prueba en cinco lugares en tres países de América Latina y el Caribe. El objetivo era capacitar directamente a personas mayores y obtener retroalimentación.

Esto es lo que dijeron personas reales sobre la capacitación, su impacto y potencial:

“La capacitación fue muy positiva, las personas mayores necesitan sentir que su voz es relevante y que ellas tienen la capacidad de ser escuchadas o de amplificar y compartir sus voces en Pro de un cambio.”

Graciana, facilitadora, SAGG, Argentina

“Me gusta la tarea docente que me permite estimular a que las personas descubran sus capacidades.”

María, facilitadora, SAGG, Argentina

“En un mundo cada vez más envejecido, me parece esencial y de vital importancia ‘Escuchar las Voces de las Personas Mayores’. Para ello, abrir canales de capacitación y participación ciudadana sería un mecanismo facilitador para lograr la inclusión, integración y protagonismo de este grupo etario en la sociedad. Una comunidad organizada se compone con todos los actores involucrados, pero en el centro de la mesa de gestión tienen que estar indudablemente las personas mayores brindando su voz y haciéndose escuchar.”

Edgardo, participante, SAGG, Argentina

“Aprecio la oportunidad de liderar esta iniciativa y estoy emocionado por las posibles acciones que podríamos emprender para hacer de nuestra comunidad un lugar aún mejor para nuestras personas mayores.”

Hernando, facilitador, Red COENVE, Colombia

“...descubrir que la planeación urbana no es un asunto eminentemente técnico, solamente técnico y de burócratas, sino que es un asunto de los ciudadanos y que ellos [las personas mayores] tienen mucho que decir sobre eso, pues creo que fue lo más relevante.”

Nelson, facilitador, Red COENVE, Colombia

Sección 2: Cómo ofrecer una capacitación flexible y eficaz

Considere el contenido del módulo como una guía que usted y su grupo pueden usar.

Estas son algunas formas de aprovecharla al máximo:

Revise todo el contenido del módulo antes de comenzar a crear su propia sesión de taller

- El módulo está para guiarlo y proporcionarle ejemplos: no necesita usar todas las diapositivas o cubrir todos los temas. Piense en los participantes de su grupo y en qué les resultaría más útil enfocarse.
- Considere cuál es la duración de la capacitación y el contenido más adecuados para sus participantes, dependiendo de si son grupos de personas mayores, líderes comunitarios, miembros del gobierno o autoridades locales responsables de la toma de decisiones.
- Piense en cómo le gustaría presentar el contenido: utilice las diapositivas que le hemos proporcionado o cree sus propias diapositivas. Recuerde la accesibilidad: el uso de materiales audiovisuales y tipos de letra más grandes puede permitir que una mayor variedad de personas participe en la capacitación.
- Algunos de los ejemplos que proporcionan el módulo pueden ser más o menos relevantes para su comunidad y contexto: elija los que tengan más sentido y no dude en añadir otros. Por ejemplo, en algunos lugares, los participantes abordaron el tema del Fenómeno del Niño y cómo podrían gestionar el riesgo desde el poder dentro de sus comunidades.
- Mientras presenta las diapositivas, utilice un lenguaje que sea común y familiar en su país y comunidad, y no dude en mencionar ejemplos que sean más reconocibles para sus participantes.

“El reajuste del contenido se da según el tiempo. Si lo que queremos es ser breves pero concisos con nuestra explicación, es clave saber qué es lo más importante de la sesión y así explicarlo con la metodología acordada con las directivas. En mi caso en el módulo de ciudades amigables con las personas mayores, ahondé mucho en la palabra clave ‘espacios verdes’ ya que este fue el eje central de mi charla y posteriormente de las actividades las demás se explicaban de forma más corta por temas de tiempo.”

Harol, facilitador, Red COENVE, Colombia

Capte el interés de las personas antes del taller

- En Argentina, antes del taller, se pidió a los participantes que tomaran fotos de problemáticas urbanas que los afectaban en sus barrios. Luego, las trajeron a las sesiones de capacitación, y así compararon sus entornos y analizaron varias soluciones o enfoques.

¿Qué pasa si queremos hacer algo totalmente diferente?

Es genial ser creativo; siéntase libre de adaptar o pensar en nuevas formas de presentar el contenido del módulo que considere más relevante para su grupo. Esto podría incluir diferentes ambientes, actividades o métodos de facilitación para que los participantes se interesen y se comprometan. Por ejemplo, algunos métodos probados incluyen:

- **Colombia: A través de la música y el arte**

En la capacitación en Bogotá, los facilitadores utilizaron varios métodos creativos para presentar el material del módulo. Estos incluían música, actuación y un ‘método inductivo’, donde las personas aplicaban conceptos de diseño a ejemplos reales de sus experiencias vividas.

“Agregamos dinámicas con una musicoterapeuta que hicieron que la gente esté motivada, con letras que resaltan el valor de la voz y de expresar su voz.”

Graciana, facilitadora, SAGG, Argentina

- **Colombia: Utilice sus manos**

Otro grupo usó plastilina para crear pequeñas esculturas inspiradas en los conceptos de voz y ciudades amigables con la edad como una actividad creativa para dividir las sesiones del módulo, y para las sesiones intergeneracionales, se pidió a los participantes que diseñaran y dibujaran un cartel que destacara el valor del compromiso intergeneracional.

“Luego se distribuyó la plastilina, trabajaron en parejas y realizaron una escultura con respecto al concepto de la voz.”

Harol, facilitador, Red COENVE, Colombia

“En esta sesión se trabajó el concepto de enfoque intergeneracional con los participantes en grupos, con un cartel a manera de explicación de qué significaba relacionarse activamente con jóvenes y cuál era la importancia de la comunicación.”

Harol, facilitador, Red COENVE, Colombia

- **Perú: Añada un toque personal**

El miembro asociado de HelpAge en Lima reconoció que las historias de vida son una herramienta importante para apoyar la participación de las personas mayores en las capacitaciones. Esto permitió a las personas compartir sus experiencias relacionadas a distintas problemáticas urbanas, y ofreció un espacio para discutir abiertamente y proponer soluciones.

Tenga en cuenta las necesidades específicas de los participantes de su grupo

- Piense cuántas horas son adecuadas para que las personas de su grupo participen en el taller de capacitación. Considere la posibilidad de distribuir las sesiones durante varios días o semanas, pues no es necesario que todas las sesiones se realicen en una sola jornada.
- Planifique descansos frecuentes según las necesidades de sus participantes.
- Tenga en cuenta si los participantes de su grupo tienen dificultades para escuchar o ver. Si es así, tal vez necesite incluir más contenido en letra grande en los folletos para ayudarlos a comprender los conceptos clave, o por el contrario, tal vez necesite proporcionar más explicación oral de lo que se está discutiendo. Como se indicó anteriormente, los materiales audiovisuales también pueden ayudar a explicar conceptos o ejemplos proporcionados.
- Tal vez desee crear folletos simples que brinden por escrito una explicación sencilla de cada concepto para que los participantes puedan mirarlos durante la discusión, o revisarlos antes de las sesiones o después como reflexión.



Asociación de Apoyo Auquis de Pamplona Alta – Perú

Sección 3: Después del taller – ¿Qué podemos hacer para mantener el impulso?

Después de haber ayudado a fortalecer la capacidad de las personas mayores en temas sobre la Voz y las ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores al impartir el módulo de capacitación a los responsables de la toma de decisiones o a las personas mayores de su comunidad, piense en maneras en las que puede hacer avanzar estos temas. Podría hacerlo mediante distintas acciones como interactuar con grupos locales de personas más jóvenes, encontrar nuevos socios y agentes interesados, realizar debates y discusiones, y trabajar en proyectos conjuntos para abordar objetivos en común.

Desarrolle un plan de acción

Como se mencionó en la **Sesión 9**, un siguiente paso clave podría ser trabajar con grupos de personas mayores en la comunidad para desarrollar un plan de acción. Hay diferentes maneras en las que puede hablar de los problemas a los que se enfrentan las personas mayores y las prioridades que tienen. Un plan de acción puede ayudar a identificar esas prioridades y los pasos a seguir para tomar medidas.

Si necesita ayuda para estructurar un taller de planificación de acciones, comuníquese con HelpAge y estaremos encantados de trabajar en la planificación y adaptación de este a los intereses de sus participantes y de la comunidad/ciudad.

Defina cuáles son las autoridades locales pertinentes

Muchos participantes en las capacitaciones piloto querían saber quiénes son las autoridades locales relevantes en su comunidad a las que pueden comunicar sus ideas y peticiones. Considere establecer qué personas responsables de la toma de decisiones y qué organismos relevantes están relacionados con los problemas que les preocupan a las personas mayores e interactúe con ellos.

Participación externa

Resalte ante las partes interesadas y audiencias externas que ha impartido la capacitación y desarrollado la capacidad de sus grupos comunitarios en torno a temas de ciudades y comunidades amigables con las personas mayores, mediante publicaciones en redes sociales y organizando reuniones con políticos y los responsables de la toma de decisiones.



Nota del facilitador

La guía adaptada a las personas mayores de AARP (en inglés) contiene orientación y ejercicios específicos para identificar a las partes interesadas relevantes en las páginas 18 y 19 que pueden ayudar a guiar a los participantes a través de este proceso →

“Intercambio de ideas con otros grupos poblacionales y conversatorios con decisores políticos o funcionarios públicos que les expliquen los mecanismos que tienen a disposición para adelantar iniciativas.”

Nelson, facilitador, Red COENVE, Colombia



Llegar a distintas generaciones en temas sobre las ciudades y comunidades amigables con las personas mayores

Muchos de los facilitadores de la capacitación piloto consideraron que la participación intergeneracional en estos temas es vital. Un siguiente paso podría ser realizar una breve sesión de taller con jóvenes y personas mayores al mismo tiempo para discutir las problemáticas planteadas. Otro paso podría ser incluir la idea de eventos y temas intergeneracionales en las discusiones con las autoridades locales y las partes interesadas, con el fin de buscar oportunidades para reunir a diferentes generaciones en temas urbanos comunes.

“Es importante que los adultos mayores interactúen con personas más jóvenes para promover su capacidad de debate con otros grupos poblacionales, al tiempo que se fortalece la posibilidad de comprender las realidades desde el punto de vista de personas más jóvenes.”

Nelson, facilitador, Red COENVE, Colombia

A continuación se muestran algunas afirmaciones directamente de personas mayores sobre los problemas intergeneracionales:

“Creo que sería significativo incluir personas de todas las edades, porque de esa manera podríamos escuchar todas las voces y recolectar opiniones, sugerencias y comentarios según la edad, género y lugar donde viven las personas, cualquiera sea su edad.”

Rosa, participante, SAGG, Argentina

“Poder integrar a otras generaciones posibilitará trabajar mancomunadamente para derribar prejuicios y estereotipos existentes, transmitir saberes, promover la cultura del respeto, buen trato y comunicación positiva focalizada desde un enfoque de derechos. Asimismo, la solidaridad intergeneracional sería un eslabón de vital importancia para disminuir el aislamiento y la soledad no deseada de las personas mayores.”

Edgardo, participante, SAGG, Argentina

Sección 4: Escuche las lecciones – Una audioguía

Directamente de la fuente

HelpAge y sus socios se reunieron con los facilitadores y las personas mayores que participaron las cinco sesiones que se llevaron a cabo en tres países.

Hablamos de los que les gustó, lo que no les gustó, de sus pensamientos y comentarios de la capacitación en general y de los cambios que podrían o deberían hacerse para futuras capacitaciones.

Escuche lo que ellos tenían que decir en las siguientes páginas.



Juan Camilo Gonzalez/Santo Studio/AARP/HelpAge International - Colombia

Voces de los participantes

Teniendo en cuenta todos los talleres, contamos con 103 participantes. Estos nos contaron qué les gustó, por qué los temas eran importantes para ellos y qué les gustaría ver la próxima vez. Escuche lo que nos dijeron sobre la experiencia:

Todos los participantes

▶ 16 clips de audio

Perú

Elizabeth

▶ 4.44 minutos

Fidel

▶ 3.04 minutos

Oscar

▶ 3.08 minutos

Victor

▶ 4.07 minutos

Argentina

Edgardo

SAGG

▶ 5.54 minutos

Rodolfo

SAGG

▶ 0.47 minutos

Ferreya

SAGG

▶ 0.12 minutos

Araceli

Diagnol

▶ 1.13 minutos

Beatriz

Diagnol

▶ 2.27 minutos

Guillermo

Diagnol

▶ 2.31 minutos

Sandra

Diagnol

▶ 1.36 minutos

Colombia

Francisco

Red COENVE

▶ 1.45 minutos

Teobaldo

Red COENVE

▶ 2.54 minutos

Omaira

Red COENVE

▶ 1.01 minutos

Luisa

ACCN

▶ 0.46 minutos

Marta

ACCN

▶ 2.06 minutos

Nota: los participantes y facilitadores grabaron sus voces en español. Las traducciones al inglés de estos clips se crearon utilizando tecnología de IA.

Voces de los facilitadores

Entre quienes lideraron el taller se encontraban miembros de organizaciones comunitarias locales, miembros del equipo de HelpAge y facilitadores profesionales, lo que resultó en una variedad de experiencias. Escuche para conocer qué funcionó, qué cambiarían y cómo puede aprovechar al máximo el taller:

Todos los facilitadores

▶ 8 clips de audio

Perú

Esperanza

▶ 4.44 minutos

Mercedes

▶ 4.44 minutos

Argentina

Graciana

SAGG

▶ 4.06 minutos

Rosa

SAGG

▶ 2.33 minutos

Adriana

Diagnol

▶ 3.08 minutos

Colombia

Nelson

Red COENVE

▶ 11.26 minutos

Hernando

Red COENVE

▶ 3.13 minutos

Natalia

ACCN

▶ 2.33 minutos

Nota: los participantes y facilitadores grabaron sus voces en español. Las traducciones al inglés de estos clips se crearon utilizando tecnología de IA.



Sociedad Argentina de Gerontología y Geriatria – Argentina

HelpAge International

PO Box 78840, Londres, SE1P 6QR, Reino Unido

4th Floor, 35–41 Lower Marsh,
Londres, SE1 7RL, Reino Unido

Tel +44 (0)20 7278 7778

info@helpage.org

www.helpage.org

