

- Teléfono: 900 101 332
- Correo: si@solidaridadintergeneracional.es
- Web del programa: www.rompiendodistancias.es

Rompiendo Distancias

Distancias

Ilusión, ganas de aprender y seguir siendo parte activa de la sociedad. Así es la nueva visión de la vejez.



Colabora:



Realiza:



Financia:



¿Sabías que las personas mayores son el 21% del total de la población española? Es la primera vez en la historia que esto ocurre y el mayor éxito social. Esta revolución silenciosa que es la longevidad también es un gran reto social que está cambiando la estructura social y con ello las políticas públicas, al igual que lo es la igualdad entre mujeres y hombres.

La visión de esta larga etapa de la vida está cambiando ya que las condiciones y el estado de salud de este grupo de edad heterogéneo han mejorado sustancialmente. Esta etapa de la vida es larga y hay que llenarla de proyectos, ilusiones e intereses y seguir siendo protagonistas de nuestro día a día, participando, aprendiendo y disfrutando en sociedad. Además, contamos con la experiencia, talento y equipaje que facilita la toma de mejores decisiones.

“La vejez es como escalar una gran montaña: mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena” decía Ingmar Bergman.

Una de las características de la longevidad es su feminización, ya que en España la esperanza media de vida es de 80 años para los hombres y 86 para las mujeres. Esta mayor longevidad no está exenta de problemas de salud, económicos o soledad no deseada, que precisan apoyos públicos.

Las mujeres hoy seniors comenzaron a romper las reglas establecidas; desafiaron “el qué dirán” y fueron pioneras en visibilizar problemas que aún hoy se sufren. Nuestro presente es el que es gracias a ellas, no se quedaron de brazos cruzados y están viendo en su vejez los cambios logrados. ¡Necesitamos conocer sus historias y valorizar su empuje y resiliencia! El camino de la igualdad avanza y ha de llegar a todas las edades y todos los rincones.

Envejecer es vivir y hay que hacerlo con calidad de vida, en una sociedad cuidadora con un enfoque basado en derechos y con la atención centrada en la persona.

Los derechos humanos para defenderlos hay que conocerlos y todas las personas, tengamos la edad que tengamos, tenemos los mismos derechos y hay que luchar para eliminar los estereotipos y prejuicios sobre las vejeces.

Pero hay otro avance que ha cambiado para siempre la forma de ver y estar en el mundo ¿Sabes a cuál nos referimos? sí, Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) son una oportunidad para universalizar la comunicación y el acceso a los recursos, servicios y prestaciones sociales y sanitarias, ahorrando tiempo y costes. Esta tecnología facilita información, proporciona formación, seguridad, ocio e incluso entrenamiento para mejorar las capacidades funcionales, por nombrar algunas funcionalidades.

Las personas mayores, cada día más, rompen la brecha digital utilizando en distintos dispositivos las App y redes sociales para su día a día, pero se precisa apoyo decidido para su inclusión digital y ello requiere formación personalizada y diseño accesible o universal. ¡Claro que sí!. Soy capaz de usar WhatsApp o Facebook, Twitter. Simplemente necesito un poco más de tiempo para aprender y será más rápido si me enseñan a usarlo.

Así es la nueva visión de la vejez. ¡Porque ser mayor, mola más que nunca!

¿Qué ofrece este programa?

- Rompe las distancias acercando la **información** y el **asesoramiento** personalizado a las **personas mayores**, incluyendo a las que viven en el medio rural.
- Facilita la cohesión social y territorial, la **igualdad entre personas y territorios**.
- Promociona la salud y el **envejecimiento activo**.
- Acerca información a través de la **tecnología** para incentivar su uso en la vida cotidiana.

¿Cuáles son las actuaciones?

Solidaridad Intergeneracional pone en marcha los siguientes servicios:

1. Portal web de atención integral a personas mayores donde encontrar información y asesoramiento sobre la política social, prestaciones y servicios sociales de las administraciones: nacional, de comunidades autónomas y local (ayuntamiento, comarca y diputación), disponible las 24 horas del día.
Disponible en <https://rompiendodistancias.es/>

2. Envejeviviendo: Conocer para SER. Campaña de comunicación para sensibilizar a la sociedad y a las personas mayores sobre la importancia del papel social y económico que ocupan. Sobre sus derechos y para luchar contra el edadismo y los microedadismos. Contaremos historias, en distintos formatos, que nos hagan comprender los prejuicios y estereotipos que nos afectan a las personas mayores y como luchar contra ellos.
Disponible en <https://rompiendodistancias.es/conocer-para-ser/>

3. El Parlamento de Marcela dará voz a las mujeres mayores para promocionar un liderazgo rebelde, poniendo en valor su vejez con talento, su sentido de la vida, la exigencia de sus derechos, y la lucha adaptarse a los vertiginosos cambios del Siglo XXI.
Disponible en <https://rompiendodistancias.es/el-parlamento-de-marcela/>

4. Biblioteca Social contará con estudios e informes interesantes para este colectivo.

5. Boletines Informativos que se nutrirán mensualmente de información de interés para las personas mayores y que llegará a su correo electrónico si se suscriben.

¿Quién puede participar?

Las mujeres y hombres mayores que así lo decidan, con perspectiva y prioridad rural.

¿Dónde se va a realizar?

Se realiza en todo el territorio nacional. Es fundamentalmente digital y por ello transferible y se puede compartir.

¿Dónde encontramos?

<https://rompiendodistancias.es/>
www.solidaridadintergeneracional.es/contacto

Solidaridad
Intergeneracional



Redes Sociales

- **Twitter:** @SolidaridadIn
- **Facebook:** Solidaridad Intergeneracional
- **Instagram:** @solidaridadintergeneracional
- **LinkedIn:** Solidaridad Intergeneracional
- **YouTube:** Solidaridad Intergeneracional