ASISPA +40 años
Atención a Personas



Memoria Anual

2023

Memoria Anual 2023

ASISPA +40 años
Atención a Personas

El valor de atender a las personas

Primavera en Madrid. La tarde se presenta fresca en el barrio de San Pascual, en el distrito de Ciudad Lineal. Algunos rayos de sol se cuelan tímidamente entre las cortinas de una sala espaciosa, iluminando las partículas de polvo que flotan perezosamente en el aire. Nos encontramos en el edificio Luly Zabala, la sede central de ASISPA.

Allí, en medio de una conversación relajada, Manuel Monteserín, Presidente de ASISPA, y Elena Sampedro, Directora General, intercambian palabras. Un café y una botella de agua completan la escena. En un rincón de la gran mesa, un dinosaurio en miniatura, que parece haber estado siempre allí, observa en silencio.

Esta conversación no solo gira en torno a la acción diaria y a la dedicación incansable de todos los equipos profesionales de ASISPA, al valor de atender a las personas, sino que también resalta el impacto profundo de su trabajo en la vida de miles de personas. Con un tono cálido y agradecido, Manuel y Elena abordan temas esenciales como el compromiso con los valores fundacionales de la organización, la importancia de ofrecer un servicio de calidad y el liderazgo de ASISPA en el movimiento internacional #StopEdadismo. **Sus palabras son un homenaje a la misión y a la visión de una entidad que comenzó su andadura en este lugar, en este distrito, hace ya más de cuatro décadas.**

Manuel Monteserín: Buenas tardes, Elena. Es un placer estar aquí juntos para presentar la Memoria Anual de ASISPA 2023. ¿Cómo te sientes al repasar todo lo que hemos logrado este año?

Elena Sampedro: Buenas tardes, Manuel. Me siento muy agradecida y emocionada. **Quiero comenzar expresando mi más sincero agradecimiento** al gran equipo de profesionales que conforman ASISPA y a la encomiable labor que desarrollan cada día. Su dedicación es fundamental para el éxito de nuestra organización.

M. M.: Totalmente de acuerdo, Elena. También quiero **agradecer a las personas que confían en nosotros para prestarles un servicio acorde a sus necesidades y preferencias,** a sus familias, socios, proveedores, y a las administraciones públicas que buscan los mejores servicios para la ciudadanía. No podemos olvidar a las empresas y asociaciones con las que colaboramos para construir una sociedad mejor.

E. S.: Así es. El compromiso con nuestros valores ha acompañado a nuestra entidad desde su origen y se materializa con cada persona usuaria, estableciendo vínculos muy humanos. **Trabajamos con ilusión cada día, atendiendo con respeto, cercanía y profesionalidad.**

M. M.: En esta memoria que ahora tenemos delante, haremos un recorrido por nuestra actividad, sus diferentes áreas y la red de servicios integrales que conforman nuestra entidad. **Nuestros valores nos llevan a ver a cada persona como única e irrepetible, algo que nos ha convertido en mucho más que una entidad de economía social.**

E. S.: Exactamente. **La importancia de prestar servicio y de construir una sociedad de los cuidados es fundamental.** Mejorar la vida de las personas cada día un poco más es nuestro objetivo principal. En 2023 hemos atendido a 150,000 personas, y aunque el número es impresionante, lo realmente importante son todas y cada una de las vidas que hay detrás de ese número.

M. M.: Como decía Luly Zabala, **"Cuidar es gratificante y cada vez lo haces más y mejor. Ocuparse de las personas mayores o de aquellas de las que nadie se ocupa, compensa."** Es útil tanto para las personas cuidadas como para las cuidadoras. La conclusión es clara: ocuparse de los demás compensa, porque te devuelve más de lo que das.

E. S.: Me gustaría dar las **gracias a todas las personas que construyen ASISPA cada día, porque es su apoyo lo que nos da impulso para seguir adelante con la motivación y responsabilidad que nos caracteriza.** Un abrazo muy especial a cada una de estas personas.

M. M.: También quiero destacar el movimiento #StopEdadismo de ASISPA, que ha sido muy relevante este año. ASISPA lidera este movimiento internacional con más de 30 organizaciones de Europa y América. El objetivo es sensibilizar y construir una nueva realidad, donde las formas de representación, consumo, relación e interacción sean igualitarias e incluyan a todas las personas sin importar su edad.

E. S.: Esta iniciativa ha estado en el ADN de ASISPA desde sus comienzos y en 2020 se articuló como un movimiento de sensibilización para poner en la agenda de los medios y en la sociedad la palabra "edadismo". Este año, **ha sido reconocido en el Informe de Naciones Unidas sobre la Década del Envejecimiento Saludable 2021-2023 como una potente herramienta de difusión y sensibilización para acabar con las desigualdades.**

M. M.: El movimiento internacional #StopEdadismo es una respuesta a la discriminación sistemática y los prejuicios basados en la edad que afectan a personas de todas las generaciones en diversos aspectos de la vida. **El informe de Naciones Unidas subraya el impacto positivo de #StopEdadismo en la sensibilización global y destaca su papel crucial en la promoción de un envejecimiento saludable y libre de discriminación.**

E. S.: Entre los objetivos del movimiento se encuentran sensibilizar, combatir la discriminación, fomentar la inclusión, ampliar la representación y empoderar a las personas afectadas por el edadismo. **Más de 50 asociaciones y organizaciones de Europa y América, así como 2000 personas a título individual, ya se han adherido al movimiento #StopEdadismo.**

M. M.: Por todo ello, en nuestra Memoria Anual de 2023 **hemos querido que las personas que hacen ASISPA todos los días -colaboradoras, trabajadoras, amigas, personas mayores, jóvenes, directoras, auxiliares...- se conviertan en activistas del movimiento #StopEdadismo.** Hemos pedido que alcen su voz contra una injusticia monumental.

E. S.: En las páginas de esta memoria, algunas de ellas **muestran su apoyo a este movimiento internacional,** ofreciendo reflexiones, herramientas o consejos para acabar con las actitudes que hacen del edadismo la tercera causa de discriminación más común en el mundo.

M. M.: Gracias a todas ellas, y gracias a todas las personas que con su esfuerzo diario hacen de este mundo un lugar más justo. Estamos construyendo una sociedad mejor para todos.

E. S.: Exactamente, Manuel. Gracias a todos y a todas por estar aquí y por su continuo apoyo. **Seguimos avanzando en nuestra misión.**



ASISPA +40 años
Atención a Personas

Memoria Anual 2023

Índice

La entidad en cifras... pág. 6

Junta Directiva y organigrama... pág. 7

Calidez y calidad... pág. 8

Nuestros servicios:

- **Teleasistencia...** pág. 10
- **Ayuda a Domicilio...** pág. 26
- **Centros de Día...** pág. 50
- **Residencias y Centros Integrados...** pág. 92
- **Inclusión Social...** pág. 108
- **Formación y capacitación...** pág. 128

Responsabilidad Social... pág. 142

La entidad en cifras

Estos son los datos más relevantes de ASISPA en 2023. Detrás de cada número, de cada resultado, hay una persona... Y todas ellas son nuestra verdadera razón de ser.

145.083

Personas atendidas

105.391.102€

Facturación total en 2023

38.915,53€

Plan Social 2023

5.497

Profesionales trabajando en la entidad

107.109

Número total de horas de formación impartidas

92%

Porcentaje de satisfacción global de las personas usuarias

30.268

Plazas formativas

Nuestro organigrama

A continuación se muestra la estructura interna de ASISPA en una representación visual clara de la jerarquía y los rangos de todas las personas, trabajos y áreas que conforman nuestra entidad.

La Administración y gobierno de la Asociación ASISPA se realiza a través de los siguientes órganos:



Asamblea

Junta Directiva

La Junta Directiva es el órgano de representación, disposición y gestión de la Asociación. Durante el año 2023 la composición de la Junta Directiva fue la siguiente:

Presidente
D. Manuel Monteserín Fernández

Vicepresidente
D. Acisclo Alberto Redondo García

Tesorero
D. Ramón Sánchez-Guardamino

Secretaria
Dª. María Luisa Junquera Fernández

Vocales
D. Ángel Pedro Aguado Jiménez
D. Constantino Lora Quirós
Dª. Begoña Elorrieta Echevarría
Dª. Felisa Recarte Goldaracena
Dª. Magdalena Sánchez Astillero

Relaciones Institucionales y Voluntariado

Secretaría Técnica

Recursos Humanos

Economía y Finanzas

Calidad, Medio Ambiente y Prevención

Innovación y Tecnología

Formación y Capacitación

Residencias e Integración Social

Centros de Día

Ayuda a Domicilio

Teleasistencia



Áreas y Departamentos

Dirección y Subdirección General

Desde aquí se diseñan las Áreas y Departamentos y los equipos profesionales de gestión que conforman la estructura organizativa de la entidad.



Nuestra actividad diaria en 2023

Calidad y Calidez

La calidad no solo está en nuestro desempeño, es nuestra razón de ser. El Sistema de Gestión de la Calidad implementado en todos los servicios y centros de ASISPA, de acuerdo a las Normas ISO 9001 y UNE de la serie 158000 y a las directrices de la Dirección General, vela para mantener vigente las certificaciones de todas las normas y protocolos que nos hacen ser una entidad referente en la atención a personas.

En 2023 se ha realizado la auditoría de RENOVACIÓN del sistema de gestión de la calidad en los distintos servicios/ centros, según los requisitos de la norma UNE-EN ISO 9001:2015.

- Se mantiene la certificación nº 1.096.0902, según la norma UNE-EN ISO 9001:2015 para ASISPA
- Se mantiene la certificación nº 1.1682.09, según la norma UNE-EN ISO 9001:2015, para el Diseño e impartición de actividades formativas en el ámbito socio-sanitario tanto en la Asociación como en Fundación ASISPA.

También se ha realizado la **Auditoría de Renovación de la certificación de las normas de prestación de Servicios para la Promoción de la Autonomía Personal y de Atención a las Personas en situación de Dependencia** UNE 158000, implantadas en cada servicio/centro.

- Norma 158101:2015 en Centros Residenciales y con Centro de Día integrado.
- Norma 158201:2015 en los Centros de Día.
- Norma 158301:2015 en el Servicio de Ayuda a Domicilio. Rehabilitación médico-funcional (fisioterapia y terapia ocupacional) y Atención psicosocial.
- Norma 158401:2019 en el Servicio de Teleasistencia.

Prevención de Riesgos laborales:

En 2023 se han llevado a cabo la Certificación norma **UNE-EN ISO 45001:2018 Sistemas de Gestión de la Seguridad y Salud en el trabajo y la ISO 45001:2018 Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.** Con fecha 21 de diciembre de 2023 en todos los centros y servicios de ASISPA y entidades participadas. Además se realizó la **Auditoría Legal Reglamentaria del Sistema de Prevención** (Según lo establecido en el Real Decreto 39/1997 del Reglamento de Servicios de Prevención) con fecha 29 de diciembre 2023 para las nuevas entidades participadas.

Calidad Medioambiental:

Con fecha 21 de diciembre de 2023 se realizó la **Auditoría del Sistema de Gestión Ambiental según norma ISO 14001 en las áreas de Teleasistencia, Servicio de Ayuda a Domicilio y Servicios Centrales.**

Ética Social:

El 30 de enero de 2023, Óscar Álvarez López, Director general de Atención al Mayor y a la Dependencia de la Comunidad de Madrid, dicta resolución de Acreditación del Comité de Ética Asistencial en Residencias y Centros de Día para personas mayores: **Comité de Ética-Social de ASISPA.**

A continuación recogemos el porcentaje global de las encuestas de satisfacción realizadas entre personas usuarias y familiares.

Personas usuarias:

92% **La media de satisfacción global en el año 2023 se mantiene en niveles altos.**

Por área, la encuesta arroja los siguientes datos: Ayuda a Domicilio **97%,** Teleasistencia **95%,** Centros Residenciales **90%** y Centros de Día **87%.**

Familiares:

90% **Media de satisfacción global en el año 2023 en la encuesta a las familias.**

En cuanto a las áreas, la encuesta arroja los siguientes datos: Teleasistencia **92%,** Centros Residenciales **92%** y Centros de Día **87%.**

Escanea este código QR con tu dispositivo móvil para acceder al catálogo completo de Certificaciones de Calidad y Excelencia de ASISPA



Nuestra actividad diaria en 2023

Teleasistencia

El área de Teleasistencia de ASISPA facilita atención y apoyo personal continuo, al permitir que la persona contacte en cualquier momento con un centro de atención especializado, permanentemente activo las 24 horas de los 365 días del año y dotado de profesionales capacitados/as para dar respuesta a la situación presentada.

Desde 1993, el área de Teleasistencia de ASISPA ofrece atención inmediata las 24 horas del día durante los 365 días del año. Fusionamos tecnología y profesionales para conectar a las personas usuarias con el Centro de Atención, desde el que se atienden de forma permanente las necesidades surgidas en el domicilio y se coordinan las actuaciones de apoyo de los diferentes equipos: psicología, unidad móvil, contacto telefónico, terapia ocupacional, coordinación, etc...

Un gran crecimiento

2023 ha sido un ejercicio importante, en el que ASISPA ha renovado su contrato para seguir prestando el **Servicio de teleasistencia del Ayuntamiento de Madrid** y se ha adjudicado en colaboración con la cooperativa catalana Suara la **gestión del servicio en el Ayuntamiento de Barcelona.**

Dos hitos que suponen un gran reto y que nos convertirán en una de las entidades de nuestro país con mayor número de personas atendidas por teleasistencia.

Calidad y acreditaciones

El área de Teleasistencia ostenta en 2023 las siguientes acreditaciones:

- Sistema de Gestión de Calidad, conforme a la norma internacional UNE-EN ISO 9001
- Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo que cumple con la norma UNE-EN-ISO 45001
- Sistema de Gestión Ambiental acorde a la UNE-EN- ISO 14001
- Prestación de Servicio conforme a la Norma UNE 158401:2019 Servicios para la promoción de la autonomía personal. Gestión del servicio de teleasistencia.

45.455

personas han sido atendidas en el área de teleasistencia de ASISPA en 2023.

El perfil de la persona beneficiaria del servicio de teleasistencia es:

mujer **74%**

Su edad media es de **84** años

72% vive sola

En cuanto a su autonomía e independencia:

42% Mayor de 85 años.

32% Autonomía para actividades instrumentales.

60% Independencia funcional.

20% Dependencia funcional grave o total.

Algunas cifras de las acciones y actividades desarrolladas en 2023:

45.455

Personas atendidas

346.143

Llamadas atendidas

1.697.678

Llamadas emitidas **65%** de seguimiento personal

72.492

Emergencias gestionadas **25%** fueron caídas

24.724
Intervenciones domiciliarias UAD en emergencia

1.289
Solicitudes de orientación psicológica

71.990
Movilizaciones realizadas

9.180
Visitas de valoración por coordinadora

2.771
Informes derivados a servicios sociales

1.434
Valoraciones terapia ocupacional

2.617
Guías temáticas entregadas

743
Personas cuidadoras atendidas

335
Consultas jurídicas

13
Talleres formativos

14
Actividades socioculturales y participativas

Lenguaje y edadismo



Cambiar el lenguaje para que todo cambie

El concepto de Edadismo implica la existencia de creencias y prejuicios hacia las personas mayores. Esa imagen social influye en las personas mayores y la hacen suya, lo que repercute negativamente en su bienestar, ya que genera un impacto negativo sobre su autoestima.

La infravaloración de sus capacidades físicas y cognitivas puede favorecer precisamente la pérdida de la independencia, generar depresión y acelerar el deterioro cognitivo, aumentar el riesgo de soledad y aislamiento y una mayor inseguridad.

En general, se asocia a las personas mayores con una pérdida de capacidades físicas y mentales y con una falta de utilidad. Quizá todo ello venga del desconocimiento, porque cuando en los encuentros intergeneracionales las personas de distintas edades interactúan entre si, siempre la reacción es positiva. Y quedan gratamente sorprendidas.

Es cierto que, con los años, se pierden algunas cosas, pero también se ganan otras. Debemos contemplar el envejecimiento como una etapa más de la vida y reflexionar porqué ponemos etiquetas negativas a las personas mayores, pero no valoramos todo lo positivo que pueden aportar. **Muy probablemente, rechazamos a las personas mayores, porque no queremos envejecer.**

Propuestas que deberíamos poner en marcha para decir #StopEdadismo:

- **Procurar que se conozca la realidad de las personas mayores.** Son personas con años y tienen una experiencia mucho mayor que las jóvenes.
- **Empezar por cambiar el lenguaje,** que cuando lo escuchemos nos sorprenda y lo rechacemos.
- **Es importante contribuir desde todos los sectores,** en mejorar la calidad de vida de las personas mayores, lo que conlleva derribar mitos en torno a la tercera edad.
- **Educar, concienciar y sensibilizar a la sociedad,** al igual que lo hacemos con los derechos de las mujeres o del racismo. Debemos hacer pedagogía con personas de todas las edades para erradicar la discriminación por edad.
- **Revisar** nuestros comentarios y nuestras actitudes con las personas mayores.
- **Revisar nuestro lenguaje paternalista y nuestro comportamiento discriminatorio,** porque ninguneamos la capacidad de decisión de las personas sólo porque tienen más edad que nosotros.
- **Revisar los comentarios, las actitudes y los comportamientos que tenemos.** Si analizáramos nuestro comportamiento con las personas mayores, nos daríamos cuenta que discriminamos varias veces al día.
- **Fomentar el contacto de personas mayores con jóvenes** para reforzar vínculos y mejorar la percepción que la juventud tiene de las personas mayores.
- **Poner el foco de atención en las capacidades de la persona,** centrarnos en aquello que hacen bien.
- **Estimular sus habilidades y fomentar su autonomía personal.** Dejar de utilizar un lenguaje infantilizado y la sobreprotección.
- **Reconocer su capacidad de toma de decisiones** personales y respetar su intimidad.
- **Es responsabilidad de toda la sociedad transmitir una imagen positiva y realista del envejecimiento** con el objetivo de mejorar la percepción del envejecimiento activo y saludable, que redundará en una vida volcada hacia el futuro.

Y un añadido final, que nos servirá para amplificar el mensaje: **Sensibilizar, contar y difundir son las mejores herramientas para poner fin a una de las causas de marginación más comunes en el mundo, la discriminación por la edad.**

En ASISPA lo decimos alto y claro:

#STOPED

DADISMO

Personas colaboradoras, trabajadoras, amigas, usuarias... un nutrido grupo de nuestra gran familia ha alzado su voz contra una injusticia monumental.

En las siguientes páginas, algunas de ellas muestran su apoyo a este movimiento internacional a la vez que nos ofrecen una reflexión, una herramienta o un consejo para acabar con las actitudes que hacen del edadismo la tercera causa de discriminación más común en el mundo.

Delia Esteban Villamarín
Responsable del Equipo de Atención Psicosocial
Area de Teleasistencia

"Imagina un álbum de música con una sola canción: ¡sería monótono y aburrido! Lo mismo sucede en el trabajo: promover la diversidad de edades es como tener un disco lleno de éxitos de diferentes décadas.

Al tener personas de todas las edades en el equipo, obtenemos una mezcla vibrante de ideas, habilidades y experiencias. Es como tener un playlist variado que nos mantiene motivados y en sintonía. ¡La diversidad de edades no solo enriquece nuestro ambiente laboral, sino que también nos ayuda a combatir el edadismo!".

Montse Sanz Bernabé
Coordinadora
Area de Teleasistencia

"No te quedes callada. Abre espacios de diálogo, facilita conversaciones abiertas y honestas sobre el edadismo y sus efectos, creando oportunidades para aprender y crecer como comunidad".

Fabi Espinosa Valdivia
Operadora
Area de Teleasistencia

"Mantén una mentalidad abierta y dispuesta a aprender y crecer en todas las etapas de la vida".

Alejandra Aguado de Pedro
Operadora
Area de Teleasistencia

"Reflexiona sobre tus propios prejuicios: toma conciencia de cualquier sesgo o estereotipo relacionado con la edad que puedas tener y trabaja para desafiarlo".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Verónica Santervas Blasco
Coordinadora
Area de Teleasistencia

“Debate. Organiza grupos de discusión sobre edadismo. Reúne a personas de diferentes edades para hablar sobre sus experiencias con la discriminación por edad y explorar formas de abordar este problema en la sociedad. **Hablando se entiende la gente”.**

Marta De la Torre
Coordinadora
Area de Teleasistencia

“El microedadismo se trata del edadismo que se da en pequeñas dosis, casi sin darnos cuenta.

Comentarios, actitudes o acciones que pasan desapercibidos, a menudo son socialmente aceptados, pero que tienen un impacto negativo en la forma en que percibimos y tratamos a las personas de diferentes edades. **#StopMicroEdadismos**

Sonia Zapico Díaz
Directora
Area de Teleasistencia

“El edadismo autoinfligido ocurre cuando interiorizamos los estereotipos relacionados con la edad y los dirigimos hacia nuestra propia persona. Es como si empezáramos a limitarnos debido a nuestra edad. Un fenómeno que va a socavar nuestra autoestima y a limitar nuestras aspiraciones. Reconocer este proceso interno es el primer paso para contrarrestarlo y librarnos de sus efectos negativos”.

Marga Sanchez Seco
Operadora
Area de Teleasistencia

“Una herramienta poderosa para combatir el edadismo es dejar de asociar automáticamente la vejez con la enfermedad. Es importante resaltar que el envejecimiento puede ser una etapa de la vida llena de satisfacción y plenitud. Al cambiar nuestra percepción y destacar el envejecimiento satisfactorio, desafiamos los estereotipos negativos sobre la vejez”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Lucía Sánchez Marchante
Supervisora
Area de Teleasistencia

"Desmitificar la eterna juventud. No deberíamos juzgar a las personas por no encajar en los estándares de belleza establecidos. Es hora de derribar la idea de que la juventud es la única forma de ser valiosas".

Manuel Monteserín Fernández
Presidente
ASISPA

"El concepto de edadismo implica la existencia de creencias y prejuicios hacia las personas mayores y genera un impacto negativo sobre su autoestima.

Un gran paso adelante para acabar con esta situación consiste en revisar nuestras actitudes cotidianas.

Si observamos detenidamente nuestro comportamiento con las personas mayores nos daremos cuenta que discriminamos varias veces al día".

Rebeca Muñoz García
Jefa de Contabilidad
Departamento Financiero

"Promueve la autoestima positiva.

Ayudar a las personas a sentirse valoradas y empoderadas independientemente de su edad, fomentando una cultura de respeto y aceptación".

Mila Gumiel Gutiérrez
Supervisora
Area de Teleasistencia

"Sé un modelo a seguir. Actúa de manera inclusiva y respetuosa en tus interacciones diarias, inspirando a otras personas a hacer lo mismo y construyendo un mundo más justo y compasivo para todas las edades".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Rocío Costa Barroso
Supervisora
Area de Teleasistencia

“No te limites; rechaza los estereotipos asociados a la edad, desafía las expectativas y demuestra tu valía y defendiendo tus derechos en nuestra sociedad.”

Elizabeth Otalvaro Marín
Operadora
Area de Teleasistencia

“Vasos comunicantes; facilita el intercambio de conocimientos y experiencias entre personas de diferentes edades para promover el aprendizaje mutuo y el crecimiento personal y profesional”.

Esther Rosell López
Coordinadora
Area de Teleasistencia

“Rechaza los estereotipos por edad y desafía las expectativas que otros tienen de ti.

Haz oír tu voz y defiende tus derechos, el edadismo no debe tener cabida en nuestra sociedad”.

Gema Acevedo Ciudad
Coordinadora
Area de Teleasistencia

“Es importante que compartas tus experiencias para inspirar a otras personas a desafiar el edadismo. Tu historia, tu manera de contarla puede ser un instrumento poderoso para cambiar percepciones y promover una cultura más inclusiva y respetuosa.”


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO



Nuestra actividad diaria en 2023

Ayuda a Domicilio

El Servicio de Ayuda a Domicilio, tiene como misión, permitir el mantenimiento en el propio medio de aquellas personas y/o familias que sufren algún tipo de dependencia o alguna limitación en su nivel de autonomía funcional, sea ésta de carácter temporal o permanente y también dar apoyo social a aquellas familias en situación de falta de autonomía, dificultades de desarrollo o con problemáticas familiares especiales. Este servicio no es sólo una alternativa a la institucionalización, sino un sistema de apoyo al bienestar social de las personas en su propio medio/entorno.



En 2023 se han atendido a 27.438 personas por medio del Servicio de Ayuda a Domicilio del Ayuntamiento de Madrid, concretamente en 8 Distritos: Hortaleza, Barajas, Chamartín, Salamanca, Tetuán, Fuencarral, Ciudad Lineal y Chamberí.

Por otro lado, hemos prestado también Servicio de Ayuda a Domicilio en dos Mancomunidades de la Comunidad de Madrid, concretamente: **Mancomunidad THAM (Torrelodones, Hoyo de Manzanares, Alpedrete y Moralzarzal), Mancomunidad de la Vega del Guadalix (Pedrezuela, El Molar, Guadalix de la Sierra y San Agustín de Guadalix).**

También en 2023 se ha prestado el Servicio de **Ayuda a Domicilio en el municipio de Rivas Vaciamadrid.**

En el ámbito privado, además de la ayuda a domicilio, se ofrecen prestaciones complementarias de servicios especializados del tipo de fisioterapia, podología y peluquería.

28.267

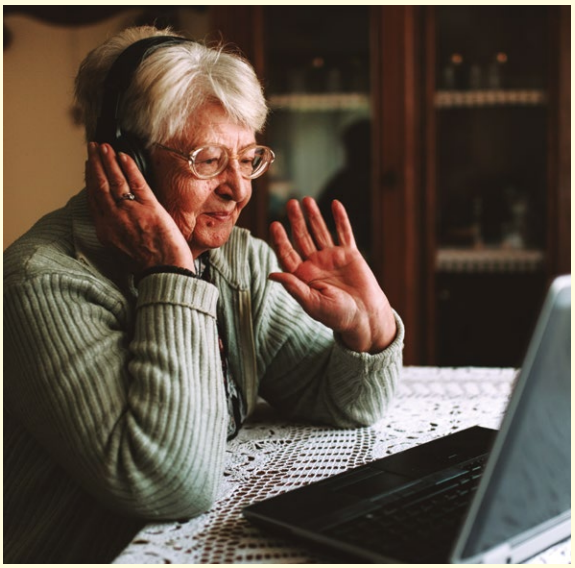
personas han sido atendidas por el Servicio de Ayuda a Domicilio en ASISPA en 2023.

75% son mujeres.

La edad media de las personas mayores atendidas es de: **86** años.

El Área de Ayuda a Domicilio de ASISPA ha gestionado en 2023 otros servicios y programas innovadores que destacamos a continuación:

- **Servicios de apoyo psicológico a personas mayores y/o en situación de vulnerabilidad social** en el Municipio de Paracuellos de Jarama y en el Distrito de Barajas del Ayuntamiento de Madrid.
- **Terapia Ocupacional a domicilio** en el Distrito de Salamanca del Ayuntamiento de Madrid.



- **Ruptura de la brecha digital en personas mayores y en personas en situación de vulnerabilidad.** ASISPA ha realizado una apuesta por apoyar en este sentido a las administraciones locales y en 2023 hemos gestionado servicios de capacitación digital en los distritos madrileños de Salamanca y Barajas.
- **Servicios de Asistente Personal o interpretación de lengua de signos para alumnos/as con discapacidad y/o problemas motóricos** en las siguientes universidades: Alcalá de Henares, Juan Carlos I y Pontificia de Comillas-

Romper la brecha digital

Para mejorar la comunicación de las personas mayores usuarias de Servicios Sociales con la Administración Pública, los bancos y los Centros de Salud, nace BARAJAS SIN BRECHA DIGITAL. Un proyecto de Capacitación Digital gestionado por ASISPA y dirigido a personas del distrito de Barajas para capacitar en el uso de aplicaciones móviles, redes sociales, internet y trámites digitales principalmente a socios/as de los Centros Municipales de Mayores y Servicios Sociales a través de un completo programa de asesoramiento individual, realización de talleres y sesiones formativas grupales.

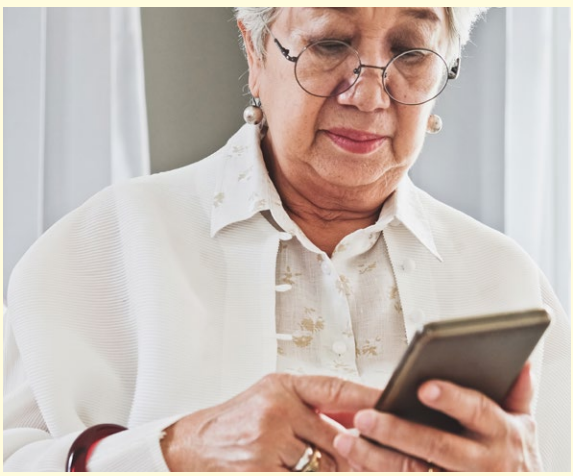
Se promueve así la autonomía de las personas con herramientas digitales de cara a su participación en la sociedad de la información. Asimismo, se acercan las nuevas tecnologías a las personas como forma de ocio y medio de comunicación.

Entre el 1 de septiembre y el 31 de diciembre de 2023, han sido un total de 115 personas las atendidas en diversas modalidades como asesoramiento individual digital, laboral, talleres grupales o píldoras formativas. El proyecto continuará durante el año 2024.

- En el servicio de **asesoramiento individual** se atienden las dudas respecto al DNI electrónico, el certificado digital, trámites con el IMSERSO, citas sanitarias y gestiones bancarias básicas. En los talleres grupales se imparten conocimientos teóricos y prácticos de forma dinámica y participativa.

- **Mensualmente, se ofrecen píldoras formativas de utilidad.** Por otra parte, se ofrece asesoramiento individual en el ámbito laboral, como búsqueda de empleo o elaboración de un currículum. Desde este proyecto también se ha participado en varias actividades comunitarias como Halloween o en Navidad.
- En cuanto a los **talleres grupales, donde se han atendido a 52 personas,** también destaca la más alta participación de mujeres respecto a hombres. En este caso las personas participantes más asiduas eran **las de edades comprendidas entre los 70 y los 79 años.**
- Respecto al **asesoramiento laboral, las mujeres han copado el 71.4% de las consultas,** la mayor parte de ellas entre los 40 y los 49 años y su motivo más frecuente ha sido la búsqueda de empleo (61%).

Una vez analizados los cuestionarios de evaluación sobre el asesoramiento individual, tanto en lo digital como en lo laboral, se constata que el 100% de las personas atendidas han resuelto el motivo de su consulta y volverían a utilizar el servicio y lo recomendarían a personas de su entorno. Igualmente, en cuanto a los talleres grupales, el total de los encuestados/as afirman que el taller ha cubierto adecuadamente sus expectativas.



Orientación psicológica a personas en soledad

La soledad no deseada es vivida con gran malestar por las personas mayores. Este servicio tiene como objeto proporcionar orientación psicológica a estas personas en situación de vulnerabilidad, con sintomatología depresiva, ansiedad por diferentes causas que provocan aislamiento y soledad. Se trata de fomentar la autonomía y su independencia, así como su adaptación y participación en la vida social. Así mismo, se han llevado a cabo diversas actuaciones de prevención y sensibilización a través de dinámicas grupales.

El servicio, ejecutado desde marzo a diciembre de 2023 para el Ayuntamiento de Paracuellos del Jarama, ha atendido a 32 personas. Por su parte, en los talleres grupales, el equipo profesional de ASISPA atendió a 16 personas.

Las personas usuarias de este servicio se han podido beneficiar de técnicas como **la escucha activa y empática, la validación emocional, la psicoeducación, la comunicación asertiva, la relajación o terapias como la reestructuración cognitiva. Los perfiles tratados han sido variados, tratándose casos de personas en duelo, con problemas paterno-filiales, trastornos de ánimo y ansiedad, o trastornos adaptativos** por

situaciones traumáticas entre otros. Todas ellas situaciones de riesgo que pueden desembocar en una situación de soledad no deseada que, a su vez, puede generar problemáticas mayores.

Los talleres grupales se han llevado a cabo en el Centro de Mayores y Área de Servicios Sociales de Paracuellos. En sesiones semanales de una hora y media se han tratado temas como las habilidades sociales y la inteligencia emocional, la relajación y mindfulness, el envejecimiento activo o el duelo, mediante casos prácticos y dinámicas colectivas.

Quienes más han utilizado este servicio, tanto en el apoyo individual como en el grupal, han sido las **mujeres, en concreto entorno al 86%. Han sido un total de 180 sesiones individuales que han dado como resultado un alto grado de satisfacción de los usuarios/as por la atención profesional recibida.** Igualmente, los talleres grupales han sido del agrado de todos/as las participantes, cubriendo el 100% de sus expectativas.



Terapia ocupacional para mayores

Este servicio de Terapia Ocupacional para personas mayores, de titularidad pública, Ayuntamiento de Madrid, comenzó su andadura en diciembre de 2020 a través del Plan de Atención en la Persona, donde cada usuario/a participa de manera activa en el establecimiento de los objetivos y se sitúa en el centro de la evaluación y la intervención.

Durante el 2023 se atendieron a un total de 128 personas, en las dos modalidades: de manera individual -83 personas atendidas en domicilio durante 60 minutos cada sesión- y grupal, 45 personas usuarias, en los CMM La Guindalera y Maestro Alonso cada semana durante una hora y media.

El objetivo de la terapia ocupacional es potenciar al máximo las capacidades de la persona en todas las dimensiones (física, cognitiva y social), evitando el declive funcional y favoreciendo la máxima independencia y autonomía en la realización de las actividades de la vida diaria. De esta manera se intenta mantener a la persona dentro de su propio entorno el mayor tiempo posible.

Entre las personas atendidas destacan en un 60% las que tienen algún tipo de limitación neurológica y en menor medida (el 33%) aquellas que presentan déficit motor o físico.

El servicio ha implementado catorce programas de intervención, entre ellos el de actividades en la vida diaria, protección de articulaciones, prevención de caídas,

conservación de la mecánica corporal o intervención psicomotriz, sin olvidar un programa específico sobre ocio y tiempo libre, el de ergoterapia, atención a cuidadores o el de manejo de nuevas tecnologías.

Se han utilizado recursos variados como material de estimulación cognitiva: mosaicos secuenciales, secuencias motrices, seriaciones, material para la motricidad y la gerontogimnasia como bolas, esterillas, formas, ábacos... o el necesario para la psicoestimulación: juegos de contrastes, diferencias, quizzers, juegos grupales, etc.

Se ha participado hasta en cinco Mesas de Mayores vulnerables y se han podido ofrecer mejoras como visitas al Museo del Traje o la salida anual al Teatro.

Entre los datos, es de destacar que **las mujeres han constituido casi el 70% de las personas atendidas, frente a poco más del 30% de los hombres.**

Apoyo psicológico municipal

Este servicio tiene como objeto el apoyo psicológico a personas y familias en situación de dificultad social y proceso de intervención en Atención Social Primaria.

En 2023 se ofreció este servicio en el madrileño distrito de Barajas durante los dos últimos meses del año, en los cuales se atendió a un total de 84 personas a través de la atención psicológica individual (41 personas), talleres grupales (10 personas) y píldoras formativas (34 personas).

Se trata de ofrecer un espacio terapéutico a las personas del distrito de Barajas que se encuentren en situación de crisis, problemas emocionales, procesos de duelo, aislamiento en soledad o sobrecarga por el cuidado de familiares dependientes o enfermos. En este espacio, se facilita y promueve el acceso a recursos especializados, se orienta a las familias y se trata de mejorar los conocimientos sobre salud mental entre la población. **La prevención y la detección temprana de trastornos mentales, así como la disminución de estigmas asociados a ellos** es fundamental para favorecer la inclusión de quienes las padecen.

El servicio cuenta con varios tipos de intervenciones. **En la intervención individual se busca el protagonismo de cada persona, atendiendo a sus capacidades y personalidad,** pero siempre bajo un enfoque integrador. Se le evalúa para un diagnóstico adecuado, se plantea una acción terapéutica y se desarrolla el tratamiento hasta el cierre del caso.

En los talleres grupales se ofrecen dinámicas prácticas y participativas para la gestión de emociones y el desarrollo de la autoestima en las mujeres. En los Centros de Mayores de Teresa de Calcuta y Acuario se han impartido dos formaciones sobre "¿Cómo sobrevivir emocionalmente a la Navidad?". Desde la perspectiva comunitaria, el 25 de noviembre, Día contra la Violencia de Género, se realizó una actividad creativa y de sensibilización por parte de todo el equipo de Servicios Sociales.

Las mujeres atendidas fueron de entre el 80 y el 90% del total de personas usuarias en lo que a atención psicológica individual y grupal se refiere. Los casos más frecuentes fueron debidos a una crisis vital y a duelo, destacando también 5 casos de violencia de género.

Edadismo
y tecnología



Capacitación digital contra la exclusión

En una era totalmente marcada por los avances en la tecnología y una gran dependencia a los dispositivos, el papel de las personas mayores y la ruptura de la brecha digital ha cobrado un sentido fundamental en el trabajo que desempeñamos.

De estos principios nace directamente #StopBrechaDigital, un Proyecto de Capacitación Digital creado por ASISPA y dirigido a personas mayores para acercarlas y conectarlas a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación.

#StopBrechaDigital nace para combatir el edadismo con el aprendizaje, uso y manejo de las nuevas tecnologías. La iniciativa pretende generar y promover la autonomía y la independencia de las personas mayores dotándoles de herramientas digitales accesibles; acercar las nuevas tecnologías a estas personas para que sean utilizadas como una alternativa al ocio, al tiempo libre y como medio de comunicación con las demás; combatir la soledad no deseada y promover la interacción con otras generaciones para el intercambio de conocimientos y experiencias.

En 2023 se han impartido desde nuestra entidad, a petición del ayuntamiento de Madrid, programas de capacitación digital en dos distritos de la capital: Salamanca y Barajas en los que se han formado casi a medio millar de personas.

El aprendizaje, no sólo proporciona herramientas a las personas usuarias para poderse comunicar o simplificar las tareas del día a día si no que representa socialmente un desafío cara a cara contra el edadismo; un prejuicio que se desmorona cuando observamos cómo las personas mayores se sumergen en el mundo digital a través de sus smartphones con la misma o mayor ilusión con la que lo hacen las generaciones más jóvenes.

Son muchos los estereotipos ligados a la capacidad de aprendizaje de los mayores, por lo que es increíble verles en el aula y conocer de primera mano que no son ciertos, que ni la tecnología, ni el aprendizaje entienden de edades y que los mayores más que nunca luchan por adaptarse a un entorno desconocido y poco reconocido para ellos. El acceso a la tecnología nos empodera como una forma de participación social, aumentando la independencia y la autonomía, brindando un sentido de pertenencia y relevancia en una sociedad donde nos hemos olvidado de los mayores.

"Mis hijos no me enseñan a utilizar el teléfono, cuando tengo dudas me lo hacen ellos, pero yo lo que quiero es aprender" Esta en sin duda, la frase más repetida por las personas mayores que acuden a los talleres y tutorías del programa # StopBrechaDigital y es algo que nos entristece enormemente. Las creencias o suposiciones de que los mayores no son capaces de aprender sobre nuevas tecnologías, la falta de paciencia o de tiempo es todo aquello por lo que luchamos para deconstruir con este proyecto, es por ello que tantas personas acuden a consultarnos en citas individuales o a través de nuestros talleres, ya que, encuentran en estos espacios un lugar seguro y libre de prejuicios donde se reconoce la cultura del aprendizaje y el respeto a las generaciones.

La nueva era de la tecnología es un acto de resistencia contra el edadismo, una afirmación a la capacidad de adaptación de los y las mayores, de crecer y contribuir, de evolucionar y educar. En esta era ya es tiempo de reconocer y celebrar su papel como se merecen.

María García Balsa
Coordinadora
Distrito Chamberí
Area de Ayuda a Domicilio

"Pelea contra cualquier tipo de discriminación por edad, ya sea en el trabajo o en tu grupo de amigos. No dejes que traten injustamente a nadie por cuántos años tiene".

M. Fuencisla Francisco Vargas
Coordinadora
Red de Municipios
Area de Ayuda a Domicilio

"Respeto y mirada crítica... Cuestiona los mensajes en las redes que perpetúan el edadismo. Exige representaciones justas y respetuosas de todas las edades en los medios de comunicación".

Mercedes Gil Moreno
Coordinadora
Distrito Tetuán
Area de Ayuda a Domicilio

"Enséñale al mundo sobre el edadismo y abre la mente. La ignorancia alimenta la discriminación; el conocimiento fomenta la inclusión".

Bárbara Beltrán Martos
Coordinadora
Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Necesitamos políticas inclusivas que protejan a todas las edades. El acceso equitativo a los recursos y servicios es fundamental para una sociedad más justa".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Andrea Calvo San Miguel
Administración
Area de Ayuda a Domicilio

"Desafiar los prejuicios y reconocer el potencial ilimitado de todas las edades. Acabar con el edadismo con compasión y empatía".

Fátima Rosas Gómez
Responsable de Coordinación
Area de Ayuda a Domicilio

"Reconocer y desafiar tus propios prejuicios hacia las personas de diferentes edades. La autoreflexión es el primer paso hacia el cambio".

Nerea Desireé Martínez Magdaleno
Coordinadora Distrito Fuencarral
Area de Ayuda a Domicilio

"Mezcla. Fomenta la inclusión intergeneracional. Las relaciones entre diferentes edades fortalecen los lazos comunitarios y rompen barreras".

Alberto González Blanco
Coordinador Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Sensibilización. Educar sobre el edadismo y promover la comprensión. La ignorancia alimenta la discriminación; el conocimiento fomenta la inclusión".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Natalia Santa-Olaya Gil
Coordinadora
Distrito Chamartín
Area de Ayuda a Domicilio

"Compromiso. Si nos unimos, podemos hacer que todas las edades sean valoradas y tratadas con respeto en este mundo".

Esther Villaba Talavera
Coordinadora
Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Motiva a otros y a otras a unirse en la batalla contra el edadismo. El cambio empieza con la conciencia y la acción conjunta".

Beatriz Pachón García
Ayudante de Coordinación en Municipios
Area de Ayuda a Domicilio

"Cortemos de raíz el edadismo educando a las personas más jóvenes sobre la importancia del respeto e inclusión hacia todas las edades".

María Fernández Carrillo
Psicóloga
Area de Ayuda a Domicilio

"Cada edad tiene lo suyo. Reconocer la contribución única de cada generación. La experiencia no tiene fecha de caducidad; es un tesoro que enriquece a toda la sociedad**".**


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Vanesa Fernández Zapata
Terapeuta Ocupacional
Area de Ayuda a Domicilio

“Creo en el poder de la sensibilización y la difusión para derribar barreras y acabar con el edadismo. Cada conversación, cada historia compartida, nos acerca un paso más hacia una sociedad donde todas las edades sean valoradas y respetadas”.

Patricia Sánchez Martín
Operadora de Centralita
Area de Ayuda a Domicilio

“El poder de la edad. No subestimes el potencial de las personas mayores. La sabiduría acumulada a lo largo de los años es un recurso invaluable para la sociedad”.

Rosa Lavisier Rico
Coordinadora
Distrito Fuencarral
Area de Ayuda a Domicilio

“Haz del respeto hacia todas las edades una prioridad en tu vida cotidiana. Los pequeños actos diarios pueden marcar una gran diferencia en la lucha contra el edadismo”.

Lucía de Castro de la Gándara
Ayudante de Coordinación
Distrito Chamartín
Area de Ayuda a Domicilio

“Rómpele el molde a esos estereotipos y celebra la diferencia. Todos somos únicos, no dejes que te pongan una etiqueta por tu fecha de nacimiento”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Alicia Bayón Alvarez
Ayudante de Coordinación
Distrito Tetuán
Area de Ayuda a Domicilio

"Atiende a lo cotidiano. Cada acto, por pequeño que sea, puede marcar una gran diferencia en la búsqueda de la no discriminación"

Daniél García Calderón Chavero
Técnico en acompañamiento digital
Area de Ayuda a Domicilio

Reducir la brecha digital es clave para eliminar la discriminación por edad. El acceso a la información y a las mismas oportunidades en línea, nos acerca a una sociedad sin edadismo".

Yolanda de la Fuente Macías
Administración
Area de Ayuda a Domicilio

"El respeto y la dignidad no tienen fecha de vencimiento. Defiende los derechos de las personas mayores con pasión y determinación".

Yolanda Angélica López Martínez
Operadora de Centralita
Area de Ayuda a Domicilio

"El respeto hacia todas las edades debe ser un asunto serio en tu día a día. ¿Sabes? Con solo unos pequeños gestos de amabilidad, puedes ponerle freno al edadismo y hacer una gran diferencia en la vida de las personas".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Ana Mercedes Tapia Coronado
Ayudante de Coordinación
Distrito Ciudad Lineal
Area de Ayuda a Domicilio

"Reconoce la variedad en cada momento de la vida. Cada edad tiene su encanto y su importancia; no permitas que los prejuicios te impidan verlo".

Esther Moreno Sánchez
Coordinadora
Distrito Ciudad Lineal
Area de Ayuda a Domicilio

"Las conexiones entre diferentes edades fortalecen la comunidad y derriban barreras. Favorezcamos la mezcla entre generaciones".

Elena Martín del Campo Carnero
Coordinadora
Distrito Tetuán
Area de Ayuda a Domicilio

"Exijamos que se muestren todas las edades con justicia, equidad y respeto en los medios".

Mª Isabel Arroyo Esteban
Coordinadora
Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Escucha y valora las voces de las personas mayores. Sus historias y experiencias ofrecen lecciones valiosísimas para las generaciones futuras".


#STOPEDADISMO
Vintage Tales


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Irene Rodríguez Mínguez
Coordinadora
Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Educación, educación y educación... Rompe el ciclo del edadismo educando a las generaciones más jóvenes sobre el valor del respeto y la inclusión hacia todas las edades".

Tania Martin-Luengo
Coordinadora Distrito Hortaleza
Area de Ayuda a Domicilio

"Combate la discriminación por edad en todas sus formas. Desde el lugar de trabajo hasta el ámbito social, no al trato injusto basado en la edad".

María Villaba Talavera
Ayudante de Coordinación
Distrito Chamberí
Area de Ayuda a Domicilio

"No ignores la sabiduría de las personas mayores. Todo lo que han vivido es oro puro para las demás, ¿entiendes?"

Soledad Palos Triguero
Directora
Area de Ayuda a Domicilio

"Abogar por políticas inclusivas que protejan a todas las edades. Un acceso justo a recursos y servicios es esencial para una sociedad equitativa".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Claudia Ochoa Gómez
Coordinadora Distrito Fuencarral
Area de Ayuda a Domicilio

"Abraza la diversidad en todas las etapas de la vida. Cada edad tiene su belleza y su valía; no permitas que el edadismo te ciegue ante ello".

Verónica Bárcenas Cabada
Coordinadora Distrito Tetuán
Area de Ayuda a Domicilio

"Tú misma puedes ser un agente de cambio en la lucha contra el edadismo. Cada acción, por pequeña que sea, suma; puede marcar la diferencia en la promoción de la igualdad".

Elena Grifo García
Administración de Personal
Departamento de Recursos Humanos

"Apoyar las investigaciones sobre edadismo. Necesitamos programas que brinden fondos y respaldo a la investigación para entender cómo nos afecta el edadismo y cómo podemos luchar contra él".

Paula Alvarez del Manzano Panadero
Técnica en acompañamiento digital
Area de Ayuda a Domicilio

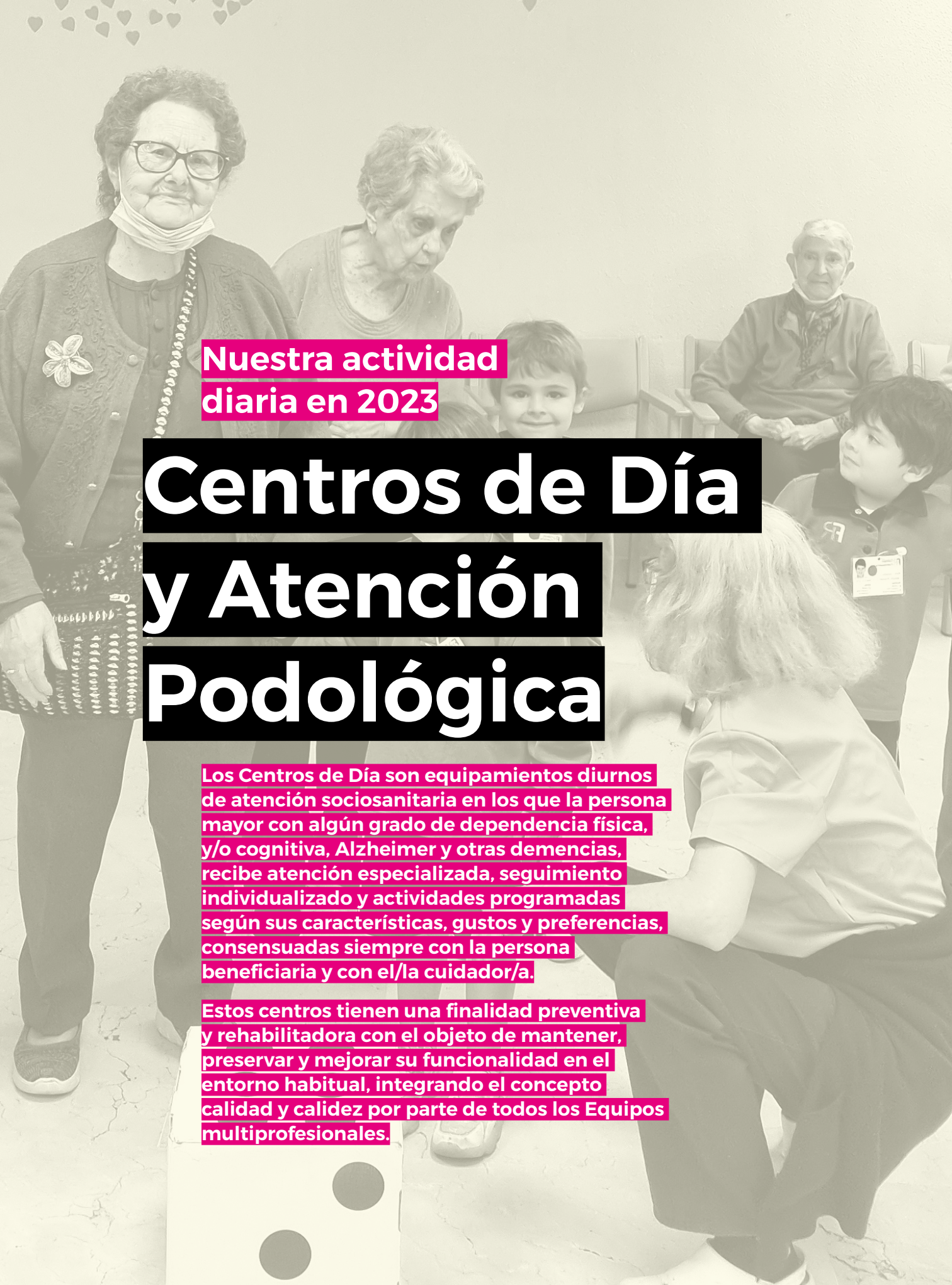
Fomenta ambientes inclusivos que celebren la diversidad de edades. Desde la sala de lectura de la bibilioteca hasta el centro de salud, crea espacios donde nadie se sienta de menos".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO



Nuestra actividad diaria en 2023

Centros de Día y Atención Podológica

Los Centros de Día son equipamientos diurnos de atención sociosanitaria en los que la persona mayor con algún grado de dependencia física, y/o cognitiva, Alzheimer y otras demencias, recibe atención especializada, seguimiento individualizado y actividades programadas según sus características, gustos y preferencias, consensuadas siempre con la persona beneficiaria y con el/la cuidador/a.

Estos centros tienen una finalidad preventiva y rehabilitadora con el objeto de mantener, preservar y mejorar su funcionalidad en el entorno habitual, integrando el concepto calidad y calidez por parte de todos los Equipos multiprofesionales.

Completan el Área de Centros de Día de nuestra entidad los siguientes servicios públicos: Servicio de Asesoramiento y Acompañamiento Psicosocial para Personas Mayores del Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid, Concejalía de Mayores; Servicio de Atención Podológica del Ayuntamiento de Madrid y Servicio de Actuaciones Socioculturales Complementarias de la Junta Municipal de Ciudad Lineal. **Los tres ofrecen cada año un servicio más consolidado y a un mayor número de personas.**

59.957

personas han sido atendidas durante 2023 en el Área de Centros de Día y Atención Podológica de ASISPA y entidades participadas.

71%

son mujeres.

Acuden con transporte facilitado por la entidad:

82%

77%

es mayor de 80 años.



Todas las actividades realizadas en los Centros de Día privados o municipales tienen como objetivo mejorar la calidad de vida en las personas participantes. A continuación hacemos un resumen de lo más destacado de 2023.

Actividades Intergeneracionales:

- **Presencialidad**. En el CDM Pablo Casals se retomaron de forma presencial los encuentros con los/as alumnos/as del Colegio Nazaret que en los últimos años habían sido virtuales y por correo postal. Se llevaron a cabo diversos talleres de manualidades y ocio, que fueron diseñados y puestos en marcha por los/as alumnos/as con la supervisión de sus profesores/as y del personal del centro. También en el mismo centro se llevaron a cabo talleres navideños con los/as alumnos/as del Colegio López Vicuña con diseño de tarjetas navideñas, bailes y villancicos

- **#SoledadCero.** El CDM La Guindalera en colaboración con el Proyecto Senes organizó una mesa informativa en el IES Avenida Los Toreros para concienciar a los/as jóvenes sobre el edadismo y sus efectos negativos. Podemos ayudar a crear una sociedad más justa e inclusiva para todas las personas, independientemente de su edad. Este centro realiza todos los últimos miércoles y jueves de cada mes actividades con alumnos/as de los últimos años de secundaria. Actividades realizadas tanto en el propio centro como en el instituto. Otras actividades de intercambio generacional en este centro se diseñan conjuntamente con Escuelas de Educación Infantil como el CEIP Villar Palasí.
- **Economía circular.** Se trata de un proyecto intergeneracional realizado por el CDM La Remonta con el IES Almudena para enseñar desde las vivencias de las personas mayores a los/as alumnos/as hábitos de consumo responsable. Mediante entrevistas a las personas mayores, el alumnado del IES indagó sobre hábitos de ocio y de consumo de antaño, para crear una mirada crítica y reflexiva y favorecer la sostenibilidad del sistema actual.





- **Soledad: me acompañas.** Un proyecto en colaboración con el IES Los Castillos, el CDM Leñeros y cuidadores/as mayores. Atendiendo a los casos detectados tanto en las personas como en los y las cuidadores/as mayores, se realizó un proyecto para poner en estudio los sentimientos, emociones, pensamientos y situaciones que surgían en ellos y ellas. Sirvió de toma de conciencia, tanto social como individual, de la necesidad de un acercamiento entre las distintas generaciones.
- De la programación del CDM Mora de Rubielos en 2023 podemos destacar los siguientes encuentros: **¿Cómo éramos, cómo somos?** Con el Colegio Álvaro de Bazán y con el objetivo de fomentar la convivencia en grupo y con el entorno comunitario. **Día del Libro en la de la Escuela Infantil ORI ORI,** a través de cuentacuentos y canciones infantiles de ambas generaciones. El encuentro fomentó las relaciones intergeneracionales, creando un ambiente favorable hacia el bienestar de las personas y promovió la reminiscencia a través de la música.

- **Es Navidad con el Colegio López Vicuña.** Con alumnos/as de 1º de la ESO y del módulo de FP de Atención a Personas en Situación de Dependencia donde el alumnado preparó varias actividades como la recreación de un Belén viviente, obsequio de adornos de Navidad hechos a mano, villancicos e intercambio de christmas.... Todo ello enriquecido con dinámicas grupales que potenciaron las relaciones entre las personas participantes.
- **Estudiantes del CEIP San Benito** acudieron al CDM Esfinge y organizaron un taller de cocina con las personas mayores donde prepararon pizzas y brochetas de frutas. Todo ello amenizado con juegos y música actual.
- **En Rivas Vaciamadrid** también se realizaron encuentros intergeneracionales con diferentes centros educativos del municipio: CEIP José Saramago, IES Europa, CEIP Jarama, CEM Hipatia, IES Duque de Rivas y con hijos/as de las trabajadoras. Se consensuaron objetivos y se planificaron actividades de cada encuentro con el profesorado de cada centro buscando el beneficio mutuo e integración del alumnado y de las personas mayores. Se realizaron dinámicas deportivas, lúdicas, sociales, manualidades...
- **#SoledadCero en el Colegio Menesiano.** Las personas del CD Nueva Edad junto con este centro educativo realizaron diversos talleres significativos para la prevención de la soledad no deseada en los que se produjo un espacio de encuentro entre generaciones, creando vínculos y estrechando lazos entre jóvenes y personas mayores y profesionales de referencia. Todo un intercambio cultural.
- **Al CD Javier todos los martes** acudieron dos grupos de estudiantes del Colegio Padre Piquer, para realizar actividades con las personas mayores. Estas actividades y fiestas están organizadas por los/as alumnos/as basadas en los gustos y peticiones que han realizado las personas del centro.
- **Baila conmigo** es una actividad intergeneracional realizada con grupos de personas mayores del CD EL Val que acudían al CEIP Miguel Hernández en su horario de recreo a enseñar al alumnado de las diferentes etapas los bailes populares más conocidos. ASISPA y los Centros de Día con el bienestar físico y emocional, las relaciones interpersonales, la inclusión social y el desarrollo personal.
- **Libro de Recuerdos.** Los alumnos y las alumnas del Colegio Nazaret visitaron el CDM Ciudad Pegaso para realizar un "libro de recuerdos" de manera individual con las personas mayores. En este centro se visitó además la guardería Las Leandras en el barrio de Rejas con regalos para el árbol de Navidad realizados por las personas mayores para los más peques.



- **Voluntariado.** Al CDM Castillo de Uclés acudieron un grupo de alumnos/as del Centro de Formación IDEL a realizar diversas actividades con las personas mayores. En el mismo centro se organiza una acción de Voluntariado Intergeneracional con trabajadores/as de la empresa farmacéutica IQVIA.









- **Para todos los gustos.** En el CDM Carmen Laforet se celebran actividades intergeneracionales presenciales con los/as alumnos/as del Colegio Joaquín Turina y la Asociación ATZ. En 2023 se ha celebrado Halloween, Día de los Derechos del Niño, Violencia de Género, Día de la Mujer, Día de las Personas Mayores, Navidad, entre otros.

Trabajo en Red:

El trabajo en red y los programas desarrollados con otras entidades son una constante en la programación de los Centros de Día en ASISPA. A continuación, destacamos algunos de ellos:

- **X Certamen de Teatro "Mayores a Escena** en CC Fernando Lázaro Carreter: Obras dirigidas e interpretadas por grupos teatrales de los Centros Municipales de Mayores (CMM) Príncipe de Asturias, Santa Eugenia o el grupo de "Mayores con Arte" y el grupo de sevillanas del Bulevar de Puente de Vallecas.
- **Programa "Te Quiero en Pintura en Prado Inclusivo".** El Museo del Prado retomó su programa de inclusión para hablar sobre obras de artistas como Tiziano, Rubens y Velázquez. La actividad tuvo lugar primero en el centro de día y después en el propio museo.
- **XXII concurso de marcapáginas en la Biblioteca Pública Municipal Canillejas.** Bajo el lema "Mi biblioteca: más allá de los libros" el concurso quiso que las personas expresasen qué significa para ellas la lectura, poder acceder a la Biblioteca y hacer uso de su servicio a través de viñetas pintadas en los marcapáginas.
- **Proyecto "Mayores con Arte: el museo fuera del museo" con casa museo Lope de Vega.** El taller contó con una guía turística que, a través de fotografías, pósters y vídeos contó la historia de Lope de Vega, sus obras, historia de vida, conquistas amorosas, gustos y aficiones.
- **Proyecto "Te Contamos la Ciudad 2.0" a través de Voluntarios/as por Madrid.** Acudieron al centro y contaron las mismas historias, anécdotas y curiosidades a través de apoyos visuales como fotografías o vídeos de los edificios, calles y/o estatuas más importantes de Madrid. Cada sesión trataba sobre un tema en concreto.
- **Banda Nacional de la Policía Municipal de Canillejas.** Con motivo de la llegada del verano, el CDM Esfinge junto con CDM Mora de Rubielos se reunieron para celebrar dicho evento con un concierto privado de la Banda Nacional de la Policía Municipal de Canillejas.



- **Proyecto "Leyendo con Mayores" creado por las Bibliotecas Municipales de Madrid y en colaboración con Voluntarios/as por Madrid.** en colaboración con la Biblioteca Pública Municipal José Hierro en conjunto con el CDM Esfinge. Se realizan lecturas de obras de diversa temática para finalizar con tertulias abiertas en la que intercambiar ideas e impresiones. La actividad se realiza de manera telemática y/o presencial en la propia biblioteca o en el propio centro de día.

- En el CDM Pablo Casals en colaboración con los CMM se llevaron a cabo diversas **actividades y talleres organizados por la Asociación La Rueca**, lo que permitió también disfrutar de intercambios generacionales en diferentes entornos.
- En el CDM Esfinge a lo largo del año se ha contactado con asociaciones que han colaborado de diversas formas ofreciendo espacio de entretenimiento, por ejemplo, **Grupo Sagasta, Sabor Caribeño o la actuación del Grupo Lírico Rubato, Escolanía del Recuerdo y la actuación de la Escuela de Baile Xpresarte.** También, las personas del CDM Esfinge acuden mensualmente a la **Biblioteca Municipal José Hierro**



en la que se realizan varios talleres temáticos relacionados con festividades y celebraciones correspondientes.

- Las actividades en red y el trabajo colaborativo en el municipio de Rivas fueron numerosos. **Desde la Asociación IAIA se propusieron diferentes proyectos destinados a fines solidarios para colectivos desfavorecidos y la asociación RIVANIMAL. De la mano de ASPADIR se participó en la XXVII Carrera por la integración. El Centro de Recursos Ambientales Chico, la Biblioteca Gloria Fuertes y el Centro de Salud La Paz, Residencias Geriasa y Centro de Día y Residencia Casablanca** son algunas de las instituciones que han colaborado con las actividades del CDM Concepción Arenal. Desde los **Centros Municipales de Mayores Che Guevara** se planificaron diferentes actividades fomentando la interacción social y compartiendo intereses con otros/as mayores del Municipio.
- Otra muestra de trabajo en red en los Centros de Día es la **Marcha por el Día de las Personas Mayores en Canillejas** junto a otras asociaciones, centros de día y CMM del Distrito.
- **Bufandas Solidarias.** En 2023 se han creado varios grupos de tejedoras que se reúnen diariamente para tejer bufandas, mantitas, y gorros con lana donada que posteriormente, a través de LAIA son enviados a población frágil y en riesgo de exclusión dentro de España y en otras ocasiones a campos de refugiados, este año, a través de esta iniciativa, se participó en la ayuda humanitaria a Marruecos tras el terremoto.
- **Donaciones y creación de la biblioteca del CD El Val.** La generosidad ha sigo una característica generalizada de las familias. Gracias a ellas, la biblioteca ha crecido y por otro lado se ha podido ayudar a niños/as que necesitaban fondos económicos para la adquisición de ayudas técnicas. Se colaboró con Fundación Seur a la que se entregaron los kilos de tapones recogidos por las personas mayores y sus familias. Esto las animó a continuar participando en la sociedad, hacerse eco de otras problemáticas y estimula la participación en acciones sociales.
- En el CDM Carmen Laforet se participó junto con la **Asociación Músicos por la Salud en el programa de conciertos online "música para recordar"** emocionalmente significativos ya que era posible interactuar con los/as instrumentistas para escoger el repertorio

interpretado creándose una vinculación emocional con sus recuerdos y vivencias una vez al mes.

- **A través del servicio de Tele Biblioteca de la Comunidad De Madrid,** que presta libros a las personas que no pueden desplazarse a las bibliotecas llevándolos directamente a los centros de día se acercó en 2023 el uso de estas fomentando la lectura y promoviendo los debates literarios.

Celebración del Centenario de las personas mayores:

- **Un centenario es un hito extraordinario que merece ser celebrado con alegría y cariño.** Se consigue que la persona mayor se sienta feliz y querida en ese día tan especial acompañada por su familia, compañeros/as y el Equipo profesional. Todas las personas participan en las decoraciones. Con decoraciones ad hoc, photocall, banda conmemorativa, murales... Se edita un vídeo recopilando las fotografías del recorrido de su larga vida, anécdotas y dedicatorias de sus compañeros/as y profesionales. La fiesta incluye desayuno especial, baile y entrega de regalos.

Encuentros, mesas y debates digitales:

- **Mujeres Conectadas.** El CDM La Guindalera participó en el encuentro digital intercentros organizado por ASISPA con motivo del Día Internacional de la Mujer. Un foro de mujeres con testimonios sinceros, emotivos e historias de compromiso directo con la igualdad de oportunidades, la ruptura de estereotipos y el fin de la brecha digital.
- **Jornadas por el Día Mundial del Alzheimer** en colaboración con servicios sociales. La terapeuta ocupacional y la psicóloga del CDM Concepción Arenal en Rivas VaciaMadrid impartieron







una ponencia sobre el Alzheimer y otras demencias, los beneficios de la estimulación, los recursos disponibles y la aportación de los centros de día.

- **Día mundial de la toma de conciencia del abuso y del maltrato en la vejez.** Las mesas redondas son una excelente manera de aprender sobre la longevidad y el buen trato, y de compartir ideas y experiencias con otras personas. El CDM La Guindalera participó en este evento con la intervención en la mesa redonda y la elaboración de tarjetas identificativas de ponentes. Además, las personas mayores asistieron como público al encuentro.
- **Madrid en Comunidad contra la soledad no deseada.** Los Centros de Día participaron en un encuentro organizado por la Red de Atención a Mayores en Soledad de la Comunidad de Madrid. Un espacio creativo para reflexionar, trabajar y construir una imagen de las personas mayores más allá de los tópicos imperantes.



- **Reflexiones sobre la soledad.** Para minimizar el sentimiento de soledad no deseada en el CDM Leñeros se creó un grupo de personas sin, o con deterioro cognitivo leve que viven solas. Se desarrollaron reuniones para favorecer la catarsis personal, contando sus vivencias y comentarios de ayuda mutua. Se incrementaron los contactos sociales, las actividades grupales y socializadoras.
- **El CDM Concepción Arenal cumple 20 años.** Con la presencia de los máximos representantes del Ayuntamiento de Rivas, otras Entidades del Municipio y la Dirección del servicio de ASISPA, se celebró el XX aniversario. Una persona mayor del centro compartió, en nombre de todos/as, su visión y sentir dando paso a la proyección de un vídeo del día a día y a la inauguración de la exposición visual en los pasillos de la actividad durante 20 años. El evento concluyó con un ágape.
- **#SoledadCero.** En algunos centros y en coordinación con el servicio CRAMAS (Red de atención a mayores en soledad de la Comunidad de Madrid), se han desarrollado campañas de sensibilización sobre la soledad no deseada y el aislamiento social en las personas mayores.
- **La Mesa del Buen trato** de Rivas coordinó las reuniones de las diversas entidades y servicios de personas mayores del Municipio. Se organizaron desde ella actividades en las que participaron personas mayores del CDM Concepción Arenal y el Programa de Prevención a la Dependencia Felipe II..

Entre Mascotas:

Las mascotas nos ayudan a fomentar la salud. Reducen la soledad no deseada haciendo compañía y obliga a las personas a mantener una rutina de cuidados, potenciando sus capacidades cognitivas, físicas y emocionales.

- **En el CDM La Guindalera se contó con Tupi y Flander,** que han colaborado para abordar los objetivos de evitar la soledad y promocionar un rol de cuidador/a.
- **En el CDM Mora de Rubielos se ha trabajado con perros y gatos,** se realizaron varias sesiones de terapia focalizada en la mejora emocional y social de las personas mayores. Se



















informó de los cuidados que precisa una mascota, así como de las ventajas que esta supone.

- **Caballos en el CDM Concepción Arenal.** El trabajo con estos animales en población con deterioro cognitivo fomentó que tuvieran mayor receptividad e iniciativa en las actividades mostrando de manera significativa una mejora en el estado de ánimo y el comportamiento. Las transmisiones de los caballos fomentaron un proceso de calma, gestión emocional, mejora de la confianza y la seguridad, favorecieron la comunicación no verbal, mejora de la atención y concentración y estimuló de manera multisensorial todos los sentidos.

Nuevas Tecnologías:

- **GAFAS 3D en CDM La Guindalera.** Las actividades con gafas 3D son una forma innovadora y divertida de mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Los/as participantes disfrutan de una experiencia inmersiva y enriquecedora que les permite viajar a lugares y aprender cosas nuevas.
- **KINECT y Wii.** Se realizaron sesiones para mejorar la movilidad y la coordinación mediante estos videojuegos diseñados para la consola Xbox 360 y para la consola de Nintendo.
- **Taller de podcast.** En el CDM La Remota se creó un grupo de apoyo tecnológico en donde compartieron curiosidades para diseñar, producir y difundir un podcast en redes sociales para familias y amistades.
- **Neurogym.** En el CDM Leñeros se programaron juegos y dinámicas de estimulación cognitiva y psicomotriz, ejercicios mentales grupales interactivos a través de la pizarra digital y tablets, Apps, internet, etc...
- **Actividades físico-cognitivas con pizarra.** En el CDM La Remonta mediante el uso la nueva pizarra digital instalada en el gimnasio se fomentó el ejercicio y la actividad física mediante juegos (puzzles, rompecabezas, etc.), que ejercitaron la parte cognitiva.





- **Moji, el perro robot del CD Virgen de África.** Moji es un perro robot que se utilizó como herramienta de estimulación multisensorial y acompañamiento para las personas mayores con un deterioro cognitivo más avanzado. El objetivo fue potenciar la emisión de respuestas evitando el aislamiento social y sensorial.

- **Estimulación cognitiva con carácter preventivo.** En el CD Javier se cuenta con un software profesional para la estimulación y rehabilitación cognitiva, con base científica sólida, validada por investigadores adscritos a la Universidad de Jaén. Este software consiguió aumentar la variabilidad de actividades y de capacidades a estimular. También se consiguió un mayor control por parte de la terapeuta ocupacional de la planificación y grado de dificultad de las áreas cognitivas y promover las TIC para la estimulación cognitiva con carácter preventivo.



- **Exergames.** En el CDM Leñeros se utilizaron videojuegos para crear una experiencia inmersiva, desarrollando actividades de ocio adaptadas a sus gustos y capacidades. Se realizaron actividades tecno-deportivas como spinning, piragüismo...
- **Coreografías TikTok.** Las redes sociales representan un vínculo con la sociedad a distancia, repercutiendo en nuestra forma de comunicarnos, en cómo establecemos relaciones y de forma directa o indirecta, en nuestras emociones. En los centros privados y municipales gestionados por ASISPA, se han realizado vídeos verticales con coreografías y mensajes que fomentan la creatividad y la puesta en escena así como ayudan a acabar con la brecha digital.

Actividades Intercentros:

- **Los concursos intercentros son una excelente manera de promover la participación social, la actividad física y mental, la creatividad y el bienestar general de las personas mayores.** Es una iniciativa beneficiosa que mejora la vida de las personas mayores en muchos aspectos. En el CDM Concepción Arenal se realizaron encuentros on line con otros centros donde se compartieron recetas tradicionales, postres saludables, caratulas de películas, villancicos y simulacro de uvas. También se celebró un encuentro presencial donde se realizaron juegos con antiguos/as compañeros/as y una sesión de relajación en la sala Snoezelen.
- En 2023 también destacamos los siguientes concursos intercentros: **El Postre Saludable, Cooking Senior o la recreación artística del cartel de una película famosa organizado por CDM Mora de Rubielos, concursos de elaboración de torrijas con el CDM Castillo de Uclés, o la organización de terroríficos eventos festivos como Halloween en CDM Pablo Casals.**

Arte en todas sus facetas:

- **Taller de autorretrato.** En el CDM La Guindalera, en colaboración con el Centro Municipal de Mayores anexo, se llevó a cabo esta actividad. Los fotógrafos del CMM pusieron en práctica los conocimientos aprendidos es sus talleres con los mejores modelos que podían tener: las personas mayores del centro se convirtieron en modelos por un día. Han disfrutado de una sesión fotográfica única en la que han podido explorar su creatividad y expresarse a través de la imagen. La experiencia fue gratificante y constructiva para ambas partes.






FELIZ
CUMPLEAÑOS






Feliz Año
NUEVO











- **El ritmo está en tu interior.** En el CDM Leñeros se seleccionaron piezas musicales para la creación de coreografías adaptadas, con movimientos corporales que pudieron realizar tanto las personas mayores que conservan la marcha y equilibrio como aquellas que se encuentran en sedestación.
- **Talleres de teatro.** Mediante esta actividad tan significativa, las personas mayores interpretaron varios papeles de una obra de teatro que representaron ante sus familiares. Confeccionaron sus disfraces, la decoración y memorizaron su texto. Una actividad divertida, beneficiosa y enriquecedora.
- **Hablamos de arte.** En el CDM La Remonta se ha realizado un taller participativo y espacio de debate, apoyados con pizarra digital y tablets, donde se analizaron los detalles artísticos y los secretos de obras de arte previamente elegidas por las personas mayores.
- **Canciones de mi vida.** En el CDM Leñeros se utilizan las letras de las canciones elegidas por las personas mayores para trabajar la memoria automática y la reminiscencia. Un ejercicio idóneo para estimular el lenguaje verbal y conversaciones sobre sus historias de vida.
- **Eurovisión.** En el CMM Esfinge se proyectaron las diferentes actuaciones de Eurovisión, votando sus favoritas y animaron a la representante española.
- **Arte y cultura por el mundo.** A través de los estímulos visuales y auditivos que permiten las nuevas tecnologías, se realizaron recorridos virtuales del arte y la cultura mundial. Los estímulos permitieron a las personas participantes experimentar sensaciones placenteras ante la belleza de los recorridos, y crear un ambiente de debate sobre lo observado y sus evocaciones.
- **Festival LESGAICINEMAD.** Las personas del CDM Concepción Arenal asistieron a la proyección y charla coloquio de la película “Un hogar sin armarios” del director Eduardo Cubillo en el edificio Atrio de Rivas Vaciamadrid.
- **Ecodiseño.** En el CDM Carmen Sevilla se han realizado objetos y enseres útiles para el desarrollo del centro como el portal de Belén, centros de mesa, regalos para las familias y/o cuidadores/as, etc.



- **Musicoterapia y violines.** En el CDM Ascao se programa esta actividad que utiliza la música como herramienta terapéutica para mejorar el bienestar físico, mental y social de los y las participantes para estimular la memoria, la atención y la concentración, favorecer la expresión emocional y la comunicación y reducir el estrés y la ansiedad.
- **Happy Color.** En el CD Virgen de África cada persona mayor creó un cuadro mediante la utilización de pinturas acrílicas y temperas. La actividad se personalizó con varias plantillas para servir de guía a la hora de realizar la pintura.

- **Tejiendo sueños. Empoderamiento y creatividad.** Con la implantación de este programa, se fomenta la creatividad de manera individualizada, tejiendo y cosiendo diferentes objetos para uso propio y/o en el centro, tales como cojines, fundas, cuadros, arreglos de prendas, etc... evocando al mismo tiempo recuerdos significativos. En el mismo sentido se desarrolla el programa de las puntadas de mi vida en el CD Javier donde se elaboran delantales, servilletas y material para el uso diario del centro. Además, este programa incluye la creación de cojines posicionales que se usaron de manera terapéutica. Esta



actividad ha aumentado la creatividad, ha favorecido la autoestima, ha potenciado el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales. Ha logrado estimular la coordinación óculo-manual, mejora de la destreza manual y motricidad final y ha fomentado un sentimiento de utilidad y bienestar general.

- **Talleres de poesía.** En colaboración con la Asociación Verso Abierto, se han impartido talleres quincenales en los que se han recordado poesías aprendidas en la infancia, se han realizado recitales de poesía y se ha desarrollado la creatividad de las personas mayores creando poesías nuevas a partir de palabras y temas claves.
- **Música Coral.** El Coro de RTVE acudió a realizar un concierto de Villancicos Tradicionales para los/as mayores del CDM y del CMM Castillo de Uclés.
- **Debates literarios.**: En el CDM Carmen Sevilla se programó un taller, debates y una tertulia literaria acerca de diferentes temas inspirados en clásicos de la literatura. Además se organizó un taller de lectura con el propósito de crear la biblioteca del centro.

Naturaleza urbana

El Área de Centros de Día de ASISPA consciente de los beneficios del contacto con la naturaleza ha organizado multitud de actividades relacionadas con los huertos urbanos y paseos guiados por los parques madrileños. **Destacamos los talleres de horticultura, presentes en una mayoría de centros,** actividad altamente significativa en la que las personas mayores se encargan de cuidar el huerto y jardín fomentando las capacidades cognitivas, físicas, sociales y emocionales. El taller de huerto en un centro de día es una actividad que tiene como objetivo fomentar la participación activa de las personas mayores en el cuidado del medio ambiente, la vida saludable y la socialización.

- **En colaboración con el Programa de Huertos Urbanos del Ayuntamiento de Madrid** se organizan salidas para la recogida de árboles y arbustos al Vivero Municipal de la Casa de Campo.
- **En los Centros de Día en ASISPA también son habituales los paseos botánicos** por parques emblemáticos de la ciudad como la Pradera de San Isidro en plenas fiestas, La Fuente del Berro o La Quinta de Los Molinos en la época de los almendros en flor.
- El CDM Ascao cuenta con un huerto urbano en el que **jóvenes y personas mayores pueden trabajar juntos/as.**
- **El CD El Val participó como jurado en el concurso Cultivando el Huerto.**














ALMENDRA













Las personas mayores valoraron todos los proyectos presentados al concurso y colaboraron en otorgar los premios y menciones a los participantes más destacados. Contribuyó a fomentar la autoestima, desarrollo personal, autodeterminación, relaciones personales, inclusión y bienestar emocional.

- **Plantando Ilusión** es el nombre del Jardín terapéutico que han creado en el CD Nueva Edad. El Jardín es un clásico de



las actividades en los centros; a través de tareas de cultivo y siembra, se genera un sentimiento de responsabilidad, a la vez que mejora las habilidades motrices y la capacidad sensorial con el cuidado de las plantas.

- **El CDM Carmen Laforet ha diseñado y creado en 2023 un jardín sensorial** en el exterior, un innovador taller sensitivo y medioambiental que fomenta estimulación sensorial a través de los diversos canales perceptivos: vista, tacto, gusto, olfato, oído, sistema propioceptivo y vestibular.

Entorno local y tradiciones:

- **Cañas y Barrio.** En el CDM Pablo Casals han diseñado el programa "Nos gusta un tapeo" que ha consistido en degustar diversos aperitivos dependiendo de la estación del año, fiestas, celebraciones especiales (rosquillas de San Isidro, huesos de Santo, el Día de la Tortilla...) en el propio centro o aprovechando las salidas de ocio.
- **Salidas de Km Cero.** Con la llegada del buen tiempo se organizan salidas a espacios cercanos a los centros. Se promueve el ejercicio en grupo al aire libre, cambiando de escenario habitual de la gimnasia y generando un estímulo mental diferente, con un aumento de las emociones positivas, y disminución fisiológica del estrés, evitando el sedentarismo y mejorando la vitalidad, el bienestar y la autoestima.
- **Las salidas culturales** son un plato fuerte de la programación de los Centros de Día. Podemos destacar a modo de ejemplo las visitas guiadas al Museo Africano, Museo de la Moneda y Timbre y al Senado en el CDM Mora de Rubielos o las visitas al Planetario y a la exposición "Dando Juego" sobre la historia del juguete español.
- A petición propia de las personas del CDM Mora de Rubielos se organizaron **visitas a la Parroquia Santa María La Blanca y acompañamientos a compras por el barrio.**
- **Año Nuevo Chino.** Gran celebración en el CDM Esfinge de la festividad por el año nuevo chino: creando un debate sobre rituales, tradiciones, vestimenta y significados. Además, se programó una exposición en el barrio de Usera para conocer de primera mano la información de este evento.
- **Volando voy.** Se organizó una visita al aeropuerto Adolfo Suárez Madrid-Barajas donde las personas participantes pudieron acceder a zonas habitualmente restringidas al público y visitar un avión

por dentro incluyendo la cabina. Algunas de las personas nunca habían montado en avión por lo que fue una gran experiencia.

- **Cuentos para la vida.** Se utilizaron actividades con debates sobre cuentos con valores sociales que promueven la expresión de los sentimientos, vivencias y opiniones propias. Se identificaron los valores en situaciones cotidianas de convivencia. Se activa el juicio, se crea debate sobre su experiencia personal, se exponen recuerdos sobre su historia de vida y se crea un espacio de encuentro personal.



- **Fiestas populares: no nos hemos perdido ni una.** Las personas de los Centros de Día han acudido, impecablemente ataviados y ataviadas, a las celebraciones y fiestas populares de los barrios de Madrid: San Isidro, Verbena de La Paloma, Carnaval, Canillejas... Virtualmente también se han festejado las del resto del país: San Fermín, Feria de Abril, Fallas
- **Fiestas temáticas.** A la mayoría de las personas mayores les encanta festejar los días especiales, ya sea por aniversarios, o cumpleaños o días conmemorativos y una forma de continuar con sus tradiciones es mantener sus costumbres. De esta forma, en los Centros de Día se celebran las fiestas de santos o días de reconocimiento mundial o internacional. Esto ayuda a desarrollar la creatividad, ejercitar la reminiscencia fomentar las relaciones interpersonales y alimentar el desarrollo personal, así como el bienestar emocional. A estas actividades siempre están invitadas las familias y cuidadores/as que en muchas ocasiones suelen acompañar y apoyar en la participación de las personas mayores. Día de la madre, del Padre, de los Abuelos, Día de los océanos, Día del Cine, Día del cocktail sin alcohol, Día de los animales, San Valentín, Día el beso, etc... El calendario de festividades se planifica anualmente con fechas significativas y señaladas recibiendo la aportación de ideas y sugerencias por parte de las personas mayores y teniendo en cuenta sus deseos a la hora festejar eventos.
- **Espacios para familias.** Se invita a familiares a participar y asistir en persona a compartir celebraciones y momentos especiales con las personas mayores. Independientemente de la celebración de acontecimiento se dispone de espacios para que las familias compartan tiempo dentro del entorno del CDM y conocer de primera mano como es la atención recibida, quiénes son los/as profesionales que trabajan con las personas mayores y el funcionamiento del centro.
- **Te invito a desayunar** es una iniciativa del CD El Val. Un espacio de encuentro entre familiares y personas mayores en la que la familia sorprende a la persona en el centro trayéndole su desayuno favorito y compartiendo el momento. Un espacio con el que se reforzaron los vínculos afectivos, el bienestar emocional, las relaciones interpersonales y la participación de las familias en la dinámica del centro.




MAS BELLOS

















Mens sana in corpore sano:

- **Walking People.** En el Área de Centros de Día se programan con gran éxito de participación Rutas WAP (Walking People o Gente que camina): Las rutas WAP son un proyecto europeo que tiene como objetivo promover la actividad física de la ciudadanía, generando un entorno adecuado y sencillo para caminar por la ciudad. Aprovechando esta iniciativa europea, se diseñaron rutas ad hoc por el Barrio o entorno cercano para realizarlas con los familiares y/o cuidadores/as junto a las personas mayores y trabajadores/as del centro.



Relacionadas con el bienestar físico y mental podemos citar también estas actividades realizadas en algunos centros del Área:

- **Meditación. Equilibrio interior.** En el CD Javier se realizaron meditaciones dirigidas de Kirtan Kriya, una forma de meditación de Kundalini Yoga, que radica en el canto, movimientos de la mano y visualización de la luz. Las sesiones se realizaron diariamente, con una duración aproximada de unos 15 minutos. En el CD El Val se programaron sesiones de meditación dos veces por semana que favorecieron estados de calma, serenidad y reconducción emocional y conductual en casos de ansiedad, tristeza, ofreciendo bienestar emocional y un aprendizaje de hábitos saludables.
- **Taichí senior.** El taichí es un arte marcial que ofrece beneficios tanto a nivel corporal como mental. Teniendo en cuenta para la población a la que va dirigida la actividad, se preparó y realizó una rutina de ejercicios suaves y lentos combinados con la respiración consciente y concentración mental.



- **Relajación, stretching y pilates.** Esta actividad consistió en ayudar a reducir tensiones y molestias musculares, a partir de la respiración y estiramientos musculares. Además, se propusieron ejercicios de Pilates para mejorar el estado físico general, fortaleciendo la musculatura y mejorando la movilidad.
- **Mueve tus caderas.** En CD Virgen de África se realizaron juegos de competición entre las personas mayores inspirados en las salas de juegos recreativos y en las ferias, adaptados para desarrollar la movilidad articular y fuerza muscular, coordinación y cooperación. En el CD Nueva Edad también programan esta actividad adaptando diversos juegos clásicos propios de los recreativos: billar, air hockey, dardos, etc... a las capacidades







de las personas mayores para mediante una animada actividad grupal trabajar el equilibrio y coordinación. En este mismo centro mediante la adaptación de diferentes deportes: baloncesto, golf, piragüismo, etc... se trabaja además con el desarrollo de las capacidades físicas, patrón de marcha y trabajo en equipo.

- **Gerostrenght.** En este programa para pequeños grupos se adaptaron ejercicios derivados del crossfit y la halterofilia a las capacidades de las personas mayores con el objetivo principal de desarrollar y mantener la fuerza muscular y desarrollar la capacidad aeróbica.
- **Estimulación multisensorial.** Un clásico de la programación de los centros es la Sala Snoezelen, donde se realiza una estimulación integral de todos los sentidos (vista, oído, tacto, gusto y olfato), el sistema vestibular y la propiocepción. Los comprobados beneficios: una mayor conexión con el entorno y la aparición de respuestas positivas que favorezcan una mejor autoestima y autoconcepto. Con la creación de esta sala, se favorece el desarrollo de las potencialidades y fortalezas de las personas participantes, adaptadas a sus gustos y preferencias, mejorando su calidad de vida y así como el desarrollo de su proyecto de vida.
- **CD El Val al aire libre.** Estar en forma es importante y realizando ejercicio al aire libre, aumentamos el beneficio. Muchos han sido los días en que se ha realizado el ejercicio físico al aire libre acudiendo a parques en las inmediaciones del centro de día. Desarrollando ejercicios con los aparatos del parque, como realizando gimkanas y gerontogimnasia favoreciendo de esta forma el bienestar emocional y físico, además de la inclusión y participación en el entorno comunitario.
- **Baños de Gong**. Experiencia terapéutica y meditativa en el CDM Carmen Laforet en la que se realizaron baño de sonidos y vibraciones producidos por diferentes



instrumentos. Reduce el estrés y la ansiedad al inducir un estado de relajación.

Atención individualizada y personalizada:

- **Taller cocina Foodies.** En el CDM Ascao se programa el taller de cocina "Foodies" una actividad intercentros que está especialmente diseñada para personas mayores apasionadas por la gastronomía. En este taller, los/as participantes pudieron explorar nuevas recetas, aprender técnicas culinarias innovadoras y disfrutar de una experiencia gastronómica única en un ambiente social y divertido.
- **Decoramos nuestro espacio,** una actividad que busca crear un espacio personalizado, confortable y estimulante que responda a las capacidades, intereses y preferencias de las personas mayores.
- **Campeonatos de Minigolf.** Se trata de una excelente manera de promover la actividad física, la socialización y la autoestima entre las personas mayores. Ha sido una experiencia positiva con múltiples beneficios para la salud física, mental y social.
- **Taller de billar francés.** Para mantener la afición de una persona, desde el centro se facilitó un espacio para uso y disfrute del billar y él se encargó de enseñar a sus compañeros/as.



- **Talleres de cocina, de belleza, peluquería, de costura, de reciclaje, etc...** Completan la amplia programación de los centros siempre realizada teniendo en cuenta las capacidades y peticiones de las personas participantes.








QUITA ESMALTE


Sonrie,
es TERAPIA
Gratis








ASEO









Atención Podológica Integral

El servicio de podología está integrado dentro de los Centros Municipales de Mayores del Ayuntamiento de Madrid considerado como pieza fundamental en el cuidado integral de la salud. A través de un Equipo de podólogos altamente cualificado y comprometido, se brindó atención personalizada y de calidad para mantener la salud y el bienestar de las personas mayores.

Las funciones que se realizaron en los gabinetes fue el tratamiento de las afecciones podológicas más comunes (callosidades, durezas, uñas encarnadas y alteraciones en la piel), así como la prevención y el autocuidado. Más allá de proporcionar servicios básicos de podología, el trabajo se centró en fomentar la autonomía y la movilidad, lo que contribuyó a su independencia. Además, de la labor propiamente sanitaria se promovió el desarrollo social, creando un ambiente de escucha cálido, cercano, acogedor y de calidad, ya que es esencial el bienestar integral con el compromiso de mejorar la calidad de vida. En 2023 se atendieron a **55.689 personas** y se impartieron casi **50 talleres de prevención y cuidado de los pies.** El servicio cuenta con una valoración de **4,9 sobre 5** en las encuestas de satisfacción.

Servicio de Asesoramiento y Acompañamiento Psicosocial para Personas Mayores Socias de Rivas Vaciamadrid

Se desarrolló en los **Centros Municipales de Mayores El Parque, Ché Guevara y Felipe II de Rivas Vaciamadrid.**

Un exhaustivo trabajo dirigido a mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional, mental y social. **Se atendió un total de 83 personas, 73 mujeres y 11 hombres, con edades comprendidas entre los 61 y 94 años.** Se buscó proporcionar una atención especializada y personalizada frente a diversas problemáticas comunes en este segmento de la población.





Se identificaron una variedad de desafíos y situaciones que afectaban a las personas, desde crisis emocionales hasta problemas de adaptación a la jubilación, pasando por el duelo, el deterioro cognitivo y el cuidado de familiares. Cada centro presentaba particularidades en cuanto a las problemáticas más recurrentes, lo cual requirió una adaptación constante de las intervenciones por parte de la psicóloga.

En resumen, el servicio de asesoramiento y acompañamiento psicosocial representó un valioso recurso para la comunidad de personas mayores, evidenciando la necesidad continua de apoyo psicosocial en este segmento de la población. La flexibilidad, adaptabilidad y evaluación continua fueron clave para asegurar la efectividad y relevancia del servicio, con miras a seguir fortaleciendo el bienestar emocional y social de las personas mayores en el futuro.

Actuaciones Socioculturales Complementarias con Población Mayor y Vecinos/as de Barrio de San Pascual

En este servicio de titularidad municipal se desarrollaron en el distrito de Ciudad Lineal actividades semanales físicas, culturales y de desarrollo personal.

Permite a las personas participantes establecer rutinas y relaciones sociales más duraderas. **Se atendió a 129 personas, 118 mujeres y 11 hombres con un total de 1.735 participaciones en las actividades a lo largo del año**

Fomenta la participación vecinal en un ocio saludable a través de la realización de ejercicio físico, actividades de mente activa, planes culturales, excursiones, etc.

También el servicio se ha convertido en referente debido a la atención individualiza y la escucha de peticiones y necesidades, sirviendo además de puente entre otros recursos.





Para todas las edades

El concepto de edadismo nos lleva a reflexionar sobre las posibles actitudes discriminatorias no solo hacia las personas mayores, sino también hacia otros grupos etarios en diferentes etapas de la vida. Esta mirada intergeneracional presente en todas las áreas de ASISPA nos invita a considerar cómo nuestras actitudes hacia el envejecimiento pueden influir en nuestra percepción de todas las edades.

Al interactuar y colaborar en proyectos comunes, las personas jóvenes y mayores tienen la oportunidad de desafiar los estereotipos negativos y apreciar las perspectivas y experiencias únicas de cada grupo. Esta interacción puede reducir los prejuicios y construir puentes de comunicación y empatía entre generaciones. En la red integral de servicios prestada por ASISPA se diseñan iniciativas y actividades que conectan distintas generaciones, como el programa intergeneracional de rehabilitación de viviendas realizado en colaboración con la organización de voluntariado de estudiantes universitarios Cooperación Internacional, o las diferentes acciones realizadas de manera conjunta con colegios e institutos en los distritos donde está presente nuestra actividad.

Además, estas actividades promueven un sentido de comunidad y pertenencia. Al trabajar juntas en actividades recreativas, voluntariado o proyectos de aprendizaje, las personas de diferentes generaciones pueden desarrollar vínculos significativos y fortalecer los lazos sociales dentro de la comunidad. Esto es especialmente importante para las personas mayores, quienes a menudo experimentan aislamiento social y soledad. La participación en actividades intergeneracionales les brinda la oportunidad de conectarse y sentirse valoradas y respetadas.

Y por supuesto, las actividades intergeneracionales pueden contribuir a mejorar la salud y el bienestar de las personas mayores. Al mismo tiempo, las personas jóvenes también se benefician de la compañía y la orientación de las personas mayores, lo que puede ayudar a reducir el estrés y mejorar su bienestar emocional. **Cuando combinamos la educación sobre el envejecimiento con un contacto intergeneracional bien planificado, las acciones contra las actitudes edadistas se vuelven más efectivas.** La educación proporciona el conocimiento y la comprensión necesarios para desafiar los estereotipos, mientras que el contacto directo con personas de diferentes generaciones fomenta la empatía y el entendimiento mutuo. En la lucha contra el edadismo, la discriminación basada en la edad, se ha demostrado que realizar intervenciones combinadas es la estrategia más efectiva. Estas intervenciones, que combinan la educación sobre el envejecimiento con el contacto intergeneracional, ofrecen una oportunidad única para desafiar los estereotipos y prejuicios relacionados con la edad.

En sociedades como la nuestra, que experimentan un evidente envejecimiento demográfico, aumentar las oportunidades para un buen contacto intergeneracional se vuelve una necesidad urgente. De lo contrario, corremos el riesgo de que el edadismo continúe en aumento, lo que podría tener graves consecuencias para el bienestar y la calidad de vida de muchas personas. Promover la intergeneracionalidad no solo beneficia a las personas mayores al combatir el edadismo, sino que también enriquece la vida de todas las generaciones al fomentar el entendimiento y la solidaridad entre ellas. Es hora de reconocer la importancia de estas relaciones y de trabajar juntos para construir una sociedad más inclusiva y respetuosa para todas las edades.

En resumen, el contacto intergeneracional es una herramienta poderosa para combatir el edadismo y promover la inclusión social. Al fomentar la comprensión mutua y fortalecer los lazos comunitarios ayuda a construir sociedades más justas e inclusivas donde personas de **todas las edades sean valoradas y respetadas por igual.**

Edadismo
y referentes culturales



Sinfonía de estereotipos

En la sociedad contemporánea, la publicidad, el cine y los referentes culturales desempeñan un papel crucial en la construcción de percepciones y estereotipos sobre la edad. A través de imágenes, narrativas y mensajes sutiles, estas formas de medios de comunicación pueden influir en la manera en que percibimos a las personas de diferentes edades y contribuir a la perpetuación de actitudes discriminatorias.

La publicidad es una poderosa herramienta para la construcción de percepciones y valores en la sociedad. El 90% de los mensajes utilizan la imagen de la juventud para promover productos y servicios. Discursos que dejan fuera a un amplio segmento de población y que hacen que la discriminación por edad sea la tercera causa de marginación en el mundo por detrás del sexo y la raza. Amplios segmentos de población no existen. Y cuando se representan. suele hacerse de manera estereotipada, por ejemplo, como con las personas mayores, con relatos en los que se muestran frágiles, dependientes o tecnológicamente ineptas, mientras que el éxito se asocia con la belleza, la vitalidad y la juventud.

Esta representación sesgada perpetua la creencia de que la juventud es deseable y que el envejecimiento es algo negativo o no deseado. El cine y la televisión, y sus cifras de difusión masiva, también juegan un papel significativo en la formación de percepciones sobre la edad. Las películas y programas de televisión suelen retratar a las personas mayores de manera limitada, performándolas en roles estereotipados.

Los personajes mayores suelen ser representados como sabios ancianos o como personas débiles y olvidadas, lo que refuerza la idea de que la juventud es sinónimo de relevancia y poder. Esta falta de representación diversa y auténtica de las personas mayores puede contribuir a su invisibilidad y marginalización en la sociedad. A esto, le añadimos el daño colateral de actrices o integrantes de la industria cultural totalmente invisibilizadas al cumplir los cincuenta años o disfrazadas de bebé para ajustarlas y hacerlas coincidir con el canon, relegadas en el mejor de los casos a papeles secundarios, terciarios, cuaternarios... Además de la publicidad y el cine, los referentes culturales, como la literatura, el arte y la música, también pueden influir en nuestras percepciones sobre la edad. Las obras de arte y las letras de canciones a menudo idealizan la juventud y la belleza, perpetuando la creencia de que el envejecimiento es algo que debe evitarse o combatirse. Los referentes culturales pueden transmitir mensajes sutiles sobre el valor y la relevancia de las personas de diferentes edades, contribuyendo así a la discriminación basada en la edad.

Sin embargo, es importante reconocer que algo está cambiando y al menos somos conscientes de que la publicidad, el cine y los referentes culturales también tienen el poder de desafiar los estereotipos y promover una representación más diversa y auténtica de la edad.

Algunas campañas, iniciativas y artistas están comenzando a incluir a personas mayores en sus campañas publicitarias y producciones cinematográficas de manera más significativa, mostrándolas como individuos complejos y multifacéticos con vidas ricas y experiencias valiosas. Estas representaciones positivas pueden ayudar a contrarrestar los estereotipos negativos y promover la inclusión y la aceptación de todas las personas, independientemente de su edad.

Además, los movimientos culturales y artísticos que celebran la diversidad y la inclusión están ganando cada vez más relevancia en la sociedad. La promoción de la belleza en todas sus formas, así como el reconocimiento del valor y la relevancia de las personas de todas las edades, son elementos centrales de estos movimientos.

En conclusión, la publicidad, el cine y los referentes culturales desempeñan un papel significativo en la perpetuación del edadismo en la sociedad contemporánea pero la buena noticia es que también tienen el potencial de desafiar los estereotipos y promover una representación más diversa y auténtica de la edad. **Trabajemos en ello.**

Manu Sánchez
Diseñador
de Alta Costura

"El edadismo en la moda perpetúa la idea de que solo los jóvenes pueden ser elegantes o vanguardistas. Es crucial mostrar que la belleza y el estilo no tienen fecha de caducidad. **La falta de representación de personas mayores en la moda contribuye a una cultura que desvaloriza la experiencia y la sabiduría que viene con la edad".**

Elsa García Martínez
Adjunta a Dirección
Area de Centros de Día
y Podología

"La presión por mantenerse joven afecta al doble de mujeres que de hombres. Aproximadamente el 50% de las mujeres utilizan productos y tratamientos estéticos a diario, mientras que solo el 7% de los hombres lo hace. **Cambiemos la mirada".**

Mª Teresa Pérez Solana
Auxiliar. Centro de Día
Municipal La Guindalera
Area de Centros de Día
y Podología

"Respeta a todas las personas sin importar la edad, porque nadie merece ser discriminado por ser joven o mayor.

Todo el mundo tiene algo valioso que aportar, **sin importar los años que llevemos vividos".**

Javier Berná Delgado
Coordinador
Area de Centros de Día
y Podología

"Cuando hablamos de edadismo, es importante prestar atención y cuidar el discurso para no generalizar o tratar a todas las personas por igual. Cada persona es única, ¿verdad? Así que debemos ofrecer respuestas adaptadas a sus necesidades específicas".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Acisclo Redondo García
VicePresidente
Junta Directiva ASISPA

"Defendamos políticas y leyes que reduzcan la discriminación por edad en áreas como el empleo, la atención médica, la vivienda o la participación cívica".

Paulo Siqueira Junior
Administrativo
Area de Centros de Día y Podología

"En la actualidad, el envejecimiento se presenta de formas muy diversas debido a los distintos estilos de vida, situaciones socioeconómicas, culturales, relaciones...

Esto conlleva una amplia gama de necesidades y deseos. **En resumen, promoción de la diversidad y fomentar la atención a las necesidades concretas de cada persona".**

Ana Cruz Díaz
Directora
Area de Centros de Día y Podología

"Una herramienta para luchar contra el edadismo... sin duda, la atención centrada en la persona en la prestación de servicios.

Se trata de la participación informada de las personas mayores en la toma de decisiones y en el diseño de las acciones, especialmente en aquellas en las que están implicadas".

Beatriz Simancas San Martín
Coordinadora
Area de Centros de Día y Podología

"Cuestionar los mensajes mediáticos sobre la belleza asociada a una edad como ideal es como abrir una ventana en un día soleado. Al desafiar esos estereotipos, estamos cambiando la narrativa y reconociendo el valor en todas las edades".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO
Too much Vodka
SWEDEN


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

María Teresa Sanabria González
Directora.
Centro de Día Municipal La Guindalera
Area de Centros de Día y Podología

"No aceptes la discriminación por edad como algo inevitable y lucha por un cambio positivo en la sociedad. Educa a otras personas sobre los efectos negativos del edadismo y promueve una cultura de respeto y equidad".

Ignacio Ruiz Saiz Aja
Coordinador
Area de Centros de Día y Podología

"Cambiar el foco. Pasemos de ver a las personas mayores como una carga a valorar la participación que tienen en la familia, en la comunidad y en la sociedad".

Irene Alvarez Marián
Coordinadora
Servicios Complementarios AAVV San Pascual
Area de Centros de Día y Podología

"Eliminar prejuicios. Derribar falsos mitos... pensar que las personas mayores tienen dificultades para adaptarse a los cambios. O ver su vida como aburrida o sin interés. Cada vida tiene su propia riqueza y profundidad.

Y si entre todas creamos herramientas para disfrutarla, mejor que mejor..."

Enrique de las Heras
Auxiliar Administrativo
Servicio Vínculos

"Apoyar a las entidades locales es la clave. Las organizaciones de tu barrio están en primera línea, promoviendo la inclusión, educación y conciencia sobre las actitudes discriminatorias. Al respaldarlas, fortalecemos las redes de apoyo necesaria para desafiar los estereotipos y crear un entorno libre de edadismo".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Sandra González Durán
Calidad
Area de Calidad

“Adoptemos como filosofía de trabajo la Resiliencia, una estrategia que permite enfrentarse a una situación angustiosa y salir fortalecido de ella. Nos permite, además, aprender que la única solución pasa por tender la mano al frágil, al vulnerable, al solitario, y acompañarle en su transitar, ofreciendo cuidado, compasión y compañía”.

Emma Cea Díaz
Centro de Día Municipal La Guindalera

“No escuches a quién te quiera poner limitaciones por razón de tu edad... **Reivindica tus inquietudes y pide más herramientas para trabajar mejor”**

Patricia González Toledo
Terapeuta ocupacional. Centro de Día Municipal La Guindalera
Area de Centros de Día y Podología

“Recuerda que tu edad no define tu valía ni tus capacidades, sigue creyendo en ti. Que el edadismo no te impida buscar nuevas oportunidades y desafíos”.

Conchi González Andrino
Asistente de Dirección
Servicios Centrales

“Sensibilizar sobre el proceso de envejecimiento, mostrando la diversidad de perfiles de personas mayores y reclamando el mantenimiento de la identidad individual más allá de la edad”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO



Nuestra actividad diaria en 2023

Residencias y Centros integrados

En Residencias y Centros de Día Integrados, se trabaja desde un enfoque centrado en la persona, por lo que los diferentes servicios se orientan al reconocimiento de cada persona como única, con necesidades específicas, experiencias de vida diferentes y expectativas personales. Partiendo de estas premisas se diseñan actividades, espacios y propuestas adecuadas a cada persona con el objetivo de apoyar las diferentes capacidades y sus potencialidades.

Estos apoyos se proponen de una forma interdisciplinar donde cada profesional (trabajador/a social, médico, fisioterapeuta, gerocultoras/es, etc.) valora cada caso de forma interdisciplinar y se proponen diseños de intervención y proyectos de vida adaptados y consensuados con las personas beneficiarias.

En el modelo de intervención de ASISPA se reconoce la importancia de la participación de las personas en sus propios procesos y en la planificación de actividades del centro, independientemente del nivel de limitaciones físicas, cognitivas y/o el grado de dependencia.

Las residencias y centros integrados en nuestra entidad han renovado las certificaciones de calidad, con un esfuerzo constante en mejorar los procedimientos de actuación, a través de una revisión de los procesos, modos de hacer, procedimientos y protocolos. Cámara Certifica concedió la renovación de los certificados de calidad nº SS.1851.10 del sistema de gestión de la calidad: UNE 158101: hasta 13/09/2026 y el certificado nº 1.096.0902 UNE-EN ISO 9001 hasta 14/10/2026.

Perfil de la persona usuaria.

La franja de edad en la que se sitúan mayoritariamente las personas atendidas se sitúa entre los 80-90 años (478), seguida de las personas mayores de 90 años (264), mientras que los/las menores de 65 años conforman el menor número (30).

1.048

es el número de personas que se han atendido en 2023 en los servicios de residencia, centro de día y respiro familiar, de las cuales

783 mujeres

265 hombres

En todos los casos, salvo en los tramos de menor edad, el porcentaje de mujeres supera significativamente al de hombres.

75%

Satisfacción con el servicio. El porcentaje global de satisfacción con el Servicio de Residencias es de un **91.2%.**

Se han registrado un t**otal de 194 agradecimientos durante el año** procedentes de familiares, entidades públicas y residentes... Así mismo, se han recibido numerosas muestras de agradecimiento verbales, WhatsApp, etc.



Actividades realizadas

Dentro de la programación de los centros se han desarrollado más de medio millar de actividades de todo tipo: religiosas, intergeneracionales, de convivencia y voluntariado, sociocomunitarias o talleres significativos...

Restauración de muebles, como actividad significativa y de recuperación de las tradiciones. La cultura del reciclaje y el aprovechamiento tan presente en el mundo rural se ha convertido en la residencia Las Amapolas en una actividad terapéutica y significativa, a través de la cual, han dado una nueva vida a mobiliario en desuso del centro a través de un taller

de restauración. Esta actividad, englobada en las actuaciones AICP, ha propiciado el trabajo en equipo, el recuerdo de habilidades cotidianas, seguir trabajando la consciencia ecológica y el gusto por el tradicional trabajo manual.

Colaboración Comunitaria. Con el objetivo de incrementar la participación de las personas mayores en la vida social y cultural del municipio de Magán, la residencia ha colaborado con la Asociación Espacio Joven durante el año 2023. A través del desarrollo de diferentes talleres



de belleza y autocuidado, elaboración de helados, ergonomía y espacios como la celebración del día de la mujer, desde un enfoque intergeneracional, uniendo a residentes, familiares y jóvenes de la localidad, han podido compartir espacios comunes, intereses, todo ello enmarcado en un ambiente lúdico que fomenta espacios de relación positivos.

La importancia del Afecto. El día 20 de enero se celebró en el centro Soto Fresnos y en la Residencia ASISPA II, EL DÍA INTERNACIONAL DE LOS ABRAZOS. Esta jornada permitió una reflexión conjunta sobre la importancia de los vínculos, la Soledad No Deseada y los múltiples beneficios del abrazo en el estado de ánimo y emocional de las personas. Este "taller de abrazos" entre residentes y profesionales, puesto en práctica, puso de manifiesto la importancia en el día a día de propiciar tranquilidad, calma y sosiego a través de esta herramienta terapéutica.



Terapia Equina. Dando continuidad a la Terapia Asistida con Animales, el día 25 de abril, tuvo lugar en la Residencia Soto Fresnos una sesión de Terapia con Caballos.

En colaboración con HÍPICA DE GUADALIX DE LA SIERRA, a través de las indicaciones de dos monitoras y con la participación de dos caballos, las personas usuarias del centro con y sin deterioro cognitivo tuvieron la oportunidad de ejercer cuidados a los equinos, peinando, y dando de comer entre otras actividades.

Esta terapia propicia la expresión de emociones y la comunicación, suponiendo una herramienta alternativa y complementaria a las terapias tradicionales.

Fomentando la continuidad de los vínculos. La importancia de la participación de la familia en el día a día de los centros hace necesario crear espacios donde los y las residentes






ASISPA
Residencial
Soto Fresnos
NO MAS GUERRAS
VIVA LA VIDA, Y OLÉ







continúen su proyecto vital y mantengan sus relaciones personales. La celebración de San Valentín, a través de una cena romántica dirigida a todas las parejas y sus acompañantes, con ambientación musical, decoración para la ocasión y espacios reservados, permitió disfrutar de un momento íntimo y de calidad.

Un día de película. Con motivo del casting para una película del actor y director Daniel Guzmán, tres residentes tuvieron la oportunidad de mostrar sus dotes artísticas. La preparación de lecturas y puesta en escena, la elección de la ropa e incluso del peinado y maquillaje las puso en el foco de la atención mediática del centro y de la cinematografía española.

Cuidado del medio ambiente. En colaboración con ECOEMBES, a través de talleres formativos y actividades prácticas, se incrementó la conciencia medioambiental de residentes, familiares y del equipo. El centro dio un pasito más en el reciclaje, ampliando los conocimientos y los puntos de reciclado ya existentes en el centro.

Investigación y bienestar. ASISPA, en colaboración con Guayko Asociación canina y bienestar social, la Universidad Autónoma de Madrid en el marco del Máster en Etología Aplicada e Intervención Asistida con Animales, ha participado en un Proyecto de investigación de Terapia con el objetivo principal de evaluar cómo la interacción con perros afecta la salud física y mental de los residentes, especialmente en áreas como la reducción del estrés, la mejora del estado de ánimo y la sensación de bienestar general. A través de paseos, juegos y sesiones de terapéuticas dirigidas por especialistas, el estudio ha pretendido demostrar el impacto positivo en la salud de las personas, reduciendo sentimientos de soledad, promoviendo la socialización y fomentando el autocuidado y salud física.

Innovaciones tecnológicas. ASISPA se consolida el uso de la nuevas tecnológicas en la atención como herramientas complementarias y que favorecen la autonomía de las personas. A través de **Obie**, plataforma de juegos de estimulación física y cognitiva. Se trata de juegos diseñados para estimular la








Reciclador del día




Vegetables
Fresh & Delicious
Fresh
FRUITS
is always
a good
idea
Milafruit
PEACH HALVES
IN LIGHT SYRUP



mente, fomentar la actividad física y promover la interacción social en adultos mayores. **DUALBIKE**, es otra plataforma digital interactiva compuesta por un equipo de pedaleo, un mando de control y un sistema audiovisual que permite sincronizar el pedaleo con la actividad cognitiva en la pantalla.**Consolas como WII BALANCE BOARD,** donde practicar entre otros ejercicios de equilibrio y coordinación que mejoran la rehabilitación tradicional.



Se une el uso en el día a día, de herramientas tecnológicas cotidianas, como **ALEXA**, con el objetivo de promover la reminiscencia en el contexto de la terapia ocupacional utilizando la música, la información general y otros elementos que han sido significativos de su vida.

¡¡TENEMOS VOZ!!! La voz de las personas usuarias del CIM Jazmín ha ocupado las ondas del distrito de Ciudad Lineal. Gracias a Radio Enlace, y su podcast mensual, se ha dado un espacio radiofónico que ha supuesto un punto de encuentro y tertulia, en el que se da visibilidad a la labor del centro y sus actividades, todo ello contado en primera persona por sus protagonistas, dando valor a sus relatos, anécdotas y vivencias en el día a día en el centro.

Intervención asistida con animales. En 2023 el CIM JAZMÍN en colaboración con la Asociación Sentido Animal se desarrolló proyecto de intervención compartiendo un espacio de motivación, diversión y seguridad donde abordar los objetivos educativos, sociales, físicos y cognitivos con las personas atendidas, realizando una intervención individualizada y adaptada a cada grupo durante 15 sesiones se han mejorado competencias personales y capacidad de relación social y se ha reforzado la autoestima, potenciando la autonomía personal de las personas mayores así como la activación de la memoria.



Mujeres mayores
y edadismo



La doble invisibilidad

En 1993, la Asamblea General de las Naciones Unidas adoptó la Resolución 48/10 para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, en la que ésta se define como “todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer (...)”.

En esta resolución se determina por primera vez un hecho: las mujeres son objeto de violencia por el simple hecho de ser mujeres y con el objetivo de mantener o incrementar su subordinación al género masculino. Su origen se encuentra en la falta de equidad en las relaciones entre hombres y mujeres en diferentes ámbitos y en la discriminación persistente hacia las mujeres.

Pocos años más tarde, en 1999, la propia Asamblea General proclamó el 25 de noviembre como el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, con el objetivo de dar visibilidad a un fenómeno social presente - tanto en el ámbito doméstico como en el público -, en diferentes vertientes (física, sexual, psicológica, económica, cultural y otras) y que afecta a las mujeres desde el nacimiento hasta la edad avanzada. un problema global como demuestra el hecho de que el 70% de la población femenina declara haber sufrido algún tipo de agresión por motivo de género en el transcurso de su vida.

Aunque todas las mujeres, en todas partes del mundo, pueden sufrir violencia de género, algunas son particularmente vulnerables. Si la violencia de género se sostiene en la desigualdad, todos los factores que incidan en la desigualdad les hará ser más vulnerables ante dicha violencia.

En el caso de las mujeres mayores, hay que tener en cuenta que nacieron y se criaron en una época en la que las costumbres sociales establecían el poder de los hombres en todos los ámbitos y las mujeres debían estar sometidas a este poder. Este modelo – más vigente en la actualidad de lo que pensamos -, se basaba en la desigualdad en la relación dentro de la pareja, atribuyendo el a las mujeres el rol sumiso como buenas esposas y cuidadoras de la familia, frente a un rol dominante del marido como proveedor económico. La instauración de la sumisión femenina ha venido favoreciendo y sustentando la violencia de género desde hace siglos, a lo que se suma, en el contexto actual, una visión estigmatizadora de las personas mayores, **que no hace sino contribuir a la doble invisibilización de las mujeres mayores víctimas de violencia de género.**

En muchos casos nos encontramos con mujeres que llevan décadas sufriendo malos tratos por parte de sus maridos y que continúan sufriéndolos, incluso en mayor medida, mientras que han de cuidarlos en sus años de vejez, perpetuándose el daño por el abuso continuado. Además, estas mujeres sufren, como parte del maltrato, de aislamiento social, lo que las aleja de los apoyos y los recursos que las podrían ayudar a salir de esas terribles e invisibles situaciones.

Desde el Movimiento #StopEdadismo creemos que es necesario evidenciar el hecho de que las mujeres mayores asumen dosis más elevadas de desigualdad y subordinación y de que son objeto de discriminación por edad en mayor medida que los hombres mayores. Esta doble discriminación está en la base de la invisibilidad de la violencia de género contra las mujeres mayores, vulneración fundamental de sus derechos humanos de la que hay que hacer consciente a la sociedad si queremos que ésta sea más justa e igualitaria.

Miguel Ángel Fernández
Jefe de Administración
Departamento Financiero

"Una acción clave consiste en educar y sensibilizar a los equipos profesionales de la salud y del sector sociosanitario sobre el edadismo.

Proporciona capacitación y recursos para reconocer y abordar los prejuicios basados en la edad en la práctica diaria".

Charo Reina
Embajadora del movimiento #StopEdadismo
ASISPA

"El edadismo es una forma insidiosa de discriminación que afecta tanto a nivel personal como profesional.

Por el mero hecho de cumplir años nos enfrentamos a prejuicios y barreras en el ámbito laboral, médico y social. Y es precisamente eso, la edad, lo que nos hace tener mucho que aportar, tanto en términos de experiencia como de habilidades. **La sociedad debe valorar y aprovechar estas contribuciones".**

Gabriel Gómez Otero
Alumno en prácticas
ASISPA

"Reconoce lo valioso que cada generación aporta. La experiencia no caduca; es un bien que enriquece".

Raquel Jarillo García
Directora
Area de Residencias e Inclusión Social

"La energía y experiencia de las personas mayores son cruciales para el progreso colectivo. Apoyemos su labor".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Antonio Caba Rubio
Responsable
Departamento de Calidad

"Los cambios que vienen con la edad merecen respeto. Es como si nuestro cuerpo y mente nos dijeran: estamos evolucionando...

Cada cambio nos cuenta una historia. Así que, en lugar de tratar de luchar contra ellos, ¡aceptémoslos y celebremos todo lo que hemos vivido hasta ahora!".

Miriam Llamazares Vázquez
Administración de Personal
Departamento de Recursos Humanos

El encuentro intergeneracional es como mezclar ingredientes diferentes en una receta: ¡hace que todo sea mucho más sabroso!

Al unir a personas de todas las edades en nuestras comunidades y lugares de trabajo, estamos rompiendo barreras y aprendiendo más.

Es como tener un equipo con todas las habilidades, cada una aportando algo único. **Esto no solo combate el edadismo, sino que también hace que nuestras vidas sean más ricas y emocionantes.**

Ana Adame Ortíz
Directora de Relaciones Institucionales y Voluntariado
ASISPA

"Nos limitamos a nosotras mismas cuando nos acabamos creyendo los estereotipos negativos sobre nuestra edad y nos privamos de experimentar la plenitud de la vida en todas sus etapas. Reconocer y desafiar estos prejuicios internos es el primer paso para acabar con el edadismo".

Daniel Campos Carreras
Oficial Informático Departamento Tecnológico
ASISPA

"Abre espacios de diálogo.

Facilita conversaciones abiertas y honestas sobre el edadismo y sus efectos, creando oportunidades para aprender y crecer como comunidad".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Jose Casas
Jefe de Área de Selección y Desarrollo
Departamento de Recursos Humanos

“Necesitamos más formación para todas las edades.

Iniciativas que brinden oportunidades de aprendizaje y crecimiento independientemente de la edad, como clases, talleres y actividades recreativas. Cuanto más formación, más cohesión y menos vulnerabilidad”.

Felisa Recarte Goldaracena
Vocal
Junta Directiva ASISPA

“La soledad no deseada afecta al bienestar emocional de la persona y también tiene graves repercusiones en su salud física y mental.

Para combatir este problema deberíamos cambiar nuestras percepciones sobre el envejecimiento y fomentar una cultura que valore y apoye a las personas mayores y su participación activa en la comunidad”.

Lucas Gall Lujan
Técnico Relaciones Laborales
Departamento de Recursos Humanos

“Necesitamos servicios y espacios accesibles; que las instalaciones públicas, como parques, bibliotecas y centros recreativos, sean inclusivas y accesibles para personas de todas las edades y capacidades”.

Isabel Muñoz Romero
Recepcionista, telefonista
Servicios Centrales

Reconoce y celebra las aportaciones sociales, económicas, culturales y emocionales de las personas mayores. Honremos sus logros y contribuciones”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Nuestra actividad diaria en 2023

Inclusión Social

El Área de Inclusión Social de ASISPA viene desarrollando una colaboración público-privada para la gestión de proyectos sociales con el Ayuntamiento de Madrid y con la Comunidad de Madrid, incrementando de forma paulatina su experiencia en la gestión de proyectos de atención a otros colectivos vulnerables y la confianza de entidades públicas.

Con los proyectos desarrollados por el Área de Inclusión Social se facilita atención, acompañamiento y apoyo a personas con diferentes perfiles de vulnerabilidad y exclusión social desde un enfoque de derechos y de género:

- Familias en situación de exclusión residencial.
- Personas solas o familias migrantes en situación de exclusión, vulnerabilidad y/o solicitantes de Protección Internacional.
- Familias o personas solas en grave exclusión social que precisan de alojamiento de emergencia.
- Jóvenes entre 18 y 25 años en situación de sinhogarismo.
- Personas sin hogar en procesos de mejora y recuperación de habilidades para el aumento de autonomía y acceso/reincorporación al mundo laboral.

En 2023 el Área de Inclusión Social de ASISPA ha gestionado siete proyectos que detallamos a continuación:

- **30 Viviendas temporales, supervisadas y compartidas** que ofrecen alojamiento alternativo para 42 familias.
- **Servicio de Emergencia Temporal "Caracolas"** con 300 plazas de alojamiento y acompañamiento social y educativo.
- **Atención socioeducativa a 164 personas sin hogar** en el Centro de Acogida san Isidro.
- **Atención, información, formación y asesoramiento jurídico a personas inmigrantes** en dos Centros de Participación e Integración de Inmigrantes de la Comunidad de Madrid
- **"Programa A Tiempo" que ofrece alojamiento y acompañamiento social para jóvenes en situación de calle entre 18 y 25 años.**
- **"Elimu": programa de acompañamiento sociolaboral para personas alojadas en centros y dispositivos de la Red de Atención a Personas sin Hogar** con talleres para su inserción social y el apoyo al empleo individualizado.

Durante el año 2023 se ha atendido a un total de

7.814

personas en todos los proyectos gestionados, que suponen para la entidad **una importante oportunidad de influir en la mejora de la calidad de vida de personas vulnerables a través del acompañamiento individualizado y grupal** en diferentes esferas: vivienda, trabajo, formación y capacitación para el empleo, mejorando su nivel de autonomía e independencia institucional.

En relación con el sexo, el perfil de personas atendidas es mayoritario en mujeres (60.64%).

Los/las menores, representan el 14.91% de personas atendidas frente al **85.09% de personas adultas.**

A la luz de estos datos podemos señalar que **las mujeres en exclusión participan más activamente en programas de capacitación y formación** orientados a mejorar su autonomía, así mismo, se posicionan como "cabeza de familia", en situaciones de exclusión residencial y/o en proceso migratorios. De la población atendida, destaca que **los hombres protagonizan mayores niveles de exclusión social de forma mantenida en el tiempo.**

Algunas cifras de las acciones y actividades desarrolladas en 2023:

1.094

Informes de arraigo social y de adecuación de vivienda

CEPI Leganés

3.078

Intervenciones Profesionales

Servicio: Alojamiento Alternativo Para Familias

1.014

Talleres para la inserción social y el apoyo al empleo individualizado

Elimu

401.030

Servicios de alimentación

Servicio de Emergencia Temporal "Caracolas"

2.747

Entrevistas de seguimiento

Servicio de Emergencia Temporal "Caracolas"

446

Atenciones psicológicas indviduales

Programa A TIEMPO

1.067

Acompañamientos personalizados

Servicio de Actividades Socioeducativas Centro de Acogida San Isidro

78

Cursos de español

CEPI Collado Villalba

En favor de la autonomía:

El aprendizaje del idioma es clave como herramienta de integración social, se han reforzado los conocimientos de la lengua castellana como medida necesaria y transversal de integración social a través de talleres orientados al aprendizaje del castellano, en CEPI Collado Villalba y Leganés, CET "Caracolas" y en Talleres Elimu. En este último proyecto, se ha puesto el foco en la capacitación y mejora en acceso a las NTIC, favoreciendo, entre otros, la independencia y autonomía de las personas atendidas en su relación con las administraciones públicas: certificado digital, administración electrónica, gestiones y trámites, etc.

Además, los CEPIS son Centros de Examen Homologados del Instituto Cervantes formando parte de la Red de centros de examen CCSE 2023 (Prueba de Derechos Constitucionales y Socioculturales de España) siendo uno de los cursos más demandados el de preparación para el examen de la nacionalidad española.

Estos centros realizan actuaciones específicas de inclusión de las personas inmigrantes, con el objeto de favorecer sus posibilidades para incorporarse al mercado



de trabajo, desarrollando proyectos y actividades individuales como grupales, dirigidas a toda la población inmigrante, independientemente de su situación social o administrativa, a la población autóctona y a emigrantes retornados.



Actividades significativas

El Taller de Unidades de Convivencia, en su primera edición, ha durado tres meses. Está destinado a personas usuarias de la Red de Atención a personas en situación de sinhogarismo, que se encuentren en una fase de autonomía y motivación suficiente para iniciar su proceso de salida de la red a espacio de convivencia no institucionalizado, de forma individual o compartida. En la programación se han abordado diferentes temáticas que han ido desde el conocimiento de la situación de la vivienda en Madrid, precios, zonas más y menos asequibles y alquiler de habitaciones versus alquiler de viviendas, hasta el contenido y forma de un contrato de alquiler, derechos y obligaciones de arrendadores y arrendatarios en virtud de la LAU y todo el proceso de alquiler de un alojamiento.

Además, se han trabajado herramientas y competencias para la vida independiente y desinstitucionalizada y se ha incidido especialmente en cuestiones cotidianas de convivencia y autonomía: alimentación, elaboración de presupuesto semanal, ahorro, limpieza y reparaciones, reciclaje, prevención de accidentes, interpretación de facturas, dinámicas de convivencia y resolución de conflictos...

Este taller, ha contado con la creación del "Espacio ¿Compartimos?" donde las personas participantes de esta primera edición y de las futuras que estén interesadas en generar unidades de convivencia con otros/as participantes, entrarán en una bolsa en la que podrán buscar y encontrar potenciales compañeros/as

En Talleres Elimu también se ha generado un espacio seguro dirigido a las mujeres usuarias del recurso para trabajar la sensibilización en materia de género y el empoderamiento de las mujeres, el ESPACIO MUJER.

Se entiende como un lugar propicio para el surgimiento de un grupo de apoyo mutuo. Ofrece un espacio ajeno a los centros y programas de residencia dónde se facilita la creación de relaciones ajenas a la convivencia, pudiendo configurarse como relaciones positivas. Se han desarrollado diferentes actividades en los espacios comunes del centro que generan conciencia de igualdad y visibilizan las desigualdades estructurales de género: exposiciones, ciclos de cine, conferencias, documentales, etc., que visibilicen a las mujeres, así como la realización de actos conmemorativos del 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer o el 25 de noviembre, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.

Colaboración Proceso de Experimentación del DELE A2

Un año más, el CEPI de Leganés fue seleccionado por la Unidad de Certificación Lingüística del Instituto Cervantes para colaborar en el Proceso de Experimentación de la Prueba Expresión e Interacción Escritas (EIE) del DELE A2. Así, el 15/02/2023 y el 05/07/2023 el CEPI Leganés participó activa y satisfactoriamente en las pruebas de experimentación de la Prueba de Expresión e interacción escritas (EIE) del DELE A2, lo que no sólo fue de gran utilidad para el Instituto Cervantes, sino también para el CEPI como preparación del alumnado de los cursos de español interesados en presentarse en la convocatoria de la prueba DELEA2 para la nacionalidad española.

Jóvenes de A Tiempo en Voluntarios por Madrid

Los/as jóvenes atendidos en el Programa A Tiempo participaron de diversas actividades deportivas de Voluntarios por Madrid, como voluntarios y voluntarias; atendieron a otros ciudadanos en sus consultas y colaboraron en el desarrollo de las jornadas. Estas actividades propiciaron el cambio de rol de los jóvenes, como ciudadanos de pleno derecho, otorgándoles responsabilidad





de parte del buen desarrollo del evento, motivándoles a la participación ciudadana y a la adquisición de consciencia y responsabilidad social, a través de una metodología de intervención basada en la confianza en sus capacidades, para el desarrollo de una actividad municipal en el entorno comunitario, fuera de los contextos de exclusión.

Campaña #ODIOZERO

ASISPA ha desarrollado una campaña dedicada a la lucha contra los delitos de Odio y a favor de la plena inclusión de colectivos vulnerables. Desde los proyectos que gestiona la entidad, se han desarrollado actividades de sensibilización y concienciación de las personas atendidas, dándoles visibilidad y haciendo participes a las personas atendidas. La difusión en redes sociales ha propiciado el conocimiento de la campaña y la concienciación de la ciudadanía.

Formación y reflexión continua

Durante el año se ha seguido apostando por la capacitación continua de los y las profesionales, desde un enfoque interdisciplinar, a través del desarrollo de Supervisiones Técnicas con profesionales externos en los proyectos de PAAF, CET "Caracolas" y A TIEMPO, con especialistas externos de formación. **Orientada entre otros aspectos a mejorar la capacitación y manejo de la modulación del estrés en situaciones críticas, al análisis de casos prácticos del entorno laboral, a implementar la inteligencia emocional en el contexto de la intervención.**

Practicas formativas

Las sedes de los CEPIS, Talleres Elimu, PAAF, Actividades Socioeducativas CASI y CET Caracolas han albergado las prácticas de diferentes Módulos Formativos de Ciclos Educativos de Enseñanza Secundaria. Una oportunidad de acompañar en el aprendizaje de futuros profesionales de la acción social, así como de generar una visión positiva de las personas en situación de exclusión.





Enfoque de género

ASISPA está comprometida con la perspectiva de género en todas sus áreas y procedimientos, evidenciando un enfoque consciente y proactivo en la contratación, planificación e implementación de proyectos, servicios y centros durante el año 2023, como política de la Entidad.

Las necesidades y demandas de las mujeres son complejas y van cambiando, y los procesos de inserción suelen ser largos y complicados: situaciones de desempleo, mayor entre las mujeres, precarización de los empleos feminizados (brecha salarial, contratación temporal, jornadas parciales), las responsabilidades de cuidados, que recaen principalmente por mujeres, etc, por lo que en todos los centros y programas se ha realizado una atención integral, para abordar las necesidades de las mujeres desde una planificación de las intervenciones y un enfoque multidimensional actuando en red.

La atención ofrecida en los proyectos gestionados ha sido individualizada, **atendiendo a las necesidades, expectativas y capacidades de las mujeres para mejorar su autonomía personal y su empoderamiento.** Todo esto a través de un acompañamiento personal cuya finalidad ha sido desarrollar un modelo de atención integral y centrada en la persona en todos y cada uno de los proyectos.

En el plano de la intervención, hay que destacar la colaboración establecida con recursos de atención especializada en género y salud de mujeres con vulnerabilidad por parte de los Proyectos y servicios del Área.

A nivel comunitario se ha establecido una relación de colaboración con algunos de los centros de la red de Espacios de Igualdad del Ayuntamiento de Madrid:

- Espacio de Igualdad Emilia Pardo Bazán.
- Espacio de Igualdad María Zambrano
- Espacio de Igualdad Juana Doña
- Espacio de Igualdad Lourdes Hernández (Grupo de Hombres)
- Espacio de Igualdad María Moliner










VILLA DE VALLECAS




NECESITAMOS VIVIEN
ECONÓMICAS
NADIE SIN HOGA



- Espacio de Igualdad Lucía Sánchez Saornil.
- CMS Navas de Tolosa.

De igual forma, la feminización de la inmigración, así como de la pobreza, entendida como los mecanismos y barreras sociales, económicas y culturales que generan que las mujeres se encuentren más expuestas a encontrarse en situaciones de riesgo de vulnerabilidad o exclusión social, favorece que muchas mujeres busquen recursos como los CEPI donde les puedan ayudar a mejorar su calidad de vida y la de sus familias.

Participación comunitaria

La participación comunitaria es uno de los pilares en el trabajo del Área de Inclusión Social. Los procesos de autonomía e inclusión de las personas pasan, no solo por el abordaje de las situaciones de crisis y dificultades, sino que es necesario contemplar todos los factores que puedan incidir en los procesos de recuperación y mejora para el adecuado ejercicio de sus derechos y el incremento de sus circunstancias personales y sociales. Es por ello que tanto los profesionales como las personas usuarias de los servicios participan de forma activa en actividades y propuestas comunitarias.

Desde el Programa A Tiempo se ha acudido de forma mensual a las reuniones de la Coordinadora de Entidades de Intervención Social del Distrito de San Blas Canillejas, donde se encuentra uno de los alojamientos del Programa, un espacio de relación entre entidades, recursos, servicios e instituciones que están vinculadas con la intervención social en el distrito. Además, se ha participado mensualmente en la mesa de convivencia del distrito, establecido colaboraciones y sinergias con la Plataforma Vecinal, AAVV Amistad de Canillejas, AAVV Las musas, AAVV San Blas, Servicios de inclusión de San Blas, Asociación de Feministas, Asociación Horuelo y la Asociación vecinal tobogán de luz en Simancas

En la misma línea de convivencia y trabajo sobre el impacto del servicio en el entorno, el Proyecto de Actividades Socioeducativas que ASISPA gestiona en el Centro de Acogida a Personas Sin Hogar San Isidro en Madrid, mensualmente se han programado prospecciones en diferentes horarios, en las que se ha realizado un recorrido con las principales zonas de concentración de personas en el entorno del centro. En estas prospecciones también han participado otros recursos de la red y mediadoras vecinales. Además, se han mantenido dos reuniones con establecimientos y entidades que trabajan en la zona.



Actividades Intercentros

Personas beneficiarias del Centro de Acogida San Isidro, visitaron la residencia Soto Fresnos en Soto del Real. Pudieron disfrutar de un paseo y las vistas de la Sierra de Madrid. Pasaron un día compartiendo actividades, talentos, aficiones. Una comida.

Un espacio de encuentro para intercambiar historias, vivencias vividas, deseos de futuro... En definitiva un espacio de intercambio que fue muy valorado tanto por las personas residentes de la residencia, como por las personas que acudieron del CASI.


ASISPA









Apostamos por el empleo!

Desde los Programas y Proyectos de Inclusión Social de la Entidad, se ha realizado acompañamiento individualizado a las personas atendidas, en sus itinerarios sociolaborales.

El acceso al mercado laboral actúa en los programas y proyectos de inclusión cómo eje vertebrador de la intervención, siendo una de las grandes herramientas de inserción y salida a vida autónoma, permitiendo así finalizar con los procesos de institucionalización.

Para ello, los equipos profesionales han potenciado, de manera personalizada, las "Softs Skills" y las "Hard Skills" de cada una de las personas atendidas, permitiendo así un ajuste de expectativas, un acercamiento real al mercado de trabajo, y un mayor éxito en la consecución del empleo deseado.



En el proceso de acompañamiento se ha establecido, junto a la persona, un itinerario, dibujando así un mapa sobre el que trabajar contenidos digitales, entrenamiento para las entrevistas o apoyo de gestiones telemáticas necesarias.

La formación y prácticas laborales han actuado como elementos integradores de las personas usuarias, generando una estructura diaria, conocimientos, motivación hacia una futura búsqueda de empleo. En concreto, en el Programa "A TIEMPO", se han realizado 31 formaciones en coordinación con 24 entidades diferentes, potenciando un trabajo en red imprescindible. Esto ha propiciado que el 100% de jóvenes hayan realizado al menos una formación a lo largo del año 2023.

El 7,6% de las intervenciones se han realizado en esta área.

El 63,6% de las mujeres ha tenido una experiencia laboral a lo largo del año 2023 frente al 32,7% de los hombres.

Desde el proyecto de Talleres para la inserción social y acompañamiento para el apoyo al empleo personalizado, en 2023, se han realizado 53 acompañamientos laborales, suponiendo el 35 % de las personas atendidas las que solicitaron apoyo en la búsqueda activa de empleo.

Las personas beneficiarias cuentan con un perfil laboral más definido lo que supone que la formación haya pasado a ser una herramienta más de actualización y no la protagonista de la intervención.

Destacar que las mujeres han sido mayores protagonistas de este servicio a lo largo de 2023 siendo el 57'7% de las personas atendidas.





Desafíos y soluciones

El edadismo no es exclusivo de un grupo demográfico particular. Si bien es comúnmente asociado con la discriminación contra las personas mayores en el ámbito laboral y social, también puede afectar a la juventud de diversas maneras.

El edadismo entre la juventud manifiesta a través de estereotipos negativos, falta de reconocimiento y subestimación de sus habilidades y contribuciones. Reflexionar sobre estos desafíos es esencial para abordarlos de manera efectiva y promover una sociedad más equitativa.

Uno de los principales retos a los que enfrentan los y las jóvenes es la falta de reconocimiento de sus habilidades y logros. A menudo se les subestima debido a su falta de experiencia o a la percepción de que son menos capaces que sus colegas mayores. Esta actitud puede socavar su confianza y su autoestima, dificultando su progreso profesional y personal.

Podemos añadir a la lista otros estereotipos, como la percepción de que son perezosos/as, irresponsables o poco confiables. Estos prejuicios pueden influir en las decisiones de contratación, promoción y acceso a oportunidades educativas, limitando las opciones y perspectivas.

Para abordar el edadismo entre los jóvenes, es fundamental promover una cultura de respeto y reconocimiento de las habilidades y contribuciones de todas las personas, independientemente de su edad. Esto incluye fomentar la igualdad de oportunidades en el ámbito laboral y educativo, así como desafiar los estereotipos negativos y las percepciones injustas sobre los jóvenes.

Una posible solución es aumentar la conciencia una realidad discriminatoria y sus efectos perjudiciales entre la juventud en particular y la sociedad en general.

Esto puede lograrse a través de campañas de sensibilización, programas educativos y discusiones abiertas sobre el tema en las escuelas, lugares de trabajo y medios de comunicación. Al educar a las personas sobre el edadismo y sus consecuencias, podemos fomentar una mayor comprensión y empatía hacia los jóvenes y promover una cultura de inclusión y respeto mutuo. Además, es importante que las empresas, organizaciones e instituciones eduquen sobre la importancia de reconocer y valorar las habilidades y contribuciones de los y las jóvenes.



Esto puede incluir la implementación de políticas y prácticas de contratación y promoción basadas en el mérito y la capacidad, en lugar de la edad o la experiencia. Al proporcionar oportunidades equitativas para todos los equipos profesionales, independientemente de su edad, podemos fomentar un ambiente de trabajo más inclusivo y diverso.

El edadismo entre los y las jóvenes es un problema que requiere una respuesta colectiva y comprometida. Al promover una cultura de respeto y reconocimiento de las habilidades y contribuciones de todas las personas, podemos construir **una sociedad más justa para las generaciones presentes y futuras.**

Jorge Lara Pérez
Administración de Personal
Departamento de Recursos Humanos

"¡Haz que la gente de todas las edades se involucre en cosas importantes para la comunidad! Esto significa trabajar en actividades comunitarias para resolver problemas que nos afectan a todas las personas integrantes.

Alberto González Marqués
Coordinador Programa A Tiempo
Area de Inclusión Social

"Apoyar programas de voluntariado intergeneracional. Crear oportunidades para que personas de diferentes edades trabajen juntas en proyectos de servicio comunitario y aprendan unas de otras".

Gema Polvorinos Martínez
Coordinadora adjunta
Area de Residencias e Inclusión Social

"La soledad no deseada es un problema que solo afecta a las personas mayores: falso. ¿Qué podemos hacer?... cambiemos nuestro discurso y potenciemos las relaciones sociales cercanas; son un arma buenísima para combatir las soledades en todas las etapas de la vida".

Mary Carmen de Fuentes
Voluntaria
ASISPA

"Desafía las percepciones limitadas sobre el envejecimiento. Participar en las actividades de tu barrio o comunidad te fortalece como persona y te conecta al entorno"


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Elena Sampedro Vacas
Directora General
ASISPA

“Cada persona, cada momento…

A medida que pasan los años, cada persona experimenta el envejecimiento de manera única. **Podríamos decir que hay tantas formas de envejecer como personas en este mundo. Cada momento tiene su valor”.**

Juan Luis Sanguino Guisado
Coordinador Adjunto Programa A Tiempo
Area de Inclusión Social

“Los prejuicios nos llevan a responder con desconfianza y hostilidad hacia lo que percibimos, incluso cuando no representa una amenaza real. Desenmascararlos es responsabilidad de todos y todas”.

Beatriz Ramiro Moragón
Psicóloga
Programa A Tiempo
Area de Inclusión Social

“Creo que es fundamental potenciar la acción psicoeducativa. Nos sirve para revisar e identificar los estereotipos y prejuicios asociados a la edad.

Necesitamos más talleres educativos, formaciones y espacios comunitarios, que aborden esta temática, desde un enfoque integrado. Enriquecen las relaciones interpersonales, enfatizando la cercanía, comunicación y respeto entre personas”.

Estefanía Rodríguez García
Jefa
Area de Prevención de Riesgos Laborales

En un jardín, cada planta necesita cuidados únicos para florecer. Lo mismo ocurre en las entidades y organizaciones: fomentar el crecimiento personal es como darle agua y sol a cada talento.

Al ofrecer oportunidades de desarrollo a todas las edades, cultivamos equipos más diversos y resistentes”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO
STAR WARS
THE
MANDALORIAN


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Sergio González Moya
Coordinador
Alojamientos Temporales para Familias
Area de Inclusión Social

Una ciudad más participativa. Busca maneras de fomentar la participación de personas de todas las edades en la toma de decisiones y en la operatividad cotidiana de nuestros barrios.

Ana Martín Rodríguez
Selección y Desarrollo
Departamento de Recursos Humanos

“Entender que envejecer es simplemente otra parte del viaje es clave.

Así que en lugar de preocuparnos, abracemos cada arruga y cana como trofeos de nuestras aventuras. **¡Cada día es una nueva página por escribir y debemos aprovechar para vivir al máximo!”**

Raúl Carmona Sanz
Educador Social
Programa A tiempo
Area de Inclusión Social

“Destacar la importancia de conocer nuestra historia es fundamental para contrarrestar el edadismo. Al comprender cómo las generaciones pasadas han enfrentado desafíos similares, podemos aprender de sus experiencias y evitar repetir errores”.

David Montero
Actor

“Para abordar el edadismo entre los jóvenes, es fundamental **promover una cultura de respeto y reconocimiento de sus habilidades y contribuciones”**


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO
ROCK & ROLL
Will
19 87
NEVER DIE


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO



Nuestra actividad diaria en 2023

Formación continua

Desde ASISPA apostamos por la formación continua específica para los/as trabajadores/as, con la finalidad de que estos tengan herramientas para desempeñar su puesto de trabajo con la mayor profesionalidad posible y de esta manera fortalecer sus competencias profesionales y personales de forma continua.

En 2023, nos adaptamos a las necesidades formativas de los diferentes perfiles profesionales para abordar aquellas áreas que se consideraban esenciales. Desde el Centro de Formación, se puso especial énfasis en temas como el **Modelo de Atención Centrada en la Persona y el Buen trato, La comunicación no violenta, y las Medidas alternativas a las sujeciones en los centros sociosanitarios.** Además, se incluyeron formaciones sobre la **Detección e Intervención en casos de soledad y maltrato,** así como la **Actualización en Técnicas de Movilización.** También se abordaron diversas temáticas relacionadas con el **Autocuidado y el Bienestar de los equipos profesionales,** siendo este un pilar fundamental de nuestra formación.

La puesta en marcha de iniciativas de formación continua en las entidades conlleva beneficios tanto para los/as profesionales/as como para las organizaciones.

Beneficios para los/as empleados/as.

El personal profesional adquiere nuevas competencias y habilidades que mejoran su desempeño profesional, incrementando su satisfacción y motivación al ver que la organización se preocupa por su desarrollo. Esto, a su vez, aumenta su confianza para asumir nuevas responsabilidades y enfrentar desafíos con mayor seguridad. **Una mejor formación también fomenta la participación activa e innovación, reduce errores y accidentes laborales, y mejora la capacidad de adaptación a los cambios,** lo que disminuye el estrés laboral. Contribuyendo así a un mejor desempeño global y a una mayor efectividad en sus funciones.

Beneficios para las entidades.

El retorno de la inversión en formación continua es evidente permitiendo identificar y aprovechar las fortalezas y debilidades de la plantilla, optimizando la asignación de funciones. **Refuerza la cultura organizacional al contar con profesionales satisfechos e integrados que consolidan los valores y la misión de la entidad.** Además, al aumentar la motivación y satisfacción, se reduce la rotación de personal y se retiene el talento, atrayendo a los mejores perfiles.

En resumen, **la formación continua no solo fortalece las competencias individuales de los trabajadores, sino que también fomenta un entorno laboral más eficiente, innovador y cohesionado.** Esto se traduce en beneficios tangibles tanto para los/as empleados como para la organización en su conjunto.





Impulsando la empleabilidad a través de la formación

A muchas personas, la edad, el nivel de estudios, el aislamiento social, etc. les genera un alto nivel de incertidumbre en relación a las probabilidades de incorporación al mercado laboral.

Si a todo esto, le sumas que eres mujer y que durante muchos años te has dedicado a la labor de ama de casa, la incertidumbre aumenta considerablemente al haberte desvinculado durante años del mundo laboral, o no haber tenido ningún contacto profesional hasta la fecha.

Mas del 80% de personas cumplen con este perfil de personas en riesgo de exclusión social y desempleo de larga duración y acuden al Centro de Formación ASISPA en busca de una solución que dé un giro a sus vidas y encuentran su oportunidad al cursar un **Certificado de Profesionalidad.**

En especial y por la alta demanda de empleabilidad en el sector, **el Certificado más demandado es el de Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales,** que una vez cursado, en la mayoría de los casos ofrece una estabilidad laboral.

Resulta muy gratificante para el **Centro de Formación ASISPA** ofrecer las herramientas y conocimientos necesarios para que estas personas con dificultades para acceder al mercado laboral se sobrepongan a sus dudas e inseguridades y **alcancen su meta: la inserción laboral.**

La Formación Profesional para el Empleo en el ámbito laboral tiene por finalidad impulsar y realizar una formación que contribuya al desarrollo personal y profesional de las personas trabajadoras

(ocupadas y desempleadas), mejorando su empleabilidad y su promoción en el trabajo. Esta formación responde a las necesidades del mercado laboral y está orientada a la mejora de la competitividad empresarial.

21 **Certificados de Profesionalidad han sido ejecutados en 2023** en el Centro de Formación de ASISPA.

El número total de alumnos y alumnas ha sido de **310**

134 personas de las que cursaron los Certificados **han sido contratadas.**

Los Certificados cuentan con el siguiente **número de horas de teoría** impartidas:

6.630

Horas de Prácticas No Laborales en centros sociosanitarios realizadas:

1.480

Los Certificados desarrollados son de naturaleza privada o pertenecen a las Acciones de formación profesional para el empleo con compromiso de contratación, de trabajadores desempleados de la Comunidad de Madrid o al Acuerdo Marco de Formación de la Agencia para el Empleo de Madrid.

Trabajo en Red: Proyectos externos ejecutados por el Centro de Formación ASISPA en 2023 con entidades colaboradoras

Santa María la Real fundación
Torrejón de Ardoz AYUNTAMIENTO
Comarca de Bajo Aragón-Caspe Baix Aragó-Casp
IRON MOUNTAIN®
AdSam
CASILLSA
FIATC SEGUROS
traslados y servicios móviles, s.l. cuente con nosotros

Edadismo y entorno laboral



Más talento senior

La discriminación laboral por edad persiste como un desafío significativo en España, planteando cuestiones fundamentales sobre la inclusión en el mercado laboral contemporáneo. En ASISPA creemos que se trata de un reto que nos ofrece nuevas oportunidades.

Más del cincuenta por ciento de las personas que trabajan en ASISPA tiene más de 50 años. En muchas empresas y organizaciones cada vez se valora más el talento senior. Pero, a pesar de los avances en materia de igualdad de oportunidades, las personas mayores siguen enfrentando barreras discriminatorias que limitan su participación plena y efectiva en el ámbito laboral.

¿Cómo se manifiesta esta forma de discriminación en el entorno laboral? ¿Qué impacto tiene en las personas afectadas y en la sociedad en su conjunto?

La discriminación por edad tiene un impacto particularmente significativo en aquellos mayores de 50 años. Según datos de la Encuesta de Población Activa (EPA), en el primer trimestre del año 2022, el desempleo entre personas mayores de 50 años representó casi el 50% del aumento total de desempleados en España. Este aumento dramático en el desempleo entre los trabajadores y las trabajadoras mayores destaca la urgencia de abordar este problema de manera efectiva.

Para muchas personas, la edad se percibe como un obstáculo para acceder a oportunidades laborales significativas, como la contratación y la promoción. A menudo, se enfrentan a estereotipos negativos relacionados con la productividad, la capacidad de adaptación y la tecnología. Estos prejuicios pueden influir en las decisiones de contratación y contribuir a su exclusión del mercado laboral.

Sin embargo, es importante reconocer el valor único del talento senior y los beneficios que aporta a los equipos de trabajo. Los equipos intergeneracionales ofrecen una combinación de conocimientos, habilidades y perspectivas que pueden mejorar la productividad y la innovación en el lugar de trabajo. La diversidad generacional fomenta un ambiente de aprendizaje continuo y colaboración, enriqueciendo la cultura organizacional y promoviendo la creatividad.

A pesar de estos beneficios evidentes, las personas mayores que pierden su empleo o tienen dificultades para encontrar trabajo debido a su edad enfrentan desafíos significativos. La falta de empleo puede tener consecuencias devastadoras para la autoestima, el bienestar emocional y la estabilidad financiera de los individuos mayores. Además, la reinserción laboral puede resultar especialmente difícil para aquellas personas de 45-50 años, quienes enfrentan estereotipos arraigados y barreras estructurales en el mercado laboral.

Es fundamental que las organizaciones y empresas adopten un enfoque proactivo y centrado en la inclusión. Esto incluye promover una cultura laboral positiva respecto a la edad, fomentar la diversidad generacional y ofrecer formación específica en materia de diversidad para reducir estereotipos y prejuicios. Además, es crucial garantizar igualdad de oportunidades y desarrollar programas de desarrollo profesional y formación accesibles para todas las edades.

La discriminación por edad en el ámbito laboral representa un desafío significativo que requiere una respuesta colectiva y coordinada. Al valorar y aprovechar el talento senior, podemos construir entornos laborales más inclusivos, equitativos y productivos para todas las generaciones. Al hacerlo, no solo mejoramos las perspectivas de empleo de las personas mayores, sino que también fortalecemos la sociedad en su conjunto.

Beatriz Castillo García
Coordinadora de contenidos online
Area de Formación

“Debemos desafiar el edadismo, valorando a las personas por su sabiduría, experiencia y talento, no por el número de años que han vivido”.

Ángeles Moreno Gasco
Auxiliar administrativa
Area de Formación

“Un futuro igualitario para todas las generaciones, colaborando juntas en su construcción”.

Ducinela Antonio Blanco
Administrativa
Area de Formación

“La edad no define quién eres, si no la experiencia que has vivido y la actitud con la que enfrentas el día a día. Formarte siempre, es la clave para avanzar en la vida”.

María Angeles Molina González
Docente
Area de Formación

“La formación es la herramienta más poderosa para combatir los estereotipos de edad y promover la igualdad de oportunidades”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Arturo Cívica Triguero
Subdirector General
ASISPA

“Diseño inclusivo. Necesitamos entornos y productos que sean accesibles y utilizables para todas las personas, independientemente de su edad o habilidades. Es hora de que tengamos igualdad de acceso y usabilidad en nuestro entorno cotidiano”.

Cristina Santos Ortega
Oficial Administrativa
Area de Formación

“La edad no define la valía ni limita el potencial de las personas. Formemos a nuestra sociedad, luchemos por un futuro con mayor integración y oportunidades de crecimiento”.

Beatriz Gil Rodríguez
Responsable de Proyectos Formativos
Area de Formación

“La apreciación de la diversidad de edades enriquece nuestro crecimiento personal y profesional, fomentando un ambiente de respeto y valoración mutua, lo que ayuda a reducir las conductas edadistas”.

Gustavo Oria Crespo
Auxiliar administrativo
Area de Formación

“Frenemos la brecha digital de las personas mayores para una integración plena #StopBrechaDigital”.


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Beatriz Castellanos Vidal
Jefa del Área de Formación

"La edad no define el valor de una persona; su experiencia y sabiduría son un tesoro."

Begoña Martínez García
Coordinadora responsable de formación
Area de Formación

"Llegar a ser mayor, la vejez, es la época privilegiada de aquella sabiduría que generalmente es fruto de la experiencia, porque el tiempo es un gran maestro".

Carmina Mínguez Vázquez
Oficial administrativa
Area de Formación

"La edad no importa. **Es una limitación que nos ponemos en nuestra mente".**

Ana Belén De Gracía Sánchez
Administrativa
Area de Formación

"Fomentemos un ambiente donde el respeto y la inclusión sean independientes de la edad".


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO

Amparo García García
Directora
Departamento de Recursos Humanos

"Promueve la diversidad en tu lugar de trabajo. Aboga por políticas de contratación inclusivas y ambientes laborales que valoren las habilidades y la experiencia por encima de la edad".

María Pradillo Osorio
Administración de Personal
Departamento de Recursos Humanos

"Fomentar la representación diversa en la cultura popular y mediática.

Apoyemos la creación y promoción de películas, programas de televisión, libros y otros medios que muestren una variedad de edades de manera positiva y realista."

Ginés Nadal López
Comunicación
Fundación ASISPA

"Trabajar en una entidad donde la mayoría de las personas casi supera los 50 años aporta experiencia invaluable, sabiduría práctica y estabilidad. Fomenta un ambiente de aprendizaje intergeneracional y promueve la diversidad"

Magdalena Sánchez Astillero
Vocal
Junta Directiva ASISPA

"Para luchar eficazmente contra el edadismo, es crucial dejar de vincular la vejez con la enfermedad de manera automática. Es fundamental destacar que el envejecimiento puede ser una fase de la vida repleta de satisfacción y plenitud."


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO


#STOPEDADISMO



Nuestra actividad diaria en 2023

Responsabilidad Social

La Responsabilidad Social se orienta a la satisfacción e información de las expectativas y necesidades de todos los grupos de interés de ASISPA.

Tiene como objetivo generar procesos que integren en nuestras acciones diarias las preocupaciones, innovaciones y soluciones medioambientales, culturales, sociales y éticas demandadas por la ciudadanía y la sociedad en general.

A continuación recogemos algunas de las acciones más destacadas que hemos realizado en el año 2023



El año comenzó con un sentido homenaje a Luly Zabala, una mujer que con su energía cambió para siempre los servicios sociales de nuestro país.

El acto tuvo lugar en el Centro Cultural Príncipe de Asturias, en el distrito madrileño de Ciudad Lineal donde ASISPA comenzó su actividad y donde ya existe un parque con el nombre de nuestra fundadora.

En el evento se presentó el libro "Luly Zabala, el valor de atender a las personas" y en primicia se estrenó su última entrevista en vídeo.



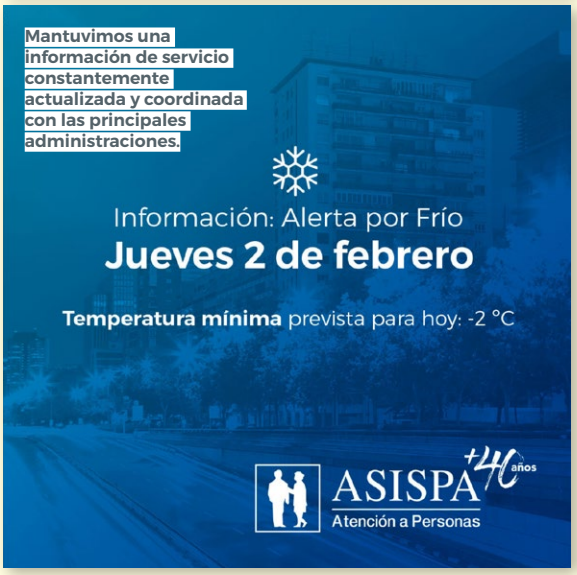







Area de Atención y Prevención del Suicidio
911 385 385
Conversaciones por la prevención del suicidio
Ana Lancho y Ana Adame charlan con Dario Nogués, autor del libro: "Después del suicidio"
La Barandilla
La voz de la diversidad
ASISPA +40 años
Atención a Personas


Apóyanos con tu firma en change.org
sonríe
empatiza
acompaña
visita
#SoledadCero
acércate
reconecta
ASISPA +40 años
Atención a Personas


Mantuvimos una información de servicio constantemente actualizada y coordinada con las principales administraciones.
Información: Alerta por Frío
Jueves 2 de febrero
Temperatura mínima prevista para hoy: -2 °C
ASISPA +40 años
Atención a Personas


EL COLOR EN LA MUSICA


AGENDA 2030
Innovación y tecnología para la igualdad de género
Encuentro digital "Mujeres Conectadas"
#StopBrechaDigital
ASISPA +40 años
Atención a Personas


21 marzo
Día Mundial del
Trabajo Social
#Gracias
ASISPA +40 años
Atención a Personas


La Barandilla
Píldoras sobre la
prevención del suicidio
ASISPA +40 años
Atención a Personas


Beatriz Castellanos, Directora del Centro de Formación de ASISPA participa en el IV Congreso Nacional Dependencia y Sanidad by Alimarket con su ponencia "El reto de la transformación digital como mejora de los procesos formativos"
IV CONGRESO NACIONAL
DEPENDENCIA Y SANIDAD
"EL RETO DE LA TRANSFORMACIÓN DIGITAL COMO MEJORA DE LOS PROCESOS FORMATIVOS"
Alimarket
HIP


Construyendo
puentes
#MesEuropeoDeLaDiversidad
ASISPA +40 años
Atención a Personas


#SoledadCero
Música en directo y cultura para paliar la soledad no deseada
Coro y Orquesta
Skyline High School
Ann Arbor, Michigan. Estados Unidos
Entrada libre hasta completar aforo
Miércoles 29 de marzo. 20 horas.
Iglesia de Nuestra Señora del Perpetuo Socorro
C/Manuel Silvela, 14. 28010. Madrid
MUSIC CELEBRATIONS INTERNATIONAL
ASISPA +40 años
Atención a Personas


29 de abril
Día de la Solidaridad Intergeneracional
ASISPA +40 años
Atención a Personas
#STOPEDADISMO
NO son cosas de la edad


#CanalEmpleoASISPA
Pasión y talento
Se presenta #CanalEmpleoASISPA, un espacio creado para todas aquellas personas que quieren unir su talento y su pasión a nuestra entidad.


Enviamos cada mes las novedades de ASISPA a 50.000 correos electrónicos.
¡Apúntate desde el formulario del pie de nuestra página web: www.asispa.org


Fundación ASISPA fue ganadora del II concurso de colaboración para proyectos de final de vida y/o ayuda al duelo organizado por la empresa municipal Servicios Funerarios de Madrid


#Participa
Feria del Asociacionismo 2023
Encuentro de Asociaciones y Colectivos.
Ciudad Lineal, Madrid
22 abril 2023.
Auditorio El Calero.
10:00 a 19:00 horas
ASISPA +40 años
Atención a Personas

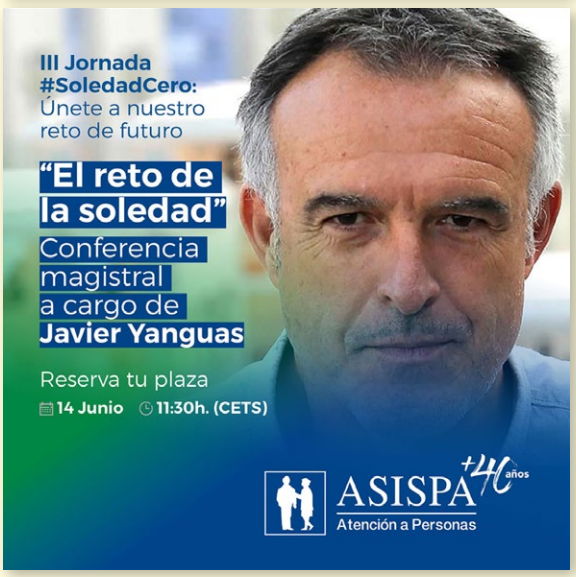

Seguimos editando las historias de vida de la colección "Haciendo Historia" que cuenta con más de 50 entregas.
FRANCISCA ROMAN MARTINEZ


El Alzheimer borra la memoria, no los sentimientos
Desde ASISPA queremos celebrar el día internacional del Alzheimer
ASISPA +40 años
Atención a Personas


ASISPA +40 años
Atención a Personas
DI NO AL ODIO
#ODIOZERO


#SoledadCero
Cultura y música en directo para paliar la soledad no deseada
Music Celebrations International
Greely Chorale
Colorado. EE.UU.
Director: Dr. Galen Darrough
Entrada libre hasta completar aforo
Sábado 10 de Junio. 21 horas.
Iglesia de la Santa Cruz. C/Atocha 6. Madrid
ASISPA +40 años
Atención a Personas


Porque la
salud mental
sí importa
Ven a pedir un Plan Nacional de Prevención del Suicidio
Domingo 11 de Junio. 11 horas.
Puente Calero. Avd. Donostiarra 2. Madrid
ASISPA +40 años
Atención a Personas


III Jornada
#SoledadCero:
Únete a nuestro reto de futuro
"El reto de la soledad"
Conferencia magistral a cargo de
Javier Yanguas
Reserva tu plaza
14 Junio 11:30h. (CETS)
ASISPA +40 años
Atención a Personas


ASISPA +40 años
Atención a Personas
5 junio
Día Internacional del Medio Ambiente


Cada año se suicidan más de 800.000 personas en el mundo.
a cambiar las cifras
Programa semanal
Píldoras contra el suicidio
07.06.2023
Eva Montero
Fundadora de Proyecto Estela y terapeuta de grupos de duelo
ASISPA +40 años
Atención a Personas


XV Jornada de DisCapacidad
Nuevos horizontes del deporte inclusivo
ASISPA +40 años
Atención a Personas


#CanalEmpleoASISPA ha estado presente en la II Feria de Empleo de Retiro con el objetivo de movilizar el tejido empresarial de la ciudad de Madrid y favorecer así la captación de talento y su contratación.
Pasión y talento


TODOS LOS DÍAS SON 1 DE OCTUBRE
DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES
#STOPEDADISMO
ASISPA +40 años
Atención a Personas


"La soledad es un problema que se atribuye a personas las mayores, siendo una manifestación de Edadismo."
Juanma García
III Jornada #SoledadCero
ASISPA +40 años
Atención a Personas


¡Felicidades Carmen en tu 100 cumpleaños!







En 2023 completamos las grabaciones de todos los capítulos de la serie documental conducida por **Charo Reina**

Grandes Vidas con Historia

ASISPA +40 años
Atención a Personas






No estás sola
#25Noviembre
Día Internacional
de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer
ASISPA +40 años
Atención a Personas


2 de octubre
Día Internacional de la No Violencia
ASISPA +40 años
Atención a Personas


compartir
soñar
dar
cuidar
Feliz Navidad
abrazar
llegar
empezar
ASISPA +40 años
Atención a Personas


Homenaje hacia el peregrinaje del Camino de Santiago.
ASISPA +40 años
Atención a Personas


5 diciembre
Día Mundial
del Voluntariado
ASISPA
+40 años
Atención a Personas


Feliz Navidad
Está en tu mano.
Regala una sonrisa
Recogida
solidaria
de juguetes y
alimentos
ASISPA
+40 años
Atención a Personas


Entre todas las personas
que trabajamos en
ASISPA creamos un
espacio web lleno de
alegría y esperanza:
El Mural de los Buenos
Deseos para 2024.


2024 CALENDARIO DE
LA DIVERSIDAD
FUNDACIÓN
DIVERSIDAD
Fundación Vivofácil


PREMIOS
SENDA
ASISPA patrocinó
el Premio Senda
contra la Soledad No
Deseada, una categoría
que ha sido creada
este año y que ha
recaído en el programa
"Acompañando-T"
de la Federación de
Asociaciones Vecinales
y Culturales de Teruel.
Fundación "la Caixa"
ASISPA
+40 años
Atención a Personas

Edadismo
y Redes Sociales



El espejismo de la belleza

La búsqueda obsesiva de la belleza y la juventud eterna como única moneda de cambio válida en nuestras sociedades líquidas (y no tan líquidas), genera, potencia y agrava los comportamientos y actitudes edadistas. La discriminación basada en la edad, se manifiesta de diversas maneras en diferentes ámbitos de la vida, y una de sus manifestaciones más evidentes es la tiranía de los cánones de belleza imperantes.

Una losa que afecta a las personas de todas las edades, independientemente de su red social, su filtro retocador o su plataforma de contenidos en streaming… un glitch que perpetúa prejuicios y estereotipos dañinos. Los cánones de belleza contemporáneos de la publi, de las pelis, de los y las influencers suelen idealizar la juventud, promoviendo la imagen de cuerpos delgados, tonificados y sin arrugas como el ideal de belleza deseable. Todas Barbie. Esta obsesión con la juventud crea una presión implacable sobre las personas, y no solamente las mujeres, para mantener una apariencia juvenil a cualquier costo.

Como resultado, se instalan en nuestras vidas panaceas como la cirugía estética, el uso excesivo de productos cosméticos y dietas extremas, con su devastador precio físico, emocional y comunitario.

El edadismo se entrelaza con estos estándares de belleza para relegar a quien se sale de la norma a un estatus de invisibilidad y marginación. Las arrugas, las canas y otros signos naturales del envejecimiento son vistos como defectos que deben ser corregidos o disimulados, en lugar de ser celebrados como parte integral de la experiencia humana. La normalidad es excluida de la narrativa de la belleza y la moda, y se enfrentan a la discriminación en el lugar de trabajo, en la atención médica, en la comunidad y en otros aspectos de la vida cotidiana.

Y esto no afecta solamente a las personas mayores… El radio de acción de esa tiranía alcanza a los demás grupos etarios….esta obsesión con la juventud también tiene un impacto negativo en las personas jóvenes, y en las de 30, 40 ó 50…, se internaliza la idea de que la belleza y el valor están intrínsecamente ligados a la edad. Esta percepción distorsionada puede llevar a una baja autoestima, trastornos alimentarios y una búsqueda constante de la perfección física, que a menudo es inalcanzable y destructiva.

Es importante reconocer que la belleza es diversa y subjetiva, y que la verdadera trasciende los estándares impuestos por la sociedad. Celebrar la belleza en todas sus formas, incluidas las marcas del tiempo que adornan el rostro y el cuerpo, es fundamental para combatir el edadismo y promover la inclusión y la aceptación de todas las personas, independientemente de su edad.

Además, es esencial desafiar activamente los cánones de belleza y trabajar hacia una representación más inclusiva y diversa en los medios de comunicación, la publicidad y la industria de la moda. Esto implica ampliar la definición de lo que se considera hermoso y celebrar la belleza en todas las etapas de la vida, desde la juventud hasta la vejez.

La educación y la sensibilización nos aparecen aquí, una vez más, como las herramientas más poderosas en la lucha contra el edadismo y la tiranía de los cánones de belleza. Promover la comprensión y el respeto hacia las personas de todas las edades, así como desafiar los estereotipos y prejuicios arraigados, es fundamental para crear una sociedad más inclusiva y equitativa. **Una sociedad en la que todas las personas sean valoradas y respetadas, independientemente de su edad o apariencia física.**


#STOPEDADISMO

¿Quieres enviar al mundo un mensaje contra el edadismo? Hazte una foto de frente y envíanosla junto con tu mensaje a stopedadismo@asispa.org y lo publicaremos en nuestra web.

Escanea este QR para consultar, descargar y difundir el informe de Naciones Unidas 2021-2023 sobre envejecimiento saludable. Vamos a continuar trabajando por #UnMundoParaTodasLasEdades

Súmate al movimiento #StopEdadismo y plántale cara a la discriminación por edad. Firma el manifiesto contra el edadismo y comparte.

+ info y toda la actualidad del movimiento en:

www.StopEdadismo.org

Edita
Departamento de Relaciones
Institucionales y Voluntariado.

Sede Social ASISPA
Edificio Luly Zabala.
C/ Martínez Villergas 6.
28027. Madrid.
Tel: 91 195 00 95

Impresión
Gráficas 82.
Travesía Villa Esther, 18.
Polígono Industrial El Nogal.
28110, Algete. Madrid.

Depósito legal
M-18993-2013



Millón de gracias a todas las personas que han prestado su imagen, sus testimonios y sus acciones para esta Memoria Anual de ASISPA 2023.



ASISPA +40 años

Atención a Personas

Sede Central: Edificio Luly Zabala.
C/ Martínez Villergas, 6.
28027. Madrid.
Tfn: 91 195 00 95
asispa@asispa.org

www.asispa.org