



El innovador proyecto de la Obra Social "la Caixa" cumple dos años impulsando actividades de voluntariado y nuevas tecnologías para fomentar el envejecimiento activo y saludable de las personas mayores del s. XXI

Más de un millón y medio de mayores españoles ya forman parte de la nueva generación Gente 3.0, impulsada por la Obra Social "la Caixa"

- El objetivo del programa **gente3.0** es mejorar el bienestar de este colectivo promocionando la participación social e impulsando actividades y proyectos que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.
- Este proyecto pionero, que la Obra Social "la Caixa" puso en marcha en 2011, supone una evolución del emblemático e histórico programa de mayores de la entidad que se desarrolla en 598 centros de mayores de todas las provincias españolas.
- Desde su puesta en marcha el programa ha demostrado un gran éxito entre los mayores españoles. Un total de 1.534.751 mayores han participado en las 30.361 actividades que se han organizado en toda España. Destacan las iniciativas de Acción Local, proyectos comunitarios en los que los mayores colaboran con actividades solidarias con otros colectivos.

Barcelona, 20 de agosto de 2013.- Cada vez son más los mayores que quieren formar parte de la generación **gente3.0** y aportar sus valiosos tiempo y experiencia a la sociedad, empezando por su entorno más inmediato.

La Obra Social "la Caixa" impulsa desde sus orígenes un programa amplio y diverso para las personas mayores, uno de los colectivos prioritarios para la entidad, con todo tipo de actividades y recursos distribuidos en un total de 598 centros de mayores en todo el territorio para contribuir a su calidad de vida.

Ahora el programa da un paso más y se actualiza en un contexto de creciente envejecimiento y de difícil coyuntura económica.

La nueva generación de personas mayores

El objetivo del nuevo programa **gente3.0** es **fomentar la participación activa de las personas mayores** y nacieras presentes en nuestra sociedad, adaptándose a la vez a sus necesidades actuales. Desde su puesta en marcha en 2011 el programa ha demostrado un gran éxito entre los mayores españoles. Un total de **1.534.751 mayores han participado en las 30.361 actividades que se han organizado en toda España.**

El proyecto se desarrolla, por un lado, a través de los proyectos de participación social y voluntariado, con el que se quiere impulsar la participación activa de las personas mayores a partir de su labor voluntaria en proyectos tecnológicos, culturales y sociales, entre otros. Así, se quiere dar valor a su experiencia y contribuir a su progreso individual y colectivo.

Estos proyectos se articulan alrededor de tres ejes principales. El primero tiene por objetivo **fomentar las relaciones de los mayores con su entorno más inmediato:**

- **Grandes lectores:** participación en tertulias en torno a la lectura de un libro, elegido especialmente por su temática y dinamizado por voluntarios.
- **Acción local:** desarrollo de un proyecto de voluntariado con las entidades y los agentes del territorio, según las necesidades específicas de cada zona. Desde 2011 los mayores españoles han organizado **496 iniciativas de este tipo** como CiberCaixa Solidarias (se han organizado un total de 234) en las que enseñan informática a colectivos en riesgo de exclusión social, talleres intergeneracionales, cuentacuentos o taller de cerámica con los niños de escuelas cercanas, etc.

El segundo eje son los proyectos vinculados a las tecnologías de la información y la comunicación, cuyo objetivo es **acercar estas tecnologías a las personas mayores.** Estos incluyen:

- **Creación de proyectos digitales I y II:** Con esta iniciativa se quiere fomentar el aprendizaje de las tecnologías mediante la elaboración de un proyecto que se define a partir de las inquietudes y las motivaciones de los participantes. De esta manera, tienen que utilizar desde el teclado y el ratón, pasando por el procesador de textos e internet, hasta programas de edición de fotografías y vídeos, a medida que van avanzando en la elaboración del proyecto.

- **Redes sociales:** Taller que tiene como objetivo el que los participantes se introduzcan en el uso de las redes sociales y descubran los hábitos comunicativos que pueden alcanzar gracias a ellas.
- **La red día a día:** Actividad que pretende que los participantes adquieran conocimientos esenciales, como usuarios de las herramientas y aplicaciones digitales más representativas, y así poder decidir qué uso quieren hacer de ellas en su vida cotidiana.

Por otra parte, las actividades de **promoción de la salud y calidad de vida** son:

- **Despertar con una sonrisa:** La actividad pretende contribuir al bienestar y la salud con la finalidad de dar respuesta a las preocupaciones, que surgen a menudo entre las personas mayores, del hecho de no dormir bien y con la voluntad de informar para conocer más del sueño y de las alteraciones ofreciendo estrategias que ayudarán a conseguir un descanso nocturno reparador.
- **Actívate:** este taller a conocer cómo funciona nuestro cuerpo-y el cerebro en particular-, y cuáles son los efectos del envejecimiento poniendo al alcance herramientas para detectar la diferencia entre envejecimiento natural y enfermedad, y nos ayuda a entender la importancia de llevar una vida activa para disfrutar de un mayor bienestar en esta etapa de la vida.
- **ActivaLaMente:** Es una plataforma virtual para que los mayores ponga en forma la mente de una manera entretenida, al mismo tiempo que potencia su autonomía personal. El programa se desarrolla a través de diferentes actividades enfocadas a ejercitar seis áreas cognitivas principales: atención y concentración, memoria, procesamiento visual, procesamiento auditivo, lenguaje y funciones ejecutivas.

Para más información:

Departamento de Comunicación Obra Social "la Caixa"

Marina Teixidó: 93 404 40 92 / 608 09 90 23 / mteixido@fundaciolacaixa.es

<http://www.lacaixa.es/obrasocial>

Sala de prensa multimedia

<http://prensa.lacaixa.es/obrasocial>