



Entre iguales

Mentoría para la
promoción de la
autonomía funcional
de mayores en el
ámbito rural



La Facultad Padre Ossó

Somos una fundación educativa, que tiene entre sus fines la promoción de la educación superior, a través de la Facultad Padre Ossó.

La Facultad Padre Ossó tiene el compromiso de trasladar a la sociedad el conocimiento generado.

Y ofrecer a la población general, y especialmente a los colectivos vulnerables, conocimiento y herramientas para mejorar su calidad de vida.



El proyecto

Que buscamos

Mejorar la calidad de vida de las personas mayores en zonas rurales.

Facilitar que personas mayores voluntarias lideren el aprendizaje de otros mayores, apoyadas por profesionales y tecnología.



¿Qué es una mentoría?

Los mentores y mentoras son personas mayores que se capacitan en procesos de envejecimiento activo, prevención de la salud y dinamización de grupos.

... y posteriormente empoderan a otras personas mayores en el entorno rural.

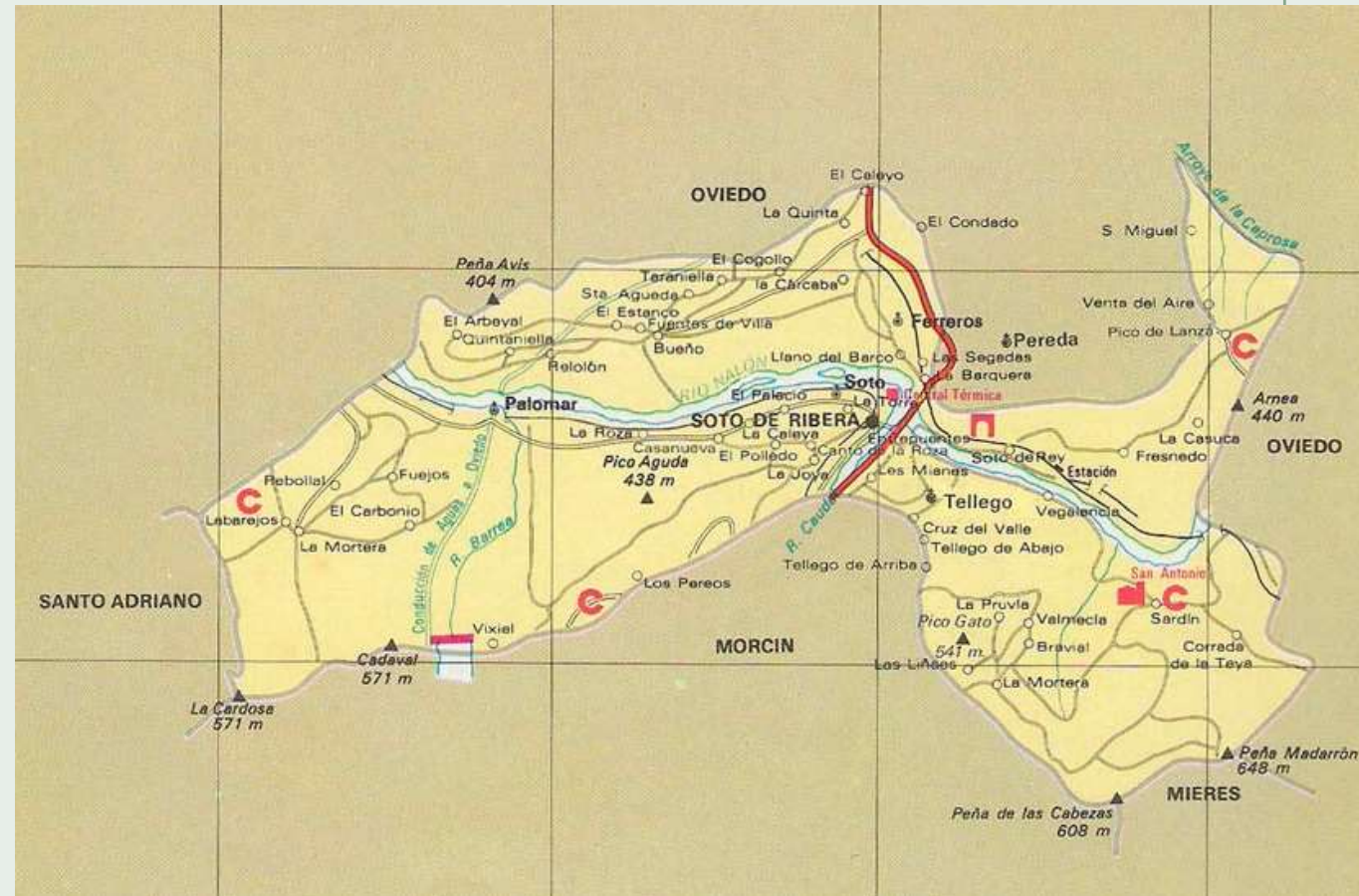
Impulsamos sus **competencias**

- Para el autocuidado
- Para el uso de herramientas tecnológicas

Y desarrollamos una **red de apoyo** contra la soledad no deseada.

Donde

Municipio de Ribera de Arriba



Los retos de una comunidad rural

- Una comunidad en transición.
- La población mayor supone el 23% del total.
- Doble vulnerabilidad: desafíos propios del entorno rural, como el aislamiento social, y la soledad no deseada.
- Brecha digital de la población mayor.
- Las personas mayores son agentes clave para el desarrollo comunitario del territorio rural.
- Al prevenir la fragilidad, los mayores permanecen en su domicilio de forma autónoma durante más tiempo, y mantienen sus rutinas y relaciones sociofamiliares en el entorno.
- Así, vinculan a las familias al territorio previniendo la despoblación rural

Resultados esperados

- **Mentores:**

8 mujeres y 7 hombres

- **Mentorizados:**

100 personas mayores de 65 a.

- ✓ El grupo de mentores se conforma a partir de una convocatoria abierta,
- ✓ los 5 núcleos rurales del municipio cuentan con un grupo de participantes activo, y tutorizado por uno o varios mentores.
- ✓ El grupo de menores se capacita en: envejecimiento activo, dinamización de grupos, y alfabetización digital y nuevas tecnologías.
- ✓ Se crea una red de desarrollo comunitario basada en el envejecimiento activo.
- ✓ Se observa una mejora en los indicadores de depresión y calidad de vida auto-percibida, y el estado de salud física de las personas participantes.

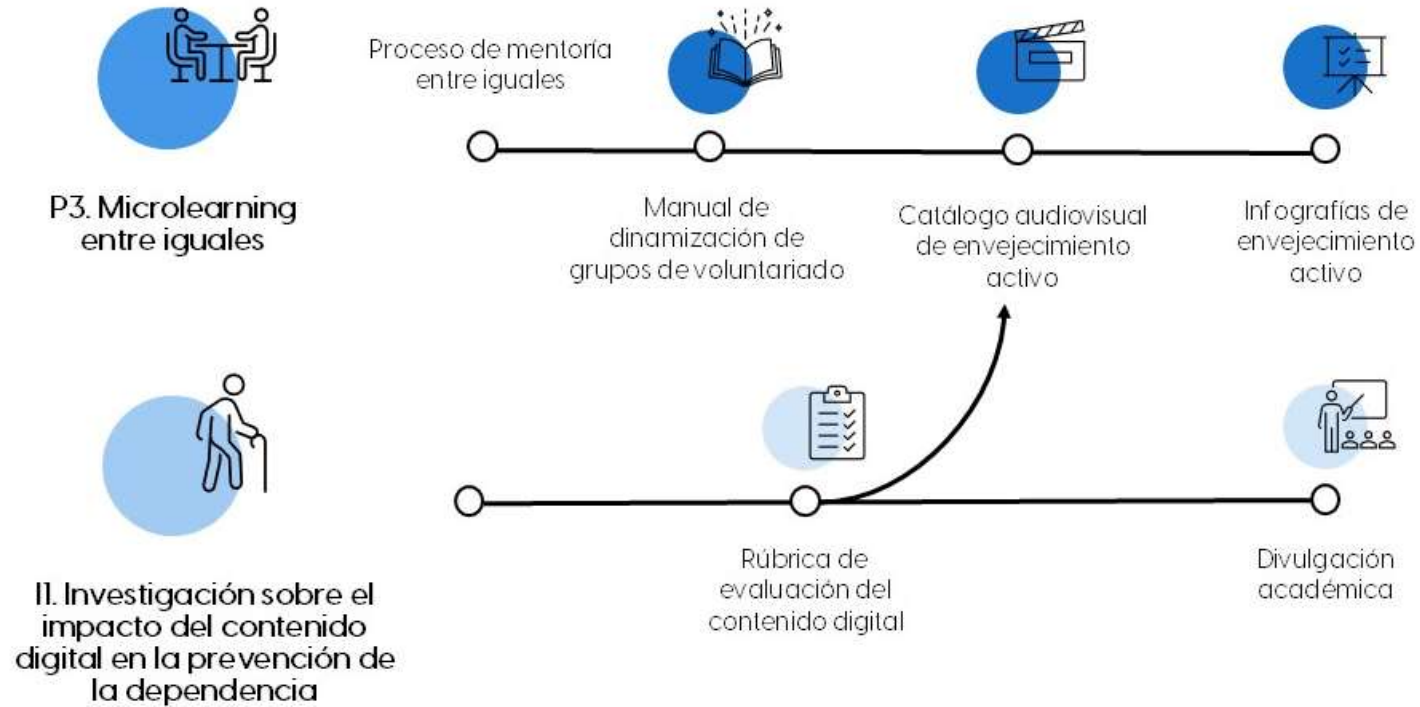
Las bases



- Nace de una **investigación aplicada** [Inypema Living Lab](#)
- Mejoras en el estado de salud física, reducción de indicadores de depresión, y mejor percepción de apoyo social.
- Se combina con la **técnica de microlearning**, un aprendizaje flexible a través de contenidos breves y concisos, accesible en cualquier momento y lugar

Contenidos

Una metodología innovadora



Materiales digitales



Gracias

Eva Rodríguez González
Responsable de proyectos
Facultad Padre Ossó.

proyectos@facultadpadreosso.es