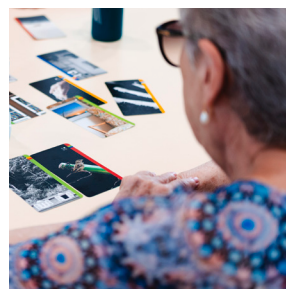


PROGRAMA DE PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

UN ESTUDIO COMPARADO SOBRE LAS ACTUACIONES DEL TERCER SECTOR DE ACCIÓN SOCIAL EN ESPAÑA Y TERCEROS PAÍSES EN EL ÁMBITO RURAL

MEMORIA DE COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN



Con cargo a la asignación tributaria del 0,7% de IRPF del año 2024

CRÉDITOS

Edición: Fundación Diagrama Intervención Psicosocial

Autoría: Ana María Mansilla Castaño, Natalia García Guilabert y Alfonso Andreo Almansa.

Diseño y maquetación:

Fecha: diciembre 2025

Cómo citar:

Mansilla, A.M., García, N. y Andreo, A. (2025). Promoción del envejecimiento activo, autónomo y saludable: Un estudio comparado sobre las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España y Terceros Países en el ámbito rural. Fundación Diagrama Intervención Psicosocial.

PRESENTACIÓN DEL INFORME

Fundación Diagrama Intervención Psicosocial es una entidad sin ánimo de lucro que trabaja desde 1991 en la atención de las necesidades de personas vulnerables o en dificultad social, siempre desde la defensa y promoción de los Derechos Humanos.

La misión de la Fundación es promover y desarrollar centros, servicios, programas e investigaciones destinados a la prevención y al tratamiento e integración de todas aquellas personas que se encuentren en dificultad o riesgo social, en especial niños, niñas, jóvenes, familias, mujeres y personas en situación de dependencia.

Entre sus principales objetivos fundacionales se encuentra el realizar investigaciones, estudios y publicaciones con el fin de avanzar en el conocimiento de la realidad social y su transformación. En esta línea, Fundación Diagrama ha realizado un estudio comparado de las estrategias del Tercer Sector de Acción Social en España y terceros países, concretamente de Islandia, Noruega y Reino Unido, en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.

El propósito del estudio es aumentar el conocimiento del Tercer Sector de Acción Social sobre envejecimiento activo y saludable, específicamente en el ámbito rural, y comprender su papel frente a los desafíos que plantea el paulatino envejecimiento que está experimentando la población española, así como contribuir al diseño de actuaciones que permitan garantizar vidas más prolongadas y de mayor calidad.

Este estudio ha podido ser realizado gracias a la financiación recibida por parte de la Secretaría de Estado de Derechos Sociales del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 con cargo a la asignación tributaria del 0,7% de IRPF del año 2024.

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a todas las organizaciones y personas que de manera desinteresada han contribuido al estudio, aportándonos conocimiento a través de la participación en diferentes actividades.

En este sentido, agradecemos a quienes, en representación de organizaciones internacionales y nacionales, formaron parte de nuestro panel de personas expertas y compartieron sus experiencias y conocimiento: Landsbyggdin lífi (Islandia), CSR Innovative Solutions (Noruega), Food Train (Reino Unido), Befriending Networks (Reino Unido) y la iniciativa voluntaria Red de autocuidados vecinales en el mundo rural: Marca Deza (España). Sus conocimientos y disposición para compartir información fueron fundamentales para el éxito de nuestro trabajo. También a todas las entidades nacionales e internacionales que presentaron sus buenas prácticas y que, con la participación de profesionales o personal voluntario, facilitaron el desarrollo de determinadas fases y actividades del proyecto, como: Internet para las personas – EmancipaTIC, Fundación Santa María la Real, Fundación INTRAS, Asociación Garaje, Asociación Herstóricas, Asociación Riu Fontoria, FADEMUR, SEK (Reino Unido), y Bjerkaker Learning Lab (Noruega). Asimismo, queremos reconocer y agradecer profundamente a todas las personas profesionales y voluntarias que se implicaron activamente en los grupos de discusión, en la encuesta y en el grupo de trabajo. Su disposición para compartir su tiempo y conocimiento fue un pilar fundamental en cada paso de este estudio.

Igualmente, queremos dar las gracias de manera especial a las personas mayores de 60 años que generosamente se involucraron en el grupo de trabajo para compartir con el equipo investigador sus opiniones y su sentir, así como al equipo técnico de Fundación Diagrama que hizo posible que este grupo saliese adelante.

Por último, nuestro agradecimiento a todas aquellas personas que de alguna manera han colaborado en este estudio y en su difusión. También a todas aquellas que con su compromiso diario en diferentes ámbitos contribuyen significativamente a mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores y, en definitiva, a construir una sociedad mejor.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	9
2. MARCO TEÓRICO	11
2.1. GÉNERO Y DIVERSIDAD	11
2.2 . GÉNERO Y DIVERSIDAD	15
2.3. EL PAPEL DEL TERCER SECTOR EN EL ENVEJECIMIENTO RURAL	16
3. METODOLOGÍA Y ÉTICA	18
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO Y PROCESO DE INVESTIGACIÓN	18
3.1.1. Grupos de discusión	19
3.1.2. Grupos de discusión	21
3.1.3. Grupo de Trabajo	23
3.1.4. Encuesta	23
3.1.5. Buenas prácticas	29
3.1.6. Plan de análisis	31
3.1.7. Límites del estudio	32
3.2. CONSIDERACIONES ÉTICAS	33
4. RESULTADOS	34
4.1. SOLEDAD NO DESEADA Y AISLAMIENTO SOCIAL ENTRE LA POBLACIÓN ENVEJECIDA EN EL ÁMBITO RURAL Y URBANO.	35
4.2. SENSIBILIDAD TERRITORIAL EN LAS ESTRATEGIAS ACTUALES DE PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE	38
4.3. PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL: ¿UNA VISIÓN ESTÁTICA DEL ÁMBITO RURAL?	45
4.4. EXTRAPOLACIÓN DE MODELOS URBANOS DE DESINSTITUCIONALIZACIÓN Y REFUERZO DEL TEJIDO COMUNITARIO AL ÁMBITO RURAL EN LAS POLÍTICAS DE PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE	48
4.5. DINAMISMO Y DIVERSIDAD DE LA POBLACIÓN MAYOR RURAL (GÉNERO, ORIENTACIÓN SEXUAL, ORIGEN ÉTNICO, NIVEL EDUCATIVO) EN LAS ACTUALES ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE	54
4.6. LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS TIENEN UN PAPEL RELEVANTE EN LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE EN EL ÁMBITO RURAL	61
4.7. TERCER SECTOR DE ACCIÓN SOCIAL Y LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL	62
5. FUTURAS LÍNEAS DE TRABAJO Y RECOMENDACIONES	64
6. BIBLIOGRAFÍA	66
7. ANEXOS	74

ÍNDICE DE FIGURAS, GRÁFICOS Y TABLAS

Figura 1. Secuencia de las fases del proyecto de investigación.	19
Gráfico 1. Comparación de la variable sexo entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países.	24
Gráfico 2. Comparación de la variable edad entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países.	25
Gráfico 3. Ámbito de actuación de las organizaciones representadas en la encuesta.	26
Gráfico 4. Comparación de la variable 'papel desempeñado' entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países.	27
Gráfico 5. Comparación del tipo de actividad de las organizaciones del TSAS de España y de terceros países.	28
Figura 2. Taller internacional con el panel de personas expertas.	31
Tabla 1. Hipótesis pre-analíticas.	34
Gráfico 6. Problemas más relevantes para las personas mayores en el ámbito rural.	40
Gráfico 7. Principales desafíos que enfrentan las organizaciones del TSAS que trabajan con personas mayores en el ámbito rural.	43
Figura 3. Actuaciones de promoción del envejecimiento activo del TSAS en el ámbito rural.	63

ÍNDICE DE ANEXOS

- Anexo 1. Guion de moderación del grupo de discusión con profesionales
- Anexo 2. Guion de moderación del grupo de discusión con personas mayores
- Anexo 3. Guion de moderación del grupo de discusión con profesionales y voluntariado
- Anexo 4. Modelo de encuesta en español
- Anexo 5. Modelo de encuesta en inglés
- Anexo 6. Árbol de códigos temático
- Anexo 7. Guion del grupo de trabajo
- Anexo 8. Propuestas del grupo de trabajo
- Anexo 9. Programa del Taller internacional con el panel de personas expertas en español
- Anexo 10. Programa del Taller internacional con el panel de personas expertas en inglés
- Anexo 11. Bases de la convocatoria de Buenas Prácticas en español
- Anexo 12 Bases de la convocatoria de Buenas Prácticas en inglés
- Anexo 13 Programa de la Jornada de Buenas Prácticas
- Anexo 14 Programa del Webinar



ÍNDICE DE ABREVIATURAS

FDIP - Fundación Diagrama Intervención Psicosocial

GD1 - Grupo de Discusión 1

GD2 - Grupo de Discusión 2

GD3 - Grupo de Discusión 3

GT - Grupo de Trabajo

TSAS - Tercer Sector de Acción Social

1. INTRODUCCIÓN

El 3 de abril de 2025 se aprobó la Resolución A/HRC/58/L.24 del Consejo de Derechos Humanos de las Naciones Unidas que creaba un grupo de trabajo para la redacción de una Convención Internacional de Derechos de las Personas Mayores, un importante paso en la defensa de los derechos humanos de las personas mayores. Ha sido un largo proceso en el que ha tenido un papel fundamental el Grupo de Trabajo de Composición Abierta de Naciones Unidas (OEW-GA). Este comenzó su actividad en 2010 y la finalizó en 2024, recomendando formalmente en su informe A/AC.278/2024/2 (Naciones Unidas, 2024) la creación de un instrumento internacional jurídicamente vinculante. En este informe se hace referencia al seguimiento de la Resolución 78/177 (Naciones Unidas, 2023), en relación a medidas para mejorar la promoción y protección de los derechos humanos y la dignidad de las personas mayores, prestando atención a la accesibilidad, infraestructuras y hábitat (transporte, vivienda y acceso) y a la participación en la vida pública y en los procesos de adopción de decisiones (Programa Iberoamericano de Cooperación sobre la situación de las personas adultas mayores). En dicho informe se menciona cómo dentro del colectivo de las personas mayores algunas viven situaciones de mayor discriminación, exclusión y marginalización, como las que se identifican entre quienes viven en áreas rurales con menos recursos (Naciones Unidas, 2024, p. 8).

El Tercer Sector de Acción Social ha incidido en esta situación diferencial. Así, Age Platform Europe (2024a, p.4) destaca en su hoja informativa sobre promoción de la participación y el envejecimiento activo que en las áreas rurales la participación se ve dificultada por las limitaciones en la accesibilidad a transporte, servicios y digitalización. También se advierte que la mirada urbana del concepto de envejecimiento activo requiere una adecuación a las realidades del ámbito rural. Al mismo tiempo, se reconoce el doble papel que las personas mayores pueden desempeñar en sus entornos locales, no solo recibiendo servicios, sino contribuyendo al desarrollo rural en sus comunidades locales. Las personas mayores forman parte del “capital comunitario” que sostiene soluciones innovadoras en lo rural (Age Platform Europe, 2024b)

El presente estudio pretende contribuir al desarrollo del conocimiento en algunos de estos temas, tratando de arrojar luz sobre las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España dirigidas a la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural. Además, se plantea desde una perspectiva comparada con tres terceros países: Islandia, Noruega y Reino Unido.

Esta comparación nos permite observar de manera empírica abordajes diferentes de la promoción del envejecimiento activo, rescatando buenas prácticas que puedan servir de inspiración, adaptándolas a las especificidades de la sociedad española. Su desarrollo da continuidad al trabajo realizado en 2023, donde se planteaba una primera aproximación a las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España dirigidas a la promoción del envejecimiento activo, autónomo y saludable desde una perspectiva comparada con tres terceros países. Complementa también los resultados del trabajo realizado en 2024 en el que se abordaba la promoción del envejecimiento activo y saludable en materia de participación. En él se vislumbraban posibles especificidades asociadas a los diferentes contextos urbanos y rurales, lo que motivó el interés por abordar específicamente el envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Ruralidad y envejecimiento

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global. La población mundial está envejeciendo a un ritmo rápido. En los últimos 50 años casi se ha duplicado el porcentaje de personas mayores de 65 años, pasando del 5,5% en 1974 a situarse en el 10,3% en la actualidad. La previsión es que en los próximos 50 años vuelva a duplicarse, llegando hasta el 20,7%. Al mismo tiempo, las personas de 80 años o más verán triplicado su número en este mismo periodo (UNFPA, 2024). En España, actualmente el 20,4% de la población es mayor de 65 años, con previsión de llegar al 30,5% hacia 2055, de acuerdo con las proyecciones del INE (2024).

Sin embargo, el cambio demográfico se manifiesta de forma diferente en las áreas urbanas y en las rurales. Así, en el contexto europeo la población ha descendido entre 2014 y 2019 en 0,8 millones en las regiones rurales. Mientras que, paralelamente, las regiones urbanas han experimentado un crecimiento de 3,8 millones (Comisión Europea, 2020).

Este envejecimiento poblacional forma parte de la agenda política europea, si bien con una mirada bastante centrada en los problemas socioeconómicos. Esto ha generado un discurso sobre el envejecimiento activo que ha priorizado la productividad, el empleo y la permanencia de las personas mayores en el mercado laboral. Desde la Unión Europea se ha trabajado más la perspectiva de la integración institucional, fomentando cambios en las instituciones y la normas, principalmente relacionadas con el ámbito laboral y con la eficacia del mercado laboral (Lassen y Moreira, 2014, p.44). Entre las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social este tipo de discurso está presente, si bien se busca avanzar en un envejecimiento activo con enfoque de derechos, como se identificó durante el desarrollo del programa de 2023 (Mansilla et al., 2024).

No hay un acuerdo unánime respecto a los conceptos de rural o ruralidad. La definición de zona rural que se establece en el artículo 3 de la Ley 45/2007 para el desarrollo sostenible del medio rural: “el espacio geográfico formado por la agregación de municipios o entidades locales menores definido por las administraciones competentes que posean una población inferior a 30.000 habitantes y una densidad inferior a los 100 habitantes por km²” es operativa, si bien desde el ámbito de la investigación en ocasiones se ha aplicado de una forma más flexible, atendiendo más a los modos de vida y a las representaciones sociales sobre los diferentes espacios: “los entornos rurales pueden definirse por sus distintas prácticas espaciales basadas en la localidad (características espaciales, actividades de producción y consumo), cómo se representan y encuadran como distintos de los lugares urbanos, y cómo se imaginan

y viven en un contexto diferente de lo que consideramos “urbano” (Winterton, Skinner & Walsh, 2025, p. 209).

En este estudio es pertinente referirse al ámbito rural en línea con la interpretación que Burgos (2021) ofrece sobre el concepto de ruralidad:

“categoría semántica más expansiva que la de medio rural, polimorfa y polisémica, más dúctil, que posibilita ampliar el espacio de reflexión incorporando nuevas miradas y lecturas. Una ruralidad —que en realidad son múltiples ruralidades— concebida no solo como espacio físico, también como sistema de pensamiento y de vida que guarda respuestas ante algunos de los desafíos contemporáneos” (p. 15).

Se han tenido en cuenta como factores definitorios en la implementación de las actividades (grupos de discusión y grupo de trabajo) el número de habitantes, y también las características del modo de vida. Si bien, en función de la distancia a un núcleo urbano, el municipio de Rotglà i Corberà (Valencia) —en el que se realizaron estas actividades— no sería una zona rural en sentido estricto de acuerdo con la definición de la Ley 45/2007 para el desarrollo sostenible del medio rural. No obstante, las referencias al ámbito rural en este informe, principalmente a través de las buenas prácticas nacionales e internacionales, así como algunas menciones a aprendizajes del programa implementado en 2024 en Alcaraz (Albacete), recogen realidades muy diversas, algunas de las cuales sí se sitúan dentro de la mencionada definición de zona rural.

La publicación *Demographic change in Europe: a toolbox for action* (Pape, Szechy & Grbesa, 2024), que sintetiza la estrategia de la UE para abordar el cambio demográfico, presta atención a la dimensión geográfica, atendiendo a las áreas rurales, en las que se da paralelamente la disminución de la población y la significativa emigración de personas jóvenes en edad de trabajar.

Sin embargo, la referencia a las personas mayores se hace desde la óptica de la productividad económica, del empleo, las pensiones y la no discriminación, más que desde los aspectos sociales del envejecimiento activo fuera del entorno laboral. Para que haya un mayor acercamiento y permeabilidad entre políticas rurales y políticas de envejecimiento son necesarios más estudios sobre el envejecimiento rural, y que estos se nutran también de las experiencias prácticas en terreno.

Burholt y Dobbs (2012) analizan los principales temas de investigación y enfoques sobre el envejecimiento rural, añadiendo a los abordados previamente por el proyecto de investigación International Rural Ageing Project (1999) —demografía, salud, relaciones intergeneracionales y otras relaciones sociales, perspectiva a lo largo de la vida, participación y papel de las personas mayores rurales e impacto de la tecnología— los que se desarrollan durante la década siguien-

te, considerando lo que denominan “retos globales”: a) sociales, económicos y políticos, b) tecnológicos y c) relacionados con el cambio climático. Señalan la escasa incidencia de la gerontología crítica, lo que ha conllevado que se haya puesto poco énfasis en los aspectos positivos del envejecimiento y en los beneficios para la sociedad en su conjunto. Por consiguiente, apuestan por la incorporación de enfoques multidisciplinares que no vean a las personas mayores rurales como un impedimento al desarrollo.

En este sentido, conviene mencionar el papel de la gerontología rural, un campo de investigación que se va fortaleciendo desde hace ya una década. No obstante, se aprecia aún una laguna en cuanto a la diversidad y la complejidad del envejecimiento rural, en cuestiones como la identidad, la representación y la incorporación de un enfoque aplicado. Faltan aún investigaciones y políticas que incorporen la mirada rural al tratar temas relacionados con el envejecimiento de las sociedades, y también enfoques críticos en el análisis del envejecimiento rural (Skinner, Winterton & Walsh, 2020, p.2).

Más allá de lo rural como localización geográfica, diferentes investigadores llaman la atención sobre temas significativos a tener en cuenta: 1) la interrelación entre el envejecimiento y la sostenibilidad de la comunidad rural, con el doble papel de las personas mayores que dependen de la capacidad de las comunidades rurales para permitir el envejecimiento en casa, pero que también sostienen esta capacidad, 2) la transformación de los entornos rurales asociada a la globalización y la contraurbanización y 3) el carácter interdisciplinar de la gerontología rural, que combina elementos de la geografía, la sociología y la demografía (Skinner, Winterton & Walsh, 2020, p.5).

Skinner, Winterton y Walsh (2020, p. 8) señalan las contribuciones recientes de la gerontología rural crítica. Por un lado, al abordar los retos del envejecimiento no solo en términos geográficos, sino atendiendo a los contextos histórico-culturales específicos y a los resultados y las oportunidades que proporcionan a la población rural residente y a sus comunidades; por otro lado, al tener en cuenta el impacto de la globalización. Con respecto a este punto, consideran un hito en los estudios de envejecimiento rural la implicación de los entornos rurales en el marco de las comunidades amigables con las personas mayores de la Organización Mundial de la Salud¹ (Buffel, Handler & Phillipson 2019). No obstante, Liebzeit et al. (2023) señalan, en relación con el reciente monográfico de la revista *Gerontologist* (Meeks, 2022) dedicado a las comunidades amigables con las personas mayores, que es necesario actualizar y ampliar la bibliografía sobre los entornos rurales amigables con las personas mayores e incorporar

1 En 2007 la OMS elaboró el informe ‘Ciudades globales amigables con los mayores’, una guía en la que se explica que una ciudad amigable es aquella que “alienta el envejecimiento activo mediante la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen” (p.6). Además, identifica ocho ámbitos interrelacionados que las definen: 1) espacios al aire libre y edificios; 2) transporte; 3) vivienda; 4) participación social; 5) respeto e inclusión social; 6) participación cívica y empleo; 7) comunicación e información y 8) servicios comunitarios y de salud. En 2010 se creó la Red Global de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores, actualmente integrada por 1606 ciudades y comunidades en 53 países, llegando a más de 330 millones de personas (World Health Organisation, 2024).

un enfoque internacional y comparado. Por último, la gerontología crítica demanda una mayor atención a la diversidad y la complejidad de las experiencias del envejecimiento, y cómo estas están socialmente construidas. La gerontología crítica está siendo esclarecedora respecto a cómo género, sexualidad, raza y capacidad se relacionan con diferentes aspectos del envejecimiento, los procesos, los resultados, las experiencias y las representaciones. También presta atención a la diversidad de historias de vida, de experiencia y de expectativas de las personas mayores del ámbito rural.

Otro de los temas clave que abordan los estudios post-modernos recientes sobre envejecimiento rural es la desmitificación del ámbito rural en múltiples sentidos. Por un lado, rompiendo con la imagen de un entorno rural homogéneo e inmutable, y por otro, alejándose de una visión idílica de lo rural, donde las comunidades siempre dan apoyo, todas las personas están perfectamente integradas y las relaciones de amistad y los vínculos son estrechos, frente a la exclusión y la falta de solidaridad de los entornos urbanos (Fenge & Jones, 2012). Burholt, Foscarini-Craggs y Winter (2020, p.312) muestran en su estudio en comunidades rurales de Reino Unido cómo estas áreas cambian y se ven afectadas por las dinámicas globales. Esto da lugar, en unos casos, a comunidades rurales “pobres en recursos”, con falta de servicios, de transportes etc., y en otros casos, a comunidades totalmente transformadas tras la llegada de residentes con un nivel de vida y económico elevado, mostrando que la gentrificación no afecta solo a los centros urbanos. Por último, la representación de un entorno rural autosuficiente, de abundancia, contrasta con la realidad de situaciones de pobreza.

Como señalan Burholt, Foscarini-Craggs y Winter (2020, p. 313), la invisibilidad de estas situaciones puede relacionarse con el propio foco de atención de las investigaciones, que tradicionalmente se han centrado en las áreas desfavorecidas urbanas de grandes ciudades, pasando por alto la pobreza en las ciudades pequeñas y en las áreas rurales.

También desde la perspectiva de la gerontología rural crítica en el contexto de la República Checa, Kafková y Vidovičová (2025, p. 1) señalan los sesgos urbanos y productivos asociados al concepto de envejecimiento activo. Reivindican la visibilidad y la relevancia para un buen envejecimiento de lo que denominan “trabajos agrícolas”, como el mantenimiento del hogar y el jardín, el cultivo de plantas útiles o la ganadería, y cuestionan la hegemonía urbana, que asocia el ámbito rural con una calidad de vida deficiente, subordinada y de atraso. Los estudios mencionados apoyan dos de las hipótesis pre-analíticas planteadas: la relevancia a nivel europeo del impacto de las dinámicas demográficas actuales, el envejecimiento y la despoblación, y la escasez aún de estudios sobre envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.

En el contexto español, Sánchez Martínez (2017) llama la atención sobre la invisibilidad y la dilución del campo específico de la Sociología de la vejez, frente a un mayor desarrollo, también a

nivel internacional, de la gerontología social y de las investigaciones sobre el curso vital. Una situación que relaciona con la poca visibilidad de las contribuciones de la sociología, y paralelamente con la facilidad con la que se habla sobre este tema en general. No obstante, destaca el contexto favorable a un mayor desarrollo, por el interés que se aprecia en torno al tema del envejecimiento. Ramos Toro (2020) destaca también esa falta de visión social, frente a un predominio de los estudios de la vejez que priorizan la salud.

Los estudios que reflejan el punto de vista de las personas mayores sobre el envejecimiento activo no son muy numerosos, tienen un carácter muy puntual y su número se reduce aún más cuando se trata de reflejar el envejecimiento rural. El estudio de Neville et al. (2021) sobre el punto de vista de las personas mayores sobre envejecer bien en una comunidad, realizado en Nueva Zelanda, incide en la necesidad de que los agentes clave de diferentes ámbitos –político, planificación, profesional etc.– sean conscientes de la heterogeneidad entre las personas mayores rurales, y que las políticas de envejecimiento por tanto deben tener en cuenta esta diversidad para que sean inclusivas y efectivas.

2.2 . Género y diversidad

La homogeneidad y la inmutabilidad están muy presentes en las imágenes compartidas sobre los entornos rurales, y por extensión en relación con el envejecimiento rural. La literatura especializada ha ido identificando lagunas en la forma de mirar y abordar las realidades rurales, desarrollando análisis recientes que incorporan la perspectiva de género y diversidad. Aunque escasos, van surgiendo estudios que abordan aspectos como el envejecimiento rural de poblaciones poco visibles, como las personas LGTBIQ+, la población migrante y las personas con discapacidad. Con respecto a las primeras, los estudios se han centrado más en las áreas urbanas que en las rurales (Fenge & Jones, 2012).

En este colectivo se agravan algunas de las situaciones que se dan entre la población de más edad en general, como el acceso limitado a atención médica o sanitaria, la soledad y el aislamiento, asociado en su caso a la falta de apoyo familiar y a la dependencia de la red de amistades, “familias por elección”, que enfrentan circunstancias parecidas por los cambios asociados a la edad. Se dan situaciones específicas, como la discriminación, la retraumatización, el estrés como minoría invisibilizada y el miedo, que lleva a ocultar la propia identidad como forma de protección ante profesionales y recursos poco sensibilizados (McMullen-Roach et al. 2025; Easpaig et al., 2022). En cuanto a la población migrante, se aprecia un sesgo en los estudios sobre población mayor rural. Por un lado, tienen mayor visibilidad los que se concentran en el ámbito de los países occidentales y del norte desarrollado, dificultando la comparación entre diferentes realidades culturales.

Por otro lado, los estudios de caso, como sucede con numerosos estudios del ámbito anglosajón, incluyen en sus muestras un perfil bastante homogéneo de población. La literatura especializada ha comenzado a aproximar líneas diferentes, la centrada en el envejecimiento y la de la discapacidad (Rurka & Riba, 2023; Otamendi y Navas, 2018), si bien no se ha desarrollado tanto el tratamiento específico de la situación en el ámbito rural, salvo algunos estudios puntuales.

A la hora de abordar el envejecimiento de las mujeres mayores, desde el enfoque de la gerontología feminista se han identificado las diferentes desigualdades que han atravesado sus vidas y que las han condicionado en diferentes ámbitos, como el económico y el de la salud (Freixas, 2008, 2022; Freixas, Luque y Reina, 2012). Sin embargo, estudios como los de Ramos Toro (2018, 2019) destacan la necesidad de ir más allá de una visión centrada en las carencias y debilidades vividas previamente, y aproximarse al envejecimiento en las mujeres atendiendo a todo su potencial individual y colectivo.

Con respecto a la perspectiva de género se aprecian varias situaciones contradictorias. Por un lado, la masculinización del mundo rural, principalmente entre la población en edad laboral por el éxodo rural femenino. Por el otro, la feminización del envejecimiento en el ámbito rural (D.G. Desarrollo Rural, Innovación y Formación Agroalimentaria, 2021, p. 9), a la que se asocia una visibilización de esta población femenina mayor en el rol de cuidadora, de voluntariado informal y de participante en programas, proyectos y actividades de envejecimiento activo, frente a la “desafección” masculina por estas actividades.

Elizalde-San Miguel (2018) señala que estas características del envejecimiento rural pueden ser una oportunidad para nuevas relaciones de género, ante la realidad de la entrada forzosa de los hombres mayores en el ámbito de los cuidados familiares (Chirinos & Comas d'Argemir, 2025).

El autocuidado, y los cuidados en general, podrían ser una puerta de acceso hacia el fomento de las relaciones igualitarias y a la participación de las personas mayores, como ha sucedido también con los hombres jóvenes respecto a los cuidados de hijos e hijas y del hogar (Fundación Cepaim, 2024; López y Alonso, 2015).

2.3. El papel del tercer sector en el envejecimiento rural

No es abundante la literatura científica centrada en el papel del Tercer Sector de Acción Social en la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural. Este está más bien limitado a ser el marco posible y facilitador de estudios de caso sobre diferentes aspectos relacionados con el envejecimiento activo que tienen como grupo objetivo personas mayores vinculadas de una forma u otra con las organizaciones del Tercer Sector. Entre las debilidades en la práctica de la

promoción del envejecimiento activo llevadas a cabo por las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social, cabe señalar su dispersión y escasa visibilidad y la falta de una cultura de la evaluación, extensible en general al ámbito socio-cultural. Esta retroalimentación negativa mutua se aprecia, por ejemplo, en proyectos educativos destinados a población mayor o intergeneracional, que acercan el ámbito social, a través de las organizaciones sociales, y el cultural, a través de museos y diferentes espacios culturales en los que tampoco la cultura de la evaluación ha calado (Calaf, San Fabián y Gutiérrez, 2017). De ahí la relevancia en el marco de este proyecto de abrir una primera convocatoria de reconocimiento de buenas prácticas, en relación con la mencionada dispersión y falta de visibilidad. La conexión con el ámbito académico se identifica en los temas asociados a la provisión de servicios sociales y de atención sanitaria y a la participación social, principalmente a través del voluntariado (Winterton, Skinner & Walsh, 2025), dos áreas a su vez interrelacionadas.

El envejecimiento activo, atendiendo al bienestar individual y físico, ha generado numerosas investigaciones cuando el propio término comenzaba a adquirir visibilidad (Stowe & Cooney, T. (2015). No obstante, en este estudio se prestará atención al envejecimiento activo desde una mirada social sobre el envejecimiento, no solo individual (Majón-Valpuesta, Ramos y Pérez-Salanova, 2022).

3. METODOLOGÍA Y ÉTICA

El objetivo general del estudio es ampliar los conocimientos del Tercer Sector de Acción Social en España sobre el envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural. Los objetivos específicos que han orientado el estudio son:

- Comparar las actuaciones de promoción del envejecimiento activo y saludable del Tercer Sector de Acción Social en España y en terceros países en el ámbito rural.
- Analizar buenas prácticas de promoción del envejecimiento activo y saludable del Tercer Sector de Acción Social en España y en terceros países en el ámbito rural.
- Reflexionar sobre la adaptación de buenas prácticas internacionales de promoción del envejecimiento activo y saludable del Tercer Sector de Acción Social en España y en terceros países en el ámbito rural.
- Analizar la respuesta del Tercer Sector de Acción Social ante los retos globales e internacionales en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.
- Analizar el impacto de la perspectiva de género en las prácticas de promoción del envejecimiento activo y saludable del Tercer Sector de Acción Social en España y en Terceros Países en el ámbito rural.

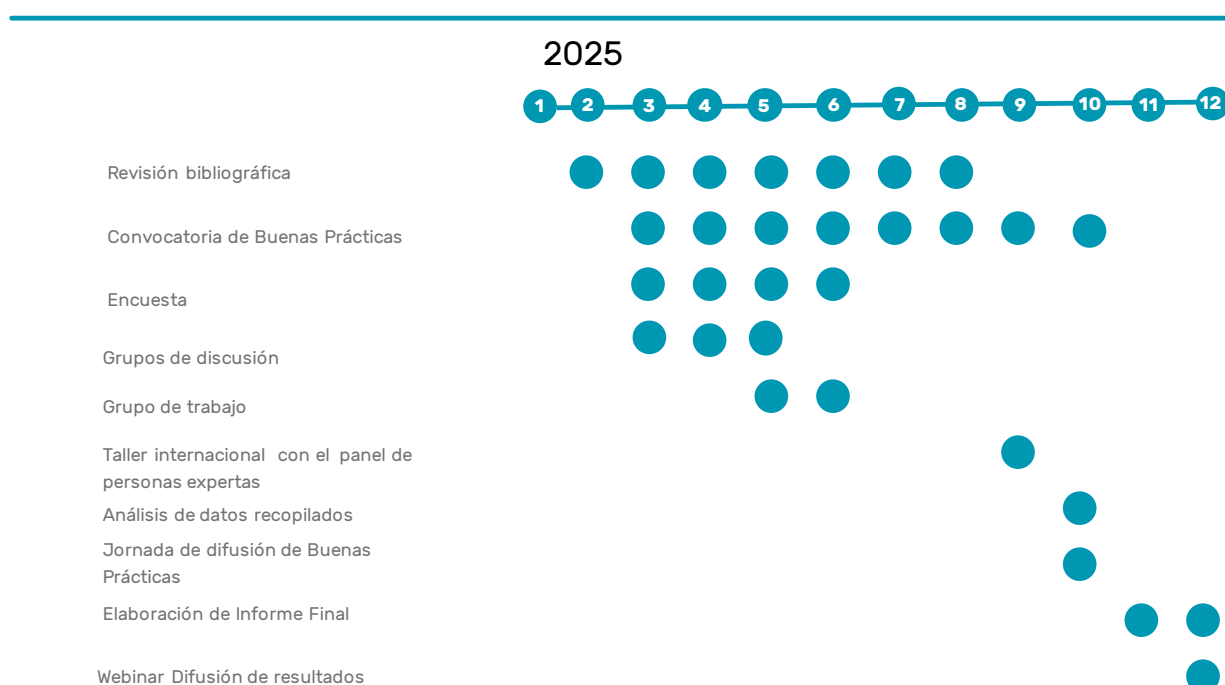
3.1. Diseño metodológico y proceso de investigación

Para alcanzar los objetivos anteriores se ha llevado a cabo un diseño de investigación mixto por combinación de técnicas cualitativas (revisión bibliográfica y grupos de discusión) y cuantitativas (encuesta). Se ha realizado, además, una adaptación de la metodología de Investigación-Acción Participación (IAP), a través de la realización de un grupo de trabajo. Esta metodología permite un compromiso en colaboración con las personas participantes para generar nuevos conocimientos y transformar la sociedad (Barbera, 2008).

Se configura mediante “el análisis de la realidad como una forma de conocimiento y sensibilización de la propia población, que pasa a ser, a través de este proceso, sujeto activo y protagonista de un proceso de desarrollo y transformación de su entorno y realidad más inmediatos (ámbitos de vida cotidiana, espacios de relación comunitaria, barrio, distrito, municipio...)” (Bassagoiti, Bru y Lorenzana, 2001).

En la aplicación de esta metodología se ha tenido en cuenta el enfoque dialógico transformador (EDT), cuyo objetivo es “contribuir y favorecer la transformación de la sociedad a través de la creación de estructuras dialógicas que promueven el diálogo y la trascendencia no violenta de los conflictos” (Buraschi, Aguilar-Idáñez y Oldano, 2019, p. 1), que conlleva la incorporación de “un conjunto de técnicas y principios que sostiene que el centro de la transformación está en la dimensión relacional. Si cuidamos la dimensión relacional estaremos más cerca de alcanzar procesos participativos que generen transformación social” (INGENIA, 2024 b).

Se ha seguido la siguiente secuencia en el proceso de investigación:



*Figura 1. Secuencia de las fases del proyecto de investigación.
Fuente: elaboración propia*

3.1.1. Revisión bibliográfica

Se realizó una búsqueda y revisión bibliográfica de las publicaciones científicas sobre envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural en la última década. Para llevar a cabo la búsqueda bibliográfica se emplearon varias bases de datos académicas y recursos en línea especializados. Algunas de las bases de datos utilizadas incluyeron Dialnet, Google Scholar, PsycINFO, PubMed o Web of Science.

Este proceso se llevó a cabo en varias fases. En una primera fase, se recopilaron aquellas Publicaciones reflejadas en las bases de datos, mediante la utilización de las siguientes palabras clave: “ACTIVE AGEING”, “RURAL AGEING”, “RURAL ELDER PEOPLE”.

El término “ageing” fue sustituido por “aging” y se estableció la misma búsqueda, debido a la utilización de ambos en la literatura científica. Igualmente, se llevó a cabo una búsqueda utilizando la terminología en castellano “ENVEJECIMIENTO ACTIVO RURAL”, “PERSONAS MAYORES RURAL”. En una segunda fase, se realizó una búsqueda en las mismas bases de datos, cruzando los términos “ACTIVE AGEING/AGING” y “RURAL AGEING/AGING” con otras palabras clave identificadas, como GENDER, DIVERSITY, EQUALITY, SOCIAL PARTICIPATION, FRIENDLY COMMUNITIES, THIRD SECTOR, y NON-PROFIT SECTOR. Durante esta fase se utilizaron los términos en inglés debido a la mayor frecuencia de aparición de documentos relacionados con los terceros países planteados para el estudio comparativo. La tercera fase de la búsqueda bibliográfica consistió en una búsqueda de referencias, utilizando el método “bola de nieve”, a partir de los artículos identificados y seleccionados previamente. Además, se llevó a cabo una búsqueda manual de publicaciones relacionadas con programas y proyectos de envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural desarrollados en España, tanto a nivel estatal como a nivel autonómico, y en terceros países (Islandia, Noruega y Reino Unido).

Criterios de inclusión

Se tomaron como criterios de inclusión los siguientes parámetros:

- Intervalo de estudio: limitado a una década (2015–2025), excepto algunos casos en los que se recurrió a textos de fechas anteriores, dada su relevancia.
- Tipos de trabajo: se tuvo en cuenta una gran diversidad, incluyendo artículos científicos, tesis doctorales, artículos de divulgación, informes, guías metodológicas, folletos, información derivada de jornadas, manuales, ponencias y proyectos de investigación, entre otros.
- Temas de los trabajos: se incluyó una amplia variedad en el análisis bibliográfico final, destacando la ruralidad, el envejecimiento activo, el género, la participación social de personas mayores, la soledad no deseada y el voluntariado. También se incluyó edadismo, brecha digital, cuidados a personas mayores, desinstitucionalización, intergeneracionalidad, organizaciones del Tercer Sector de Acción Social y tendencias sociales.
- Idioma de los estudios: se incluyó tanto estudios en inglés como en castellano.

Criterios de exclusión

Se excluyeron todos los estudios que no cumplieran alguno de los criterios de inclusión propuestos, priorizándose textos que pudieran tener referencias a España, Islandia, Noruega y

Reino Unido, aunque debido al efecto bola de nieve se contó con algunos estudios de otros países como Australia y Nueva Zelanda.

También se excluyeron aquellas publicaciones duplicadas, y aquellas en las que no era posible acceder al texto completo. No se consideró importante hacer distinción en función de las metodologías, diseños o ramas de conocimiento como criterios de inclusión y exclusión, al no ser parte del objetivo inicial.

Otros aspectos a destacar

Durante la identificación de entidades y organizaciones del Tercer Sector de Acción Social que llevaran a cabo actuaciones en el campo del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, o que su labor estuviera dirigida al colectivo de personas mayores, se recogieron documentos relativos a programas, proyectos y talleres sobre la temática del estudio. Estos documentos incluyen actuaciones de organizaciones tanto de España como de los terceros países (Islandia, Noruega y Reino Unido). Para la lectura y análisis de aquellos documentos en idiomas diferentes a español o inglés se realizaron traducciones mediante herramientas virtuales.

3.1.2. Grupos de discusión

Grupo de discusión con profesionales y voluntariado

Este primer grupo de discusión tuvo lugar el 11 de marzo de 2025 de forma virtual a través de la plataforma Zoom, con una duración de 1 h y 37 minutos. En esta sesión participaron 8 profesionales (5 mujeres y 3 hombres). De ellos, 7 tienen vinculación directa con los programas de envejecimiento activo de Fundación Diagrama en las diferentes comunidades autónomas (Castilla-La Mancha, Cantabria, Cataluña, y Canarias), y 1 con el voluntariado informal con personas mayores, combinando perfiles de trabajo social y psicología. Este panel aportó una mirada especializada y multidimensional sobre la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, desde las diversas experiencias de ruralidad que cada territorio refleja.

Grupo de discusión con personas mayores en Rotglà i Corberà

El segundo grupo de discusión tuvo lugar el día 19 de mayo de 2025 en el municipio de Rotglà i Corberà² en Valencia. Se trata de una pequeña localidad de 6,26 Km² con 1170 habitantes y una densidad de población de 186,99 habitantes por km². Se ubica aproximadamente a una hora de distancia de Valencia y a unos diez minutos de Xàtiva, ciudad que supera los 30.000 habitantes. La sesión tuvo una duración de 1 h y 15 minutos. En ella participaron un total de 11 personas mayores de sesenta años (10 mujeres y 1 hombre), con edades comprendidas entre los 60 y los 83 años, y residentes en su mayoría en este municipio. En esta sesión hablaron distendidamente sobre sus preocupaciones y sus necesidades, y dieron recomendaciones y consejos desde sus experiencias en un entorno rural, aportando contribuciones significativas para el desarrollo del proyecto.

Grupo de discusión con profesionales

El tercer grupo de discusión tuvo lugar el 24 de junio de 2025 de forma virtual a través de la plataforma Zoom, con una duración de 1 hora y 16 minutos. Participaron 5 profesionales (5 mujeres) que tienen o han tenido experiencia en la atención a personas mayores en los servicios sociales de diferentes ayuntamientos de la Mancomunidad de Servicios Sociales de La Costera-Canal, Rotglà i Corberà, Genovés y Barxeta, en la atención a las personas mayores: Marian Pascual Pastor, Vicenta Gomàriz Ruiz, Julia Boluda Albiñana y Yenifer Ripoll Albuixech. El Tercer Sector también estuvo representado a través de Andrea Miquel Llopis, de la Asociación Hogares Compartidos³. Se combinaron perfiles profesionales de las áreas de trabajo social, educación social y psicología. Sus contribuciones fueron enriquecedoras, aportando la experiencia en los talleres de memoria y en las unidades de respiro destinadas a personas mayores o dependientes, y la mirada desde los hogares compartidos por personas mayores.

² De acuerdo con la definición que ofrece la [Ley 45/2007 de 13 de diciembre para el desarrollo sostenible del medio rural](#) en su artículo 3 y con su ámbito territorial de aplicación en su artículo 9, el municipio de Rotglà i Corberà no se considera un municipio rural en sentido estricto. Aunque cumple la primera característica de un municipio rural de pequeño tamaño, al ser esta inferior a 5000 habitantes, no cumple plenamente la segunda característica de estar integrado en el medio rural. Se entiende por zona rural "el espacio geográfico formado por la agregación de municipios o entidades locales menores definido por las administraciones competentes que posean una población inferior a 30.000 habitantes y una densidad inferior a los 100 habitantes por km²". Si bien se sitúa en un entorno en el que los pequeños municipios se sitúan muy próximos a estos valores en cuanto a población total. Por ejemplo, Llanera de Ranes —donde también se implementa el Programa Actívale— con 1068 habitantes y 115,6 habitantes por km², o Cerdà, con 366 habitantes y una densidad de 240,46 habitantes por km². Comparte algunas de las características propias de las zonas periurbanas, como es su situación en el entorno del área urbana de Xàtiva, un área densamente poblada.

³ Hogares Compartidos es una asociación sin ánimo de lucro valenciana que inició su actividad en el año 2013. Su programa de carácter nacional y destinado a personas mayores de 60 años con pocos recursos económicos es innovador al ofrecer acompañamiento psicosocial en viviendas supervisadas en las que comparten gastos, evitan la soledad no deseada y llevan una vida tranquila y autónoma.
<https://www.hogarescompartidos.org/>

3.1.3. Grupo de Trabajo

Se realizó un grupo de trabajo en Rotglà i Corberà (Valencia) a lo largo de tres sesiones de dos horas de duración cada una, que se llevaron a cabo los días 29 de mayo, 9 y 16 de junio de 2025. Este grupo lo formaron 14 personas (12 mujeres y 2 hombres), mayores de 60 y participantes habituales en el Programa Actívate de Fundación Diagrama, que se implementa en tres municipios de la Mancomunidad de La Costera y Canal (Llanera de Ranes, Cerdà y Rotglà i Corberà). También participaron dos profesionales de la Fundación, uno de los cuales trabaja directamente en el programa y ya estaba en contacto con las personas participantes, que en su mayor parte también habían participado previamente en el Grupo de Discusión (GD2). Además, 2 técnicos de FDIP facilitaron las sesiones. La primera sesión se dedicó a la realización de un autodiagnóstico participativo de identificación de los problemas y/o necesidades para un envejecimiento activo de las personas mayores en el ámbito rural, a través de diferentes dinámicas. Durante la segunda sesión se llevó a cabo una deriva o transecto⁴ por el pueblo, y se realizaron dinámicas para profundizar en el análisis de problemas y la propuesta de soluciones. Durante la tercera sesión se llevó a cabo la co-creación de una propuesta para la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural. En las tres sesiones se siguió una estructura similar: se crearon dos subgrupos en los que se desarrollaron paralelamente las mismas dinámicas, y se compartieron los resultados en reunión plenaria.

3.1.4. Encuesta

Se llevó a cabo una encuesta de carácter exploratorio y no representativo, a través del software LimeSurvey, cuyo objetivo era fortalecer y complementar los resultados de los grupos de discusión, tanto de profesionales como de voluntariado del Tercer Sector de Acción Social, y profundizar sobre la aproximación de estos grupos en lo que se refiere a la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural (ver modelo de encuesta en los Anexos 4 y 5). La población a la que iba dirigida la encuesta era personal profesional y voluntario de organizaciones del Tercer Sector de Acción Social de España y terceros países que trabajasen con personas mayores en entornos rurales (de forma directa o indirecta). Finalmente se contó con una muestra $n=11$ (España) y $n=39$ (terceros países). La muestra de los terceros países se subdividió a su vez en $n=1$ Islandia, $n=2$ Noruega y $n=36$ Reino Unido.

4 "Consiste en caminar por un barrio, por un pueblo o por una zona rural, con gentes del lugar que nos puedan ir contando lo que vamos viendo, e intercambiando con ellas nuestras impresiones o preguntas." Alberich Nistal et al. (2009). Ver también Castillo Álvarez (2018).

En total, hubo 50 personas encuestadas. A pesar del elevado número de respuestas obtenidas desde Reino Unido, la baja participación en Islandia y Noruega lleva a que se haya decidido agrupar todas las respuestas de “terceros países” para posibilitar la comparación.

Características de la muestra

Sexo: la mayor parte de las respuestas son de mujeres (72,7% en España y 71,8 en terceros países)

Sexo de participantes en la encuesta (%)

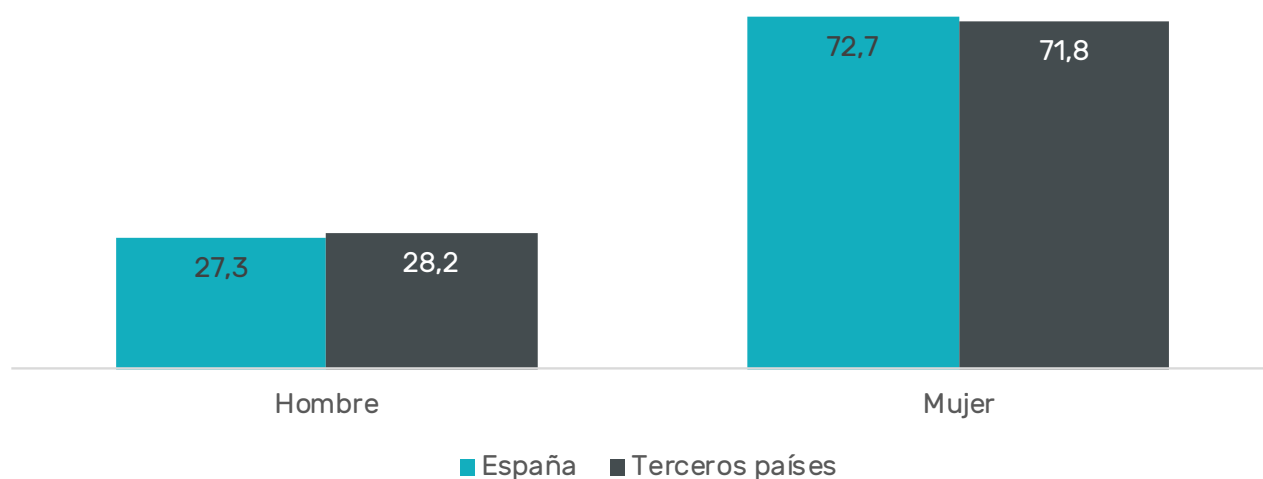


Gráfico 1. Comparación de la variable sexo entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

Edad: El grueso de las personas encuestadas tanto de España como de terceros países se encuentra en el rango de los 51 a los 65 años. Sin embargo, las diferencias aparecen en los extremos. Así, en España más de un tercio de estas personas se encuentran entre los 20 y los 35 años, frente a un escaso 7,7% en terceros países. Lo contrario sucede con aquellas personas encuestadas mayores de 65 años: mientras que en terceros países supone un tercio de la muestra, ninguna de las personas españolas participantes en la encuesta se encuentra en este percentil de edad.

Edad de participantes en la encuesta (%)

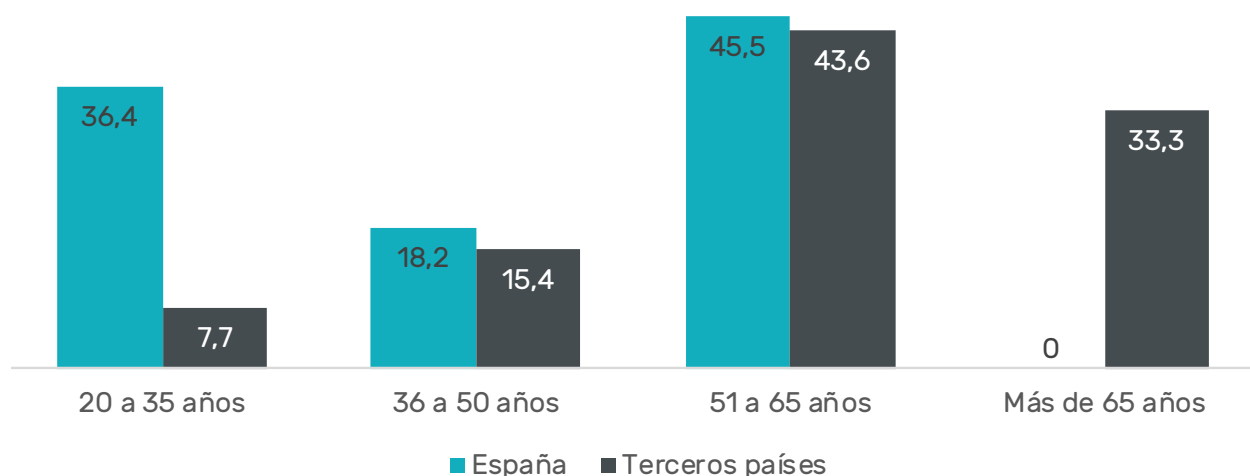
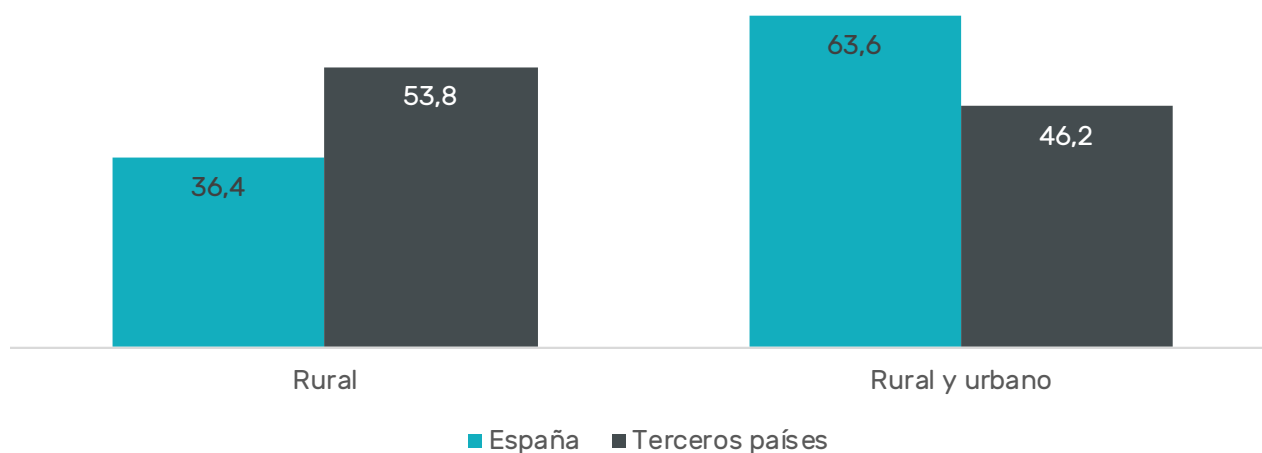


Gráfico 2. Comparación de la variable edad entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

Ámbito geográfico: Mientras que en España casi dos tercios de las personas encuestadas pertenecen a una organización de ámbito mixto, rural y urbano, en terceros países la cantidad de personas que trabaja exclusivamente en una entidad de ámbito rural es ligeramente superior.

Ámbito geográfico donde trabaja su organización



*Gráfico 3. Ámbito de actuación de las organizaciones representadas en la encuesta.
Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.*

Papel que desempeñan en la organización: En España, la mayor parte de las respuestas son de perfiles profesionales (90,9% frente al 9,1% de voluntariado). Sin embargo, no sucede lo mismo en el ámbito internacional, donde se aprecia mayor equilibrio, con ligero predominio de profesionales (con un 58,9%, frente a un 41,1% de personas voluntarias).



Gráfico 4. Comparación de la variable 'papel desempeñado' entre participantes del Tercer Sector de España y de terceros países. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

Tipo de actividad que realizan las organizaciones: el grueso de las personas encuestadas en el caso español desarrolla actividades relacionadas con el envejecimiento activo (formativas, culturales, de ocio y tiempo libre, de promoción de la salud física, mental y/o emocional) (más del 60% de participantes). También destacan las actividades de apoyo, orientación y acompañamiento a personas mayores y/o a sus familias, realizadas por cerca del 55% de participantes. Además, más de un tercio de las personas encuestadas lleva a cabo actividades relacionadas con el impulso de redes comunitarias y trabajo en red con otras entidades, y de gestión de centros residenciales, centro de día o viviendas supervisadas. En menor medida desarrollan campañas de sensibilización, incidencia política o presión pública, investigación científica, asistencia a personas con discapacidad o mayores dependientes, servicio de ayuda a domicilio o teleasistencia y prevención de la violencia y los malos tratos en la vejez. Todas estas son realizadas por cerca de un 20% de las personas encuestadas.

Además, se mencionan varias actividades no contempladas en las opciones, como viviendas colaborativas intergeneracionales, ingresos pasivos en el mundo rural, o programas de apoyo a personas en situación de soledad no deseada.

En cuanto a terceros países, tres actividades destacan sobre el resto. Las actividades más mencionadas son las relacionadas con el envejecimiento activo (formativas, culturales, de ocio y tiempo libre, de promoción de la salud física, mental y/o emocional), realizadas por dos tercios de las personas participantes, al igual que en el caso español. Le siguen las actividades de impulso de redes comunitarias y trabajo en red con otras entidades, con un 53,8%. En tercer lugar, similar al caso español, más del 40% desarrolla actividades de apoyo, orientación y acompañamiento a personas mayores y/o sus familias. Además, cabe destacar como casi un tercio realiza campañas de sensibilización, incidencia política o presión pública, y apenas se dedican a ofrecer servicio de ayuda a domicilio o teleasistencia (7,7%), gestión de centros residenciales, centros de día o viviendas supervisadas (5,1% frente al 36,4% del caso español) e investigación científica (2,5%). Fuera del elenco de opciones ofrecidas, destaca la red befriending, con actividades culturales como arte, teatro, música y baile en zonas rurales, o actividades de mejora de las habilidades digitales.



Gráfico 5. Comparación del tipo de actividad de las organizaciones del TSAS de España y de terceros países. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

3.1.5. Buenas prácticas

A la hora de seleccionar buenas prácticas en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural⁵, se consideró adecuado el lanzamiento de una convocatoria de reconocimiento de buenas prácticas nacional e internacional, que enriquecería el programa tanto por el acceso a buenas prácticas relevantes por su potencial, como por la posibilidad de dar una mayor visibilidad a las buenas prácticas y fortalecer el trabajo en red nacional e internacional entre organizaciones, como ha sucedido en la práctica. Para ello, se abrió una convocatoria pública (ver Anexo 11), que se divulgó a través de la página web de Fundación Diagrama y de sus redes sociales el 24 de marzo de 2025. Se presentaron públicamente las buenas prácticas seleccionadas el 29 de octubre de 2025 en una Jornada presencial realizada en la Biblioteca Regional de Murcia.

Se seleccionaron 12 buenas prácticas. Siete son españolas:

- Programa Salvia (Fundación Sta. María la Real del Patrimonio Histórico).
- BORDER LAB - Cuidados de larga duración con proyectos de vida inclusivos en los territorios periféricos y Actívate en marcha (Fundación INTRAS).
- Actívate en marcha (Fundación INTRAS)
- Café, galletines y cuentinos (Asociación Riu Fontoria).
- Arte comunitario contra la soledad no deseada (Asociación Garaje).
- Mujeres y Patrimonio. Embajadoras del Patrimonio Rural (Herstóricas).
- Red de Autocuidados Marca Deza (iniciativa voluntaria de Yolanda Raquel Lapeña Moñux).

Cinco son de terceros países:

- Lands of Butterflies: recovering and transmitting women memories and footprints in the cultural heritage of rural territories (Tierras de mariposas: recuperando y transmitiendo la memoria y la huella de las mujeres en el patrimonio cultural de los territorios rurales) (Landsbyggdín lífi, Islandia).
- EaRLY: Enhancing Rural Elders to Boost Creativity in Agriculture (Potenciar a las personas mayores del medio rural para impulsar la creatividad en la agricultura) (CSR Innovative Solutions, Noruega).

⁵ En la convocatoria de buenas prácticas, por su carácter internacional se incluyó la definición de zona rural de la OCDE. Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), las zonas rurales son zonas donde más del 50% de la población vive en municipios rurales. Las comunidades rurales son aquéllas con una densidad de población por debajo de los 150 habitantes/Km2.

- Community Befriending Initiatives in Rural Areas (Iniciativas comunitarias de acompañamiento en zonas Rurales) (Befriending Networks, Reino Unido).
- Meal Makers (Preparadoras de comidas) (The Food Train Connects, Reino Unido).
- Universal Wellbeing and Community Navigation (Bienestar universal y navegación comunitaria) (Social Enterprise Kent, Reino Unido).

Estas buenas prácticas se agruparon en torno a las siguientes temáticas:

- Desinstitucionalización: programas y proyectos que buscan reducir la dependencia del cuidado en instituciones residenciales de las personas mayores del ámbito rural, promoviendo su permanencia en el entorno comunitario o domiciliario con acceso a servicios de apoyo adecuados. Este enfoque busca garantizar que las personas mayores mantengan su autonomía, participen activamente en la sociedad y disfruten de un envejecimiento saludable, adaptado a sus necesidades individuales.
- Género y diversidad: programas y proyectos que incorporan la sensibilidad al género y la diversidad (orientación sexual, etnia, capacidad, economía) en todas sus fases, promoviendo la equidad y la inclusión social.
- Internacionalización: programas y proyectos que incorporan la perspectiva internacional para abordar los retos asociados a la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural. Se incluyen aspectos como la integración de perspectivas globales, la participación en redes internacionales, el intercambio de buenas prácticas, conocimientos y recursos, la colaboración física o virtual con organizaciones de otros países, y la incorporación de enfoques, metodologías o técnicas internacionales para abordar problemáticas locales.
- Lucha contra la soledad no deseada: programas y proyectos que implementan estrategias y acciones dirigidas a prevenir y mitigar el sentimiento de aislamiento social en las personas mayores. Esto incluye fortalecer las redes comunitarias, promover actividades que favorezcan la interacción social y garantizar el acceso a servicios que fomenten la inclusión y el bienestar emocional.
- Nuevas tecnologías: programas y proyectos que promueven la incorporación de herramientas digitales, dispositivos inteligentes y soluciones tecnológicas diseñadas para mejorar la calidad de vida, la autonomía y la participación social de las personas mayores.
- Participación social: programas y proyectos que crean las condiciones para que las personas mayores puedan desempeñar en su comunidad actividades, interacciones y roles que fortalezcan las redes interpersonales, la inclusión y la cohesión social.

Las buenas prácticas internacionales se compartieron y discutieron con un pequeño grupo de participantes, formado por personas mayores, profesionales y voluntarias de organizaciones del Tercer Sector de Acción Social, durante el desarrollo del Taller internacional con el panel de personas expertas, celebrado el 18 de septiembre de 2025 en Madrid. Las buenas prácticas nacionales se abordaron durante una Jornada de Buenas Prácticas celebrada en Murcia el 29 de octubre de 2025, abierta al público presencial y en línea.



Figura 2. Taller internacional con el panel de personas expertas.

3.1.6. Plan de análisis

En primer lugar, se procedió a la transcripción tanto de los grupos de discusión como del grupo de trabajo. Estas transcripciones fueron debidamente mapeadas y anotadas al margen, teniendo en cuenta los objetivos del estudio y tratando de obtener unas primeras conclusiones en relación con las hipótesis pre-analíticas. Posteriormente, estas mismas transcripciones fueron codificadas y analizadas temáticamente. Cabe destacar que, con el grupo de trabajo, no se pretendía la generación de discurso, sino el desarrollo de una experiencia participativa piloto. Las personas participantes han funcionado de alguna forma como grupo motor del proyecto, entendido como el conjunto de personas que se integran en una dinámica orientada a una tarea, en este caso la reflexión y la generación de propuestas aplicadas sobre diferentes aspectos relacionados con el envejecimiento activo en el ámbito rural. Este grupo se implica de forma continuada en el proyecto, siendo fuente de información y núcleo

del proceso (AA.VV. 2009), aportando el conocimiento desde la experiencia y la vivencia (Arnanz, García y Villasante, 2023). En este sentido, se realizó un registro y transcripción de los momentos en los que las personas participantes dialogaban abiertamente y no se encontraban inmersas en la realización de otras dinámicas.

Estas transcripciones se analizaron como complemento a los grupos de discusión, de acuerdo con el árbol de códigos utilizado en estos (ver Anexo 6). A su vez, las dos propuestas que surgieron del grupo de trabajo como experiencia y proceso participativo (ver Anexo 8) se han analizado teniendo en cuenta las hipótesis de partida (ver apartado 4). Por último, los resultados de la encuesta fueron sometidos a análisis descriptivo y bivariado mediante tablas cruzadas en Excel.

3.1.7. Límites del estudio

El presente estudio tiene un carácter exploratorio y, por tanto, no debe considerarse como un estudio representativo, sino más bien como un acercamiento a las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, desde una perspectiva comparada. Supone una continuidad al estudio de carácter general sobre las estrategias del Tercer Sector de Acción social en la promoción del envejecimiento activo y saludable, realizado en 2023, y también al llevado a cabo en 2024, que se focalizó en analizar concretamente las estrategias sobre participación. Dicho estudio incidía en la relevancia de la participación social en la promoción del envejecimiento activo y apuntaba hacia algunas de las cuestiones clave y nuevas líneas sobre las que profundizar en futuros análisis, consolidando el diseño metodológico.

Una de esas cuestiones clave identificadas fue la necesidad de prestar atención a las diferentes realidades territoriales, particularmente al ámbito rural.

Hay que señalar que el presente estudio cuenta con algunas limitaciones importantes en cuanto a muestreo. Además, dada la dificultad para contactar con las organizaciones, se contó con una participación desigual de cada uno de los países seleccionados, por lo que la muestra de la encuesta no está homogéneamente repartida. En el caso de los grupos de discusión, la participación ha sido reducida en el grupo de voluntariado. No obstante, el voluntariado formal e informal ha estado presente en el grupo de trabajo, en el Taller internacional con el panel de personas expertas y en la Jornada de Buenas Prácticas, lo que ha permitido ampliar las contribuciones de este perfil de participantes. Por otro lado, en cuanto al grupo de discusión de profesionales, el perfil de participantes resultante ha concentrado a quienes trabajan en intervención y asistencia a personas mayores. De cara al futuro convendría ampliar y diversificar la

participación con profesionales del Tercer Sector de Acción Social que trabajan con personas mayores en otros ámbitos.

En relación con el grupo de trabajo, es necesario incidir en su carácter limitado, pues ha sido un grupo de trabajo de corta duración en el marco, a su vez, de un proyecto también breve. Por otro lado, aunque se han aplicado técnicas propias de la investigación-acción participación (Alberich et al., 2015), se ha contado únicamente con un grupo específico de las comunidades implicadas, personas mayores, profesionales y voluntariado. De acuerdo con los objetivos del estudio, no se ha implicado al conjunto de la comunidad, no participando administraciones públicas y entidades privadas, entre otros.

Por último, es importante señalar que tanto el grupo de discusión con personas mayores como el grupo de trabajo se realizaron en un único municipio rural, que presenta rasgos propios de las zonas periurbanas. Su proximidad a un núcleo urbano significativo y su densidad de población han permitido ampliar la mirada en el grupo de discusión con profesionales y voluntariado y las Buenas Prácticas analizadas, complementando la de aquellas experiencias recopiladas sobre programas y proyectos de promoción del envejecimiento activo y saludable que tienen lugar en áreas rurales aisladas y escasamente pobladas, tanto de España como de terceros países.

3.2. Consideraciones éticas

A lo largo de la investigación se trabajó con hojas de consentimiento. Las personas participantes fueron informadas desde el principio del carácter confidencial y anónimo del estudio, así como de la voluntariedad de su participación. Asimismo, después de los grupos de discusión de personal profesional y voluntariado se repartieron encuestas de satisfacción anónimas, para que quienes participaron pudieran evaluar la pertinencia del estudio, el trato recibido y trasladar sus comentarios al equipo investigador. En el caso del grupo de discusión de personas mayores, del grupo de trabajo y del Taller internacional con el panel de personas expertas, se buscaron distintas formas de evaluación de la satisfacción, utilizando dinámicas de evaluación alternativas que facilitaran la respuesta de las personas participantes, como la dinámica ‘felicito, critico, propongo’ o el medidor de satisfacción⁶.

⁶ La dinámica ‘felicito, critico propongo’ es una técnica de retroalimentación estructurada que fomenta el diálogo constructivo en equipo. En el caso de este proyecto, las personas participantes debían reconocer logros (felicito), observar mejoras (critico), o proporcionar ideas concretas para el avance (propongo), promoviendo un ambiente positivo y orientado al crecimiento (Rojas y Haya, 2014). Por otro lado, el medidor de satisfacción, una cartulina en forma de flecha sobre la que se colocaban notas adhesivas de colores, permitía una evaluación cuantitativa de las distintas sesiones en una escala del 1 al 10.

4. RESULTADOS

Se plantearon inicialmente una serie de hipótesis pre-analíticas:

1. El impacto de las dinámicas demográficas actuales, envejecimiento y despoblación, es relevante a nivel europeo.
2. Los estudios sobre envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural son aún escasos.
3. La soledad no deseada y el aislamiento social entre la población envejecida se manifiestan de forma diferente en el ámbito rural y urbano.
4. Las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable no son sensibles a las diferencias territoriales.
5. La promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural refleja una visión estática del ámbito rural.
6. Las políticas de promoción del envejecimiento activo y saludable, trasladan los modelos urbanos de desinstitucionalización y refuerzo del tejido comunitario al ámbito rural.
7. Las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural no reflejan el dinamismo y la diversidad de la población mayor rural (género, orientación sexual, origen étnico, nivel educativo).
8. Las nuevas tecnologías tienen un papel relevante en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.

Tabla 1. Hipótesis pre-analíticas.

Las dos primeras hipótesis –1) que el impacto de las dinámicas demográficas actuales, envejecimiento y despoblación, son relevantes a nivel europeo, y 2) que los estudios sobre envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural son aún escasos– se han confirmado en la teoría a través de la literatura especializada (ver apartado 1). En la práctica, estas dinámicas demográficas del medio rural se traducen en dos características fundamentales: la pérdida de población joven en edad laboral y el envejecimiento de la población que permanece. Esto se ha constatado en los diferentes ámbitos rurales de las buenas prácticas seleccionadas, tanto de España como de terceros países (Islandia, Noruega y Reino Unido). También en la presencia creciente de actuaciones de promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural por parte de las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social. El eco de estas dos hipótesis ha sido menor en los grupos de discusión y en el grupo de trabajo, más allá de la identificación entre profesionales de la necesidad de contar con más formación, lo que requiere a su vez disponer de más investigaciones específicas sobre envejecimiento rural.

4.1. Soledad no deseada y aislamiento social entre la población envejecida en el ámbito rural y urbano.

La soledad no deseada es un tema de fondo en los discursos de los grupos de discusión. Sin embargo, en el GD2 no se hace referencia explícita al sentimiento personal de soledad, solo en una ocasión se menciona el aislamiento:

“A mí el grupo siempre me ha venido bien, porque si no estoy bastante aislada” (P10GD2).

Mientras que el resto del grupo no menciona en sus intervenciones el sentimiento de soledad o aislamiento, aunque muchas de las participantes reconocen que están o viven solas, algunas de ellas viudas.

“Yo vivo sola” (P9GD2).

“Nunca me he sentido sola” (P8GD2).

Esta es una situación generalizada en España, donde más del 29,9% de las mujeres mayores de 65 años y el 14,4% de los hombres viven en hogares unipersonales (Fariñas, 2025).

En el GD2 no se incide en el sentimiento o sensación de aislamiento. No obstante, sí se hace referencia a la falta de alternativas de ocio. Uno de los aspectos desarrollados fue la necesidad de un transporte adecuado que permitiera acceder a otros lugares para desarrollar actividades de todo tipo en ocio y tiempo libre, atención médica, gestiones etc.

En relación con la soledad no deseada, las personas participantes en el Taller internacional de este estudio —mayores, profesionales y voluntariado de las organizaciones españolas y de terceros países— coinciden en situarla como problema común a todos los programas y proyectos llevados a cabo, independientemente de su tema prioritario. Así, las buenas prácticas de terceros países y españolas muestran diferentes formas y enfoques para abordarla y mejorar las condiciones de vida: la atención a una buena alimentación, compartiendo comida casera con quien ya no puede prepararla o no tiene ánimo para hacerla, como en el programa ‘Food Makers’ de Food Train (Reino Unido); la recuperación de los saberes tradicionales asociados a la cultura en el proyecto europeo ‘Lands of Butterflies’ de Landsbyggdín lífi (Islandia), o a la agricultura en el proyecto europeo ‘EARLY’ de CSR Innovative Solutions (Noruega); la mejora de la salud física en la red ‘Marca Deza’ de autocuidados en el mundo rural (España), o de la mental a través de talleres de memoria y programas de envejecimiento activo en la Mancomunidad de la Costera y Canal. En estos dos últimos ejemplos se constata especialmente que el interés por charlar y compartir antes y después de las actividades actúa como elemento aglutinador de los grupos.

En el desarrollo de los grupos de discusión no surgieron temas que no estuvieran relacionados con las hipótesis de partida. Únicamente cabe mencionar la referencia al tema del rol profesional, que ha ido apareciendo en las diferentes actividades llevadas a cabo. En el GD1 se abordaba la necesidad de encontrar un punto medio en las relaciones entre lo profesional y lo personal, dada la cercanía y el vínculo que se genera con las personas participantes, que lo definen como “figura de apoyo”, o incluso como “amigo”.

“Un poco también que sea un ajuste entre lo profesional y quizás, pues, que no sea demasiado invasivo en su entorno familiar o en su vida privada y como ese pequeño ajuste de, pues eso, establecer ese punto medio. Que ellos entiendan el sentido y que ellos cuenten con nosotros, pues un poco como esa figura de apoyo y no como un amigo, digamos, que te hagan un poco de ambas cuestiones o un, digamos, un punto un poco medio” (P7GD1).

A nivel profesional, las respuestas inciden en la importancia de las relaciones, de los vínculos, del enganche y su gestión, alejándose del modelo general ‘escolar’ con roles claros profesorado-alumnado vertical. En la práctica las situaciones son otras que requieren adecuadas capacidades para gestionarlas, porque van más allá del horario de las sesiones.

“Súper importante, al final, es la alianza terapéutica que tenemos con ellos, el enganche” (P1GD1).

Durante el desarrollo del Taller internacional con el panel de personas expertas, el análisis de las diferentes buenas prácticas internacionales puso de manifiesto la relevancia de la dimensión emocional, en un doble sentido. Por un lado, como forma de llegar mejor a las personas mayores. Así, se apuntaba a la importancia de fomentar más el desarrollo de vínculos a través de lo emocional, más que a través del discurso o de los contenidos, como posible estrategia para llegar a los hombres mayores, a los que no les atraen las reuniones para hablar, para abordar temas como el envejecimiento activo o la igualdad de género. De alguna forma, se trata de incorporar formas de trabajo en masculinidades que se vienen realizando con hombres jóvenes y están funcionando, como, por ejemplo, los proyectos y los talleres relacionados con los cuidados y con las emociones (Fundación Cepaim, 2024; López y Alonso, 2015). Por otro lado, en cuanto a que, más allá de la valoración o la comprensión del concepto de envejecimiento activo, el aspecto esencial es cómo perciben la participación las personas mayores: las emociones, los vínculos.

“Muchos usuarios que van a las sesiones simplemente van por salir de su casa y por hablar con alguien, porque ellos siempre dicen que van por poder hablar con alguien que no sea con la tele o con el gato, o porque no tienen con quien estar. Entonces, muchas veces, más que buscar un envejecimiento activo, lo que buscan es, pues, evitar esa soledad no deseada” (P3GD1).

“Al final sus expectativas no son más que las de compartir, buscar un espacio de encuentro, a veces incluso con el mismo vecino con el que sí se saludan todos los días, pero al final no comparten nada [...]. O por lo menos, es lo que yo he vivido. Cuando compartes una actividad, pues siempre hay un café, siempre hay una infusión, siempre hay un momento de esparcimiento, donde ellos se muestran más receptivos, o donde ellos te comentan qué es lo que les preocupa, qué les ocupa, e incluso es el momento en el que tú puedes escuchar realmente qué es lo que ellos quieren” (P4GD1).

Un aspecto importante a tener en cuenta es la flexibilidad de los programas y los espacios de participación, en los que no sean solo receptores, sino que puedan decidir e ir avanzando en los niveles de participación.

“Es el hecho de escuchar también qué es lo que ellos quieren, porque nosotros proponíamos una actividad, pero es que a lo mejor la actividad no se ajustaba a lo que ellos realmente querían o deseaban [...]. Trabajando un poco desde la individualidad, porque muchas veces, eso, ideamos actividades, ideamos cosas para trabajar con ellos que a lo mejor no se adaptan a lo que realmente les apetece [...]. Si la parte importante son ellos, serán ellos también quienes decidan qué actividades y qué es lo que les apetece hacer” (P4GD1).

Otro aspecto significativo es de qué forma quieren participar. No solo recibir de forma pasiva, sino formar parte de la sociedad, de la comunidad en la que viven.

“Se dinamizan y se ponen las pilas unos a otros para que participen [...]. No dejarse morir en sus casas, esperando que alguien vaya y lo saque, sino que están... ¿sabes? el sentirse parte” (P3GD1).

Es relevante también la perspectiva de género para abordar la diferente forma de participación social de hombres y mujeres. Desde la perspectiva de las asociaciones de mujeres, como se observa en Rotglà i Corberà (Valencia) —y como se percibía en 2024 en la asociación de mujeres y en la Asociación Cultural Bérgula en Reolid (Albacete)—, la batalla es para poder hacer cosas, con la dificultad de no contar con la formación y el conocimiento para acceder a los recursos necesarios, como subvenciones, por ejemplo. Estas asociaciones de mujeres se preocupan tanto por las necesidades e intereses de sus integrantes como de la comunidad en su conjunto, buscando poder desarrollar actividades formativas, culturales y de asistencia. En el caso de las asociaciones de jubilados con participación masculina, se indica que cuentan con espacios para hombres principalmente, para jugar a las cartas o tomar café, sin una proyección comunitaria o hacia el propio grupo de hombres que las integran. Aunque son aún necesarias más investigaciones sobre este tema, la literatura científica refleja esta

tendencia en relación a la mayor implicación de las mujeres mayores en actividades en las que se establecen relaciones y que están vinculadas con los cuidados y los servicios a la comunidad (Jaumot-Pascual et al., 2018), mientras que los hombres mayores participan en actividades prácticas o manuales y deportes (Ong et al., 2024). En el contexto anglosajón, existen grupos de participación masculina también orientados a este tipo de actividades, tipo bricolaje o carpintería, como las que se realizan en men's sheds (espacios tipo cobertizo o taller para que los hombres conecten a través de este tipo de actividades) (Milligan et al., 2016).

4.2. Sensibilidad territorial en las estrategias actuales de promoción del envejecimiento activo y saludable

Con respecto a la hipótesis 4 –“Las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable no son sensibles a las diferencias territoriales”–, se aprecia que sí hay diferencia entre zonas rurales y urbanas, y dentro de las propias zonas rurales, lo que conlleva la necesidad de repensar y adaptar en la práctica modelos generales pensados, de alguna forma, en y para el ámbito urbano. González y Ruiz (2023) se refieren a las especificidades de la práctica del trabajo social rural en sentido amplio, y utilizan el concepto de ‘urbanonormatividad’ de Fulkerson & Thomas (2019), que puede ser útil también en relación con la promoción del envejecimiento activo.

Por ejemplo, el modelo de trabajo en grupo con mayores que funciona en zonas urbanas y se utiliza en las rurales supone dificultades en áreas con población dispersa, no solo por cuestiones logísticas, sino también culturales, en quienes están habituados a un menor contacto o interacción.

“Llegamos a una zona bastante complicada. Mucha dispersión geográfica y carácter peculiar de las personas, o sea, gente rural, de pueblo pueblo, cerrada, los valles pasiegos [...] Cada escena es totalmente diferente, cada persona es totalmente diferente y gran parte de las intervenciones han sido individuales y nos han abierto las puertas de sus casas. Nos han abierto el contacto con sus familiares y nos han dado todo lo que podemos recibir” (P8GD1).

Sin embargo, las estrategias de programación general no siempre son sensibles a las diferencias territoriales, lo que requiere su adaptación.

“Es una zona muy dispersa a nivel geográfico, y cada ámbito en el que se trabaja, bueno, pues no sé si por el perfil de la zona, un poco por la experiencia que hemos tenido, sí que es verdad que son grupos diferentes, son perfiles diferentes a la hora de interactuar en un

grupo [...] elaborar un itinerario de actividades que, teniendo en cuenta, pues, un poco las líneas principales que propone el programa, pues tengan sentido en cada grupo y se ajusten a cada dinámica, y luego a nivel individual. Pues un poco, verdaderamente, aunque el programa se plantea en torno a 5 módulos de intervención, poder básicamente tomar contacto con la gente, que ellos estén cómodos, que ellos entiendan un poco el sentido del programa” (P7GD1).

Se hace referencia a la necesidad de conocer bien la realidad, las diferencias entre unos lugares y otros, y por tanto de adaptar un modelo ‘estándar’ a cada grupo, teniendo en cuenta tanto las diferencias territoriales, sociales, culturales, contextuales, como las grupales e individuales, con diferentes intereses, necesidades y niveles. Un modelo que no fue pensado específicamente para el ámbito rural, sino, de alguna forma, ‘neutro’.

“Vimos como fundamental la necesidad de conocer por dónde te vas a mover, porque sí que hemos trabajado inicialmente en 2 pueblos que distan 2 kilómetros, y las rencillas, piquillas, diferencias, incluso a la hora de plantear actividades conjuntas” (P7GD1).

La necesidad de adaptar un modelo de trabajo estandarizado también a las realidades específicas de las personas.

“Hay que ir improvisando [...] para llegar a su nivel [...] preparabas 100 000 materiales y al final era conversación libre, pura y dura, de una señora de 62 años y una de 93. O sea, esa capacidad de sensibilizar” (P8GD1).

La necesidad de adecuar la forma de trabajo a la realidad de un territorio rural diferente del urbano, en el que no se puede dar por hecho el ‘anonimato’.

“Esos pies de plomo, pues para no meterte en ningún fregado raro. Cómo se llevan unas comunidades con otras, unos vecinos que no se llevan bien con otros...” (P8GD1)

En ocasiones, no se aprecia tanto una estrategia de promoción del envejecimiento activo en sentido estricto, sino que se plantea el desarrollo de actividades, de talleres con profesionales que se van incorporando, sin que tengan formación específica en este ámbito de actuación. Atendiendo a los problemas de las personas mayores en el medio rural, se observan similitudes entre España y terceros países en las respuestas recogidas en la encuesta. Se destacan dos problemas principales.

Problemas más relevantes para las personas mayores en el medio rural (%)

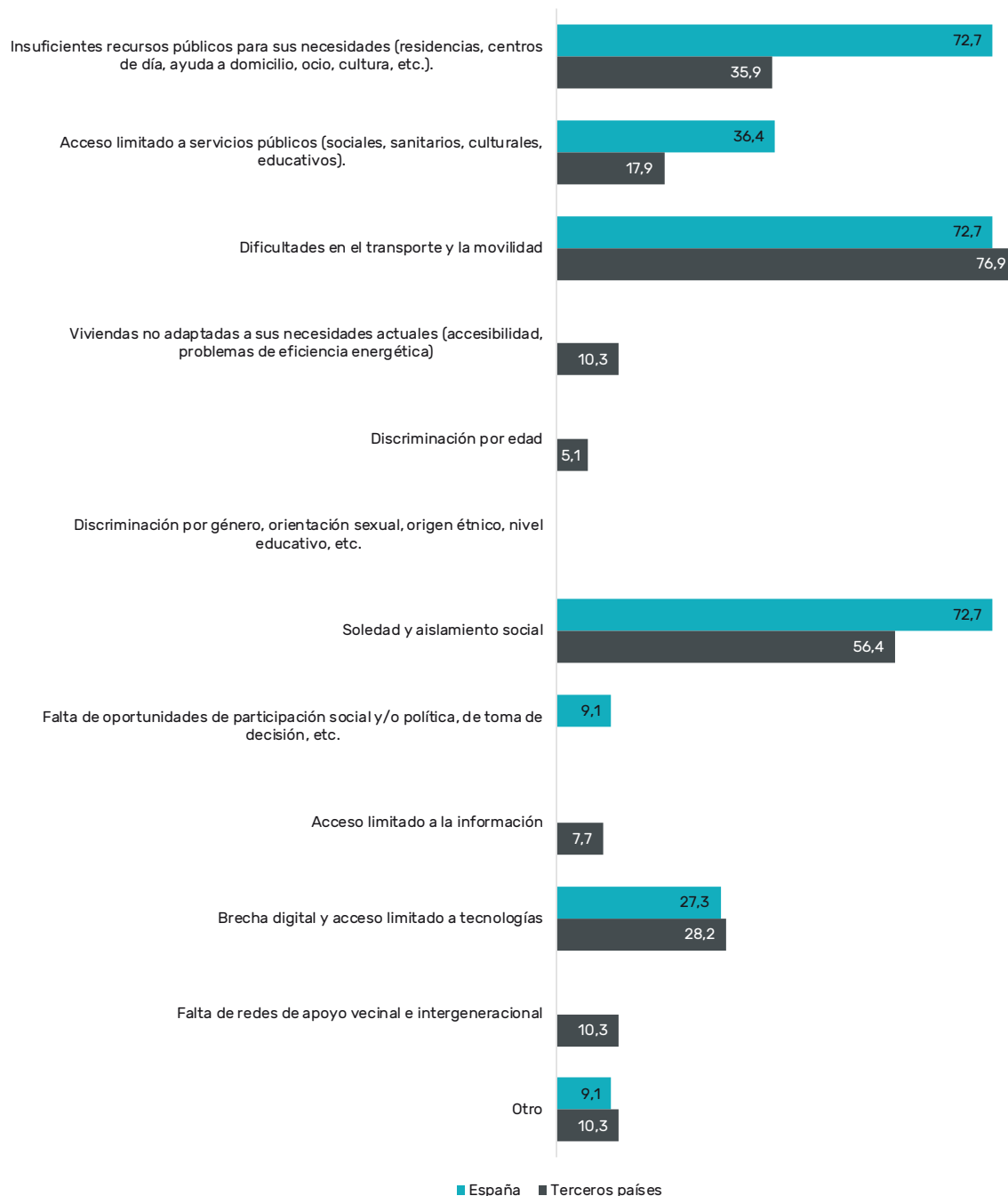


Gráfico 6. Problemas más relevantes para las personas mayores en el ámbito rural. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

En primer lugar, se sitúa la dificultad en el transporte y la movilidad, indicada por más del 70% de las personas encuestadas (72,7% en España y 76,9% en terceros países). En segundo lugar, la soledad y aislamiento social, indicados en el 72,7% de las respuestas de España y en el 56,4% en terceros países. Estos dos problemas principales han tenido presencia destacada en los tres grupos de discusión, en el grupo de trabajo y en el Taller internacional. Les sigue la insuficiencia de recursos públicos para dar respuesta a necesidades (residencias, centros de día, ayuda a domicilio, ocio, cultura, etcétera), indicada por un 72,7% en España y un 35,9% en terceros países. En torno a un 30% del total señala igualmente la brecha digital y el acceso limitado a tecnologías (27,3% España y 28,2% terceros países).

En cuanto al aislamiento, han sido contradictorios los puntos de vista manifestados por las personas participantes en el GD2. Aunque indican que no se sienten aisladas en el pueblo, reconocen que las posibilidades de desplazarse son limitadas. También dicen que no sienten aislamiento, que el pueblo está muy vivo, al mismo tiempo que indican que no hay nada que hacer los fines de semana. Comparando la situación de su localidad con la de las grandes ciudades, consideran que en ellas hay más oferta de actividades culturales y de ocio de todo tipo, como teatro, cine-forum, piscina etc., y también más actividades específicamente orientadas al envejecimiento activo. Le choca al resto que una de las participantes diga que está bastante aislada, una situación que le resulta compleja, porque hace un esfuerzo por salir, por relacionarse y disfruta con esos encuentros, pero al mismo tiempo factores físicos dificultan la frecuencia de esas interacciones.

Con respecto a las dificultades en el transporte y la movilidad, en el grupo de discusión de personas mayores (GD2) se apuntó la necesidad de que se les tuviera en cuenta. Querían que se les consultara sobre posibles cambios en el servicio de transportes que pudieran impactar en la accesibilidad, la adecuación a sus horarios y la reducción de la oferta. Identificaban la dificultad para acceder al servicio de transporte —especialmente con bolsas, carritos de la compra o de apoyo, perros guía— y la falta de espacio. Por su parte, el grupo de discusión de profesionales (GD3) destacó la importancia de poder salir del aislamiento, también el del propio lugar de residencia.

“Sí que nos demandan que compartamos en el resto de grupos pues actividades, fotos, que hacemos. Por ejemplo, si nos vamos a dar una vuelta por el campo a andar, el día que nos toque hacer algo de gimnasio, pues que compartamos esas fotos, porque se ven. Porque, claro, ya son personas mayores que no se pueden desplazar, pero sí que se conocen de cuando eran jóvenes, de gente del pueblo que está a 5 kilómetros” (P1GD1).

Se requerirían más recursos para realizar actividades con grupos de pueblos vecinos. Sería una forma de ampliar la oferta de actividades, que es escasa, y de retomar el contacto físico con amistades a las que en muchos casos hace tiempo que no pueden visitar.

En cuanto al acceso limitado a servicios públicos (sociales, sanitarios, culturales, educativos, etcétera), se aprecian diferencias significativas dependiendo del país. Más de un tercio de las personas encuestadas en España lo señalan como un problema al que se enfrentan las personas mayores. Sin embargo, menos de un quinto de las encuestadas de terceros países lo ve así. Profesionales, voluntariado y personas mayores están de acuerdo en la necesidad de contar con una oferta más amplia e intensa, como se observa en los tres grupos de discusión y en el grupo de trabajo. Demandan propuestas más flexibles, que se alejen de la temporalidad y de calendarios propios del modelo escolar, que dejen numerosos vacíos (fines de semana, tardes, vacaciones etc.) y muchas horas a la semana en las que les gustaría contar con esa motivación extra, para salir, para estar y para hacer.

La encuesta también tuvo respuestas que identificaron las siguientes problemáticas: viviendas no adaptadas a las necesidades actuales (accesibilidad, problemas de eficiencia energética); discriminación por edad; discriminación por género, orientación sexual, origen étnico, nivel educativo, etcétera; falta de oportunidades de participación social y/o política, de toma de decisión, etcétera; acceso limitado a la información y falta de redes de apoyo vecinal e intergeneracional. En relación a su número de menciones, estas problemáticas se aprecian como problemas secundarios, en ninguno de los casos llegando a superar el 10% de personas encuestadas. Estos temas no fueron tampoco abordados ni en los grupos de discusión ni en el grupo de trabajo.

Con respecto a los desafíos que enfrentan las organizaciones en la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural, el aislamiento geográfico es el principal (54,5% en España frente a 47,1% en terceros países). Se aprecian valores similares a la hora de destacar la falta de recursos económicos (36,4% en España frente a 44,1% en terceros países). También destaca, aunque en menor medida, la falta de coordinación entre agentes clave (18,2% en España frente a 14,7% en terceros países).

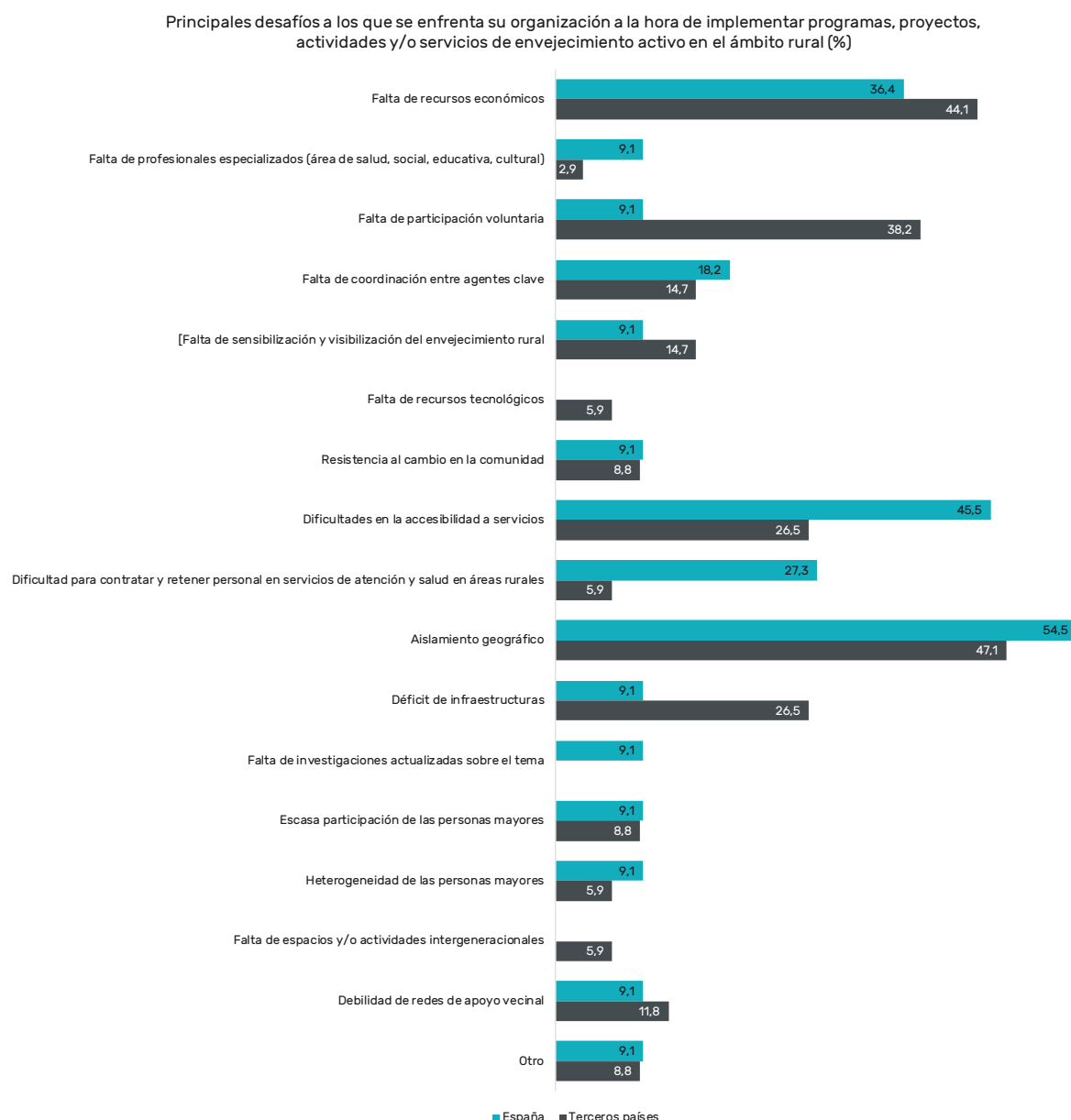


Gráfico 7. Principales desafíos que enfrentan las organizaciones del TSAS que trabajan con personas mayores en el ámbito rural. Fuente: elaboración propia a partir de las respuestas recogidas en la encuesta.

Los dos grupos de discusión de profesionales y voluntariado (GD1 y GD3) incidieron en la necesidad de más recursos para fortalecer los programas de envejecimiento activo. Se necesitan más profesionales, con más frecuencia y continuidad y mayor apoyo, ante la realidad de un grupo destinatario muy diverso, con necesidades específicas muy diferentes respecto a edades, movilidad, educación, cognición etc.

El papel de las personas profesionales se plantea también como un reto, la horizontalidad frente a un papel jerárquico, de dirección y autoridad, a veces esperado. Es desafiante, de igual manera, la dificultad para establecer fronteras entre lo personal y lo profesional. Las relaciones son fluidas, pero no es necesariamente una amistad.

“Como tú vas en calidad de organizador, ellos incluso te asignan un rol de profesor. Aunque tú intentes como sondearlo un poco y situarte a un nivel un poco más horizontal o un poco más de colectividad, pues ellos te asignan un poco ese rol” (P7GD1).

“intentar como sondear eso y tener un papel mediador que no sea, que no se posicione mucho y que mantenga un poco esa neutralidad para que, pues, enriquezca el grupo y no se vaya un poco por ahí” (P7GD1).

Estos porcentajes bajos de respuesta respecto a la coordinación entre agentes clave están en sintonía con lo que profesionales y voluntariado exponen sobre sus experiencias en la práctica en los grupos de discusión (GD1 y GD3). En ellos, reflejan que es escasa la articulación con otras organizaciones del TSAS que trabajan con personas mayores. No obstante, en el caso de las organizaciones más pequeñas sí se vuelven imprescindibles las colaboraciones. En ocasiones no hay muchas en la zona rural en la que actúan. En otros casos, no hay colaboración entre las diferentes áreas de las administraciones públicas. Recogiendo las palabras de una de las profesionales (GD3): “la cultura cura”. Enfatizaba así la importancia de incentivar estas colaboraciones, basándose en la experiencia de los resultados positivos de esta coordinación entre el área social y el de cultura, poniendo de ejemplo el efecto positivo en la salud de la participación en actividades teatrales. Asimismo, en el Taller internacional se reflejó la necesidad de fortalecer la internacionalización de las organizaciones a través de la implicación en programas, redes y espacios de participación internacional.

Por otro lado, tanto las personas encuestadas de España como las de terceros países dejan otros desafíos en un segundo plano. Estos incluyen la falta de profesionales especializados, la falta de recursos tecnológicos, la resistencia al cambio en la comunidad, la falta de investigaciones actualizadas sobre el tema, la escasa participación de las personas mayores, la heterogeneidad de las personas mayores, la falta de espacios y/o actividades intergeneracionales, o la debilidad de redes de apoyo vecinal.

“Hacen falta recursos como centros de día y estructura de voluntariado, ya no de voluntariado, sino de profesionales que se dedicasen a ese acompañamiento de la persona mayor que, por ejemplo, en esta localidad, hasta donde yo sé, no existe, no se conoce” (P2GD1).

Hay falta de recursos adecuados a las necesidades y los contextos, y escasez de profesionales, los cuales tienen poca fijación territorial y se encuentran desbordados por trámites administrativos. En el ámbito sanitario en concreto, uno de los temas asociados que se abordó tanto en el grupo de discusión como en el Taller internacional fue la necesidad de atención emocional y la respuesta desde la medicación. Así, la representante de la asociación Landsbyggðin lífi (Islandia) señalaba que más de la mitad de las personas mayores de 75 años en Islandia están polimedicadas, y más del 70% de las que viven en residencias de ancianos toman medicamentos para la depresión, la ansiedad u otros problemas mentales. Una situación que ilustraba con el caso de la localidad de Kópasker, donde se implementó el proyecto “Tierras de mariposas: recuperando y transmitiendo la memoria y la huella de las mujeres en el patrimonio cultural de los territorios rurales” (“Lands of Butterflies: recovering and transmitting women memories and footprints in the cultural heritage of rural territories”), en la que las dos visitas médicas semanales estaban limitadas casi a controlar que las personas se tomaran su medicación. Un punto de vista compartido desde la experiencia de la representante de la Red de autocuidados Marca Deza (Soria).

“Esas plazas de personal sanitario, pues no son atractivas, no son interesantes. Entonces hoy voy, te cuestiono y te planteo mis problemas, pero al día siguiente hay otro médico que se lee la historia y que, pues ya es un señor de 93 años que me viene a... cuando, a lo mejor ese hombre lo que necesita es ese apoyo emocional” (P8GD1).

En relación con los perfiles profesionales, en muchos casos, como se ha observado en los grupos de discusión, estos vienen de trabajar con otro tipo de grupo destinatario o área, por ejemplo, jóvenes, o desde el sector de cuidados sanitarios. Asimismo, se constata que en ocasiones son profesionales compartidos que no siempre están al 100% dedicados al programa, sino que están actuando también en otros programas diferentes.

4.3. Promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural: ¿una visión estática del ámbito rural?

Los grupos de discusión, el grupo de trabajo y las buenas prácticas analizadas han puesto de manifiesto la diversidad, el dinamismo y las contradicciones del mundo rural, frente a visiones estereotipadas y estáticas. Estas idealizan en positivo la vida rural, incidiendo en la buena vecindad, los vínculos estrechos, la solidaridad, la vida congelada de relativa abundancia en un pasado ajeno a influencias externas. Esta diversidad, esta permeabilidad y estas contradicciones están presentes en la literatura reciente sobre el envejecimiento rural (Winterton, Skinner & Walsh, 2025).

Frente a estas visiones estereotipadas del mundo rural, se incidía en el Taller internacional en que, aunque las personas se conozcan de vista y se saluden, eso no siempre implica que haya relaciones o vínculos entre ellas. Se hacía referencia a ese conocimiento superficial de “nos conocemos todos”, pero que no cuenta con un vínculo real. Este vínculo surge de realizar actividades significativas conjuntas:

“Antes, a estas señoras ni las conocía” (P1GD2).

“Pese a que es cierto que todos busquen ese espacio, un poco común de compartir experiencias [...] a veces se saludan por el vecino, pero nunca tienen como esa interacción más en profundidad” (P7GD1).

Todavía se conservan algunas tradiciones, “las tardes a la fresca” (P2GD2), pero ya no se conoce a la mayor parte del vecindario que es nuevo: “Gente que va a trabajar fuera, viene por la noche. El pueblo ha prosperado mucho y hay muchas casas, pero yo no conozco a la mitad de todas las que se han hecho” (P9GD2).

Al mismo tiempo, ese conocerse limita la participación, por la falta de anonimato, generando vergüenza a participar en actividades de ocio y tiempo libre, principalmente entre los hombres mayores. Las relaciones con las personas foráneas son diferentes, en el taller se señalaba que en unos casos en un pueblo puede haber una mayor confianza para abrirse hacia quien es de fuera. De igual manera, en el diseño de las actividades no se tienen en cuenta esos factores limitadores que en un contexto urbano no se dan, por el anonimato y el desconocimiento inicial de las personas participantes. Estas pueden proceder de otros barrios de la ciudad, como se identificó en el GD3 realizado en Elche en 2024. En él, algunas de las personas mayores más activas preferían diversificar las actividades en las que participaban en función de su interés, independientemente del lugar de realización, más que intensificar la participación únicamente en aquellas actividades programadas en su barrio. Se aprecia una escasa participación masculina en ámbitos rurales y urbanos, pero con matices.

“Hombres del pueblo no hay ninguno [...] son todos de fuera. Pero estoy seguro que en su pueblo harían clases de salsa y bachata y no irían” (P2GD2).

“No sé si eso también tiene que ver con el tema rural, porque quizá el hombre que viene a lo mejor se siente un poco como señalado por el resto de personas del pueblo como [...] fíjate, una actividad de mujeres” (P1GD3).

“En lo que es el programa de envejecimiento activo, participan mucho más las mujeres también que los hombres. No, eso es por algo educacional” (P2GD3).

Así mismo, en cuanto a las dinámicas de participación se menciona más individualismo en el ámbito urbano, y por ello un tipo de relaciones diferentes, junto con una oferta más amplia de actividades, aunque a veces las distancias suponen una limitación.

“Muy arraigado, el individualismo, el voy más a mi bola, y hago más mi forma de vida que quizá eso en el ámbito rural [...] la ciudad podéis tener más recursos de actividades o de tal, pero muchas veces no se crean las mismas relaciones que se pueden crear en los ámbitos rurales [...] A veces los desplazamientos se pueden dificultar más por las distancias” (P2GD3).

Además, en los diferentes intereses individuales se perciben afinidades y diferencias entre pueblos. En este sentido, puede ser una alternativa el movimiento inverso: incorporar y adecuar los objetivos y utilizar los recursos a partir de los intereses y características de cada lugar y grupo.

“Hay pueblos en los que tiene que ser, sí o sí, 100% todas las sesiones manualidades, porque como le metas otra cosa no va nadie, y otros pueblos en los que aceptan de todo. Pueblos en los que prefieren que sea más gimnasia, más actividades de movilidad, más animación; otros que prefieren que sea exclusivamente estimulación cognitiva, porque no quieren otra cosa” (P3GD1).

Es importante romper con los estereotipos, tanto sobre las personas mayores como especialmente sobre el ámbito rural. Las personas mayores no responden a las representaciones tradicionales sobre ellas. Son más dinámicas, tienen ganas de hacer cosas y están abiertas a aprender y actualizarse.

“No desaprovechan oportunidades, se apuntan a todo lo que sale, quieren estar actualizados en todo momento [...] Ahora les gusta salir, les gusta relacionarse y buscan no estar solos porque ellos no quieren, ya está, no quieren estar solos y buscan conocer a gente y estar entretenidos, y se le pasan más rápido los días y más rápido todo”. (P3GD1)

4.4. Extrapolación de modelos urbanos de desinstitucionalización y refuerzo del tejido comunitario al ámbito rural en las políticas de promoción del envejecimiento activo y saludable

Los resultados de las encuestas muestran una gran diferencia de apreciación entre el contexto español y el de terceros países respecto a ciertos desafíos que enfrentan las organizaciones del TSAS. Destaca la distinta valoración respecto a la falta de participación voluntaria. Mientras que en España solamente el 9.1% de las personas encuestadas lo considera un problema, en terceros países casi un 40% lo considera relevante. Este es un aspecto que ha estado presente también en las sesiones del grupo de trabajo y en el Taller internacional. En las buenas prácticas presentadas por las organizaciones internacionales Food Train y Befriending Networks (Reino Unido), el voluntariado es esencial para el desarrollo de las mismas. Se aprecia en general que en los terceros países el voluntariado tiene un mayor peso dentro de las organizaciones. Esto se observa también en las investigaciones sobre participación social de las personas mayores (Amezcuza y Alberich, 2020; Amezcuza y Sotomayor, 2021), y se refleja también en los estudios cualitativos que recogen sus percepciones (Neville et al., 2021). El tema de la desafección de las personas mayores rurales y su voluntad de alejarse del voluntariado —que puede llegar a convertirse en una obligación y una carga demasiado pesada— ha sido abordado críticamente desde la gerontología rural en Reino Unido (Winterton, Skinner, & Walsh, 2025).

Se espera que este voluntariado integrado por personas mayores, más allá de la buena vecindad y la ciudadanía responsable, asuma la gestión y la implementación de servicios públicos, principalmente de cuidados sanitarios y sociales, que no se están cubriendo.

Cabe señalar también algunos matices en cómo se desarrolla el voluntariado de las personas mayores en los diferentes contextos. En Reino Unido son relevantes las redes de voluntariado, como reflejan los diferentes ejemplos de Buenas Prácticas. Por otro lado, también está presente en Noruega el énfasis en la autonomía personal y en la reciprocidad de las relaciones comunitarias, más que en el apoyo familiar. Así, el lema de Seniornett, una de las organizaciones de mayores noruegas, es “las personas mayores ayudan a las personas mayores”. Esto se constata también, dentro del ámbito anglosajón, en el estudio de Neville et al. (2021) en Nueva Zelanda.

Sin embargo, en España el voluntariado formal tiene menos relevancia, aunque está presente el voluntariado informal, o las prácticas de ayuda informal, como las denominan Celdrán y Chacur-Kiss (2025). Así, en el GD1 se mencionan ejemplos de asociaciones que promueven un tipo de voluntariado informal para acompañar a personas mayores que no salen de casa y están solas.

“Aquí, en cada pueblo hay su asociación de mayores, y entre ellos, aparte de las actividades que podamos llevarles con los programas, ellos realizan sus propias actividades [...] intentan apañarse ellos solos, porque la mayoría viven solos. Entonces, cuando algunos ya son muy mayores en los pueblos, la propia asociación lo que hace es que hace como grupos de visitas a las casas, y ellos mismos son los que se encargan de saber si esta persona que vive en esta casa está bien, porque no puede salir, porque no tiene a sus hijos aquí, porque nadie la conoce, porque a lo mejor... Y claro, entonces no pasa un día sin saber cómo está esa persona, si está bien, si no sube las persianas, que es lo que le ha pasado, porque como están siempre en contacto” (P3GD1).

“Sí que hacen un tipo de voluntariado, pues va a una casa de alguna persona, pues que está impedida y van a lo mejor, pues a charlar con ella. Pero, así como algo muy informal y con poca estructura. Entonces, quizá estas personas sí podrían participar, ¿no? Y ser voluntarias en programas que estuvieran bien estructurados” (P1GD3).

En este sentido, en uno de los grupos de trabajo realizados en 2024 se proponía la creación de una figura profesional de apoyo que fortaleciera lo que ya hacen, por ejemplo, traslados, orientaciones sobre cuidados sanitarios básicos que no requieran visita médica etc.

La perspectiva de género está presente también en el voluntariado, con una mayor presencia de mujeres mayores. No obstante, las propias demandas y perfiles hacen necesaria una mayor sensibilidad para ampliar la implicación masculina. En el GD1 se mencionaba la valoración positiva de quienes participaban, bien dando clases a jóvenes o creando un grupo de ‘manitas’, en línea con la oferta más estructurada de este tipo de servicios prestados por personas mayores en organizaciones como la noruega Seniorene.

“no ven el voluntariado como una opción, cuando sí que está. Y luego, cuando empiezan a hacerlo, se enganchan de una manera increíble” (P2GD3).

Ramos Toro (citada en Bonillo, 2024) señala la importancia de las asociaciones formales y de las no formales, los grupos de mujeres, en la dinamización de los pueblos. También se destaca en el GD1 el papel de las asociaciones de amas de casa, que han sido fundamentales en el ámbito rural por su amplia presencia territorial. Los objetivos iniciales de estas asociaciones estaban relacionados con los diferentes aspectos del consumo en el ámbito familiar (Ofer, 2019). Las asociaciones de mujeres rurales, en su conjunto, surgieron para crear espacios en los que fuera posible el aprendizaje, la socialización y el disfrute de sus socias, y también para contribuir a la comunidad (Merelas y Sánchez, 2018, p. 178). El envejecimiento de la población rural lleva a incorporar también en su agenda todos los temas transversales a este. Es intere-

sante tener en cuenta las diferentes percepciones –externa/urbana e interna/rural– sobre su actividad. Se observa una visión más positiva entre profesionales de un entorno urbano:

“El tema de las asociaciones funciona de maravilla. Yo creo que funciona mejor en el ámbito rural que en las grandes ciudades, porque allí las asociaciones de amas de casa lo menean todo” (P1GD1).

Esta visión contrasta con la mayor incertidumbre que se percibe desde la pertenencia y la práctica rural, no exenta de conflictos por la presencia, en algunos casos, de edadismo y desencuentros generacionales, y por la necesidad de apoyo profesional para hacer frente a los retos actuales de las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social. Esto se comentó durante el desarrollo del grupo de trabajo, en el que se hacía referencia a los intentos de la asociación de mujeres de Rotglà i Corberà para dar visibilidad a las necesidades de las mujeres mayores, lo que chocaba con las visiones y prioridades de las mujeres de generaciones más jóvenes. Estos dos rasgos se encuentran entre las características definitorias de este tipo de asociaciones de mujeres rurales, identificadas hace casi una década (Centella y Rodríguez, 2016, citada en Merelas y Sánchez, 2018, p.179):

- Habitualmente el número de socias no es muy elevado, manteniendo una estructura interna con escasa rotación en los puestos directivos.
- Elevada media de edad de las socias, situada por encima de los cuarenta años y con una baja implicación de las mujeres más jóvenes.
- La situación profesional de las socias suele estar marcada por el trabajo doméstico, teniendo también presencia las pensionistas y jubiladas.
- El ámbito de actuación es la comunidad local inmediata.
- Para el financiamiento de las actividades suelen contar con fondos públicos derivados de subvenciones que pueden venir de distintos niveles administrativos: autonómico, provincial o municipal.
- Bajo nivel educativo e insuficiencia de medios tecnológicos, destacando importantes déficits en el acceso a las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación

Esto se percibió también entre las representantes de Tyrius - Asociación de amas de casa y Consumidores de Rotglà i Corberà (Valencia) durante el Taller internacional con el panel de personas expertas. Las representantes estaban interesadas en las formas de gestión y financiación de las buenas prácticas internacionales⁷, una inquietud compartida por la Asociación de

⁷ En Islandia las asociaciones del Tercer Sector de Acción Social no son muy numerosas. Sin embargo, ha tenido un papel clave en la historia del país el movimiento asociativo femenino, siendo un hito histórico “El día libre de las mujeres”, una huelga general de mujeres profesionales y amas

mujeres de Reolid (Albacete) durante el encuentro mantenido en el desarrollo del programa de 2024.

Las personas mayores quieren ser voluntarias y disponer de infraestructuras para desarrollar diferentes actividades. Sin embargo, no hay un tejido asociativo fuerte. Mencionan la dificultad para encontrar el apoyo de otros miembros de la comunidad, contar con gente para temas de interés común, como el medio ambiente. También hacen referencia a un cambio de tendencia, un tipo de 'voluntariado de salón', donar pero no implicarse personalmente.

"Yo propuse dos veces a gente que trabajaba en el ayuntamiento "vamos a hacer un voluntariado y que se apunte algún niño, así ya mayorcito, que se conciencien" (...) "Nos ponemos unos guantes y vamos todos a recoger y luego se hace un almuerzo o lo que sea para motivar a...." "¿Y quién vendría? No vendría nadie." Es que aquí la gente no participa. Colabora en todo, en loterías y en todo, pero participar... es muy cómoda." (P4GD2)

Las personas participantes en el Taller internacional hicieron dos lecturas destacadas de este desafío relacionado con el voluntariado. Por un lado, se identifica la necesidad de contar con redes de voluntariado más consolidadas, con mayor liderazgo y protagonismo de las propias personas mayores. Por otro lado, se considera necesario evitar la desprofesionalización del sector social en un sentido amplio.

Se hace poca referencia a la articulación con otros agentes locales, tanto otras organizaciones del TSAS como con recursos públicos. Se menciona, por ejemplo, un caso concreto en el que solo dos entidades trabajan con personas mayores y se reparten los tiempos para trabajar con ellas, o cuando una entidad deja de prestar el servicio remite a la otra que sigue en activo.

"Esta asociación ya no está trabajando en la zona [...] Como ya no iban a seguir trabajando en esa zona y sabían que nosotros trabajábamos por ahí, nos sirvieron un poco de enlace, y ahora somos nosotros los que estamos trabajando con ese grupo. Pero en ese sentido, digamos a nivel coordinación, no tanto como realizar actividades conjuntas" (P7GD1).

de casa islandesas a la que se unieron el 90% de las mujeres, el 24 de octubre de 1975 (Bidaseca, 2017, p. 5). Actualmente sigue estando activa y con presencia en el ámbito rural la Icelandic Women's Federation, que forma parte de la International Confederation of Rural Women, ACWW, y Nordic Women's Association.

Se señala la poca articulación con otras organizaciones. Sí hay derivación de personas usuarias desde los servicios sociales y calendarios coordinados, para que no coincidan horarios de actividades de servicios sociales y de la fundación.

“La coordinación fue única y exclusivamente eso para actividades puntuales, pero no como colaboración, sino más eso, para no pisar actividades unos y otros” (P3GD1).

El papel de la intergeneracionalidad no está muy presente en los grupos de discusión de profesionales y voluntariado, y cuando se hace referencia a este tipo de actividades se sitúan en los extremos mayores/abuelos y escolares/nietos, y con un carácter puntual. Hay que tener en cuenta también qué tipo de tareas se les asignan a las personas mayores en estas actividades –encargarse de las comidas y todas las actividades relacionadas– pero no se les deja un espacio mayor de participación para proponer o decidir. Este es un aspecto que fue expuesto por los grupos de trabajo realizados en Alcaraz en 2024 (Mansilla et al., 2024).

“Se hace alguna carrera [...] para que participen en los puestos de avituallamiento. O si se hace alguna comida típica o alguna chocolatada o algo, siempre lo mismo, nos llaman para que sean ellos quien la realicen y luego la compartan, la repartan” (P3GD1).

Es interesante la referencia a una actividad intergeneracional que contribuye a romper con estereotipos edadistas y racistas que pueden afectar muy negativamente en entornos rurales:

“Hemos intentado [...] conseguir el vínculo entre los menores, en este caso de nuestro centro, con las personas mayores, y en las sesiones de actividad física que nos íbamos a hacer paseos por el río y demás, pues nos acompañaban y compartían, pues, momentos juntos y compartían, pues vivencias, tanto los chavales como las personas mayores. [...] al ser también menores inmigrantes, las personas mayores, pues se quitan también unos prejuicios que tienen por adelantado y ellos también, pues empiezan a tener un poco de vínculo con la sociedad y un poco de integración por parte de las dos partes” (P6GD1).

También se manifiesta en el GD2 y en el grupo de trabajo el interés por recuperar la interacción y la búsqueda de actividades compartidas con las personas jóvenes. En esta línea se sitúa la buena práctica ‘Arte comunitario contra la soledad no deseada’ de Asociación Garaje (Madrid), que acerca la experiencia y la creación artística entre jóvenes y mayores durante la realización de un campo de voluntariado en Torrelaguna (Madrid), y constituye a su vez una apuesta transversal en sus diferentes proyectos. También en las sesiones del grupo de trabajo, uno de los subgrupos creado propuso llevar a cabo actividades que ayudaran a las personas mayores del municipio, como acompañamientos al médico o en casa, y que dieran a las personas voluntarias

recompensas por su tiempo, por ejemplo, créditos académicos en la universidad. O bien, que se estableciera una reciprocidad, de manera que las personas mayores a su vez aportaran sus conocimientos, impartiendo por ejemplo cursos de cocina o de costura a jóvenes que están comenzando su vida independiente.

También se dan experiencias intergeneracionales con jóvenes con diversidad funcional, fortaleciendo así sinergias y acercamientos en entornos rurales con menos opciones, y contribuyendo a que los jóvenes se sientan útiles.

“Chavales con diversidad funcional que vienen. Un día nos fuimos a dar un paseílo por el mercado municipal, y ellos me ayudaron con las sillas de ruedas con la movilidad reducida. Si ellos también se sienten útiles y tal, y otro día hacen, juegan al boccia⁸” (P4GD3).

En relación con la participación social, en el GD1 vuelve a aparecer de forma ampliada una idea que se reflejó en la entrevista a una de las profesionales del Programa Actívate de Fundación Diagrama, la cual participó en el Taller internacional con personas expertas realizado en 2024. En la entrevista menciona los aprendizajes extraídos del Grupo de trabajo en relación a la identificación de necesidades que no conocían, gracias a una forma diferente de dar voz y escuchar:

“Si es verdad que, a partir de los grupos de trabajo, nos dimos cuenta de que creíamos que no tenían tantas necesidades, ni que les hacían falta tantas cosas, hasta que ellos no lo dijeron. Porque, aunque muchas veces nosotros les proponemos cosas, les decimos “¿qué es lo que queréis hacer?”, o “¿qué necesitaríais?, ¿qué os falta?”, ellos “No, no, así estamos bien” o “Lo que vosotros queráis”. Y cuando ya se les dio la voz a ellos para que pensaran y dijeran lo que necesitaban, y expresar las necesidades que ellos tenían, que antes no lo habían hecho, fue una forma de escucharles” (TGN, 2024).

“Hasta que no empiezas a trabajar con este colectivo. No te das cuenta de todas las necesidades que tienen. No te das cuenta tampoco de todos los recursos que tienen, porque aquí hay recursos, y si no hay, ellos mismos se los proporcionan. Aquí, en cada pueblo hay su asociación de mayores, y entre ellos, aparte de las actividades que podemos llevarles con los programas, ellos realizan sus propias actividades.” (P3GD1)

8 “El deporte de la boccia lo practican personas en silla de ruedas que tienen parálisis cerebral, lesión cerebral o discapacidad física severa, y que se colocan en uno de los extremos del campo, desde donde lanzan las bolas. La competición se estructura por clases de discapacidad.” <https://www.paralimpicos.es/deportes-paralimpicos/boccia>

Es importante repensar el contraste entre el papel y la realidad. Entre lo que se espera de los programas desde una mirada externa y urbana, en ocasiones centrada en los logros cuantitativos, y lo que se vive en el día a día en los territorios rurales, en los que la dimensión cualitativa y la valoración de los procesos —además de los resultados— es esencial.

“Nos perdemos pensando a dónde queremos llegar, sin valorar a dónde estamos llegando” (P8GD1).

“Tenemos objetivos, tenemos indicadores, tenemos que valorar números, pero ese impacto inicial de pues, mira esta señora que nos ha puesto el café, o mira este señor. Valoramos nuestro camino, nuestra reflexión profesional (...) si somos capaces de reforzarnos más en lo que sí realmente estamos consiguiendo, que es tan básico como es ser un recurso más a su disposición (...) disfrutar más el camino siendo conscientes de dónde podemos llegar, qué podemos mejorar, qué podemos solucionar, pero sobre todo, eso, que el granito de arena yo creo que lo estamos aportando y sobradamente” (P8GD1).

Con respecto a la desinstitucionalización, se hace referencia a la importancia de crear comunidad. No solo es necesario identificar las nuevas necesidades, sino que hace falta compromiso e implicación.

“Necesitamos un entorno, o sea, una comunidad que nos ayude a llevar y traer a esa señora. Porque si no es imposible que ella pueda venir (...) es muy importante que la comunidad sea participativa con el envejecimiento, y que así el envejecimiento sea mejor y más agradable para ellos” (P4GD3).

4.5. Dinamismo y diversidad de la población mayor rural (género, orientación sexual, origen étnico, nivel educativo) en las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable

Un tema que está presente en el GD1 es la atención a personas con diversidad funcional, neurodivergentes y con deterioro cognitivo. Desde diferentes aproximaciones se señalan las dificultades para trabajar con estos desafíos de la diversidad que se acentúan en el ámbito rural. Por un lado, grupos muy heterogéneos por edad, nivel educativo, capacidades físicas y cognitivas. Por otro lado, el desconocimiento y el agravamiento de casos no diagnosticados previamente, de dificultades de aprendizaje y necesidades educativas especiales. Por último, se hace referencia a la falta de conocimiento y preparación por parte de profesionales, voluntariado y participantes para gestionar esta diversidad.

Entre los retos que identifican las personas profesionales se encuentra la formación ante un grupo destinatario poco conocido y que demanda otras cosas, porque ha cambiado.

“Entonces, ahí sí que tenemos que aprovechar, pues eso, para enriquecernos nosotros, aprender y darles todo lo que proponen y lo que plantean” (P8GD1).

Identifican la falta de recursos personales y materiales adaptados a las necesidades, también de formación.

“Nos falta a lo mejor que te den un material más específico que te permita atender de una manera más ágil y con mayor capacidad de respuesta a personas que tienen una discapacidad, sea la que sea. Hay veces que la discapacidad no es solo que no oigan o no vean, sino que tienen una discapacidad intelectual. Hay muchas de nuestras personas mayores que tienen discapacidades que no son reconocidas, y que única y exclusivamente han crecido y se han adaptado con ellas y se han hecho válidos, incluso probablemente a sí mismos, cuando llega una etapa, ya que es de deterioro. Esto se hace muchísimo más evidente y tú necesitas más recursos de acompañamiento para estas personas, tanto de profesionales como de material específico, y como de recurso asistencial, porque hay personas que... es por eso que el asociacionismo funciona, porque ellos mismos se autogestionan, y ellos mismos señalan dónde está el foco [...] nos preocupa lo rural por lo desconectado a nivel físico, social y emocional” (P2GD1).

De cara al futuro, es importante la permeabilidad. Por un lado, ir incorporando en el ámbito del envejecimiento activo los avances y aprendizajes que se han dado previamente en el de la discapacidad, especialmente en cuanto a autonomía y derechos. Esto se observa en las experiencias de organizaciones del TSAS que trabajan con personas con discapacidad durante el proceso de envejecimiento, como UBUNTU en Países Bajos. Así lo indicaba también en la entrevista realizada en 2023 una de las organizaciones de Reino Unido (E13) con larga trayectoria de trabajo con personas con discapacidad, que ha incorporado una mirada inclusiva hacia las personas mayores tratando de adaptar el diseño y ejecución de sus actividades a las diferentes etapas del envejecimiento, así como a las necesidades de personas mayores con discapacidad (Mansilla et al., 2024, p. 41). Por otro lado, es necesario integrar los aprendizajes de las propuestas amigables con las personas con demencia, a través de formación, recursos y materiales adaptados. Se busca así superar las dificultades que encuentran las organizaciones para no excluir de sus actividades a personas que van presentando deterioros cognitivos, como ya manifestaba en 2023 una de las organizaciones noruegas entrevistada (E3) (Mansilla et al., 2024, p. 41).

“Hay perfiles muy diferentes [...] tenemos gente, desde 65 años hasta 94, metidos en una misma sala todos juntos, con diferentes niveles: gente que sabe leer y escribir, gente que no sabe ni leer ni escribir, gente que no ve, gente que no escucha, gente que

tiene movilidad reducida. Y es como, ¿qué hacemos con toda esta gente a la vez metidos en una misma sesión? Entonces intentamos realizar actividades de diferentes niveles, o si es la misma actividad, por lo menos que haya diferentes niveles para que todos puedan trabajar lo mismo. Luego hay gente que prefiere hacer unas cosas y luego gente que prefiere otras” (P3GD1).

“Tenemos personas jóvenes, 65 años justitas, y gentes muy mayores con principio de Alzheimer. Entonces el nivel cognitivo cambia mucho y hay que adaptar las circunstancias a cada momento.” (P1GD1).

También se perciben diferentes condiciones físicas entre las propias personas participantes.

“Me doy cuenta de que no puedo, no tengo fuerzas para muchas cosas. Yo no soporto cuando hablan todas a la vez, se me pone la cabeza que... no soporto estar muchas horas sentada porque me hago daño, caminar para mí es como si tuviese que subir al Everest. O sea, una serie de cosas físicas que me hacen que yo esté más a gusto en mi casa, y si puede ser en la cama muchísimo mejor. Entonces, todo esto es obligarme, y me viene muy bien. Además, es que me lo paso bien.” (P10GD2)

Por otro lado, se observa un capacitismo⁹ y un edadismo autoinflingido¹⁰ interiorizados en el discurso de las personas mayores, tanto al referirse a su grupo como a las personas que participan en otras actividades como la Unidad de respiro.

“Y antes era, no era esto, era escuela de adultos. Y pasamos de escuela de adultos a esto” (P1GD2). “A infantil” (P2GD2).

“Las tenemos de 80-90, que también tienen su grupo de trabajo todos los días. Las de 80-90, va por generaciones. Las que son mayores que nosotras están todos los días, todas las mañanas haciendo manualidades, haciendo sus cositas, cantando todos los días¹¹ de lunes a viernes” (P9GD2).

9 “El capacitismo es una forma de discriminación. Es cuando se trata mal a las personas con discapacidad por pensar que son inferiores a las personas sin discapacidad. Esto ocurre porque muchas personas creen que tener una discapacidad es algo negativo y que significa ser menos capaz.” Gobierno de España. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 (2025). Declaración institucional por el Día Internacional y Europeo de las Personas con Discapacidad. https://www.rpdiscapacidad.gob.es/documentos/DeclaracionLF_DiaDiscapacidad_2025.pdf

10 “El edadismo autoinflingido es una forma de discriminación por edad en la que las personas mayores interiorizan todos los estereotipos negativos que promueve el edadismo.” (Marín, 2024)

11 La reflexión sobre el tipo de actividades artísticas destinadas a diferentes colectivos, como infancia, y personas con discapacidad y su finalidad ha generado bastantes críticas contrarias a la repetición y la generalización de determinadas actividades estandarizadas, frente a la búsqueda de actividades significativas. En este sentido, desde la educación artística destinada al público escolar se señala que “La educación artística no son manualidades” (Ascaso, 2009), y desde el ámbito de la diversidad funcional se defiende por ejemplo que arteterapia no puede ser solamente “dibujar un montón de mandalas o hacer unas pulseras con imperdibles” (Masoud, 2025, p. 56). No obstante, sería extrapolable esta necesidad de alejarse de la repetición de actividades estandarizadas de forma acrítica, considerando el contexto y el grupo específico.

“Son ya mayores, mujeres que ya cuentan con aparatos de movilidad” (P9GD2).

Una imagen que contrasta con la que se aprecia en otros países, por ejemplo la experiencia del Café Viva de la [Association Viva](#) (Valoriser et Intégrer pour Vieillir Autrement) en Grand-Lancy (Ginebra, Suiza), un grupo intergeneracional de mujeres mayores de diferentes nacionalidades, muchas de ellas con dificultades de movilidad.

Esta separación entre personas por generación y por movilidad requeriría repensarla según los casos, pues en algunos la limitación física en la movilidad no está acompañada de deterioro cognitivo y el tipo de actividades se simplifican, aunque el número de días se amplía. Que no puedan desplazarse con facilidad no significa que sus intereses o inquietudes hayan disminuido.

En cuanto a la perspectiva de género en la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural, hay consenso en la percepción de una mayor implicación y visibilidad de las mujeres. Los hombres participan menos y suelen hacerlo acompañando a sus mujeres, aunque en algunos casos es por motivos propios, y una vez que conocen las actividades suelen interesarse. Tanto en los grupos de discusión con profesionales, voluntariado y personas mayores, en el grupo de trabajo con personas mayores, y en el Taller internacional con el panel de personas expertas, el aspecto más abordado era este, con reflexiones en torno a los motivos de la no implicación de los hombres mayores en el entorno rural y las posibles estrategias para contar con su participación.

“Son ellas las que van, cuando se trata de hablar. Con los hombres, esto no va con ellos, ellos prefieren irse al campo, irse a andar o irse a almorzar al bar. Entonces el ir a hacer un taller no va con ellos. Es súper complicado el acercar este programa a ellos” (P1GD1).

“Hay un prejuicio muy grande, porque piensan que eso no es para ellos, que ellos no van a ir a pintar o a hacer actividades o andar o a... no, eso no va con ellos [...] para ellos, a lo mejor, lo ideal sería estar todo el año jugando a las cartas [...]. No aceptan que haya otro tipo de actividades [...] si queremos meter actividades que a ellos les sean atractivas, tipo, pesca, caza y esas cosas, eso ya es un dinero que, pues, del que no podemos disponer. Y las actividades más sencillas de las que, pues se pueden entretener, que pueden estar activos y a ellos les serviría, pues eso no les gusta” (P3GD1).

Coincide también el punto de vista de dos profesionales en la diferente valoración de las actividades. Consideran que los hombres se interesan por las actividades al aire libre, ir al campo o a pasear. No estar en una sala, que se asocia a una clase.

Esto se relaciona con otro aspecto, la menor apertura a las novedades. En este sentido, algunos estudios han relacionado los hitos vitales, como la viudedad o la jubilación en el caso de las mujeres mayores, con el cambio, con la innovación y la apertura a nuevos intereses, mientras que los hombres mayores prefieren continuar a lo largo del tiempo las mismas actividades de ocio (Jaumot-Pascual et al., 2018). Esto podría relacionarse también con prejuicios de género sobre quién tiene el conocimiento y quién enseña, pues en muchos casos son mujeres jóvenes quienes facilitan las actividades.

“Para muchos hombres de cierta edad, que una mujer les mande, o cómo tenemos que hacer la actividad y tal, lo suelen llevar un poquito peor” (P3GD3).

Se hace referencia a otro tema importante como es la falta de recursos, así las actividades que se proponen son las que tienen menos coste, de interior, que pueden requerir materiales básicos frente a otro tipo de actividades o talleres exteriores que requieren más recursos y con más coste, se menciona la pesca, pero podrían ser talleres en la línea de los ofrecidos en los Men's sheds (cobertizos para hombres), mecánica, carpintería.

Otro aspecto relacionado con el punto anterior es una visión escolar –ir a clase, hacer deberes, con papeles de alumnado y profesorado muy interiorizados– de los programas de envejecimiento activo, que pueden alejar de la participación. Esto está a su vez atravesada por el género:

“Muchas van a tomarse el café, tienen el grupo de amigas que van al café...” (P4GD2)

“Digo yo que mucha gente teme al ridículo y vergüenza de decir... Bueno, yo si no sé esto, pues si no sabes esto, por eso vas a aprender, que no pasa nada, que aquí no venimos a competir. Aquí venimos a enseñarnos, cada uno tiene sus límites. Una será mejor en unas cosas, otro será mejor en otras” (P9GD2).

“Lo que sí que les doy es todas las semanas materiales para que hagan en casa. Luego, cuando llegan, lo corregimos y hacemos actividades. Esa es un poco la dinámica, porque, claro, si no un día a la semana se queda en nada, pero ellos es como que lo esperan con mucha ansia. Y ahora que les doy vacaciones para ellos lo llevan mal. Es como como un abandono. Lo viven como un abandono, y a mí me sabe mal. Pero claro, pues en verano, pues descansamos, ¿no?, aunque les dé material para que vayan haciendo” (P1GD3).

El interés por incorporarles en los programas, proyectos y actividades no se centra en un criterio cuantitativo de aumentar porcentajes, sino de dar respuesta a necesidades que se han identificado, pero que son poco visibles. Los principales problemas que afectan a las mujeres mayores, que expresan y que les llevan a implicarse —principalmente la soledad, el aislamiento, la necesidad de apoyos en diferentes aspectos de la vida cotidiana, la percepción de pérdida en las condiciones físicas o cognitivas entre otros— se dan también entre los hombres mayores. Sin embargo, los hombres mayores encuentran más dificultades para expresarlos, visibilizarlos y buscar ayuda, algo que se pudo apreciar desde la buena práctica de la Red de Autocuidados Marca Deza (Soria).

“Que les haría una falta increíble, porque es súper positivo, cositas que te sacan de ahí, te hacen reflexionar” (P2GD2).

Desde la literatura, se hace referencia a la diferencia a la hora de abordar los desafíos del envejecimiento activo entre las mujeres y los hombres mayores. Estos buscan solucionar los problemas de la vida cotidiana asociados a los cuidados con soluciones prácticas y rápidas, sin cuestionar cambios en sus modos de vida. De ahí que no consideren relevantes las “reuniones de mujeres” o las “reuniones para hablar” en las que se tratan temas como el envejecimiento activo y los diferentes temas transversales, como puede ser la estimulación cognitiva y física, el género, las nuevas tecnologías, los cuidados, etc., asociados a los programas o proyectos en los que se realizan. Buscan más que alguien satisfaga esas necesidades que antes estaban cubiertas (Willis, and Vickery, 2022; Willis, Vickery & Jessiman, 2022), incluidas las relaciones sociales. Se aprecian diferencias entre el contexto español y el anglosajón en este aspecto. Así, los estudios anglosajones inciden en la referencia a la dificultad de acceso a espacios de sociabilidad en contextos rurales, para las personas mayores viudas o separadas, en un escenario de vida social y asociativa pensado para parejas (Neville et al., 2021, p. 2548-2549), que sin embargo no se reflejó en el grupo de discusión de personas mayores, ni en el Taller internacional con el panel de personas expertas.

En el caso de las mujeres, el tema de los cuidados siempre está presente, pero es interesante observar entre las mujeres mayores algunos cambios respecto a los mandatos de género, incorporando más la flexibilidad y el tiempo para ellas. Como explicitaba una de las participantes de uno de los grupos de discusión realizados en 2024 en Alcaraz (Albacete):

“Si vinierais todos los días, aunque me tuviera que dejar la cama sin hacer, yo me venía” (P8GD2).

No hay un abandono de los cuidados de la familia, pero ni esta ni la casa les hacen desistir de acudir a actividades que son significativas para ellas, de tener y disfrutar de tiempo para ellas mismas.

“Mi hijo me dijo ayer si podía hacer arroz caldoso de más para él. Como yo sabía que hoy tenía esto, a las 8 he hecho el arroz caldoso. Cuando vaya a casa a la 1.30 o a las 2, pongo el arroz. Si no es que no podemos hacer nada. ¿Que vamos a la piscina? Antes ya nos hemos dejado... y si no, pues comemos lo que tenemos, una pechuga asada y un tomate” (P1GD2).

En el caso de los hombres, las estrategias para llegar a ellos deben incorporar una mirada desde la igualdad, que no contribuya a reproducir estereotipos de género. Por ejemplo, con espacios para mayores que se convierten en reductos masculinos para “beber o jugar a las cartas”.

“Hay un centro social que van solo los hombres [...] Ellas vienen al bingo y los hombres no van al bingo y no vienen a clase, aquí. ¿Por qué? Hay que dejar pasar esa generación” (P2GD2).

“Cuando quedan una vez al mes todas para tomarse su chocolate o su café en el bar del pueblo, hay hombres que miran y dicen “¿qué haces aquí?”, o sea, no es lo común” (P3GD1).

Una de las actividades que forman parte de la buena práctica desarrollada por SEK en Reino Unido ‘Bienestar universal y navegación comunitaria’ (‘Universal Wellbeing and Community Navigation’), está orientada específicamente a hombres mayores, en la línea de los programas ya con cierta tradición en el contexto anglosajón de los ‘men’s sheds’ (Milligan et al., 2016). Este tipo de propuestas promueven actividades más manuales que puedan ser atractivas para ellos y al mismo tiempo ser una puerta de acceso para el fortalecimiento de otros aspectos de desarrollo personal, como el fortalecimiento de las redes de apoyo mutuo, la lucha contra la soledad, etc. En estas propuestas es necesario también comenzar a considerar la intersección con otros aspectos, como la orientación sexual (Willis, Vickery, and Jessiman, 2022), la etnia y la situación socioeconómica, que inciden también negativamente en el aislamiento.

Sin embargo, se pretende ir más allá, rompiendo con dinámicas que reproduzcan las desigualdades de género especialmente en entornos rurales, como puede ser la diferente ocupación de los espacios, que puede excluir doblemente, por género y por edad. En esta línea se sitúan Cowen et al. (2024) al promover actividades inclusivas, mixtas e intergeneracionales en lugar de actividades segregadas, que se acercan más a modelos de masculinidad tradicionales. En este sentido, se proponen actividades que ya tienen cierto atractivo para ellos, como puede ser jugar a la petanca. Se busca al mismo tiempo que haya espacios inclusivos y no de exclusión, con una participación mixta, como la que se lleva a cabo en la Asociación Garaje (Madrid). Se sugiere también incidir más en llegar a este grupo desde la experiencia y desde lo emocional, más que desde lo racional, como planteaba en el Taller internacional la representante de FADE-

MUR desde su larga experiencia de trabajo en terreno con mujeres rurales. Se hace necesaria por tanto una reflexión sobre una forma de aproximación a los hombres mayores rurales que no sea desde la urgencia cuantitativa de aumentar la participación —que puede dar resultados exitosos puntuales en una actividad en particular—, sino desde el diálogo y la reflexión sobre los discursos desde la práctica. Al igual que se está observando que entre hombres jóvenes los discursos sobre la igualdad de género están generando una reacción contraria, al sentirse atacados y culpabilizados (García-Mingo y Díaz, 2022), también entre los mayores hay un doble rechazo de los discursos, por sentirse atacados en su identidad de género y edad. Esto requiere insistir en los cuidados y el autocuidado desde una mirada positiva, teniendo en cuenta los cambios de roles que se está produciendo (Elizalde-San Miguel, 2018).

Los profesionales hacen referencia a la neutralidad de las propuestas, sin diferenciar entre hombres y mujeres:

“El trabajo [...] no se centra tanto en un género o en otro [...] es común y lo trabajo común a todos” (P1GD3).

Sin embargo, como se ha visto, esta neutralidad tiene, de hecho, efectos en la desigual participación de hombres y mujeres en las actividades.

4.6. Las nuevas tecnologías tienen un papel relevante en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural

Aunque es evidente la importancia de las nuevas tecnologías en la promoción del envejecimiento activo, no ha sido un tema prioritario en los grupos de discusión y en el grupo de trabajo. No obstante, este discurso sí está muy presente en los ámbitos económico —desde la ‘silver economy’—, político y de la investigación. Esto refleja el desfase en la aplicación en el terreno de estas nuevas tecnologías en la promoción del envejecimiento activo. En este sentido, en los programas y proyectos hay un enfoque prioritario en la alfabetización básica, sin llegar a profundizar, en ocasiones por falta de tiempo, en otras posibilidades y en otros debates sobre necesidades y potencialidades.

“Hemos estado trabajando en lo que son las nuevas tecnologías, para que ese aislamiento social sea un poco menor pudiendo acceder a estas tecnologías, como son el WhatsApp, o mismamente cómo se utiliza la cámara del teléfono o el Google Maps por si se pierden. Cosas así, más sencillas, intentando explicarlo lo más fácil posible para ellos, y la verdad que muy bien” (P6GD1).

“Dedicarle un poquito de tiempo, pero es que no hay tiempo. Con una hora a la semana, si le dedicas un día a eso, pues ya no hay para lo otro” (P4GD2).

“En vez de darles papel para que corrijan [...] pues a lo mejor pueden tener su propia, no sé si Tablet, su propio ordenador. Podemos hacer actividades interactivas ahí con el ordenador” (P1GD3).

4.7. Tercer Sector de Acción Social y la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural

No es posible a través de este estudio establecer modelos definitivos de actuaciones de promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, pero sí identificar una serie de características significativas.

En España se observa, por un lado, que el papel del voluntariado formal entre las personas mayores es poco representativo aún, con más incidencia del voluntariado informal. Por otro lado, aunque se constata una gran participación de personas mayores, principalmente mujeres, en los diferentes programas de promoción del envejecimiento activo, su participación se sitúa en niveles bajos de lo que se denomina 'escalera de la participación' (Arnstein, 1969), con poca capacidad de decisión y de gestión. Por último, hay un enfoque 'escolar', bastante extendido —en un sentido amplio del modelo de la clase, las actividades, la verticalidad profesorado/alumnado, la temporalidad curso/vacaciones— muy interiorizado entre profesionales, voluntariado y las propias personas mayores. Estos rasgos de alguna manera retroalimentan un círculo vicioso en el contexto rural que dificulta que iniciativas inicialmente exitosas puedan tener la continuidad deseada, por falta de cultura de participación significativa, por expectativas de recepción en lugar de reciprocidad, cooperación o co-creación.

En el caso de los terceros países, considerando el bloque de los países nórdicos y englobando también a Reino Unido, se observa una mayor atención a la innovación social asociada a la responsabilidad civil en respuesta a servicios y necesidades locales, por ser contextos en los que tiene más peso la autonomía, el compromiso cívico individual, que las redes de apoyo familiar o de amistades. Esto está generando también dudas y cuestionamientos respecto al excesivo peso de estas responsabilidades sobre las personas mayores voluntarias, lo que puede llegar a generar desinterés por la participación social. En este sentido, el contexto español, que puede estar entrando en un proceso de transición por el perfil cambiante de la población mayor, puede aprender de los aspectos positivos de este modelo y al mismo tiempo estar alerta ante sus debilidades.

En relación con el punto anterior, en Reino Unido el voluntariado mayor es esencial y su participación se sitúa en niveles medios, con más capacidad propositiva y de gestión autónoma, como hemos visto en concreto con los ejemplos de buenas prácticas en Escocia de las organizaciones Food Train y Befriending Networks.

Tanto en el caso de Noruega como en el de Islandia son muy significativas las articulaciones internacionales a nivel regional y europeo. Cómo veíamos en el caso de Landsbyggdin lífi en Islandia —un país donde no hay a una red local fuerte de organizaciones del TSAS, aunque las asociaciones de mujeres tienen una gran presencia en todo el territorio—, esa articulación internacional permite las actuaciones, la innovación social y también ofrece alternativas a la financiación.

Por último, en el caso de Noruega las actuaciones de promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural confieren un papel bastante activo, autónomo y de relaciones más horizontales a las personas mayores, siendo estas quienes proponen y quienes reciben los servicios.



Figura 3. Actuaciones de promoción del envejecimiento activo del TSAS en el ámbito rural. Fuente elaboración propia.

5. FUTURAS LÍNEAS DE TRABAJO Y RECOMENDACIONES

El desarrollo de este estudio en colaboración con profesionales, voluntariado y personas mayores ha permitido identificar aspectos relacionados con la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural que no se cierran con los resultados obtenidos, sino que apuntan hacia futuras líneas de trabajo, entre las que cabe destacar la atención a propuestas amigables con las personas con demencia, como se indicaba en el apartado 4.5. Asimismo, a partir del análisis de los resultados obtenidos se plantean una serie de recomendaciones relacionadas con los temas clave abordados:

- **Género:** Las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social que promueven el envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural han identificado una brecha significativa en el alcance de sus actuaciones entre la población masculina mayor. Es necesaria la incorporación transversal de la perspectiva de género, que promueva la igualdad e incluya la atención a las masculinidades desde los cuidados y las emociones.
- **Diversidad e inclusión:** Las organizaciones del Tercer Sector de Acción social enfrentan aún un gran desafío en materia de diversidad e inclusión. Es esencial el desarrollo de actuaciones de promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural que sean sensibles a la heterogeneidad de situaciones de las personas mayores, atendiendo especialmente a factores socioeconómicos, culturales, religiosos, educativos, étnicos, de orientación sexual, de capacidades físicas y cognitivas.
- **Soledad no deseada:** Las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social deben aprovechar las fortalezas que los entornos rurales ofrecen para abordar la soledad no deseada —la cercanía, la pequeña escala— y al mismo tiempo proporcionar alternativas que ayuden a salvar las debilidades, en términos de accesibilidad, de apoyos, de acompañamiento y de fortalecimiento de las relaciones externas (colaboraciones en red, actividades conjuntas más allá del lugar de residencia, etc.)
- **Participación social:** Las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social deben contribuir a facilitar la participación social y fortalecer las redes de participación existentes tanto formales como informales. Deben flexibilizar más las formas de participación, incorporar una mayor horizontalidad y dar más apoyo, acompañamiento y formación para que puedan ejercer una participación más real y significativa.

- Papel del Tercer Sector en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural: Las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social tienen un papel fundamental. Es necesaria la articulación y la complementariedad entre las organizaciones de los diferentes sectores con presencia en el ámbito rural: las dedicadas a la promoción de la salud, a las personas con discapacidad, las que trabajan con la educación y la cultura, las que atienden a la infancia, las organizaciones de mujeres..., promoviendo las actuaciones intergeneracionales e incorporando la perspectiva de derechos.
- Internacionalización: Las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social, especialmente las de menor tamaño y las que actúan en áreas rurales, pueden explorar más las oportunidades que ofrece la internacionalización para abordar desafíos globales comunes, incorporar nuevas metodologías, adaptar experiencias de éxito, fortalecer las redes de trabajo en temáticas comunes e identificar fuentes de financiación alternativas. Las nuevas tecnologías facilitan la internacionalización y permiten su continuidad más allá de experiencias puntuales.

6. BIBLIOGRAFÍA

Age Platform Europe (2024a). AGE Manifesto Pillar #2 Foster participation and active ageing 2024 European Parliament Elections. https://www.age-platform.eu/content/uploads/2024/04/2nd-explainer_Participation-and-active-ageing.pdf

Age Platform Europe (2024b). Ageing in Community: What can we learn from Rural Flanders. <https://laurelproject.eu/blog/ageing-in-community-what-can-we-learn-from-rural-flanders/>

Alberich, T., Arnanz, L., Belmonte, R., Espinar, C., Fernández, A., García, N., Heras, P., Hernández, L., Martín, P., Martínez, M., Montañés, M., Villasante, T. R., Rubio, M., y Trenze, A. (Red CIMAS). (2015). Metodologías participativas: Sociopraxis para la creatividad social. Dextra. <https://www.miguelangelmartinez.net/?Metodologias-Participativas-Sociopraxis-para-la-creatividad-social>

Amezcuca, T., y Alberich, T. (2020). Personas mayores: Motor de movimientos sociales posindustriales. La marea de pensionistas y jubilados en España y el movimiento Stuttgart 21 en Alemania. Revista Crítica de Ciencias Sociales, 19. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7560680>

Amezcuca Aguilar, T., y Sotomayor Morales, M. (2021). Dinámicas de participación en la vejez: Del asociacionismo tradicional al activismo sin carnet. OBETS. Revista de Ciencias Sociales, 16(1), 35–50. <https://revistaobets.ua.es/article/view/2021-v16-n1-dinamicas-de-participacion-en-la-vejez-del-asociacio/pdf>

Arnanz Monreal, L., García Montes, N., y Villasante, T. R. (2023). La investigación y acción participativa y transformadora basada en los grupos motores. Revista Prisma Social, 43, 34–56. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9286455.pdf>

Arnstein, S. R. (1969). A ladder of citizen participation. Journal of the American Institute of Planners, 35(4), 216–224. <https://doi.org/10.1080/01944366908977225>

Ascaso, M. (2009). La educación artística no son manualidades. Los Libros de la Catarata.

Barbera, R. A. (2008). Relationships and the Research Process: Participatory Action Research and Social Work. Journal of Progressive Human Services, 19(2), 140–159. <https://doi.org/10.1080/10428230802475448>

Basagoiti Rodríguez, M., Bru Martín, P., y Lorenzana Álvarez, C. (2001). IAP (de bolsillo): Investigación-acción-participativa. Tomamos la palabra. ACSUR-Las Segovias. <https://participamos-transformamos.org/materiales/?b5-file=1430&b5-folder=1421>

- Bidaseca, K. (2017). 8 M: Temblará el mundo. Paro Internacional de Mujeres (PIM). CLACSO. (Serie Megafon. La batalla de ideas). http://209.177.156.169/megafon/Megafon13_K_Bidaseca.pdf
- Bonillo, M. (2024, diciembre 16). El envejecimiento rural tiene rostro de mujer: "Pedimos que nos traten con más respeto". 65YMÁS. https://www.65ymas.com/sociedad/video-mujeres-mayores-rurales-piden-nos-traten-con-mas-respeto_64210_102.html
- Buffel, T., Handler, S., & Phillipson, C. (2019). Age-friendly cities and communities: A global perspective. Bristol University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1zrvhc4>
- Buraschi, D., Aguilar-Idáñez, M. J., y Oldano, N. (2019). El enfoque dialógico en los procesos de participación ciudadana. Quaderns d'Animació i Educació Social. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7497638>
- Burgos, B. (coord.) (2020). Culturas y ruralidades. Una introducción. En B. Burgos, R. Sanz y F. Quiroga (coords.). Pensar y hacer en el medio rural. Prácticas culturales en contexto. Ministerio de Cultura y Deporte. <https://culturayciudadania.cultura.gob.es/dam/jcr:9be5ad21-0017-49aa-8a85-96fc142126a2/01---340x240mm.pdf>
- Burholt, V., & Dobbs, C. (2012). Research on rural ageing: Where have we got to and where are we going in Europe. Journal of Rural Studies, 28, 432–446. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2012.01.009>
- Burholt, V., Foscarini-Craggs, P. and Winter, B. (2020). Rural ageing and equality. In S. Westwood (ed.). Ageing diversity and equality. Rotledge. Pp. 311–328.
- Calaf, R., San Fabián Maroto, J. L., y Gutiérrez Berciano, S. (2017). Evaluación de programas educativos en museos: Una nueva perspectiva. Bordón. Revista de Pedagogía, 69(1), 45–65.
- Castillo Álvarez, R. M. (2018). El transecto y la deriva: Herramientas para la cartografía social y la planeación territorial. Diseño y Sociedad, 45. <https://disenoy sociedad.ojs.xoc.uam.mx/index.php/disenoy sociedad/article/download/498/491/>
- Celdrán, M., & Chacur-Kiss, K. (2025). Informal helping behaviours in later life. In E. Serrat (Ed.), Civic engagement in later life (pp. 59–74). Policy Press.
- Centella, M., y Rodríguez, I. (2016). La función social del asociacionismo femenino: Un acercamiento a través de la Federación de Mujeres Comarca Sierra-Suroeste. Revista de Estudios Extremeños, 72(3), 1517–1559.
- Chirinos, C., & Comas d'Algemir, D. (2025). Older man carers and feelings of love: Tension between material, moral and emotional dimensions. Masculinities and Social Change, 14(3), 203–233. <https://doi.org/10.17583/msc.16199>

CIMAS – Observatorio Internacional de Ciudadanía y Medio Ambiente Sostenible. (2009). Metodologías participativas: Manual. CIMAS – Observatorio Internacional de Ciudadanía y Medio Ambiente Sostenible. https://www.redcimas.org/wordpress/wp-content/uploads/2012/09/manual_2010.pdf

Comisión Europea (2020). Informe de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones. Sobre los efectos del cambio demográfico. COM (2020) 241 final. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52020DC0241>

Consejo de Derechos Humanos de las Naciones Unidas (2025).

Grupo de trabajo intergubernamental de composición abierta para la elaboración de un instrumento jurídicamente vinculante sobre la promoción y protección de los derechos humanos de las personas de edad. Naciones Unidas. <https://docs.un.org/es/A/HRC/58/L.24>

Cowen, K., Collins, T., Carr, S., & Wilson-Menzfeld, G. (2024). Supporting older men's social participation: A framework for engagement. *Journal of Men's Studies*, 0(0), 1–28. <https://doi.org/10.1177/10608265241263917>

Dirección General de Desarrollo Rural, Innovación y Formación Agroalimentaria. (2021). Diagnóstico de la igualdad de género en el medio rural [Documento divulgativo]. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. https://www.mapa.gob.es/dam/mapa/contenido/desarrollo-rural/temas/igualdad-de-genero-y-desarrollo-sostenible-en-el-medio-rural/micrositio-mujeres-rurales/las-mujeres-en-el-medio-rural/diagnostico_igualdad_mediorural2021_folletodivulgativo.pdf

Easpaig, B. N. G., Reyanish, T., Hoang, H., Bridgman, H., Corvinus-Jones, S. L., & Auckland, S. (2022). A systematic review of health and health care of rural and gender minorities in the UK, USA, Canada, Australia and New Zealand. *Rural and Remote Health*, 22(3), 6999. <https://doi.org/10.22605/rrh6999>

Elizalde-San Miguel, B. (2018). El envejecimiento en el mundo rural: ¿Una oportunidad para cambiar las relaciones de género? *El Observatorio Social*. Fundación "la Caixa". <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/-/el-envejecimiento-en-el-mundo-rural>

Fariñas, R. (Dir.) (2025). Un perfil de las personas mayores en España (2025). Informes envejecimiento en red. Número 34. CSIC. <https://envejecimientoenred.csic.es/wp-content/uploads/2025/10/enred-indicadoresbasicos2025.pdf>

Fenge, L. A., & Jones, K. (2012). Gay and pleasantland? Exploring sexuality, ageing and rurality in a multi-method, performative project. *British Journal of Social Work*, 42, 300–317. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcr058>

Freixas, A. (2008). La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista. *Anuario de Psicología*, 39(1), 41–57.

Freixas, A. (2022). Viejas, no enfermas. *Mujeres: Monografías Feministas*, 1, 31–35. https://dialnet.unirioja.es/servlet/ejemplar?codigo=618096&info=open_link_ejemplar

Freixas, A., Luque, B., & Reina, A. (2012). Critical feminist gerontology: In the back room of research. *Journal of Women & Aging*, 24(1), 44–58. <https://doi.org/10.1080/08952841.2012.638891>

Fundación Cepaim (2024). Buenas prácticas en corresponsabilidad e intervención social con hombres desde un enfoque transformador de género. Fundación Cepaim. <https://corresponsabl.es/foro-de-buenas-practicas/>

Fulkerson, G., & Alexander Thomas, A. (2019). *Urbanormativity: Reality, representation, and everyday life*. Rowman & Littlefield.

Fundación Cepaim. (2024). Buenas prácticas en corresponsabilidad e intervención social con hombres desde un enfoque transformador de género. Fundación Cepaim. <https://corresponsabl.es/foro-de-buenas-practicas/>

García-Mingo, E., & Díaz Fernández, S. (2022). Jóvenes en la manofera: Influencia de la misoginia digital en la percepción que tienen los hombres jóvenes de la violencia sexual. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. Fundación FAD Juventud. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7221159>

Gobierno de España. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 (2025). Declaración institucional por el Día Internacional y Europeo de las Personas con Discapacidad. https://www.rpdiscapacidad.gob.es/documentos/DeclaracionLF_DiaDiscapacidad_2025.pdf

González Portillo, A., y Ruiz Ballesteros, E. (2023). Ruralidad y trabajo social: Una aproximación desde el caso andaluz. *Cuadernos de Trabajo Social*, 36(2), 281–292. <https://doi.org/10.5209/cuts.84694>

INE (2024). Nota de prensa. <https://ine.es/dyngs/Prensa/PROP20242074.htm?print=1>

International Rural Ageing Project. 1999. Sheperdstown Report on Rural Aging. Center on Aging. West Virginia University.

INGENIA. (2024b). Presentación: Metodologías participativas y facilitación [Material de curso de extensión universitaria]. Universidad de La Laguna.

Jaumot-Pascual, N., Monteagudo, M. J., Kleiber, D. A., & Cuenca, J. (2018). Gender differences in meaningful leisure among older adults: Joint displays of four phenomena. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1459. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01450>

- Kafková, M. P., & Vidovičová, L. (2025). Ageing in rural areas as a mode of active ageing. *Journal of Rural Studies*, 103, 103679. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2025.103679>
- Lassen, A.J. y Moreira, T. (2014). Unmaking old age: Political and cognitive formats of active ageing. *Journal of Ageing Studies*, 30, 33-46. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaging.2014.03.004>
- Ley 45/2007, de 13 de diciembre, para el desarrollo sostenible del medio rural. Boletín Oficial del Estado, 299, de 14 de diciembre de 2007. <https://www.boe.es/eli/es/l/2007/12/13/45>
- Liebzeit, D., Krupp, A., Bunch, J., Tonelli, S., Griffin, E., McVeigh, S., Chi, N. C., Jaboob, S., Nakad, L., Arbaje, A. I., & Buck, H. (2023). Rural age-friendly ecosystems for older adults: An international scoping review with recommendations to support age-friendly communities. *Health Science Reports*, 6(5), e1241. <https://doi.org/10.1002/hsr2.1241>
- Lebrusan Murillo, I. (2024). Desigualdad género y vejez: la pobreza oculta de las señoras mayores. En B. León, J. Carbonell y J. Soria (Coords.). *La desigualdad en España*. Lengua
- López Ramos, A., y Alonso Fernández de Avilés, B. (2015). A fuego lento: Cocinando ideas para una intervención grupal con hombres desde una perspectiva de género. Fundación Cepaim. *Convivencia y Cohesión Social*. https://www.cepaim.org/sites/default/files/Gu%C3%A1-da-A-fuego-lento-2018-digital_Comprimido.pdf
- Majón-Valpuesta, D., Ramos, P., y Pérez-Salanova, M. (2022). Personas mayores y agendas de amigabilidad en diferentes contextos territoriales: Identificación de desafíos en clave de participación social (Actualidad. *Centra Ciencias Sociales*, 98). Junta de Andalucía. <https://www.centrodeestudiosandaluces.es/publicaciones/n98-personas-mayores-y-agendas-de-amigabilidad-en-diferentes-contextos-territoriales-identificacion-de-desafios-en-clave-de-participacion-social>
- Mansilla, A.M., Boneta-Sádaba, N., Armijo, M., y García, N. (2024a). Promoción del envejecimiento activo, autónomo y saludable: Un estudio comparado de las actuaciones de Tercer Sector de Acción Social en España y Terceros Países. Fundación Diagrama Intervención Psicosocial.
- Mansilla, A.M., Rodríguez, A., García, N. y Andreo, A. (2024b). Promoción del envejecimiento activo y saludable: Un estudio comparado sobre las estrategias del Tercer Sector de Acción Social en España y Terceros Países en materia de participación. Fundación Diagrama Intervención Psicosocial.
- Marín, A. L. (2024). ¿Qué es el edadismo autoinfligido? 65YMÁS. https://www.65ymas.com/sociedad/que-es-edadismo-autoinfligido_65276_102.html
- Martínez Barqueros, J. y Lidón Cerezuela, M.B. (2014). Envejecimiento activo de las mujeres en el medio rural. En F. Pina Roche y M.P. Almansa Martínez (Coords.). *Mujer y cuidados*. Universidad de Murcia, pp. 609-218. DOI: 10.6018/editum.2756

Masoud, F. (2025). Nosotras decimos, Art Brut, bruta tú 100 mg. En C. Almela, C. Badía, y C. Mir (eds.). *Cosmologías vulnerables. Prácticas artísticas, cuidados y diversidad funcional*. Los libros de la Catarata. Pp. 55-67.

McMullen-Roach, S., Saravana, K., Inacio, M., & Murray, C. (2025). The perspectives and experiences of older LGBTBI+ adults about long-term care: A qualitative systematic review and meta-synthesis. *The Gerontologist*, 65(7). <https://doi.org/10.1093/geront/gnaf048>

Meeks, S. (2022). Age-friendly communities: Introduction to the special issue. *The Gerontologist*, 62(1), 1-5. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab163>

Merelas Iglesias, T., y Sánchez Bello, A. (2018). El papel del asociacionismo de mujeres en el medio rural coruñés y los beneficios de la participación. *Estudios Rurales*, 8(16), 176-188. <https://doi.org/10.48160/22504001er16.407>

Milligan, C., Neary, D., Payne, S., Hanratty, B., Irwin, P., & Dowrick, C. (2016). Older men and social activity: A scoping review of Men's Sheds and other gendered interventions. *Ageing & Society*, 36, 895-923. <https://doi.org/10.1017/S0144686X14001524>

Naciones Unidas. (2023). Seguimiento de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento (A/RES/78/177). Naciones Unidas. <https://docs.un.org/es/A/RES/78/177>

Naciones Unidas. Comité de Envejecimiento. (2024). Informe del Comité de Envejecimiento (A/AC.278/2024/2). Naciones Unidas. <https://docs.un.org/es/A/AC.278/2024/2>

Neville, S., Napier, J., Adams, J., Shannon, K., & Wright-St. Clair, V. (2021). Older people's views about ageing well in a rural community. *Ageing & Society*, 41, 2540-2557. <https://doi.org/10.1017/S0144686X20000458>

Ofer, I. (2019). ¿Intelectuales orgánicas? Las asociaciones de amas de casa y el debate en torno al papel de las mujeres en su calidad de consumidoras y ciudadanas activas (España 1963-1982). *Spagna Contemporanea*, 55, 55-81. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7253254>

Ong, C. H., Pham, B. L., Levasseur, M., Tan, G. R., & Seah, B. (2024). Sex and gender differences in social participation among community-dwelling older adults: A systematic review. *Frontiers in Public Health*, 12, Article 1335692. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1335692>

Otamendi, N., y Navas, P. (2018). Calidad de vida de personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento en entornos de vivienda. *Revista Española de Discapacidad*, 6(2), 27-47. <https://doi.org/10.5569/2340-5104.06.02.02>

Pape, M., Szechy, B. & Grbesa, M. (2024). Briefing. Demographic change in Europe: a toolbox for action. European Parliament Research Service. [https://www.europarl.europa.eu/think-tank/en/document/EPRS_BRI\(2024\)762302](https://www.europarl.europa.eu/think-tank/en/document/EPRS_BRI(2024)762302)

- Pape, M., Balazs Szechy, B. & Mislav Grbesa, M. (2024). Demographic change in Europe: A tool-box for action. European Parliament Research Service. (Briefing). [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2024/762302/EPRS_BRI\(2024\)762302_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2024/762302/EPRS_BRI(2024)762302_EN.pdf)
- Ramos Toro, M. (2018). Estudio etnográfico sobre el envejecer de las mujeres mayores desde una perspectiva de género y curso vital. *Revista Prisma Social*, (1), 75–107. <https://revistaprisma-social.es/article/view/2448>
- Ramos Toro, M. (2019). Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos. Conferencia pronunciada por la autora en la Universidad de Mayores de Experiencia recíproca el día 14 de febrero de 2019. <https://umer.es/wp-content/uploads/2019/09/Cuaderno-111.pdf>
- Ramos Toro, M. (2019). Envejecer siendo mujer: Dificultades, oportunidades y retos [Conferencia]. Universidad de Mayores de Experiencia Recíproca. <https://umer.es/wp-content/uploads/2019/09/Cuaderno-111.pdf>
- Ramos Toro, M. (2020). El envejecimiento diferencial, ser mujer y mayor en España. En Fundación PEM & UNATE (Coords.), *Envejecer siendo mujer o el valor determinante de la biografía: Memoria de las I Jornadas Mujer y Envejecimiento en Cantabria* (pp. 15–20). Fundación Patronato Europeo del Mayor y la Solidaridad Intergeneracional (PEM) & UNATE, La Universidad Permanente. <https://fundacionpem.org/wp-content/uploads/2023/10/Envejecer-siendo-mujer.pdf>
- Resolución A/HRC/58/L.24: Derechos humanos, orientación sexual e identidad de género. Naciones Unidas. <https://docs.un.org/es/A/HRC/58/L.24>
- Resolución 78/177: Protección de los derechos humanos y las libertades fundamentales. Naciones Unidas. <https://documents.un.org/es/A/RES/78/177>
- Rojas Pernia, S., y Haya Salmón, I. (Coords.). (2014). Guía de recursos: Avanzando hacia la inclusión educativa. Edificando puentes: Proyecto de innovación educativa en el Espacio Europeo de Educación Superior. Universidad de Cantabria. https://inclusionlab.unican.es/wp-content/uploads/2018/02/GUIA_RECURSOS_INTERACTIVA_FINAL.pdf
- Rurka, M. M., & Riba, M. L. (2023). Organizations' perspectives on successful aging with long-term physical disability. *Disabilities*, 3(2), 217–234. <https://doi.org/10.3390/disabilities3020015>
- Sánchez Martínez, M. (2017). Presente y futuro de la sociología de la vejez en España. *Revista Internacional de Sociología*, 75(2), e064. <https://doi.org/10.3989/ris.2017.75.2.15.44>
- Skinner, M., Winterton, R., & Walsh, K. (2020). Introducing rural gerontology. In M. Skinner, R. Winterton, & K. Walsh (Eds.), *Rural gerontology: Towards critical perspectives on rural ageing* (pp. 3–15). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003019435>

Stowe, J. D., & Cooney, T. (2015). Examining Rowe and Kahn's concept of successful aging: Importance of taking a life course perspective. *The Gerontologist*, 55(1), 43–50. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu055>

UNFPA (2024). Envejecimiento de la población. <https://www.unfpa.org/es/envejecimiento-de-la-poblacion#summery105870>

World Health Organization. (2024). About the Global Network for Age-friendly Cities and Communities. World Health Organization. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/who-network/>

Willis, P., & Vickery, A. (2022). Loneliness, coping practices and masculinities in later life: Findings from a study of older men living alone in England. *Health and Social Care in the Community*, 30, e2874–e2883.

Willis, P., Vickery, A., & Jessiman, T. (2022). Loneliness, social dislocation and invisibility experienced by older men who are single or living alone: Accounting for differences across sexual identity and social context. *Ageing & Society*, 42(2), 409–431. <https://doi.org/10.1017/S0144686X20000914>

Winterton, R., Skinner, M., & Walsh, K. (2025). Older people living in rural communities. In E. Serrat (Ed.), *Civic engagement in later life* (pp. 209–222). Policy Press. <https://doi.org/10.56687/9781447373551>

World Health Organisation. (2018). The global network for age-friendly cities and communities. Looking back over the last decade, looking forward to the next.

World Health Organisation (2024). About the Global Network for Age-friendly Cities and Communities. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/who-network/>

ANEXO 1. GUION DE MODERACIÓN PARA GRUPO DE DISCUSIÓN

APERTURA:

- Agradecimientos por asistir
- Presentación personas moderadoras
- Presentación del estudio (sin revelar propósitos ni guion de la sesión)
- Las personas participantes responderán a las preguntas libremente según sus creencias, todas las respuestas son válidas
- Han de respetarse los turnos de palabra
- La sesión será grabada para su posterior transcripción, se respetará la confidencialidad y el anonimato
- El tiempo de la sesión será de aproximadamente 1:30 – 2:00 horas

PREGUNTA INICIAL PARA ABRIR EL GRUPO

- ¿Cómo empezasteis a trabajar con personas mayores?

BLOQUE I. EXPERIENCIA PERSONAL

- Trayectoria de trabajo con personas mayores en el ámbito rural: ¿Cómo habéis llegado a trabajar con mayores?
- ¿Cómo es el trabajo que realizáis con personas mayores?
- ¿Qué supone el trabajo con personas mayores en el ámbito rural? (aspectos positivos, dificultades, desafíos)
- ¿Qué implicación creéis que tienen las personas mayores en el ámbito rural? (tipo, cambios en la forma de participar, se fomenta o no esa participación, de qué manera, homogeneidad/diversidad en el tratamiento)
- ¿Cómo es vuestra relación con el resto de la comunidad? (con otros servicios: sanitarios, sociales, culturales...)
- ¿Os relacionáis con otras organizaciones que trabajan en la promoción del envejecimiento activo? (organizaciones también rurales o urbanas, de ámbito internacional, participan en redes, grupos de trabajo...)
- ¿Están las nuevas tecnologías cambiando vuestra forma de trabajar? (nuevos métodos, aplicaciones útiles, avances respecto a cómo se hacían las tareas en el pasado, cómo condicionan estas nuevas tecnologías a la hora de trabajar con las personas mayores en el medio rural)

BLOQUE II. VISIÓN SOBRE EL ENVEJECIMIENTO

- ¿Qué es para vosotros envejecer en un entorno rural? (al trabajar con este colectivo, reflexiones, fortalecimiento o cambio de perspectiva respecto a ideas previas)
- ¿Se tiene en cuenta la perspectiva de género al trabajar con personas mayores? (enfoque específico en los programas, respuesta práctica a diferencias participación/necesidades hombres/mujeres/LGTBIQ)
- ¿Creéis que está cambiando la forma de envejecer en el ámbito rural / pueblos? (des/institucionalización, diversidad cultural, modelo familiar, soledad no deseada...)
- Papel de la sociedad/comunidad en cuanto al envejecimiento (envejecimiento social)

- ¿Os parece que la comunidad tiene un papel relevante en relación con el envejecimiento activo? (Relación de la sociedad con el envejecimiento, el papel de la comunidad, las personas mayores se sienten más o menos aisladas, relaciones intergeneracionales, diferencias territoriales)

BLOQUE III. PROPUESTAS/RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA PARTICIPACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES

- Según vuestra opinión ¿Qué falta en el voluntariado con personas mayores?
- ¿Las personas mayores participan de manera activa en la sociedad?
- ¿Qué se puede hacer para mejorar la participación de las personas mayores desde las organizaciones (por ejemplo, en la que ellos/as participan, atención a la diversidad género e interseccional).

ANÁLISIS

TEMAS A TENER EN CUENTA

- Desinstitucionalización
- Participación social
- Lucha contra la soledad no deseada
- Género y diversidad
- Nuevas tecnologías
- Internacionalización
- Envejecimiento activo
- Intergeneracionalidad
- Educación
- Salud (mental, física)
- Edadismo
- Otros

ENFOQUES

- Cómo se abordan los temas que aparecen
- Los temas que no aparecen, por qué pueden estar ausentes
- Qué papel tienen otros diferentes actores sociales

PERFIL DE PARTICIPANTES

- Tener en cuenta semejanzas y diferencias intragrupalas e intergrupales
- Tener en cuenta semejanzas y diferencias de contexto

ARTICULACIÓN ENTRE LOS DIFERENTES GRUPOS DE DISCUSIÓN

- Triangulación y visión de conjunto, si se complementan, se refuerzan, se contradicen los tres grupos de discusión, queda algún tema que no se aborde en ninguno de los tres GD.

ANEXO 2. GUION DE MODERACIÓN PARA GD PERSONAS MAYORES

APERTURA:

- Agradecimientos por asistir
- Presentación personas moderadoras
- Presentación del estudio (sin revelar propósitos ni guion de la sesión)
- Las personas participantes responderán a las preguntas libremente según sus creencias, todas las respuestas son válidas
- Han de respetarse los turnos de palabra
- La sesión será grabada para su posterior transcripción, se respetará la confidencialidad y el anonimato
- El tiempo de la sesión será de aproximadamente 1:30 – 2:00 horas

PREGUNTA INICIAL PARA ABRIR EL GRUPO

- ¿Cómo habéis llegado hasta donde estáis ahora?

BLOQUE I. AUTOPERCEPCIÓN, PRESENTE

- ¿Cómo habéis llegado hasta donde estáis ahora? ¿Qué cosas han cambiado en vuestra vida en los últimos años? ¿Cómo os están afectando estos cambios? (biografía personal / coordenadas geográficas)
- ¿En quién os apoyáis cuando necesitáis ayuda? ¿Cuáles son vuestros principales apoyos? (red afectiva, amistad, pareja, cuidados, familia)
- ¿Cómo os veis? ¿Os sentís jóvenes/mayores...? ¿Cómo creéis que os ven los demás? ¿Qué es para vosotros envejecer? (Relación con la edad, el envejecimiento, imaginarios, estereotipos o estigmas asociados a la edad)
- ¿Cómo usáis las nuevas tecnologías? ¿Cómo os afectan en el día a día? (formación permanente, autonomía, adaptación...)
- ¿Qué os habría gustado saber antes de jubilaros? (planes/proyectos de preparación para la vejez)

Temas clave: jubilación, salud, familia, redes afectivas, nuevas tecnologías, género, educación/formación permanente...

BLOQUE II. PARTICIPACIÓN EN LA SOCIEDAD

- ¿Soléis realizar en vuestro pueblo las actividades cotidianas o de entretenimiento?
- ¿Las hacéis con la compañía de alguien o preferís hacerlas por vuestra cuenta?
- ¿Os parece que se pueden hacer más cosas en las ciudades más grandes? ¿cuáles se os ocurren? ¿Qué echáis de menos poder hacer en vuestro pueblo?
- ¿Os sentís aisladas en el pueblo, o solas en casa?
- ¿Soléis participar en actividades culturales o en otro tipo de actividades? ¿Lo habéis hecho siempre? ¿Cómo os hacen sentir estas actividades? ¿Cómo son esos grupos en los que participáis? (motivación, tipo de participación, intergeneracional, empoderamiento)
- ¿Creéis que es fácil conocer todas las actividades y programas para mayores? ¿Cómo se podría mejorar la publicidad de estos programas? ¿Las nuevas tecnologías os ayudan o complican para llegar a la información? (visibilidad o promoción de los programas ya existentes)



- ¿Fue fácil/difícil comenzar a ir a estas actividades? ¿Resulta igual de fácil/difícil acceder a otros servicios/programas? (en el pueblo: participación en las fiestas, o la atención en salud o en el banco, tiendas, transporte...)
- ¿La familia o personas amigas os animan a participar en esas actividades? (papel de terceras personas en animar o coartar)
- ¿Hay algún espacio o momento en el que podáis transmitir y compartir con otras generaciones vuestras experiencias y conocimientos? Por ejemplo, como voluntarios o monitores de alguna actividad (contribución a la sociedad, con escolares, con otros mayores)
- ¿Os gustaría hacer alguna actividad que no hagáis? ¿Qué os desanima a hacerla? ¿Hay alguna dificultad para participar en ellas? (factores limitantes: socioeconómicos, tecnológicos, dificultades, complejos, tabúes...)
- No todas las personas que conocéis quieren salir de casa y participar en las actividades en grupos, ¿Por qué os parece que no se unen? ¿Es porque hay más mujeres que van o son actividades de mujeres? O ¿es porque hay más hombres? ¿o porque no hay ningún tema o actividad de interés? (género, diferente percepción mujeres/hombres mayores, diferente tratamiento/atención, soledad no deseada)

Temas clave: ser activo/pasivo, sentirse útil/valioso, autorrealización, intergeneracionalidad, conciencia colectiva, sentido/propósito en la vida, factores limitantes de su autonomía, autocensura, edadismo o autoedadismo.

BLOQUE III. FUTURO

- Hemos hablado mucho de cómo estáis ahora, de lo que hacéis ahora, pero ¿cómo os veis en el futuro? ¿Cómo os gustaría envejecer? (anticipación, aspiración, esperanza, imaginación)
- ¿Hay algo que os preocupe de cara a vuestro futuro? (miedos, ansiedades colectivas)
- ¿Qué soluciones/propuestas se os ocurren para afrontar estas preocupaciones/problemas? ¿De qué hay que deshacerse? ¿Qué hay que incorporar al futuro

BLOQUE IV. PROPUESTAS/RECOMENDACIONES

- ¿Qué es lo que os gusta de las actividades en las que participáis? ¿Qué os motiva a seguir en ellas? ¿Las recomendaríais a otras personas? (las actividades, el trato, la escucha)
- ¿Qué se podría mejorar? ¿Qué cambiaríais?

ANÁLISIS

TEMAS A TENER EN CUENTA

- Desinstitucionalización
- Participación social
- Lucha contra la soledad no deseada
- Género y diversidad
- Nuevas tecnologías
- Internacionalización
- Envejecimiento activo
- Intergeneracionalidad
- Educación
- Salud (mental, física)
- Edadismo
- Ruralidad

ENFOQUES

- Cómo se abordan los temas que aparecen
- Los temas que no aparecen, por qué pueden estar ausentes
- Qué papel tienen otros diferentes actores sociales

PERFIL DE PARTICIPANTES

- Tener en cuenta semejanzas y diferencias intragrupales e intergrupales
- Tener en cuenta semejanzas y diferencias de contexto

ARTICULACIÓN ENTRE LOS DIFERENTES GRUPOS DE DISCUSIÓN

- Triangulación y visión de conjunto. Si se complementan, se refuerzan, o se contradicen los tres grupos de discusión. Si queda algún tema que no se aborde en ninguno de los tres GD.

ANEXO 3. GUION DE MODERACIÓN PARA GRUPO DE DISCUSIÓN

APERTURA:

- Agradecimientos por asistir
- Presentación personas moderadoras
- Presentación del estudio (sin revelar propósitos ni guion de la sesión)
- Las personas participantes responderán a las preguntas libremente según sus creencias, todas las respuestas son válidas
- Han de respetarse los turnos de palabra
- La sesión será grabada para su posterior transcripción, se respetará la confidencialidad y el anonimato
- El tiempo de la sesión será de aproximadamente 1:30 – 2:00 horas

PREGUNTA INICIAL PARA ABRIR EL GRUPO

- ¿Cómo empezasteis a trabajar con personas mayores?

BLOQUE I. EXPERIENCIA PERSONAL

- ¿Trayectoria de trabajo con personas mayores en el ámbito rural: ¿Cómo habéis llegado a trabajar con mayores?
- ¿Cómo es el trabajo que realizáis con personas mayores?
- ¿Qué supone el trabajo con personas mayores en el ámbito rural? (aspectos positivos, dificultades, desafíos)
- ¿Qué implicación creéis que tienen las personas mayores en el ámbito rural? (tipo, cambios en la forma de participar, se fomenta o no esa participación, de qué manera, homogeneidad/diversidad en el tratamiento)
- ¿Cómo es vuestra relación con el resto de la comunidad? (con otros servicios: sanitarios, sociales, culturales...)
- ¿Os relacionáis con otras organizaciones que trabajan en la promoción del envejecimiento activo? (organizaciones también rurales o urbanas, de ámbito internacional, participan en redes, grupos de trabajo...)
- ¿Están las nuevas tecnologías cambiando vuestra forma de trabajar? (nuevos métodos, aplicaciones útiles, avances respecto a cómo se hacían las tareas en el pasado, cómo condicionan estas nuevas tecnologías a la hora de trabajar con las personas mayores en el medio rural)
- ¿Habéis hecho algún tipo de voluntariado?

BLOQUE II. PARTICIPACIÓN EN LA SOCIEDAD

- ¿Qué es para vosotros envejecer en un entorno rural? (al trabajar con este colectivo, reflexiones, fortalecimiento o cambio de perspectiva respecto a ideas previas)
- ¿Se tiene en cuenta la perspectiva de género al trabajar con personas mayores? (enfoque específico en los programas, respuesta práctica a diferencias participación/necesidades hombres/mujeres/LGTBIQ)
- ¿Creéis que está cambiando la forma de envejecer en el ámbito rural/pueblos? (des/institucionalización, diversidad cultural, modelo familiar, soledad no deseada...)
- Papel de la sociedad/comunidad en cuanto al envejecimiento (envejecimiento social)
- ¿Os parece que la comunidad tiene un papel relevante en relación con el envejecimiento activo? (Relación de la sociedad con el envejecimiento, el papel de la comunidad, las personas mayores se sienten más o menos aisladas, relaciones intergeneracionales, diferencias territoriales)

BLOQUE III. RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL

- ¿Qué dificultades/retos creéis que hay en el trabajo con personas mayores? ¿Qué faltaría en el trabajo con personas mayores en el ámbito rural?
- ¿Creéis que las personas mayores participan de manera activa en la comunidad?
- ¿Existe algún tipo de dialogo multidireccional entre todas las partes interesadas? (mayores con familiares, organizaciones con instituciones, organizaciones con familiares, familiares con instituciones...)

PREGUNTAS VOLUNTARIADO:

- ¿Cuál es el ámbito específico/cómo es el trabajo que realizan/tipo de voluntariado?
- ¿Qué les aporta el voluntariado (dimensión afectiva, emocional...)? ¿qué sentido le ven desde un punto de vista personal?
- ¿Qué dificultades creen que hay para hacer voluntariado con personas mayores? ¿y para hacer voluntariado las personas mayores? (también ver la dimensión rural)
- ¿Qué falta en el voluntariado con personas mayores?

ANÁLISIS

TEMAS A TENER EN CUENTA

- Desinstitucionalización
- Participación social
- Lucha contra la soledad no deseada
- Género y diversidad
- Nuevas tecnologías
- Internacionalización
- Envejecimiento activo
- Intergeneracionalidad
- Educación
- Salud (mental, física)
- Edadismo
- Otros

ENFOQUES

- Cómo se abordan los temas que aparecen
- Los temas que no aparecen, por qué pueden estar ausentes
- Qué papel tienen otros diferentes actores sociales

PERFIL DE PARTICIPANTES

- Tener en cuenta semejanzas y diferencias intragrupales e intergrupales
- Tener en cuenta semejanzas y diferencias de contexto

ARTICULACIÓN ENTRE LOS DIFERENTES GRUPOS DE DISCUSIÓN

- Triangulación y visión de conjunto. Si se complementan, se refuerzan, o se contradicen los tres grupos de discusión. Si queda algún tema que no se aborde en ninguno de los tres GD.

ANEXO 4. ENCUESTA PARA PROFESIONALES Y VOLUNTARIADO DEL TERCER SECTOR SOBRE ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ENTORNO RURAL

Somos **Fundación Diagrama Intervención Psicosocial** (<https://www.fundaciondiagrama.es/>), una entidad sin ánimo de lucro que trabaja desde 1991 en la atención a personas en situación de vulnerabilidad o en dificultad social.

Actualmente estamos desarrollando el **“Programa de promoción del envejecimiento activo y saludable: un estudio comparado de las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España y terceros países en el ámbito rural”**, financiado por la Secretaría de Estado de Derechos Sociales 2024.

Este programa pretende analizar las estrategias y prácticas de promoción del envejecimiento activo y saludable en el **ámbito rural para las personas mayores en España, Islandia, Noruega y Reino Unido**.

Le pedimos que complete este cuestionario dirigido a **profesionales y personas voluntarias de organizaciones del Tercer Sector que trabajen directa o indirectamente con personas mayores en el ámbito rural**.

Se tarda alrededor de 15 minutos en rellenar este cuestionario. No es obligatorio completarlo en un solo intento. Puede guardar sus respuestas y volver a la encuesta donde la dejó.

Queda absolutamente garantizado el anonimato para quienes rellenen la encuesta. Se ruega la mayor sinceridad posible.

Cualquier duda puede contactar con: envejecimientoactivo@diagrama.org

<https://www.fundaciondiagrama.es/m/envejecimiento-rural>

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

BLOQUE I: EN PRIMER LUGAR, VAMOS A PREGUNTARLE SOBRE LA ORGANIZACIÓN DEL TERCER SECTOR EN LA QUE TRABAJA O REALIZA VOLUNTARIADO

P.1. ¿Qué tipo de actividades realiza su organización? Puede marcar más de una opción.

- ☐ Campañas de sensibilización, incidencia política o presión pública.
- ☐ Investigación científica.
- ☐ Impulso de redes comunitarias y trabajo en red con otras entidades.
- ☐ Asistencia a personas con discapacidad o mayores dependientes.
- ☐ Actividades relacionadas con el envejecimiento activo (formativas, culturales, de ocio y tiempo libre, de promoción de la salud física, mental y/o emocional...).
- ☐ Apoyo, orientación y acompañamiento a personas mayores y/o sus familias.
- ☐ Gestión de centros residenciales, centros de día o viviendas supervisadas.
- ☐ Servicio de ayuda a domicilio o teleasistencia.
- ☐ Prevención de la violencia y los malos tratos en la vejez.
- ☐ Otras (especifique cuáles):

P.2. Ámbito de actuación de su organización. Por favor, seleccione todas las opciones que correspondan.

- ☐ Nacional (Especifique dónde):
- ☐ Regional/Local (Especifique dónde):

P.3. Ámbito geográfico donde trabaja su organización

- ☐ Rural
- ☐ Urbano
- ☐ Ambos

P.4. ¿Su organización cuenta con programas, proyectos, actividades y/o servicios dirigidos específicamente a personas mayores?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ NS/NC

Si la respuesta a la pregunta P.4 es Sí:

P.401. ¿Se tienen en cuenta las necesidades y especificidades de las personas mayores en el diseño, ejecución y evaluación de programas, proyectos, actividades y/o servicios?

☐ Sí

☐ No

☐ NS/NC

P.402. ¿Su organización incorpora de alguna de las siguientes maneras a las personas mayores dentro de sus programas, proyectos, actividades y/o servicios? (Seleccione todas las que apliquen)

☐ Las personas mayores realizan cuestionarios de evaluación en el marco de los programas, proyectos, actividades y/o servicios.

☐ Las personas mayores participan en la gestión de los programas, proyectos, actividades y/o servicios.

☐ Se consulta a las personas mayores sobre los programas, proyectos, actividades y/o servicios que se van a ejecutar.

☐ Se cuenta con personas mayores voluntarias para ejecutar los programas, proyectos, actividades y/o servicios.

☐ Las personas mayores asesoran el desarrollo de los programas, proyectos, actividades y/o servicios.

☐ Otros (diga cuáles):

Si la respuesta a la pregunta P.4 es No:

P.403. Ha indicado que su organización no trabaja específicamente con población mayor, ¿Participan personas mayores en alguno de los programas, proyectos, actividades y/o servicios que ofrece su organización? (Seleccione todas las que apliquen)

☐ Sí, hay personas mayores que participan o se benefician de los programas, proyectos, actividades y/o servicios que ofrece su organización

☐ Sí, hay personas mayores que ayudan de manera voluntaria a la realización de los programas, proyectos, actividades y/o servicios que ofrece su organización.

☐ Sí, hay personas mayores que forman parte del proceso de diseño, ejecución y evaluación de los programas, proyectos, actividades y/o servicios que ofrece su organización.

☐ No, mi organización no trabaja de manera directa o indirecta con personas mayores.

Si responde “Sí”, pasar a P.7. Si responde “No”, terminar encuesta.

Solamente para aquellos que han respondido Sí en P.4.:

P.5. Según su opinión, valore con total sinceridad su grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones.

	Muy en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Muy de acuerdo	NS/NC
1. Su organización promueve acciones para contribuir a reducir la dependencia de las personas mayores del cuidado en instituciones residenciales.	1	2	3	4	
2. Su organización utiliza estrategias para prevenir/combater la soledad no deseada en personas mayores.	1	2	3	4	
3. Su organización hace uso de las nuevas tecnologías para mejorar la autonomía y participación social de las personas mayores.	1	2	3	4	
4. Su organización participa en redes internacionales relacionadas con el envejecimiento activo.	1	2	3	4	
5. Su organización colabora con administraciones públicas en la promoción del envejecimiento activo.	1	2	3	4	
6. Su organización colabora con otras organizaciones del Tercer Sector de Acción Social en la promoción del envejecimiento activo.	1	2	3	4	
7. Su organización incorpora criterios de igualdad de género y diversidad en los programas con personas mayores.	1	2	3	4	

Solamente para aquellos que han respondido 3 o 4 en P.5.7:

P.501. Usted ha indicado que su organización incorpora criterios de igualdad de género y diversidad en los programas de su organización con personas mayores. ¿Cómo incorpora su organización la perspectiva de género y diversidad en sus programas de envejecimiento activo? (Marque las que apliquen)

- ☐ Se utiliza lenguaje inclusivo y no sexista, evitando la discriminación por razón de género.
- ☐ Se promueve la participación igualitaria en las actividades.
- ☐ Se tienen en cuenta las necesidades específicas para la participación en función del género, orientación sexual, etnia, educación, situación económica, capacidades.
- ☐ Los programas y proyectos incluyen la perspectiva de género y diversidad en todas sus fases desde su diseño hasta su evaluación.
- ☐ Se promueve el desarrollo de actividades de sensibilización sobre temas de género, masculinidades y diversidad.
- ☐ Se promueve la formación específica de profesionales y voluntariado (por ejemplo, violencia contra las mujeres mayores).
- ☐ Otros (diga cuáles):

BLOQUE II: AHORA, VAMOS A HACERLE UNAS PREGUNTAS SOBRE SU OPINIÓN PERSONAL

P.7. ¿Cuáles de las siguientes problemáticas considera más relevantes para las personas mayores en el medio rural? (Seleccione hasta tres opciones)

- ☐ Insuficientes recursos públicos para sus necesidades (residencias, centros de día, ayuda a domicilio, ocio, cultura, etc.).
- ☐ Acceso limitado a servicios públicos (sociales, sanitarios, culturales, educativos).
- ☐ Dificultades en el transporte y la movilidad.
- ☐ Viviendas no adaptadas a sus necesidades actuales (accesibilidad, problemas de eficiencia energética).
- ☐ Discriminación por edad.
- ☐ Discriminación por género, orientación sexual, origen étnico, nivel educativo, etc.
- ☐ Soledad y aislamiento social.

☐ Falta de oportunidades de participación social y/o política, de toma de decisión, etc.

☐ Acceso limitado a la información.

☐ Brecha digital y acceso limitado a tecnologías.

☐ Falta de redes de apoyo vecinal e intergeneracional.

☐ Otras (diga cuáles):

P.8. A continuación, encontrará una serie de afirmaciones. Indique, su grado de acuerdo con cada afirmación. Por favor, responda con sinceridad a cada una de ellas.

	Muy en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Muy de acuerdo	NS/NC
1 La soledad no deseada y el aislamiento social entre la población envejecida se manifiestan de forma diferente en el ámbito rural y urbano.	1	2	3	4	
2. Las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable no son sensibles a las diferencias territoriales.	1	2	3	4	
3. Las actuales estrategias de promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural no reflejan el dinamismo y la diversidad de la población mayor rural (género, orientación sexual, origen étnico, nivel educativo, etc.).	1	2	3	4	
4. La promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural refleja una visión estática y estereotipada del ámbito rural.	1	2	3	4	
5. Las nuevas tecnologías tienen un papel relevante en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural.	1	2	3	4	
6. Las personas mayores rurales son heterogéneas entre sí y tienen necesidades y capacidades muy distintas.	1	2	3	4	

P.9. ¿Qué rol desempeña dentro de su organización?

☐ Profesional

☐ Voluntario/a

P.10. ¿En qué año nació Ud.? Respuesta abierta: (4 dígitos).....

P.11. ¿Con qué género se identifica? (Opcional)

P.12. ¿Podría indicar su lugar de residencia actual? (Opcional)

P.13. ¿Podría indicar el nombre de su organización? (Opcional).....

P.14. ¡Gracias por participar! ¿Hay algo que quiera añadir?

.....
.....
.....

Si ha encontrado alguna dificultad a la hora de rellenar el cuestionario o tiene alguna aportación que quiera hacer, no dude en escribirnos, queremos escucharle.

Correo electrónico:

envejecimientoactivo@diagrama.org

ANEXO 5. SURVEY ADRESSED TO PROFESSIONALS AND VOLUNTEERS OF SOCIAL ORGANISATIONS ABOUT HEALTHY AGEING IN RURAL ENVIRONMENTS

We are Somos **Fundación Diagrama Intervención Psicosocial** (<https://www.fundaciondiagrama.es/>), a non-profit organisation that has been working since 1991 to help people in vulnerable situations or in social difficulty.

We are currently carrying out the **“Programme for promoting active and healthy ageing: a comparative study on the actions of the Third Sector for Social Action in Spain and in third countries in rural areas”**, financed by the State Secretariat for Social Rights 2024.

This programme aims to analyse the strategies and practices in place that promote active and healthy ageing **among older people in the rural areas of Spain, Iceland, Norway and the United Kingdom**.

We ask you to complete this survey aimed at professionals and volunteers of social organisations that work directly, or indirectly, with older people in rural areas.

The questionnaire will take around 15 minutes to complete. It is not necessary to complete it in one attempt. You can save your answers and come back to the questionnaire from where you left off.

Anonymity is absolutely guaranteed for those who fill in the survey. Please be as honest as possible.

If you have any questions, please contact us at: envejecimientoactivo@diagrama.org

<https://www.fundaciondiagrama.es/m/envejecimiento-rural>

THANK YOU VERY MUCH FOR YOUR PARTICIPATION.

PART I: TO BEGIN, WE ARE GOING TO ASK YOU ABOUT THE SOCIAL ORGANISATION THAT YOU WORK OR VOLUNTEER AT

Q1. What type of activities does your organisation do? You can tick more than one option.

- ☐ Awareness-raising, advocacy or public pressure campaigns.
- ☐ Scientific research.
- ☐ Improving community networks and networking with other entities.
- ☐ Helping people with disabilities or elderly dependents.
- ☐ Activities related to active ageing (training, cultural, leisure and free time activities, promotion of physical, mental, and/or emotional health, etc.)
- ☐ Support, guidance and accompaniment for older people and/or their families.
- ☐ Managing residential centres, day centres or supervised living.
- ☐ Assistance at home or telecare services.
- ☐ Preventing violence and abuse in old age.
- ☐ Other (specify what):

Q2. Scope of your organisation. Please, choose all that apply.

- ☐ Nacional (Specify where):
- ☐ Regional/Local (Specify where):

Q3. Geographic area where your organisation works

- ☐ Rural
- ☐ Urban [END SURVEY]
- ☐ Both

Q4. Does your organisation have programmes, projects, activities and/or services specifically aimed at older people?

- ☐ yes
- ☐ No
- ☐ N/A

If your answer to Q4. was "Yes":



Q401. Are the needs and specificities of older people considered when designing, executing and evaluating the programmes, projects, activities and/or services?

☐ Yes

☐ No

☐ N/A

Q402. Does your organisation incorporate older people into its programs, projects, activities and/or services in any of the following ways? (Select all that apply)

☐ Older people fill out evaluative questionnaires about the programmes, projects, activities and/or services.

☐ Older people take part in the management of programmes, projects, activities and/or services.

☐ Older people are consulted on the programmes, projects, activities and/or services that will be implemented.

☐ Older people volunteer in the programmes, projects, activities and/or services.

☐ Older people advise on the development of programmes, projects, activities and/or services.

☐ Other (specify what):

If the answer to Q4. was “No”:

Q403. You have indicated that your organisation does not work in programmes specifically aimed at older people. Do older people take part in any of the programmes, projects, activities and/or services that your organisation offers? (Select all that apply)

☐ Yes, there are older people that take part in or benefit from the programmes, projects, activities and/or services that the organisation offers.

☐ Yes, there are older people that volunteer to help carry out the programmes, projects, activities and/or services that the organisation offers.

☐ Yes, there are older people that take part in the process of designing, executing and evaluating programmes, projects, activities and/or services that the organisation provides.

☐ No, my organisation does not work directly or indirectly with older people.

☐ If you answered “Yes”, go to Q7. If you answered “No”, end the survey.

Only for those who answered “Yes” in Q4.:

Solamente para aquellos que han respondido Sí en P.4.:

Q5. In your honest opinion, rate your agreement with the following phrases.

	Completely disagree	Partially disagree	Partially agree	Completely agree	N/A
1. Your organisation promotes actions contributing to reducing the dependence of older people on residential care.	1	2	3	4	
2. Your organisation uses strategies to prevent/fight loneliness among older people.	1	2	3	4	
3. Your organisation makes use of new technologies to improve the autonomy and social participation of older people.	1	2	3	4	
4. Your organisation takes part in international networks linked to active ageing.	1	2	3	4	
5. Your organisation works with public administrations in the promotion of active ageing.	1	2	3	4	
6. Your organisation works with other social organisations to promote active ageing.	1	2	3	4	
7. Your organisation incorporates criteria for gender equality and diversity in programmes with older people.	1	2	3	4	

Only if your answer to Q5.7 was “3” or “4”:

Q501. You have indicated that your organisation incorporates criteria for gender equality and diversity in your organisation's programmes with older people. How does your organisation incorporate a sensitivity to gender and diversity in its programmes of active ageing? (Mark all that apply)

- ☐ Using inclusive and non-sexist language, to avoid gender-based discrimination.
- ☐ Encouraging equal participation in activities.
- ☐ Considering specific needs for participation based on gender, sexual orientation, ethnicity, education, economic status, abilities.
- ☐ Including gender and diversity perspectives at every stage of programmes and projects, from design to evaluation.
- ☐ Developing awareness-raising activities about themes such as gender, masculinity, and diversity.
- ☐ Promoting specific training of staff and volunteers (e.g. violence against older women).
- ☐ Other (specify what):

Only if you responded "Yes" in Q4.:

Q6. What are the main challenges that your organisation faces when implementing programmes, projects, activities and/or services of active ageing in rural areas? (Choose up to three options)

- ☐ Lack of economic resources.
- ☐ Lack of specialised professionals.
- ☐ Lack of volunteers.
- ☐ Lack of coordination between key agents.
- ☐ Lack of awareness and visibility of rural ageing.
- ☐ Lack of technological facilities.
- ☐ Resistance to change in the community.
- ☐ Difficulties with accessibility of services.
- ☐ Difficulty recruiting and retaining personnel in health care and health services in rural areas.
- ☐ Geographic isolation.

- ☐ Shortage of infrastructures.
- ☐ Lack of current research on the topic.
- ☐ Little participation of older people.
- ☐ Heterogeneity of older people.
- ☐ Lack of intergenerational spaces and/or activities.
- ☐ Weak neighbourhood support networks.
- ☐ Others (specify what):

PART II: NOW, YOU WILL ANSWER SOME QUESTIONS ABOUT YOUR PERSONAL OPINION

Q7. Which of the following issues do you consider the most relevant for older people in rural environments? (Choose up to three options)

- ☐ Limited access to public services (social, health, cultural, educational).
- ☐ Difficulties with transport and mobility.
- ☐ Housing ill-suited to their current needs (accessibility, problems with energy efficiency).
- ☐ Age-based discrimination.
- ☐ Discrimination based on gender, sexual orientation, ethnicity, education level, etc.
- ☐ Loneliness and social isolation.
- ☐ Lack of opportunities for social and/or political participation, decision making, etc.
- ☐ Limited access to information.
- ☐ Digital divide and limited access to technology.
- ☐ Lack of neighbourhood and intergenerational support networks.
- ☐ Other (specify what):

P.8. Next is a series of statements. Mark your level of agreement with each one on a scale of 1 to 4. Please, respond honestly to each one.

	Completely disagree	Partially disagree	Partially agree	Completely agree	N/A
1. Loneliness and social isolation among older people manifest in different forms in rural and urban environments.	1	2	3	4	
2. Current strategies to promote active and healthy ageing are not sensitive to regional differences.	1	2	3	4	
3. Current strategies for promoting active and healthy ageing in rural areas do not reflect the dynamism and diversity of the rural older population (gender, sexual orientation, ethnicity, education level, etc.).	1	2	3	4	
4. Promoting active ageing in rural areas reflects a static and stereotyped view of rural areas.	1	2	3	4	
5. New technologies play a relevant role in promoting active and healthy ageing in rural areas.	1	2	3	4	
6. Rural older people are heterogeneous and have very different needs and capabilities.	1	2	3	4	

PART II: NOW, YOU WILL ANSWER SOME QUESTIONS ABOUT YOUR PERSONAL OPINION

P.9. What role do you play in your organisation?

☐ Professional

☐ Volunteer

Q10. What year were you born in?

Q11. What gender do you identify with? (Optional)

Q12. Please state your current place of residence. (Optional)

Q13. Please state the name of your organisation. (Optional)

Q14. Thank you for taking part in this survey! Please add here any final comments.

.....
.....
.....

If you encountered any difficulty in filling out the questionnaire, or if you would like to make any sort of contribution, do not hesitate to write to us, we would like to hear from you.

Email: envejecimientoactivo@diagrama.org

ANEXO 6. ÁRBOL DE CÓDIGOS TEMÁTICO

I. Demografía

- Impacto de las dinámicas demográficas actuales, envejecimiento y despoblación, relevante a nivel europeo

II. Soledad no deseada

- Manifestaciones, sentimientos de soledad no deseada y aislamiento social entre la población mayor rural

III. Territorio

- Relación, identidad con el territorio
- Especificidades territoriales

IV. Estereotipos

- Imágenes idealizadas, reales, tradicionales, diversas

V. Desinstitucionalización

- Tejido comunitario
- Autonomía

VI. Diversidad

- Perfiles sociales, educativos, económicos, étnicos, género, orientación sexual

VII. Tecnología

- Usos, lagunas, ventajas, percepción

VIII. Otros

- Otros temas no reflejados en las hipótesis pre-analíticas

ANEXO 7. GUION GT1 IRPF24

GRUPO DE TRABAJO – ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL

Tema: la promoción de la participación comunitaria/ciudadana y de movilización social de las personas mayores en el diseño, ejecución y evaluación de actividades (co-ejecución, control y/o co-implicación con el tercer sector)

Sesión 1: identificación de problemas y/o necesidades para un envejecimiento activo de personas mayores en el ámbito rural (más opciones de actividad y más diversas, cubrir espacios, ámbito cultural, soledad, masculinidades, liderazgo en participación, redes sociales y territoriales, motivar/promover la participación, intergeneracionalidad, 65-80 vs +80, recursos y apoyo institucional)

Fecha: lunes 26 de mayo de 2025

Duración: 2 horas

Autodiagnóstico participativo

Objetivos:

1. Comprender el territorio
2. Identificar problemas y necesidades
3. Identificar actores clave

Programa:

Hora	Actividad
11:00 – 11:30	Café
11:30 – 11:40	Presentación y explicación de la dinámica del grupo de trabajo (10 minutos)
11:40 – 11:50	Dinámica fotopresentación Juliette (10 minutos)
11:50 – 12:20	Actividad: Análisis territorial (línea del tiempo) (20 minutos +10 plenaria)
12:20 – 12:50	Actividad: Identificación de problemas y necesidades (grupo) (20 minutos + 10 plenaria)
12:50 – 13:20	Actividad: Identificación de actores clave (20 minutos+ 10 plenaria)
13:20 – 13:30	Cierre, recapitulación y evaluación (10 minutos)
13:30 – 14:00	Entrevistas Explicación del paseo/deriva por el pueblo con toma de fotos Polaroid a realizar en la sesión 2

Desarrollo de las actividades:

1. Dinámica: Fotopresentación Juliette ¹ (actividad en grupo grande)

- En este ejercicio vamos a presentarnos o iniciarnos en un grupo gracias a una imagen que no conocíamos previamente. Lo importante radica en el factor sorpresa.
- Este ejercicio promueve una apertura profunda a las personas que forman el grupo. Buscamos trabajar desde el factor positivo.
- Pasos: **1)** Disponer las fotocartas sobre una superficie plana; **2)** Cada participante escoge una imagen que le llame la atención; **3)** A continuación, por turnos, se hace una ronda en la que cada participante describe la imagen al grupo, haciendo énfasis en aquello que más le ha llamado la atención, el motivo por el que ha escogido esa foto. Por ejemplo: "Soy Lola y he escogido esta foto porque me recuerda a mis nietos y la alegría de la familia".
- Materiales: Colección de fotocartas o Covisage; papel y bolígrafo.

2. Análisis territorial → Línea del tiempo ²:

- Hechos históricos o significativos recientes que hayan tenido lugar en la zona, que fueran sentidos por la mayoría de la población y que movilizaran a gran parte de esta, generando consensos, conflictos... → **Analizadores históricos:** elementos de motivación, interés y movilización de la población
- Podemos empezar por aquello que la gente recuerda más, de las luchas por mejoras del entorno, de sus proyectos participativos, de sus éxitos y fracasos, de las iniciativas que han dejado huella...
- Consiste en dibujar una gran línea sobre la cual las personas irán pegando información acerca de los acontecimientos que creen más destacables (se puede hacer por años, meses o por aquellos grandes acontecimientos que marcan la historia, según el tema que nos preocupa).
- Es conveniente mezclar lo macro con lo micro, hechos y consecuencias a nivel de barrio, pueblo, ciudad o país con anécdotas familiares. Así se aprende a analizar de manera más global e integradora.
- La línea de tiempo se puede dejar abierta para que se pueda ir completando más adelante, o con más datos o informaciones que no se conocían en la primera sesión.
- Materiales: bolígrafos, folios, rotuladores, post-it de varios tamaños y cartulinas grandes.

3. Identificación de problemas y necesidades (actividad en subgrupos):

- Se les propondrá que identifiquen un máximo de cuatro temas. Pueden ser aspectos relacionados con la vida de las personas mayores en su pueblo: participación social, voluntariado, soledad, actividades culturales, cómo ampliar y diversificar el público que acude a este tipo de actividades, relaciones intergeneracionales (infancia – jóvenes – adultos), cooperación con otros pueblos, 65-80 vs +80 (presentación Tania, transi-

¹ Viñuales Lera, D. 2023. Fotología práctica. Universidad San Jorge

² Metodologías participativas 2, página 58.

ciones entre generaciones), recursos e instituciones, buena vecindad (algo que vean que hacen bien y pueda ser compartido con otros pueblos).

- b. Una vez identificados estos temas, se tendrán que señalar aspectos positivos, negativos, algo que les gustaría cambiar de ese tema (un ideal) y las herramientas que necesitarían para hacer esos cambios posibles. Ejemplo: organizar, proponer y llevar a cabo alguna actividad que le interese en el pueblo o con otros pueblos: por qué me gusta, por qué no, cómo me gustaría que fuera esa actividad y qué necesitaría para hacerlo posible.
- c. Una vez cada grupo haya identificado los temas y señalado sus aspectos positivos, negativos, ideales y herramientas, se hará una puesta en común.
- d. Materiales: dos cartulinas de temas, bolígrafos y rotuladores.

4. Identificación de actores clave → Sociograma de redes³ :

- a. Es un instrumento que nos va a permitir visibilizar a los actores y grupos sociales presentes en el proceso o que tienen cierta influencia en él, contemplando los vínculos existentes entre ellos. Nos permitirá darnos cuenta de lo aislados, o no, que podemos estar en las tareas que nos proponemos, de las alianzas que necesitamos y qué debemos hacer para realizar nuestro trabajo, cuáles son los actores que pueden servir de puente para acercarnos a otros actores... También visibilizaremos qué antagonismos es previsible que aparezcan y cómo afrontarlos. Todo ello ponderando cuál es el peso y la fuerza relacional de tipo sociopolítico, el poder y su capacidad de influencia respecto a nuestras estrategias.
- b. Cómo proceder: **1.** Hacer un listado entre los del grupo sobre actores que influyen, que conocen o de los que tienen referencia. **2.** Repartir tarjetas en blanco, unas triangulares para representar a actores con mucho poder simbólico o de convocatoria (autoridades políticas, medios de comunicación, poderes económicos, liderazgos incuestionados...); otras rectangulares para representar a los actores sociales organizados y locales (ONG, asociaciones de todo tipo...); y unas terceras circulares para representar a sectores no organizados, pero que realizan alguna actividad en común o les une algún interés. También sirven para representar a personas individuales a las que se considera relevantes para el proceso (responsable asociativo, persona de reconocido prestigio...) **3.** Cada actor social significativo se escribe en una tarjeta, ya sea triangular, rectangular o circular.
- c. Imágenes de referencia:
- d. **4.** Una vez colocadas todas las tarjetas en los recuadros en los que se haya decidido por consenso (si no lo hay, se pueden poner interrogantes en las tarjetas), se pasa a señalar el tipo de relaciones existentes entre todas ellas. Utilizaremos flechas que unan a los diferentes actores en términos de relación fuerte (de dependencia, de colaboración...), débil (de aislamiento, de desinterés, de temporalidad...), de conflicto, sin relación, relaciones indirectas (un actor con otro a través de un tercero, etc. En el grupo se debate hasta llegar a un cierto consenso (o se ponen interrogantes).
- e. Materiales: bolígrafos, folios, rotuladores de distintos colores, cartulinas grandes y otras pequeñas triangulares, cuadradas y redondas.

GRUPO DE TRABAJO – ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL

Tema: la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural

Sesión 2: identificación de problemas y/o necesidades para un envejecimiento activo de personas mayores en el ámbito rural (cubrir espacios, ámbito cultural, soledad, masculinidades, liderazgo en participación, redes sociales y territoriales, motivar/promover la participación, intergeneracionalidad, 65-80 vs +80, recursos y apoyo institucional)

Fecha: lunes 9 de junio de 2025

Duración: 2 horas

Selección de problema de interés prioritario en base a las necesidades identificadas

Objetivos:

Encontrar colectivamente soluciones posibles a un problema prioritario

Programa:

Hora	Actividad
11:00 – 11:30	Café (Explicación de técnica deriva)
11:30 – 12:00	Deriva o transecto por el pueblo (30 minutos)
12:00 – 12:05	Presentación y recapitulación de la sesión anterior (5 minutos)
12:05 – 12:50	Actividad: Análisis de problemas y soluciones (árbol de problemas) (45 minutos: 35 minutos en grupos y 10 minutos en plenaria)
12:50 – 13:10	Actividad: Continuación Identificación de actores clave (plenaria: 20 minutos)
13:10 – 13:20	Actividad: Montaje de itinerario (plenaria: 10 minutos)
13:20 – 13:30	Cierre y recapitulación (10 minutos)
13:30 – 14:00	Entrevistas Explicación del paseo/deriva por el pueblo con toma de fotos Polaroid a realizar en la sesión 2

Desarrollo de las actividades:

1. Dinámica: Deriva o transecto (actividad en grupo grande)

- a. **La dinámica** consiste en caminar por un barrio, por un pueblo o por una zona rural, con gentes del lugar que nos puedan ir contando lo que vamos viendo, e intercambiando con ellas nuestras impresiones o preguntas. Se puede hacer planificando una grabación con una cámara, por ejemplo, de forma que esto sirva de excusa para que quienes nos acompañen, y también personas o grupos que nos encontremos, puedan ir dando sus primeras opiniones, etc.

El que escuchemos y no juzguemos las opiniones que nos dan, el que compartamos conversación sin pretensiones de quien sabe más, etc., son elementos para crear un buen ambiente de **confianza inicial**. Esto es más relevante que la información que vamos obteniendo, la cual siempre viene bien, y podemos registrarla en algún cuaderno o ficha del recorrido.

- b. Pasos:** prolongación de la línea del tiempo, zonas que significan mucho para ellos o para el pueblo. El tiempo es limitado, debe definirse cuál es el camino óptimo a tomar, trazarlo en el mapa, y desde ahí proceder con la deriva, parando siempre que se quiera tomar una foto y dando la explicación del porqué de dicha fotografía.
- c. Montaje del itinerario:** Procederemos a ubicar espacialmente en un mapa de Rotglà i Corberà las fotos que hemos tomado en la deriva.
- d. Materiales:** Cámara Polaroid + 2 películas, cámara réflex, grabadora para los testimonios, mapa de Rotglà i Corberà Flechas; blu-tack; fotografías Polaroid; mapa de Rotglà i Corberà.

2. Problemas y soluciones → Árbol de problemas ⁴ :

Nos sirve para identificar los síntomas que dan cuenta de un problema y para relacionar estos con el análisis de sus causas inmediatas y sus causas profundas. Las posturas a debatir para colocar en el árbol se traerán de las frases ya recogidas en la sesión 1. En este caso, cada grupo hará dos árboles de problemas en base a lo planteado en la sesión anterior. Con la ayuda de la representación de un árbol, cada grupo intentará identificar un problema central (recogido en sesión 1), y a partir del mismo ver cuáles son los síntomas que hacen visible tal problema en la comunidad, y posteriormente las causas más inmediatas y las más profundas del mismo. También se pueden añadir quiénes serían las instituciones, grupos, sectores, alianzas, que podrían implicarse en la resolución de tales cuestiones.

Materiales: bolígrafos, folios, rotuladores y cartulinas grandes.

- 3. Identificación de actores clave** (actividad continuidad y complemento de la realizada en la sesión 1) odemos empezar por aquello que la gente recuerda más, de las luchas por mejoras del entorno, de sus proyectos participativos, de sus éxitos y fracasos, de las iniciativas que han dejado huella...

4. Cierre y recapitulación

- a. Evaluación:** **1.** dinámica felicito, critico, propongo. Ejemplo: a este grupo de trabajo lo felicito porque me he divertido mucho; lo critico porque no me han dejado hablar; y propongo que la gente vaya al grano. No es necesario que escriban una felicitación, una crítica y una propuesta, con una de las tres es suficiente. **2.** Medidor de satisfacción 0-10: a la salida tendrán un medidor de satisfacción y colocarán un post-it en función de cómo valoren la actividad en su conjunto.
- b. Materiales:** bolígrafos, folios, post-its.

GRUPO DE TRABAJO – ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁMBITO RURAL

Tema: Co-creación de una propuesta

Sesión 3: Co-creación de una propuesta

Fecha: lunes 16 de junio de 2025

Duración: 2 horas

Selección de problema de interés prioritario en base a las necesidades identificadas

Objetivos:

Ofrecer una propuesta para mejorar la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural

Programa:

Hora	Actividad
11:00-11:30	Café
11:30 – 11:45	Presentación y recapitulación de la sesión anterior
11:45 – 11:55	Dinámica zona de las emociones
11:55 – 12:30	Presentación de propuestas y proceso deliberativo
12:30– 13:15	Co-creación de la propuesta para la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural
13:15 -13:30	Cierre y próximos pasos

Desarrollo de las actividades:

1. Presentación y recapitulación de la sesión anterior

2. Dinámica zona de las emociones ⁵:

- Diseñado para ayudar a personas de todas las edades a reconocer emociones en ellas mismas y en otras personas. Tiene el potencial de proporcionar a las personas un “lenguaje” para hablar sobre emociones. El Medidor de Emociones es un cuadrado dividido en cuatro cuadrantes de colores –rojo, azul, verde y amarillo–. Cada uno representa un grupo diferente de emociones. Las diferentes emociones se agrupan juntas en el Medidor de Emociones basándose en la agradabilidad y el nivel de energía.
- Los cuatro cuadrantes: **1)** Zona amarilla (energía alta, alta agradabilidad): agradable, feliz, contento/a, esperanzado/a, centrado/a, optimista, orgulloso/a, alegre, animado/a, juguetón/a, entusiasmado/a, emocionado/a, inspirado/a, etc. **2)** Zona verde (energía

⁵ Fuente: Proyecto VOICE. WP3 Prevention in my neighborhood initiatives. Taller Sesión 2 H:\01. PROYECTOS\04. FINALIZADOS\VOICE\WP3 Participatory action \A2-Prevention in my neighborhood initiatives\A2 Kit versión español.

baja, alta agradabilidad): relajado/a, tranquilo/a, suelto/a, seguro/a, agradecido/a, afortunado/a, satisfecho/a, amoroso/a, equilibrado/a, cómodo/a, acogedor/a, despreocupado/a, apacible, pensativo/a, sereno/a, etc. **3)** Zona roja (energía alta, baja agradabilidad): molesto/a, contrariado/a, irritado/a, preocupado/a, asustado/a, nervioso/a, tenso/a, turbado/a, enfadado/a, furioso/a, aterrorizado/a, estresado/a, ansioso/a, etc. **4)** Zona azul (energía baja, baja agradabilidad): apático/a, aburrido/a, triste, inquieto/a, infeliz, deprimido/a, descorazonado/a, exhausto/a, desesperanzado/a, enajenado/a, abatido/a, desesperado/a, etc.

3. Presentación de propuestas y proceso deliberativo.

4. Co-creación de las propuestas para mejorar la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural

Elección de las propuestas: La técnica de las 9 cuestiones :

- a. Nos servirá para elaborar propuestas más concretas a partir del trabajo realizado previamente. Nos apoyaremos en el sociograma y en el árbol de problemas para elaborar un plan de acción colectivo que se desarrollará a partir de 9 cuestiones.
- b. Este ejercicio nos ayudará a encontrar problemas abordables, sobre los que haremos la propuesta final. Hemos de ser realistas y trabajar dentro de las posibilidades que se pueden hacer desde la organización.
- c. A partir de los problemas planteados por ambos grupos, y planteadas las soluciones en el árbol de problemas, cada grupo se hará las siguientes preguntas con respecto a cada problema planteado, lo que será útil para ver las posibilidades reales del plan:
- d. Las **9 cuestiones** ⁶: **1. ¿Qué?** (naturaleza del plan) se define el plan según la temática explícita que aborda. **2. ¿Por qué?** (fundamentación, coyuntura o circunstancia social) Motivaciones, razonamiento, justificación y fundamentación de la realización de una planificación o programación. Temática o problemática implícita y explícita. **3. ¿Para qué?** (objetivos, necesidades abordadas) pretensiones, finalidades y objetivos perseguidos. Temática o problemática implícita y explícita. **4. ¿Para quién?** (colectivos destinatarios) en función de las necesidades abordadas existirán unos colectivos para los que trabajar y con los que trabajar. Asimismo, dados los objetivos y finalidades de una planificación, habrá de verse a quién sirven y a en qué benefician a algún grupo o colectivo y a la comunidad de referencia. **5. ¿Dónde?** (localización, territorio de referencia) Elementos territoriales a considerar; ámbito geográfico, cultura o culturas, tejido social y económico, referentes históricos... Estos contenidos deberían ir ligados al "¿por qué?" y al "¿para qué?" **6. ¿Cómo?** (metodología de acciones y de evaluación) actividades a realizar, métodos y estructuración de los mismos. **7. ¿Con quién?** (personas, entidades) personas, grupos; posible implicación de la población, de las instituciones, de otros actores; ordenación y relaciones entre ellos (colaboración, enfrentamiento...) **8. ¿Con qué?** (disponibilidad presupuestaria y de tiempos) recursos económicos, materiales a emplear, tiempos de dedicación; los necesarios o ideales y una previsión sobre aquellos sobre los que probablemente se dispondrá. **9. ¿Cuándo?** (calendario) cálculos de tiempos en las diferentes tareas, no solo las de ejecución directa de actividades, sino los de negociación, preparación de materiales y locales, edición...; se deben utilizar

5. Cierre y próximos pasos

- f. Evaluación: **1. dinámica felicito, critico, propongo**. Ejemplo: a este grupo de trabajo lo **felicito** porque me he divertido mucho; lo critico porque no me han dejado hablar; y **propongo** que la gente vaya al grano. No es necesario que escriban una felicitación, una crítica y una propuesta, con una de las tres es suficiente. **2. Medidor de satisfacción 0-10**: a la salida tendrán un medidor de satisfacción y colocarán un post-it en función de cómo valoren la actividad en su conjunto.
- g. El cierre llevará algo más de lo habitual. Además de la dinámica felicito, critico, propongo, se tratarán los próximos pasos: hasta cinco personas (profesionales y personas mayores) podrán participar en el Taller internacional con el panel de personas expertas. En cuanto a las propuestas: se incluirán en el informe, se compartirán en el Taller internacional y en la Jornada de BB.PP.
- h. Materiales: bolígrafos, folios, post-its.

ANEXO 8. PROPUESTAS GT

PROPUESTA 1

1. ¿Cuándo?	Ampliación de horas y/o días de actividades del taller de estimulación cognitiva	Comunicarnos con el Ayuntamiento para hacerles nuestra petición	Presentar un escrito al Ayuntamiento argumentando las necesidades y fundamentando el requerimiento
2. ¿Por qué?	Estamos en un pueblo con el 40% de personas mayores y necesitamos que todos tengan la oportunidad de conocernos, ayudarnos y disfrutar de unas vivencias	Porque creemos que es muy enriquecedor y satisfactorio, daríamos la oportunidad a más personas mayores a participar en los talleres	Porque hay personas mayores que pasan muchas horas sin hacer nada, y queremos animarlas para hacer talleres
3. ¿Para qué?	Para que la población mayor ocupe parte de su tiempo en actividades que fortalezcan su integración de grupo y la memoria		
4. ¿Para quién?	Para las personas de Rotglà i Corberà		
5. ¿Dónde?	En el pueblo		
6. ¿Cómo?	Con talleres de estimulación cognitiva	Ayudando a nuestros mayores, si es necesario podemos recogerlos en casa	
7. ¿Con quién?	Con personas mayores que tengan inquietudes y ganas de aprender, y que el deterioro cognitivo llegue lo más tarde posible a nuestras vidas	Con el apoyo del Ayuntamiento y sus concejales, con el apoyo de la Mancomunidad, con Fundación Diagrama	
8. ¿Con qué?	Principalmente con disponibilidad presupuestaria, estudios previos y esencialmente voluntad de los actores involucrados en esta actividad de orden público y privado	Con recursos públicos y voluntariados para poder ayudar a todos nuestros mayores	
9. ¿Cuándo?	Cuanto más días mejor para poder dar más oportunidad de participar en estos talleres tan enriquecedores	La necesidad de este horario es inminente, y de esta forma se requiere que se inicie de forma inmediata. Las acciones permiten consolidar esa propuesta, que sin duda alguna beneficiará a la comunidad de Rotglà i Corberà	



PROPUESTA 2

1. ¿Cuándo?	Petición de mejora para el transporte público de Rotglà
2. ¿Por qué?	Por las deficiencias existentes actualmente en el servicio
3. ¿Para qué?	Para que los usuarios puedan utilizarlo de mejor manera (horarios, comodidad, acceso...)
4. ¿Para quién?	Para todo el pueblo, y en especial personas mayores y con diversidad funcional
5. ¿Dónde?	En el pueblo, Ayuntamiento de Rotglà
6. ¿Cómo?	A través de un escrito al Ayuntamiento
7. ¿Con quién?	Con apoyos de las distintas asociaciones del pueblo, a través de la trabajadora social del Ayuntamiento y de la Mancomunidad
8. ¿Con qué?	Con dinero público o donación privada de alguna entidad
9. ¿Cuándo?	Todos los trámites +/- 1 año

ANEXO 9. PROGRAMA TALLER INTERNACIONAL.

Tema: Taller internacional con el panel de personas expertas: “Programa de promoción del envejecimiento activo y saludable: un estudio comparado de las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España y terceros países en el ámbito rural”

Date: 18 Septiembre 2025

Programa:

Hora	Actividad
9:30 - 9:35	Presentación del Taller (FDIP)
9:35-9:45	Presentación del Programa de promoción del envejecimiento activo y saludable: un estudio comparado de las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España y terceros países en el ámbito rural (FDIP)
9:45-9:55	Dinámica rompehielos
9:55-10:15	Presentación del Programa Actívate (Comunidad Valenciana) (FDIP)
10:15-10:30	Red de Autocuidados Marca Deza (Deza, Soria). Yolanda Raquel Lapeña Moñux
10:30-10:40	Turno de preguntas
10:40-11:10	Pausa Café
11:00-11:15	Iniciativas comunitarias de acompañamiento en zonas Rurales (Community Befriending Initiatives in Rural Areas). Susan Hunter. Befriending Networks.
11:15-11:30	Preparadoras de comidas (Meal Makers) (Escocia, Reino Unido). Jen Grant. The Food Train Connects.
11:30-11:45	Laboratorio de aprendizaje Bjerkaker (Bjerkaker Learning Lab) (Noruega). Sturla Bjerkaker
11:45-12:00	EaRLY. Potenciar a las personas mayores del medio rural para impulsar la creatividad en la agricultura (Enhancing Rural Elders to Boost Creativity in Agriculture) (Noruega). Patrick Hassø. Brainlog/CSR Innovative Solutions
12:00-12:15.	Tierras de mariposas: recuperando y transmitiendo la memoria y la huella de las mujeres en el patrimonio cultural de los territorios rurales (Lands of Butterflies: recovering and transmitting women memories and footprints in the cultural heritage of rural territories) (Islandia). Hildur Thordardottir Landsbyggin lifi
12:15-12:25	Turno de preguntas
12:25-12:35	Dinámica de activación
12:35-13:20	Micro-talleres de discusión y adaptación de buenas prácticas al contexto español
13:20-13:30	Evaluación y dinámicas de cierre
13:30-14:00	Aperitivo para tejer redes

ANEXO 10. WORKSHOP PROGRAMME

Theme: International workshop with a panel of experts: ‘Programme for promoting active and healthy ageing: a comparative study of the actions of the Third Sector of Social Action in Spain and other countries in rural areas’

Fecha: 18th September 2025

Programme:

Hour	Activity
9:30 - 9:35	Presentation of the workshop (FDIP)
9:35-9:45	Presentation of the <i>Programme for the Promotion of Active and Healthy Ageing: a comparative study of the actions of the Third Sector of Social Action in Spain and other countries in rural areas (FDIP)</i>
9:45-9:55	Icebreaking dynamic
9:55-10:15	<i>Presentation of the Get Activate Programme</i> (Valencian Community) (FDIP)
10:15-10:30	Self-Care Network (Deza, Soria). Yolanda Raquel Lapeña Moñux
10:30-10:40	Question round
10:40-11:10	Coffee break
11:00-11:15	Community Befriending Initiatives in Rural Areas. Susan Hunter. Befriending Networks.
11:15-11:30	Meal Makers (Scotland, United Kingdom). Jen Grant. The Food Train Connects.
11:30-11:45	EaRLY. Enhancing Rural Elders to Boost Creativity in Agriculture (Norway). Patrick Hassø. Brainlog/CSR Innovative Solutions
11:45-12:00	Lands of Butterflies: recovering and transmitting women’s memories and footprints in the cultural heritage of rural territories (Iceland). Hildur Thor-dardottir Landsbyggdinn lífi.
12:00-12:15.	Bjerkaker Learning Lab (Norway). Sturla Bjerkaker.
12:15-12:25	Question round
12:25-12:35	Activation dynamic
12:35-13:20	Micro-workshops for discussion and adaptation of best practices to the Spanish context
13:20-13:30	Evaluation and closing activities
13:30-14:00	Networking aperiti

ANEXO 11. BASES CONVOCATORIA BB.PP.1

I CONVOCATORIA DE RECONOCIMIENTO DE BUENAS PRÁCTICAS DE PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE EN EL ÁMBITO RURAL

1. JUSTIFICACIÓN

Fundación Diagrama Intervención Psicosocial (FDIP) es una entidad sin ánimo de lucro que trabaja desde 1991 en la atención de las necesidades de personas vulnerables o en dificultad social, siempre desde la defensa y promoción de los Derechos Humanos.

En el año 2023, Fundación Diagrama inició un programa de promoción del envejecimiento activo y saludable subvencionado por la Secretaría de Estado de Derechos Sociales del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 con cargo a la asignación tributaria del 0,7% de IRPF del año 2022. Este programa ha abordado el estudio de la promoción del envejecimiento activo prestando atención a diferentes aspectos, la participación comunitaria, las nuevas tecnologías, el género, la diversidad y la inclusión, la soledad no deseada, entre otros, comparando las experiencias de España y terceros países, desde la perspectiva de las organizaciones del Tercer Sector de Acción Social.

A lo largo del año 2025, el programa de promoción del envejecimiento activo y saludable se centrará en un estudio comparado de las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social (TSAS) en España y en terceros países en el ámbito rural. Dentro del Programa se enmarca esta convocatoria de Buenas Prácticas, además de la celebración de una jornada donde se presentarán aquellas buenas prácticas seleccionadas, coincidiendo con la conmemoración del Día Internacional de las Personas Mayores, el 1 de octubre de 2025 en Caudete (Albacete). Su objetivo es dar reconocimiento a buenas prácticas realizadas por organizaciones del Tercer Sector de Acción Social en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, contribuir a su visibilidad y fomentar el diálogo y el intercambio de conocimientos y experiencias entre las organizaciones del TSAS y otros agentes clave que trabajan en el ámbito rural.

2. BASES DE LA CONVOCATORIA

Objeto de la convocatoria

- Dar reconocimiento y visibilidad a los programas y proyectos realizados por organizaciones del TSAS en España en la promoción del envejecimiento activo y saludable en el medio rural.
- Promover la generación de ideas, proyectos e iniciativas a partir del intercambio de buenas prácticas
- Fomentar una cultura de diálogo y aprendizaje entre las distintas organizaciones del TSAS que actúan en la promoción del envejecimiento activo
- Fortalecer sinergias entre las organizaciones del TSAS que contribuyan a generar mejoras a nivel social.

Definición de buenas prácticas de envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural

4

- Entendemos por buenas prácticas aquellos programas o proyectos desarrollados en el ámbito rural por organizaciones del Tercer Sector de Acción Social que incorporan enfoques, métodos y técnicas de trabajo innovadores y exitosos para dar respuesta a los nuevos retos del envejecimiento activo y saludable.
- Los programas y los proyectos presentados a la convocatoria deben abordar alguna de estas 6 áreas temáticas:
 - **Desinstitucionalización:** programas y proyectos que busquen reducir la dependencia de las personas mayores del ámbito rural del cuidado en instituciones residenciales y promuevan su permanencia en el entorno comunitario o domiciliario con acceso a servicios de apoyo adecuados. Este enfoque busca garantizar que las personas mayores mantengan su autonomía, participen activamente en la sociedad y disfruten de un envejecimiento saludable, adaptado a sus necesidades individuales.
 - **Género y diversidad:** programas y proyectos que incorporen la sensibilidad al género y la diversidad (orientación sexual, etnia, capacidad, economía) en todas sus fases, que promuevan la equidad y la inclusión social.
 - **Internacionalización:** programas y proyectos que incorporen la perspectiva internacional para abordar los retos asociados a la promoción del envejecimiento activo en el ámbito rural. Considerando tanto la integración de perspectivas globales, la participación en redes internacionales, el intercambio de buenas prácticas, conocimientos y recursos, la colaboración física o virtual con organizaciones de otros países, la incorporación de enfoques, metodologías o técnicas internacionales para abordar problemáticas locales.
 - **Lucha contra la soledad no deseada:** programas y proyectos que implementen estrategias y acciones dirigidas a prevenir y mitigar el sentimiento de aislamiento social en las personas mayores. Esto incluye fortalecer las redes comunitarias, promover actividades que favorezcan la interacción social y garantizar el acceso a servicios que fomenten la inclusión y el bienestar emocional.

4 Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), las zonas rurales son zonas donde más del 50% de la población vive en municipios rurales. Las comunidades rurales son aquéllas con una densidad de población por debajo de los 150 habitantes/Km².

- **Nuevas tecnologías:** programas y proyectos que promuevan la incorporación de herramientas digitales, dispositivos inteligentes y soluciones tecnológicas diseñadas para mejorar la calidad de vida, la autonomía y la participación social de las personas mayores.
- **Participación social:** programas y proyectos que creen las condiciones para que las personas mayores puedan desempeñar en su comunidad actividades, interacciones y roles que fortalezcan las redes interpersonales, la inclusión y la cohesión social.

Criterios de admisibilidad

- Programas o proyectos piloto, replicados o ampliados.
- Programas o proyectos de cualquier tamaño y duración, desarrollados en España a nivel local, regional, nacional o europeo
- Programas o proyectos en curso o finalizados
- Una misma organización puede presentar tantas buenas prácticas como desee, siempre que no sea el mismo programa o proyecto implementado en diferente área geográfica.
- En el caso de que una buena práctica se presente en asociación con otras entidades, la buena práctica deberá ser presentada por una de las entidades miembro en nombre del consorcio.

Participantes

Organizaciones del Tercer Sector de Acción Social de España

Presentación de solicitudes y plazo

- El formulario de solicitud puede cumplimentarse en línea aquí <https://encuestas.fundacion-diagrama.es/index.php/696792>
- Las solicitudes deberán presentarse en español
- El plazo de solicitud es hasta el 6 de junio de 2025 a las 00:00 h La información complementaria (presentación power point, vídeo o audio) puede adjuntarla [aquí](#)
- Las propuestas presentadas fuera de plazo no se admitirán, quedando excluidas de la selección.

Criterios de selección

Criterios de selección	Descripción	Puntuación
Relevancia	- En relación con la promoción del envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural en España - Respecto a las 6 áreas temáticas de la convocatoria: desinstitucionalización, participación social, lucha contra la soledad no deseada, género y diversidad, nuevas tecnologías e internacionalización.	30
Diseño e implementación	Innovación - La propuesta responde a los retos planteados creando y/o utilizando nuevas metodologías y enfoques. - La propuesta hace uso de las nuevas tecnologías para alcanzar su fin. - La propuesta es creativa e innovadora en el planteamiento de la actuación y en los procedimientos a desarrollar. Metodología - La propuesta cuenta con una metodología adecuada. - La propuesta cuenta con un sistema de recogida de información sistemática que permite aprendizajes basados en los resultados Inclusión - La propuesta atiende a las necesidades de las personas en riesgo de exclusión - La propuesta llega a personas con especiales dificultades Género y diversidad - La propuesta tiene un enfoque transversal de género y diversidad	20
Cooperación	- La propuesta fortalece la cooperación con otras organizaciones y agentes locales - La propuesta favorece la participación de las personas beneficiarias	20
Impacto y sostenibilidad	Impacto social - La propuesta genera procesos de transformación, provocando cambios en las personas y en la sociedad. - La propuesta busca tener un impacto social sostenible. Sostenibilidad - La propuesta permite la adaptación y transferencia a otros contextos geográficos. - La propuesta es sostenible.	30
Total		100

Proceso de selección de buenas prácticas

- Un comité de selección compuesto por dos técnicos adscritos al programa de envejecimiento activo y saludable de Fundación Diagrama Intervención Psicosocial, evaluará según los criterios expuestos las prácticas presentadas para seleccionar las que se adecúen a los mismos.
- Si fuera preciso, se podrá requerir mayor información sobre la práctica presentada a quien la promueve.
- El conjunto de información aportada en la presente convocatoria podrá ser publicada y difundida por Fundación Diagrama Intervención Psicosocial, con el fin de favorecer el intercambio de experiencias. En tal caso, se indicarán siempre los datos de la entidad que presentó la propuesta, de acuerdo con la normativa de cesión y protección de datos.

Plazo y lugar de presentación

- El plazo de presentación de buenas prácticas comenzará el día 24 de marzo y finalizará el 6 de junio de 2025.
- Los ejemplos de buenas prácticas deben enviarse cumplimentando el formulario en línea.
- Los solicitantes pueden presentar más de una buena práctica.

Reconocimiento de FDIP

- Las prácticas se seleccionarán según seis categorías, una por cada área temática, pudiendo quedar desierta alguna de las categorías, en cuyo caso, más de una práctica podría ser seleccionada para una misma categoría.
- El proceso de selección de Buenas Prácticas que recibirán el Reconocimiento de FDIP se realizará de acuerdo con los criterios indicados
- Los resultados de la selección se publicarán en la sección del Programa de Envejecimiento activo en la página web de FDIP y en el resto de medios de comunicación y redes sociales habituales de FDIP, incluyendo una breve descripción de las Buenas Prácticas Seleccionadas.
- Además de la difusión en formato mixto, presencial y en línea, en las Jornadas de Buenas Prácticas, FDIP dará publicidad a las Buenas Prácticas reconocidas a través de su página web y el resto de medios de comunicación y redes sociales habituales, se realizará una publicación digital con todas las Buenas Prácticas seleccionadas.

Compromisos

Las organizaciones que sean seleccionadas con el reconocimiento de buenas prácticas se comprometen a:

- Asistir a la Jornada de Buenas Prácticas que se desarrollará el 1 de octubre de 2025 en Caudete (Albacete).
- Presentar su Buena Practica en la Jornada de Buenas Prácticas.

Contrapartidas

Fundación Diagrama ofrecerá a cada una de las organizaciones que reciba el reconocimiento de Buenas Prácticas:

- Documento de reconocimiento de Buenas Prácticas
- Inclusión de la Buena Practica en una publicación colectiva de Buenas Prácticas en Formato Digital.
- Cobertura de los gastos de viaje y alojamiento (1 noche) de 1 persona para la asistencia a la

3. CALENDARIO

Fases	Fechas
Apertura del plazo de convocatoria de buenas prácticas	24 de marzo de 2025
Cierre del plazo de convocatoria de buenas prácticas	6 de junio de 2025
Comunicación de las buenas prácticas seleccionadas	13 de junio de 2025
Envío de la presentación de las Buenas Prácticas seleccionadas	19 de septiembre de 2025
Jornada de presentación de buenas prácticas en Caudete	1 de octubre de 2025

4. INTERPRETACIÓN Y ACEPTACIÓN DE LAS BASES

- Para la resolución de dudas sobre las bases y aplicación de la convocatoria contactar con el Departamento de I+D de Fundación Diagrama Intervención Psicosocial dentro del marco del programa Diagrama 55+, a través del correo electrónico: envejecimientoactivo@diagrama.org
- La presentación de candidaturas supone la plena aceptación de estas bases.

ANEXO

Ficha técnica

1. Tema:
2. Nombre del programa o proyecto:
3. Entidad responsable:
4. Tipo de entidad:
5. Ámbito de actuación:
6. Lugar de implementación:
7. Grupo destinatario:
8. Persona responsable (nombres y apellidos):
9. Teléfono de contacto:
10. Email de contacto:

Descripción de la buena práctica

1. Breve resumen del programa o proyecto (nº máximo de palabras 150)
2. Breve presentación de la organización (nº máximo de palabras 150)
3. Duración:
4. Contexto y justificación: (nº máximo de palabras 150)
5. Objetivos (general y específicos) (nº máximo de palabras 150)
6. Desarrollo de las actividades: (nº máximo de palabras 200)
7. Agentes clave (nº máximo de palabras 150)
8. Evaluación: (nº máximo de palabras 150)
9. Resultados: (nº máximo de palabras 250)
10. Impacto: (nº máximo de palabras 250)
11. Lecciones aprendidas: (nº máximo de palabras 250)
12. Presupuesto:
13. Financiación:
14. Imagen: (tamaño máximo: 25MB, resolución mínima: 300 ppp)
15. Otros (documentación opcional): presentación de la buena práctica formato power point

POLÍTICA DE PROTECCIÓN DE DATOS DE CARÁCTER PERSONAL

En cumplimiento del Reglamento UE 2016/679, de Protección de Datos, le informamos que el responsable del tratamiento es FUNDACIÓN DIAGRAMA INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL, con NIF: G 73038457, domicilio en Avenida Ciudad de Almería, nº 10, 30002 de Murcia, teléfono

La finalidad de este registro es poder recoger Buenas Prácticas que promuevan el envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural, seleccionar las que se adecúen a los criterios de la convoca-

La legitimación es su consentimiento en los términos descritos. Los datos son obligatorios, por lo que, si no los facilita, no podrá participar en la I Convocatoria de Reconocimiento de Buenas Prácticas de Envejecimiento Activo y Saludable en el Ámbito Rural que organiza la Fundación Diagrama Intervención Psicosocial. Los datos se conservarán durante los plazos le-

Existe la posibilidad de que sus datos tengan que ser compartidos con Organismos Públicos que lo soliciten en el ejercicio de sus funciones con el fin de justificar las actividades realizadas en el marco de la subvención que motiva la realización de esta convocatoria, además de

Tiene derecho a retirar su consentimiento. Puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, portabilidad y limitación u oposición, dirigiéndose por escrito a la dirección de correo electrónico envejecimientoactivo@diagrama.org y adjuntando copia de su NIF. Además, puede presentar una reclamación ante la Autoridad de Control (Agencia Española de Protección de Datos: www.agpd.es).

ANEXO 11. BASES CONVOCATORIA BB.PP INGLÉS

1ST CALL FOR BEST PRACTICES IN THE PROMOTION OF ACTIVE AND HEALTHY AGEING IN RURAL AREAS

1. JUSTIFICATION

Fundación Diagrama Intervención Psicosocial (FDIP) is a non-profit entity that has worked since 1991 to meet the needs of vulnerable people or those in social difficulty, always from the basis of the defence and promotion of Human Rights.

In 2023, Fundación Diagrama launched a programme to promote active and healthy ageing, funded by the State Secretariat for Social Rights of the Ministry of Social Rights and 2030 Agenda. This programme has carried out a study of the promotion of active ageing, paying attention to different aspects – community participation, new technologies, gender, diversity and inclusion, unwanted loneliness, amongst others – and comparing experiences in Spain to third countries, from the perspective of the organisations of the Third Sector of Social Action.

Throughout 2025, this programme for the promotion of active and healthy ageing will focus on a study that compares the actions of the Third Sector of Social Action (TSSA) in Spain and in third countries (Norway, Iceland and the UK) in rural areas. This call for best practices, carried out in the framework of this programme, will present the practices chosen in an event which will take place on the 1st October 2025 in Caudete (Albacete), coinciding with the commemoration of the International Day of Older Persons. Its aim will be to recognise best practices carried out by the Third Sector of Social Action's organisations that promote active and healthy ageing in rural areas, contributing to their visibility and establishing a dialogue and exchange of knowledge and experiences between these organisations and other key agents that work in rural areas.

2. BASES OF THE CALL

Object of the call

- Give recognition and visibility to programmes and projects that promote active and healthy ageing in rural areas, carried out by TSSA organisations in Norway, Iceland and the UK.
- Use the exchange of best practices to promote the generation of ideas, projects and initiatives.
- Encourage a culture of dialogue and learning between different TSSA organisations that work towards the promotion of active ageing.
- Strengthen cooperation between the TSSA organisations that work towards generating progress on a social level.

Definition of best practices in the promotion of active and healthy ageing in rural areas⁵

- The practices chosen as best practices will be programmes or projects developed in a rural environment by Third Sector organisations, which incorporate innovative and successful approaches, methods, and work techniques to respond to new challenges linked to active and healthy ageing.
- The practices presented for this call must address one of the following six thematic areas:
 - **Deinstitutionalisation:** programmes and projects that seek to reduce the dependency of older people in rural areas on residential care and promote their presence in community or home environments, with access to adequate support services. This approach seeks to guarantee that older people maintain their autonomy, actively participate in society, and enjoy a healthy ageing process that is adapted to their individual needs.
 - **Gender and diversity:** programmes and projects that incorporate sensitivity towards gender and diversity (sexual orientation, ethnicity, ability, economic situation) in all areas, promoting fairness and social inclusion.
 - **Internationalisation:** programmes and projects that involve international perspectives in order to tackle challenges associated with the promotion of active ageing in a rural environment. This includes the integration of global perspectives, participation in international networks, exchange of best practices, knowledge and resources, physical or virtual collaboration with organisations from other countries, incorporation of international approaches, methodologies or techniques to tackle local issues.
 - **Combating unwanted loneliness:** programmes and projects that implement strategies and actions aimed at preventing and mitigating feelings of social isolation among older people. This includes strengthening community networks, promoting activities that prioritise social interaction, and guaranteeing access to services that promote inclusion and emotional wellbeing.
 - **New technologies:** programmes and projects that promote the incorporation of digital tools, intelligent devices, and technological solutions designed to improve quality of life, autonomy, and social participation among older people.

⁵ According to the Organisation for Economic Co-operation and Development (OCDE), rural units are units where more than 50% of the population live in rural areas. Rural communities are those with a population density of less than 150 people per square km.

- **Social participation:** programmes and projects that create the conditions for older people to be able to take part in community activities, interactions, and roles that

Eligibility criteria

- Pilot, replicated, or scaled-up programmes or projects.
- Programmes or projects of any size and duration, developed in Norway, Iceland or the UK at a local, regional, national or European level.
- Ongoing or completed programmes or projects.
- The same organisation can submit as many best practices as it wishes, as long as they do not submit the same programme or project that has been implemented in a different geographical area.
- If a best practice is submitted in partnership with other entities, the best practice should be submitted by one of the member entities on behalf of the consortium.

Participants

- Third Sector of Social Action organisations from Norway, Iceland and the UK

Submission of applications and deadline

- The application form can be filled out online here: <https://encuestas.fundaciondiagrama.es/index.php/696792?lang=en>
- Applications must be submitted in English
- The application deadline is 6th June 2025 at 00:00h
- Optional information (PowerPoint presentation, video, audio or images) can be added [here](#)

Selection criteria

Selection criteria	Description	Score
Relevance	- Related to the promotion of active and healthy ageing in rural areas - Regarding the six thematic areas of the call: de-institutionalisation, social participation, combatting unwanted loneliness, gender and diversity, new technologies, and internationalisation.	30
Design and implementation	Innovation - The proposal responds to challenges by creating and/or using new methodologies and approaches. - The proposal makes use of new technologies to reach its goal. - The proposal is creative and innovative in its approach and development. Methodology - The proposal has an appropriate methodology. - The proposal has a systematic information collection system that allows for results-based conclusions. Inclusion - The proposal centres on the needs of people at risk of exclusion. - The proposal reaches out to people with special difficulties. Gender and diversity - The proposal takes a cross-sectional approach to gender and diversity.	20
Cooperation	- The proposal strengthens cooperation among local organisations and actors. - The proposal encourages the beneficiaries' participation.	20
Impact and sustainability	Social impact - The proposal generates transformation processes, encouraging changes in people and society. - The proposal seeks to have a sustainable social impact. Sustainability - The proposal allows for its adaptation and transfer to other geographical contexts. - The proposal is sustainable.	30
Total		100

Best practice selection process

- The submitted applications will be evaluated, according to the aforementioned criteria, by a selection committee, in order to select those that meet the requirements. This committee is made up of two technicians who work for Fundación Diagrama Intervención Psicosocial's programme for active and healthy ageing.
- If necessary, further information about the submitted practice may be requested.
- All information provided in this call may be published and spread by Fundación Diagrama Intervención Psicosocial, with the goal of promoting the exchange of experiences. In such a case, details of the entity that submitted the proposal will always be provided, in agreement with regulations for data transfer and protection.

Deadline and place of submission

- The submission period for the presentation of best practices will open on the 24th March and will end on the 6th June 2025. Best practices must be submitted by completing the [online form](#).
- Applicants can submit more than one best practice.

Recognition from FDIP

- One best practice will be selected for each of the six thematic areas of this call. If, by the end of the call, one of the areas does not have a best practice selected, another area may select more than one practice. The results from the selection will be published in the [“Programme for the promotion of active and healthy ageing”](#) section of FDIP's website and their other dissemination channels, with the inclusion of a description of the selected Best Practices.
- In addition to Best Practices presentation event, accessible both in person and online, FDIP will publicise these practices on its website and other dissemination channels, and will publish a digital document containing all of them.

Commitments

The organisations whose best practices are selected commit themselves to:

- Provide a digital presentation of their Best Practice in English, to be shared during the Best Practice presentation event.
- Provide a profile for their best practice in a digital format, in English, to be published online.

Compensation

Fundación Diagrama will offer each organisation that is recognised as a best practice:

- A document of recognition of best practice.
- Dissemination of the best practice over the course of the Best Practice event.

3. CALENDAR

Stages	Dates
Opening of the call for best practices	24th March 2025
Closure of the call for best practices	6th June 2025
Notification of the selected best practices	13th June 2025
Sending the presentation of the selected best practices to the organiser	19th September 2025
Event for the presentation of the best practices in Caudete	1st October 2025

4. INTERPRETATION AND ACCEPTANCE OF THE RULES

- In case of doubts about the rules and application for the call, please contact the I+D department of Fundación Diagrama Intervención Psicosocial: envejecimientoactivo@diagrama.org
- The submission of applications implies full acceptance of these rules.

ANNEX

Practice profile

1. Theme:
2. Programme or project name:
3. Responsible entity:
4. Type of entity:
5. Scope of action:
6. Place of implementation:
7. Target group:
8. Person responsible (name and surname):
9. Contact number:
10. Contact email address:

Description of the practice

1. Short summary of the programme or project (max. 150 words)
2. Short presentation of the organisation (max. 150 words)
3. Length of the programme or project
4. Context and justification (max. 150 words)
5. Objectives (general and specific) (max. 150 words)
6. Development of activities (max. 200 words)
7. Key actors (max. 150 words)
8. Evaluation (max. 150 words)
9. Results (max. 250 words)
10. Impact (max. 250 words)
11. Lessons learnt (max. 250 words)
12. Budget
13. Funding
14. Image (maximum size: 25MB, resolution: 300 ppp)
15. Other (optional documentation): presentation of the best practice in PowerPoint format (maximum size: 100MB, maximum number of slides: 7) video (maximum size: 100MB); images (maximum 3, maximum size: 25MB, minimum resolution: 300 ppp) or audio (maximum size: 100MB).

PERSONAL DATA PROTECTION POLICY

In compliance with EU regulation 2016/679 on Data Protection, the data controller is declared to be FUNDACIÓN DIAGRAMA INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL, with tax number G 73038457, address at Avenida Ciudad de Almería, nº 10, 30002, Murcia, telephone number +34968344344,

The aim of this collection is to be able to gather best practices that promote active and healthy ageing in rural areas, choose those that coincide with the criteria of the call and disseminate

Legitimation is based on your consent to the purposes as described above. The provision of these data is obligatory for the participation in the 1st Call for Best Practices in the Promotion of Active and Healthy Ageing in Rural Areas organised by Fundación Diagrama Intervención Psico-

There is a possibility that your data may have to be shared with Public Bodies that request it in the exercise of their functions in order to justify the activities carried out in the framework of the

You have the right to withdraw your consent. You can exercise your rights of access, rectification, deletion, portability and limitation or opposition, by writing to the email address envejecimientoactivo@diagrama.org and attaching a copy of your national identification document. In addition, you can lodge a complaint with the Supervisory Authority (Spanish Data Protection Agency: www.agpd.es).

ANEXO 13. PROGRAMA JORNADA DE BUENAS PRÁCTICAS

Programa Jornada de Buenas Prácticas

Fecha: 29 de octubre de 2025

Programa:

Hora	Actividad
09:15-9:30	Registro de participante
9:30-9:45	Apertura: Daniel Bueno Valencia, Director General de Gestión Institucional de Fundación Diagrama
9:45-10:30	Mesa Redonda: Maria Victoria Molina Gómez (Presidenta de FADEMUR en la Región de Murcia) y Yolanda Raquel Lapeña Moñux (Red Deza: autocuidados vecinales en el mundo rural/Centro de Salud La Milagrosa). Modera Ana Mansilla (Fundación Diagrama)
10:30-10:45	Presentación del <i>Programa de promoción del envejecimiento activo y saludable: un estudio comparado sobre las actuaciones del Tercer Sector de Acción Social en España y terceros países en el ámbito rural</i> . Ana María Mansilla, Fundación Diagrama.
10:45-11:00	<i>Programa Salvia</i> . Marta Prieto Población, Fundación Sta. María la Real
11:00-11:15	<i>BORDER LAB - Cuidados de larga duración con proyectos de vida inclusivos en los territorios periféricos</i> . Claudia Erco, INTRAS
11:15-11:30	<i>Café, galletines y cuentinos</i> . Estibaliz Cuadrado Jauregui, Asociación Riu Fontoria. (online)
11:30-11:45	<i>Arte comunitario contra la soledad no deseada</i> . Luz Herrero Casado, Asociación Garaje.
11:45-12:00	<i>Herstóricas. Mujeres y Patrimonio. Embajadoras del Patrimonio Rural</i> . Mariela Maitane Castillo Gómez, Proyecto Herstóricas
2:00-12:15	Ronda de preguntas
12:15-12:45	Descanso y aperitivo

12:45-13:25	Presentación de buenas prácticas internacionales. Introducción de Alfonso Andreo, Fundación Diagrama • <i>Iniciativas comunitarias de acompañamiento en zonas rurales (Community Befriending Initiatives in Rural Areas)</i> Susan Hunter, Befriending Networks (Escocia, Reino Unido). • <i>Preparadoras de comidas (Meal Makers)</i> Jen Grant, The Food Train Connects (Escocia, Reino Unido). • <i>Bienestar universal y navegación comunitaria (Universal Wellbeing and Community Navigation)</i> Katie Pope, Social Enterprise Kent (Reino Unido). • <i>Tierras de mariposas: recuperando y transmitiendo la memoria y la huella de las mujeres en el patrimonio cultural de los territorios rurales (Lands of Butterflies: recovering and transmitting women memories and footprints in the cultural heritage of rural territories)</i> Hildur Thordardottir, Landsbyggdín lífi (Islandia). • <i>Potenciar a las personas mayores del medio rural para impulsar la creatividad en la agricultura (Enhancing Rural Elders to Boost Creativity in Agriculture)</i> Patrick Hassø, Brainlog/CSR Innovative Solutions (Noruega).
13:25-13:30	Clausura de Raquel Jiménez Martos, Directora de Desarrollo Corporativo de Fundación Diagrama

ANEXO 14. PROGRAMA WEBINAR

Envejecimiento activo y saludable en el ámbito rural: cambios y retos

Fecha: 22 de diciembre de 2025

Programa:

Hora	Actividad
10:00-10:10	Mensaje de bienvenida: Raquel Jiménez Martos, Directora del Área de Desarrollo Corporativo de Fundación Diagrama.
10:10-11:00	Mesa de personas expertas: Patricia E. Almaguer Kalixto. Profesora Contratada Doctora del Departamento de Psicología y Sociología de la Universidad de Zaragoza. Coordinadora del Laboratorio de Innovación Rural (Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo, UNIZAR) Ana Isabel Esteban Martínez. Presidenta de Solidaridad Intergeneracional. Promotora y Presidenta de la Fundación Padrinos de la Vejez) (PDC) Sacramento Pinazo Hernandis. Profesora titular del Departamento de Psicología Social de la Universidad de Valencia/ Miembro del Patronato de la Fundación Pilares para la Autonomía Personal y de CODIFIVA (Coordinadora de Personas con Diversidad Funcional Física de la Comunitat Valenciana). Moderadora: Ana María Mansilla Castaño. Fundación Diagrama Intervención Psicosocial
11:00-11:15	Ronda de preguntas
11:15-12:00	Presentación de resultados del proyecto, recomendaciones y futuras líneas de acción. Presentación de resultados del proyecto. Ana María Mansilla Castaño. Fundación Diagrama Intervención Psicosocial. Intervención de personas participantes en el programa: Joana Ballester Fabra, Lola Cebriá Benítez, Yolanda Orduz Herrera, Bienvenida Martínez Caldes y Ángeles Urios Climent.



www.fundaciondiagrama.es