



GUÍA DE USUARIO

Recursos educativos abiertos para las
ciudades y comunidades amigables con las
personas mayores
Plataforma web-app



Co-funded by
the European Union

ERASMUS+ GA n° 2022-1-ES01-KA220-
VET-000085664





Índice

Introducción	3
Plataforma de teleformación web-app	3
Destinatarios de la propuesta formativa.....	4
Módulos formativos	5
Módulo 1 - Entornos contruidos e inteligentes.....	5
Módulo 2 - Participación social	5
Módulo 3 - Inclusión social y cooperación.....	6
Módulo 4 - Empleo y compromiso cívico.....	6
Módulo 5 - Apoyo comunitario y comunicación.....	6
Estructura	6
Cómo acceder	8
Cómo navegar por la plataforma web-app.....	9
Anexo – Contenidos formativos	12



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Introducción

De acuerdo con los resultados de aprendizaje descritos en el [currículo formativo](#) del proyecto Age-friendly Toolkit, para el desarrollo de la nueva figura de "Profesional de referencia para las ciudades y comunidades amigables con las personas mayores", en la segunda fase de este proyecto se ha creado un Recurso Educativo Abierto¹ dirigido a facilitar conocimientos, habilidades y competencias específicas en el desarrollo de entornos amigables con las personas mayores en el contexto de la longevidad y de la transición demográfica en los países europeos.

El objetivo principal en esta segunda fase del proyecto Age-Friendly Toolkit, ha sido proponer un conjunto de recursos y contenidos formativos para su implementación en los programas de Educación y Formación Profesional de los países participantes, orientado al desarrollo de ciudades y comunidades amigables con las personas mayores. Dichos recursos y contenidos permitirán a los estudiantes identificar los problemas y barreras en los entornos físicos, sociales y comunitarios, reconocer cómo afectan a las personas mayores y proponer diferentes soluciones para atender estas situaciones con una perspectiva inclusiva.

Todos los contenidos están relacionados con los indicadores de la OMS: Espacios Exteriores y Edificios, Transporte, Vivienda, Participación Social, Respeto e Inclusión Social, Participación Cívica y Empleo, Comunicación e Información y Apoyo Comunitario y Servicios Sanitarios.

Plataforma de teleformación web-app

La plataforma de teleformación web-app consiste en un conjunto de recursos educativos abiertos a través de una app educativa multilingüe que incluye contenidos formativos tanto teóricos como prácticos, así como cuestionarios y materiales multimedia. Todos los materiales y recursos desarrollados se centran en el autoaprendizaje.

La aplicación web-app ofrece la posibilidad de buscar más información y encontrar recursos complementarios para el aprendizaje de conceptos clave. Además, garantiza un alto nivel de interacción entre el usuario y los contenidos e incluye materiales y actividades de aprendizaje de apoyo, así como un sistema de autoevaluación que proporciona breves comentarios.

¹ Este proyecto tiene en cuenta la definición de la Unesco de Recursos Educativos Abiertos (REA) como "materiales de enseñanza, aprendizaje e investigación en cualquier medio -digital o no- que residen en el dominio público o han sido liberados bajo una licencia abierta que permite el acceso, uso, adaptación y redistribución por otros sin costo y sin restricciones o con restricciones limitadas (Unesco, 2012)".

<https://en.unesco.org/themes/building-knowledge-societies/oer>



AGE FRIENDLY TOOLKIT

La web-app educativa estará diseñada para la formación en el puesto de trabajo, con contenidos prácticos dirigidos a hacer frente a la gestión diaria.

La herramienta y sus contenidos están disponibles en inglés, español, italiano, neerlandés y danés, y la aplicación web es utilizable y accesible desde cualquier dispositivo digital, como ordenadores, teléfonos inteligentes y tabletas.

Destinatarios de la propuesta formativa

En relación con las personas y grupos destinatarios, el plan de formación contempla los siguientes perfiles:

- Profesores, formadores y alumnos de programas de EFP (educación y formación profesionales);
- Responsables de la toma de decisiones y servicios proveedores en el ámbito de la educación y formación profesionales;
- Proveedores de EFP: centros de educación secundaria obligatoria y bachillerato. Otras organizaciones que imparte educación y de formación profesional y que ofrece una combinación de aprendizaje en la escuela y un fuerte componente basado en el trabajo (prácticas laborales);
- Profesionales sociosanitarios y servicios sociales a nivel local;
- Municipios que trabajan en la aplicación de una estrategia de ciudades adaptadas a las personas mayores;
- Organizaciones de personas mayores y ONG's que trabajan en entornos amigables con las personas mayores y comunidades inclusivas;
- Cuidadores formales e informales;
- Voluntarios en municipios y en las organizaciones sociales;
- Las personas mayores y sus familias.





Módulos formativos

Los contenidos de aprendizaje están organizados y proporcionan contenidos teóricos y casos prácticos locales/nacionales realmente innovadores y hechos a medida (en el contexto local/nacional) en torno al tema de cada módulo de formación (también experiencias piloto). Con el fin de proporcionar insumos concretos para crear ciudades amigables con los mayores, los materiales de formación son lo más prácticos posible y para cada tema ofrecen buenas prácticas que son realmente innovadoras y experimentales en el campo de las ciudades amigables con los mayores. Durante el desarrollo, se han seleccionado varios estudios de caso entre las buenas /prometedoras/mejores²³ prácticas coherentes con los objetivos del proyecto para informar sobre las actuales políticas y directrices relevantes de las instituciones pertinentes o las iniciativas existentes a nivel local, nacional y europeo.

Los contenidos educativos se organizan en los 5 módulos siguientes, divididos en 3 unidades cada uno:

Módulo 1 - Entornos construidos e inteligentes

El módulo 1 aborda la importancia de diseñar y aplicar entornos construidos inteligentes para promover una vida de calidad, especialmente para las personas mayores. Integrar aspectos de accesibilidad, seguridad, sostenibilidad y tecnología permite construir espacios que no sólo satisfacen las necesidades físicas, sino que también promueven la autonomía, la inclusión social y el bienestar. Con un planteamiento consciente y respetuoso de las distintas necesidades, es posible contribuir a crear comunidades resilientes y acogedoras para todas las generaciones.

Módulo 2 - Participación social

El módulo 2 pretende ofrecer una visión general de la participación social, con especial referencia a la implicación de la comunidad y sus miembros en el diseño y la aplicación de nuevas políticas respetuosas con las personas mayores. Para ello, es fundamental analizar las distintas necesidades y ofrecer actividades y herramientas de participación adaptadas a los grupos destinatarios. En este sentido, la implicación de las personas mayores en un envejecimiento activo y participativo es el aspecto clave de este módulo, en el que también se abordará el aprendizaje permanente y diversas actividades para sensibilizar e implicar a las distintas partes interesadas en este objetivo común.

² https://ec.europa.eu/migrant-integration/page/what-are-good-practices_en

³ <https://www.homelesshub.ca/solutions/best-promising-and-emerging-practices>



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Módulo 3 - Inclusión social y cooperación

El módulo 3 profundiza en el tema de la inclusión social refiriéndolo a la participación e implicación activas de las personas mayores en la vida social, cultural, económica y política de sus comunidades. Es esencial para combatir el aislamiento social y la soledad, que son problemas comunes entre las personas mayores, especialmente las que tienen movilidad o redes sociales limitadas. También permite a las personas mayores permanecer conectadas a sus comunidades y mantener un sentido de propósito y dignidad en sus últimos años.

Módulo 4 - Empleo y compromiso cívico

El módulo 4 habla de una serie de opciones flexibles para que los adultos mayores sigan contribuyendo a sus comunidades, a través del empleo remunerado o el trabajo voluntario si así lo desean, y participen en el proceso político.

Módulo 5 - Apoyo comunitario y comunicación

El módulo 5 proporciona información básica para ayudarle a crear una comunidad inclusiva y de apoyo para los ciudadanos mayores, incluidos aquellos que viven con demencia u otras enfermedades neuronales que afectan a la función cognitiva. Este módulo se centra en la comprensión del envejecimiento, la comunicación eficaz y las estrategias de apoyo, y explorará los elementos esenciales de unos servicios de atención accesibles y asequibles para las personas mayores.

Con el fin de apoyar una comprensión global y común de los diversos términos y conceptos que se encontrarán en la web-app, se aclarará el origen del concepto y su importancia en relación con la facilitación del envejecimiento en el lugar y se introducirán temas transversales, esenciales para comprender, promover y desarrollar ciudades y comunidades amigables con los mayores.

Estructura

La aplicación web 'Ciudades Adaptadas a las Personas Mayores' es un itinerario introductorio e informativo que pretende ofrecer una visión general del desarrollo de comunidades adaptadas a las personas mayores a través de 5 módulos de formación, 15 unidades de aprendizaje, varios estudios de casos y otros recursos didácticos. Los materiales de formación están disponibles en línea y se pueden descargar en formato PDF desde el sitio web del proyecto www.afctoolkit.eu/results/, con enlaces a videos y documentos relevantes. La duración estimada del curso es de 30 horas: 6 horas para cada módulo de aprendizaje, incluidos estudios de casos, contenidos multimedia y cuestionario de autoevaluación. La herramienta también permite a los usuarios adquirir o poner a prueba sus conocimientos sobre los entornos adaptados a las personas mayores gracias a los 21 temas transversales.

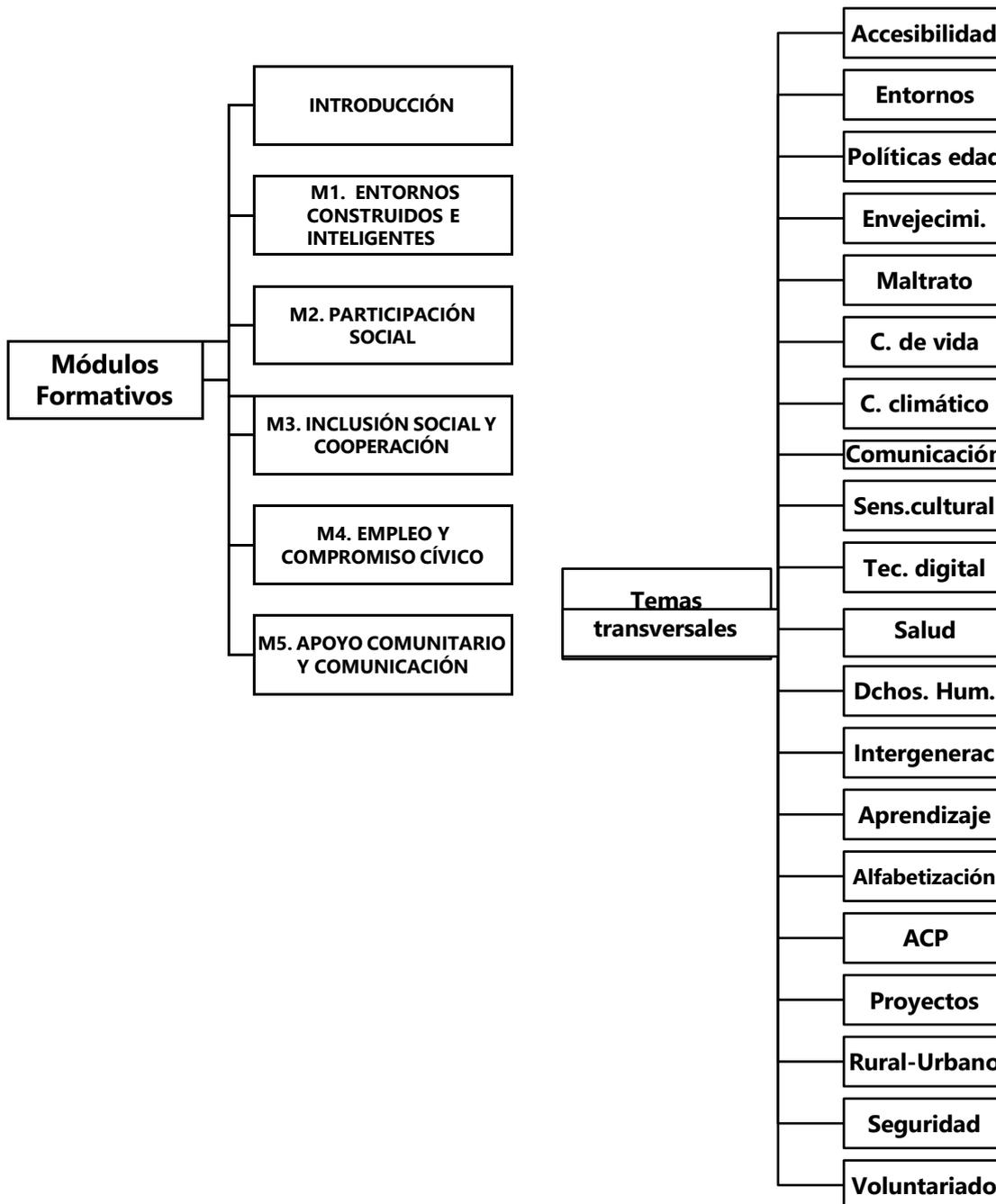


AGE FRIENDLY TOOLKIT

Estos temas transversales son conceptos y definiciones específicos creados para apoyar el aprendizaje, y cada vez que se encuentra un tema transversal en el transcurso de los módulos, se puede abrir un enlace emergente/hipertexto para ver y actualizar la definición del concepto.

Tras una breve introducción en la que se presentan el proyecto, el curso y su desarrollo, llegamos al núcleo de los contenidos de aprendizaje.

Dentro de la aplicación web, los contenidos se organizan del siguiente modo:





AGE FRIENDLY TOOLKIT

Cómo acceder

La web-app está disponible en el siguiente enlace www.training.afctoolkit.eu/ y puede utilizarse en todos los dispositivos digitales, incluidos los teléfonos móviles. La web-app es una aplicación accesible exclusivamente a través de un navegador web, que no se distribuye a través de las tiendas de aplicaciones tradicionales, como Google Play o Apple Store. Este tipo de aplicación puede añadirse a la pantalla de inicio del dispositivo, creando un icono que permite un acceso rápido y directo, similar al de las apps.

Los smartphones Android pueden crear un icono en la pantalla de inicio mediante los siguientes pasos:

- Inicia Chrome y abre la página web o el sitio que quieras guardar en tu pantalla de inicio.
- Pulsa el botón Menú y luego seleccione el que dice añadir a pantalla de inicio.
- El icono se puede mover donde se quiera y, en el sitio elegido, aparecerá como cualquier otra aplicación.

Los smartphones **iOS** pueden crear un icono en la pantalla de inicio mediante los siguientes pasos:

- Abrir el sitio web.
- En la parte inferior del navegador Safari, busque y pulse el icono de compartir en la barra de menús (parece un recuadro con una flecha hacia arriba).
- En la lista de opciones para compartir, seleccione Añadir a pantalla de inicio.

Al funcionar en línea, la aplicación web está diseñada para ofrecer al usuario una experiencia fluida e interactiva, aprovechando las posibilidades del navegador y las modernas tecnologías web.

Cómo navegar por la plataforma web-app

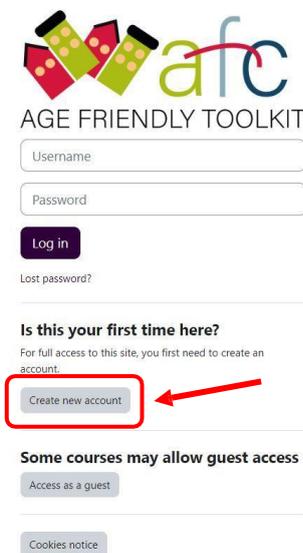
Una vez abierta la página principal con el catálogo de cursos en las distintas versiones lingüísticas, sólo tiene que seleccionar la que sea de su interés:

Recurso educativo para promover la creación de entornos amigables con las personas mayores



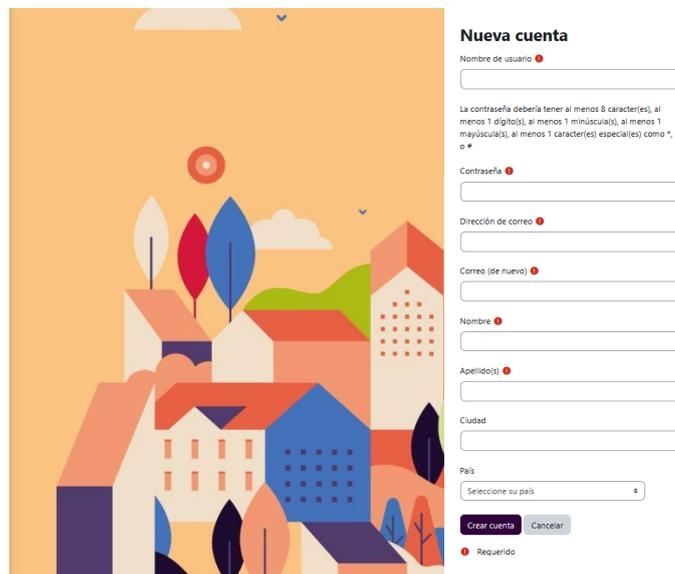
La plataforma de teleformación web-app del Proyecto Age-Friendly Toolkit ha sido creada para fortalecer sus conocimientos, habilidades y competencias en la promoción de entornos amigables para las personas mayores. A través de 5 módulos formativos, encontrará una combinación de contenidos teóricos, prácticos y recursos multimedia. Estos materiales están alineados con los 8 dominios establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS): Espacios al Aire Libre, Transporte, Vivienda, Participación Social, Respeto e Inclusión Social, Participación Cívica y Empleo, Comunicación e Información y Servicios de Apoyo a la Comunidad.

Para crear una nueva cuenta, pulse el botón **CREAR NUEVA CUENTA** (fig. 1):



The screenshot shows the login page of the AFC Toolkit. It features the AFC logo at the top, followed by the text 'AGE FRIENDLY TOOLKIT'. Below this are input fields for 'Username' and 'Password', a 'Log in' button, and a link for 'Lost password?'. A section titled 'Is this your first time here?' contains the text 'For full access to this site, you first need to create an account.' and a 'Create new account' button, which is highlighted with a red box and a red arrow. At the bottom, there is a section for 'Some courses may allow guest access' with an 'Access as a guest' button and a 'Cookies notice' link.

Figura 1. Crear una nueva cuenta



The screenshot shows the 'Nueva cuenta' (New account) registration form. It includes a title 'Nueva cuenta' and a list of required fields: 'Nombre de usuario', 'Contraseña', 'Dirección de correo', 'Correo (de nuevo)', 'Nombre', 'Apellido(s)', 'Ciudad', and 'País'. A password strength indicator is visible above the password field. At the bottom, there are 'Crear cuenta' and 'Cancelar' buttons, and a 'Requerido' (Required) legend.

Introduzca todos los datos necesarios, asegurándose de rellenar todos los campos obligatorios, pulse el botón **CREAR MI NUEVA CUENTA** (fig. 2) y espere el correo de confirmación.

Figura 2. Crear nueva cuenta

El curso está estructurado principalmente en 6 secciones: la sección de Bienvenida, que contiene el glosario con los 21 Temas Transversales y los 5 módulos de formación y sus contenidos. Puede consultar todos los contenidos en el menú de la izquierda.



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Página Principal Mis cursos Administración del sitio

¡Bienvenido a la plataforma web-app del proyecto Age Friendly Toolkit!

Co-funded by the European Union

GA: KA220-HED-1A62E2DB

Nos complace presentar este innovador recurso educativo, diseñado para promover la creación de entornos amigables con las personas mayores en el contexto de la longevidad y la transición demográfica en los países europeos.

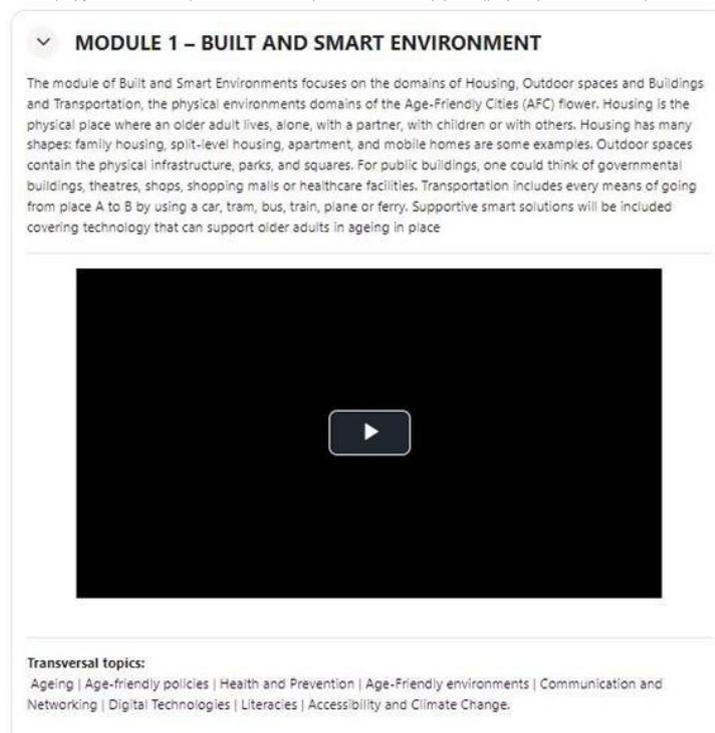
El objetivo de esta plataforma Web-App (Age-Friendly Toolkit) es proporcionar a los profesionales, trabajadores y

Cada uno de los 5 módulos consta de:

- una breve introducción escrita, en algunos casos acompañada de contenidos multimedia.
- lista de temas transversales relevantes para el aprendizaje del módulo.

Cada unidad tiene:

- Una parte teórica en diapositivas.
- ejercicios prácticos.



MODULE 1 – BUILT AND SMART ENVIRONMENT

The module of Built and Smart Environments focuses on the domains of Housing, Outdoor spaces and Buildings and Transportation, the physical environments domains of the Age-Friendly Cities (AFC) flower. Housing is the physical place where an older adult lives, alone, with a partner, with children or with others. Housing has many shapes: family housing, split-level housing, apartment, and mobile homes are some examples. Outdoor spaces contain the physical infrastructure, parks, and squares. For public buildings, one could think of governmental buildings, theatres, shops, shopping malls or healthcare facilities. Transportation includes every means of going from place A to B by using a car, tram, bus, train, plane or ferry. Supportive smart solutions will be included covering technology that can support older adults in ageing in place

Transversal topics:
Ageing | Age-friendly policies | Health and Prevention | Age-Friendly environments | Communication and Networking | Digital Technologies | Literacies | Accessibility and Climate Change.



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Al final del módulo encontrará recursos adicionales, como bibliografía para profundizar en el tema, casos prácticos, buenas prácticas y ejercicios de autoevaluación.

Unidad 1. Entornos inteligentes y domótica

Lección: Entorno inteligentes y domótica ¿Por qué es importante un entorno construido e inteligente adaptado a las personas mayores?

Ejercicio. Evaluación de viviendas amigables para las personas mayores

En este ejercicio, practicarás cómo utilizar el marco de vivienda amigable para las personas mayores para evaluar la compatibilidad de las casas con las personas mayores dentro de tu comunidad

Unidad 2. Espacios exteriores y accesibilidad a los edificios

Lección. Espacios exteriores y accesibilidad a los edificios

Ejercicio. Diseña el barrio perfecto

Ejercitarse en la definición de los requisitos de los espacios y edificios al aire libre para permitir el uso de los adultos mayores.

Unidad 3. Transporte y movilidad

Lección. Transporte y movilidad

Recursos: Caso Práctico

Caso Práctico: Buscador de tecnología para el hogar. La Haya (Países Bajos)

Módulo 2 - PARTICIPACIÓN SOCIAL

Cuando hablamos de participación social, hay que tener en cuenta varios aspectos. El primero y más importante es el grupo destinatario, es decir, a quién queremos llegar e implicar, y qué necesidades o características pueden tener. De hecho, abordar los problemas de la comunidad requiere la participación de quienes pueden darnos información valiosa sobre las necesidades o el problema sobre el que queremos intervenir, a través de grupos focales, debates de grupo o análisis en profundidad del problema. La participación también implica el envejecimiento activo y el concepto de aprendizaje permanente. Por último, la comunidad es un depósito de conocimientos y experiencias que puede

Temas transversales

Aprendizaje permanente | Comunicación y redes | Enfoque centrado en la persona | Gestión de proyectos | Políticas favorables a las personas mayores | Rural - urbano | Voluntariado

Unidad 1. Entornos de apoyo para el intercambio social en la comunidad

Lección. Entornos de apoyo para el intercambio social en la comunidad.

Ejercicio. Laboratorio Comunitario -participación ciudadana-

El Laboratorio Comunitario es un método de capacitación para experimentar la participación activa de los ciudadanos: consiste en el análisis participativo de contextos sociales y casos concretos, donde se respuere y las necesidades de la comunidad se promueven de manera participativa por operarios, ciudadanos y voluntarios. Este método se ha aplicado en más de 20 territorios de la Región de Emilia-Romagna desde 2012.

Unidad 2. Planificación de intervenciones para fomentar la participación social de las personas mayores

Lección. Planificación de intervenciones para fomentar la participación social de las personas mayores

Ejercicio. Actividades intergeneracionales para reducir la brecha digital.

Implementar un cambio que permita a los participantes lograr y mantener en cada etapa de la vida, un pleno cumplimiento

ANEXO – CONTENIDOS FORMATIVOS

CONTENIDOS FORMATIVOS	TEMAS TRANSVERSALES
<p>MÓDULO 1. ENTORNOS CONSTRUIDOS E INTELIGENTES</p> <p>UNIDAD 1. Lección: Vivienda y entornos inteligentes ¿Por qué es importante un entorno construido e inteligente adaptado a las personas mayores?</p> <p>Unidad 2: Espacios exteriores y accesibilidad a los edificios</p> <p>Unidad 3: Transporte y movilidad</p> <p>Ejercicio 1. Evaluación de las viviendas amigables con las personas mayores</p> <p>Ejercicio 2. Diseña el barrio perfecto</p> <p>Caso de buenas prácticas. ‘El Buscador de Tecnología del hogar. Municipio de La Haya</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accesibilidad • Alfabetización • Comunicación • El cambio climático • Entornos amigables • Envejecimiento • Políticas favorables a las personas mayores • Salud y prevención • Tecnologías digitales
<p>MÓDULO 2. PARTICIPACIÓN SOCIAL</p> <p>Unidad 1: Entornos favorables para el intercambio social en la comunidad</p> <p>Unidad 2: Planificación de la intervención para fomentar la participación social de las personas mayores</p> <p>Unidad 3: Compromiso a diferentes niveles</p> <p>-Ejercicio 1. Laboratorio Comunitario: participación ciudadana</p> <p>-Ejercicio 2. Aprendizaje permanente e intergeneracional</p> <p>-Ejercicio 3. ‘Foto-voz’, método de investigación-acción participativa</p> <p>-Caso de buena práctica. El presupuesto participativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accesibilidad • Aprendizaje permanente • Comunicación y redes • Enfoque centrado en la persona • Gestión de proyectos • Políticas favorables a las personas mayores • Rural - urbano • Voluntariado
<p>MÓDULO 3 - INCLUSIÓN SOCIAL Y COOPERACIÓN</p> <p>Unidad 1 - Combatir la discriminación por motivos de edad</p> <p>Unidad 2 - Promover la inclusión social en los barrios</p> <p>Unidad 3 - Hacia comunidades fuertes</p> <p>-Ejercicio 1. Campaña de sensibilización sobre la discriminación por motivos de edad</p> <p>-Ejercicio 2. Cartografía comunitaria de los barrios adaptados a las personas mayores</p> <p>-Ejercicio 3. Proyecto de entrevista intergeneracional</p> <p>-Caso de buena práctica. ‘<i>Magic me</i>’ conexiones intergeneracionales para combatir el aislamiento social</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alfabetización • Aprendizaje permanente • Buen trato • Calidad de vida • Comunicación • Derechos humanos • Enfoque de ciclo de vida • Intergeneracional • Políticas favorables a las personas mayores • Rural-urbano • Salud y prevención • Sensibilidad cultural • Tecnologías digitales • Voluntariado

CONTENIDOS FORMATIVOS	TEMAS TRANSVERSALES
<p>MÓDULO 4. EMPLEO Y COMPROMISO CÍVICO</p> <p>Unidad 1. Empleo y vida económica de los adultos mayores</p> <p>Unidad 2. Trabajo no remunerado y voluntariado de las personas mayores</p> <p>Unidad 3. Participación cívica de los adultos mayores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1. Propuestas para el Plan de Empleo de la Ciudad Amigable con las Personas Mayores de Madrid • Ejercicio 2. Aplicación de un plan local de apoyo a los abuelos en el cuidado de los niños • Ejercicio 3. Más fuertes juntos: Coproducción de entornos amigables con las personas mayores <p>Caso de buenas prácticas. <i>Pacto de los empresarios con el empleo senior. Propuestas del Centro para Envejecer Mejor (Reino Unido)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accesibilidad • Entornos adaptados a las personas mayores • Políticas favorables a las personas mayores • Envejecimiento • Edad y maltrato • Tecnología digital • Salud y prevención • Enfoque basado en los derechos humanos • Cooperación intergeneracional • Gestión de proyectos • Aprendizaje permanente
<p>MÓDULO 5. APOYO COMUNITARIO Y COMUNICACIÓN:</p> <p>Unidad 1. Comprender el envejecimiento y la demencia</p> <p>Unidad 2. Servicios y recursos de apoyo comunitario</p> <p>Unidad 3. Comunicación efectiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1. Comprender el envejecimiento y la demencia • Ejercicio 2. Desarrollar un programa comunitario adaptado a las personas mayores • Ejercicio 3. Desarrollo de estrategias de comunicación para entornos adaptados a las personas mayores <p>Caso de buenas prácticas. <i>Cultura y ocio adaptados a las personas con demencia</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accesibilidad • Entornos adaptados a las personas mayores • Políticas favorables a las personas mayores • Envejecimiento • Edad y maltrato • Salud y prevención • Enfoque basado en los derechos humanos • Cooperación intergeneracional • Gestión de proyectos • Aprendizaje permanente. • Voluntariado

Más información en la página web del proyecto

<https://www.afctoolkit.eu/>