FUNDACIÓN GREGAL

Promovemos la convivencia intergeneracional

MEMORIA 2023-2024

(del 1 de julio 2023 al 30 de junio 2024)

Misión

FUNDACIÓN GREGAL

Promover la **convivencia intergeneracional** con la finalidad de **mejorar la calidad de vida de los mayores** y combatir el ageísmo en jóvenes además de ayudar en su crecimiento personal

FUNDACIÓN GREGAL

PROGRAMA DUPLO

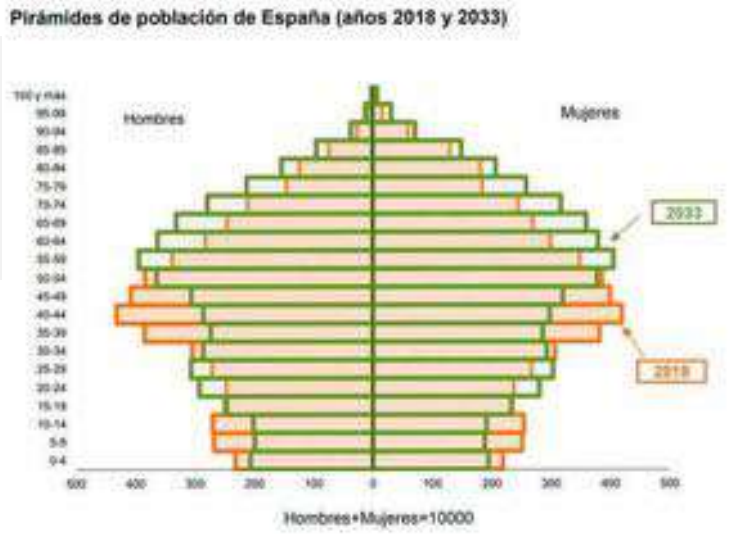
Objetivos

FUNDACIÓN GREGAL

MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES	CONTRIBUIR AL CRECIMIENTO PERSONAL DE LOS JÓVENES	PROMOVER LA CREACIÓN DE VÍNCULOS INTERGENERACIONALES A TRAVÉS DE ACTIVIDADES CULTURALES Y ARTÍSTICAS
➢ REDUCIR EL AISLAMIENTO Y LA EXCLUSIÓN ➢ CONECTAR CON EL MUNDO DE LOS JÓVENES Y AMPLIAR SU VISIÓN DE LA REALIDAD ➢ ESTIMULAR EL APRENDIZAJE CONTINUO ➢ PREVENIR LA DEPRESIÓN Y MEJORAR EL ESTADO DE ANÍMO ➢ POTENCIAR LA CREATIVIDAD ➢ FOMENTAR EL SENTIDO DE PERTENENCIA A UNA COMUNIDAD ➢ POTENCIAR LA SENSACIÓN DE UTILIDAD	➢ APRENDER DE LAS EXPERIENCIAS DE LOS MAYORES ➢ REDUCCIÓN DE ESTEREOTIPOS SOBRE LA VEJEZ ➢ COMBATIR EL INDIVIDUALISMO MEDIANTE LA APORTACIÓN A LA COMUNIDAD ➢ MEJORA DE COMPETENCIAS BLANDAS: CREATIVIDAD, INTELIGENCIA EMOCIONAL, RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS, EXPOSICIÓN EN PÚBLICO, DIALOGAR, TRABAJO EN EQUIPO, COMPROMISO Y ESCUCHA ACTIVA. ➢ APLICAR SUS CONOCIMIENTOS Y COMPETENCIAS EN UN ENTORNO REAL COMO PREPARACIÓN PARA SU FUTURA INSERCIÓN LABORAL	➢ INTERCAMBIO DE VIVENCIAS Y EMOCIONES ➢ FRAGUAR RELACIONES DE CONFIANZA ➢ DISFRUTE DE LA CULTURA Y DEL ARTE

Cada vez **más mayores**

Fuente INE



BMC MEDICINE

- Estudio de la revista BMC Medicine de 2024, asegura que los mayores que no reciben visitas se incrementa en un 39% la posibilidad de fallecimiento.

J.Yanguas

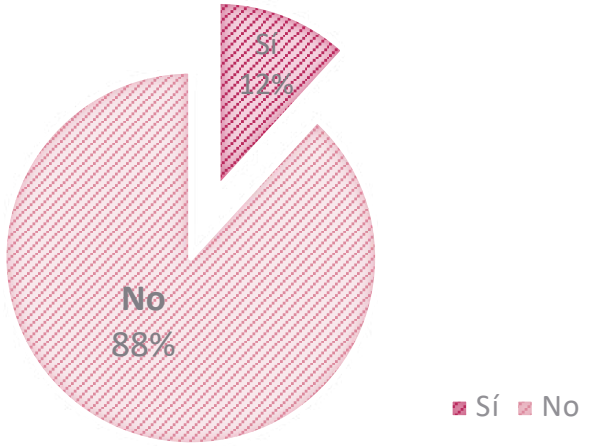
- El **39,8%** de las personas mayores de 65 años presentan **soledad emocional**.

CONECTAR GENERACIONES

FUNDACIÓN GREGAL

Jóvenes desconectados

El 88% de los jóvenes no convive con mayores de 65 años



- **15% no tiene ninguna relación** con mayores.
- Sólo un **13%** considera que la **relación** con sus abuelos es **satisfactoria**.

Fuente: Barómetro de Marzo de 2018
(CIS –estudio nº 3.207-)

Nos hemos inspirado en la experiencia Europea y la hemos adaptado a España

HUMANITAS DEVENTER (Holanda)

- Residencia de mayores en Deventer, a 110 Km de Amsterdam
- Jóvenes viven en la residencia de mayores y comparten su día a día
- Cada joven debe dedicar mínimo 30 horas al mes a los residentes mayores.

Reportaje sobre Humanitas realizado por la cadena de televisión pública australiana SBS: https://www.youtube.com/watch?v=V7TCatTjjjs

SPAIN IS DIFFERENT

- Legalmente en España no es posible la fórmula de convivencia mayores-jóvenes bajo el mismo techo
- F Gregal desarrolla un programa adaptado a las condiciones legales de nuestro país, manteniendo los ingredientes esenciales del proyecto: la relación constante jóvenes-mayores: Programa Duplo
- Y añadiendo una exigencia : demostrar la efectividad del programa con datos de impacto científicamente avalados

PROGRAMA DUPLO

METODOLOGÍA

Programa **continuo y sistematizado** que conforma **grupos intergeneracionales** (5 jóvenes y hasta 17 mayores más un coordinador) en los que se desarrollen actividades artísticas orientadas a facilitar la conversación, el intercambio de experiencias y conocimientos, además de estimular la creatividad y la actividad física. La interacción es continua (5 horas/semana), durante 9 meses y tiene lugar en residencias de mayores.

El programa sigue un modelo de **intervención sociocultural grupal, impulsa el arte y la cultura como motor social.** Enmarcado dentro de la metodología humanista, respetando la diversidad de las personas mayores, evitando la estandarización que sufren. Sobre estas líneas generales aplicamos dos ingredientes distintivos: la **intergeneracionalidad** y la **creación artística**. El proceso se articula en tres áreas de trabajo. La primera trata de abrir una ventana a los mayores a la realidad y mundo de los jóvenes a través de exposiciones y presentaciones de temáticas de actualidad expuestas a través de una obra de arte, favoreciendo el diálogo y el aprendizaje. La segunda consiste en dinámicas basadas en las artes escénicas que ayudan a todos los miembros a compartir vivencias personales. La tercera se basa en la creación colectiva como poemas colaborativos, piezas de danza adaptadas, obras escénicas etc.

Ingredientes diferenciales

PROGRAMA DUPLO

Con mayores **en residencias**

Dedicado a una población homogénea. **Más vulnerable y aislada.**

Con **metodología recurrente,** basada **en prácticas artísticas**

Con **equipo estable** y comprometido y con actividades culturales y artísticas.

Intergeneracionalidad: Jóvenes-mayores

Continuidad en el contacto mayores-jóvenes para profundizar en la relación

Con acuerdos a **largo plazo**

Con **universidades** y **residencias de mayores** para dar estabilidad al programa.

Colaboradores del curso 2023-24

PROGRAMA DUPLO

Perfil de mayores:

- Pocas visitas de familiares
- Falta de relaciones con otros mayores
- Escasa participación en otras actividades
- Deterioro cognitivo leve
- Estado de ánimo depresivo

Colaboradores del curso 2023-24

PROGRAMA DUPLO

Requisitos y criterios de selección de jóvenes:

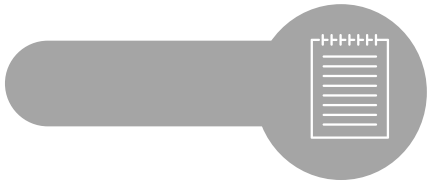
- Pertenecer a las instituciones académicas con las que existe convenio
- Expediente académico
- Renta (en el caso de ayudas al estudio)
- La motivación, actitud, capacidad de relación, creatividad

Perfiles de estudiantes Duplo:

- Beneficiarios de ayuda al estudio
- Pertenecientes a programas de voluntariado con créditos a cambio
- Estudiantes en prácticas
- Estudiantes voluntarios Maxiduplo (con experiencia de años anteriores en programa Duplo)

Programa Duplo Genérico

PROGRAMA DUPLO



2,5 horas, 2 días semana grupos de jóvenes y mayores realizan **actividades** de acuerdo a un programa "modelo"

Reciben una **formación básica** antes de iniciar el programa por parte de especialistas en distintas áreas. Han colaborado en la formación:

FUNDACIÓN Musicoterapia y Salud

elena ferraris yoga

mitoART

Dra. Ana Marín: psicóloga geriátrica
Helena Morán: arte-terapeuta
George Marinov: Director de teatro

EL CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DE UN DÍA EN DUPLO

16.30-16.45	Buscamos a lxs mayores y lxs acompañamos a la sala. Preparamos la sala	
16.45-17.00	Danza rítmica	1
17.00-17.15	Dinámica teatral: la pelota imaginaria	2
17.15-18.00	¿De dónde somos? Lectura de poemas y debate	3
18.00-18.30	Taller de creación: poema colaborativo sobre el origen	4
18.30-18.45	Reflexión final y despedida	5

Programa Duplo

Han participado 128 mayores y 46 jóvenes estudiantes

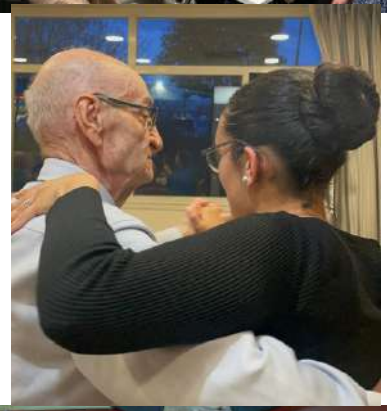
Se ha llevado a cabo en las siguientes residencias:

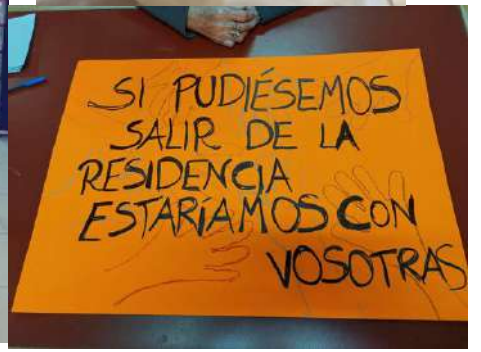
- Amavir Getafe
- Getafe Alzheimer
- Sanitas Getafe
- Los Ángeles
- Peñuelas
- Nogales Pacífico
- Fausta Elorz

Programa Duplo –actividades-

PROGRAMA DUPLO

- Exposición de temas a debatir (contraste generacional): la familia, el trabajo, el feminismo, las relaciones…
- Las artes como herramientas para compartir vivencias: lectura de poemas y relatos, visionado de cuadros, esculturas, escenas teatrales, secuencias de películas
- Creaciones colectivas: poemas, collages… inspirados a partir de otras obras.
- Manualidades conectadas con la arteterapia.
- Dinámicas teatrales y otras dinámicas para generar vínculos.
- Danza y otras actividades físicas.
- Intercambio de piezas musicales ayer/hoy





Programa Duplo Teatro

PROGRAMA DUPLO

Han participado 23 mayores y 10 jóvenes.

Se ha llevado a cabo en

FAUSTA ELORZ
NOGALES PACÍFICO

- Tres meses de trabajo en torno a temas universales como la amistad, el amor, el trabajo, la soledad, para conocer la experiencia de vida de los mayores
- Trabajo colectivo sobre esas temáticas para elaborar entre todos un libreto.
- Realización colectiva del vestuario, los elementos escenográficos.
- Implicación conjunta en un propósito y un proyecto.
- Puesta en escena de las piezas con asistencia de familiares, amigos y comunidad de cuidadores.

Programa Duplo en Getafe Alzheimer

- 12 mayores y 5 estudiantes, en la residencia pública Getafe Alzheimer.
- Los mayores, afectados por la enfermedad de Alzheimer, tienen dificultades cognitivas para mantener la atención, una memoria a corto plazo muy restringida, y cuadros de desubicación.
- Los estudiantes toman su diversidad funcional como una oportunidad y un reto. Se llevan a cabo actividades sencillas y fuertemente creativas, que brindan a la generación joven la posibilidad de estar presentes en el momento inmediato, lejos de preocupaciones futuras.
- Los mayores disfrutan del estímulo que supone el arte, la tecnología, el juego, la improvisación teatral.
- Se convierten en uno de los grupos más cohesionados y divertidos del Programa.

Beneficios

PROGRAMA DUPLO

JÓVENES	MAYORES
Toman conciencia de su **aportación a la comunidad**	**Conectan con la realidad** de la mano de la generación joven
Adquieren una **nueva perspectiva** sobre el **envejecimiento**	Aumentan su **autoestima**, aportan experiencia de vida
Desarrollan **habilidades** **Crecimiento personal**	**Mejora la motivación**, forma parte de un proyecto
Aplican conocimientos Mejoran capacidades para la **inserción laboral**	Mejora su **bienestar** gracias a la conversación y a la práctica de dinámicas

Evaluación e impacto PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Investigación dirigida por grupo médico del H. de Móstoles y H. Gregorio Marañón y psicólogas del H. 12 de Octubre, con los siguientes resultados:

En mayores: la participación en el Programa **disminuye el riesgo de deterioro** (odds-ratio 0,71, p<0.01)
En jóvenes: un aumento significativo en las actitudes positivas hacia el envejecimiento y una disminución de las negativas.

Publicada en la revista científica European Geriatric Medicine (enlace al artículo publicado)

EUROPEAN GERIATRIC MEDICINE

UN PROGRAMA INTERGENERACIONAL LLEVADO A CABO EN RESIDENCIAS DE MAYORES RETRASA EL DETERIORO FUNCIONAL: EL PROGRAMA DUPLO

Artículo completo

AUTORES
Boyano, I(1,2).; Nieto, S.(1,2); Serra, JA.(3.4.5); Alcaide, M.(6); Caparros, M.(6); Varela, M(7)

(1): Servicio de Geriatría, Hospital Universitario de Móstoles, Madrid.; (2): Universidad Francisco de Vitoria, Madrid; (3):Departamento de Geriatría, Hospital Universitario "Gregorio Marañón", Madrid; (4): Centro de Investigación Biomédica en Red Fragilidad y Envejecimiento Saludable; (5): Facultad de Medicina, Universidad Complutense, Madrid; (6): Fundación Gregal, Madrid; (7): Servicio de Medicina Interna, Hospital Universitario de Móstoles, Madrid

PROPÓSITO

Averiguar si un programa intergeneracional, en el que unos estudiantes convivían de forma continuada con personas mayores que vivían en residencias, tenía algún efecto sobre la situación funcional de los mayores

METODOLOGÍA

Cada año académico, un grupo de personas mayores eran seleccionadas para participar en el Programa intergeneracional Duplo. El primer cuatrimestre, la mitad de este grupo de mayores recibía diariamente la visita de un grupo de estudiantes, y seguían un plan de actividades pre-establecido que servía de herramienta para fomentar el intercambio intergeneracional. La otra mitad del grupo continuaba su vida normal. Durante el segundo cuatrimestre, los grupos se intercambiaban. Se realizó una batería de pruebas antes de la inclusión en el estudio, al final del primer cuatrimestre (momento del sobrecruzamiento) y al final del estudio. Las pruebas exploraban motilidad (Timed-Up-and-Go), funciones cognitivas (MiniMental Examination), funciones ejecutivas (Frontal Assessment Battery) y estado de ánimo (Geriatric Depression Scale). Además, se definió una variable dicotómica "Deterioro Significativo", que se consideraba positiva si se objetivaba una pérdida de al menos un 20% del valor basal de cualquiera las dimensiones previamente citadas

RESULTADOS

Se analizaron los resultados de 289 personas mayores, que había interactuado con un total de 91 estudiantes. Se observó una incidencia significativamente menor de "Deterioro Significativo" en el grupo activo respecto al grupo control, con una razón de riesgo (odds ratio) de 0.90 (p<0.01). No se observaron diferencias significativas en las variables aisladas

FIGURA: INCIDENCIA DE DETERIORO SIGNIFICATIVO ENTRE GRUPOS ACTIVO Y CONTROL, DEPENDIENDO DE LA DEFINICIÓN DE DETERIORO SIGNIFICATIVO

Eje horizontal: dintel definitorio de "Deterioro Significativo"
Eje derecho: probabilidad (odds) de deterioro significativo (rojo: grupo activo, negro: grupo control)
Eje izquierdo: razón de probabilidad (odds ratio) dependiendo del dintel definitorio de "Deterioro Significativo" (línea discontinua).

(Comentario) Para estudiar en qué medida los resultados dependían de cómo se definía "Deterioro Significativo", se exploraron todo el rango de dinteles definitorios, de 30% a 100% (el dintel era el % del valor basal de cada variable a partir del cual se consideraba que había un deterioro significativo)
Se observa una menor incidencia de deterioro significativo en el brazo activo, independientemente del dintel definitorio.

CONCLUSIÓN

Un proyecto intergeneracional, con estudiantes interactuando con personas mayores institucionalizadas, tiene un efecto positivo, disminuyendo significativamente la incidencia de deterioro funcional

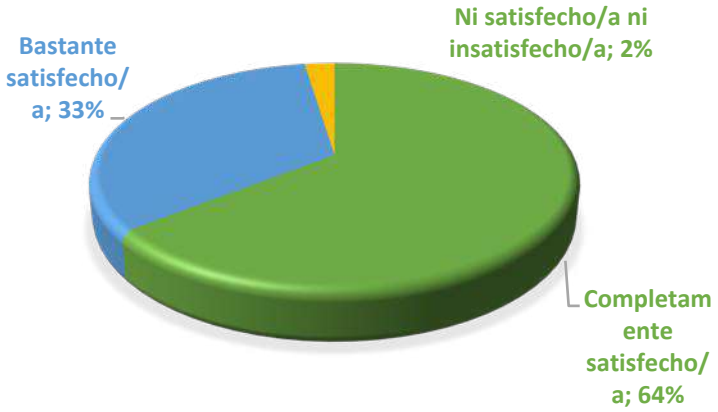
Evaluación e impacto PROYECTO DE INVESTIGACIÓN en curso

PROGRAMA DUPLO

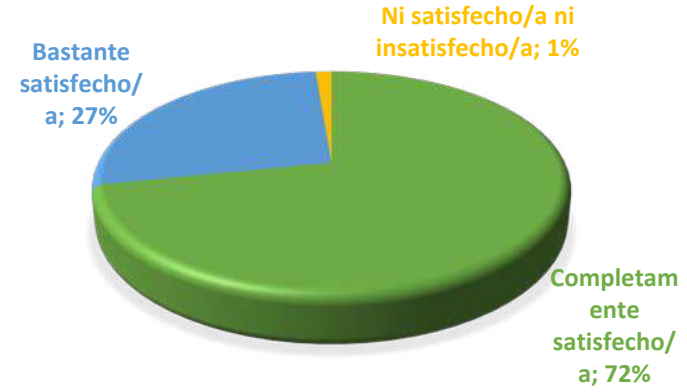
Además, un reciente estudio (aún sin publicar) llevado a cabo por el equipo de investigación ***CUIDEMOS*** formado por psicólogos investigadores de la Universidad Rey Juan Carlos y la Universidad Autónoma de Madrid evidencia que el programa ayuda a **mejorar el estado de ánimo de las personas mayores** que participan en él, aumentando el bienestar psicológico y reduciéndose emociones desagradables tales como la tristeza, el enfado o la ansiedad. El resultado más significativo en los jóvenes se aprecia en la mejora de la adaptabilidad.

Resultados encuesta de satisfacción

1. Satisfacción con el programa



98% de los estudiantes está **completamente** o **bastante satisfecho**



99% de los mayores está **completamente** o **bastante satisfecho**

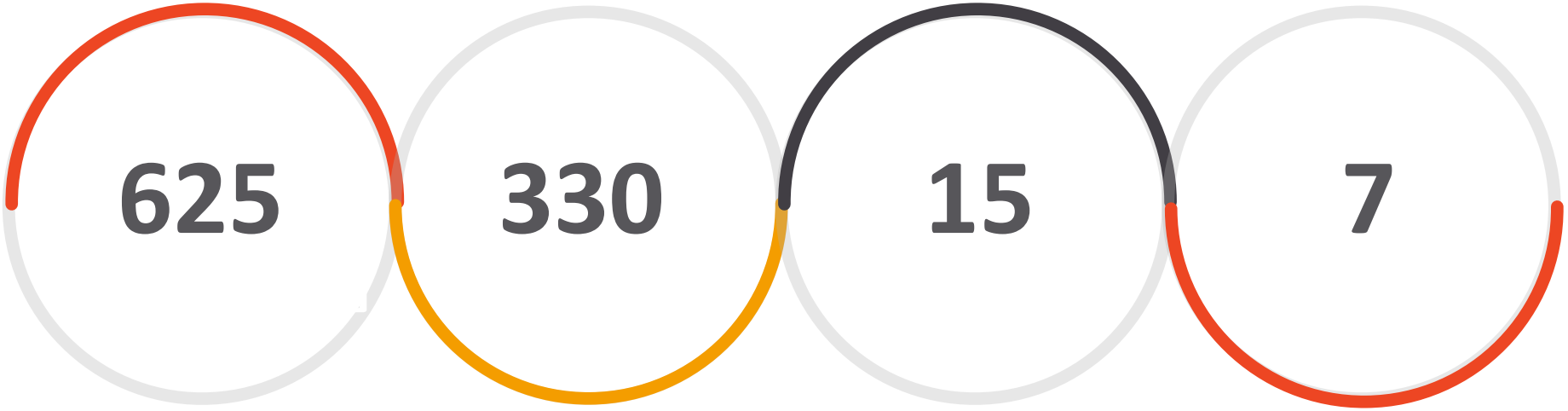
2. ¿Prorrogarías en el programa?

90% de los estudiantes **seguro** o **probablemente**

92% de los mayores **seguro** o **probablemente**

CIFRAS histórico 2017- 2024

PROGRAMA DUPLO



Personas mayores

Jóvenes estudiantes

Acuerdos con residencias y centros de mayores

Convenios con instituciones académicas

CIFRAS cuenta de resultados ejercicio

FUNDACIÓN GREGAL

Cuentas auditadas y memoria económica publicada en la web

Gastos actividad

Ayudas al estudio: 116.780€

Gastos de personal: 144.623,12€

Otros gastos de la actividad: 39.010,09€

Ingresos donaciones privadas: 280.000€

FUNDACIÓN GREGAL

CUENTA DE RESULTADOS: 1 DE JULIO DE 2023 - 30 DE JUNIO DE 2024 (PYMESFL) (PYMESFL)

Nº DE CUENTAS	CUENTA DE RESULTADOS	NOTAS DE MEMORIA	01/07/2023-30/06/2024	01/07/2022-30/06/2023
	A) EXCEDENTE DEL EJERCICIO			
	1. Ingresos de la actividad propia		280.000,00	290.000,00
	d) Subvenciones, donaciones y legados imputados al excedente del ejercicio		280.000,00	290.000,00
747	Donaciones y legados transferidos al excedente del ejercicio	13	280.000,00	290.000,00
	2. Ventas y otros ingresos ordinarios de la actividad mercantil		0,00	0,00
	3. Gastos por ayudas y otros	12	(116.780,00)	(135.000,00)
	a) Ayudas monetarias		(116.780,00)	(135.000,00)
-6501	Ayudas monetarias individuales		(116.780,00)	(135.000,00)
	b) Ayudas no monetarias		0,00	0,00
	c) Gastos por colaboraciones y del Órgano de Gobierno		0,00	0,00
-658	d) Reintegro de subvenciones, donaciones y legados		0,00	0,00
	4. Variación de existencias de productos terminados y en curso de fabricación		0,00	0,00
73	5. Trabajos realizados por la entidad para su activo		0,00	0,00
	6. Aprovisionamientos		0,00	0,00
	7. Otros ingresos de la actividad		0,00	0,00
	8. Gastos de personal	13	(144.623,12)	(145.280,46)
-640	Sueldos y salarios		(109.449,50)	(110.089,60)
-642	Seguridad Social a cargo de la empresa		(35.173,62)	(34.570,86)
	9. Otros gastos de la actividad	13	(39.010,09)	(38.289,09)
-623	Servicios profesionales independientes		(4.056,92)	(7.196,76)
-625	Primas de seguros		(1.361,85)	(1.824,15)
-626	Servicios bancarios y similares		(175,00)	(172,00)
-629	Otros servicios		(32.512,75)	(29.921,77)
-631	Otros tributos		(315,47)	(174,45)
-681	Amortización del inmovilizado material	5	(704,74)	(1.222,19)
	11. Subvenciones, donaciones y legados de capital traspasados al excedente del ejercicio		0,00	0,00
	12. Exceso de provisiones		0,00	0,00
	13. Deterioro y resultado por enajenaciones del inmovilizado		119,75	0,00
	A.1) EXCEDENTE DE LA ACTIVIDAD [illegible]	3	(20.998,20)	(30.571,74)
	14. Ingresos financieros		0,00	0,00
769	Otros ingresos financieros			
	15. Gastos financieros		0,00	0,00
	16. Variación del valor razonable en instrumentos financieros		0,00	0,00
	17. Diferencias de cambio		0,00	0,00
	18. Deterioro y resultado por enajenaciones de instrumentos financieros		0,00	0,00
	A.2) EXCEDENTE DE LAS OPERACIONES FINANCIERAS [illegible]		0,00	0,00
	A.3) EXCEDENTE ANTES DE IMPUESTOS (A.1+A.2)	3	(20.998,20)	(30.571,74)
	19. Impuestos sobre beneficios		0,00	0,00
	A.4) VARIACIÓN DEL PATRIMONIO NETO RECONOCIDA EN EL EXCEDENTE DEL EJERCICIO (A.3 + 19)	3	(20.998,20)	(30.571,74)
	B) INGRESOS Y GASTOS IMPUTADOS DIRECTAMENTE AL PATRIMONIO NETO			
	C) RECLASIFICACIONES AL EXCEDENTE DEL EJERCICIO			
	D) VARIACIONES DEL PATRIMONIO NETO POR INGRESOS Y GASTOS IMPUTADOS DIRECTAMENTE AL PATRIMONIO NETO		0,00	0,00
	E) AJUSTES POR CAMBIOS DE CRITERIO			
	F) AJUSTES POR ERRORES		0,00	0,00
	G) VARIACIONES EN LA DOTACIÓN FUNDACIONAL		0,00	0,00
	H) OTRAS VARIACIONES		0,00	0,00
	I) RESULTADO TOTAL, VARIACIÓN DEL PATRIMONIO NETO EN EL EJERCICIO (A.4+D+E+F+G+H)	3	(20.998,20)	(30.571,74)

Fdo.: El Secretario

Vº Bº: El Presidente

EQUIPO

FUNDACIÓN GREGAL

PATRONATO

- Presidenta: Marta Varela
- Vicepresidenta: María Cruz Varela
- Patrona: Paloma Arnaiz
- Patrono: Jonás Cogolludo
- Patrona: Isabel Varela
- Secretario no patrono: Vidal Platas

EQUIPO

- Directora: Marisa Alcaide
- Coordinadora General del Programa Duplo: Marta Caparrós
- Coordinador Duplo Teatro: George Marinov
- Coordinadores de grupo: Víctor Vara y Paula Baña

EN RED

FUNDACIÓN GREGAL

Conectados con:

- RED DE SOLEDAD NO DESEADA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
- Fundación Balia
- Fundación Pilares (incluidos en el catálogo de buenas prácticas)
- Fundación Grandes Amigos
- Red Española de Aprendizaje Servicio
- Grupo Promotor Aprendizaje Servicio Social de Madrid
- Oficina de Aprendizaje servicio de la Universidad Complutense
- Soledad.es, red contra la soledad no deseada
-

Participamos:

- Consejo de salud de San Fermín –Usera-
- Consejos de proximidad: mesas de políticas sociales del distrito de Retiro
- Jornadas de envejecimiento promovidas por Grupo Amavir
- Premios AMADE

FUNDACIÓN GREGAL

Calle Maldonado 65, 1ºA
28006 Madrid

Info@fundaciongregal.org

fundaciongregal.org