

## **Proyecto MAYORES EN LA CRIANZA. NUEVOS TIEMPOS Y ENCUENTROS ENTRE GENERACIONES**

- Coordinan:** Asociación de Vecinos Barrio Jesús y Personal de enfermería de los Centros de Salud de la Jota y el Arrabal.
- Colaboran:** Personal de trabajo social, psicología y terapia de la empresa social Yacarandar ubicada en el barrio, Ampas de todos los colegios del Barrio Jesús.
- Realizan:** Asociación de Vecinos Barrio Jesús y Personal de enfermería de los Centros de Salud de la Jota y el Arrabal.

### **SECTOR DE LA POBLACIÓN A LA QUE SE DIRIGE:**

¡No son tiempos fáciles para los abuelos!

Cuanta responsabilidad... En los últimos tiempos y supongo que por la crisis económica la cantidad de abuelos que acuden con sus nietos a las consultas de pediatría (enfermería, matrona, pediatra) es importante, les toca cuidar de sus nietos.

Siendo una tarea maravillosa, hacerlo a tiempo completo, supone un gran esfuerzo, en todos los sentidos. Supone mucha responsabilidad, pero a la vez se sienten con poca capacidad de decisión. Han criado a unos hijos, que son los padres de sus nietos.

Eso parecería más que suficiente para que se valorara que un abuelo está más que preparado para la crianza en un niño.... Pero vivimos en un entorno en el que todo cambia a velocidad de vértigo. Y como no, también lo ha hecho la manera de criar a un niño. Se ven obligados a realizar un gran esfuerzo de ADAPTACION.

Los consejos son tan diferentes en estos momentos con respecto a lo que a ellos les dieron, que hacen que los abuelos tengan muchas inseguridades a la hora de cuidar de un nieto. "Dios Mío como ha cambiado el cuento" es lo que transmiten con sus miradas los abuelos cuando en la consulta de enfermería o matrona les explican cómo introducir la alimentación, el colécho, el coger a los bebés en brazos, etc, etc, etc.

Pero es que en su momento un médico, en una consulta, le dio indicaciones totalmente opuestas... Y es que de alguna manera el sistema sanitario ha ayudado, normalizando los cuidados de los niños casi hasta el infinito, a estas inseguridades... A eso le podríamos añadir el componente social de la vejez.

En un tiempo el anciano era el referente y el ser más sabio de la tribu. Pero vivimos en una sociedad en la que esto hace mucho, mucho, tiempo que cambió. La frase "cosas de abuela" expresa claramente (y lamentablemente) este cambio, ya que se utiliza para expresar que se está desfasado. Por otro lado en muchos casos se da una falta de presencia de padres y madres importante dadas las condiciones laborales en una época difícil, donde conciliar puede ser tarea casi imposible.

La presencia de abuelos y abuelas es elevada, a veces muy por encima de sus posibilidades (lo ideal es que sean abuelos/as y no sustitutos de los padres). En otros casos la presencia de padres y madres es continua por la situación inversa (falta de trabajo) y la sobrecarga para ellos puede ser un factor de riesgo para una crianza sana al igual que la situación de sobrecarga de los abuelos/as.

#### **CALENDARIO:**

Noviembre y Diciembre del 2016 a razón de una charla por semana (total 5).

#### **RECURSOS NECESARIOS (Instalaciones, Personal, Autorizaciones):**

Espacios: Aulas y espacios de los Centros Cívicos Estación del Norte y del CC Distrito 14.

Equipos Humanos: Técnicos especialistas en la materia.

Autorizaciones:

Ayuntamiento de Zaragoza: Autorización para el uso de las aulas.

#### **PRIORIDADES QUE DESARROLLA:**

La propuesta que trae este proyecto consta de 2 aspectos en relación:

- Información diseñada para ser inclusivas a abuelas/os, favoreciendo también el contacto y el intercambio entre generaciones. Se articularían en forma de charlas guiadas por profesionales de la salud de centros de salud del distrito. Charlas conjuntas de tal forma que pudieran compartir la información, expresar las dudas y porque no, las discrepancias que se les puedan plantear.

- Encuentros intergeneracionales: abuelos/as, madres/padres, niñas/niños. Encuentros amables, lúdicos, donde comentar en ambiente tranquilo y de encuentro las cuestiones de crianza y otras relacionadas que surjan y dar un cauce a las inquietudes para favorecer el acercamiento de posiciones, el entendimiento entre generaciones, la empatía y el respeto. Serían guiadas por personal experto en psicoterapia humanista y facilitación de grupos de la empresa social Yacarandar, que está en nuestro distrito.

Los encuentros y charlas serían móviles, buscando la implicación del Ayuntamiento a través de la concejalía de educación e inclusión en lo referente al mayor, también la junta de distrito y los centros cívicos del barrio, en lo referente a cesión de espacios para las charlas y encuentros y otros aspectos como difusión del proyecto.

Se buscaría también la implicación de los colegios de la zona, para poder llevar a cabo charlas y encuentros y de paso serviría para acercar los centros educativos a los abuelos/as.

El esquema es: Charla – Reposo – Encuentro en los que la charla y el encuentro sobre un tema se realizarían en dos semanas, la primera la charla, la segunda el encuentro.

## **DESCRIPCIÓN DETALLADA DEL PROYECTO:**

### Temas de las charlas

- **LACTANCIA MATERNA ¿HASTA CUANDO?** Se explicaran las recomendaciones de la OMS y los beneficios y se atenderá a las circunstancias afectivas para facilitar la continuación de la lactancia o el destete de forma adecuada y respetuosa con los procesos de madre e hijo/a. El papel de padre, abuelos y demás familia.
- **ALIMENTACION COMPLEMENTARIA:** La introducción de alimentos es uno de los temas que más preocupan a los padres y también a los abuelos y en el que las recomendaciones más han cambiado en no más de 5 años.
- **ALIMENTACIÓN EN LA PRIMERA INFANCIA:** Atenderemos a una alimentación sana y equilibrada a partir del año de vida.
- **LAS RELACIÓN ABUELOS Y CHUCHES:** En una charla una madre comento que su abuelo le contaba cuentos y que ahora a los nietos les regalan chuches. El sobrepeso y las caries infantiles están aumentando de forma alarmante, debemos de encontrar una forma más saludable de expresar el cariño.
- **EDUCACIÓN Y LIMITES, AMOR Y RESPETO:** La forma de poner límites ha cambiado muchísimo entre generaciones y existen estilos autoritarios, respetuosos y permisivos. Se buscará un encuentro y un equilibrio atendiendo a las necesidades reales de los niños/as en sus distintas etapas. Serán charlas atendiendo a distintas etapas: 0-3 años, 4-7 años, 7-12 años:
  - El desarrollo afectivo y la regulación emocional
  - Los límites y la conducta, pilares del sentido moral.
  - Lograr la autonomía: comer, dormir, control de esfínteres.. etc.
  - El juego, qué juegos y su papel en el desarrollo.
  - Cómo manejar el estrés de la crianza.

### **Personas organismos y papeles en el proyecto:**

- **Personal de enfermería Centros de Salud:** Enfermeros/as y matronas. Una de sus funciones mas importante y menos conocida es la de fomento de la salud y prevención. El personal idóneo mas cercano a la gente para informar de los aspectos de salud. Darán las charlas de salud. La iniciativa de las charlas a mayores es suya.

- Personal de trabajo social, psicología y terapia de la empresa social Yacarandar ubicada en el barrio Jesús, para atender desde una óptica profesional los aspectos intergeneracionales, en relación a sentimientos, emociones, conflicto y encuentro. Encargados de asesorar en el proceso, realizar las charlas sobre temas específicos (educación ...), y de los encuentros.
- Ayuntamiento de Zaragoza: Educación e inclusión, junta de distrito, Centros Cívicos, ... Para tareas de difusión.
- Colegios: Se buscará su implicación en la organización de charlas y encuentros para acercar el "cole" a los mayores y darle una nueva dimensión al alcance del centro escolar en la etapa de crianza.
- Asociación de vecinos del barrio Jesús: Coordinador y aglutinador de este proyecto. Recogemos la idea del personal de centros de salud y la ampliamos con los encuentros para darle una dimensión mas completa. Tenemos la experiencia en organización de charlas y encuentros sobre crianza. Actuaremos de elemento coordinador y gestor en la relación con los distintas personas y organismos.