



Comunidad de Madrid
Consejería de Políticas Sociales y Familia
Dirección General de la Mujer

FUNDACION
luz
casanova

JORNADA FORMATIVA MUJERES MAYORES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO



MALOS TRATOS Y VIOLENCIA DE GENERO CONTRA LAS MUJERES MAYORES, UNA REALIDAD INVISIBILIZADA

Carmen Sánchez Moro.
Licenciada en Ciencias Políticas y Sociología,
Diplomada en Trabajo Social

MIÉRCOLES 20 DE JUNIO DE 2018

A group of nine elderly people, five men and four women, are sitting on a wooden bench outdoors. They are dressed in warm, casual clothing. The background features a large tree trunk on the left, a building with a doorway, and some foliage on the right. The overall scene is peaceful and suggests a community gathering or a group of friends.

1. El envejecimiento de la población y su incidencia en los malos Tratos

Es España un país para viej@s?

Nuevas realidades ligadas al fenómeno de la vejez

- DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

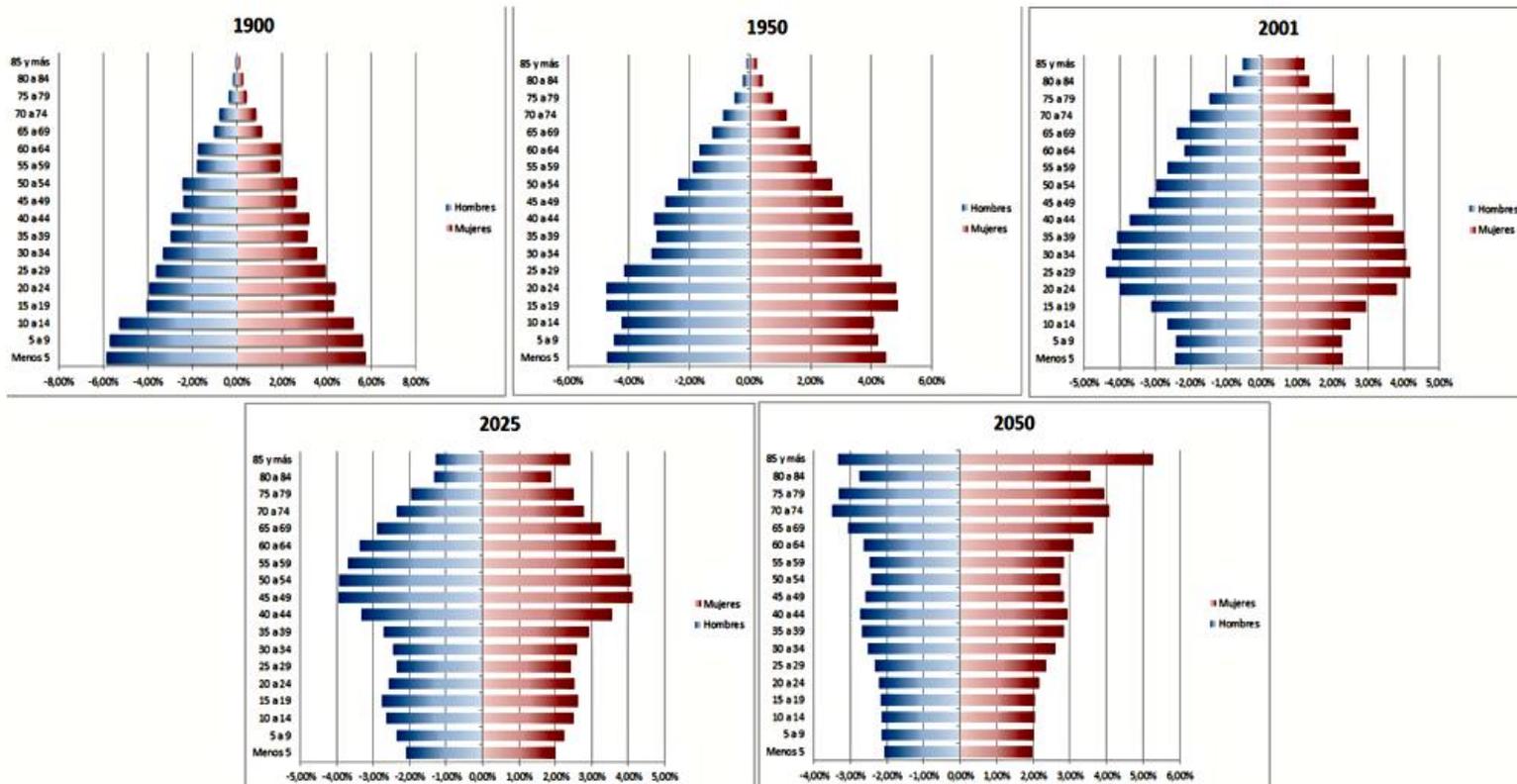
ETAPAS VITALES EN EL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO

CONDICIONES DE VIDA DE LAS PERSONAS A PARTIR DE LOS 65 AÑOS

- PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS ACERCA DE LA VEJEZ Y LAS PERSONAS MAYORES



Evolución de la pirámide de población en España



«EL ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN ES UNO DE LOS MAYORES TRIUNFOS DE LA HUMANIDAD Y TAMBIÉN UNO DE NUESTROS MAYORES DESAFÍOS» OMS.

El envejecimiento demográfico

- Este hecho, del que hemos de congratularnos, implica no obstante una serie de desafíos económicos y sociales **a los que la sociedad debe responder, destacando entre ellos el futuro de los cuidados.**
- Sin embargo, y más allá de una visión del envejecimiento de la población centrada en los problemas que podría generar, es fundamental también reconocer la capacidad de contribuir a la sociedad que poseen las personas mayores.



El envejecimiento demográfico supone una transformación económica y social importante, es vital encontrar respuestas para los retos que plantea y soluciones que puedan hacer realidad el objetivo de

CONSTRUIR UN MUNDO

UNA SOCIEDAD PARA TODAS LAS EDADES

Estereotipos acerca de la vejez y las personas mayores (Edadismo)

El temor a envejecer y la obsesión economicista y utilitaria de la sociedad deforma la realidad de las personas mayores.

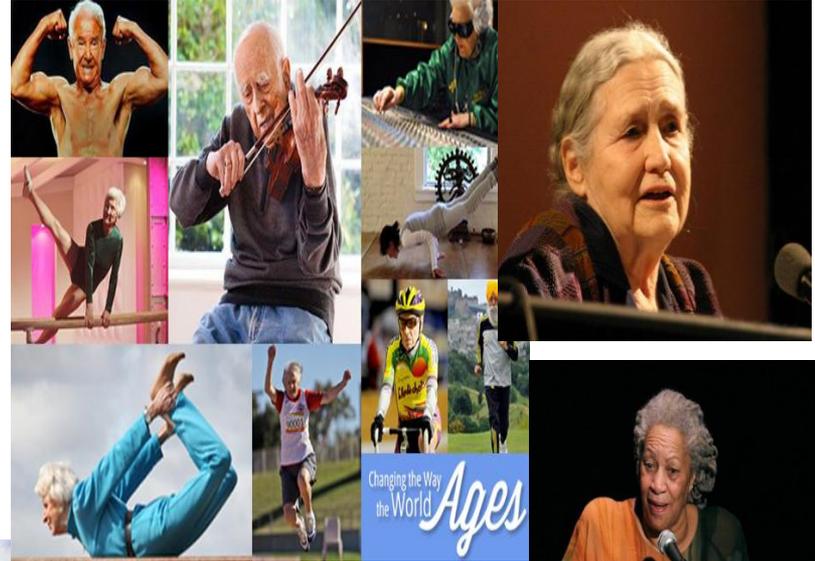
- **EL EDADISMO** (*Butler*), estereotipo y discriminación contra las personas por el hecho de ser viejas, que identifica la vejez con elementos peyorativos. enfatizando las cuestiones negativas o problemáticas, y casi siempre con relación a cuestiones que suponen una carga social a la que hay que hacer frente,
- Con la edad se produce el fenómeno de **la invisibilidad**. Ésto implica el progresivo desinterés por lo que puede aportar y significar la persona adulta que envejece. Rara vez se habla de las personas mayores como personas productivas y beneficiosas para la familia, la comunidad y, por extensión, para la sociedad
- **El síndrome “Permayouth”** (Eileen Bradbry), para describir el síndrome que conlleva una incapacidad para hacer frente al proceso de envejecimiento. Las personas con el “Síndrome de Permayouth” recurrirían a todos los productos anti-edad y operaciones estéticas al alcance para controlarlo.



No todas las personas mayores son iguales

ALGUNOS MITOS SOBRE LA VEJEZ

■ ¿Todos los viejos son iguales?



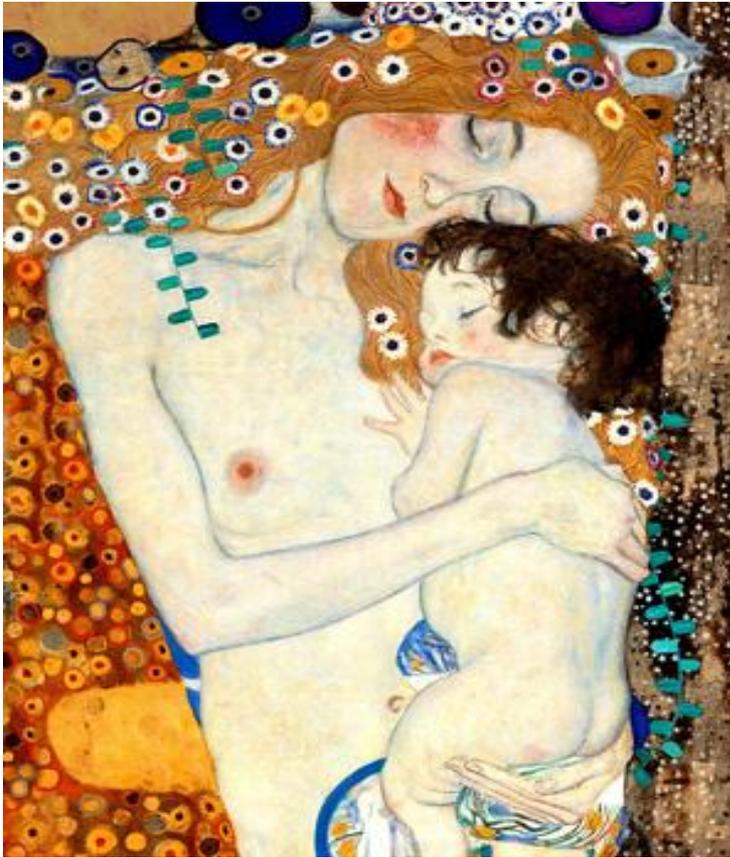


INCORPORACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

- El envejecimiento afecta de manera diferente a hombres y mujeres
- Las discriminaciones de género ocurren a lo largo de toda la vida de una persona, provocando una dramática marginalización en la tercera edad.
- Susan Sontag (1979) definió el doble estándar del envejecimiento según el cual «mientras los hombres maduran, las mujeres envejecen
- Entender la desigualdad de género de la población mayor es decisivo para cumplir eficientemente con las intervenciones para la igualdad de género y el empoderamiento de la mujer.

**LA SITUACIÓN ACTUAL DE LAS MUJERES MAYORES
ES DE DOBLE DISCRIMINACIÓN,
POR SER MUJER, POR SER MAYOR Y PRINCIPALMENTE,
POR ENCONTRARSE EN UNA SOCIEDAD QUE GENERA DESIGUALDADES.**

SEXISMO + EDADISMO = INVISIBILIDAD DE LAS MUJERES MAYORES



Envejecimiento en femenino

- El sexo predominante en la vejez es el femenino. Hay un 32,6% más de mujeres (4.995.737) que de hombres (3.768.467) (2017)
- Las mujeres tienen una esperanza de vida mayor (86,97) que la de los hombres, (85.23) pero una esperanza de vida saludable (años de vida sin problemas de salud graves o moderados) menor.
- **Las mujeres viven más años que los hombres y más tiempo en soledad, y por lo tanto cuentan con menos recursos y apoyos cuando necesitan cuidados.**
- Las mujeres mayores **perciben y tienen peor salud** además de dolencias específicas relacionadas con el desarrollo de la vida cotidiana.
- Las mujeres **reciben menor cuantía a través de las pensiones, mujeres 755,€ hombres 1166 €**
- Las mujeres también **se ocupan más de cuidar a los demás**, y por supuesto, atender su propio bienestar. Pero con frecuencia se pasa por alto su contribución a la familia, la comunidad y la economía **Y cuando son mayores no tienen quien las cuide** .

La pobreza y dependencia se escriben en femenino y el cuidado tiene género femenino y número singular.

2- Malos Tratos a Personas Mayores

MALOS TRATOS A PERSONAS MAYORES

•Acto único o repetido, o la falta de una acción apropiada, que ocurre dentro de cualquier **relación donde existe una expectativa de confianza**, que causa daño o angustia a una persona mayor.

Puede ser de varias formas: físico, psicológico/emocional, sexual, financiero o simplemente reflejar negligencia intencional o por omisión.”

DECLARACIÓN DE TORONTO (2002)

“Cualquier **acto u omisión que produzca daño, intencionado o no, que ocurra en el medio familiar, comunitario o institucional**, que vulnere o ponga en peligro la integridad física, psíquica, así como el principio de autonomía o el resto de los derechos fundamentales del individuo, constatable objetivamente, o percibido subjetivamente con independencia de la intencionalidad o no y del medio donde suceda”.

DECLARACIÓN DE ALMERÍA (1995).

LOS MALOS TRATOS A PERSONAS MAYORES UN PROBLEMA OCULTO E INVISIBILIZADO

- El progresivo envejecimiento de la población y su repercusión en las situaciones de dependencia funcional y emocional, favorecen que las personas mayores hayan devenido en uno de los grupos sociales más susceptibles de sufrir situaciones de abuso, malos tratos y/o violencia.
- El “edadismo” (o prejuicio contra la edad) existente, contribuyen a la existencia e invisibilidad social y política del fenómeno del maltrato de personas mayores.
- El abuso contra las personas mayores, es el menos conocido a nivel mundial y los datos de incidencia y prevalencia reportados, son apenas la punta del iceberg mucho más amplio, que en la mayoría de los casos son ocultados por las propias víctimas.
- La tasa de maltrato aumenta, asimismo, conforme se incrementa el nivel de dependencia.



**ES LA INVISIBILIDAD SOCIAL LA QUE FAVORECE LA VULNERABILIDAD
DE LAS PERSONAS DE EDAD**

MALTRATO SOCIAL Y ESTRUCTURAL

Se refiere a la adopción de criterios abusivos que se expresan en:

- La falta de políticas públicas, recursos sociales y de salud adecuada,
- Pensiones y jubilaciones no acordes a las necesidades de la tercera edad,
- Dificultades en el acceso a servicios.
- Mal ejercicio e incumplimiento de leyes
- Todos los cuales se traducen en pobreza económica y en todos los aspectos que permiten el desarrollo personal de las personas mayores

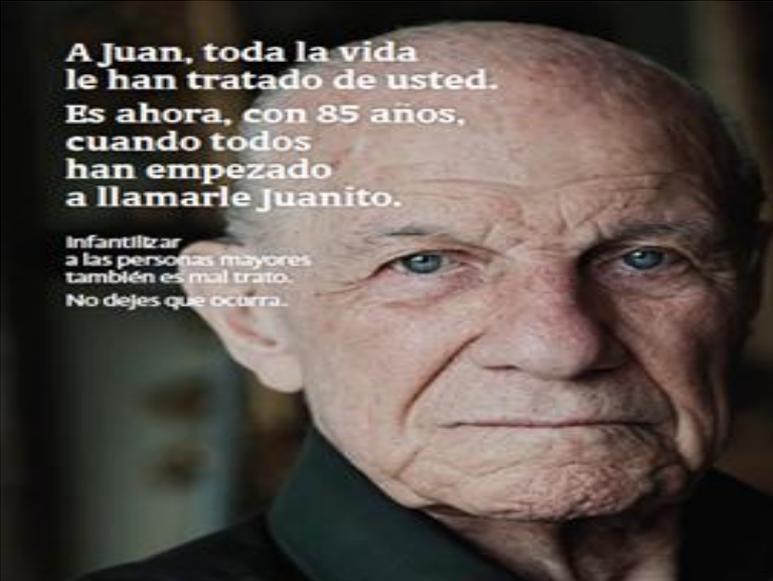
En un entorno de recesión económica existe el riesgo de crecimiento de la vulnerabilidad de las personas mayores ante el maltrato y la negligencia.

Las desigualdades sociales pueden reforzar las desigualdades de género que generan tipos de violencia y especialmente contra mujeres mayores

TRATO INADECUADO A LAS PERSONAS MAYORES

La falta de comprensión y manejo ambiental adecuado, puede ser la causa de un trato inadecuado o mal trato hacia las personas mayores ,que al “normalizarse” en la vida cotidiana pueden ser el sustrato de otros abusos y malos tratos.

- **INFANTILIZACIÓN:** Tratar a las personas mayores como si fueran niños.
- **DESPERSONALIZACIÓN:** Desatender las necesidades particulares de la persona mayor
- **DESHUMANIZACIÓN:** Ignorar a la persona mayor .
- **VICTIMIZACIÓN:** Ataques a la integridad física y moral de las personas mayores mediante amenazas, agresiones verbales, etc



**A Juan, toda la vida
le han tratado de usted.
Es ahora, con 85 años,
cuando todos
han empezado
a llamarle Juanito.**

Infantilizar
a las personas mayores
también es maltrato.
No dejes que ocurra.

CAMPAÑA
900 85
www.nodejesque



**Inés ha dirigido
su propio negocio
durante 36 años.
Hoy, su opinión
no cuenta para nada.**

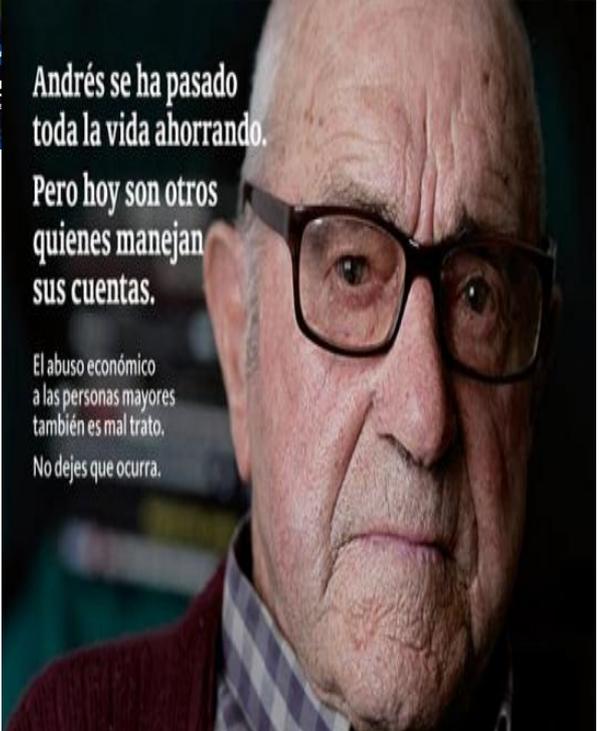
La indiferencia
hacia las personas mayores
también es maltrato.
No dejes que ocurra.



**Arantxa
nunca pudo tomar
muchas decisiones.
Ahora con 80 años,
ya no toma ninguna.**

Negar la autonomía
a las personas mayores
también es maltrato.
No dejes que ocurra.

CAMPAÑA
900 85!
www.nodejesque



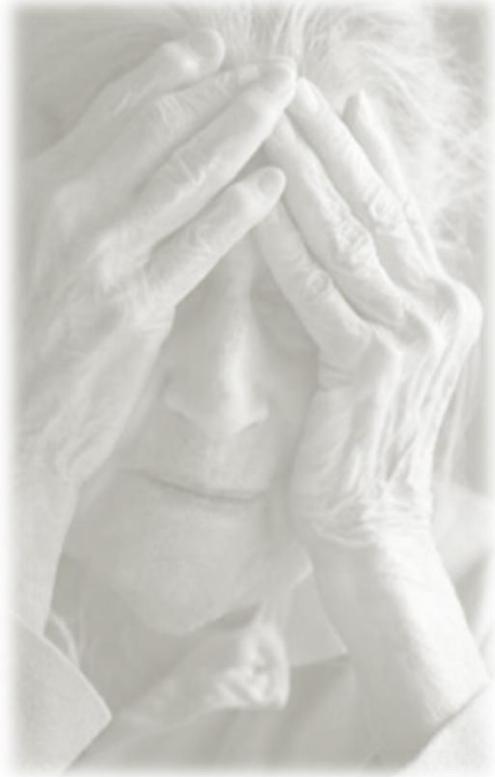
**Andrés se ha pasado
toda la vida ahorrando.
Pero hoy son otros
quienes manejan
sus cuentas.**

El abuso económico
a las personas mayores
también es maltrato.
No dejes que ocurra.

TIPOS DE MALOS TRATOS

MALTRATO FÍSICO	Incluye acciones como golpear, empujar, abofetear, quemar, encerrar en una habitación a una persona mayor, utilizar restricciones físicas para que no se mueva
MALTRATO PSICOLÓGICO	Incluye el uso de amenazas con la persona mayor, aislarle, ignorarle, no dejarle tomar decisiones por sí mismo, etc
MALTRATO y ABUSO ECONÓMICO	Implica el uso sin autorización o con consentimiento viciado del dinero y/o las propiedades pertenecientes a la persona mayor.) firmas falsas , testamentos...)
ABUSO SEXUAL	Incluye cualquier contacto de carácter sexual para el que la persona mayor no haya dado su consentimiento
NEGLIGENCIA	Incluye no cubrir las necesidades básicas (por ejemplo, higiene, alimentación, etc.) de la persona mayor ya sea intencionadamente o no
VIOLACIÓN DE DERECHOS	La violación de los derechos humanos y civiles significa no tener en consideración o negar a una persona mayor o sus derechos fundamentales

Barreras para la detección del maltrato



Negación y no reconocimiento de los malos tratos. Normalizar los malos tratos

- **Miedo a denunciar.** Represalias, desconfianza.
- **Presión familiar y social.** Chantaje emocional
- **Sentimientos de vergüenza, tristeza e impotencia,** les llevan a ocultar la realidad de su maltrato.
- Aislamiento, soledad y **falta de apoyo**
- **Falta de formación** en los profesionales para la detección

El silencio, tanto de las propias víctimas como la inhibición de los profesionales y de la sociedad en general, es cómplice de los malos tratos

Factores de riesgo

Persona mayor	Responsable malos tratos	Contexto social
<ul style="list-style-type: none"> - Sexo (mujer) - Sobreenvejecimiento - Dependencia - Bajos ingresos - Peor salud percibida - Soledad aislamiento - Falta de apoyos - Sumisión. Excesiva lealtad cuidador/a - Historia previa de violencia - Problemas de comunicación - Resignación - Falta de información - Deterioro cognitivo - Demencia 	<ul style="list-style-type: none"> -Parentesco (hijos/cónyuge) -Cansancio, Estrés o sobrecarga - múltiples responsabilidades -Queme burn-out -Dependencia económica, habitacional. -Falta de apoyos, aislamiento -Falta de formación o recursos para cuidado de la persona mayor -Trastornos psicológicos, depresión, ansiedad.. -Mala relación -Historia previa de maltrato 	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de sensibilización sobre el problema invisibilización -Edadismo, falta de consideración hacia las PPMM. -sexismo y machismo -Falta de políticas y recursos de apoyo a las PPMM y cuidadores/as -Falta de formación profesionales cuidado y asistencia a PPMM. -Malas condiciones laborales

Destacan el ser mujer, de mayor edad, con mayor grado de dependencia y deterioro, aislamiento social y falta de apoyo



3- Mujeres Mayores las maltratadas silenciosas

Malos tratos a Mujeres Mayores

- Las mujeres mayores, tienen mas riesgo que los hombres de ser objeto de violencia
- Las mujeres mayores sufren mas malos tratos en frecuencia, intensidad y tipos de violencia diferentes
- Pueden haber sufrido una mayor violencia durante su vida y presentar secuelas de esa violencia.
- También las mujeres suponen el grupo de más riesgo de recibir maltrato institucional , ya que hay una mayor presencia femenina de mayor edad, con mayor grado de deterioro y más dependientes entre las personas mayores residentes en instituciones.



La confluencia de factores como el género y la edad hace que las mujeres mayores se conviertan en un grupo con un alto riesgo de sufrir algún tipo de maltrato

Violencia de género en mujeres mayores

Las maltratadas silenciosas

- Los malos tratos comienzan en diferentes momentos de la relación. En muchos casos se establecen en el noviazgo o en los primeros años de matrimonio . La duración de la relación varía mucho, pero los estudios tienden a mostrar que es larga, que el proceso es lento y además se retroalimenta, puesto que va destruyendo las defensas sociales y psicológicas de las mujeres, por no hablar de su sustento material.
- Han recibido **educación para ser abnegadas, sumisas**, para aguantar el matrimonio toda la vida.
- **Dependen económicamente** del maltratador y conviven con este.
- Tienen **sentimientos de culpa** y vergüenza .
- Sufren mayor **aislamiento social**, dependencia emocional, soledad y **falta de apoyo**
- Tienen **menor acceso a los recursos** .Conocen menos sus derechos y los disponibles. Falta de accesibilidad
- Tienen **miedo a denunciar** .Estas mujeres son las que menos denuncian, las que más aguantan y de las que menos se sabe.



Consecuencias de la violencia

- El trauma que supone la violencia tiene como consecuencias alteraciones emocionales y psicológicas a corto y largo plazo, que pueden ser tanto o más destructivas que las lesiones físicas estando presentes en mayor o menor grado en las víctimas de todas las formas de violencia. Las manifestaciones más características son: tristeza, ansiedad, cansancio, irritabilidad, agresividad, inseguridad, sentimientos de culpa, de fragilidad y de vergüenza, dificultad para concentrarse, para disfrutar de la vida y sentirse feliz
- Amor et al. (2002)137 hablan de dos tipos de dolencias básicas: en casi la mitad de los casos (46%) estaba presente **el trastorno de estrés postraumático**; en el resto se identificaban grados diferentes de malestar emocional, depresión, ansiedad, baja autoestima, poca adaptación social, etc. un 46,5% de las mujeres usuarias lo sufrían, y la mayoría padecía ansiedad e insomnio y un 85% sentía indefensión.
- También parece demostrado que los efectos están relacionados directamente con la violencia y sus circunstancias: son más graves en las mujeres que conviven aún con el maltratador, cuando la experiencia es cercana, cuando ha durado mucho tiempo. El maltrato en la infancia y la presencia de relaciones sexuales forzadas agrava los síntomas.
- En los casos más graves se puede llegar al suicidio.
- Mestre et al., 2008) a que el apego hacia el agresor y la preocupación por su suerte se relacionaba también con una mayor depresión, ansiedad y baja autoestima en las mujeres.

VICTIMAS MORTALES POR VIOLENCIA DE GÉNERO 2017

Víctimas mortales por violencia de género-2003-2017	1051
Víctimas mortales 2017 Hasta Noviembre)	46
Victimas mortales mas 55 años 2017	6 (13,3%) +1
Fte. Delegación Gobierno Violencia de Género	
Mujeres mayores asesinadas x otros parientes hijos ,nietos, yernos ,otros	7
Otros Femicidio s mujeres mayores	8
<i>Femicidio (http://femicidio.net)</i>	

Feminicidios de mujeres mayores 60 años 2010-2015

- Feminicidio íntimo	cometido por un hombre con el que la víctima tiene o ha tenido un lazo íntimo, emocional o sexual: maridos, ex maridos, novios, ex novios o Amantes).	64	36,7%
- Feminicidio familiar	en el marco de una relación de parentesco por consanguinidad, afinidad o adopción entre víctima y victimario, excluyendo feminicidios íntimos); De estos, 33 hijos asesinaron a sus madres, siete nietos a sus abuelas y cinco exyernos a sus exsuegras.	53	30,28%
Feminicidio no íntimo	(cometido por un hombre con el que la víctima no tenía ningún tipo de relación afectiva, incluyendo casos de tentativa o agresión sexual consumada previa al asesinato; el victimario puede ser conocido o desconocido de la víctima , vecinos, cuidadores y desconocidos,entre otros.	17	9,71%
asesinato de mujeres por robo,	tipo de asesinato más relevante es el asesinato de mujeres por robo	32	18,28%
Feminicidios/ sin datos	-	3	1,71%

Entre 2010 y 2015 se documentaron 175 feminicidios y otros asesinatos de mujeres mayores de 60 años que representan el 25,7% de las 681 mujeres asesinadas de todas las edades.

- La tasa de prevalencia de mujeres mayores de 60 años en ese periodo es de 4,9 mujeres asesinadas por millón, más elevada que la prevalencia del total de casos (4,4).



Conclusiones y Recomendaciones

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- La prevención del maltrato de las personas mayores en un mundo que envejece, nos concierne a todos. Para ello es necesario
- **Promover esfuerzos multidisciplinares y coordinados , desde diversos ámbitos y sectores**
- **Actuar sobre los factores de riesgo y promover también factores de protección y resiliencia** tanto en las potenciales víctimas y responsables de los malos tratos como en la comunidad.
- **Continuar profundizando en los estudios que tratan el tema, tratando de homogeneizar criterios e indicadores que permitan una detección y estimación fiable del problema.** Incorporando **la perspectiva de género** que permita evidenciar las desigualdades de género que afectan el ser mayor de manera diferencial a hombres y mujeres.
- **Visibilizar los problemas y las demandas de las Mujeres mayores,** reconocer las características y necesidades propias.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- **Proporcionar apoyo, formación y asistencia a las personas cuidadoras, para evitar que la sobrecarga y el queme** , puedan incidir en una inadecuada atención o maltrato a las personas mayores asistidas.
- **Las respuestas para las víctimas deben ser reforzadas y adaptadas a las características de su edad y condición.** Los servicios de atención a las personas mayores deben estar más centrados en la persona que en el funcionamiento de la organización.
- **La formación y el entrenamiento de profesionales y del personal** en la detección, el cuidado y la rehabilitación
- **Provisión de soporte y apoyo social, para evitar el aislamiento**

Provisión de apoyo y soporte social

Uno de los factores de riesgo y problemas de las mujeres mayores es el aislamiento y la falta de redes de apoyo formales e informales, por ello la necesidad de provisión de apoyo y soporte social es fundamental en la prevención del maltrato.

Para todas, es básico el contar con alguna relación, alguna percepción de apoyo, alguna amistad, familiar, profesional o interacción social con la que empezar a hablar y a recomponer su sentido de la realidad. Puesto que *“cuando la mujer se da cuenta de la situación en la que realmente se encuentra, está en una isla”* (Seoane y Gálvez, 2004)

Ofrecer, institucionalmente o socialmente, ese espacio, ese apoyo o esa esfera de comunicación sigue apareciendo como el elemento más importante de la recuperación, antes de los recursos, las terapias o la intervención penal

recomiendan el punto de vista Leonor Walker que en su Survivor Therapy recomienda como objetivos que la mujer logre en la terapia: *“su seguridad, su empoderamiento, validar sus experiencias, enfatizar sus puntos fuertes, diversificar sus alternativas, comprender la opresión que ha padecido, tomar sus propias decisiones y juzgar con libertad los acontecimientos que viven”*.

- Por otra parte, el apoyo social puede ejercer diferentes funciones que frecuentemente actúan de forma combinada:
 - Apoyo emocional.
 - Apoyo informacional o estratégico.
 - Apoyo material e instrumental.

PROVISIÓN DE APOYO Y SOPORTE SOCIAL

El Grupo de Apoyo es una herramienta que permite reforzar las redes de acción social y ofrecer a las mujeres lugares y oportunidades de encuentro para apoyarse entre sí para manejar de manera más saludable los efectos del envejecimiento. El grupo de apoyo ayuda a:

- Propiciar y facilitar el establecimiento de una red de apoyo instrumental y emocional
- Fortalecer la autoestima y empoderamiento de las mujeres
- Paliar los sentimientos y pensamientos negativos generados por los malos tratos
- Favorecer el intercambio de experiencias y sentimientos.
- Provocar cambios positivos de actitud y perspectiva hacia el problema y la manera de afrontarlo
- Generar nuevas perspectivas para el futuro inmediato y a mayor plazo
- Capacitar a las participantes para emprender acciones solidarias en el futuro
- Crear un ambiente pleno, libre de culpas y con carácter reparador para todas las participantes
- Promover relaciones horizontales, igualitarias entre todas las Participantes.
- Respetar la diversidad de formas de pensar y aceptar las Diferencias.

Formación de profesionales

trabajar con personas supervivientes de la violencia es una carga vital importante, que debe tomarse muy en serio si no se quiere llegar a un desgaste generalizado de los servicios y de los recursos humanos, casi siempre mujeres, en condiciones laborales no siempre adecuadas y con una gran falta de formación y de apoyo.

- La formación y el entrenamiento en los planes de estudio de profesionales de Salud , Servicios Sociales, y de otros profesionales de la Justicia, Policía, Educación y de los sectores sociales del cuidado.
- La formación continuada: que permita obtener los conocimientos técnicos necesarios en la intervención mujeres mayores para la prevención de los malos tratos .

El autocuidado y prevención del burn -out o queme de las y los profesionales. un artículo crítico, Concha Méndez y Susana Alvarez (2007) plantean ideas muy interesantes, como que la “*sombra de la identidad femenina, vinculada a los conceptos de cuidado y abnegación*”, *está dificultando el trabajo con las víctimas. Las propias trabajadoras sociales, casi todas mujeres y a menudo en condiciones precarias de trabajo y salario, transmiten esta imagen, en lugar de proponer redes de iguales, hombres y mujeres, que cuenten con la participación de las mujeres víctimas*

- La elaboración de protocolos internos de prevención y guías de actuación.
- Promover la creación de comités de ética aplicada a la intervención social

Necesidad de evaluar programas, resultados y costes

La falta de evaluaciones no es una característica de la violencia de género, sino que nace de la falta de cultura evaluativa de las administraciones públicas españolas. Sin embargo, en este tema existe un verdadero clamor.

No conocemos los efectos de las acciones, más allá de sus resultados inmediatos, no conocemos su impacto sobre el problema –la disminución de la violencia de género- y sus derivaciones, la sensibilización social, el cambio en la socialización de niños/as y jóvenes, la recuperación de las víctimas, etc

La efectividad de los recursos y servicios sanitarios y sociales Las expertas y profesionales recomiendan que las mejores intervenciones son las que no ignoran la capacidad de reacción y las estrategias de las mujeres y ofrecen una gama coordinada de soluciones, no un único camino, como es la denuncia

Promoción de la cultura del buen trato y la solidaridad intergeneracional



Es necesario promover una visión positiva de las personas mayores y poner en valor su papel como una fuente potencial de solución de problemas, fomentando su autonomía y participación en la vida socio-política de la comunidad en la que vive.

El buen trato hacia las personas mayores requiere :

- La convivencia armoniosa entre diversas generaciones que les permita sentirse partícipes de las decisiones y actividades dentro y fuera de la familia.
- El reconocimiento de su experiencia, conocimientos y trabajo realizado, y que se les permita seguir contribuyendo como miembros activos en la sociedad.
- El agradecimiento social a la labor realizada en la sociedad y la garantía de tener una economía que posibilite su independencia.

**EL BUEN TRATO BENEFICIA A TODOS,
NOS HUMANIZA
Y NOS HACE SENTIRNOS A GUSTO CON LOS DEMÁS**

TODAS Y TODOS SOMOS RESPONSABLES

- . Se trata de fomentar la movilización de la sociedad en general
- **Las organizaciones de mujeres y de personas mayores**, su protagonismo en este ámbito resulta decisivo por su doble vertiente de representantes”, en el sentido de estar en contacto con la realidad, y de “dinamizadoras” de la sociedad, dada su capacidad para impulsar planes que generen cambios sociales de calado.
- **Favorecer la visibilidad de la heterogeneidad** característica de las personas mayores, el envejecimiento saludable, la planificación para envejecer activament
- **Promocionar la solidaridad intergeneracional y el voluntariado.**
- **Facilitar el acceso a recursos**, información, participación y decisión en el plan de cuidados. **Favorecer el acceso a nuevas tecnologías** para Prevenir situaciones de riesgo y dar apoyo, seguimiento de su situación, relación con Profesionales, familia, amigos, y mantener el contacto con la realidad.

LA EDAD COMO OPORTUNIDAD

- **VIVIR NUESTRO TIEMPO:**

Las mujeres mayores constituimos un grupo heterogéneo que ahora tenemos que luchar no solo contra el sexismo, sino contra el “edadismo” para seguir viviendo activas. Hay que optar por abrir caminos y actividades nuevas y tomar nuevos compromisos desde la sabiduría acumulada.

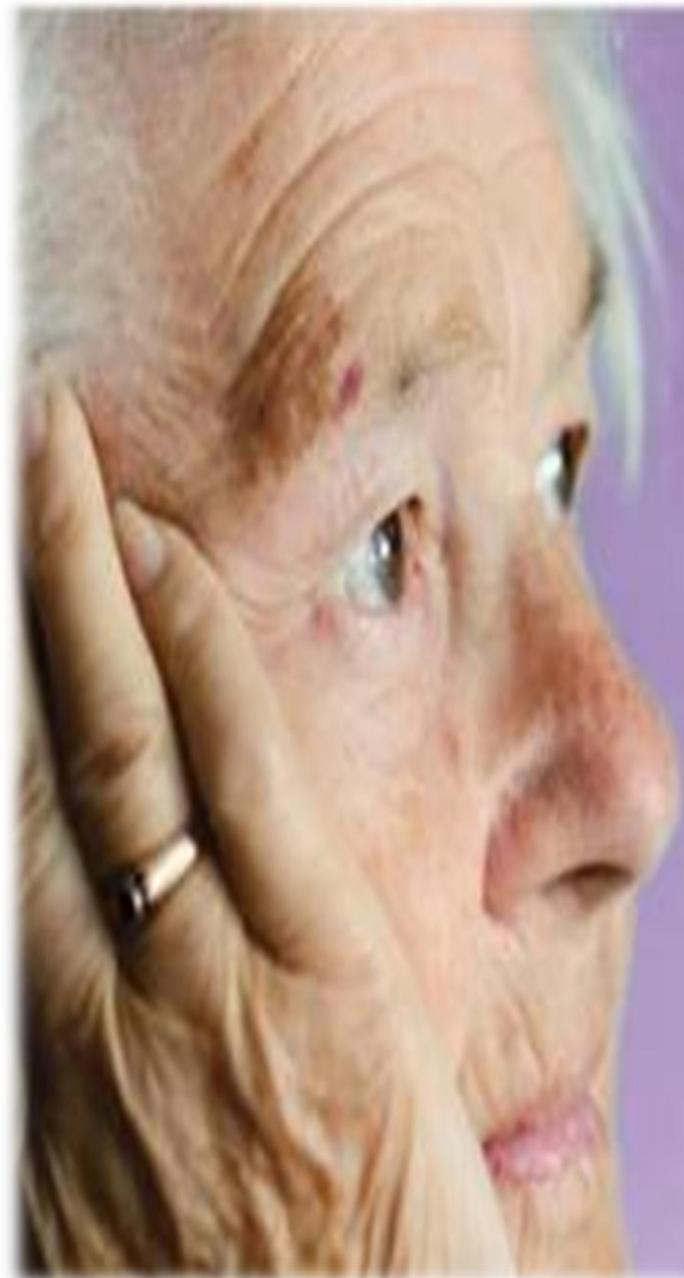
- **DE CUIDAR A CUIDARNOS:**

Las mujeres tenemos que aprender a cuidarnos en todos los sentidos. Tenemos una vida más larga que los hombres y derecho a vivirla felizmente y estamos a tiempo de hacer los cambios necesarios para conseguirlo.

- **PRESERVAR NUESTRA AUTONOMÍA PERSONAL”**

“La autonomía no es sólo tener capacidad sobre nuestra vida, sino de influir en la sociedad. Estamos a tiempo de hacer lo que queramos y a tiempo de tejer redes entre nosotras.





A veces solo las lagrimas
son visibles...