engAGED
The National Resource Center for Engaging Older Adults

eldercare locator
Connecting You to Community Services

generations united
Because we're stronger together®

Conectando generaciones:

Encontrar actividades intergeneracionales dentro de su comunidad

Las conexiones intergeneracionales unen a personas de diferentes generaciones, generalmente niños o jóvenes y adultos mayores, pero estas conexiones también pueden unir a adultos de todas las edades con adultos mayores. Cualquiera que sea la combinación de edades, todos los que participan en actividades intergeneracionales tienen mucho que ganar. Y, para ello, no es necesario ir demasiado lejos. ¡Las oportunidades abundan en su comunidad!

¡Las actividades intergeneracionales son beneficiosas para todos!

¡Las conexiones intergeneracionales son buenas para todos los que se involucran en ellas y también son buenas para la comunidad! Conectarse con personas de diferentes generaciones ayuda a fomentar el respeto y la comprensión entre las generaciones. Y combinar las experiencias, la sabiduría y las perspectivas de personas de todas las edades puede mejorar vidas y fortalecer comunidades. De hecho, los adultos mayores que participan en actividades intergeneracionales a menudo describen que sienten una mayor satisfacción con la vida, un menor aislamiento social, un sentido más fuerte de comunidad y una mejor calidad de vida. Para los más jóvenes, participar en actividades intergeneracionales puede conducir a un mejor sentido de sí mismos, propósito y confianza en sí mismos.[1]

Y, las actividades intergeneracionales resultan en oportunidades de crecimiento personal. Participar en actividades intergeneracionales puede brindarles a los adultos mayores nuevas formas de construir relaciones, mantenerse comprometidos con la comunidad, y compartir talentos, sabiduría y experiencias de vida con otros, mientras que al mismo tiempo ayuda a moldear su conocimiento y comprensión del mundo, y el suyo.

Encuentre oportunidades intergeneracionales cerca de usted

Las organizaciones locales como las Agencias del Área sobre el Envejecimiento (AAA) y los Programas para el Envejecimiento de los Nativos Americanos del Título VI pueden ayudarlo a encontrar oportunidades intergeneracionales en las comunidades de todo el país. Comuníquese con Eldercare Locator, un servicio público financiado con fondos federales para adultos mayores, cuidadores y otros, para conectarse con AAA y programas tribales para el envejecimiento u otras organizaciones que ofrecen programas intergeneracionales en su comunidad. Comuníquese con Eldercare Locator llamando al (800) 677-1116, de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. ET o visitando **eldercare.acl.gov**.

1 Generations United, Making the Case for Intergenerational Programs, https://www.gu.org/resources/making-the-case-for-intergenerational-programs.

Tipos de actividades de participación intergeneracional

Si está interesado en establecer conexiones con personas de otras edades, siga leyendo para conocer los tipos más populares de actividades intergeneracionales y cómo puede encontrarlas en su comunidad.

Eche una mano

¿Interesado en ser voluntario? El voluntariado puede ayudarlo a desarrollar conexiones intergeneracionales, y compartir sus habilidades y conocimientos con niños, adolescentes y adultos jóvenes en su comunidad. Esto puede incluir participar en programas para personas mayores de AmeriCorps como el Programa de abuelos adoptivos, proporcionar tutoría o mentoría en las escuelas, ser voluntario en un hospital infantil local o participar en oportunidades de participación cívica, como ayudar a los adultos más jóvenes a registrarse para votar.

PASO DE ACCIÓN: Comuníquese con las escuelas primarias locales y los centros de cuidado infantil para conocer las oportunidades de voluntariado disponibles.

Aprenda nuevas habilidades y comparta lo que sabe

¿En una búsqueda para aprender cosas nuevas o compartir su conocimiento? Participar en oportunidades de aprendizaje permanente intergeneracional puede ofrecerle la oportunidad de aprender nuevas habilidades y compartir su conocimiento con otras generaciones. Esto puede incluir tomar una clase de capacitación en tecnología impartida por adultos más jóvenes, participar en proyectos de servicio comunitario local, compartir sus experiencias a través de la historia oral, enseñar a los jóvenes a cocinar o compartir sus recetas familiares favoritas.

PASO DE ACCIÓN: Comuníquese con las organizaciones locales de servicios de mentores/jóvenes acerca de las oportunidades de voluntariado.

Exprese su lado creativo

¿Quiere explorar sus talentos artísticos? Participar en artes y otras actividades creativas junto con niños y adultos jóvenes ayuda a crear conexiones significativas. Debido a que reciben a personas de todas las edades, muchos grupos comunitarios, como coros, orquestas o grupos de teatro, tienen participantes de muchas generaciones. También puede explorar su lado creativo uniéndose a una clase de baile o participando en clases locales de artes y manualidades, como pintura, dibujo, tejido, acolchado, fabricación de joyas o cerámica.

PASO DE ACCIÓN: Comuníquese con su centro comunitario local para conocer las actividades artísticas que están abiertas a todas las edades.

Desarrolle hábitos saludables

¡La comida siempre une a las personas! Conectarse con las generaciones más jóvenes a través de la comida es otra forma de formar relaciones y conexiones mutuamente beneficiosas. Las actividades pueden incluir ser voluntario durante la hora del almuerzo en una escuela local, unirse a clases de cocina cultural o ayudar a mantener un jardín comunitario. También puede unirse a actividades grupales de entrenamiento físico, como grupos de caminata intergeneracionales, sesiones de atención plena o grupos de baile para conectarse con personas de diferentes generaciones.

PASO DE ACCIÓN: Comparta sus habilidades especiales como la cocina, el arte y la jardinería con clubes juveniles o en un centro comunitario.

Guía de inicio

Hay una serie de lugares y espacios en su comunidad que pueden ofrecer oportunidades para conectarse con otras personas a lo largo de las generaciones.

Las **Agencias del Área sobre el Envejecimiento (AAA)** brindan una gama de opciones que permiten a los adultos mayores envejecer en sus hogares y comunidades. Las AAA pueden ofrecer programas Abuelos que crían nietos, programas de capacitación tecnológica, visitas amistosas y otros programas y actividades intergeneracionales. Comuníquese con Eldercare Locator visitando **eldercare.acl.gov** o llamando al (800) 677-1116 para encontrar su AAA local.

Abuelos y parientes cuidadores

¿Es un adulto mayor que cría a sus nietos o hijos cuyos padres no pueden hacerlo? ¡Entonces se lo considerado un abuelo o pariente cuidador! Hay muchos programas y actividades disponibles específicamente para los abuelos y parientes cuidadores, incluidos eventos, educación, grupos de apoyo y servicios de descanso. El Eldercare Locator puede conectarlo con programas locales, que es otra forma de relacionarse con otros.

Las **YMCA** ofrecen programas para todas las generaciones que fomentan un espíritu, una mente y un cuerpo sanos. Las YMCA pueden ofrecer clases de salud y bienestar o excursiones y eventos para interactuar con otros. Visite **www.ymca.org/find-your-y** para encontrar su YMCA local.

Las **agencias de parques y recreación** brindan servicios y oportunidades de recreación para adultos mayores en casi todos los pueblos, ciudades y condados de los Estados Unidos. Muchas agencias de parques y recreación ofrecen actividades intergeneracionales como artes y manualidades o clases de cocina. Si necesita ayuda para encontrar un parque o centro de recreación cerca de usted, comuníquese con el gobierno de su condado o municipio.

Los **espacios educativos** que incluyen escuelas primarias, intermedias y secundarias, colegios comunitarios, escuelas superiores, universidades, escuelas de comercio y guarderías pueden ofrecer programas de tutoría, mentoría o alfabetización que pueden ayudarlo a desarrollar conexiones intergeneracionales con adultos más jóvenes. Utilice la herramienta de búsqueda de escuelas públicas del Centro Nacional de Estadísticas Educativas (**nces.ed.gov/ccd/schoolsearch**) o la herramienta de navegación universitaria (**nces.ed.gov/collegenavigator**) para encontrar espacios educativos cerca de usted.

Las **organizaciones juveniles** como Scouts, 4-H y Boys & Girls Clubs pueden brindarle oportunidades para orientar o relacionarse con personas más jóvenes. Puede encontrar organizaciones juveniles locales a través de las siguientes herramientas:

- Tropas de BSA: **www.scouting.org/about/local-council-locator**
- Tropas de Girl Scouts: **www.girlscouts.org/en/get-involved/become-a-girl-scout/join-a-troop.html**
- 4-H: **www.4-h.org/find**
- Clubes de niños y niñas: **www.bgca.org/get-involved/find-a-club**

Las **bibliotecas** brindan un espacio en la comunidad para personas de todas las edades. Las bibliotecas ofrecen una variedad de programas para múltiples grupos de edad, incluidos clubes de lectura, juegos, narración de cuentos, cursos y eventos especiales. Visite USA.Gov para encontrar su biblioteca local en **www.usa.gov/libraries**.

Las **comunidades de fe** son otra vía que ayuda a los adultos mayores a construir conexiones intergeneracionales. Al ofrecerse como voluntario durante educación religiosa u otras actividades religiosas, puede compartir su conocimiento y sabiduría con niños y jóvenes.

Recursos

Encontrar recursos y apoyo

¿Está interesado en conectarse con actividades de participación intergeneracional en su comunidad? ¡Comience poniéndose en comunicándose con Eldercare Locator! El Eldercare Locator puede ayudarlo a encontrar su AAA y otras organizaciones comunitarias que ofrecen actividades intergeneracionales que pueden ayudarlo a conectarse con personas de todas las edades. Visite el sitio web Eldercare Locator **eldercare.acl.gov** o llame al (800) 677-1116.

En la base de datos de programas intergeneracionales de Generations United se enumera información sobre más de 800 programas intergeneracionales en todo el país. Visite **www.gu.org/ig-program-database** y busque por su estado para encontrar programas locales cerca de usted.

¿Está interesado en oportunidades de voluntariado? Considere convertirse en voluntario de AmeriCorps Seniors y participar en el Programa de abuelos adoptivos, RSVP o Programa de acompañantes para personas mayores. Las oportunidades de servicio pueden incluir tutoría, mentoría o brindar apoyo socioemocional a los niños de su comunidad. Obtenga más información en **americorps.gov/serve/americorps-seniors**. Otra forma de encontrar oportunidades de voluntariado es visitando **Volunteer Match** en **volunteermatch.org** donde encontrará una variedad de oportunidades de voluntariado locales.

Publicado por

engAGED: El Centro Nacional de Recursos para Involucrar a los Adultos Mayores
engagingolderadults.org
engAGED: El Centro Nacional de Recursos para la Participación de los Adultos Mayores es un esfuerzo nacional para aumentar la participación social de los adultos mayores, las personas con discapacidades y los cuidadores al expandir y mejorar la capacidad de la Red de Envejecimiento para ofrecer participación social. engAGED está financiado por la Administración para la Vida Comunitaria de los EE. UU., administrado por USAging y guiado por un Comité Asesor del Proyecto con representantes de organizaciones nacionales y centros de recursos.

Eldercare Locator
(800) 677-1116 (de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 9:00 p. m., hora del Este)
eldercare.acl.gov
Lanzado en 1992, Eldercare Locator es el único recurso nacional de información y referencia para brindar apoyo a los consumidores en todo el espectro de problemas que afectan a los adultos mayores. El localizador está financiado por la Administración para la Vida Comunitaria de los EE. UU. y es administrado por USAging.

USAging
usaging.org
USAging es la asociación nacional que representa y apoya la red de Agencias del Área sobre el Envejecimiento y aboga por los Programas de Envejecimiento de Nativos Americanos del Título VI. Nuestros miembros ayudan a los adultos mayores y las personas con discapacidades en todo Estados Unidos a vivir con salud, bienestar, independencia y dignidad óptimos en sus hogares y comunidades.

Con aportes de

Generations United
www.gu.org
Generations United es una organización sin fines de lucro que fortalece prácticas y políticas para beneficiar a todas las generaciones. Durante más de tres décadas, hemos sido el catalizador de políticas y prácticas que estimulan la cooperación y la colaboración entre generaciones, evocando la vitalidad, la energía y la productividad pura que resultan cuando personas de todas las edades se unen.

En su comunidad, comuníquese con:

Haga clic aquí para insertar el logotipo de la agencia

Inserte información de contacto aquí

Este proyecto #90EECC0002 cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL), el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. (HHS) como parte de un premio de asistencia financiera por un total de $450,000 (o 74 por ciento) financiado por ACL/HHS y $161,554 (o 26 por ciento) financiado por fuentes no gubernamentales. Los contenidos pertenecen a los autores y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales ni el respaldo de ACL/HHS o del gobierno de los EE. UU.

Junio de 2023