

# PAUTAS DE DISEÑO PARA FAVORECER LA CONEXIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES

CÓMO ESTAR CERCA CUANDO HAY QUE ESTAR LEJOS...



**Busca hobbies e intereses compartidos**

**Ayúdale a encontrar lo familiar en el otro.**

*Puede que al principio sienta que no encaja con su unidad de convivencia.*

**Adopta un enfoque centrado en la persona y entiende lo que le gusta hacer en su tiempo libre.**

*“Y cuanto más específico, mejor. Si la persona quiere unirse a un grupo de lectura, por ejemplo, asegúrate de que los libros que vaya a leer le van a gustar.*

*Esto aumentará su bienestar.*

**Vincula las actividades con los lugares que la persona conoce.**

*Acudir a sus lugares de confianza hará que mejore su bienestar y seguridad.*

**Ofrece la posibilidad de que los que no pueden salir de casa puedan involucrarse en distintas actividades.**

*Así, se sentirán parte del grupo.*

**Eliminar barreras**

*para acceder a parques, tiendas u otros espacios compartidos puede ayudar, incluso si no hay una conexión directa con las personas.*

**Después de una mala noticia, transmite algo de esperanza o un dato positivo.**



**Construye conexión en la comunidad**

**Mantén informada a la persona.**

*No ocultar información importante mejorará la confianza en la relación.*



**Fija objetivos realistas**

**La importancia de un programa mixto (presencial y online, para los que no pueden asistir) es clave para establecer objetivos realistas.**

*Muchas personas van a tener que estar aisladas por presentar síntomas o por miedo, así que lo mejor es ofrecer productos online y presenciales.*

**La información proporcionada debe ser específica, utilizando instrucciones claras y concisas en un lenguaje sencillo que describa qué hacer y por qué.**

**El lenguaje es importante.**

*El mensaje tiene que ser claro y conciso*



**Comunica bien**

**Ten en cuenta el impacto que las restricciones pueden tener en el éxito de la actividad.**

**Sé realista con lo que se puede conseguir y lo que no.**

**Los mensajes deben ser veraces pero medidos.**

*Ni pesimista ni demasiado optimista.*

**La falta de información genera desconfianza y miedo.**

**SERIE COVID-19**

[www.matiafundazioa.eus](http://www.matiafundazioa.eus)

**MATIA**  
FUNDAZIOA

Recomendaciones basadas en la publicación:  
**"Developing social contact models in a time of social distancing. A response to COVID-19"**  
*Ambition for Ageing*