

III. OTRAS DISPOSICIONES

MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

- 9238** *Resolución de 30 de mayo de 2019, del Instituto de Mayores y Servicios Sociales, por la que se publica el Convenio con la Fundación Bancaria «La Caixa», para el desarrollo de los proyectos del Programa de Personas Mayores en los centros sociales de mayores con unidad de estancias diurnas en la Ciudad de Ceuta y la Ciudad de Melilla.*

Con fecha 30 de abril de 2019 se ha suscrito Convenio entre el Imserso y la Fundación Bancaria «La Caixa» para el desarrollo de los proyectos del programa de Personas Mayores en los Centros Sociales de Mayores con unidad de estancias diurnas en la Ciudad Autónoma de Ceuta y la Ciudad Autónoma de Melilla.

En virtud de lo dispuesto en el apartado 8 del artículo 48 de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público, y, de conformidad, con las competencias conferidas por el Real Decreto 1226/2005, de 13 de octubre, resuelvo:

Proceder a la publicación en el «Boletín Oficial del Estado» del citado Convenio, que se incorpora como Anexo a esta Resolución.

Madrid, 30 de mayo de 2019.–El Director General del Instituto de Mayores y Servicios Sociales, Manuel Martínez Domene.

ANEXO

Convenio entre el IMSERSO y la Fundación Bancaria «La Caixa» para el desarrollo de los proyectos del programa de Personas Mayores en los Centros Sociales de Mayores con unidad de estancias diurnas en la Ciudad Autónoma de Ceuta y la Ciudad Autónoma de Melilla

En Madrid a 30 de abril de 2019.

REUNIDOS

De una parte don Manuel Martínez Domene, Director General del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso), como entidad gestora de la Seguridad Social adscrita al Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social a través de la Secretaría de Estado de Servicios Sociales, cargo para el que fue nombrado en virtud del Real Decreto 10/2019, de 18 de enero (BOE n.º 17, de 19 de enero).

Y de otra parte Don Marc Simón Martínez, Subdirector General del Área Social de la Fundación Bancaria Caixa d'Estalvis i Pensions de Barcelona «la Caixa», actuando en nombre de la Fundación Bancaria Caixa d'Estalvis i Pensions de Barcelona, «la Caixa» (en adelante, Fundación Bancaria «la Caixa»), domiciliada en Palma de Mallorca (Islas Baleares), Plaza Weyler, 3, 07.001, y con NIF núm. G-58899998, facultado para suscribir el presente convenio en virtud de los Estatutos de la Fundación Bancaria «la Caixa», y poderes otorgados en Barcelona, a 22/10/2014, con número de protocolo, dos mil ochocientos treinta y tres, ante el notario don Tomás Giménez Duart.

Ambas partes reconocen su capacidad jurídica para establecer el presente documento y, en especial, la representación de las instituciones que se nombran.

EXPONEN

I

Que por el Real Decreto 1047/2018, de 24 de agosto, por el que se desarrolla la estructura orgánica básica del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y se modifica el Real Decreto 595/2018, de 22 de junio, por el que se establece la estructura orgánica básica de los departamentos ministeriales, se adscribe a dicho Ministerio, a través de la Secretaría de Estado de Servicios Sociales, la entidad gestora de la Seguridad Social Instituto de Mayores y Servicios Sociales.

Asimismo, el Real decreto 1226/2005, de 13 de octubre, que regula la estructura orgánica y funciones del Instituto de Mayores y Servicios Sociales, le atribuye competencias en materia de los servicios complementarios de las prestaciones del Sistema de la Seguridad Social y presta servicios de atención y promoción del bienestar para las personas mayores, de cara a promover su integración y participación en la sociedad.

II

Que la Fundación Bancaria «la Caixa» ha fijado desde sus orígenes su atención en las personas mayores como uno de los colectivos objeto de su interés mediante el Programa de Personas Mayores, cuya finalidad es impulsar una tarea de promoción y atención a dicho colectivo, desarrollando actividades de formación y fomentando su participación activa en la sociedad, y dedicando una atención especial a las personas mayores en situación de mayor vulnerabilidad.

III

Que ambas instituciones son conscientes del papel activo que desarrollan y deben desarrollar las personas mayores en la sociedad, donde el aumento progresivo de la esperanza de vida, así como la mejora de las condiciones sociales y de salud, han dado lugar a un colectivo cada vez más numeroso, con mayor formación e información y con necesidades distintas a lo largo de su ciclo vital. Todo ello supone la necesidad de dar respuestas diversas e innovadoras a este colectivo.

IV

Que el Imserso y la Fundación Bancaria «la Caixa» reconocen la labor que se ha venido desarrollando en los últimos años para impulsar la promoción del envejecimiento activo, materializada en instrumentos jurídicos suscritos por ambas instituciones desde 2012, impulsando actividades de promoción de la salud y de prevención de situaciones de dependencia, y fomentando las actividades de participación social y voluntariado.

Por tanto, reconociéndose mutuamente capacidad suficiente para formalizar la colaboración y obligarse, acuerdan libremente suscribir el presente convenio de conformidad con las siguientes

CLÁUSULAS

Primera. *Objeto del convenio.*

El objeto de este convenio es el desarrollo del Programa de Personas Mayores que se detalla en el anexo I del presente convenio, en los centros dependientes del Imserso siguientes:

- Centro Social de Mayores con Unidad de Estancias Diurnas de Ceuta. Polígono Virgen de África, s/n, 51002 Ceuta.

– Centro Social de Mayores con Unidad de Estancias Diurnas de Melilla.
C/ Cuerpo Nacional de Policía, n.º 2, 52004 Melilla.
Y comprende lo siguiente:

Desde la Obra Social «la Caixa» se impulsa un estilo de vida activo para contribuir al bienestar de las personas mayores y prevenir situaciones no deseadas.

En este sentido, todos estos programas contemplan actividades, talleres y proyectos que trabajan para promover al máximo la autonomía de las personas mayores y comprende los siguientes puntos:

1. Actividades de promoción de la salud que contribuyan a la prevención y divulgación de conocimientos y hábitos para envejecer satisfactoriamente, que ayuden a una adaptación positiva de los cambios.

2. Actividades que se centran en la persona y que ofrecen recursos para el desarrollo de las capacidades personales que ayuden a la necesaria toma de decisiones, promocionando los valores de dignidad y autonomía a lo largo del proceso de envejecimiento.

3. Actividades vinculadas al aprendizaje de las nuevas tecnologías y al acercamiento de las personas mayores a las redes sociales y entornos 2.0.

4. Promoción de actividades y proyectos que impulsen la participación social y el voluntariado, cuya finalidad es promover el papel activo de las personas mayores para que sean y se sientan protagonistas de nuestra sociedad. Se incluye la colaboración con otras entidades del entorno en las que participen activamente los socios y/o usuarios de los centros como principales protagonistas.

La Fundación Bancaria «la Caixa» destinará los recursos necesarios para desarrollar una labor de seguimiento y apoyo a los proyectos de voluntariado, con el objetivo de mejorar su funcionamiento.

La descripción de las actividades se incluye en el anexo I del convenio.

Segunda. *Compromisos de las partes.*

1. Compromisos por parte del Imserso.

El Imserso pondrá a disposición los inmuebles descritos en la cláusula primera del convenio.

Por otra parte, el Imserso se compromete a potenciar, informar y colaborar en el desarrollo de las actividades y proyectos, facilitando el apoyo en la organización necesario para su correcta ejecución. Estas actividades se llevarán a cabo en los centros descritos en la cláusula primera del convenio.

El Imserso no tendrá vinculación laboral alguna con los trabajadores de la empresa o entidad que la Fundación Bancaria «la Caixa» contrate para el desarrollo y ejecución del programa. Las obligaciones sociales y laborales respecto de ese personal dependerán exclusivamente de dicha empresa o entidad. Así mismo el Imserso tampoco tendrá vinculación laboral o de cualquier otra naturaleza con el personal voluntario que pueda ser utilizado a tales efectos por la Fundación Bancaria «la Caixa» o por la empresa o entidad que ésta contrate.

2. Compromisos de la Fundación Bancaria «la Caixa».

Por su parte, la Fundación Bancaria «la Caixa» se compromete a impulsar las actividades y proyectos descritos en el anexo I, proporcionando los recursos necesarios y vinculados exclusivamente a su desarrollo.

Asimismo, la Fundación Bancaria «la Caixa» se compromete a ofrecer las herramientas necesarias para que los voluntarios puedan desarrollar la capacitación requerida para su acción.

La Fundación Bancaria «la Caixa» también asumirá el mantenimiento de los equipos informáticos de los EspacioCaixa (aulas de informática), garantizando su buen funcionamiento durante la vigencia de este convenio y de sus prórrogas.

La Fundación Bancaria «La Caixa», especificará detalladamente en el contrato que celebre con la empresa o entidad, para el desarrollo y ejecución del programa, el contenido de éste y los medios que habrá de poner a disposición del servicio a prestar.

La Fundación Bancaria «La Caixa» exigirá a la empresa o entidad con la que contrate el desarrollo y ejecución del programa, la contratación por ésta de un seguro de responsabilidad civil, que cubra los daños y perjuicios que los trabajadores dependientes de esa empresa o entidad o el personal voluntario que la misma pueda utilizar, puedan ocasionar en el desarrollo y ejecución del programa

Así mismo, la Fundación Bancaria «La Caixa», en el supuesto de que utilice personal voluntario en el desarrollo y ejecución del programa, habrá de contratar un seguro de responsabilidad civil a los mismos efectos.

Tercera. *Comisión de Seguimiento.*

Para facilitar el seguimiento y cumplimiento del convenio, se constituirá una Comisión de Seguimiento integrada, como mínimo, por dos representantes del Imserso y dos de la Fundación Bancaria «la Caixa».

A la Comisión de Seguimiento le corresponden, entre otras, las siguientes funciones:

- a) Definir el plan de trabajo y las funciones a desarrollar por las partes, respetando el calendario de implantación del plan de trabajo en los centros y la definición de los espacios donde se lleven a cabo los proyectos y actividades.
- b) Coordinar y realizar el seguimiento de las actividades previstas.
- c) Presentar propuestas de posibles colaboraciones en temas de voluntariado.
- d) Velar por el cumplimiento de los términos de colaboración acordados en el presente documento.

Esta comisión se reunirá por lo menos una vez al año, pudiendo ser convocada cuantas veces se estime necesario por cualquiera de las partes.

La Comisión se regirá en su funcionamiento por lo previsto en el presente convenio y supletoriamente por lo estipulado en la Sección tercera, del Capítulo II, del Título Preliminar de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

Cuarta. *Difusión del convenio.*

La Fundación Bancaria «la Caixa» podrá instalar en el EspacioCaixa, a su cargo, la imagen gráfica de acuerdo con el manual de rotulación fijado por la Fundación Bancaria «la Caixa». Así mismo, podrá informar y comunicar a las personas mayores que acuden a los centros las actividades que en virtud de este convenio se realizan por parte de la Fundación Bancaria «la Caixa», por medio de distintos materiales y soportes.

En la difusión que se realice en cualquier medio de comunicación sobre las actuaciones derivadas de este convenio, se hará constar expresamente que estas se realizan en virtud de la colaboración establecida entre el Imserso y la Fundación Bancaria «La Caixa».

En los elementos de difusión de las actuaciones incluidas en este documento y promovidas conjuntamente aparecerá la imagen corporativa de ambas instituciones.

Quinta. *Otras colaboraciones.*

El Imserso no aceptará, durante la vigencia de este convenio, otras colaboraciones con entidades de crédito o fundaciones a ellas asociadas que tengan idéntico objeto en los centros adheridos al presente convenio.

Sexta. *Vigencia.*

El presente convenio tendrá una validez hasta el 31 de diciembre de 2019 y entrará en vigor en los términos previstos en el apartado 8 del artículo 48 de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público y resultará eficaz una vez inscrito en el Registro Electrónico estatal de Órganos e Instrumentos de Cooperación del sector público estatal y publicado en el «Boletín Oficial del Estado».

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 49 de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público, en cualquier momento antes de la finalización del plazo previsto en el apartado anterior, los firmantes del convenio podrán acordar unánimemente su prórroga o su extinción.

Séptima *Modificación.*

El presente convenio podrá ser modificado por acuerdo de las partes a propuesta de cualquiera de ellas, a través de la Comisión de Seguimiento, mediante la suscripción del oportuno acuerdo de modificación formalizado antes de la finalización del convenio.

Octava. *Extinción y resolución.*

El presente convenio se extinguirá por el cumplimiento de las actuaciones que constituyen su objeto o por incurrir en causa de resolución.

Son causa de resolución:

- a) El transcurso del plazo de vigencia del convenio
- b) El acuerdo unánime de todos los firmantes.
- c) El incumplimiento de las obligaciones y compromisos asumidos por parte de alguno de los firmantes.

En este caso, cualquiera de las partes podrá notificar a la parte incumplidora un requerimiento para que cumpla en un plazo de tres meses con las obligaciones o compromisos que se consideran incumplidos. Este requerimiento será comunicado al responsable del mecanismo de seguimiento, vigilancia y control de la ejecución del convenio y a las demás partes firmantes.

Si trascurrido el plazo indicado en el requerimiento persistiera el incumplimiento, la parte que lo dirigió notificará a las partes firmantes la concurrencia de la causa de resolución y se entenderá resuelto el convenio.

- d) Por decisión judicial declaratoria de la nulidad del convenio.
- e) Por cualquier otra causa distinta de las anteriores prevista en el convenio o en otras leyes

Cualquiera de las partes podrá denunciarlo por escrito. Dicha denuncia se habrá de formalizar con tres meses de antelación a la fecha en que se desee dejar sin efecto el convenio y sin perjuicio de las actuaciones que en ese momento estén iniciadas si las partes acordaran su continuación hasta la finalización del plazo convenido para su ejecución, conforme a lo establecido en el art. 52.3 de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

Novena. *Financiación.*

Se trata de un convenio que no conlleva obligaciones económicas para el Imserso, por lo que no va a tener ningún impacto presupuestario. Y por parte de la Fundación Bancaria «la Caixa» se estima un presupuesto de 20.000 € que corresponde al desarrollo de las actividades recogidas en el Anexo I hasta fin de vigencia del convenio (31/12/2019); más labor de seguimiento y apoyo a los proyectos de voluntariado; mantenimiento de los equipos informáticos de los EspacioCaixa (aulas de informática); y contratar un seguro de responsabilidad civil.

Décima. *Confidencialidad y protección de datos.*

Ambas partes se comprometen a cumplir las exigencias previstas en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, en el Real Decreto 1720/2007, de 21 de diciembre, que aprueba el Reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 15/1999, y en el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de sus datos personales y a la libre circulación de estos datos.

Las partes se obligan a guardar secreto profesional respecto de los datos, tanto de carácter personal como profesional, a los que tuvieran acceso y vinculados a la participación en las actividades propuestas en el marco del presente convenio y recogidos en el anexo I, obligación que subsistirá aún después de finalizar la vigencia del presente convenio, y establecerán las medidas técnicas y organizativas necesarias que garanticen la seguridad e integridad de los datos de carácter personal, evitando su alteración, pérdida, tratamiento o acceso no autorizado conforme a los requisitos establecidos en la citada Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, y en el Real Decreto 1720/2007, de 21 de diciembre, que aprueba el Reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 15/1999.

Al término del convenio, las partes devolverán toda la información y documentación aportada para su cumplimiento que obre en su poder.

Las partes serán responsables de los daños y perjuicios que se ocasionen con motivo del incumplimiento de lo establecido en esta cláusula, incluido el importe de cualquier sanción que pudiera ser impuesta por la Agencia Española de Protección de Datos.

Undécima. *Régimen jurídico y jurisdicción competente.*

Este convenio tiene naturaleza administrativa y su régimen jurídico está regulado en los artículos 47 a 53 de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

La Jurisdicción Contencioso-Administrativa será la competente para resolver las cuestiones litigiosas que pudieran suscitarse entre las partes en el desarrollo del presente convenio, dada la naturaleza administrativa de éste.

Y, en prueba de conformidad, firman el presente convenio, en duplicado ejemplar, quedándose uno en poder de cada parte, en el lugar y fecha arriba indicados. Por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales, Manuel Martínez Domene, Director General, Por la Fundación Bancaria La Caixa, Marc Simòn Martínez.

ANEXO I

Proyectos del Programa de Personas Mayores 2018

Actividades de promoción de la salud y el bienestar.

El principal objetivo de estos talleres es facilitar a las personas mayores herramientas y conocimientos que contribuyan al retraso del envejecimiento, al mantenimiento de la autonomía personal y a la mejora del bienestar.

Despertar con una sonrisa.

Taller que pretende contribuir al bienestar y la salud, intentando dar respuesta a las preocupaciones que surgen a menudo entre las personas mayores por el hecho de no dormir bien, y con la voluntad de informar para tener más conocimientos acerca del sueño y sus alteraciones, así como ofrecer estrategias que ayuden a conseguir un descanso nocturno reparador.

Duración: 6 horas (3 sesiones de 2 horas).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- Sesión 1: El sueño.
- Sesión 2: Desde que nos despertamos hasta el anochecer.
- Sesión 3: Desde el anochecer hasta que nos despertamos.

Actívate.

Da a conocer cómo funciona nuestro cuerpo –y el cerebro en particular– y cuáles son los efectos del envejecimiento, poniendo al alcance herramientas para detectar la diferencia entre envejecimiento natural y enfermedad, ayudando a entender la importancia de llevar una vida activa de cara a disfrutar de un mayor bienestar en esta etapa de la vida.

Duración: 8 horas (4 sesiones de 2 horas).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- Sesión 1: Mitos y realidades.
- Sesión 2: Mejoramos la salud física y la actividad mental.
- Sesión 3: Por un estilo de vida saludable.
- Sesión 4: Por la participación.

Menos dolor, más vida.

Promueve el bienestar y la mejora de la calidad de vida de las personas mayores afectadas por el dolor, y de las personas mayores no afectadas pero que desean tener herramientas para prevenirlo. Pretende ayudar a combatir creencias como que el dolor es un «mal de la edad», y contribuir así a la mejora de la salud física y emocional de las personas mayores.

Duración: 12 horas (6 sesiones de 2 horas).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- Sesión 1: Conocer y comprender qué es el dolor y cómo nos afecta.
- Sesión 2: Aprender a gestionar el dolor y saber hacerle frente en distintas situaciones.
- Sesión 3: Asumir un rol activo en la gestión del dolor.
- Sesión 4: Tomar consciencia de la influencia de los aspectos psicoemocionales en la percepción y gestión del dolor.
- Sesión 5: Conocer los beneficios de llevar un estilo de vida saludable a través del ejercicio, el sueño y la alimentación.
- Sesión 6: Ser conscientes de la importancia de contar con una buena comunicación con la familia, los amigos y los profesionales de la salud.

Todas las sesiones irán acompañadas de actividades prácticas en las que se trabajarán terapias para el dolor, higiene postural en la vida cotidiana, tonificación muscular para la prevención de caídas, danza y relajación.

Entrena.

Es un taller preventivo y de promoción del envejecimiento saludable que impulsa la autonomía funcional y la actividad física en las personas mayores. También es un espacio de reflexión en el que se ofrece la oportunidad de mejorar y/o cambiar los hábitos de vida cotidianos; el ejercicio físico; la gestión del dolor; la alimentación equilibrada; la prevención de las caídas; la autonomía personal, y la participación social.

El taller está dirigido especialmente a personas mayores frágiles o con dificultades para realizar las actividades de la vida cotidiana y sin graves afectaciones cognitivas, que sean usuarias de los servicios de los centros de mayores.

Duración: 16 horas (8 sesiones de 2 horas).

El taller consta de unas sesiones prácticas en las que les ayudarán a adquirir una serie de hábitos saludables:

- Aprenderán trucos para mejorar la calidad de vida e incorporar hábitos saludables.
- Realizarán actividad física.
- Podrán compartir sus experiencias de autocuidado y descubrirán las de otras personas.
- Reforzarán la autonomía personal.
- Aprenderán a gestionar el dolor.
- Tendrán más seguridad y perderán el miedo a las caídas.

Ejercit@ tu mente.

Plataforma virtual pensada para que las personas mayores ejerciten sus capacidades cognitivas de forma sencilla y entretenida, como clave para tener un envejecimiento satisfactorio y saludable. Entrando en www.activalamente.com los mayores pueden seguir un itinerario personalizado de más de 1.200 ejercicios que trabajan las principales áreas cognitivas del cerebro: el lenguaje, la memoria, las funciones ejecutivas, el procesamiento visual, la atención y concentración, y el pensamiento auditivo. Duración: 4 horas.

Alimenta tu bienestar.

Conocer pautas y hábitos para tener una alimentación saludable y equilibrada que ayude a mejorar la salud.

Una buena alimentación es la base para vivir mejor.

Duración: 12 horas (8 sesiones de 1h 30 minutos).

En el taller Alimenta tu bienestar conocerás:

- Hábitos saludables para tener una alimentación adecuada.
- Los alimentos y sus componentes.
- La dieta saludable.
- La alimentación en el envejecimiento.

¡En Forma!

Los ejercicios de equilibrio, fuerza y potencia muscular que nos ayudan a mejorar nuestra condición física.

Se trabaja el mantenimiento e incremento de la fuerza y la potencia muscular, el equilibrio y la coordinación para conservar una buena forma física y prevenir caídas. Todo ello, a través de metodologías innovadoras con Eurythmics, una disciplina desarrollada para la enseñanza musical, que por primera vez se aplica como ejercicio para personas mayores, con el objetivo de poder realizar actividades con significado en sus vidas.

Duración: 24 horas (16 sesiones de 1h 30 minutos).

Desarrollo personal y ciclo vital. Vivir bien, sentirse mejor.

Una de las claves para afrontar el envejecimiento es dejar de entender esta nueva etapa de la vida como un periodo de pérdidas y pasar a centrarse en las oportunidades y fortalezas que pueda ofrecer.

Vivir bien, sentirse mejor plantea un conjunto de conocimientos, técnicas y habilidades psicoemocionales que pretenden contribuir a:

- Promocionar los valores de dignidad y autonomía a lo largo del proceso de envejecimiento.
- Promover el conocimiento y la aplicación de estrategias para contribuir al crecimiento y desarrollo personal.

– Favorecer la reflexión acerca de logros con significado y valor para el desarrollo del proyecto de vida de las personas.

El programa Vivir bien, sentirse mejor consta de los siguientes talleres:

– «Vivir como yo quiero» cuya duración es de 19,5 horas (13 sesiones de 1h y 30 minutos).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- 1.1 Mis motivaciones.
- 1.2 El control de mi vida.
- 1.3 Planificar y gestionar mi tiempo.
- 1.4 Tomar decisiones.
- 1.5 Pensar en positivo.
- 1.6 Mis relaciones.
- 1.7 Darse permiso.

– «Vivir en positivo» cuya duración es de 19,5 horas (13 sesiones de 1h y 30 minutos).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- 1.1 La resiliencia y nuestra capacidad de adaptación.
- 1.2 Fortalezas psicológicas: sabiduría, curiosidad, coraje, perseverancia y sentido del humor.
- 1.3 Prevención y gestión de conflictos.
- 1.4 Sentirse bien en soledad.

– «Vivir es descubrirme» cuya duración es de 18 horas (12 sesiones de 1h y 30 minutos).

En las sesiones del taller se trabajan las siguientes temáticas:

- 1.1 Comprender la vulnerabilidad para fomentar el desarrollo personal.
- 1.2 Promover el cuidado de uno mismo y de los demás.
- 1.3 Desarrollar mejores relaciones interpersonales y familiares.
- 1.4 Acercarse a la soledad como un elemento clave en el autoconocimiento.
- 1.5 Valorar el compromiso en la vida propia.

Actividades de informática y comunicación (TIC).

Formación para personas mayores en los diferentes recursos que nos ofrecen las tecnologías de la información, favoreciendo una mayor inclusión y participación social.

Iníciate a la informática.

Taller dirigido a aquellas personas que no hayan tenido la oportunidad de acercarse a la informática. Su objetivo principal es que los participantes adquieran los conocimientos esenciales, como usuarios, sobre *hardware* y *software*, y que desarrollen las habilidades digitales básicas.

Duración: 20 horas (10 sesiones de 2 horas)

Crea y diseña documentos de texto.

Taller formativo que pretende fomentar el aprendizaje de las tecnologías a través de la elaboración de un proyecto, que se define según las inquietudes y motivaciones de los participantes. En este primer nivel los participantes aprenden a utilizar programas de edición de textos e imágenes, sin olvidar los recursos que nos ofrece internet para publicar contenidos digitales.

Duración: 20 horas (10 sesiones de 2 horas).

Retoque fotográfico y presentaciones digitales.

El objetivo de este taller es que los participantes diseñen y desarrollen un proyecto, al mismo tiempo que adquieren conocimientos informáticos. En este segundo nivel los usuarios aprenden a utilizar herramientas de presentación de proyectos en formato digital.

Duración: 20 horas (10 sesiones de 2 horas).

Conecta a la red.

El principal objetivo de este taller es que los participantes con unos conocimientos básicos en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), se introduzcan en el uso de las redes sociales al mismo tiempo que comprendan su utilidad y, en consecuencia, puedan decidir qué uso quieren hacer de ellas en su vida cotidiana para ampliar o mejorar sus posibilidades de comunicación con el entorno más próximo.

Duración: 16 horas (8 sesiones de 2 horas).

Incorpora internet a tu día a día.

El principal objetivo de este taller es que los participantes con unos conocimientos básicos en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) se introduzcan en el uso de las herramientas y aplicaciones digitales más representativas, al mismo tiempo que comprendan su utilidad y, en consecuencia, puedan decidir qué uso quieren hacer de ellas en su vida cotidiana. Duración: 16 horas.

Participación social y Voluntariado.

Con estos talleres se pretende promover el papel activo de las personas mayores para que sean y se sientan protagonistas de nuestra sociedad.

Mayores Lectores (tertulia).

Tertulias alrededor de la lectura de un libro, escogido especialmente por su temática. Este taller será dinamizado por profesionales y se realizará en aquellos centros donde se valore la dificultad de su dinamización por parte de los voluntarios. Duración: 12 horas.

Grandes lectores (formación).

Tertulias alrededor de la lectura de un libro, escogido especialmente por su temática y dinamizado por voluntarios. Se contemplan actividades formativas. Duración: 12 horas

Acción local.

Aportar experiencias y dedicación a los demás es una buena manera de estar y sentirse comprometido con la comunidad.

Por ello, la acción local desarrolla proyectos de participación social con entidades y agentes del territorio, en función de las necesidades específicas de cada zona. Por ejemplo: CiberCaixa Solidaria con colectivos en riesgo de exclusión social. Se contemplan dos actividades formativas:

1. Definición del proyecto de acción local: planteamiento de objetivos y temporalización.

Duración: 6 horas.

2. Formación específica para el proyecto de acción local: dirigida a proporcionar conocimientos específicos a los voluntarios y vinculada a la acción de voluntariado que se realice en cada centro, especialmente para los proyectos de acción local.

Duración: 10 horas.

Las acciones locales pueden desarrollarse en los siguientes ámbitos:

- Acción local. Inmigración.
- Acción local. Salud y vulnerabilidad.
- Acción local. Exclusión social.
- Acción local. Educación y cultura (y valores).
- Acción local. Medio ambiente y entorno.
- Acción local. Intergeneracional.

Actividades intergeneracionales.

El objetivo de estas actividades es promover las relaciones intergeneracionales para acercar a personas de diferentes grupos de edad, con el ánimo de enriquecer los vínculos y el conocimiento mutuo, utilizando las TIC como herramienta para la interacción.

En relación con los proyectos de voluntariado, se contempla una formación genérica en Habilidades sociales y promoción de la participación y el voluntariado. Duración: 15 horas.