

Seniorlab: innovación y tecnología al servicio de los mayores



Dolors Solano

Directora del Seniorlab.



Artur Serra

Director adjunto de i2cat Foundation.

Seniorlab nació a finales de 2007 desde el Citilab de Cornellá como un proyecto de dinamización de la población sénior para producir innovaciones relevantes.

La finalidad era clara: vivimos en un mundo más tecnológico, más digital y, a su vez y de forma contradictoria, en un mundo de personas más mayores y con generaciones menos conectadas digitalmente. Esta brecha entre tecnología y séniores nos llevó a crear el proyecto Seniorlab.

Cuando se originó este proyecto, se destacaron innovaciones relacionadas con:

- El aprovechamiento del conocimiento y la memoria histórica que aportan los mayores
- La historia aplicada.
- La comunicación intergeneracional.
- La tecnología para personas mayores.
- El desarrollo de productos para y con las personas mayores.
- El desarrollo de productos intergeneracionales (“juegos con nietos”, apoyo asistido tecnológicamente a padres en cuidado de nietos y otros).
- La mejora de servicios para mayores, como la teleasistencia.
- La mejora de servicios municipales, regionales y nacionales.

Resolver ese problema demandaba necesariamente un planteamiento muy abierto. Este consistió en crear un laboratorio, un espacio de innovación donde los mayores empezaran a jugar, a aprender, a hacer suya la tecnología digital, a su ritmo, sin prisas.

Aprendiendo a hacer proyectos.

El método que hemos seguido ha sido invitar a los séniores a hacerse la misma pregunta que hacemos a todos los miembros del Citilab: “Y tú, ¿qué quieres hacer?”. La tecnología son proyectos y los ordenadores no caen del cielo, son inventos humanos, los imagi-



namos, los analizamos, los hacemos. Comprender el mundo en que vivimos empieza por poder proyectarlo, por proyectar tu propia vida. No importa que tengas siete años o setenta. Todos estamos a tiempo de aprender a hacer proyectos. “¿Cuál es el tuyo?” Esa ha sido la guía del Seniorlab.

Muchos señores han querido hacer proyectos relacionados con su historia personal. Todo ordenador tiene memoria, igual que toda sociedad. Los mayores son la memoria colectiva, y ahora la pueden transmitir digitalmente a las próximas generaciones. Otros han colaborado en diseñar sistemas digitales de apoyo a los cuidadores de enfermos de Alzheimer. A otros les ha interesado cómo mejorar su alimentación, recopilando las mejores fuentes que han

“Los ordenadores no caen del cielo. Son inventos humanos, los imaginamos, los analizamos, los hacemos. Comprender el mundo en que vivimos empieza por poder proyectarlo, por proyectar tu propia vida”.

encontrado en la red. Hay quien ha participado en proyectos europeos con señores de Finlandia o Inglaterra para diseñar el tipo de vivienda en la que querrían vivir y cómo querrían que fuese su ciudad, una ciudad amigable también para señores. Otros han colaborado en escribir cuentos para sus nietos, editados por ellos mismos.

Para ello, les hemos enseñado herramientas digitales; a usar programas de presentación con diapositivas, a editar videos, a traducir al inglés sus ideas con Google Translator, a utilizar redes sociales para poder compartir y conectar con familiares y amigos, o simplemente para mantenerse activos en el conocimiento de nuevas herramientas o conceptos tecnológicos de nueva generación. Les hemos enseñado a contar sus historias en un blog, han viajado por Europa con proyectos de innovación, o simplemente han hecho turismo descubriendo rincones de su ciudad y de su región que desconocían.

Y después de 12 años ¿qué hemos logrado?

Consolidar una comunidad de señores innovadores, que a lo largo de los años ha ido creciendo. Por Seniorlab han pasado unas 300 personas, algunas de ellas todavía siguen en el proyecto, con una media de edad entre 60 y 85 años.

El grado de satisfacción por parte de los participantes es elevado, también su grado de autoestima: el hecho de obtener conocimientos tecnológicos les ofrece identidad y sentimiento de pertenencia a una sociedad abocada a



Los *seniorlabs* pueden ser un nuevo tipo de servicio salutogénico, es decir, dedicados a potenciar la salud. Aaron Antonovsky, sociólogo americano, ha propuesto este enfoque de salud diferente en el que es básico potenciar en las personas el “sentido de coherencia”, es decir, sus capacidades para comprender el mundo en el que viven, para poder darle un sentido a su vida en el mundo y para poder manejarse en él con autonomía.

la revolución tecnológica, cosa que en un principio les era lejano. En palabras de un *seniorlabeo*: “Nunca hubiera imaginado que la tecnología me abriría una ventana al mundo y me daría tantas opciones”.

Modestamente, Seniorlab está permitiendo a los señores una mejor comprensión de la sociedad digital actual. Los participantes entienden mejor las tecnologías digitales y, en general, el mundo en el que están viviendo.

Seniorlab ha demostrado que los señores pueden innovar e integrarse plenamente en la sociedad digital, y eso a pesar de la imagen de “carga” que la sociedad actual tiene todavía de la gente mayor. No será fácil que la mayoría de la sociedad admita que está naciendo un nuevo tipo de señor creativo, no dependiente y con ganas de innovar y que lo que quiere son nuevos servicios como Seniorlabs en cada barrio, ciudad o pueblo, dedicados a fomentar esa faceta creativa, que les ayude a mejorar su salud en general y, particularmente, su salud mental y emocional.

Les ayuda a dar un nuevo sentido a este periodo tan decisivo de su trayectoria vital, y a mejorar su vida diaria, con frecuencia bombardeada con un sinfín de novedades y cambios que amenazan en cada momento con dejarlos en la cuneta. Espacios como Seniorlab les permiten conectar con una comunidad de iguales que les apoya y les anima a seguir siendo activos y creativos.

Más información en:

<https://thevoiceofseniors.wordpress.com/>



Disponemos de un equipo profesional para asesorarle sobre adaptación de vivienda, adaptación de vehículos, ayudas PUA, movilidad y autonomía personal y mucho más. ¡consúltenos!

nuevas instalaciones ¡visítenos!



J. GUZMAN
ayudas técnicas i ortopedia. s.l.

¡nueva dirección!
De:
C/ María Barrientos, 7-9
A:
C/ María Barrientos, 15

sillas de ruedas · taller propio · vida diaria · ayudas movilidad · camas · rehabilitación · alquiler ortopedia técnica · grúas · material antiescaras · asientos especiales · material de baño

Tel. 93 411 15 96
email: info@ortopediaguzman.com
tienda online: www.ortopediaguzman.com

C/ María Barrientos, 15
08028 Barcelona (Les Corts)
L-V: 9:30 -13:30h. / 16:30 - 20:00h.
S: 9:30 -13:30