

Horizontes

Temas prácticos sobre el envejecimiento y el desarrollo

Edición 73 / junio de 2009

Personas mayores protagonistas

Una forma de lograr mayor apoyo

Puntos claves para los programas

Historias que conmueven

El uso de blogs: una forma de difundir el mensaje

Contando historias con imágenes

Haciendo campaña en todo el mundo

Acción en Moldavia, Tanzania y Bolivia



**HelpAge
International**

*personas mayores
protagonistas*

Contenido

- 4 Una forma de lograr mayor apoyo
- 6 Puntos claves para los programas
- 7 “Personas mayores protagonistas”: un resumen
- 8 Historias que conmueven
- 10 Contando historias con imágenes
- 11 El uso de blogs: una forma de difundir el mensaje
- 12 Haciendo campaña en todo el mundo
- 13 Nosotros también tenemos derechos
- 14 Valorados como nunca antes
- 16 Pasos hacia una mejor pensión

Próximos temas

Horizontes se publica dos veces al año. La edición 74 de octubre de 2009 tratará sobre cómo trabajar con los medios de comunicación. Damos la bienvenida a artículos para que sean considerados para su publicación, hasta finales de julio.

Portada

Muhindo Seforoza con su familia en Uganda. Ella cuida de sus seis nietos huérfanos.
Foto: Antonio Olmos / HelpAge International

Comentario

Una fuerza positiva para el cambio

Bienvenidos a Horizontes 73. Como verán esta edición se ve distinta. El nuevo diseño refleja el enfoque de “personas mayores protagonistas” de HelpAge International, refleja el concepto de que las personas mayores se encuentran en el núcleo de nuestro trabajo y alienta a la gente a reconsiderar sus actitudes hacia el envejecimiento.

Con sólo leer los artículos y cartas de esta edición visualizarán el concepto de “personas mayores protagonistas”, y cómo las personas mayores contribuyen a la sociedad y a su propio desarrollo. Le invitamos a descubrir cómo aplicar un enfoque “personas mayores protagonistas” en su trabajo, y cómo difundir el mensaje de que las personas mayores son una fuerza positiva para el cambio.

Si desea compartir ejemplos de “personas mayores protagonistas”, por favor envíelos y los publicaremos en una edición futura.

Celia Till

Editora Horizontes.

Cartas

La apicultura en la edad del retiro

A pesar de ser joven, he observado cómo viven acá las personas jubiladas. Quiero presentarles al señor Tadiwos Babiro, de 66 años, un técnico en apicultura jubilado y agricultor. Ha dado capacitación práctica en apicultura a agencias de desarrollo, agricultores y grupos de mujeres.

Desde el inicio de su jubilación, no quiso permanecer inactivo. Ahora comparte sus conocimientos y su experiencia con estudiantes en la escuela de agricultura. También sustenta a su familia con más de 50 colmenas en su jardín. En resumen, su dedicación a actividades de apicultura puede representar un ejemplo para otras personas jubiladas.

Habtamu Lemma, Etiopía (vía correo electrónico)

Buenas noticias para las personas de la tercera edad

Una carta mía que apareció en Horizontes 72 originó el envío de una carta de parte de otro lector, el señor T.C. Meemaduma, de Sri Lanka. Él apenas tiene 71 años y me ha preguntado sobre mis actividades a los 92. Doy gracias a Horizontes que une a personas mayores en todo el mundo. Las personas de la tercera edad necesitan tres cosas, que son, amor, comprensión y el ser correspondidos. Tengo una noticia que beneficia a las personas mayores. Nuestra ciudad capital, Delhi, tiene una nueva

organización llamada Burzugon ke Humsafar (viajeros de la tercera edad), que proporciona un vehículo (auto o furgoneta) con un conductor sin costo para personas mayores, con únicamente algunas averiguaciones previas en caso de emergencia.

En nuestras vidas agitadas a menudo dejamos de compartir tiempo con nuestros mayores. Tomando esto en cuenta, unas 50 personas mayores de nuestra capital han formado una organización, Anandadhara, para ser atendidas sin costo en el campo de la salud.

Mahindar Singh, miembro del Consejo de Gobernancia de Indian Federation on Ageing S-314 Panch Shila Park Nueva Delhi 110017 India

Cuidados ante la pobreza crítica

Joy for Elderly Care, Uganda (JFEC-U) es una organización no gubernamental que se fundó en el año 2006. Al principio las cosas no fueron fáciles porque no siempre habían recursos disponibles. Sin embargo, persistimos porque nuestra visión estaba claramente definida: ayudar a personas mayores y a sus hijos dependientes a vivir vidas seguras y con dignidad.

Cuando visitamos a Kalorina, de 65 años, la encontramos de pie detrás del mostrador de su pequeño almacén. Las repisas no tenían nada para vender. Nos relató cómo había perdido a cinco de sus hijos por el SIDA. Por lo tanto tuvo que asumir la

crianza de sus nietos. A pesar de que se encontraba en un estado de pobreza crítica, todos sus nietos la habían buscado para recibir apoyo económico, particularmente para pagar su educación, su alimentación y sus cuidados de salud, y también en busca de apoyo moral.

Su respuesta fue que estaba dispuesta a ayudar con Joy for Elderly Care – Uganda para poder unirse a los millones en todo el mundo que toman una postura de acción en contra de la pobreza, el hambre y la desigualdad.

Este es un resumen editado del boletín no. 1 Joy for Elderly Care – Uganda enviado por Victoria Namusoke Directora Ejecutiva, JFEC-U.P.O. Box 33676 Kampala – Uganda Correo electrónico: joyelderlycare_ug@yahoo.com

Las cartas son bienvenidas

Por favor escribe a: El Editor, Horizontes HelpAge International
P.O. Box 32832, Londres N1 9ZN
Reino Unido
Fax +44 (0)20 7713 7993
Correo electrónico: ctill@helpage.org
Por favor incluye tu nombre, organización (si la hay) y dirección postal.
Las cartas podrán ser editadas.

Nuevas publicaciones

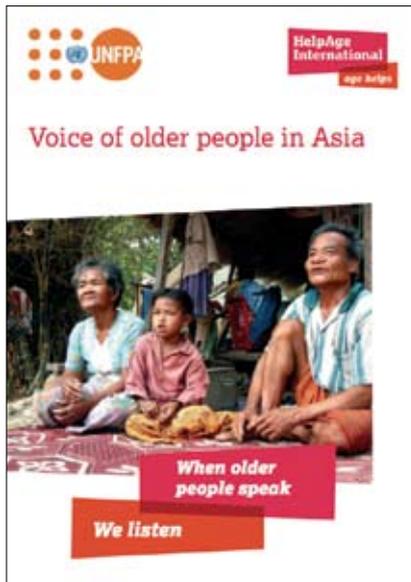
Voces de personas mayores en Asia

Este informe les dió voz a quince hombres y mujeres mayores que participaron en un foro auspiciado por el Centro Regional Asia/Pacífico de HelpAge International en el año 2008.

Los participantes venían de distintos países de Asia y de diferentes clases sociales, incluyendo a profesores, agricultores, sindicalistas, ex soldados, académicos y líderes de organizaciones de base. Se les pidió dar sus opiniones sobre tres áreas: ingresos, seguridad, servicios de salud, dignidad y respeto en la edad mayor.

HelpAge International, 2009

Puede ser descargado de:
www.helpage.org/resources/briefings



“Los mayores pueden no siempre necesitar ayuda económica, pero sin duda necesitan el apoyo social y moral que los hace sentirse valorados, especialmente por parte de los jóvenes”.

Dr. Myint Myint Khin, académico y escritor de Myanmar que participó en “Voces de personas mayores en Asia”.



Integrando a las personas mayores:

Un manual de capacitación de capacitadores para tener éxito en hacer práctico y común el trato amigable a las personas mayores en el programa de la Cruz Roja Canadiense en Aceh, Indonesia

Este manual contiene ejercicios, listas de tareas a realizar, ejemplos y notas de facilitadores para la capacitación de capacitadores en cómo incluir a las personas mayores en respuesta a emergencias.

Tiene seis unidades sobre: El envejecimiento en general; La movilización comunitaria y las personas mayores; Comprendiendo las necesidades y capacidades de las personas mayores; Trabajando con personas mayores en la respuesta a desastres y rehabilitación; Trabajando con mujeres mayores y personas mayores con discapacidades; Monitoreo y evaluación para medir el grado de amabilidad hacia los mayores.

Este manual fue producido por HelpAge International para el programa de la Cruz Roja Canadiense en Banda Aceh, Indonesia. Puede ser adaptado por otras agencias humanitarias para ayudarles a incluir a personas mayores en su trabajo.

Cruz Roja Canadiense y
HelpAge International Asia/Pacífico, 2009
Puede ser descargado de:

www.helpage.org/resources/manuals

“Una vez que piensas que eres viejo, te limitás. Debemos aprender algo nuevo cada día”.

Datuk Lum Kin Tuck, de 91 años de edad Presidente de NACSOM, Malasia que participó en “La voz de las personas mayores en Asia”.

Cerrando la brecha

Un estudio exploratorio para ampliar los servicios de cuidados paliativos a personas mayores en dos países africanos

Un estudio realizado por African Palliative Care Association en Kenya y Uganda resalta la necesidad urgente de cuidados paliativos para personas mayores.

Los mayores experimentan dolor físico (por ejemplo de cáncer, dolor de articulaciones, llagas), dolor psicológico (preocupación, temor, depresión), dolor social (por las condiciones de pobreza, dificultades económicas, información inadecuada, soledad, abuso) y dolor espiritual (por la falta de dignidad y la carencia de propósitos en la vida).

El estudio, financiado por Help the Aged, revela que los cuidados paliativos en el África Sub Sahariana están principalmente relacionados con VIH y SIDA, y que las necesidades de las personas mayores se ven ignoradas en gran medida. Recomienda integrar los cuidados paliativos en los servicios para los mayores.

African Palliative Care Association, 2009

Copias disponibles de Richard A. Powell
Director de Monitoreo y Evaluación e
Investigación African Palliative Care
Association P.O. Box 72518
Kampala – Uganda
Correo electrónico: tony.powell@apca.co.ug

¡Mantente en contacto!

Por favor manténgase en contacto para asegurar que recibe copias de Horizontes regularmente.

Si cambia sus detalles de contacto, por favor enviar por correo el formulario de la página 15 o utilizar el formulario en línea de: www.helpage.org/aboutus/contactus

“Personas mayores protagonistas”: una forma de lograr mayor apoyo

Jane Scobie explica el razonamiento detrás de “personas mayores protagonistas” y lo que significa para la Red HelpAge.

A la edad de 64 años, Muhindo Seforza de Uganda (retratada en la portada) es ‘madre’ de seis nietos huérfanos. Su día comienza temprano alimentando a los niños antes de ir a su granja en la que cultiva café y plátanos. “Cualquier dinero que gano es utilizado en la alimentación de los niños, en la compra de material escolar y en pagar cuentas médicas”.

En Bangladesh, Abdul Rab (fotografiado a mano derecha) aún trabaja como jalador de carrozas rickshaw a la edad de 82 años. “Todavía estoy lo suficientemente en forma. Utilizo mi sueldo para pagar gastos familiares como arroz y ropa. También pago la educación de una de mis nietas, porque su padre ha muerto”.

En todo el mundo, en toda ciudad y pueblo, las personas mayores como Muhindo y Abdul están haciendo contribuciones invaluable a la sociedad. Pero sus contribuciones son poco reconocidas y su problemática rara vez incluida en los debates políticos o planes de desarrollo. Porque a pesar de que la edad trae consigo experiencia y pericia, también hace que la salud decaiga, existan menos opciones de trabajo y se presenten casos de discriminación contra la edad, haciendo que las personas mayores estén entre las más pobres y más olvidadas del mundo. Muchos se ven sencillamente relegados a la mendicidad.

Nuestro propio futuro

¿Por qué es así? Todos estamos envejeciendo y la mayoría de nosotros deseamos vivir una vida larga. ¿No sería bueno que todos pudiéramos anhelar la vejez sabiendo que tendremos ingresos asegurados, cuidados de salud esenciales y seremos tratados con respeto?

Aún así la impresión general es que las personas mayores en realidad no importan. Simplemente fijate en los recursos designados a las personas mayores. Después del tsunami del Océano Índico, sólo el uno por ciento de la ayuda

humanitaria fue destinada a personas mayores, a pesar de que representaban aproximadamente el siete por ciento de la población afectada. Una encuesta en Sud África reveló que a pesar de que el 90 por ciento de los médicos atendían de manera regular a personas mayores, sólo el tres por ciento había recibido capacitación específica para ello. Y el personal del Programa de Naciones Unidas Para la Vejez cuenta apenas con cuatro personas.

No es que no haya existido progreso. Por ejemplo, en 1996 el gobierno de Botswana introdujo una pensión no contributiva para todos los mayores de 65 años debido a la gran cantidad de personas mayores que tenían a su cuidado huérfanos. En 2001 el gobierno de las Islas Mauricio adoptó una política nacional respecto a las personas mayores en reconocimiento a sus capacidades y contribuciones únicas, particularmente en la realización del Mauricio moderno. Y en Latinoamérica los gobiernos están apoyando el llamado por una Convención sobre los Derechos de las personas mayores, porque ven que los mecanismos existentes son demasiado débiles.

Muchos individuos y organizaciones están trabajando esforzadamente para mejorar la vida de las personas mayores. Tú mismo estás ayudando a lograr una diferencia. En los últimos 25 años, la red HelpAge ha logrado mucho, haciendo de pioneros en nuevos enfoques de trabajo con personas mayores y haciendo que sus voces se escuchen en foros políticos nacionales e internacionales (ver Horizontes 72).

Más fuerte y más claro

Pero aún hay mucho camino por recorrer. Las voces de los mayores deben ser más fuertes y los mensajes más claros. Esta necesidad se hace más urgente a medida que la población mundial envejece. En el año 2050 la cantidad de personas mayores en países en vías de desarrollo se habrá triplicado, lo cual podría significar tres veces la cantidad actual de personas



mayores viviendo sin comida, ropa o vivienda adecuadas. La actual crisis financiera global significa que se debe hacer más, y no menos gasto social para estimular las economías y proteger a aquellos que viven con bajos ingresos; es esencial que se incluya a las personas mayores en estas medidas.

La capacidad de las personas mayores

Es acá donde ingresa la nueva postura “personas mayores protagonistas” de HelpAge International. En el año 2007, consultas realizadas por HelpAge International con organizaciones afiliadas y otras asociadas, llegaron a la conclusión de que la mejor forma de ganar más apoyo para las personas mayores es mostrar al envejecimiento como un beneficio para la sociedad, resaltando la capacidad de los mayores en contribuir a su propio desarrollo. Esta postura se resume como “personas mayores protagonistas”, que aparece en el nuevo logo de HelpAge International (detalles en la página 7).

**A los 82 años,
Abdul Rab aún
genera ingresos
para su familia.**



Antonio Olmos/HelpAge International

Poniendo en práctica

En términos prácticos, “personas mayores protagonistas” significa hacer que las personas mayores participen en programas (ver la página 6) apoyándolas en la realización de sus propias actividades de desarrollo, como se lo demuestra en los artículos de Moldavia (página 13) y Bolivia (página 16).

Significa comunicar las experiencias y las habilidades de las personas mayores de manera persuasiva a una gran variedad de personas, desde representantes de gobiernos hasta el público en general. Si el público comienza a valorar a las personas mayores y abogar a sus gobiernos por mayores recursos, es más probable que éstos actúen. Entonces esta edición de Horizontes se preocupa en cómo registrar las experiencias de las personas mayores (páginas 8 y 10) y cómo compartirlas con todo el mundo a través del internet (página 11) y la campaña ADA (Personas Mayores Demandan Acción) (página 12).

La ampliación de la Red HelpAge juega un papel indispensable en todo esto. En lo que va del año ya se han unido tres organizaciones más: Dobroe Del (Rusia), GRAVIS (India) y SAWAKA (Tanzania, cuyo perfil se encuentra en la página 14). Esto hace que el total de organizaciones afiliadas alcance a 77 en 56 países (ver página 15).

Dos afiliadas, HelpAge Korea y HelpAge USA, son las primeras en convertirse en afiliadas ‘hermanas’, asumiendo la misma postura esencial de “personas mayores protagonistas”, los valores y la identidad visual de HelpAge International. Hay dos afiliadas más, HelpAge Kenya y HelpAge Sri Lanka, que están a punto de hacer lo mismo. Todo esto ayuda a generar un mensaje claro y consistente en todo el mundo.

En el año 2050, las perspectivas de las personas mayores podrían ser muy distintas de lo que son ahora.

Lo que tú puedes hacer

Si tienes acceso a internet, puedes:

- Ver nuestro video Personas Mayores Protagonistas, actualmente en más de 30 idiomas, en www.helpage.org/films/agehelps;
- Poner un anuncio en nuestro blog Personas Mayores Protagonistas en www.helpage.org;
- Firmar nuestra petición global en www.helpage.org/petition/ada

Si tu organización aún no es una afiliada, puedes descubrir como afiliarte contactándote con tu centro regional más cercano (detalles en la página 15) o nuestra Oficina de Londres (página 16).

Jane Scobie es Directora de Comunicación y Campañas HelpAge International, Londres (dirección en la página 16)
Correo electrónico: jscobie@helpage.org

Puntos claves para los programas

Michelle Lewis explica cómo el enfoque “personas mayores protagonistas” hacia programas significa reconocer que las mismas personas mayores poseen la clave para resolver los problemas que enfrentan.

Un enfoque de programas con el concepto “personas mayores protagonistas” no trata únicamente de mayor participación y consultas con personas mayores. Significa comprender que las mismas personas mayores son parte de la solución a problemas de desarrollo más amplios, incluyendo la educación y nutrición de niños, cuidados sociales, administración de recursos naturales, preparación para desastres y la democracia local.

Ignorar el potencial de las personas mayores en contribuir hacia su propio desarrollo y el de sus comunidades significa desconocer algunas de las oportunidades más importantes para reducir la pobreza y promover la cohesión social.

Los programas con el enfoque “personas mayores protagonistas” involucran a las personas mayores en todas las etapas: en evaluación de necesidades, diseño, implementación, monitoreo y evaluación. También muestran al público, a los medios y a quienes forjan las políticas públicas lo que están haciendo los mayores, ayudando así a cambiar actitudes y a ganar más apoyo.

Una visión “personas mayores protagonistas”

El ver tu proyecto a través de un lente de “personas mayores protagonistas” te ayuda a ver cuán lejos han llegado. Por favor recuerda que las necesidades de mujeres y hombres mayores son distintas, por lo que deberás tener esto en cuenta en cada etapa del proyecto.

Para ponerte los lentes “personas mayores protagonistas”, hazte preguntas como las que siguen:

Planificación

- ¿Cómo construir el proyecto sobre la capacidad y el potencial de hombres y mujeres mayores como agentes de desarrollo? ¿Cómo se hará el monitoreo de esto?
- ¿Cómo las mujeres y hombres mayores ayudarán a tomar decisiones sobre

planificación, implementación, monitoreo, evaluación y comunicación en el proyecto?

Metodología

- ¿Qué control tendrán las personas mayores sobre los recursos del proyecto?
- ¿Cómo incluirás a las personas mayores que podrían verse excluidos del proyecto debido a su bajo nivel de educación o una discapacidad?
- ¿Cómo asegurarás de que las personas mayores tengan acceso a capacitación y tecnología apropiadas?
- ¿Cómo fortalecerá el proyecto las voces de mujeres y hombres mayores a nivel local, nacional o internacional?
- ¿Cómo vinculará el proyecto a las personas mayores con instituciones formales e informales?
- ¿Cómo mejorará el proyecto el acceso de las personas mayores a servicios?

Monitoreo, aprendizaje y recolección de evidencia

- ¿Cómo se harán las consultas permanentes con cada uno los hombres y mujeres mayores y grupos de personas mayores? ¿Cómo se incorporará este

aprendizaje al programa?

- ¿Cómo las mismas personas mayores harán el monitoreo del proyecto y evaluarán su impacto?
- ¿Cómo el proyecto mostrará responsabilidad a hombres y mujeres mayores y qué mecanismos habrán para la retroalimentación y reclamos?

El aplicar un lente ha dado lugar a proyectos como los de Moldavia (página 13) y Tanzania (página 14), en los que las ideas, las prioridades y las oportunidades tanto de hombres como mujeres mayores se encuentran realmente en la esencia del trabajo de HelpAge International y de sus afiliadas.

Michelle Lewis es Directora de Programa HelpAge International, Londres (dirección en la contratapa)
Correo electrónico: mlewis@helpage.org

Los lineamientos sobre la participación de las personas mayores están disponibles en Participatory research with older people: a sourcebook, HelpAge International, 2002
Esto puede ser descargado de: www.helpage.org/resources/manuals



Elijah Osbourne toma el micrófono en un proyecto que ha fortalecido las voces de las personas mayores en Jamaica.

Personas mayores protagonistas- un resumen

Mayur Paul responde a preguntas claves sobre “personas mayores protagonistas”.

¿Qué significa “personas mayores protagonistas”?

“Personas mayores protagonistas” resume la postura esencial de HelpAge International, significa que las personas mayores representan un beneficio para la sociedad y una fuerza positiva para el cambio.

Esta postura se describe plenamente en nuestro manifiesto:

La edad hace la diferencia

La experiencia. La pericia. Con la edad viene una comprensión de cómo eran las cosas, de cómo son y de cómo podrían ser. La contribución que hacen las personas mayores a la sociedad es invaluable.

Por supuesto que el envejecimiento llega con problemas, que pueden impedir que las personas alcancen su potencial pleno. Somos expertos en el envejecimiento y en los problemas que puede traer consigo.

Motivados por el deseo de hallar soluciones a los problemas que las personas mayores enfrentan en todo el mundo, hacemos campañas sin descanso para hacer que estos temas aparezcan en las agendas de los gobiernos y del público en todo el mundo.

Trabajamos con y para las personas mayores para ayudarles a alcanzar servicios adecuados de salud, seguridad financiera e inclusión en sus comunidades.

Hasta la fecha estamos orgullosos de nuestros logros y la creciente fortaleza de nuestra red internacional nos está ayudando a alcanzar a más personas que antes. Estamos ayudando a hacer que la edad haga la diferencia en el mundo.

¿Por qué HelpAge International ha adoptado esta postura?

El tener una postura clara y basada en valores que apuntala todo nuestro trabajo y que puede ser transmitida por toda la Red HelpAge, dará a las personas motivos más claros para trabajar con nosotros. Un mayor apoyo a nuestro trabajo nos ayudará a realizar nuestra visión.

Nuestra visión es un mundo en el que todas las personas mayores puedan tener vidas dignas, activas, saludables y seguras.

En el año 2007, consultas realizadas por HelpAge International con afiliadas y otros asociados llegaron a la conclusión de que la mejor forma de ganar más apoyo, era mostrar a la vejez como un beneficio para la sociedad, resaltando la capacidad de las personas mayores en contribuir hacia su propio desarrollo.

¿“Personas mayores protagonistas” promueve los derechos de las personas mayores?

Sí. El promover los derechos de las personas mayores forma parte de nuestra misión:

Nuestra misión es trabajar con nuestras organizaciones afiliadas y contrapartes para asegurar que las personas de todo el mundo comprendan cuánto contribuyen las personas mayores a la sociedad, y que ellos deben disfrutar de su derecho a cuidados de salud, servicios sociales y seguridad económica y física.

“Personas mayores protagonistas” significa demostrar las capacidades de las personas mayores además de sus necesidades. Continuaremos mostrando la situación de las personas mayores vulnerables (por ejemplo, aquellas que son muy débiles o fueron afectadas por desastres) y trabajaremos con ellas. Enfatizaremos su necesidad de cuidados y de apoyo, no porque se lo hayan ganado, sino porque es su derecho.

También enfatizaremos en que las personas mayores pueden identificar las soluciones a los problemas que enfrentan, y que deberían ser consultadas para poder desarrollar las soluciones más apropiadas.

¿Cómo funciona “personas mayores protagonistas” en la práctica?

“Personas mayores protagonistas” significa hacer que las personas mayores estén en el centro de nuestro trabajo de abogacía y comunicación; éstos son algunos ejemplos:

- Crear oportunidades para que las personas mayores hagan escuchar sus voces.
- Consultar a las personas mayores en el desarrollo de proyectos.
- Recolectar evidencia sobre las contribuciones de las personas mayores a la sociedad.
- Desafiar actitudes negativas hacia las personas mayores.
- Hacer que las oficinas sean accesibles y den la bienvenida a las personas mayores.
- Emplear los medios de comunicación que utilizan las personas mayores, como ser la radio.
- Realizar campañas para generar apoyo público para las personas mayores.
- Apoyar una convención sobre los derechos de las personas mayores.

“Personas mayores protagonistas” también significa poner en marcha políticas de empleo en pro de la edad. Y significa alentar a más organizaciones a que se unan a la Red HelpAge y adopten la postura “personas mayores protagonistas”.

Mayur Paul es Oficial de Branding y Comunicación de Programas HelpAge International, Londres (dirección en la página 16)
Correo electrónico: mpaul@helpage.org

Vivimos en un mundo que envejece

no seamos un mundo que discrimina la vejez.

Historias que conmueven

¿Cómo podemos comunicar “personas mayores protagonistas” de manera persuasiva? Las historias personales son esenciales para este fin, explica *Celia Till*.

Puedes promover actitudes positivas hacia el envejecimiento en todo lo que escribes, desde propuestas de proyectos hasta artículos de periódico e historias en internet. Cuando escribas:

Refuerza “personas mayores protagonistas” en toda oportunidad

Muestra que las personas mayores están contribuyendo, encontrando sus propias soluciones y hablando con confianza sobre sus logros.

Resalta los resultados

Muestra cómo tu trabajo ha logrado hacer una diferencia, dando ejemplos de lo que las personas mayores han podido hacer como consecuencia.

Opta por contenido personal, de la vida real

Utiliza historias personales, citas y ejemplos concretos de actividades realizadas por personas mayores para alentar a tus lectores.

Escoge cuidadosamente tu lenguaje

Utiliza “personas mayores”, no “los viejos” o “personas viejas”, ya que estas palabras tienen connotaciones de debilidad y de ‘ser el otro’. Alternativamente, utiliza las palabras que las personas mayores prefieren en tu región, como ser “mayores”. Utiliza términos como ser “receptores”, “participantes”, o simplemente “personas mayores”, no

“beneficiarios”, lo cual implica magnanimidad y asistencialismo de tu parte.

Historias personales

Debemos hacer que la gente realmente sienta que las personas mayores son una fuerza positiva para el cambio. Esto se puede realizar de la mejor manera contando historias, porque la gente recuerda las historias y las transmite. El expandir el uso del internet y de sitios de redes sociales hacen que las historias potencialmente alcancen a millones de personas.

Las historias personales son importantes para trabajar con los medios de comunicación, los cuales las necesitan para captar la atención de sus lectores y oyentes. Para quienes forjan las políticas, las

historias personales suman interés humano a los argumentos racionales. En cuanto al público en general, las historias personales son esenciales para conmovir y alentar a que se tome acción.

Las historias sobre personas mayores son particularmente poderosas porque nos llegan a todos; nos hacen recordar nuestro propio envejecimiento y nuestras ilusiones para el futuro.

Puedes alentar a las personas mayores a que personifiquen “personas mayores protagonistas” a que te cuenten partes de las historias de sus vidas, o que describan su quehacer cotidiano. Mejor aún, alienta a las personas mayores a que documenten sus mismas historias. Mientras más auténtica la historia y más reflexión propone, más poderosa será.

Caroline Dobbing/HelpAge International



Angelina (a la derecha) con su nieto y otra mujer miembro del grupo de personas mayores en Kenya cuya historia se cuenta en la siguiente página.

Hay muchas formas de lograr esto. Por ejemplo, un video de una persona mayor hablando sobre lo que sienten y experimentan al planificar e implementar una campaña, al afiliarse a un grupo de crédito y ahorro, o al hacerse operar los ojos, ilustra “personas mayores protagonistas” de manera particularmente cautivante. Los artículos de las páginas 10 y 11 proporcionan consejos sobre cómo registrar las experiencias de las personas mayores.

¿Entonces qué puedes hacer ahora? Lleva contigo un cuaderno, una cámara, un teléfono móvil o una video grabadora a donde vayas. Nunca se sabe lo que podrás encontrar. Normalmente es bueno planificar de forma anticipada, pero también puede ser espontáneo. A menudo el material espontáneo es el que comunica de manera más honesta.

Si tienes una historia que te conmueve, envíala a Horizontes o ponla en nuestro blog “Personas mayores protagonistas” (ver la página 11) para que podamos compartirla e inspirar a más gente.

Escribir una historia

Dale vida a las historias personales incluyendo información sobre la persona: su nombre, edad, situación familiar, ocupación y dónde vive. Utiliza sus declaraciones, ya sea citando a la persona o contando la historia entera empleando sus propias palabras.

Pon énfasis en lo que la persona mayor ha hecho, presentando el papel de tu organización como facilitadora.

Sigue esta estructura de cuatro puntos:

1. Describe a la persona.
2. Cuenta lo que sucedió. Comienza con una descripción dramática de “antes”, la situación inicial de la persona, para atraer al lector.
3. Identifica el momento del cambio –cuando la persona hizo algo como consecuencia de una intervención por parte de tu organización– ya que es acá donde se encuentra el eje del cambio de dirección.
4. Muestra la diferencia que este hecho logró.

Fijate en la historia que sigue como ejemplo de esta estructura.

Para lineamientos más detallados sobre la recolección de historias personales, ver: www.helpage.org/brand/basicements/casestudies

Obteniendo autorización

Siempre pide el permiso de las personas para ser entrevistadas, fotografiadas o filmadas.

Cuando sea posible, haz esto anticipadamente, de tal forma que tengan la oportunidad de pensar en qué información quieren compartir. Explica por qué necesitas su historia y cómo se la utilizará, asegurándote de que las personas entiendan plenamente. Si tienen dudas, no prosigas.

Puedes ofrecer cambiar los nombres si fuera necesario, para proteger las identidades. Si haces esto, déjalo en claro; por ejemplo, escribe al final: “Los nombres han sido cambiados”. No incluyas detalles sobre la ubicación exacta en lo que escribes, y ten cuidado de que la ubicación no pueda ser identificada en las fotos.

Ten cuidado particularmente en proteger las identidades de niños. No deben emplearse sus nombres verdaderos. Siempre consigue permiso de la persona a cargo de los niños antes de entrevistarlos o fotografiarlos.

Recuerda agradecer a las personas.

Celia Till es Editora de Horizontes HelpAge International, Londres (dirección en la página 16)
Correo electrónico: ctill@helpage.org

“Ahora las enfermeras nos respetan”

Angelina, de 65 años, es una antigua profesora de colegio. Vive en el área rural de Kenya con su esposo, su hijo, la esposa de éste y el hijo de tres años de ellos. Su nieto huérfano de nueve años también vive con la familia y Angelina lo cuida.

“Las personas mayores solían ser tratadas mal en el hospital del distrito. Teníamos que esperar muchas horas. A veces nos íbamos sin haber visto al médico. La actitud de las enfermeras era que como éramos viejos no necesitábamos medicina”.

“La situación nos hizo sentir muy angustiadas. Entonces decidimos hacer algo al respecto. Yo formé parte de un grupo de personas mayores que fue a ver al médico encargado, como parte de un proyecto apoyado por HelpAge Kenya y HelpAge International”.

“El doctor llamó a un grupo de enfermeras y otro personal de salud para que nos escucharan. Explicamos todo. Les dijimos que cuando nos admitían en el hospital teníamos que compartir una cama con dos personas más, a veces no se nos lavaba y nos abusaban física y verbalmente. En la farmacia nos daban medicamentos incorrectos o nos decían que no había medicamentos”.

“El médico nos dijo que nos fuéramos y esperáramos un poco. Dijo que haría cambios para mejorar la situación”.

“Ahora en el hospital los pacientes duermen cada uno en una cama. Las enfermeras nos tratan con respeto, aunque el farmacéutico aún nos dice que no hay medicina. Ahora podemos comprar redes contra mosquitos a precios reducidos. Anteriormente este subsidio sólo estaba disponible para mujeres embarazadas y niños”.

Entrevista por Caroline Dobbins

Contando historias con imágenes

Las fotos y los videos pueden proporcionar evidencia poderosa de las contribuciones de las personas mayores. Henry Matthews describe cómo.

Las fotos y los videos se usan cada vez más en internet, además de publicaciones y presentaciones. Pueden ser una forma muy potente de demostrar cómo las personas mayores contribuyen a sus familias y comunidades.

Obtendrás resultados distintos dependiendo de si contratas a profesionales, tomas las fotos tú mismo, o mejor aún, les pides a las personas mayores que se tomen fotos o se filmen entre sí. Todos estos tienen su propio lugar; a veces la calidad del momento importa más que la calidad técnica.

Asegúrate siempre de tener el permiso de las personas para tomarles fotos o filmarlas (ver cuadro en la página 9).

Tomando fotos

Fotos que reflejan “personas mayores protagonistas”, muestran a personas mayores con dignidad y confianza. Las sonrisas y la alegría son muy buenas. Las fotos deben mostrar a personas mayores en papeles activos, como ser trabajando, socializando, aprendiendo, realizando actividades diarias, tomando parte de la vida familiar, etc.

Date el tiempo necesario para tomar las fotos. Toma muchas, variando un poco la composición, el ángulo y la luz para dar opciones a elegir. Evita condiciones de luz dificultosas y asegúrate que los rostros de las personas mayores estén visibles y bien iluminados. Mueve de entremedio cualquier objeto que distraiga, o pide a las personas que se desplacen si no están en una buena posición.

Asegúrate de apuntar quién está en cada foto y dónde se la tomó.

Haciendo videos

Existe una variedad de filmadoras relativamente baratas, pequeñas, sólidas y fáciles de usar, y que tienen conexión USB, de tal forma que puedes transferir el video directamente a una computadora.



Las filmadoras de bolsillo como ser Flip Ultra cuestan unos \$US 120 más envío y aranceles. La filmadora usa baterías AA que la mantiene con energía por unas dos horas. Se puede tomar una

hora de filmación de video.

Estos son algunos consejos para la filmación de videos:

Hazlo corto El tiempo de atención de las personas para el tipo de filmaciones que harás es de unos tres minutos; por lo tanto, no grabes mucho.

Verifica el sonido Procura hacer que la cámara esté cerca de la persona que estás filmando si te encuentras en una zona ruidosa, de tal forma que la cámara capte la voz de la persona.

Involucra a las personas mayores Las nuevas cámaras son fáciles de utilizar. Puedes pedir a una persona mayor hacer un diario de video, quizás un día en su vida o su vida a lo largo de varias semanas.

Cuenta una historia Una historia con un principio, una parte intermedia y un final captará la imaginación de tus espectadores. Por ejemplo: un abuelo quiere ayudar a sus nietos con sus tareas pero no puede hacerlo porque tiene problemas de visión. Se hace operar de cataratas y recupera la vista por completo. Ahora puede hacer más para sí mismo y para su familia.

Experimenta La ventaja de filmadoras de bolsillo es que puedes llevarlas a donde vayas; entonces procura filmar lo que te parezca interesante, o pide a la gente que se filme entre sí.

Si tomas fotos o haces videos, por favor envíamelos para que los podamos adjuntar a la colección pública de HelpAge International en el sitio web de fotos, Flickr, o ponlas en el sitio para compartir videos, YouTube.

Ve nuestras fotos en línea

Tenemos disponibles 700 de nuestras mejores fotos e historias para ser vistas en línea. Si tienes acceso a internet, puedes ver la colección en:

www.flickr.com/agehelps

Muchas de las fotos tienen licencias para ser utilizadas por otras organizaciones. Si deseas utilizarlas, por favor escribe por correo electrónico a Mayur Paul a: mpaul@helpage.org.

Henry Matthews es Coordinador de Campañas HelpAge International (dirección en la página 16) Correo electrónico: hmatthews@helpage.org



Una entrevista de radio local dada por este hombre mayor en Etiopía fue filmada y fotografiada. Esta foto puede ahora ser vista en línea (ver cuadro).

El uso de blogs: una forma de difundir el mensaje

El blog te permite alcanzar una audiencia global, como lo explica *Caroline Dobbins*.

“Estaba inspirado y muy emocionado por la reciente conferencia sobre derechos de las personas mayores en Brasilia”, dice un texto en el blog Personas mayores protagonistas de HelpAge International escrito por Alex Kalache, el embajador global de HelpAge International. “...Las personas mayores en Brasil se niegan a envejecer en silencio”.

Algunos blogs (la abreviación de weblog) son simplemente diarios en línea, un registro de los pensamientos y sentimientos del autor en un momento dado. Los blogs también pueden ser un espacio para contar una historia o para compartir y debatir ideas. Pueden incluir fotos y videos además de texto. Más y más organizaciones de desarrollo están utilizando blogs para mantener contacto con la gente sobre la cual quieren influir.

Se puede ver claramente el por qué. El uso de blogs te permite comunicarte rápidamente con gente en todo el mundo. Los lectores pueden comentar en tu blog, dando lugar a la discusión, y pueden enviar tu blog a sus amigos, de tal forma que alcanza a más gente. Los blogs a menudo dirigen la agenda de noticias, ya que pueden informar sobre sucesos más rápido que los medios de noticias corrientes.

Comenzar

¿Entonces cómo uno empieza un blog? Necesitarás una computadora y una conexión de internet. Puedes establecer un blog en tu propio sitio web si lo tienes, y si no, puedes utilizar un sitio web de blog gratis, como ser blogger.com o wordpress.com.

Por ejemplo, Thembekile Hlubi de la afiliada de HelpAge Muthande Society for the Aged (MUSA) en Sudáfrica inició un blog en Wordpress con anticipación a la campaña Personas Mayores Demandan Acción, ADA, en el año 2008. “Estamos ocupados finalizando los preparativos para [ADA Personas Mayores Demandan Acción] el 8 de

octubre y estamos muy emocionados. Estamos muy preocupados por el clima lluvioso de esta semana”. Su blog incluye una página de un periódico local con una foto de una marcha de personas mayores contra el crimen.

Consejos para el éxito

Lo que sigue son algunos consejos para un blog exitoso:

Dale a tu blog un título emotivo

Esto ayuda a las personas que utilizan un buscador de internet como ser Google y decidir si lo ven o no. Por ejemplo, “Cómo las personas mayores son protagonistas”.

Hazlo fácil de leer Haz tus textos cortos (de no más de 800 palabras), llama la atención de tus lectores en las primeras líneas, y utiliza párrafos y frases cortas. Evita el lenguaje coloquial y la jerga.

Sé real Haz que tu blog tenga una conversación animada e informal, deja que tu personalidad brille y demuestra que estás apasionado por los temas sobre los que escribes.



Resource Integration Centre

Delegados en Bangladesh preparan su campaña ADA, Personas Mayores Demandan Acción; éste podría ser un tema interesante para un blog.

Haz que tu blog tenga vida Utiliza fotos, videos, citas e historias de la vida real para ilustrar tu mensaje. Ofrece tus propios pensamientos y sentimientos.

Haz que esté actualizado Procura actualizar tu blog al menos una vez por semana para mantener el interés de tus lectores.

Promueve tu blog Utiliza los mensajes boca a boca, el correo electrónico y sitios de redes como ser Global Voices en <http://globalvoicesonline.org>. Haz vínculos con otros blogs o comenta en ellos. Esto atraerá a personas a tu blog. Añade un aviso de noticias (news feed) para que los lectores sean notificados cuando actualices tu blog.

Por favor avisanos si inicias un blog. Para leer y comentar los blogs de HelpAge International, visita: www.helpage.org.

Caroline Dobbins es Coordinadora de Comunicaciones en Línea de HelpAge International (dirección en la página 16)
Correo electrónico: cdobbins@helpage.org

Haciendo campaña en todo el mundo

Henry Matthews explica cómo las personas mayores están levantando sus voces a través de la campaña ADA, Personas Mayores Demandan Acción.

El hacer campañas es una forma de hacer un llamado fuerte y claro sobre las contribuciones, necesidades y derechos de las personas mayores. Estas campañas hacen que la temática del envejecimiento y problemática de las personas mayores salga de la sombra a la escena pública.

¿Por qué hacer campañas?

El hacer campañas ayuda a lograr cambios duraderos que benefician a una gran cantidad de personas. El hecho de que el público y los medios estén involucrados hace que se ejerza presión sobre quienes forjan las políticas y actúen. En realidad, muchos de los derechos que damos por hechos –como ser el derecho a votar, la abolición del comercio de esclavos y la eliminación del apartheid–, se dieron gracias a que gente hizo campañas.

¿Qué es ADA Personas Mayores Demandan Acción?

La campaña ADA Personas Mayores Demandan Acción es esencial para comunicar el concepto de “personas mayores protagonistas” porque involucra a personas mayores haciendo campaña ellos mismos.

A través de ADA Personas Mayores Demandan Acción, personas mayores en todo el mundo exigen el cumplimiento de sus derechos el 1 de octubre, Día Internacional de las Personas Adultas Mayores. Las acciones pueden incluir reuniones con ministros de gobierno o jefes de estado, marchas, discursos, la firma de peticiones públicas y talleres de concientización sobre el envejecimiento con los tomadores de decisión. Estas acciones de nivel nacional se suman para crear un movimiento global que clama por el cambio.

En el año 2007, el primer año de ADA Personas Mayores Demandan Acción, participaron 27 países. En 2008 esto aumentó a 35 países. ¡En el 2009 fueron más de 40!

¿Cómo se organiza?

HelpAge International trabaja con organizaciones afiliadas y contrapartes en países que participan en la campaña organizando pequeñas delegaciones de entre 6 y 12 personas mayores para que se

reúnan con quienes toman las decisiones en su gobierno. Las delegaciones hacen conocer los temas que inquietan a las personas mayores en su país, y piden acción específica de parte de su gobierno en los 12 meses que siguen.

Nuestras afiliadas involucran a personas mayores a lo largo de todo el proceso, desde acordar qué temas promover, hasta decidir cómo presentar estos temas a los gobiernos. También se aseguran que se proporcione a las personas mayores las destrezas que requieren para presentarse ante quienes toman las decisiones.

¿Funciona?

¡Sí! En el año 2008, el cabildeo realizado por la delegación de Personas Mayores Demandan Acción en Nepal ayudó a

duplicar la pensión social de 200 rupias (\$US 2,50) al mes a 500 rupias (\$US 6,30) y reducir la elegibilidad de edad de 75 a 70 años. Otros resultados de ADA Personas Mayores Demandan Acción incluyen la construcción de centros para personas mayores en Bangladesh e Indonesia, el ‘pilotaje’ de un esquema de pensión social en Filipinas y el desarrollo de planes de acceso equitativo al agua para personas mayores en Etiopía.

Puedes apoyar a ADA Personas Mayores Demandan Acción firmando la petición global en: www.helpage.org/petition/ada

Mayor información: Henry Matthews
Coordinador de Campaña HelpAge International, Londres (dirección en la página 16)
Correo electrónico: hmatthews@helpage.org

“Una experiencia increíble”

Edna Mbesa, de 70 años de Muthande Society for the Aged (MUSA) de Durban, Sudáfrica, describe cómo fue a participar en Personas Mayores Demandan Acción 2008:

“Fuimos todos y marchamos a la ciudad. Estábamos reclamando cosas como mejores caminos, casas y sistemas de agua. Fue increíble. Los caminos estaban bloqueados y las autoridades estaban presentes. Escucharon nuestras demandas y prometieron hacer cambios”.

“Ahora las personas mayores pueden hacer sus propias demandas, como: ‘No violes a niños o personas mayores. El acostarse con nosotros o los niños no cura el SIDA’. Ahora tienen el valor de abrirse y hablar de estas cosas, lo cual es maravilloso”.



MUSA

Nosotros también tenemos derechos

Tatiana Sorocan describe cómo las personas mayores en Moldavia están trabajando con consejos locales para asegurar y recibir los beneficios de la protección social.

Esta mujer de Moldavia es una de más de mil mujeres y hombres mayores que se han beneficiado por el trabajo de las personas mayores.

Cuando 20 personas mayores de diez organizaciones comunitarias en toda Moldavia, en el sureste de Europa, se hicieron “monitores de personas mayores” en el año 2007, la mayoría de las autoridades los vieron con suspicacia. Sin embargo, 18 meses después, han logrado el reconocimiento por su papel vital en informar a las autoridades sobre las inquietudes de las personas mayores.

El proyecto, coordinado por HelpAge International y un socio en Moldavia, Second Breath, con financiamiento de Irish Aid, comenzó cuando los mismos monitores fueron capacitados en cómo investigar la situación de las personas mayores. Con la ayuda de 200 voluntarios mayores, se entrevistaron a más de 2.000 mayores en todo el país.

La encuesta lanzó estadísticas asombrosas: una de cada dos personas mayores vivía sola; sólo la tercera parte de las personas mayores recibía beneficios que le correspondían por ser una persona mayor; y casi el 90% de las pensiones se gastaban únicamente para la supervivencia: comida, medicina y servicios básicos.

Armados con estos hallazgos, los monitores presionaron a las autoridades locales para que éstas hagan cumplir sus derechos. Hasta el momento, más de mil personas mayores se han beneficiado. Dentro de éstas están unas 250 personas mayores que ahora reciben apoyo financiero (incluyendo pensiones, beneficios para servicios básicos y subsidios de transporte). Cientos de personas mayores han logrado hacer que se recalculen sus pensiones o impuestos de casas, reciben ayuda alimenticia o se han beneficiado con la ayuda que paga costos de salud y servicios legales.

Los monitores reciben capacitación continua para actualizar sus conocimientos sobre derechos y beneficios, planificación y administración de proyectos, y en cómo funciona el gobierno local, particularmente en cuanto a su proceso presupuestario. Para que puedan conocer a fondo la compleja gama de protección social disponible –incluyendo pensiones, seguro social, seguro médico, derechos legales y laborales, y ley sobre herencias– HelpAge



HelpAge International

International y Second Breath han publicado una guía, llamada *Protección de los derechos de las personas mayores en Moldavia*. Un folleto llamado *Yo también tengo derechos* que también fue distribuido para incrementar el nivel de conciencia entre las personas mayores en general.

Dinero para reparaciones de casas

Monitores y voluntarios hablan con las personas mayores sobre sus problemas, escriben a autoridades, hacen peticiones ante departamentos y hacen un monitoreo de instituciones de manera continua hasta que se resuelvan los casos de las personas mayores. La experiencia de Olga Popova de 66 años es un ejemplo de éxito. Su casa en Comrat colapsó como consecuencia de los camiones que pasaban por una carretera aldeaña a su casa, provocando en ella un paro cardíaco. Con la asistencia de la monitora Valentina Micotina, ella escribió al consejo local en procura de una compensación. Estuvo encantada al recibir 2.000 lei (\$US 182) para poder reparar su casa.

Más de mil personas mayores han estado en reuniones con profesionales para aprender sobre el seguro médico, enfermedades de la vejez, impuestos y servicios sociales. Como resultado, un

gran número de pensionistas han hecho solicitudes exitosas por lograr disminuir los impuestos de sus casas y han recibido reembolsos de entre \$US 120 y 150. A pesar de que las sumas no son enormes, según la monitora Valentina Carchelan, “Cada centavo cuenta, particularmente para pensionistas cuyas pensiones están muy por debajo del mínimo necesario para subsistir”.

Ahora, las y los monitores asisten de forma regular a reuniones del consejo local en las cuales se determinan presupuestos. Las autoridades locales les dan la bienvenida como compañeros y valoran sus contribuciones hacia la resolución de problemas. Una medida de este éxito es que cuatro consejos locales han acordado designar un presupuesto por separado para encarar los temas de las personas mayores y otro consejo ha incrementado su presupuesto para grupos socialmente vulnerables incluyendo a personas mayores.

Una versión más larga de este artículo aparece en *Older People's Voices*, 10ª edición, publicado por HelpAge International en Moldavia. Mayor información: Tatiana Sorocan, Coordinadora de Programa HelpAge International Moldavia (dirección en la página 15) Correo electrónico: tsorocan@helpageinternational.org

Valorados como nunca antes

Livingstone Byekwaso describe cómo una organización de personas mayores en Tanzania está logrando cambiar actitudes hacia el envejecimiento.

Personas mayores generan sus propios ingresos con un proyecto de criadero de plántulas apoyado por SAWAKA.

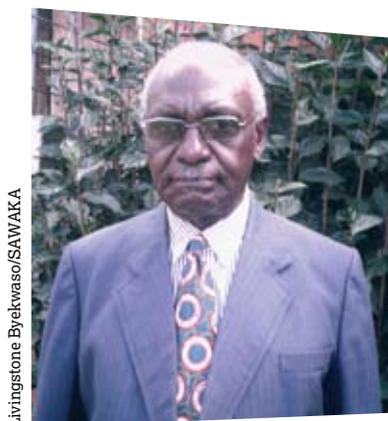
Las actitudes hacia la vejez en el distrito Karagwe, en el noroeste de Tanzania, han mejorado mucho desde que Saidia Wazee Karagwe (SAWAKA) fue fundada por 17 personas mayores en 1994.

Nekemiah Kazimoto, de 74 años, miembro fundador y presidente del directorio de SAWAKA dice, “Antes, las personas mayores eran vistas como inútiles y sin esperanza, sólo como cuenta-cuentos. Ahora, como consecuencia del trabajo de cabildeo, nosotros somos valorados como nunca antes”.

“Nunca imaginé que en mis años posteriores vería a una gran parte de las personas mayores haciendo que sus voces se escuchen, que se trabaje sobre sus exigencias y que participen en actividades de desarrollo”.



Livingstone Byekwaso/SAWAKA



Livingstone Byekwaso/SAWAKA

Nekemiah Kazimoto, miembro fundador y presidente del directorio de SAWAKA

La clave del trabajo de SAWAKA ha sido alentar a sus 3.700 miembros a hacerse activos en sus comunidades y movilizar apoyo para las personas mayores y otros grupos vulnerables. Con financiamiento de una serie de organizaciones locales, nacionales e internacionales, y una sólida red de voluntarios, SAWAKA apoya actividades como ser generación de ingresos, reparaciones de casas, ayuda en emergencias, educación sobre el VIH y SIDA, recojo de agua de lluvia y clubes sociales.

El proyecto de SAWAKA sobre vinculación con colegios a nivel nacional, alienta a los estudiantes a aprender sobre la vejez y a apoyar a las personas mayores. “Antes de

este proyecto, los niños pasaban sin saludarnos”, dice Maria Ishengoma de 76 años. “Ahora somos amigos y respetan nuestras opiniones. Por suerte estamos cambiando a esta generación”.

En particular, SAWAKA busca empoderar a las personas mayores para abogar por sus derechos. Bajo la guía de SAWAKA, personas mayores en 25 localidades han conformado comités de desarrollo de los distritos para investigar las inquietudes de las personas mayores mediante visitas regulares a hogares y reuniones, y para cabildear por el cambio.

Dos años de trabajo por parte de los comités de personas mayores en un distrito, Nyakahanga, ha hecho posible una mejora espectacular en el acceso de las personas mayores a los servicios de salud. Los comités aprendieron sobre los derechos y beneficios que corresponden a las personas mayores, incluyendo el derecho a servicios de salud gratuitos para personas de más de 60 años. Esto se había plasmado en la política estatal pero no se había realizado. Con esta información, comenzaron las actividades de abogacía ante las autoridades, asistiendo a sus reuniones y exigiendo que se aplique esta disposición.

La campaña culminó en la conmemoración del Día Internacional de las Personas Mayores en octubre del 2008. La gente mayor hizo uso de discursos, afiches,

canciones y bailes para pedir servicios de salud gratuitos. Como consecuencia, el invitado de honor, el Comisario de Distrito, prometió tratar el tema con todos los jefes de departamentos. Un mes más tarde se emitieron, para 4.200 personas mayores, credenciales que otorgaban a los portadores servicios de salud gratuitos.

En otros dos distritos, las personas mayores se reunieron exitosamente con los tomadores de decisión y aseguraron que las personas mayores sean representadas en esferas oficiales como ser comités de desarrollo de distritos y que los temas de la vejez sean incluidos en planes y presupuestos locales.

SAWAKA tomó parte de la campaña ADA Personas Mayores Demandan Acción del 2008, con un miembro de nuestra organización formando parte de una delegación ante el gobierno. Nuestra alianza con HelpAge International existe desde hace 13 años. En 2008, SAWAKA solicitó exitosamente unirse a la red HelpAge International como afiliada. Ser afiliada nos proporciona una mejor posibilidad de representar a ciudadanos de Tanzania en foros internacionales, vincularnos con otros activistas en todo el mundo y fortalecer nuestra capacidad de tratar temas de personas mayores.

Livingstone Byekwaso es Coordinador de Programa Saidia Wazee Kargwe (SAWAKA)
P.O. Box 21, Karagwe Kagera – Tanzania
Correo electrónico:
kasawatakaragwe@yahoo.com

Afiliadas de HelpAge International

El Caribe

Action Ageing Jamaica
ECHO, Granada
Haitian Society for the Blind
HelpAge Barbados/Barbados
National Council on Ageing
HelpAge Belice
HelpAge Santa Lucía/Nacional
Council of and for Older Persons
Old People's Welfare Association
(OPWA), Montserrat
REACH Dominica
Society of St. Vincent de Paul,
Antigua

África

Age-in-Action, Sud África
APOSEMO, Mozambique
CEM Outreach, Sierra Leona
Elim Hlanganani Society for the
Care of the Aged, Sud África
HelpAge Ghana
HelpAge Kenya
HelpAge Zimbabwe
Kenya Society for People with
AIDS (KESPA)
Maseru Senior Women Citizen
Association, Lesoto
Mauritius Family Planning
Association

Muthande Society for the Aged
(MUSA), Sudáfrica
RECEWAPEC, Camerún
SAWAKA, Tanzania
Senior Citizens' Council, Mauricio
Sierra Leone Society for the
Welfare of the Aged
Sudanese Society in Care of Older
People (SSCOP)
Uganda Reach the Aged
Association (URAA)

Asia/Pacífico

Bangladesh Women's Health
Coalition (BWHC)
China National Committee on
Ageing (CNCA)
Coalition of Services of the Elderly
(COSE), Filipinas
Council on the Ageing (COTA),
Australia
Foundation for Older Persons'
Development (FOPDEV), Tailandia
GRAVIS, India
HelpAge India
HelpAge Korea*
HelpAge Sri Lanka
Helping Hand, Hong Kong
Instituto de Accao Social, Macau
Mongolian Association of Elderly
People
NACSOM, Malasia

Office of Senior Interests,
Australia
Pakistan Medico International
Resource Integration Centre (RIC),
Bangladesh
Senior Citizens' Association of
Thailand
Senior Citizens' Council of
Thailand
Singapore Action Group of Elders
(SAGE)
Tsao Foundation, Singapur
USIAMAS, Malasia

Europa y Asia central

Age Action Ireland
Age Concern England and Help
the Aged (trabajando juntos como
una sola organización caritativa)
Caritas Malta HelpAge
Centre for Policy on Ageing, Reino
Unido
Cordaid, Holanda
DaneAge Association, Dinamarca
Dobroe Delo, Rusia
Elderly Women's Activities Centre,
Lituania
HelpAge Deutschland, Alemania
Mission Armenia
NGO Lastavica, Serbia
Second Breath (Gerontological
Association of Moldova)

Slovene Philanthropy
UMUT (Resource Centre for Elderly
People), Kyrgyzstán
World Granny, Holanda
Zivot 90, República Checa

Latinoamérica

AGECO, Costa Rica
Caritas Chile
CooperAcción, Perú
CESTRA, Colombia
ISALUD, Argentina
Lima Coordinating Group, Perú
Pro Vida Bolivia
Pro Vida Colombia
Pro Vida Perú
Red de Programas para el Adulto
Mayor, Chile

Norteamérica

AARP
Help the Aged, Canadá
HelpAge USA*
West Virginia University Center on
Ageing

* Estas dos afiliadas son las primeras
en convertirse en afiliadas 'hermanas'.



Oficinas de HelpAge International

Centros regionales

África P.O. Box 14888 Westlands,
00800 Nairobi Kenya Teléfono +254
(0)20 4444289 Fax +254 (0)20
4441052 helpage@helpage.co.ke

Asia del este y el Pacífico 6 Soi 17
Nimmanhem Road, Suthep
Muang, Chiang Mai 50200

Tailandia Teléfono +66 (0)53 894805
Fax +66 (0)53 894214hai@
helpageasia.org

Sur de Asia Apt. 2B, Ivy Concord,
House 22 Road 108, Gulshan 2
Dhaka 1212, Bangladesh

Teléfono +880 (0)44 7640 1328
Fax +880 (0)44 7600 1633
info@helpagebd.org

Latinoamérica Calle Vincenti y Luis

Uría de Oliva Nº 576 Sopocachi
La Paz - Bolivia Teléfono +591 (0)2
241 6830 Fax +591 (0)2 241 0957
info@helpagela.org

El Caribe 11 ½ Swallowfield Road
Kingston 5 Jamaica Teléfono +1 (0)876
906 3658 Fax +1 (0)876 906 4678
helpage@cwjamaica.com

Europa del este y Asia central
204 Abrakhmanova Street 4th floor,
720040 Bishkek Kyrgyzstan Teléfono
+996 (0)312 664636 Fax +996 (0)312
620830 kyrgyzstan@
helpageinternational.org

Programas de país

Cambodia 152 Road No. 5
Group 5 Ramchek IV Village
Rattanak Commune, Battambang

Province
Teléfono +885 (0)53 953 797
Fax +885 (0)53 952 797
haicambb@helpageinternational.org

Moldavia M. Banulescu-Bodoni
Street 57/1 ASITO Building, Offices
431 and 433 Chisinau, MD-2005
Teléfono +373 (0)22 225098
Fax +373 (0)22 224672

tsorocan@helpageinternational.org

Etiopía P.O. Box 3384 Addis Ababa
Teléfono +251 (0)11 662 4536
Fax +251 (0)11 662 0331
hai@ethionet.et

Mozambique CP 4112 Maputo
Teléfono +258 (0)21 415816
Fax +258 (0)21 416435
haimoz@tv cabo.co.mz

Sudán No. 9, Block 17, Street 33
Amarat, Khartoum
Teléfono +249 (0)183 461 657
Fax +249 (0)183 461 594
info@helpagesudan.org

Tanzania P.O. Box 9846
Dar es Salaam Teléfono +255 (0)22
277 4796 Fax +255 (0)22 277 5894
haitz@helpagetz.org

Perú Directora de Programa
Giovanna Abad, Avenida Arequipa
4130 Oficina 603, Miraflores Lima
18 Teléfono +511 (0)42 11902
infohaiperu@helpagela.org

Colombia Directora de Programa
Susannah Taylor, Calle 33, 6B - 24.
Piso 11 Ed. Casa de la Bolsa de
Bogotá, Teléfono (57-1) 2875470
staylor@helpagela.org

¿Estás en la lista de destinatarios?

Por favor escribe claramente y completa todo lo que puedas.

Título	Nombre	Apellido
Nombre de cargo	Organización	
Dirección		
Ciudad		
Código postal		
País		
Teléfono		
Correo electrónico (incluir si es posible)		

¿Para qué tipo de organización trabajas?

- Organización de personas mayores / asociación de pensionistas
- Organización comunitaria / no gubernamental
- Gobierno local
- Gobierno nacional
- Servicios de salud / cuidados sociales
- Institución de investigación / universidad
- Otra (por favor especificar)

¿Cuál es tu trabajo?

- Trabajador en cuidados / desarrollo
- Trabajador de salud
- Gerente de proyecto
- Estudiante
- Bibliotecario
- Otro (por favor especificar)

Para recibir Horizontes dos veces al año, utiliza el formulario en:
www.helpage.org/ageways o completa y envía este formulario a:
Publications, HelpAge International P.O. Box 32832,
Londres N1 9ZN Reino Unido Fax +44 (0)20 7713 7993

Pasos hacia una mejor pensión

Las personas mayores en Bolivia gozan de un incremento considerable en su pensión social tras presionar a su gobierno. Informa Pilar Contreras.

En noviembre del 2007 el gobierno boliviano aprobó una ley que reemplazó al Bonosol - un beneficio anual de \$US 220 para todos los mayores de 65 años - por la Renta Dignidad, un pago mensual de \$US 25 (\$US 300 al año) para todos los mayores de 60 años. ¿Cómo se dio esto?

La ley que había introducido al Bonosol estipulaba que éste terminaría en diciembre de 2007. Las personas mayores estaban muy preocupadas porque el gobierno estaba proponiendo reemplazar el Bonosol con un pago anual de sólo \$US 37.

Organizaciones de personas mayores, lideradas por la Asociación Nacional de Adultos Mayores de Bolivia, ANAMBO, decidieron iniciar reuniones con los tomadores de decisión e importantes figuras políticas del país, pero pronto se dieron cuenta que tenían que hacer más. ANAMBO se acercó a Fundación Horizontes, contraparte de HelpAge International, en busca de apoyo. Durante tres meses, Fundación Horizontes proporcionó capacitación en negociación, abogacía y resolución de conflictos a 3.000 líderes de personas mayores.

La segunda etapa de negociación se inició con argumentos más fuertes apoyando una mejor pensión en favor de las personas mayores. En conversaciones con autoridades de gobierno en distintos



Charles Knox/HelpAge International

niveles, los líderes se refirieron a sus derechos como lo establecen los acuerdos internacionales, como la Declaración Universal de Derechos Humanos.

También indicaron que las personas mayores contribuyeron mucho al país, por ejemplo construyendo escuelas y caminos en sus comunidades y luchando por el retorno a la democracia en los años 70. Presentaron estadísticas reveladoras de la realidad de vida de 676.000 personas mayores de Bolivia, con más de la mitad de ellos viviendo con menos de un dólar al día y muchos enfrentándose a la discriminación por su condición de analfabetos o por su origen étnico.

A pesar de las intensas negociaciones, el gobierno no se comprometió. Entonces

los líderes organizaron una marcha en la sede de gobierno, La Paz, en noviembre de 2007. Más de 15.000 personas mayores tomaron parte de la marcha de ocho kilómetros por la ciudad, concentrándose en la plaza principal delante del palacio de gobierno. Los líderes presentaron una petición al Presidente Evo Morales firmado por 50 representantes de personas mayores del país.

En menos de un mes, el gobierno aprobó la ley que anunciaba la Renta Dignidad, finalizando con ello un año de trabajo entre la sociedad civil y el gobierno.

Pilar Contreras es Oficial de Programa de HelpAge Internacional América Latina (dirección en la página 15)
Correo electrónico: pcontreras@helpagela.org

HelpAge International ayuda a las personas mayores a exigir sus derechos, hacer frente a la discriminación y a vencer la pobreza, de tal forma que puedan gozar de vidas dignas, seguras, activas y saludables.

Se proporcionan copias de Horizontes gratuitamente a gente que trabaja con personas mayores. Por favor utiliza el formulario de pedidos en la página 15 o en: www.helpage.org/ageways. También puedes descargar Horizontes como archivo PDF en esta dirección.

Horizontes intercambia información práctica sobre el envejecimiento y el desarrollo, particularmente buenas prácticas desarrolladas en la Red HelpAge. Esta es publicada dos veces al año por HelpAge International, con financiamiento de Help the Aged.

Editora: Celia Till
Correo electrónico: ctill@helpage.org
HelpAge International
P.O. Box 32832
Londres N1 9ZN
Reino Unido
Teléfono: +44 (0)20 7278 7778
Fax: +44 (0)20 7713 7993
Número de organización de caridad registrada: 288180
Derechos de autor (copyright) © HelpAge International 2009

Cualquier parte de esta publicación puede ser reproducida para usos sin fines de lucro a no ser que se indique lo contrario. Por favor menciona claramente a Horizontes y envíanos una copia del artículo reimpresso o un vínculo (link) a él en internet.

ISSN 1469-6223
Diseño: TRUE www.truedesign.co.uk
Impresión: Palmers www.palmersprint.co.uk

Papel: Corona Offset, 100% reciclado
Help the Aged proporciona financiamiento esencial para HelpAge International, y es también un socio líder de la red global de organizaciones sin fines de lucro de HelpAge International.

Con el apoyo de:

