

Vicerrectorado de
Igualdad, Inclusión y
Compromiso Social

Proyecto Harmonía

Colabora en este proyecto intergeneracional para paliar la soledad no deseada.

Se trata de un proyecto de acompañamiento mutuo conectando, de manera periódica a través de llamadas telefónicas a personas jóvenes y mayores, ofreciéndose apoyo, compañía, escucha y aprendizaje mutuos.

PROYECTO HARMONÍA

Este proyecto surgió como respuesta a la necesidad de contacto social de calidad que se puso de manifiesto de una forma especialmente patente en el inicio de la pandemia de COVID-19.

Por ello, desde la **Cátedra Macrosad de Estudios Intergeneracionales** de la Universidad de Granada se impulsó este proyecto para intentar paliar los evidentes efectos nocivos del aislamiento y la falta de contacto físico.

Esta actividad no cuenta para el reconocimiento de créditos ECTS por la realización de actividades de voluntariado.

Proyecto cofinanciado por el Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Sostenibilidad de la Universidad de Granada.

Desarrollo del proyecto:

- Una primera toma de contacto entre las personas interesadas en participar en el proyecto.
- A continuación se les envía un documento de consentimiento informado y un cuestionario inicial para conocer los gustos, intereses y aficiones de los/as participantes.
- Posterior creación de parejas afines persona joven-persona mayor, y comienzan las llamadas, que son contactos telefónicos que mantienen las parejas, normalmente una vez a la semana, realizadas siempre por la persona más joven a la mayor.
- Después de estos contactos las personas jóvenes deben rellenar un cuestionario de valoración post-llamada.

De manera simultánea se llevan a cabo otras actividades:

-

<http://viics.ugr.es/>

- Contacto quincenal con las personas de referencia de los diferentes centros participantes de Macrosad.
- Encuentros intergeneracionales virtuales o participación en talleres de la Universidad de Granada.

Video informativo proyecto Harmonía

Enlaces a sitios de interés:

- [Carta Proyecto Harmonía \(pdf\)](#)
- [Noticias sobre Proyecto Harmonía](#)
- [Web Cátedra Macrosad](#)

Para cualquier cuestión, pueden contactar con nuestro equipo a través de los correos:

- [@email](#)
- [@email](#)

La **valoración de las personas que han participado** en anteriores ediciones del proyecto Harmonía es tremendamente positiva siendo algunas de sus valoraciones: "Mi sensibilidad para hablar y relacionarme con personas mayores ha aumentado; me siento más atento, más dispuesto, más sensible"; "He potenciado mi capacidad de comunicarme abiertamente con personas de diferentes edades y mejorar mis relaciones intergeneracionales"; "La participación en este tipo de proyectos creo que siempre es beneficiosa para las personas mayores, y me imagino que también para las personas jóvenes. Nos hace ver las cosas desde una perspectiva tal vez olvidada por motivos de la edad"