

**Consulta la Buena Práctica**



© **Gran3dad**

I FEEL el Método<sup>®</sup>

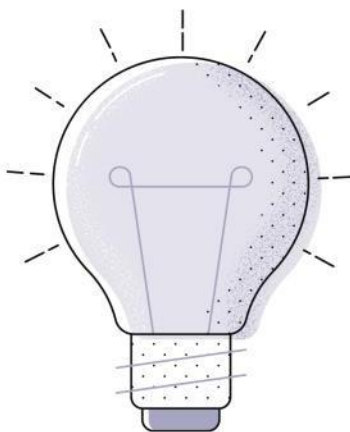
**Gran3dad**  
VIVE GRANDE!

# ÍNDICE

1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	3
2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN.....	3
3. PERSONAS BENEFICIARIAS .....	4
4. TIPO DE ACTIVIDAD .....	4
5. ÁMBITO TERRITORIAL.....	5
6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	5
7. JUSTIFICACIÓN .....	6
8. OBJETIVOS .....	8
9. PALABRAS CLAVES.....	8
10. TEMPORALIZACIÓN .....	9
11. HITOS .....	10
12. RECURSOS .....	11
13. FINANCIACIÓN .....	11
14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS) .....	12
15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP) .....	13
16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS .....	15

# 1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA

©Gran3dad (Gran Edad) desarrolla una metodología integral, IFEELeIMétodo® para transformar modelos de atención a personas mayores. A través de formación, co-creación, rediseño de entornos residenciales y proyectos de innovación, empodera a la persona mayor y remodela residencias para promover autonomía, experiencia de vida y dignidad. Su enfoque combina I+D+i, trabajo participativo con centros y profesionales, y un fuerte componente cultural para romper estereotipos sobre la vejez y ofrece nuevos modelos residenciales que operativamente además trabajan indicadores de calidad, eficiencia y escalabilidad.



## 2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Detallar el ámbito de actuación marcando con una X la opción u opciones que correspondan de la siguiente tabla:

<b>Personalización, integralidad y coordinación:</b> experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.	X
<b>Productos de apoyo y TIC:</b> diseño y/o implementación de tecnologías, productos de apoyo y TIC para favorecer la autonomía, la independencia, el bienestar y la seguridad, tanto de las personas que tiene necesidad de apoyos como de las personas que les atienden o cuidan.	
<b>Entorno físico y comunitario:</b> experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.	X
<b>Desarrollo organizativo y profesional:</b> Innovaciones organizativas, metodológicas o normativas que medien o favorezcan la aplicación del modelo, a través de cambios normativos, instrumentos de evaluación, adaptaciones en los sistemas de organización y gestión de los centros y recursos, coordinación sociosanitaria, metodologías e instrumentos de atención personalizada, adaptación de perfiles profesionales y formas de actuación.	X
<b>Acciones de comunicación:</b> aquellas experiencias relacionadas con medios de comunicación dirigidas a romper los estereotipos e imágenes erróneas sobre la vejez, discapacidad, enfermedad, etc., que propongan una visión que ponga en valor a las personas.	X
<b>Generación de conocimiento:</b> iniciativas dirigidas a la investigación, evaluación, publicaciones, entornos académicos que favorezcan la generación de conocimiento y visibilicen los avances en nuevos modelos de atención y/o cuidados.	
<b>COVID-19:</b> se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia del virus de la COVID-19.	

### 3. PERSONAS BENEFICIARIAS

Detallar las características de las personas beneficiarias marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	X
Personas en situación de dependencia	X
Familias	X
Profesionales	X
Sociedad en general	X
Otro/s	
<p>Describa las características principales de las personas beneficiarias de la experiencia: Personas mayores residentes en centros residenciales o que requieren servicios de apoyo, en procesos de dependencia o fragilidad; sus familias; profesionales y equipos gestores de centros de atención; comunidades y municipios que buscan modelos de envejecimiento activo y digno.</p>	

### 4. TIPO DE ACTIVIDAD

Detallar el tipo de actividad de su entidad marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Centro residencial	X
Comunidades, viviendas, domicilios	X
Centros ocupacionales	
Centros de día	X
TAD, SAD	
Escuelas, universidades y otros centros educativos	
Lugares y centros de trabajo	
Políticas públicas	
Transporte	
Ocio	
Cultura	
Deporte	
Otro/s	
<p>Describa el tipo de actividad de la entidad que lleva a cabo la buena práctica: ©Gran3dad realiza consultoría y proyectos de transformación: auditorías de residencias, rediseño de espacios, formación profesional (metodología IFEELeIMétodo®), co-creación con personas mayores y equipos, implantación de prácticas centradas en la experiencia de usuario, asesoramiento en I+D+i y comunicación para cambiar narrativa social sobre el envejecimiento.</p>	

## 5. ÁMBITO TERRITORIAL

Detallar el ámbito territorial de su entidad marcando con una X la opción que corresponda, especificando la zona de actuación:

Local (Especificar municipio):	
Provincial (Especificar provincia):	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	
Estatal	X
Unión Europea	X
Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Proyectos y colaboraciones en residencias y entidades del territorio español	

## 6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Describa a continuación, de forma detallada, en qué consiste la buena práctica, metodología empleada, fases de implementación, etc. (máximo 2.000 palabras):

©Gran3dad implementa una metodología propia (I FEELeIMétodo®) que aborda la atención a la persona mayor desde la experiencia de continuar con el propio ciclo vital y el enfoque en las capacidades, sin olvidar acompañar profesionalmente las necesidades. La práctica se articula en fases:

1. **Diagnóstico y aproximación:** evaluación del contexto residencial, recursos humanos, rutinas y experiencias actuales de las personas residentes y familias. Uso de entrevistas, observación participante y revisión de recursos materiales.
2. **Co-creación:** talleres con *target*, familiares, profesionales y gestores para identificar necesidades, deseos y barreras; generación conjunta de propuestas de mejora (identidad de la compañía, nueva causa que se abandera, modelo enfocado en objetivos, reorganización del equipo humano, nuevos perfiles profesionales, etc).
3. **Formación y capacitación:** formación práctica y experiencial dirigida a equipos profesionales para cambiar cultura y prácticas, centrada en competencias relacionales, autonomía y adaptación de procesos.
4. **Rediseño físico y organizativo:** propuestas de intervención sobre el entorno (nuevas distribuciones, unidades de convivencia, circuitos que promueven experiencia de usuario y mitigan emociones negativas relacionadas con el envejecimiento o la dependencia, neuroarquitectura dirigida a promover capacidades y empoderamiento, espacios pensados para optimizar y mejorar

el trabajo del equipo humano, etc, habitaciones), implementación de pequeñas reformas y ajustes ergonómicos que favorecen autonomía y confort.

5. **Pilotaje y ajuste:** implantación de cambios en fases controladas, recogida de feedback, ajustes y escalado.
6. **Evaluación y difusión:** medición de resultados cualitativos y cuantitativos (satisfacción, percepción, mejora de rutinas, participación) y difusión de resultados y materiales para replicabilidad.

La metodología es integradora (personas, espacios, organización, comunicaciones) y pone el foco en la experiencia vital de la persona mayor (no sólo en servicios sanitarios). Emplea técnicas de diseño centrado en el usuario, innovación abierta, y formación práctica para asegurar arraigo en la práctica cotidiana.

## 7. JUSTIFICACIÓN

Especifique el motivo o causa que motivó la puesta en marcha de la iniciativa:

La iniciativa @Gran3dad, surge de la necesidad urgente de transformar los modelos tradicionales de atención a personas mayores, sustituyendo el enfoque asistencialista por una visión **centrada en las capacidades de la persona**, su autonomía y su ciclo vital. Su metodología propia —IFEELeI Método®— responde a un contexto donde los recursos residencias y servicios de atención a la dependencia requieren una profunda revisión organizativa, cultural y ambiental.

El propósito es claro: **“VIVE GRANDE, PORQUE LA VIDA ES LO MAS GRANDE QUE TENEMOS”**, lema que sintetiza su propósito.

### **Contexto y necesidad del cambio**

El envejecimiento de la población es uno de los mayores desafíos sociales y sanitarios de nuestro tiempo. España es uno de los países más envejecidos de Europa, y el número de personas en situación de dependencia continúa creciendo. Sin embargo, muchos modelos residenciales siguen basándose en rutinas rígidas, jerarquías verticales y espacios más orientados al control que a la vida cotidiana significativa. @Gran3dad nace para **romper con esa inercia** y promover una transformación integral del cuidado, desde la arquitectura hasta la cultura profesional.

La entidad parte de una premisa sencilla pero radical: **las personas mayores no son sujetos pasivos de asistencia, sino protagonistas de su experiencia de vida**. Se trata de ofrecer entornos donde la persona mayor conserve su autonomía gracias a las herramientas facilitadores, decida sobre su día a día y mantenga vínculos sociales y emocionales activos y orgánicos. Este enfoque se alinea con los principios del Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP) y con los Objetivos de Desarrollo

Sostenible, especialmente los relacionados con bienestar, igualdad y reducción de desigualdades.

©Gran3dad nace para generar grandeza en hacerse mayor.

### **Fundamentación del modelo**

©Gran3dad justifica su existencia sobre tres pilares: el humano-relacional, el físico-ambiental y el organizativo-profesional.

#### **1. Dimensión humana y relacional**

El corazón de la propuesta es devolver protagonismo, voz y autodeterminación a la persona mayor. El método se basa en la escucha activa, el sentido común y la co-creación: cada persona de la gran edad participa en la planificación de su vida cotidiana, de sus rutinas, hábitos y actividades, de la forma en que quiere ser acompañado. Este enfoque genera sentido de pertenencia, bienestar emocional y mejora en la salud percibida, de todos los actores implicados.

#### **2. Dimensión física y ambiental**

Los espacios determinan la calidad de vida y con ello la experiencia de usuario, siendo el usuario cada uno de los actores implicados en el recurso. Por ello, ©Gran3dad impulsa la remodelación de residencias y centros para hacerlos **cálidos, accesibles y estimulantes**, alejados del modelo hospitalario. La intervención en el entorno físico incluye rediseño de distribución, planteamiento de los circuitos y la percepción, unidades de convivencia con alma, habitaciones, señalética, incorporando criterios de ergonomía, confort y estética que promuevan autonomía, autodeterminación, optimización del día a día de los profesionales y convivencia.

#### **Dimensión organizativa y profesional**

La transformación solo es sostenible si cambia la cultura interna de las organizaciones. ©Gran3dad desarrolla procesos de **formación, acompañamiento y liderazgo compartido** para capacitar a equipos y gestores en competencias de atención dirigida por la persona y modelos potenciadores del “user experience”. La iniciativa incluye metodologías de innovación social y herramientas prácticas para rediseñar procesos de trabajo, fomentar la comunicación horizontal y evaluar resultados.

## 8. OBJETIVOS

Indique el Objetivo General y los Objetivos Específicos de la iniciativa:

Objetivo General: Transformar los modelos de atención a personas mayores hacia enfoques integrales y dirigidos por la persona que mejoren su autonomía, calidad de vida y autodeterminación funcional.

Objetivos Específicos:

- Implementar cambios organizativos y ambientales en centros residenciales para favorecer la autodeterminación y autonomía.
- Capacitar profesionales en prácticas centradas y dirigidas en y por la persona y comunicación empoderadora.
- Co-crear actividades y entornos con personas mayores y familias para reforzar sentido de pertenencia y escenas de la vida cotidiana, sin alterar la naturalidad de las acciones vitales.
- Generar materiales y metodologías replicables para transferir la práctica a otros centros.
- Medir el impacto social y la percepción para mejorar la sostenibilidad del modelo.

## 9. PALABRAS CLAVES

Describa cuatro "palabras claves" relacionadas con su buena práctica y porqué tienen importancia, por ejemplo: palabra clave "Personalización", porque llevamos a cabo una atención personalizada, centrada en las características e idiosincrasia de cada una de las personas, teniendo en cuenta su opinión, intereses, valores, costumbres...

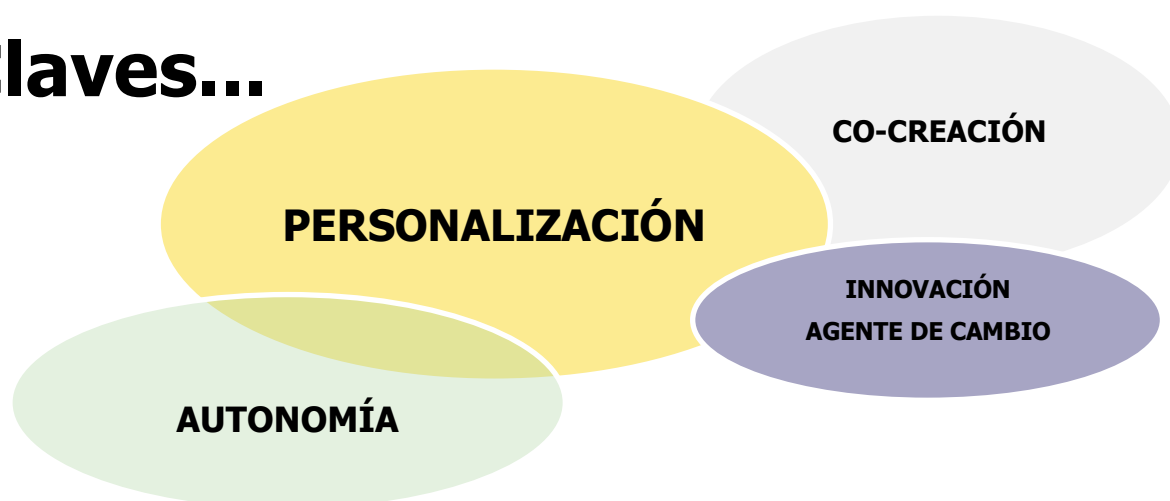
Palabra clave -1-: Personalización, Atención adaptada al ciclo vital, preferencias, gustos y deseos de cada persona.

Palabra clave -2-: Autonomía, Fomento de capacidades y toma de decisiones de la persona mayor.

Palabra clave -3-: Co-creación, Trabajo conjunto con personas mayores, familias y profesionales para diseñar soluciones.

Palabra clave -4-: Innovación, Uso de metodologías de diseño, I+D+i y nuevos procesos organizativos para transformar la cultura y procesos en atención a las personas mayores. Agente de cambio, Cultura disruptiva, con enfoque en la evolución y tendencias del mercado y la sociedad, capaz de abrir nuevos enfoques y modelos que acompañan al sector de la geriatría.

## Claves...



## 10. TEMPORALIZACIÓN

Indique la fecha de inicio de la buena práctica (mes y año):

Año de inicio: 2021  
Mes de inicio: abril

## 11. HITOS

Describir hitos importantes, como, por ejemplo, premios, reconocimientos recibidos por la iniciativa que se presenta. Si no los hubiera, indicar no procede.

### 1. Reconocimiento internacional – SilverEco & Ageing Well Awards 2025

**Gran3dad** ha sido nominada **entre los 7 finalistas internacionales** en la categoría **“Caregiver Support”** de los SilverEco & Ageing Well International Awards 2025 (<https://www.silvereco.org/festival/en/category/awards25/25caregiversupport/>). La gala de entrega se celebró el 27 de marzo de 2025 en Cannes (Francia), en el marco del SilverEco & Ageing Well International Festival.

La candidatura presentada, titulada “Del sobrecuidar al acompañar; IFEELeIMétodo®”, refleja el enfoque integral de Gran3dad en la transformación de los centros residenciales en espacios de vida activos y abiertos a la comunidad, significativos y centrados en las capacidades individuales. Este reconocimiento pone en valor la misión de Gran3dad de promover un envejecimiento activo y con sentido, fortalecer el liderazgo y la implicación de los equipos y generar un impacto positivo y sostenible en el ámbito asistencial e internacional.

**2. Premio INNOVACIÓN Senior Care Summit - nacional** - por la transformación del Centre Geriàtric Lleida con la metodología I FEEL. Congreso Senior Care Summit 2024 en Denia.

**3. Finalistas en la categoría INNOVACIÓN SOCIAL -autonómico** - de la 1ª Edición de premios del CSMC (WeMind) con IFEELeIMétodo®. Premios CSMC 2023, 30 noviembre en Barcelona.

**4. Reconocimiento europeo - Buena práctica europea senior 2023/24** para el proyecto IFEELeIMétodo® otorgada por Senior Eco-Nect (entidad suportada por la Unión Europea). Premios buenas prácticas del programa Senior Eco-Nect, horizonte de la economía plateada - noviembre 2023, en Bruselas.

**5. RECONOCIMIENTO territorial** - por la acción social y solidaria de IFEELeIMétodo® otorgado por la Paeria · Ayuntamiento de Lleida - 2023 - [ver aquí](#)

**6. Reconocimiento nacional -1r ACCESIT** a la mejor representación española de **INOVACIÓN EN LA ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA**. Otorgado en la II Cumbre Baby Bom, organizada por CEAPs - 30 enero 2023 - [ver aquí](#)

**7. Reconocimiento nacional - 1r PREMIO** en la categoría **"PROFESIONALES DEL SECTOR"** a la mejor práctica en el cuidado de las personas con IFEELeIMétodo®. Premios Fundación Domus VI - 30 de noviembre 2021 - [ver aquí](#)

## 12. RECURSOS

Describir los recursos necesarios para llevar a cabo la experiencia, en cuanto a personal necesario y recursos materiales:

- Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:
    - Equipo de consultoría/mentores especializados en metodología centrada en las capacidades (coordinador de proyecto, formadores, facilitadores en ejecución y acompañamiento en el ecosistema de trabajo).
    - Equipo de estructura, equipamiento y diseño de espacios con herramientas facilitadoras (equipo experto en interiorismo y neuroarquitectura, sumando equipo especialista en crear experiencia de usuario gracias a circuitos y distribuciones lógicas para focalizar en el funcionamiento de modelos con objetivo en capacidades).
    - Profesionales del centro (gestores, personal de enfermería, auxiliares, terapeutas, equipo de mantenimiento y cocina) implicados en la co-implimentación.
    - Colaboradores externos para construcción de espacios, ejecución de obras mayores y rehabilitación (arquitectos/constructores) cuando procede.
  
  - Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:
    - Espacios para talleres y encuentros (GranCowork, espacio de co-creación de @Gran3dad)
    - Materiales para dinamización (presentaciones propias, peplera y recursos interactivos motivacionales)
    - Fondos para pequeñas reformas y adaptaciones físicas (mobiliario, señalética, iluminación)
    - Recursos TIC mínimos para registro y comunicación (ordenador, tabletas para recogida de información)
- Materiales de difusión y evaluación (encuestas, grabaciones, documentación).

## 13. FINANCIACIÓN

Detallar el tipo de financiación con el que cuenta la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Recursos propios	X
Cuota de personas usuarias	
Ingresos derivados de la prestación de servicios/productos	X
Subvenciones	
Otros	
Especificar otras fuentes de financiación diferentes:	

## 14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Elegir el objetivo/s de desarrollo sostenible a los que contribuya la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Acabar con la pobreza	
Hambre cero	
Salud y bienestar	X
Educación de calidad	X
Igualdad de género	X
Agua limpia y saneamiento	
Energía asequible y no contaminante	
Trabajo decente y crecimiento económico	X
Industria, innovación e infraestructura	
Reducción de las desigualdades	
Ciudades y comunidades sostenibles	
Producción y consumo responsables	
Acción por el clima	
Vida submarina	
Vida de ecosistemas terrestres	
Paz, justicia e instituciones solidarias	
Alianzas para lograr los objetivos	
No procede / No aplica	

## 15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)



### Principio de Autonomía

Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

La metodología promueve decisiones personales y planes de vida centrados en la preferencia de la persona (co-creación de actividades - opciones de vida-, ajustes al día a día), reconociendo el derecho a decidir incluso en contextos de dependencia.

### Principio de Individualidad

Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Intervenciones y rutinas adaptadas a la historia personal, gustos y necesidades; diseño personalizado de actividades y espacios. Continuidad, respeto y potencialidad al ciclo vital de cada persona, preservando su autenticidad y conexiones.

### Principio de Independencia

Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Identificación y estimulación de capacidades residuales para maximizar autonomía funcional y prevenir pérdida de habilidades.

### **Principio de Integralidad**

Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Actuación multidimensional: aspectos biológicos, psicológicos y sociales integrados en la planificación y en la intervención sobre el entorno y los servicios.

### **Principio de Participación**

Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Las personas mayores participan activamente en el diseño de su vida diaria y actividades en el centro y en la comunidad; se promueve la toma de decisiones conjunta con la persona mayor, las familias y los equipos.

### **Principio de Inclusión social**

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Fomenta la permanencia en su entorno comunitario y la participación en actividades sociales y culturales, reduciendo el aislamiento y potenciando sus vínculos orgánicos.

### **Principio de Continuidad de atención**

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este principio):

Propone medidas y organización que permitan apoyos coordinados y adaptados en el tiempo (formación continuada, procesos integrados).

## **16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS**

### **Criterio de Innovación**

Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):

Cuestiona prácticas de sobrecuidado de modelos anclados en el asistencialismo y aplica prácticas de diseño centrado en la experiencia de usuario, pequeñas intervenciones de entorno y metodologías de cambio organizativo,

### **Criterio de Transferibilidad**

La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):

La metodología y materiales (formación, protocolos, talleres) facilitan la replicabilidad en otros centros y contextos; enfoque modular que permite adaptación.

### Criterio de Trabajo en Red

Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):

Se trabaja con residencias, proveedores, familias y redes locales; existen colaboraciones con centros en Lleida, en Barcelona, Andorra, y otros socios del sector a escala nacional.

### Criterio de Perspectiva de Género

La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):

La iniciativa integra de forma transversal la perspectiva de género, considerando las **diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres** que forman parte del equipo.

La intervención se comunica y se implementa con un **enfoque inclusivo**, promoviendo la **igualdad de oportunidades** y el **bienestar integral** del personal. Se impulsan **fórmulas organizativas flexibles** que facilitan la **conciliación familiar y personal**, así como medidas de **salario emocional** orientadas al cuidado y la salud del equipo.

Entre las acciones específicas destacan:

- **Acceso periódico a servicios de bienestar personal**, como peluquería o fisioterapia.
- **Refuerzo psicológico y acompañamiento emocional**, con especial atención al desgaste profesional y la carga de cuidados.
- **Programas de promoción de hábitos saludables**, incluyendo clases de yoga, pilates y relajación.
- Actividades dirigidas a **mejorar la salud física de un equipo mayoritariamente femenino**, con especial atención al **fortalecimiento abdominal y postural** en relación con los diferentes ciclos vitales de la mujer.

Estas medidas refuerzan el compromiso de la organización con una **cultura laboral equitativa, saludable y sostenible**, que reconoce el valor del cuidado también hacia quienes cuidan.

### **Criterio de Evaluación y Resultados**

La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:

- 1) Efectividad y cumplimiento de objetivos
- 2) Impacto social
- 3) Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):  
Se recoge evaluación cualitativa (satisfacción, percepción y testimonios) y se propone la medición de indicadores (mejora en bienestar, participación e impacto en envejecimiento activo).

(Describir cómo se han evaluado los resultados de la experiencia?)  
Evaluaciones internas mediante encuestas de satisfacción, entrevistas, observación y feedback de talleres; pilotajes con seguimiento y ajustes.

(Describir qué resultados se han obtenido?)  
Mejora percibida en la calidad de vida y participación de las personas mayores en proyectos piloto; mayor implicación de equipos; cambios en el diseño de espacios (según casos relatados). Recomendable adjuntar informes para validar cuantitativamente.

### **Ambiente facilitador y otros criterios**

En cuanto al entorno, aspectos socio-espaciales, comunitarios, ergonómicos y de otra tipología.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):  
Intervenciones sobre el entorno físico facilitador, acciones comunitarias y medidas ergonómicas que facilitan la autonomía y la interacción social.