

STOP  
SOLEDAD

# AMIGOS DE LOS MAYORES

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2011



amigos de  
los mayores

*Luchamos contra la soledad  
de las personas mayores*

# NUESTRO MENSAJE

## Carta de la presidenta

### PATRONATO

*María Teresa Sancho Castiello*  
Presidenta

*German Medina Carrillo*  
Secretario

*Francisco Javier Ramírez Rico*  
*María Dolores Díaz Aledo*  
*María Izal Fernández de Troconiz*  
*Pilar Rodríguez Rodríguez*  
*María José de Aristizabal Moraleja*  
*Ignasi Torrent i Portabella*  
*Alejandro Jiménez Martínez*

### EQUIPO TÉCNICO

*Mercedes Villegas Beguiristáin*  
Directora

*Idoia Suárez Muñoz*  
Trabajadora Social

*Rufi Romero Cobos*  
Trabajadora Social

*Beltrán Uriarte Calonge*  
Coordinador de voluntarios

*Tatiana Barero Buch*  
Técnica de proyectos

*Enrique Vaquerizo Domínguez*  
Responsable de Comunicación

//

Presentar los resultados de nuestra actividad en este último periodo, no es sólo una satisfacción para nosotros, sino que hoy, más que nunca, creemos que es un pequeño éxito que contribuye a la generación de bienestar de un grupo de personas. Unas, las voluntarias, de diferentes edades, e itinerarios personales. Las otras, las mayores, unidas por una necesidad, el acompañamiento y la reducción de su soledad, también con experiencias vitales y personales muy distintas. Son mujeres y hombres que han disfrutado de una historia personal, profesional y afectiva llena de vida, de tristezas y alegrías. Y ahora nos necesitan.

La Fundación Amigos de los Mayores intenta dar respuesta a todas estas personas, paliar su soledad mediante acompañamiento, dentro o fuera de su casa. Estamos ante un numeroso grupo de ciudadanos unidos por características, como la edad o la situación de soledad. Pero la vejez es diversa y, por lo tanto, requiere respuestas adaptadas a cada persona. Tarea compleja en la que estamos comprometidos.

En las siguientes páginas podrá comprobar que, a pesar de ser pequeños, hacemos muchas cosas, que complementan las que realizan las administraciones públicas. Sabemos de la importancia que tienen la calle y el barrio, para las personas mayores. Por ello, avanzamos en iniciativas como los encuentros de personas mayores y voluntarios en el barrio, las meriendas, y otras actividades que generan interacción social y afectiva, las cuales se están convirtiendo en acciones centrales para nuestra Fundación.

Pero nosotros también vivimos esta situación de terrible crisis económica que puede poner en cuestión la continuidad de nuestra prestaciones sociales, de las que las personas mayores se benefician. Hoy más que nunca necesitamos apoyos para mantener nuestra actividad.

Os necesitamos, amigos. Vuestras contribuciones, incorporándoos como socios, voluntarios, colaboradores puntuales, difundiendo en vuestra empresa o institución nuestro proyecto. Recibimos y agradecemos muchísimo todas las colaboraciones sin las cuales no podríamos sobrevivir. Pero en este momento es urgente conseguir que nuestra ciudadanía pueda seguir viviendo en condiciones de dignidad. Nuestro granito de arena, no va a faltar. Sabemos que el suyo tampoco.

//

*Mayte Sancho*

# ÍNDICE

- 4 ¿Quiénes somos?
- 6 Las personas mayores acompañadas
- 8 Acciones contra el aislamiento y la soledad
- 12 Los voluntarios y voluntarias
- 14 Campañas y eventos
- 16 Informe económico
- 18 Agradecimientos





## QUIÉNES SOMOS

**Amigos de los mayores** es una organización de voluntariado que, desde 2003, dedica principalmente su actividad a acompañar y ampliar la red social de personas mayores que viven solas o que se encuentran aisladas, con problemas de salud propios de la edad avanzada y con recursos económicos limitados.

La misión principal de la entidad es mejorar la calidad de vida de las personas mayores con recursos limitados y en situación de aislamiento y/o soledad a través de la acción de voluntarios y voluntarias cualificados.

Amigos de los Mayores es miembro de la Federación Internacional Les petits frères des Pauvres, organización que tiene representación en ocho países del mundo: Alemania, Canadá, España, Estados Unidos, Francia, Irlanda, Polonia y Suiza.

*"Cuando era pequeño tenía una relación muy estrecha con mi abuelo, Amigos de los mayores (...) es una forma de recordar las cosas que hacía con él de niño, recuperar esas vivencias, es un camino para volver a la infancia"*  
(Ricardo, voluntario)

*"Es una forma de relacionarme con la gente, y como tengo tantas horas de soledad, cuando tengo oportunidad de compartir ese tiempo con gente, entonces aprovecho"*  
(Dolores, 89 años)

*"Para mí es el mejor momento de la semana, cuando Laura me visita y oigo sonar la puerta, pienso ya pronto viene, ya pronto viene"*  
(Lauren, 84 años)



# Las personas mayores en Madrid



El número de personas mayores de 65 años aumenta año tras año. En el año 1991, la ciudad de Madrid contaba con 453.422 personas mayores, que pasaban a 616.317 en el año 2010. Con este aumento también crece el número de personas de más edad dentro de este grupo y el número de personas mayores que viven solas.

*Del total de personas mayores de 65 años que viven en el municipio, el 20% lo hacen solas.*

Los motivos por los que las personas mayores viven solas son diversos, a la razón principal que suele estar relacionada con el mantenimiento de la independencia, se le añaden un cúmulo de factores a menudo relacionados con las circunstancias familiares.

Esta situación plantea nuevas necesidades a las que la sociedad española tendrá que dar respuesta siguiendo las tendencias demográficas y sociales contemporáneas.

Aunque vivir solo no implica siempre que la persona mayor experimente sentimientos de soledad, sí que existe una relación entre ambas. Según datos de la Encuesta de Condiciones de Vida 2006, un 59% de las personas mayores que viven solas declararon sentir soledad frente a un 14% de las personas mayores que viven en pareja u otros familiares.

Uno de los principales factores de riesgo es la situación de aislamiento social derivada de la ausencia de lazos familiares o de una red social reducida. Las limitaciones para salir al exterior de forma autónoma y tener recursos económicos escasos, frecuentemente conducen a situaciones de carencia afectiva.

La promoción del voluntariado y de relaciones sociales satisfactorias, son aspectos fundamentales para paliar estos sentimientos negativos que sufren las personas mayores en situación de aislamiento social. En Amigos de los Mayores queremos paliar su situación y ofrecerles el apoyo afectivo que necesitan.

**El riesgo de aislamiento o exclusión social aumenta entre las personas de mayor edad, y afecta especialmente a las mujeres mayores.**

*"Estar una semana entera sin ver a nadie es algo muy duro, los días se hacen eternos" (Carmen 85 años)*

*"...Porque yo antes me valía por mí misma pero tuve una caída y tengo un pinzamiento en la espalda y no me puedo mover muy bien..." (María, 80 años)*

*"La necesidad de pertenecer comprende un deseo avasallador de formar y mantener, por lo menos, una cantidad significativa de relaciones interpersonales" (Eduard Punset)*



## LAS PERSONAS MAYORES ACOMPAÑADAS

Carmen, Lola, Manuel, Bienvenida, Celes, Ana María, Consuelo, Antonio, Luisa, Lorenzo, Fela, Concepción, Santos, Eloisa, Pilar, Josefa, Fuencisla, Magdalena, Pedro, Berta, Gil, Predes... **258** personas mayores han encontrado **apoyo y compañía** en **Amigos de los Mayores** durante 2011.

Durante el año 2011 hemos atendido a un total de 258 personas mayores que cumplen el siguiente perfil:

La media de edad de estas personas es de 82 años, de las cuales la gran mayoría son mujeres. El 69% de las personas mayores que acompañamos vive sola en su domicilio, un 7% vive con su pareja y el resto lo hace en una residencia o con familiares

En cuanto a la movilidad, un 91% presenta marcha insegura o no puede caminar frente a un 9% que son autónomos.

*El objetivo de Amigos de los Mayores es llegar a estas personas con dificultades y sacarlas de su aislamiento favoreciendo la ampliación de su red social.*

### EVOLUCIÓN DE PERSONAS MAYORES ATENDIDAS (2006 - 2011)



# Lugares donde actúa Amigos de los Mayores



## FUENTE DE DERIVACIÓN de las personas mayores atendidas

CENTROS DE SALUD	49
CENTROS DE SERVICIOS SOCIALES	65
CENTROS DE TELEASISTENCIA	56
INICIATIVA PROPIA	20
DIRECCIÓN GENERAL DE MAYORES	16
CENTROS DE SALUD MENTAL	0
RESIDENCIA	25
OTROS	27
<b>TOTAL</b>	<b>258</b>

Amigos de los mayores realiza siempre su actividad en coordinación con los servicios sociales y sanitarios. Desde el año 2008 trabajamos conjuntamente con la DG de Mayores en el Programa de detección de ancianos frágiles con alto riesgo de aislamiento social del Ayuntamiento de Madrid



## ACCIONES CONTRA EL AISLAMIENTO Y LA SOLEDAD

**Amigos de los mayores** ofrece una alternativa a la soledad de las personas mayores. Nuestras acciones se fundamentan en tres pilares: **Los programas de acompañamiento**, que permiten romper con la soledad de las personas mayores; **los programas de actividades**, que facilitan su socialización; y **el programa de sensibilización**, para dar a conocer el aislamiento que padecen tantas personas mayores de nuestro entorno.

### PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO

*"Tener a alguien a quien le importas, una visita a la que esperar y que al llegar a tu casa te pregunta como estás, es algo increíble, que me ha cambiado la vida"*  
(Esusperancia, 86 años)

**4.850 acompañamientos a domicilio:** Durante 2011, un total de **161** personas mayores que padecen soledad han recibido la visita de un voluntario cada semana. Con este apoyo afectivo ayudamos a las personas mayores acompañadas a reforzar sus recursos personales (autoestima, capacidad de relación con los demás, etc.) y aligerar la situación de soledad y aislamiento.



**183 acompañamientos puntuales:** en 2011, **67** personas mayores han podido contar con compañía y ayuda para realizar sus gestiones (médicas, administrativas, etc.). El total de gestiones realizadas ha sido de **183**. La mayoría son acompañamientos al médico y ayuda con la tramitación de la ayuda a domicilio y la teleasistencia.

**18 tertulias a domicilio:** consiste en ofrecer a las personas mayores acompañadas regularmente por un voluntario la posibilidad de pasar una tarde en compañía de un grupo de 2/3 voluntarios. con los que comparten una merienda en su domicilio.



## Programa Cerca de Tí

### Beneficios del voluntariado en el acompañamiento a personas mayores

Durante el año 2010 el Ministerio de Sanidad y Política Social puso en marcha a través del IMSERSO el proyecto piloto "Cerca de Tí" que trató de responder a uno de los problemas detectados en la población mayor: la soledad. El objetivo principal fue conocer las posibilidades que puede ofrecer el acompañamiento a personas mayores que se sienten solas, a través de redes de voluntariado, para romper el aislamiento de las personas mayores, a fin de orientar la puesta en marcha de proyectos similares.

El proyecto evidenció los efectos beneficiosos que genera en la mayoría de las personas mayores la participación en un programa de voluntariado, destacando entre varias las siguientes conclusiones:

"Se han producido avances significativos en el grado de satisfacción con la vida y en la reducción de la percepción de soledad. También se observan mejoras en la relación del mayor con su entorno, tanto en la valoración de la calidad de la relación con su red social (familiares, amigos y vecinos) como en la frecuencia de contacto con la misma.

El proyecto ha contribuido a la mejora de las condiciones de vida de los y las participantes en tanto que ha reducido su soledad y aumentado su satisfacción vital, así como ha ayudado a fortalecer y conservar la calidad y frecuencia de relación con su red social. Los mayores afirman que desde que reciben las visitas y el acompañamiento de los voluntarios se sienten mejor, tienen mejor ánimo y menos sentimiento de aislamiento"

\* Proyecto Piloto "Cerca de ti. Informe de evaluación, recomendaciones y propuestas". Imserso. 2011



## PROGRAMAS DE ACTIVIDADES

*"Ha sido muy bueno porque hemos aprendido a hacer cosas que no sabíamos"*

*"Aprender y enseñar a los demás algo que se te da bien es estupendo, y la cocina me encanta"*

*(Luisa y Pepa, participantes del taller de cocina)*

**10 Encuentros en el barrio:** actividad nueva que hemos puesto en marcha, con el fin de ofrecer a las personas mayores que viven cerca la posibilidad de reunirse en algún lugar de su barrio y así conocerse, hacer nuevos amigos y fortalecer sus relaciones sociales utilizando su barrio. Han participado un total de 56 personas mayores en 10 encuentros en el barrio.

**7 Salidas de un día:** como complemento a las actividades anteriormente mencionadas, ofrecemos a los mayores la posibilidad de participar en actividades culturales y visitas turísticas variadas. El año pasado realizamos, entre otras, una visita guiada por la Plaza Mayor, salidas al Museo del Traje, Reina Sofía o Museo Sorolla y estuvimos en unos Talleres de cocina, etc. El total de personas mayores que participaron fueron **61** y contamos con la colaboración de **64** voluntarios. Muchas de estas actividades fueron patrocinadas por diferentes empresas.

**59 Visitas a residencias:** durante el 2011 hemos continuado realizando las visitas en la Residencia de la Comunidad de Madrid de la calle Goya. Las actividades se realizan en grupo y consisten en salidas los jueves por la mañana y lecturas religiosas. En estas actividades participan unas **25** personas mayores y contamos con la colaboración de 5 voluntarios.

**Fiesta de San Isidro:** para este evento contamos con la colaboración de 70 voluntarios y asistieron **80** personas mayores.

**Fiesta de Navidad:** la Navidad es una época del año emotiva en la que más se echa de menos la falta de compañía y de cariño. Amigos de los mayores propone cada año a los mayores que acompañamos una Fiesta cercana a estas fechas. El año pasado, gracias a la colaboración de la cadena de Hoteles NH y la participación de muchos voluntarios. Pudimos celebrar juntos ese momento con una gran fiesta en la que participaron **98** mayores y **54** voluntarios.

**Vacaciones:** en junio y septiembre organizamos dos turnos de fin de semana en las que 16 personas mayores y 16 voluntarios disfrutaron de unos días en una casa rural en la sierra de Gredos.

*"Ambientes como este animan a seguir. Ver cómo disfrutan y lo bien que se lo pasan y nosotros con ellos, espero que pueda seguir viniendo con Crescencia muchos años " (Jacobo , voluntario que participó en la Fiesta de San Isidro)*





## LOS VOLUNTARIOS Y VOLUNTARIAS

**Amigos de los Mayores ha contado durante 2011 para el desarrollo de sus actividades con 255 personas voluntarias de las cuales 184 son mujeres y 71 hombres, además de 64 voluntarios de empresas, que se han vinculado en actividades puntuales como las salidas de un día o visitas culturales.**

*"Me gusta la gente mayor, me gusta escucharlos, después de todo, todos vamos a acabar siendo mayores".*

*Karen, 65 años, voluntaria.*

En cuanto al perfil de los voluntarios/as, tienen una media de edad de 40 años, el 72% tiene estudios superiores, y el 52,6 % se encuentra en activo y lo que muestra que la mayoría de los voluntarios son profesionales que están actualmente trabajando.

Respecto a la fuente de conocimiento, el medio por el que más han entrado en contacto con nosotros estos voluntarios ha sido Internet en primer lugar (39% de los nuevos voluntarios) y a través de personas conocidas (el 17%), quedando el resto repartidos entre los medios de comunicación, los actos de sensibilización y otros.

Durante el año 2011, con el fin de aumentar el número de voluntarios que colabora regularmente con la organización, el coordinador de voluntarios realizó 51 sesiones informativas a las que asistieron un total de 118 personas. Una vez realizada la sesión informativa, cada persona interesada en colaborar pasa por un proceso de selección en el que se valora su capacidad para desempeñar labores de acompañamiento afectivo a personas mayores.



# Distribución de los voluntarios por actividad



**En 2011 se incorporaron un total de 102 nuevos voluntarios.**

En Amigos de los Mayores es fundamental la formación de los voluntarios, por lo que a principios de 2011 se organizó un encuentro de voluntarios con el fin de atender las necesidades formativas y escuchar las propuestas de los propios voluntarios. Como resultado de este encuentro se organizó el plan formativo consistente en 5 cursos y 3 encuentros de voluntarios, a los que asistieron 165 personas.

Los cursos trataron temas como: Las enfermedades de los mayores, La Ley de Dependencia, Movilidad, Primeros auxilios y Duelo y cursos de técnicas para trabajar la memoria con personas mayores; mientras que en los encuentros de voluntarios se debatió sobre cómo motivar a las personas mayores acompañadas, actividades para realizar con ellos, dificultades en las gestiones o sus miedos y angustias.

## FORMACIÓN

*"Es muy útil conocer como tratar a una persona mayor cuando acaba de sufrir una pérdida dolorosa"(Guadalupe, voluntaria)*



## CAMPAÑAS Y EVENTOS

### COMUNICACIÓN

#### **Apariciones en medios:**

**Tv:** Noticias de La Sexta, Noticias de Telemadrid, Un Granito de Arena de Intereconomía

**Prensa:** Nosotros los Mayores, Entre Mayores, El Mundo, El Economista, ABC.

**Radio:** Hablar por Hablar Cadena Ser, Hora 25 RNE, Informativos Onda Cero, Juntos Paso a Paso RNE.

Durante este año 2011 se han realizado diversas acciones de comunicación desde Amigos de los Mayores. Además de mantener actualizada la página Web, se han continuado elaborando los boletines cuatrimestrales de "Amigos al día" y se ha intensificado la presencia en redes sociales con la creación de un perfil de Twitter y otro de LinkedIn como una forma más dinámica de gestionar la comunicación entre todos los Amigos de los Mayores.

Por otro lado, y de forma transversal a los objetivos de comunicación y sensibilización que dirigen la labor de Amigos de los Mayores, durante este año 2011 hemos emitido varias notas de prensa consiguiendo estar presentes en 33 ocasiones en diversos medios de comunicación.

### SENSIBILIZACIÓN

*Todas las acciones de sensibilización pretenden ser un referente para futuras acciones de Amigos de los Mayores, así todas ellas han sido planteadas con un espíritu de continuidad en el tiempo, tratando de que los días elegidos para su realización sean días de especial importancia.*

Durante el año 2011 nuestras acciones de sensibilización se han centrado principalmente en acercar la realidad de las personas mayores a todos los sectores de la sociedad, tratando así de que todos los agentes implicados conozcan más de cerca el día a día de las personas mayores que habitan nuestras ciudades.

En Diciembre la Federación Nacional de Amigos de los Mayores vio reconocida su labor con la concesión del Premio Estatal de Voluntariado en la modalidad colectiva, otorgado por el Ministerio de Asuntos Sociales y que sería recogido de manos de Los Príncipes de Asturias Don Felipe y Doña Leticia en el marco del Congreso Estatal de Voluntariado celebrado en La Coruña. Desde aquí queremos agradecer este reconocimiento.

Además hemos apostado de forma decidida por internet y las redes sociales como herramienta. Durante 2011 continuamos la andadura del Blog Grandes Mujeres, con el objetivo de difundir las historias en muchos casos ejemplares de las personas mayores con las que trabajamos. Además queremos visibilizar especialmente el papel de la mujer dentro del colectivo de personas mayores, teniendo en cuenta que más del 80% de nuestros usuarios son mujeres.

Durante 2011 el blog consiguió 2.969 visitas, y una repercusión bastante importante. Para este 2012 la fundación ha proyectado darle continuidad con nuevos contenidos.

Además de Grandes Mujeres se creó un segundo blog bajo el título "Buscamos Sueños" con el objetivo de recoger sueños de personas mayores. Además creamos un premio entre los testimonios recogidos para celebrar el 28 de Abril, "Día de la solidaridad entre generaciones". La iniciativa contó con 21 participantes que ofrecieron relatos de gran calidad.



## Un blog sobre Grandes Mujeres

*Una iniciativa de Amigos de los Mayores*



Por último, con motivo del Día Internacional de las Personas Mayores, que se celebra cada año el 1 de octubre, la Federación Nacional de Amigos de los Mayores realizó diversos actos de sensibilización en Barcelona, Valencia y Madrid.

Bajo el lema: "Stop Soledad", en Madrid un grupo de voluntarios y colaboradores de Amigos de los Mayores, repartimos más de 350 rosas entre las personas mayores que acompañamos y aquellas que paseaban por la Puerta del Sol de Madrid.





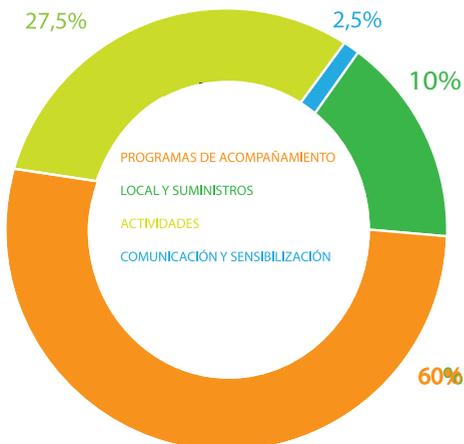
## INFORME ECONÓMICO 2011

Durante el ejercicio 2011 los ingresos totales de la entidad han sido un 89% menores que el año anterior. Un 28,5% han estado ligados a subvenciones públicas, un 53,5% procedentes de donaciones de particulares y empresas y un 18% de obras sociales.

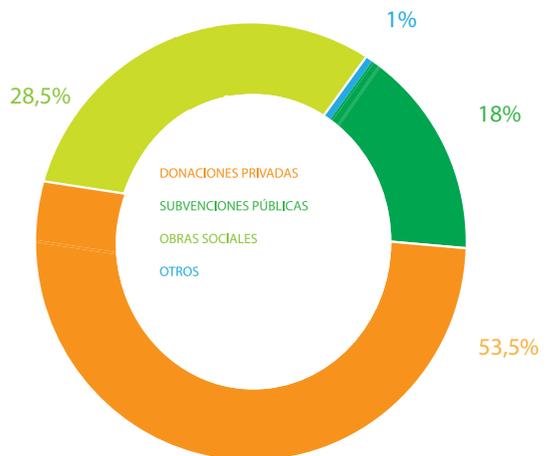
*Las cuentas de Amigos de los Mayores están auditadas (Capital Auditors and Consultants, S.L. N.º R. O. A. C. S-1886). El informe de auditoría se puede consultar en la página web: [www.amigosdelosmayores.org](http://www.amigosdelosmayores.org)*

En cuanto al presupuesto total de gastos, este ha aumentado un 21% respecto al año anterior. El uso que se ha hecho de estos recursos es el siguiente: 60% destinado al Programa de acompañamientos, un 9% al Programa de actividades, un 2,5% a acciones de sensibilización y comunicación.

### Ingresos



### Gastos



## INGRESOS

SUBVENCIONES PÚBLICAS	41.600,00 €
DONACIONES PRIVADAS	45.540,00 €
OBRAS SOCIALES	26.601,00 €
OTROS	1.240,50 €
<b>TOTAL INGRESOS</b>	<b>146.543,00 €</b>

## GASTOS

PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTOS	73.161,00 €
PROGRAMA DE ACTIVIDADES	36.580,96 €
COMUNICACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN	12.193,00 €
LOCAL Y SUMINISTROS	18.399,00 €
ADMINISTRACIÓN Y GASTOS GENERALES	13.998,30 €
<b>TOTAL GASTOS</b>	<b>174.052,43 €</b>

## RESULTADO

-27.508,63 €

Desde Amigos de los Mayores trabajamos de forma continua para obtener los recursos necesarios que nos permitan continuar con nuestra labor y llegar a más personas mayores que necesitan apoyo y compañía. Para ello, durante 2011 hemos trabajado para diversificar nuestras fuentes de financiación. Entre otras acciones, hemos presentado propuestas de colaboración a empresas y hemos realizado campañas de búsqueda activa de donantes particulares. En todas nuestras acciones de captación de fondos buscamos garantizar la sostenibilidad de nuestras actividades, sensibilizar a la sociedad y ampliar nuestra base social para contribuir al logro de nuestros objetivos.



## AGRADECIMIENTOS Y COLABORACIONES

La labor de Amigos de los Mayores es posible gracias al apoyo de personas, empresas e instituciones que, de una u otra forma, han colaborado en nuestros programas, actividades o actos. En estas páginas dejamos constancia y agradecemos las colaboraciones que hemos recibido durante 2011.

### PERSONAS

Patronato de la Fundación

Voluntarios y voluntarias

Socios y donantes



Obra Social  
Fundación "la Caixa"



### EMPRESAS E INSTITUCIONES

Fundación La Caixa, Ministerio de Política Social e Igualdad, Ayuntamiento de Madrid, Fundación Botín, Les petits freres des Pauvres, Obra Social Bancaja, KPMG, Ineco, Ford, AON, Citibank, XL Group, Cigna, Isdefe, La Caixa Grup Assegur, Parroquia Nuestra Señora de Guadalupe, Universidad Europea de Madrid, Elogia, Sonae Sierra y Rodrek.



compromiso social

Bancaja 

ineco



AON

BBVA



ONG  
ANALIZADA

POR FUNDACIÓN LEALTAD

## La voz de los voluntarios y voluntarias

*"Con Amigos de los Mayores he descubierto la alegría de estar con los mayores. (...) Descubrir las experiencias y la sabiduría que te dan los años vividos" (Laura, 30 años, voluntaria).*

*"Con Amigos de los Mayores aprendí a dejar de ver a los mayores desde la compasión y descubrí una edad que se puede vivir de otra forma. Con alegría e ilusión" (Paquita, 72 años, voluntaria).*

*"Una opción de hacer algo nuevo diferente, de llenar tu ocio sabiendo que estás ayudando a los demás y además tener la posibilidad de aprender con gente que te aporta una visión de la vida muy diferente" (Magdalena, 62 años, voluntaria).*

*"Empezó siendo una organización que encontré en internet y cuya idea de dar compañía al mayor, me gustó, ya que a veces se olvida ese aspecto, y se tiende a cubrir necesidades más bien físicas. Para acabar siendo un sitio de encuentro donde las, a veces, barreras sociales de mayores y jóvenes desaparecen. Una segunda casa donde el mayor es el importante" (Rocío, 21 años, voluntaria).*

**"Una forma de recobrar la infancia"**  
(Eduardo 38 años, voluntario).

*"Son tan agradecidos, y tienen historias tan bonitas" (Laura, 34 años, voluntaria).*

*"Con Amigos de los Mayores he descubierto la alegría de estar con los mayores, de disfrutarlos tal y como son y a la vez de aprender de ellos", sin mirarlos desde la compasión y la lástima, por el contrario he encontrado modelos en los que me gustaría mirarme cuando llegue mi vejez (Daniel 28 años, voluntario).*

*"Para mi Amigos de los Mayores es una concentración de buenos sentimientos, buenas intenciones y las ganas necesarias para realizar una labor así, en las mejores condiciones. Sin dejar de señalar que es la puerta para que personas como nosotros (los voluntarios) tengamos acceso para llevar a cabo lo que de otra forma es muy complicado" (Ana, 29 años, voluntaria).*

*"Que una persona mayor te regale una sonrisa como forma de agradecerte la compañía que le brindas y conservar como cambia su vida es algo que merece la pena por sí solo" (Fabricio, 31 años, voluntario)*

*"Para mi representa la posibilidad de colaborar, de ser solidario, de aliviar aunque poquito!- la soledad de otros" (Antonieta, 65 años, voluntaria).*

*"Amigos de los Mayores me ha permitido tener una nueva amiga, Dolores" (Davinia 33 años, voluntaria).*





## CONTACTO

C/Alonso Cano 61 1º Izq  
28003Madrid  
Tel/Fax:913599305  
info@amigosdelosmayores.org  
www.amigosdelosmayores.org