



Tercera Edad,
Adultos mayores,
Viejos, Adultos en
plenitud



Adaptación:
J. Adrián Figueroa Hernández
tingaia@yahoo.com

Especificaciones

Edad: Mayores de 60 años.

Duración 90min.

Documento Original: www.cartadelatierra.org

Modalidad pedagógica: Taller

Objetivo: Conocer los Principios y Valores de Carta de la Tierra, con el propósito de promoverlos a través de estrategias de la vida cotidiana en diferentes lugares sociales como la casa, parques, centros culturales, jardines, centros de trabajo, centros sociales, etc.

Instrucciones

- 1.- Leer o escuchar qué es Carta de la Tierra, su significado y valor
- 2.- Presentar al grupo las ideas generales de lo que representa una persona mayor de 60 años
- 3.- Discutir sobre algunas ideas de la relación adultos mayores o viejos y las generaciones jóvenes
- 4.- Formar equipos de trabajo para crear una historia
- 5.- Desarrollar una historia a partir de una serie de herramientas que faciliten la enseñanza de los Principios y Valores de Carta de la Tierra
- 6.- Utilizar el material llamado “Refraneando la Carta de la Tierra” y Carta de los Derechos de las Personas de Edad
- 7.- Hacer presentaciones de las historias por cada equipo

INTRODUCCIÓN

Vivimos un tiempo muy importante y tenemos el reto de conservar nuestro planeta Tierra. Todos los pueblos y todas las culturas del mundo formamos una sola y gran familia; nos debemos unir para respetar la naturaleza, para cumplir los derechos humanos y para convivir en paz y justicia. Somos, responsables de la vida, para nosotros y para las personas que nacerán.

La Tierra, nuestro hogar.

Es parte de un universo inmenso. Está lleno de vida, con una rica variedad de plantas, animales y pueblos. Nosotros los humanos, dependemos de la tierra, del agua y del aire y tenemos el deber de proteger la vida en la Tierra.

La situación del mundo.

La situación del mundo.

Desgraciadamente las formas de producir, organizar y consumir que tenemos hoy, destruyen algunas veces nuestro ambiente, por ejemplo agotan los recursos naturales (agua, aire, suelo...) y hacen desaparecer muchas especies animales y vegetales. La vida es destruida constantemente por guerras, hambre, miseria, ignorancia, enfermedades, injusticias, entre otras. Todas estas situaciones están en nuestras manos poder evitarlas.

¿Qué debemos hacer?

¿Qué debemos hacer?

La elección es nuestra: debemos unirnos para cuidar la **Tierra**. Es necesario un cambio profundo. Nuestro derecho es vivir sana, segura y dignamente. Aprovechando los conocimientos y tecnologías para conseguirlo. Construir un mundo más humano y de igualdad. Todo está relacionado con el ambiente, medios económicos, formas de convivencia y producción económica, ideas espirituales etc. Si queremos, todos juntos lo lograremos.

¿Qué nos puede provocar Carta de la Tierra

- 1) Nos sensibiliza e informa
- 2) Nos hace conscientes
- 3) Nos motiva a actuar y crear desde determinados principios e intereses comunes

¿Qué nos puede provocar Carta de la Tierra

- 4) Nos motiva y promueve para realizar una serie de cambios y transformaciones de comportamientos, hábitos, habilidades, actitudes y aptitudes.
- 5) Nos transforma, adecua y moviliza en procesos sociales, culturales, naturales de diversos contextos
- 6) Nos vuelve a sensibilizar e informar...

¿Qué tipo de documento es Carta de la Tierra

- a) Provocador de un pensamiento complejo y holista
- b) Es un conjunto de ideas de unidad, variedad de conocimientos y acciones, protección, corresponsabilidad, diversidad, solidaridad, amor, respeto, paz, justicia, libertad, equidad, tolerancia y democracia.
- c) Propone una serie de valores instrumentales de carácter universal
- d) Funciona como una herramienta formativa social y cultural

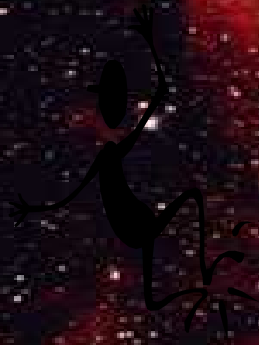
¿Qué tipo de documento es Carta de la Tierra

- d) Funciona como una herramienta formativa social y cultural
- e) Instrumento moral de bienestar común mundial
- f) Es un llamado de atención a nuestros estilos y formas de vida que afectan la sobrevivencia propia y de otras especies

¿Qué tipo de documento es Carta de la Tierra

- g) Es un reto de trabajo comunitario mundial en busca de la paz, felicidad, seguridad y dignidad
- h) Propone una utopía viable de bienestar para todas las especies y de manera global para todo el planeta
- i) Promueve la reciprocidad de acciones positivas y la redistribución del poder y la toma de decisiones para un bien común planetario







Entendimiento

Equidad

Estudios

Participación

**Leyes y
Normas**

**¿CÓMO LO
LOGRAREMOS?**

Ética

Gobernabilidad

Igualdad

Información

Intercambio



¿QUÉ EVITAMOS QUE SUCEDA?









**Sistemas educativos
formales y no
formales**

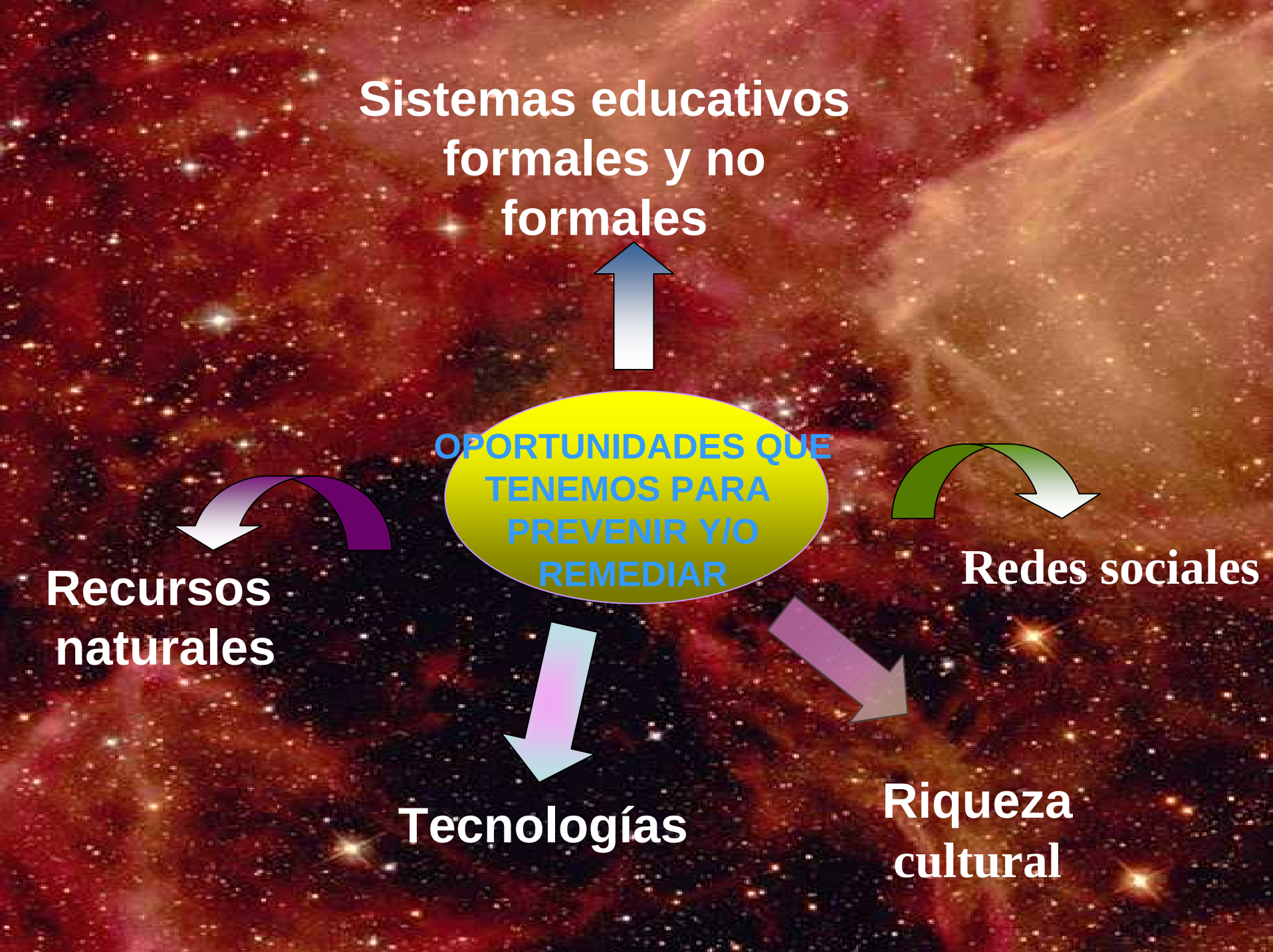
**OPORTUNIDADES QUE
TENEMOS PARA
PREVENIR Y/O
REMEDIAR**

**Recursos
naturales**

Redes sociales

Tecnologías

**Riqueza
cultural**



Ideas positivas relacionadas a los adultos mayores

- Admiración
- Amor
- Apoyo
- Conocimiento
- Ejemplo a seguir
- Enseñanza
- Experiencia
- Familia
- Herencia
- Historia
- Respeto
- Sabiduría
- Ternura
- Tradición

Ideas negativas o incómodas relacionadas a los adultos mayores

- Achaques
- Cansancio
- Enfermedades
- Descolorido
- Gruñón
- Impotente
- Intolerancia
- Melancolía
- Niñez adulta
- Nostalgia
- Olvidadizo
- Rejego
- Soledad
- Tristeza

Situaciones comunes que algunas personas piensan de los adultos mayores

- Abandono
- Arrumbado
- Estorbo
- Etapa final
- Gasto de dinero
- Gasto de tiempo
- Improductivo
- Incomodidad
- Maltrato

¿Qué pueden heredar a las nuevas generaciones?

- Experiencia
- Conocimiento
- Sabiduría
- Tradición

¿Cuáles son los compromisos con las nuevas generaciones?

- Apoyo en la formación cívica
- Heredar sus enseñanzas para mejorar habilidades, actitudes y comportamientos
- Participar activamente en acciones de mejoramiento de la familia, comunidad y espacios naturales

¿Cuáles son los compromisos con las nuevas generaciones?

- Heredar recursos para realizar acciones de bien común
- Compartir experiencias y materiales que ayuden a prevenir o remediar situaciones negativas
- Difundir de manera escrita o por medio de la palabra los diversos derechos que tenemos los humanos, animales, plantas y el planeta Tierra

¿Cómo transmitirán o colaborarán con ideas y acciones para conservar el planeta Tierra?

- Con amor y alegría por la vida
- Con apoyo en actividades concretas
- Con enseñanzas de habilidades y actitudes
- Con ejemplo a través de sus actos
- Con historias ejemplares, anecdóticas o moralejas

Enseñanza de los Principios de Carta de la Tierra a través de historias de la vida real



Herramientas para construir una historia y enseñar los Principios y Valores de Carta de la Tierra

- Estructura general de la historia
- Listado de palabras clave para escoger un tema de la historia
- Listado de personajes
- Listado de escenarios o lugares donde sucedió la historia

Estructura general de la historia

- 1.- Principio
- 2.- Cuerpo de la historia (personajes, escenarios y principios de Carta de la Tierra)
- 3.- Desenlace
- 4.- Mensaje o moraleja

Opciones para iniciar el principio de la historia

- Érase una vez
- Había una vez
- Hace mucho tiempo
- En un lugar llamado
- Me acuerdo que hace muchos años

Listado de palabras clave para escoger un tema de la historia

- Conservación
- Culturas
- Democracia
- Derechos
- Diversidad
- Información
- Libertad
- Naturaleza
- Organización
- Paz
- Pobreza
- Prevención
- Recursos naturales
- Respeto
- Responsabilidad
- Violencia

Listado de algunos personajes para las historias

- Albañil
- Amas de casa
- Autoridad
- Campesino
- Carnicero
- Chofer
- Esposo
- Estudiantes
- Ferrocarrilero
- Herrero
- Hijos
- Ingeniero
- Licenciado
- Maestro
- Médico
- Nietos
- Parientes
- Sacerdote
- Sastre
- Tendero
- Turista
- Vago
- Vendedor
- Veterinario

Listado de algunos escenarios o lugares donde sucedió la historia

- Ayuntamiento
- Barco o lancha
- Barrio
- Bosque
- Camino
- Camión o carro
- Campo
- Cancha de juego
- Comunidad
- Cueva
- El mar
- Ferrocarril
- Hogar
- Hospital o clínica
- Iglesia
- Jardín o parque
- Laguna
- Montaña
- Playa
- Río
- Salón de clase
- Tienda

I. RESPETO Y CUIDADO DE LA COMUNIDAD DE VIDA

1. Respetar la Tierra y la vida en toda su diversidad

Refranes y dichos

No te tomes la vida en serio, al fin y al cabo no saldrás vivo de ella
LES LUTHIERS

Proverbios y frases célebres

- Cuando encuentres algo, mira allí de nuevo
- Cuida la tienda y ella te cuidará a ti





2. Cuidar la comunidad de vida con entendimiento, compasión y amor.

Refranes y dichos

- Duro y a la cabeza
- Errar es humano... pero echarle la culpa a otro es más humano todavía
Les Luthiers

Proverbios y frases célebres

- A los hombres sabios no les importa aquello que no pueden tener
- Cuando un hombre se cuida a sí mismo, tiene cuidado de todos
- Debemos jugar para vivir, no vivir para jugar
- El amor, la tos y la comezón no pueden ocultarse
- El amor se ríe de los cerrajeros
- La alegría compartida es una alegría doble
John Ray



2. Cuidar la comunidad de vida con entendimiento, compasión y amor

Proverbios y frases célebres

- El amor es el principio de todo, la razón de todo, el fin de todo Jean-Baptiste-Henri Dominique Lacordaire
- En los adultos debe educarse el entendimiento, en los jóvenes el corazón y en los niños la voluntad Marina Rosell
- Nuestra felicidad depende, en suma de nuestra libertad interior Maurice Maeterlinck
- El hombre nace libre y por doquier se encuentra sujeto por cadenas Juan Jacobo Rousseau
- Cuando un hombre mata a un tigre lo llaman deporte, cuando un tigre mata al hombre lo llaman ferocidad Kitiara

3. Construir sociedades democráticas que sean justas, participativas, sostenibles y pacíficas.

Refranes y dichos

- Cualquiera toca el cilindro, pero no todos lo cargan
- No siento lo recio, sino lo tupido
- Ni tanto que queme al santo, ni tanto que no lo alumbre
- Si no eres parte de la solución, eres parte del problema. LES LUTHIERS
- Ahora es cuando, chile verde, le has de dar sabor al caldo
- Si aún te crees libre es que no has volado aún lo suficientemente alto como para chocar con tus rejas...



3. Construir sociedades democráticas que sean justas, participativas, sostenibles y pacíficas.

Proverbios y frases célebres

- **A todos nos gusta la justicia en la casa ajena, pero nadie la procura en su casa**
- **Cuando la ignorancia es bienvenida, es una tontería ser sabio**
- **De la nada no puede salir nada**





4. Asegurar que los frutos y la belleza de la Tierra se preserven para las generaciones presentes y futuras.

Refranes y dichos

Chivo brincado, chivo pagado



4. Asegurar que los frutos y la belleza de la Tierra se preserven para las generaciones presentes y futuras.

Proverbios y frases célebres

- A cada pájaro le gusta oír su propio canto
- La esperanza nos dice siempre que el mañana será mejor
Albio Tíbulo
- Quien quiera creer que algún poder lo sitúa sobre los demás seres vivos de la tierra, tal vez viva la gloria, pero jamás gozará sintiendo los latidos de su corazón
Nila
- La naturaleza es una interpretación transitoria que el hombre ha dado a lo que encuentra frente a sí en su vida. A ésta, pues, como realidad radical -que incluye y preforma todas las demás- somos referidos
José Ortega y Gasset

II. INTEGRIDAD ECOLÓGICA

5. Proteger y restaurar la integridad de los sistemas ecológicos de la Tierra, con especial preocupación por la diversidad biológica y los procesos naturales que sustentan la vida.

Refranes y dichos

- Al enfermo lo que pida
- Las personas más felices no son aquellas que obtienen lo mejor de todo sino aquellas que sacan lo mejor de lo que tienen
- Vuela con tu imaginación pero no pierdas de vista al mundo o la caída será mortal



II. INTEGRIDAD ECOLÓGICA

5. Proteger y restaurar la integridad de los sistemas ecológicos de la Tierra, con especial preocupación por la diversidad biológica y los procesos naturales que sustentan la vida.

Proverbios y frases célebres

- Al que escupe al cielo, en la cara le cae
- Cerrar la puerta cuando han robado el caballo
- Cuando la capa está raída, es fácil encontrar en ella un agujero
- De todos los estudios, el mejor es estudiar las condiciones en que nos hallamos
- La esperanza es el sueño del Hombre despierto

Aristóteles



Carta de los derechos de las Personas de Edad



Las personas de edad avanzada tienen derecho

- **Independencia**
- **1.** A vivienda, alimento, agua, ropa y atención sanitaria adecuados, mediante el suministro de ingresos, el apoyo de la familia y la autoayuda.
- **2.** A trabajar y hacer uso de otras oportunidades de generación de ingresos sin barreras basadas en la edad.
- **3.** A jubilarse y participar en la determinación del momento y la forma en que han de retirarse de la fuerza de trabajo.
- **4.** A tener acceso a los programas educativos y capacitación con objeto de mejorar la alfabetización, facilitar el empleo y permitir la planificación y adopción de decisiones con conocimiento de causa.
- **5.** A vivir en ambientes seguros y adaptables a sus preferencias personales y a sus capacidades cambiantes.
- **6.** A residir en su propio hogar durante tanto tiempo como sea posible.

Participación

- **7.** A seguir integradas a la sociedad y a participar activamente en ella, incluido el proceso de desarrollo y la formulación y aplicación de políticas que afecten directamente su bienestar.
- **8.** A compartir sus conocimientos, sus capacidades, sus valores y su experiencia con las generaciones más jóvenes.
- **9.** A tratar de encontrar y desarrollar oportunidades de prestar servicios a la comunidad y de servir como voluntarias en cargos apropiados a sus intereses y capacidades.
- **10.** A crear movimientos o asociaciones de personas de edad avanzada.

Cuidados

- **11.** A recibir apoyo y cuidado de la familia, de acuerdo con la situación de ésta.
- **12.** A recibir servicios de salud que les ayuden a mantener o a volver a adquirir un nivel óptimo de bienestar físico y mental, y a impedir o retrasar las enfermedades.
- **13.** A tener acceso a servicios sociales y jurídicos con objeto de mejorar sus posibilidades de autonomía y de brindarles protección y cuidados.
- **14.** A utilizar niveles apropiados de atención en instituciones que les proporcionen protección, servicios de rehabilitación y estímulo social y mental en un ambiente humano y seguro.
- **15.** A ejercer sus Derechos Humanos y sus libertades fundamentales cuando residan en instalaciones de albergue, de atención o de tratamiento, incluido el pleno respeto a su dignidad, creencias, necesidades y su vida privada, y el derecho a adoptar decisiones acerca de la atención que reciban y de la calidad de su vida.

Plenitud humana

- **16.** A hacer uso de todas las oportunidades para desarrollar plenamente su potencial.
- **17.** A tener acceso a los recursos educacionales, culturales, espirituales y recreativos de la sociedad.

Dignidad

- **18.** A ser tratadas con equidad cualesquiera sean su edad, sexo, orígenes raciales o étnicos, impedimentos o su situación de cualquier tipo, y a ser valoradas independientemente de sus aportaciones económicas.
- **19.** A vivir con dignidad y seguridad, libres de explotación y de maltrato físico o mental.
- **20.** A ejercer autonomía personal en la adopción de decisiones en materia de salud, incluido el derecho a morir con dignidad aceptando o rechazando tratamientos encaminados únicamente a prolongarles la vida.

Responsabilidades de las Personas de Edad

- En consonancia con los valores individuales y en tanto que la salud y las circunstancias personales lo permitan, las personas de edad avanzada deberían tratar de:
 1. Permanecer activas, capaces, confiadas en el esfuerzo propio y útiles.
 2. Aprender y aplicar principios sanos de salud física y mental a su propia vida.
 3. Aprovechar los programas de alfabetización que se les ofrezcan.
 4. Hacer planes y prepararse para la vejez y la jubilación.
 5. Actualizar sus conocimientos y aptitudes, según fuera necesario, a fin de aumentar sus posibilidades de obtener empleo si desearan participar en la fuerza laboral.

Responsabilidades de las Personas de Edad

- **6.** Ser flexibles, junto con los demás miembros de la familia, en lo que se refiere a ajustarse a las demandas de las relaciones cambiantes.
- **7.** Compartir sus conocimientos, aptitudes, experiencias y valores con las generaciones más jóvenes.
- **8.** Participar en la vida cívica de su sociedad.
- **9.** Buscar y desarrollar posibles formas de prestación de servicios a la comunidad.
- **10.** Adoptar decisiones con elementos de juicio acerca de la atención de su salud e informar a su médico y familiares sobre el tipo de atención que desean recibir en caso de sufrir una enfermedad incurable.