

Jornadas Ávila marzo 2026

Susana Martín

Estrategias de cuidado
comunitario ante la
soledad no deseada

Soledad no Deseada: *Tejer cuidados, habitar la soledad*

Ávila 16 al 20 de marzo de 2026 ► Palacio de los Serrano, Plaza de Italia 1

“Compartir nuestras vulnerabilidades es abrir la puerta a la humanidad de la otra persona. En ese gesto nace la posibilidad de vínculos auténticos, de cuidados que fluyen en ambas direcciones, donde cada una se sostiene y es sostenida. Tejer estas conexiones es crear un espacio seguro y cálido, donde la fragilidad se transforma en fuerza colectiva y el cuidado mutuo se convierte en nuestro mayor refugio.”

- ◀ Una semana de compartir vulnerabilidades.
- ◀ De crecimiento personal.
- ◀ De tejer redes.
- ◀ De construir una sociedad cuidadora.

Programa de las Jornadas

(lunes a jueves)

Lunes 16 de marzo 2026

- 10:30 h.** ▶ Rueda prensa e inauguración.
- ▶ Exposición de «*Dominga Habla Sola*» de Elisabeth Justicia.
 - ▶ «*Banco de la Amistad*».
 - ▶ Obra «*No hay un yo sin nosotros*» de Asunción de Álvaro.
 - ▶ Presentación libro «*Mi amiga estima*» de Marta F. Abril.
- 17:00 h. a 19:00 h.** ▶ Taller «*Árbol de los cuidados*».

Martes 17 de marzo 2026

- 11:00 h.** ▶ Exposición de «*Dominga Habla Sola*» de Elisabeth Justicia.
- ▶ «*Banco de la Amistad*».
- 17:00 h. a 19:00 h.** ▶ Taller «*Árbol de los cuidados*».

Miércoles 18 de marzo 2026

- 11:00 h.** ▶ Exposición de «*Dominga Habla Sola*» de Elisabeth Justicia.
- ▶ «*Banco de la Amistad*».
- 17:00 h.** ▶ Exposición de «*Dominga Habla Sola*» de Elisabeth Justicia.
- ▶ «*Banco de la Amistad*».
 - ▶ Taller «*Banco de la Amistad*» a través de la presentación del cuento de Fernando Salcedo.

Jueves 19 de marzo 2026

- 11:00 h. a 13:00 h.** ▶ Taller «*Manta de los cuidados*» por Asunción de Álvaro (Artista conceptual).
- 17:00 h.** ▶ Exposición de «*Dominga Habla Sola*» de Elisabeth Justicia.
- ▶ «*Banco de la Amistad*».

*Esta semana es una invitación a mirar los cuidados, a hablar de la soledad sin estigmas
 y a reconocer la importancia de crear y sostener vínculos entre personas, entidades y comunidades.
 Intervenir socialmente es crear espacios donde nadie tenga que sostenerse en soledad.*

Las entidades que participan en esta semana son:

- ▶ Personas mayores del Ayuntamiento de Ávila. «Ávila Contigo».
- ▶ Personas migrantes del Ayuntamiento de Ávila. «Raíces».
- ▶ Infancia: CEIP Arturo Duperier / CEIP Santa Teresa.
- ▶ Jóvenes: Palacio de los Serrano. «Programa Impulso».
- ▶ Personas con discapacidad: FUNDABEM (Fundación abulense para el empleo), ADEMA (Asociación de esclerosis múltiple abulense), AFA Ávila (Asociación de familiares de Alzheimer de Ávila) y RESPIRÁVILA (programa de apoyo a familias con discapacidad y/o dependencia), Asociación Síndrome de Down.
- ▶ Personas con problemas de salud mental: FAEMA (Asociación de familiares, amigos y personas con discapacidad por enfermedad mental de Ávila) y Fundación INTRAS (Investigación y tratamiento de salud mental y servicios sociales).
- ▶ Dependencias: GEARA (Grupo de enfermos alcohólicos recuperados abulenses).

Voluntariado colaborador:

- ▶ Profesionales de las distintas entidades.
- ▶ Personas mayores de «Ávila Contigo» (Ayuntamiento de Ávila).
- ▶ Voluntariado de CaixaBank.
- ▶ Voluntariado de Respirávila.

Patrocinadores



Entidades colaboradoras



Detalle de las distintas actividades



Asunción Álvaro, (artista conceptual).

Actividad árbol de los cuidados

El árbol de los cuidados nos recuerda que los cuidados tienen raíces: historias, contextos, comunidades. También tiene ramas, que se extienden hacia otras personas y entidades, generando apoyo mutuo. Cuidar es un proceso que necesita tiempo, compromiso y colaboración.



Exposición: Dominga habla sola

Las viñetas de «Dominga habla sola» ponen palabras y humor a vivencias que a menudo no se escuchan: el paso del tiempo, la soledad, los cuidados y la dignidad de envejecer. En esta exposición son las propias personas mayores quienes comparten estas miradas con jóvenes, niñas, niños y otros colectivos, creando un espacio de encuentro entre generaciones. Escuchar y dialogar abre vínculos, palia la soledad y nos muestra que comprendernos es una forma de cuidarnos.

Banco de la amistad

Este banco de la amistad procede del patio del C.E.I.P «Arturo Duperier». Es un lugar donde sentarse, esperar y encontrarse. Creado por «PRONISA Plena Inclusión». Hoy se convierte en un espacio abierto dentro de la exposición. Un lugar para compartir, escucharnos y tejer vínculos entre personas de distintos colectivos, recordándonos



que un gesto sencillo puede abrir la puerta a la relación y al cuidado mutuo.

Manta de los cuidados

«Tejer conexiones, crear vínculos es una tarea colectiva. Como una manta confeccionada entre muchas manos, los lazos se construyen día a día, con gestos cotidianos de presencia, cuidado y responsabilidad compartida. Cada hilo cuenta, cada fragmento guarda un gesto, una presencia, un cuidado ofrecido y recibido y, al unirse, aportan abrigo y sostén. Cada aportación fortalece el conjunto y nos recuerda que nadie se cuida en sole-

dad. Cuando los vínculos se cuidan, se convierten en una manta cálida que nos arropa, nos protege y nos abriga.»

Asunción de Álvaro.
Artista conceptual.

Viernes 20 de marzo 2026

Jornada «Soledad no Deseada: Tejer Cuidados, Habitar la Soledad. Una mirada desde la Psicología de la Intervención Social»

► **Palacio de los Serrano, Plaza de Italia 1**

En esta jornada proponemos abrir un espacio de reflexión y encuentro en torno a la Psicología de la intervención social y su papel clave en la comprensión y el abordaje de las soledades contemporáneas.

Hay tantas soledades como rostros de personas. Cada experiencia de soledad está atravesada por historias, contextos y vulnerabilidades distintas que a menudo permanecen invisibles. Esta jornada quiere poner en el centro esas diversas soledades, visibilizando las realidades de distintas personas y colectivos, para comprenderlas desde una mirada amplia, humana y social, y así generar respuestas más justas, cuidadoras y comunitarias.

Partimos de la idea de que la soledad no es solo una experiencia individual, sino un fenómeno social que interpela a nuestras comunidades, a las políticas públicas y a las formas en que nos relacionamos y cuidamos.

Desde la Psicología de la intervención social, exploraremos estrategias y prácticas orientadas a la creación de una sociedad cuidadora, donde el bienestar se construya de manera colectiva y relacional. Una sociedad que reconozca la interdependencia, promueva vínculos significativos y genere condiciones para que nadie quede al margen.

La jornada pondrá el acento en la importancia de tejer redes: entre personas, profesionales, recursos comunitarios e instituciones. Redes que sostienen, previenen el aislamiento y fortalecen el sentido de pertenencia, convirtiéndose en una herramienta fundamental para afrontar las soledades desde una mirada comunitaria y transformadora.

Este encuentro quiere ser, así, un espacio para compartir experiencias, generar conocimiento y seguir construyendo juntas y juntos respuestas que pongan el cuidado, la comunidad y la conexión en el centro.

Jornada de mañana para profesionales

Dirigida a profesionales de los ámbitos vinculados desde la detección, intervención, coordinación y BBPP

- Salud.
- Servicios sociales.
- Educación.
- Migración.
- Personas mayores.
- Discapacidad.
- Infancia, adolescencia y juventud.
- Violencia de género.

Objetivo

Mejorar la respuesta profesional ante la soledad no deseada, mediante la sensibilización, detección precoz y la intervención en distintas soledades.

09:00 h. ► Acreditación.

09:30 h. ► Inauguración jornada.

10:00 h. ► Conferencia de inauguración.

Salvador Almenar Cotino

«La psicología de la intervención social ante las soledades»

Psicólogo acreditado como experto en intervención social. Miembro de la División de Psicología de la Intervención Social del Consejo General de la Psicología de España. Asesor de la Presidencia del COPCV en materia de intervención social. Exdirector de los Servicios Sociales Municipales del Ayuntamiento de Mislata (Valencia). Coordinador del Estudio sobre estado actual de la psicología de la Intervención social en España. Vocal del Comité de Ética de los Servicios Sociales de la Comunitat Valenciana. Miembro de la Junta directiva de SEPIS (Sociedad Española de Psicología de la Intervención Social).

11:00 h. a 11:30 h. ► Descanso.

11:30 h. ► Mesa redonda.

«El reto de la soledad: Una mirada desde la complejidad»

Intervenciones en situaciones de soledad no deseada desde la psicología.

Objetivo

Visibilizar y comprender las experiencias de soledad en grupos vulnerables, a partir del enfoque de la psicología de la intervención social.

► La soledad de las personas mayores

Manuel Nevado Rey

Psicólogo y doctor en ciencias de la salud.
Consultor en centros residenciales
implementando programas de Atención
Integral Centrada en la Persona.

► Adolescentes y jóvenes entre sus soledades

Guillermo Fouce

Doctor en psicología. Experto en psicología
de la intervención social. Presidente
de la Fundación Psicología sin Fronteras.

► Intervenciones con grupos de especial riesgo por razones de salud (*discapacidad*)

Ana M^a Blasco Ríos

Psicóloga en Respirávila (programa de apoyo a familias que apoyan a personas en situación de discapacidad y/o dependencia).

► La soledad de la persona refugiada y/o migrante

Alberto Andrés Regalado

Psicólogo de protección internacional. Responsable del grupo de trabajo de migraciones y protección internacional del COPCyL.

► La soledad se oculta tras la violencia de género

Luisa Velasco Riego

Doctora en Psicología. Inspectora de Policía Local retirada. Especialista en violencia de género. Responsable del área de Igualdad del COPCyL.

Modera

José González Guerras

Psicólogo y Psicoterapeuta Relacional (acreditado por la FEAP). Director del Centro Psicológico Self, Experto en adicciones y en el desarrollo de programas de envejecimiento activo.

Jornada de tarde para la comunidad

Dirigida a toda la comunidad

Objetivo

Sensibilizar a la población conectando con lo emocional e invitando a la reflexión, dando a conocer el significado de la soledad no deseada, a quién afecta y cómo se manifiesta.

Objetivo

Visibilizar la soledad no deseada desde la voz de quienes la han vivido rompiendo estigmas y mostrando la diversidad de esta realidad. La mesa experiencial nos servirá para escuchar relatos en primera persona de la soledad no deseada en diferentes contextos. Podremos hacernos eco de esa soledad oculta y silenciada.

16:00 h. ▶ Muestra del árbol.
«No hay un yo sin nosotros»
Asunción de Álvaro. Artista conceptual

16:15 h. ▶ Mesa redonda.
Compartiendo soledades
Intervenciones en situaciones de soledad no deseada desde la psicología.

- ▶ **Compartimos vulnerabilidades**
- Persona de edad.
 - Persona con discapacidad.
 - Persona con problemas de salud mental.
 - Persona migrante.
 - Persona joven.
 - Persona cuidadora.

18:00 h. a 18:15 h. ▶ Descanso.

18:15 h. ▶ Presentación del libro.

«Soledad no deseada. Claves para la acción municipal»

Ed. Catarata. (Universidad Complutense de Madrid, FEMP, Instituto Universitario de Desarrollo y Cooperación, Psicología sin Fronteras).

**Esteban Sánchez Moreno y
José Guillermo Fouce Fernández**

Tanto el libro como su presentación integran tres ámbitos estratégicos en la lucha contra la soledad no deseada: el ámbito académico, la acción municipal —en tanto que administración más próxima a la ciudadanía— y el voluntariado. En este contexto, el Banco del Voluntariado pondrá de relieve el papel clave del voluntariado en el acompañamiento a personas que experimentan soledad.

19:00 h. ► Presentación del programa.
«Ávila Contigo. Un modelo a seguir»

Experiencia práctica del Plan de detección y atención a la soledad no deseada de las personas mayores desde la psicología de la intervención social en el ámbito municipal (Ayuntamiento de Ávila). *Ávila Contigo* es un proyecto basado en el cuidado (autocuidado y ayuda mutua).

CLAUSURA



Patrocinadores



Entidades colaboradoras

