

Sinergias europeas para el empoderamiento en estilos de vida saludables



Beatriz Rodríguez Martín

Universidad de Castilla-La Mancha



Ampliar
horizontes
en la
Investigación

Ampliando horizontes

Proyectos Europeos ... Una oportunidad



Crear **sinergias** para encontrar **soluciones conjuntas** a problemas sociales y sanitarios de nuestra población.



¿Cómo participar en un Proyecto Europeo?



**¿Pregunta de
investigación con
dimensión Europea?**



Preguntas con dimensión Europea



- Superar interés regional y nacional.
- Encaminada a resolver problemas comunes a varios países.
- Busca soluciones conjuntamente.
- Resultados con “*impacto europeo*”.



¿Cómo participar?

- ~~Participación individual~~
- **Consorcio**
 - Grupos de países.
 - Trabajo colaborativo.
 - Multidisciplinarietàad.



¿Cómo participar?

Formas de
participación



¿Cómo participar?

Coordinador (Project coordinator)

**Coordina y envía la
propuesta**



**Interlocutor ante el
organismo financiador**

Dirige el trabajo

**Comprueba, coordina,
anima**

¿Cómo participar?

Partner (Socio)



**Contribuye
en el trabajo**

**Recibe parte
del
presupuesto**

¿Cómo participar?

Outsourcing (Subcontratado)

**Realiza parte
del trabajo**



FINANCIACIÓN →



Diario Oficial de la Unión Europea

<http://eur-lex.europa.eu/oj/direct-access.html?locale=es>

Diario Oficial
de la Unión Europea

EUROPEAN UNION

Edición en lengua española **Legislación** 59^a año
13 de marzo de 2013

Sumario

I. Actos legislativos

REGLAMENTOS

- Reglamento (UE) nº 216/2013 del Consejo, de 7 de marzo de 2013, sobre la publicación electrónica del Diario Oficial de la Unión Europea

II. Actos no legislativos

ACUERDOS INTERNACIONALES

2013/0123(X)

- Decisión del Consejo, de 29 de febrero de 2013, relativa a la celebración de un Acuerdo en forma de Carta de Nueva York entre la Unión Europea y los Estados Unidos de América, de conformidad con el artículo XXIV, apartado 6, y el artículo XXVII del Acuerdo General sobre Aranceles Aduaneros y Comercio (GATT) de 1947, sobre la modificación de las condiciones en las que la República de Bulgaria y Rumanía se adhieren a la Unión Europea

Acuerdo en forma de Carta de Nueva York entre la Unión Europea y los Estados Unidos de América, de conformidad con el artículo XXIV, apartado 6, y el artículo XXVII del Acuerdo General sobre Aranceles Aduaneros y Comercio (GATT) de 1947, sobre la modificación de las condiciones en las que la República de Bulgaria y Rumanía se adhieren a la Unión Europea

Presión: 1 EUR

ES

Los actos cuya traducción sea importante en cuestiones técnicas, deben ser accesibles en español, adaptados en el marco de la política lingüística y que tengan preferentemente un carácter de carácter técnico.

Los actos cuya traducción sea importante en cuestiones jurídicas, el procedimiento de su traducción será similar al de los demás actos.



HORIZONTE 2020

<http://www.eshorizonte2020.es/>

Ciencia Excelente | Liderazgo Industrial | Retos Sociales | Más Europa

Google® Búsqueda por



ESHORIZONTE2020
Portal español del Programa Marco de Investigación e Innovación de la Unión Europea



Guía del Participante en Horizonte 2020



HORIZONTE 2020

¿Qué es?

Es el programa que financia proyectos de investigación e innovación de diversas temáticas en el contexto



HOW TO PARTICIPATE

HORIZONTE 2020

Cómo Participar

La Guía del Participante en Horizonte 2020 le permitirá tener información general de H2020 y sobre el proceso



ACTUALIDAD

Posición española sobre la creación del Consejo Europeo de Innovación

El CDTI ha consensuado con la Secretaría de



EVENTO

Jornada "Horizonte 2020: Contratación de investigadores en la empresa - Acciones Individuales MSCA y Piloto PYME"

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

Mayo 2016						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

HORIZONTE 2020

Programa marco de financiación de proyectos de investigación e innovación en el contexto europeo (2014-2020).

Antes

**Séptimo Programa
Marco (FP7)**

**Programa Marco para la
Innovación y la
Competitividad (CIP)**

**Instituto Europeo para la
Innovación y la
Tecnología (EIT)**

Ahora

HORIZON 2020



Web del programa financiador de la I+D+I de la Unión Europea

<https://erc.europa.eu/>



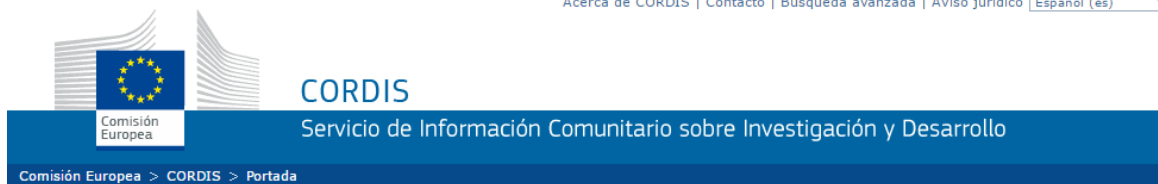
The screenshot shows the homepage of the European Research Council (ERC). At the top, the ERC logo is displayed alongside the tagline "Supporting top researchers from anywhere in the world". Below this is a navigation menu with links for Home, Funding and Grants, Projects and Results, Media and Events, About ERC, and Contact us. The main content area features a large graphic titled "New landmark in epigenetics: understanding silencing of X-chromosome" with a diagram of chromosomes. To the right, there is a "Funding Opportunities" section with a "NEW: Calendar of upcoming calls" and "OPEN CALLS" for ERC Proof of Concept Grants. Below the main content, there are sections for "ideas" (ERC newsletter), "ERC News" (a list of recent news items with dates), and "ERC - Bringing great ideas to life" (a video player). The footer includes the UCLM logo and the text "UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA".

CORDIS

Repositorio de proyectos financiados

http://cordis.europa.eu/home_es.html

Acerca de CORDIS | Contacto | Búsqueda avanzada | Aviso jurídico | Español (es) ▾



Logo of the European Commission and the CORDIS logo. Below the logo, the text reads "Comisión Europea" and "CORDIS Servicio de Información Comunitario sobre Investigación y Desarrollo". At the bottom of the bar, it says "Comisión Europea > CORDIS > Portada".

Buscar [Iniciar sesión](#)

[Inicio](#) **NOTICIAS Y EVENTOS** **PROYECTOS Y RESULTADOS** **REVISTAS DE RESEARCH*EU** **PARTNERS**

Tweets de proyectos



NanoHexFP7
@nanohexfp7
Review: Xiaomi Mi 5: The latest smartphone from Chinese electronics giant Xiaomi is powerful, well built, and...
bit.ly/1Oe8IAu
2m



SMRobotics Project
@SMRoboticsEU
Partner @IK4_TEKNIKER showcases results of #SMRobotics, @FourByThree_PRJ, @ROBOPARTNER and @EuRoCoProject @BEC_BIEMH interempresas.net/MetalMecanica /...
2m



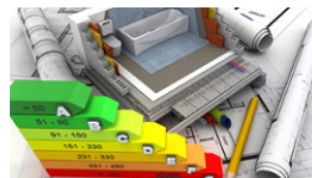
EU PASTA Project
@EUPASTA
Don't forget to sign in for our

CORDIS constituye el principal portal y repositorio público de la Comisión Europea para difundir información sobre todos los proyectos de investigación financiados por la Unión Europea y sus resultados de toda clase.

Results Packs

Los «Results Packs» de CORDIS son un formato nuevo que agrupa por temas resultados de investigaciones que están listos para su aprovechamiento, para ponerlos a disposición del público especializado. Los primeros «Results Packs» van dedicados a la eficiencia energética de los edificios

Materiales nuevos para reducir la energía incorporada de los edificios



Ventanas inteligentes: la opción obvia para los edificios del futuro



Lo antiguo se funde con lo ecológico: nuevas tecnologías para retroadaptar edificios en Europa

Hacia un equilibrio entre la eficiencia energética y la calidad del aire en interiores

No deje de visitar

Veinticinco años de CORDIS



Número 51:
«Se desdibujan las fronteras entre humano y máquina»

Otros sitios web de la UE

[Horizon 2020](#)
[Participant Portal](#)
[Research on Europa](#)
[European Research Council](#)
[Marie Curie Actions](#)
[EU NAVES 1&2](#)

*La teoría
esta bien...*

*Pero...
¿Cómo se
materializa?*





hasic

Healthy Ageing Supported by
Internet and Community



www.hasicproject.eu

*Compartiendo herramientas
para un envejecimiento activo*



FINANCED BY
THE EUROPEAN UNION
AT THE REQUEST OF



NTNU - Trondheim
Norwegian University of
Science and Technology



Hochschule für Angewandte
Wissenschaften Hamburg
HAW Hamburg University of Applied Sciences



HASIC



- La **capacitación**, la **autogestión** y el **empoderamiento** ayudan a las personas mayores a controlar los riesgos de su salud y a mantener estilos de vida saludables.
- El **apoyo del grupo de iguales** ayuda a mantener una vida sana y prevenir la exclusión.



**Primeros
contactos**



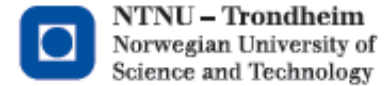
**Meeting
pre-proyecto**



HASIC

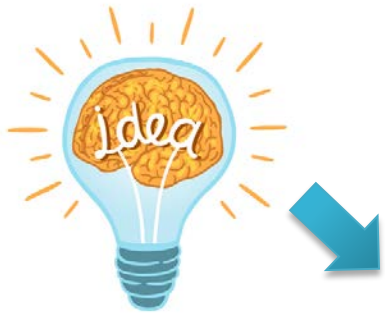


TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Hochschule für Angewandte
Wissenschaften Hamburg
Hamburg University of Applied Sciences





Primeros contactos

Meeting pre-proyecto

ASÍ EMPEZO TODO

Meeting inicial



Escritura y envío proyecto



Objetivos

- **Capacitar** a las personas mayores de Europa para realizar **cambios en el estilo de vida** que incluyan...



HASIC

- **Desarrollar servicios de calidad y rentables** para las personas mayores mediante la cooperación entre los diferentes sectores implicados.



¿Cómo se alcanzaron los objetivos?



hasic

Healthy Ageing Supported by
Internet and Community

Acciones

H

- Formación a “mentores”

A

- Formación a grupos de iguales

S

- Talleres para mejorar la cooperación entre servicios

I

- Desarrollo de una plataforma on-line

C

- Desarrollo de un libro de herramientas

Formación a “mentores” que liderarán grupos de iguales



Proporcionar conocimientos y habilidades para la Promoción de la Salud



Talleres para mejorar la cooperación entre servicios



Desarrollo de un libro de herramientas para la promoción del envejecimiento activo



Enfoque
holístico

Orientación
práctica

Healthy Ageing Supported by



Internet and Community

Handbook

Draft v0.0.1 - For the purpose of pilot © November 2014 - January 2015



Formación a grupos de iguales liderada por mentores



Algunas reflexiones



Reflexiones

- El **empoderamiento** en hábitos de vida saludables es una **potente herramienta para la mejora de la salud** de la población.
- La **influencia del grupo** de iguales es un **factor clave** para la modificación y el mantenimiento de estilos de vida.



Reflexiones

Opiniones de los participantes

- Actividades grupales mejoran su salud mental, bienestar social y sentimiento de pertenencia a la comunidad.
- Han adquirido herramientas útiles para sus autocuidados y para la prevención de riesgos en salud.
 - ✓ *“Además de aprender muchas cosas, conoces a gente y haces nuevas amistades... nos ayuda a relacionarnos más”.*
 - ✓ *“He aprendido haciendo”*
 - ✓ *“Ha cambiado mi actitud”*



Reflexiones

Opiniones de los mentores

- Adquieren un rol activo y se sienten productivos.
- Superación personal.
 - *“Ha sido una experiencia muy constructiva y gratificante. Me he sentido muy apoyado por el grupo y ver las caras de los participantes ha sido lo mejor”*
 - *“Para mí ha sido una experiencia maravillosa... era impensable que yo a mi edad pudiera hacer esto. Ahora veo que puedo hacer muchas cosas que no estaban en mi pensamiento”*





**Cada reto es una
oportunidad de aprendizaje**

¡Muchas gracias!



Beatriz.RMartin@uclm.es