UNED Senior
- ¿Qué es UNED Senior?
- Temario y asignaturas
- Metodología
- Centros participantes y MATRÍCULA
- Enlaces
- Premio Senda 2013

UNED SENIOR
Conocimiento sin límites

¿Qué es UNED Senior?

Se trata de un programa formativo que incluye temas de actualidad y estrategias de desarrollo personal.

Objetivos

Ofrecer formación en temáticas que interesan a las personas de más de 55 años, con el fin de mejorar su calidad de vida.

Proporcionar conocimientos, aprendizajes y estrategias para el desarrollo integral y la autonomía personal.

Favorecer la comunicación a través de las relaciones interpersonales y del encuentro intergeneracional.

Proporcionar todos aquellos elementos necesarios para un mejor conocimiento del entorno cultural.

¿Qué te aportará?

Un espacio universitario propio.

Un lugar de encuentro donde intercambiar conocimientos y experiencias.

Un itinerario flexible, adaptado a las necesidades de cada estudiante.

Una orientación personalizada.

Formación próxima a su lugar de residencia.

Acceso a las Tecnologías de la Información y Comunicación.

Participantes

La UNED-SENIOR se dirige a las personas mayores de 55 años, con independencia de la formación académica que posean, interesadas en enriquecer sus conocimientos.

- Descarga la Memoria del Programa del curso 2011-2012
- Descarga la Memoria del Programa del curso 2010-2011
- Descarga la Memoria del Programa del curso 2009-2010
- Descarga la Memoria del Programa del curso 2008-2009

Información

- ¿Qué es UNED Senior?
- Temario y asignaturas
- Metodología
- Centros participantes y MATRÍCULA
- Enlaces
- Premio Senda 2013

Temario UNED Senior

Curso 2013 - 2014

UNED Senior tiene una planificación específica en cada Centro Asociado que imparte el programa. A continuación te mostramos el temario genérico del curso.

TITULACÍON	GUÍA
PATRIMONIO HISTÓRICO ARTÍSTICO	
TERTULIAS LITERARIAS	
INFORMÁTICA	
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA WINDOWS Y GOOGLE	
RECURSOS Y SERVICIOS DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL	
PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO ESTIMULACIÓN MENTAL Y DE LA MEMORIA	
PREVENCIÓN DE LA SALUD MEDICINA NATURAL	
ASPECTOS JURÍDICOS SUCESIONES DERECHOS DEL MAYOR	
PROBLEMAS CIENTÍFICOS ACTUALES CAMBIO CLIMÁTICO	
CINE Y TEATRO	
INTRODUCCIÓN A LA ASTRONOMÍA	
ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS	
ARTE Y CULTO DESDE LA PREHISTORIA AL GÓTICO	
CUIDADO DE MAYORES DEPENDIENTES	
EDUCACIÓN FAMILIAR RELACIONES INTERGENERACIONALES	
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	
VOLUNTARIADO COMPROMISO CON LA VIDA	

PRIMEROS AUXILIOS
INFORMÁTICA (NIVEL I)
INGLÉS (NIVEL I)
GÉNERO
BIOÉTICA
ACTIVIDAD FÍSICA INCIDENCIA EN LA SALUD
IDIOMAS INGLÉS
ECONOMÍA Y FINANZAS ECONOMÍA DEL HOGAR
CINE E HISTORIA
CINE Y TEATRO PSICOLOGÍA EN IMÁGENES
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA SOFTWARE BÁSICO
FILOSOFÍA Y PENSAMIENTO ACTUAL
CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN ORAL Y ESCRITA
HISTORIA DEL ARTE
HISTORIA
HISTORIA DE MADRID
HISTORIA DE GALICIA
HISTORIA DEL ARTE Y PATRIMONIO ARTÍSTICO
CONOCIMIENTO Y DESARROLLO PERSONAL
ASTRONOMÍA
GEOGRAFÍA
GEOGRAFÍA
MÚSICA

IDIOMA
LITERATURA
LITERATURA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA GALLEGA
INFORMÁTICA Y UTILIZACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS
PROBLEMAS AMBIENTALES RECICLAJE
INSTITUCIONES Y ORGANIZACIONES AL SERVICIO DEL MAYOR

Información

- ¿Qué es UNED Senior?
- Temario y asignaturas
- Metodología
- Centros participantes y MATRÍCULA
- Enlaces
- Premio Senda 2013

Metodología

La UNED SENIOR se imparte presencialmente, con sesiones que tienen lugar en los Centros Asociados de la UNED.
La metodología se centra en las características específicas de la forma de aprender de los participantes, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

La UNED-SENIOR asume que las personas no aprenden solo a partir de la enseñanza, sino también de la experiencia.
Los métodos educativos se apoyarán en el tejido dinamizador que ofrecen las potencialidades personales, así como en la experiencia personal y laboral de los participantes.

En cada asignatura se identificarán los centros de interés teniendo en cuenta las motivaciones y necesidades de los participantes.
Se fomentarán las actividades culturales.

Publicaciones

Libro de buenas prácticas >>

Guía de buenas prácticas >>

Aprendizaje a lo largo de la vida >>

PRÁCTICAS INNOVADORAS. CURSO 2012-2013

- La Uned Senior de A-Coruña
- UNED SENIOR en el centro asociado de Madrid
- Artículo sobre prevención de la salud para pub

PRÁCTICAS INNOVADORAS. CURSO 2011-2012

- Artículo Tortosa
- Artículo Xativa
- Premio Suiza
- Memoria de UNED Senior de Burgos

UNED Senior
- ¿Qué es UNED Senior?
- Temario y asignaturas
- Metodología
- Centros participantes y MATRÍCULA
- Enlaces
- Premio Senda 2013

Promoción del envejecimiento activo a través de las universidades de mayores. La UNED Senior

Los mayores demandan formación en el ámbito universitario. Respuesta que pretenden dar los PUM. La presencia de este colectivo en la universidad se ha ido generalizando en todo el Estado hasta formar parte, de manera incuestionable, de la mayoría de las planificaciones que se realizan en materia de atención a las personas mayores. El éxito de estas iniciativas ha impulsado a las universidades a diseñar programas específicos para promover el envejecimiento activo y el desarrollo de la mente.

Los PUM–y la UNED Senior– ofrecen una modalidad de formación continua sobre todas las temáticas, intereses, necesidades y preocupaciones de los mayores con el fin de mejorar su calidad de vida, proporcionar conocimientos, aprendizajes y estrategias para el desarrollo integral y la autonomía personal.

La UNED Senior, tiene una estructura en red. Cuenta con 20 centros en España y en el extranjero que acogen a los emigrantes españoles Senior. Los mayores desean añadir a sus experiencias profesionales, conocimientos culturales diversos, una mayor comprensión de la sociedad actual, a fin de optimizar esta nueva etapa de la vida. Las clases son presenciales. De este modo los mayores se integran en el entorno universitario. Se reúnen con sus compañeros y con los jóvenes propiciando las relaciones intergeneracionales. Utiliza la tecnología como recurso inclusivo. Aporta la formación virtual que le es propia, a la que pueden acceder los colectivos que por distancia, por discapacidad o por impedimentos diversos, tienen dificultad en asistir a cursos y actividades presenciales.

Utiliza una metodología específica de formación de personas mayores: flexible, participativa y práctica. En el aula, se crean dinámicas interactivas para que los participantes promuevan temas según sus intereses. Se potencia que los alumnos orienten a sus compañeros para promover la construcción colectiva del conocimiento. Se invita a expertos en diferentes ámbitos del saber. En las nuevas tecnologías, los alumnos aprenden los conceptos básicos de ofimática, los recursos más avanzados para el manejo de Internet y redes sociales de manera que se convierten en herramientas de uso para la vida diaria. Esta formación les provee de nuevos conceptos de cultura digital. Dota así de cotidianidad palabras como dominio, fichero adjunto, web, e-mail, arroba o red.

La UNED desarrolla buenas prácticas utilizando una metodología innovadora facilitando al mayor la conexión teoría-practica. Se muestran algunas: Los emigrantes. Una experiencia de trabajo en equipo en Suiza; Las Humanidades en Játiva; Nuevas Tecnologías e Idiomas en Cantabria y el Patrimonio Cultural en Tortosa.

En suma, los PUM estimulan la promoción del envejecimiento dinámico y participativo. El trabajo que realizan pone de relieve la transcendencia que actualmente está adquiriendo el paradigma del envejecimiento activo y exitoso; destacando dimensiones relacionadas con la menta activa, la participación y la interacción entre generaciones, las buenas prácticas, la singularidad del ser humano en cualquier edad, aportando una visión del mayor como persona saludable y ciudadano capaz de comprometerse con la transformación social.

Premio Senda 2013

UNED Senior

¿Qué es UNED Senior?
Temario y asignaturas
Metodología
Enlaces
Centros participantes y matrícula

A Coruña

- Información Senior
- Extensión Universitaria
- Haznos una sugerencia
- Haznos una sugerencia
- Ley de protección de datos
- Condiciones generales
- Formas de pago
- Boletín de actividades
- Contacto

UNED Senior en A Coruña ➡ (Web del centro)

Conocimiento sin límites

Lugar y fechas

Del 2 de octubre de 2012 al 6 de junio de 2013
Ver calendario y horario

Espacios en los que se desarrolla: Telecentro de Guitiriz, Centro de Mayores de Cambás, Centro de Mayores de Paderne, Telecentro de Paderne, Casa Habanera (Guitiriz), Escuela Unitaria de Alto Xestoso, Escuela Unitaria de Momán, Excursiones, Escuela de Música de Guitiriz y Biblioteca del Concello de Paderne

Horas Lectivas

Horas lectivas: 30 h. por asignatura

Créditos

Créditos en trámite.

Asignaturas impartidas en este centro

ORDINARIA

PRIMER CUATRIMESTRE

ACTIVIDAD FÍSICA. INCIDENCIA EN LA SALUD (MONFERO)	50 €
ACTIVIDAD FÍSICA.INCIDENCIA EN LA SALUD (GUITIRIZ)	50 €
HISTORIA DE GALICIA	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: WINDOWS Y GOOGLE (CAMBÁS)	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: WINDOWS Y GOOGLE (GUITIRIZ)	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: WINDOWS Y GOOGLE (PADERNE)	50 €
MÚSICA (GUITIRIZ)	50 €
MÚSICA (MOMÁN)	50 €
MÚSICA (PADERNE)	50 €
TALLERES TEÓRICO-PRÁCTICOS DE MEDICINA DE FAMILIA (MOMÁN)	50 €
TALLERES TEÓRICO-PRÁCTICOS DE MEDICINA DE FAMILIA (PADERNE)	50 €

SEGUNDO CUATRIMESTRE

ACTIVIDAD FÍSICA. INCIDENCIA EN LA SALUD	50 €
EL CLIMA: DEL CONOCIMIENTO TRADICIONAL AL CAMBIO CLIMÁTICO	50 €
EL PATRIMONIO CULTURAL COMO RECURSO TURÍSTICO	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: OFIMÁTICA, SEGURIDAD E INTENET (VAL DE XESTOSO)	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: OFIMÁTICA, SEGURIDAD E INTERNET (CAMBÁS)	50 €
INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA: OFIMÁTICA, SEGURIDAD E INTERNET (GUITIRIZ)	50 €
ININICACIÓN A LA INFORMÁTICA: OFIMÁTICA, SEGURIDAD E INTERNET (PADERNE)	50 €

MÚSICA. RECUPERACIÓN DEL CANCIONERO TRADICIONAL (GUITIRIZ).	50 €
MÚSICA. RECUPERACIÓN DEL CANCIONERO TRADICIONAL (MOMÁN)	50 €
MÚSICA. RECUPERACIÓN DEL CANCIONERO TRADICIONAL (PADERNE)	50 €
RECURSOS Y SERVICIOS DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL (MOMÁN)	50 €
RECURSOS Y SERVICIOS DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL (PADERNE)	50 €
TERTULIAS LITERARIAS	50 €

Si prefieres realizar la matrícula de forma presencial, puedes rellenar este formulario (pdf)

Plazo de matrícula

Del 1 de octubre de 2012 al 3 de octubre de 2012 o hasta completar las plazas. La matrícula se realizará a través de esta página o en la secretaría del centro.

Matrícula online

Ponentes

María Caínzos Bergantiños

Profesora de Música del Ayuntamiento de Guitiriz

Eva Calvo García

Administrativa

María Pilar Campo Domínguez

Escritora y ex-profesora de Gallego en el I.E.S. "Poeta Díaz Castro", de Guitiriz

Marta Carballeira Pérez

Bibliotecaria Concello Guitiriz. Profesora TIC adaptadas a la educación.

Silvia Cerame Pérez

Enfermera.

José Cornide Río

Ingeniero. Agente local de sostenibilidad en el Ayuntamiento de Guitiriz. Profesor de Informática adapatada a las TIC'S

Francisco Javier García Canto

Profesor de solfeo, saxofón y gaita en las Escuelas Municipales de Música de Guitiriz y Meira. Director de la Banda de Meira.

José Benito Gil Löpez

Profesor tutor UNED-Senior.

Gens-Cibrao López

Guía en la Ciudad de la Cultura de Galicia. Colaborador de la Asociación de Amigos de los Museos de Galicia

Felipe Senén López Gómez

Marcelino Mosquera Pena

Médico Geriatra

Marta Pacín Trevín

Maestra. Especialidad en Educación Musical

Santiago Pemán

Metereólogo

Vanessa Recio Paz

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Martín Rega González

Profesor de piano y lenguaje musical.

Marian Sánchez Rodríguez

ATS

Dirigido a

La UNED-SENIOR se dirige a las personas mayores de 55 años, con independencia de la formación académica que posean, interesadas en enriquecer sus conocimientos.

Objetivos

*Ofrecer formación en temáticas que interesan a las personas de más de 55 años, con el fin de mejorar su calidad de vida.
*Proporcionar conocimientos, aprendizajes y estrategias para el desarrollo integral y la autonomía personal.
*Favorecer la comunicación a través de las relaciones interpersonales y del encuentro intergeneracional.
*Proporcionar todos aquellos elementos necesarios para un mejor conocimiento del entorno cultural.

Metodología

La UNED SENIOR se imparte presencialmente, con sesiones que tienen lugar en los Centros Asociados de la UNED.
La metodología se centra en las características específicas de la forma de aprender de los participantes, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
La UNED-SENIOR asume que las personas no aprenden sólo a partir de la enseñanza, sino también de la experiencia.
Los métodos educativos se apoyarán en el tejido dinamizador que ofrecen las potencialidades personales, así como en la experiencia personal y laboral de los participantes.
En cada asignatura se identificarán los centros de interés teniendo en cuenta las motivaciones y necesidades de los participantes.
Se fomentarán las actividades culturales.

Colaboradores

Colabora

Ayuntamiento de Aranga
Ayuntamiento de Guitiriz
Ayuntamiento de Xermade
Ayuntamiento de Irixoa
Ayuntamiento de Paderne
Ayuntamiento de Monfero
Consellería de Traballo e Benestar
Consello de Maiores de Paderne
Consello de Maiores de Labrada
Consello de Anciáns de Xestoso-Cambás

Más Información

Luis Ángel Rodríguez Patiño. Coordinador del Programa UNED-SENIOR A Coruña.
unedsenior.xestoso@hotmail.com

Extensión Universitaria en Centros Asociados

Centro Asociado de A Coruña
Condiciones Generales

- Cursos de verano
- Extensión Universitaria
- UNED A Coruña
  - Histórico de actividades
  - Haznos una sugerencia
  - Ley de protección de datos
  - Condiciones generales
  - Formas de pago
  - Boletín de actividades
  - Contacto

Suscríbete en el boletín de actividades

Buscar cursos
(búsqueda)
Buscar

¿Eres alumno UNED?
Autenticarme a través de Campus UNED
¿No eres alumno UNED?
(email / dni)
Entrar
Crear nuevo usuario
¿Has perdido la contraseña?
Ayuda sobre autenticación

Condiciones generales

Las peticiones de baja o anulación de matrícula deberán ser notificadas por escrito (correo postal o electrónico, fax) y en un plazo mínimo de 7 días de antelación al inicio del curso.

En cualquier caso, cada alumno/a que habiendo formalizado su matrícula no pueda asistir y no haya sido aceptada la solicitud de anulación, recibirá íntegra la documentación correspondiente (salvo, lógicamente, el Diploma o Certificado de Asistencia).

Aceptada la baja o anulación de matrícula, el reintegro de los derechos abonados se hará efectivo inmediatamente mediante transferencia bancaria o talón.

Será necesario un mínimo de alumnos para la celebración del curso. En caso de no llevarse a cabo se reintegrará, con la mayor rapidez, el importe de matrícula a todas las personas que hubiesen efectuado el pago.El alumno matriculado dispone del plazo máximo de un mes para solicitar la devolución de dicho importe.

La entrega del diploma implica la asistencia al 80% de la sesiones de la actividad.

Extensión Universitaria en Centros Asociados

Centro asociado de A Coruña
Formas de pago

- Cursos de verano
- Extensión Universitaria
- UNED A Coruña
  - Histórico de actividades
  - Haznos una sugerencia
  - Ley de protección de datos
  - Condiciones generales
  - Formas de pago
  - Boletín de actividades
  - Contacto

Suscríbete en el boletín de actividades

Buscar cursos
(búsqueda)
Buscar

¿Eres alumno UNED?
Autenticarme a través de Campus UNED
¿No eres alumno UNED?
(email / dni)
Entrar
Crear nuevo usuario
¿Has perdido la contraseña?
Ayuda sobre autenticación

Formas de pago del centro A Coruña

Ingreso en cuenta

Si seleccionas esta forma de pago deberás hacer el ingreso en la siguiente cuenta y enviar el justificante al centro. En el concepto, deberás indicar la referencia y el título de la actividad (que las encontrarás en la ficha de la matrícula) junto con tu nombre y apellidos.

Entidad **Novagalicia Banco** y número de cuenta: **2080 0054 18 3040009612.** (Esta cuenta es genérica. Alguna actividad puede tener un número distinto. Compruébalo en la ficha de pago de la actividad).

Días límite de reserva entre la matrícula y el pago **5** días.

UNED A Coruña

Agencia de Actividades

Pepín Rivero, 3 15011 A Coruña

Teléfono: 981 14 50 51 / Fax: 981 14 59 60

Email: info@a-coruna.uned.es

Horario de atención al público: **Horario de Secretaría: Periodo lectivo y de matrícula, de lunes a viernes de 9 a 13 y de 16 a 19 h. Periodo no lectivo, de lunes a viernes, de 9 a 13:30 h.**

Transferencia

El boletín de inscripción debidamente cumplimentado, y el justificante de pago, deben entregarse en cualquiera de las siguientes sedes: Secretaría UNED-A Coruña. C/ Pepín Rivero, 3. 15011- A Coruña Secretaría UNED-Ferrol. C/ María, 52-54. 15402-Ferrol Alternativamente, puede remitirse la documentación al fax 981 14 59 60, o escaneada, al correo electrónico info@a-coruna.uned.es.

Entidad **Novagalicia Banco** y número de cuenta: **2080 0054 18 3040009612.** (Esta cuenta es genérica. Alguna actividad puede tener un número distinto. Compruébalo en la ficha de pago de la actividad).

Días límite de reserva entre la matrícula y el pago **5** días.

UNED A Coruña

Agencia de Actividades

Pepín Rivero, 3 15011 A Coruña

Teléfono: 981 14 50 51 / Fax: 981 14 59 60

Email: info@a-coruna.uned.es

Horario de atención al público: **Horario de Secretaría: Periodo lectivo y de matrícula,**

de lunes a viernes de 9 a 13 y de 16 a 19 h. Periodo no lectivo, de lunes a viernes, de 9 a 13:30 h.

LA UNED SENIOR DE A CORUÑA: PECULIARIDADES DE UN PROGRAMA UNIVERSITARIO PARA MAYORES EN EL ENTORNO RURAL.

BLANCO MIGUÉLEZ, SUSANA.

Centro Asociado UNED-A CORUÑA.

EJE TEMÁTICO: Envejecimiento activo. Investigación, formación y experiencias.

PALABRAS CLAVE: programas universitarios para mayores, medio rural, colaboración institucional, participación social.

PRINCIPALES APORTACIONES: la experiencia del programa UNED Senior de A Coruña muestra la necesidad perentoria de los programas universitarios para mayores en el entorno rural, así como su viabilidad si se trabaja siguiendo pautas de participación directa de los mayores, colaboración institucional y creación de sinergias con otras acciones y programas desarrollados en el entorno rural. Este tipo de programas generan una alta satisfacción de los mayores, fomentan su participación social y demuestran, además, su eficacia como dinamizadores del medio rural y como factores de desarrollo local.

RESUMEN

Objetivos

Exposición de la experiencia de la UNED Senior de A Coruña, un programa universitario para mayores desarrollado íntegramente en el medio rural. En ella:

- Se establece el perfil de alumno del programa.
- Se analiza de forma genérica la viabilidad de este tipo de programas.
- Se analizan los principales factores determinantes del éxito, sus áreas de mejora y los riesgos para la sostenibilidad de este tipo de programas.
- Se esbozan los efectos de estos programas en las personas que viven en el medio rural y su impacto en toda la comunidad.

Contenidos principales

- Resultados del programa:
  - Relativos a la participación y perfil del alumnado (1.082 alumnos en cuatro cursos, 56 alumnos con diploma "Senior" por la superación de 30 créditos…).
  - Relativos a la extensión paulatina de su área geográfica de implantación.
  - Relativos a la implicación institucional y del tejido asociativo del entorno.
  - Relativos a la dinamización y puesta en valor del medio rural (contribuyendo a la rehabilitación de diferentes infraestructuras y a un uso más eficiente de las mismas, fomentando además el encuentro intergeneracional).
- Los principios de actuación que sustentan el programa, destacando:
  - La Implicación activa de propios mayores en el diseño y organización del programa.
  - La flexibilidad, rehuyendo la implantación mimética de fórmulas y formatos ensayados en otros ámbito.
  - La creación de sinergias, aprovechando recursos, proyectos y experiencias de intervención social precedentes.
  - El fomento del empleo de las TICs, si bien de forma paulatina y sin sustituir nunca la presencialidad.

Metodología

Los datos aportados se basan en los recopilados mediante la gestión administrativa del programa y el análisis de los cuestionarios de valoración que cada curso son cumplimentados por los alumnos, los tutores y los coordinadores del programa.

Conclusiones

- Ingente participación de los mayores, muy por encima de las expectativas iniciales.
- Algo compromiso de los alumnos (bajos niveles de absentismo).
- Alto nivel de participación en actividades complementarias.
- Influencia del programa en la dinamización del entorno rural y del fomento de la participación de sus mayores.
- Mejora de la salud y la calidad de vida de los participantes, percibida especialmente en los alumnos de asignaturas relativas a la salud y servicios sociales han propiciado directamente una mejora de la calidad de vida de estas personas.
- Viabilidad de los programas universitarios para personas mayores en el entorno rural.

INTRODUCCIÓN

Desde que, a partir de mediados de los años 90 se produjo la progresiva implantación en España de Programas Universitarios para personas mayores (PUPMs), cabe afirmar el rotundo éxito de estas iniciativas: en la actualidad, la mayoría de las Universidades españolas, tanto públicas como privadas, cuentan con PUPMs, con una demanda creciente y un nivel de aceptación tan alto, que muchas veces las demandas de formación por parte de los alumnos seniors no pueden ser atendidas en su totalidad desde las universidades (Bru Ronda, 2012). Además, se ha comprobado la relación entre la participación en los PUPMs y la satisfacción y mejora de la calidad de vida (Vilaplana, 2011).

A pesar de la diversidad de estos programas, destacada en el Proyecto AEPUMA. Análisis y evaluación de PUPMs (2007), su misma vinculación universitaria los dota de un carácter fuertemente urbano. El difícil acceso a estos estudios en áreas rurales o alejadas de los centros universitarios, unido a la escasa movilidad o recursos que pueden tener los alumnos de estos entornos constituye una de las mayores debilidades que presentan actualmente los PUPMs. Una debilidad que adquiere especial entidad si se tiene en cuenta que en España más del 80 % del territorio es medio rural y que, precisamente por las peculiaridades de este entorno (despoblamiento, envejecimiento y dispersión de la población; inexistencia, insuficiencia o inadecuación de los servicios; disminución del apoyo informal, etc.) la necesidad de este tipo de programas y su incidencia en la calidad de vida de los mayores es aún mayor que en la ciudad.

En esta comunicación se pretende exponer la experiencia de la UNED Senior de A Coruña, un programa universitario para mayores que se desarrolla íntegramente en el medio real. La exposición de esta experiencia servirá de base para:

- Analizar de forma genérica la viabilidad de este tipo de programas.
- Analizar los principales factores determinantes del éxito, sus áreas de mejora y los riesgos para la sostenibilidad de este tipo de programas.
- Esbozar los efectos de estos programas en las personas que viven en el medio rural y su impacto en toda la comunidad.

¿QUÉ ENTENDEMOS POR POBLACIÓN RURAL?

Aplicando un criterio estadístico, están considerados por el censo como "núcleos rurales en sentido estricto" los núcleos que no superan los 2.000 habitantes. Representan aproximadamente del 18 al 20 % de la población española. De los 8.108 municipios españoles, 5.908 son núcleos de población que van de los 100 a los 2.000 habitantes. Por otra parte, según el padrón

municipal de 2011, casi un tercio de las personas mayores de 65 años (el 27,6 %) viven en hábitats rurales de menos de 2.000 habitantes o en hábitats intermedios.

En el caso de Galicia, existen, aproximadamente, 252 municipios con menos de 10.000 habitantes, de los cuales unos 127 no llegan a 5.000, y de estos, 67 no alcanzan los 2.000 habitantes. En todo caso, los municipios con menos de 10.000 habitantes representan las 4/5 partes de los municipios gallegos, a lo que hay que unir la propia dispersión que se produce dentro de los municipios, que hace que la Comunidad Autónoma de Galicia tenga en torno a la mitad de las entidades de población existentes en España.

Son cifras notables, que muestran que existe mucho territorio y mucha población en el medio rural; un medio que se caracteriza por:

- Reducción del empleo rural y notable disminución de emprendedores.
- Éxodo masivo hacia las ciudades, especialmente de jóvenes y mujeres; y, más recientemente, éxodo de los mayores hacia zonas con mayores servicios sanitarios, culturales, educativos, etc.
- Despoblamiento progresivo, con las secuelas de soledad de las personas que se han quedado a vivir en ellos.
- Deficiencias en las infraestructuras y carencia o Inadecuación de servicios, que se suma a la disminución del llamado apoyo informal.

Estos rasgos ponen de manifiesto un riesgo (o una realidad) no demasiado alentadora: EL aislamiento, retraimiento social y limitación de la autonomía son frecuentes en las personas mayores que viven en el medio rural. Todos estos elementos son un buen caldo de cultivo para situaciones de dependencia. Por otra parte, el despoblamiento, la dispersión y el envejecimiento del medio rural no contribuyen al desarrollo y progreso del mismo ni al aumento de la oferta de servicios de proximidad.

PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES Y ENTORNO RURAL

De momento, los programas universitarios para personas mayores están lejos de impartirse a los mayores del mundo rural. En el momento actual cabe afirmar que sólo tienen acceso a este tipo de programas, de modo generalizado, ciertos grupos de personas que habitan en ciudades o en núcleos rurales con gran número de habitantes, o que disponen de recursos que garantizan su movilidad. Para los demás, el acceso a estos programas educativos, que autores como Soto y Bravo (2003) configuran como un auténtico derecho, está lejos aún de ser efectivo. Por ello, diversos expertos han reclamado la necesidad de una apertura de los programas universitarios para mayores al mundo rural, modificando la organización de los programas ya

existentes (Fernández Fernández, 2003; Rodríguez Martínez, Mayán Santos, Antelo Martelo, 2003). La apertura de la universidad al mundo rural puede ser una respuesta cultural a la transformación de este medio y un acicate a su desarrollo, además de contribuir a la igualdad de oportunidades real entre los habitantes del campo y los de la ciudad.

Relacionado con este tema está la distinta naturaleza de los programas universitarios para personas mayores en la ciudad y en el campo. La consolidada distinción entre tres o incluso cuatro generaciones de programas universitarios para mayores, que ubica mayoritariamente los actuales dentro de la tercera y cuarta generación, quiebra en el caso de los programas para mayores a desarrollar en el medio rural. Los programas de "primera generación" se conciben como programas culturales de tiempo libre, cuyo objetivo es entretener y favorecer las relaciones sociales entre personas mayores. Los programas de "segunda generación" se caracterizan por actividades educativas para la participación y la mejora de los conocimientos de los mayores con el fin de que intervengan en la resolución de los problemas sociales existentes. Los programas "de tercera y cuarta generación" son programas educativos reglados, con todas las características formales de la enseñanza de nivel superior, hasta niveles que incorporan a los alumnos a equipos de investigación y redes internacionales vinculadas a proyectos de innovación educativa (Bru Ronda, 2006). A la vista de estas definiciones, las peculiaridades del entorno rural, ya esbozadas, así como la casi total falta de implantación de los PUPMs en el medio rural determinan que se sitúen todavía en los primeros estadios de este particular proceso evolutivo. Su finalidad fundamental radica aún, primordialmente, en la oferta cultural, el fomento de la interrelación, la mejora en la calidad de vida, el fomento de la autonomía personal y la participación activa de los mayores en su entorno.

Por otra parte, se ha insistido en la necesidad de que los conocimientos culturales sean impartidos a los mayores del ámbito rural mediante programas universitarios y no dejar que sean coto exclusivo de otro tipo de organizaciones (otras administraciones públicas o entidades privadas). Así, autores como Fernández Fernández (2003) insisten en que, sin olvidar los beneficios de los proyectos nacidos de estas iniciativas, lo cierto es que, mayoritariamente, suelen ser concebidos casi como una ayuda social, estando destinados más a la distracción y el entretenimiento que a la formación cultural y un mayor desarrollo personal.

Es frecuente reclamar el empleo de las nuevas tecnologías como herramientas posibilitadoras de la implantación de los programas universitarios para personas mayores en las zonas rurales, en las que no es posible, por la escasez y dispersión de la población, establecer sedes físicas (Rodríguez Martínez *et al.*, 2003). Efectivamente, las TICs ofrecen gran número de

posibilidades a este respecto, que sólo tropiezan con la dificultad de crear infraestructuras suficientes y de familiarizar previamente a los mayores del medio rural con unas herramientas tecnológicas que desconocen y hacia las que tienen grandes prejuicios ("soy demasiado mayor para aprender esto", "es cosa de jóvenes", etc.).

EL PROGRAMA "UNED SENIOR DE A CORUÑA"

La UNED Senior de A Coruña nació, en el marco general del programa "UNED Senior" desarrollado por la UNED, con la finalidad de implantar un PUPM que se desarrollara en el medio rural. Con ello se pretendía atender la demanda planteada expresamente por el Consello de Ancianos de Xestoso (municipio de Monfero), el primero legalizado en España, que reclamaba un acercamiento de la Universidad al medio rural, en general y, en concreto, la implantación de un programa universitario para mayores de este entorno.

El programa inició su andadura en el curso 2008-2009, en el mismo momento en que la UNED puso en marcha su programa Senior. La iniciativa se instrumentalizó a través de un convenio con el Consello de Ancianos de Xestoso. Desde el principio se planteó que el programa debería desarrollarse presencialmente, en espacios que no supusieran gran desplazamiento para los alumnos (cedidos por el propio Consello de Ancianos o por el Ayuntamiento de Monfero, implicado desde el primer momento en el proyecto). Esta concepción netamente presencial se mantuvo por varias razones:

- La carencia de una infraestructura de TICs adecuada (en aquel momento ni siquiera existía cobertura de internet en esa área geográfica). Vinculado a ello, la carencia de conocimientos previos de los mayores.
- El factor psicológico constituido por la importancia que para los mayores de la zona tenía un acercamiento real y "físico" de la Universidad al medio rural como una forma de valoración de su aportación (tanto actual como potencial) a la sociedad.
- El sentimiento de que la implantación física de la universidad en su zona serviría para revitalizar su entorno y propiciar el aprovechamiento racional y eficiente de las infraestructuras y servicios ya existentes; y de acicate para conseguir mejoras necesarias. Así, desde el primer momento se trabajó por rehabilitar y adecuar para el programa instalaciones ya existentes pero en situación de semiabandono (casas rectorales, escuelas unitarias); y por ampliar y generar sinergias entre el programa y la oferta cultural ya existente en Centros de Mayores, telecentros, polideportivos, etc., que muchas veces era infrautilizada por ser desconocida o resultar escasamente atractiva.

El éxito de la iniciativa fue inmediato, hasta el punto de que, ya en ese primer curso, se pasó de una oferta inicial de cuatro materias a una final de seis. Este cambio obedeció, fundamentalmente, a los intereses de los potenciales alumnos, destacando especialmente las materias relacionadas con la salud, el patrimonio histórico, y nociones jurídicas básicas. El número de matriculados fue de 106, en el primer cuatrimestre, y de 115, en el segundo. Otro dato importante es que del planteamiento inicial de una sola sede física se pasó al establecimiento de tres sedes en tres municipios diferentes (Monfero, Paderne y Guitiriz) para poder atender a la demanda de los alumnos y a su exigencia de descentralización.

Transcurridos cuatro cursos desde su implantación, la UNED Senior de A Coruña ha contado con 1.082 alumnos, con la siguiente distribución por cursos y cuatrimestres:

	1º Cuatrimestre	2º cuatrimestre
2008-2009	106	115
2009-2010	147	122
2010-2011	131	161
2011-2012	157	142

Los alumnos se han matriculado de una media de 3 materias anuales, aunque se ha pasado a impartir una media de 5 asignaturas por cuatrimestre. En el curso 2011-12 se ha ampliado el número de sedes, alcanzando en la actualidad un total de cinco.

Actualmente el programa ha extendido su ámbito geográfico de influencia, desarrollándose en un área que abarca los municipios de Aranga, Irixoa, Guitiriz, Monfero, Paderne y Xermade (todos ellos caracterizados por una amplia extensión, una población escasa, dispersa y envejecida y una red de comunicaciones marcada por la orografía típicamente gallega). Se cuenta con la implicación activa de todos estos Ayuntamientos, de los Consejos de Mayores de Xestoso, Paderne, Momán y Labrada, y con una amplia representación del tejido asociativo del entorno. Gracias a esta iniciativa se ha contribuido a la rehabilitación de diferentes infraestructuras (casas rectorales, escuelas unitarias) y a un uso más eficiente de las mismas, que además fomenta el encuentro intergeneracional (escuelas utilizadas también por los mayores; centros de mayores con aulas tecnológicas aprovechadas por los jóvenes, etc.).

Hasta la fecha, 56 alumnos han superado un total de 30 créditos, lo que les da derecho a la obtención de un diploma "Senior", expedido por el Rectorado de la UNED. Y casi un 94 % de los alumnos se matriculan en cursos sucesivos; de

hecho, incluso los que ya han obtenido el diploma "Senior" desean mantenerse en el programa.

En cuanto al perfil del alumnado, responde a las siguientes características:

- Distribución de alumnos por sexo:
  - 57,63 % mujeres.
  - 42,37 % hombres.
- Distribución por tramos de edad:
  - 55-65 años: 37,65 %.
  - 66-70 años: 26,54 %
  - 71-80 años: 30,31 %
  - Más de 80 años: 5,5 %
- Distribución según nivel de estudios:
  - Sin estudios: 5 %
  - Estudios primarios: 65 %
  - Estudios secundarios: 5,62%
  - Formación Profesional: 3,11 %
  - Estudios universitarios sin finalizar: 0 %
  - Estudios universitarios finalizados: 5,15 %
  - No sabe/No contesta: 16,12 %
- Motivación para iniciar los estudios:
  - 100 % de los alumnos buscan ampliar conocimientos.
  - Un 70 % plantea como segunda motivación el mantenerse activo y ampliar su red social.
  - Un 14 % añade, como tercera motivación, el realizar un sueño imposible hasta el momento.
- Participación del alumnado en asociaciones de diversa índole:
- Aproximadamente un 85 % de los alumnos participan en asociaciones de diversa índole, destacando los Consejos de Ancianos (Xestoso-Cambás y Paderne), y las de índole religiosa y deportiva.

De estos y otros datos puede deducirse el siguiente perfil del alumno de la UNED-Senior del Centro Asociado de A Coruña:

- Se trata de un alumnado con una edad media cercana a los 70 años, superior a la habitual en otros programas universitarios para mayores y superior también a la media del programa UNED Senior a nivel nacional.
- Son alumnos procedentes del medio rural, mayoritariamente habitantes de núcleos de menos de 2.000 habitantes y geográficamente dispersos, lo cual dificulta, a priori, la socialización.
- Sin embargo, son alumnos con un elevado índice de participación en asociaciones y actividades diversas, fundamentalmente en Consejos de Ancianos y de Mayores (partiendo del propio Consello de Ancianos de Xestoso-Cambás, que, no debe olvidarse, lleva años intentando romper con la tradicional concepción pasiva y sumisa del mayor).
- El alumnado está muy motivado a aprender, pero rechaza un papel pasivo en la enseñanza y desea que sus conocimientos y experiencia previa sean reconocidos y utilizados como punto de partida de la misma.
- Predominan los alumnos que sólo han cursado estudios primarios, si bien, en términos generales, se aprecia una gran heterogeneidad en los niveles educativos y culturales, factor a tener muy en cuenta a la hora de diseñar los contenidos educativos y aplicar las metodologías docentes. De hecho, en los últimos cursos se aprecia un incremento del número de alumnos con estudios secundarios o, incluso, universitarios. La razón estriba en que aumenta el número de personas mayores que, tras su jubilación, regresan a sus localidades de origen.

A la vista del perfil del alumnado, se ha considerado oportuno adoptar las siguientes medidas metodológicas:

- Adaptación de los contenidos docentes propuestos en las guías didácticas elaboradas por la sede central de la UNED a las particularidades de los grupos de alumnos (edad, nivel de estudios previos, intereses, experiencias previas…)
- Optar por una metodología que favorezca partir de los conocimientos previos de los alumnos, el intercambio de opiniones y la aplicación a la vida diaria de los conocimientos adquiridos.
- Favorecer el contacto interpersonal y el conocimiento de otras realidades para paliar el aislamiento propio del medio rural. De ahí que las clases teóricas en los locales habilitados inicialmente se hayan complementado con numerosas actividades culturales directamente vinculadas al contenido de las materias pero que se realizaban fuera de las aulas. En línea con lo anterior, si bien corresponde a uno o dos tutores la atención y seguimiento de cada materia, se ha procurado que los alumnos vean complementada la exposición de los contenidos docentes con monográficos impartidos por expertos en la materia que,

en muchos casos, se realizaban en lugares distintos del aula. Se considera prioritario vincular los contenidos docentes de las materias con actividades y/o medidas que se estén viviendo en el entorno geográfico y social de los alumnos, favoreciendo la reversión de los conocimientos adquiridos a la sociedad. En este sentido, se ha generado una dinámica de diálogo y retroalimentación con los Ayuntamientos y otras entidades que también desarrollan acciones relacionadas con las materias impartidas en la UNED-Senior.

En cuanto a la evaluación del programa, se ha prestado especial importancia a la misma. Anualmente se pasa a todos los alumnos, tutores y coordinadores del programa cuestionarios de satisfacción, que suelen ser cumplimentados por más de un 70 % de los alumnos, lo que determina una muestra altamente representativa. Los cuestionarios demuestran unos elevados niveles de satisfacción, tanto en alumnos (una media de 8,5 sobre 10) como entre los tutores y coordinadores (un 8 sobre 10). Por otra parte, se han observado niveles muy bajos de absentismo en los alumnos, siendo la asistencia prácticamente del 95 %.

En cuanto a las asignaturas ofertadas y a la acogida de las mismas, puede verse en el gráfico inferior, en el que se aprecia claramente un interés recurrente hacia las materias que abordan cuestiones relacionadas con la salud y con el patrimonio histórico, artístico y cultural.

CURSO	MATERIAS
2008/2009	- Prevención de la salud. Medicina natural. - Prevención del deterioro cognitivo. Estimulación mental y de la memoria. - Recursos y servicios de salud y bienestar social. - Aspectos jurídicos. Sucesiones. Derechos del mayor. - Problemas científicos de actualidad: medio ambiente y cambio climático. - Historia del arte y patrimonio histórico, artístico y cultural.
2009/2010	- Inglés I. - Informática: internet, correo electrónico y tratamiento de la imagen. - Primeros auxilios. - Cuidados de mayores dependientes. - Historia de Galicia. - Género. - Voluntariado.

2010/2011	- Actividad física. Incidencia en la salud. - Informática: internet, correo electrónico y tratamiento de la imagen. - Prevención de riesgos en la vida cotidiana. - Literatura: tertulias literarias. - Música. - Instituciones y organizaciones al servicio del mayor. - Nutrición y dietética. - Historia de Galicia.
2011/2012	- Patrimonio de Galicia I. - Patrimonio de Galicia II. - Actividad física. Incidencia en la salud. - Informática: internet, correo electrónico y tratamiento de la imagen. - Informática de usuario y acceso a internet. - Literatura: tertulias literarias. - Cine y teatro. - Música. - Problemas científicos actuales: cuestiones médicas de actualidad. - Prevención del deterioro cognitivo.
2012/2013 (sólo 1s)	- Talleres teórico-prácticos de medicina de familia. - Actividad física. Incidencia en la salud. - Iniciación a la informática: Windows y google. - Historia de Galicia. - Literatura: tertulias literarias. - Música.

CONCLUSIONES: ANÁLISIS DE VIABILIDAD DE UN PUPM EN EL MEDIO RURAL.

El programa Senior de la UNED de A Coruña es un ejemplo de viabilidad de un PUPM en el entorno rural, sobre la base de los siguientes principios de actuación:

- Implicación activa de propios mayores, canalizada a través del movimiento asociativo (asociaciones de Mayores, de amas de casa, etc.). En el caso de la UNED Senior de A Coruña esta se produjo desde el inicio del proyecto que, de hecho, nació por su iniciativa. Pero debe traducirse en el establecimiento de mecanismos participativos tanto en la metodología a seguir en las clases como en la organización (oferta formativa diseñada teniendo en cuenta sus demandas e intereses; importancia de su opinión manifestada en cuestionarios de satisfacción de cara a detectar y resolver incidencias o deficiencias, etc.).
- Aprovechamiento de infraestructuras e instalaciones y su concepción como polivalentes. Dado que uno de los mayores problemas del medio rural es la falta de infraestructuras y servicios adecuados, en unos casos, y la infrautilización y consiguiente abandono de otros, por otra,

resulta fundamental un previo análisis de los recursos disponibles y una planificación a corto y medio plazo de las posibilidades de rehabilitación, reciclaje y uso compartido, para optimizar recursos (máxime en el actual contexto de crisis económica).

- Creación de sinergias, aprovechando personal, recursos, proyectos y experiencias de intervención social precedentes. Por las mismas razones expresadas en el punto precedente (racionalización de recursos, sostenibilidad) es fundamental:
  - Apoyarse en experiencias de intervención previas que puedan generar retroalimentación de interés (p. ej., sobre su éxito o fracaso y los motivos subyacentes).
  - Seleccionar, en lo posible, al personal docente entre personas de reconocida formación y prestigio del entorno, para afianzar el sentimiento de participación y orgullo.
  - Vincular las enseñanzas con la vida cotidiana, los conocimientos previos y las acciones desarrolladas por las entidades públicas y privadas del entorno, etc.
- Colaboración e implicación institucional: fundamental para la sostenibilidad del programa, y a diversos niveles: financiación, cesión de instalaciones y recursos, difusión, implicaciones en comisiones de seguimiento… Es esencial que las instituciones públicas y privadas del entorno sientan el programa como "algo suyo", como una herramienta de dinamización y desarrollo de su área.
- Flexibilidad, rehuyendo la implantación mimética de fórmulas y formatos ensayados en otros ámbitos que no se adaptan a la idiosincrasia del medio rural. Esta flexibilidad es especialmente importante en la adaptación de los contenidos y la metodología. En el medio rural, las características de los alumnos (bajos niveles formativos, ausencia generalizada de conocimientos de TICs, sentimiento de inferioridad y sensación de "no ser capaz", etc.) aconsejan una adaptación de los contenidos que a veces exige la creación de niveles dentro de una misma materia.
- Especial cuidado en la selección del personal docente y coordinador. Es fundamental que a su formación y capacitación como docente una cierta experiencia en la educación de personas mayores. Es, además, aconsejable, que tengan vínculo con el entorno en el que se desarrolla el programa.
- Apuesta, al menos inicialmente, por la presencialidad, para ir incorporando el empleo de nuevas tecnologías paulatinamente, y siempre potenciando las herramientas de educación a distancia como un

complemento y no como el núcleo fundamental y condicionante de la implantación de estos programas en el medio rural. P..ej., se puede habilitar la matrícula por internet, pero manteniendo también un proceso tradicional de matriculación; o se puede fomentar la participación de los alumnos en foros, facilitarles documentación complementaria a través de espacios virtuales, etc., pero manteniendo siempre las clases presenciales. Si bien son innegables las potencialidades de las TICs de cara a la participación de los mayores del medio rural en los programas universitarios diseñados para ellos, lo cierto es que, aplicado como primera y exclusiva opción tropezaría con serias dificultades:

- No existe en la actualidad, al menos en Galicia, una infrestructura material de calidad y cantidad suficientes para asegurar el adecuado desarrollo de estos programas. La llegada de internet a ciertos núcleos rurales aún presenta problemas (cobertura y ancho de banda erráticos), no siempre tienen los mayores fácil acceso a equipamiento informático (a pesar de la amplia red de telecentros) y apenas existen instalaciones de videoconferencia.
- No hay aún en los mayores una adecuada receptividad derivada de la implantación y uso generalizado de estos medios. Esto deriva del factor recién expuesto y de la falta de una formación de cierto calado que permita a los mayores del medio rural familiarizarse con las TICs y emplearlas con normalidad y confianza en su vida cotidiana, en general, y como herramienta educativa, en particular.
- La apuesta generalizada por los programas universitarios para mayores "a distancia" mediante el uso de las TIC impediría a éstos alcanzar una de sus finalidades fundamentales: el abrir espacios de interrelación y participación de los mayores, algo especialmente importante en un ámbito, como el rural, en el que la dispersión geográfica determina una interacción entre individuos relativamente escasa (Rodríguez Martínez et al., 2003).

- Orientación del proyecto hacia una mejora de la calidad de vida de las personas mayores o familias cuidadoras que habitan en zonas rurales, visible en los siguientes aspectos:
  - En la selección de las materias impartidas. Muchas de ellas (dietética y nutrición, cuidados de mayores dependientes, etc.) inciden directamente sobre la salud y el bienestar de los mayores y de las personas a su cuidado (no olvidemos que en rural gallego es frecuente que los mayores cuiden, a su vez, de sus mayores). Otras (voluntariado, género, informática, nociones jurídicas básicas…) se orientan a mejorar sus condiciones de vida o a tratar temas que les afectan directamente, ofreciéndoles una información valiosa para su vida cotidiana. Por último, un tercer grupo de asignaturas (historia de

Galicia, literatura gallega, inglés), tienen un claro objetivo cultural y de ocio.

- Por buscar el acercamiento presencial de las clases al entorno rural, pero conjugándolo también con la necesidad de mostrar a los mayores otras realidades, a través de visitas culturales, viajes de estudios, etc.

- La presencia en los medios de comunicación conseguida por las actividades desarrolladas por la UNED-Senior de A Coruña ha sido muy notable, contribuyendo a la visibilización de un colectivo que aparece poco en los medios de comunicación y que, cuando aparece, suele hacerlo bajo un prisma estereotipado y deformado, poco real. Se contribuye así a romper con el perfil normalmente utilizado del mayor del ámbito rural gallego, que les atribuye un rol pasivo, conservador y un tanto abúlico que no refleja la realidad actual de este colectivo.
- Creemos que la experiencia puede ser generalizada a otros lugares con relativa facilidad siempre que exista un interés e implicación claros por parte de los Consellos de Ancianos o Mayores, el tejido asociativo y las instituciones de esas otras zonas. El modelo está estandarizado, por lo que permite su fácil reproducción, pero a la vez está planteado de un modo flexible, para adaptarse a las circunstancias y características de otras zonas.

En cuanto a los aspectos a mejorar, son, fundamentalmente, los siguientes:

- Afianzar el programa y hacer más efectivo su desarrollo, para lo cual debe insistirse en articular fórmulas que aseguren su financiación estable.
- Mejorar la difusión del programa, intentando su expansión a otros municipios.
- Sacar el máximo rendimiento posible de las nuevas tecnologías, que la UNED, como Universidad a distancia, tanto tiempo lleva utilizando y en las que siempre ha sido pionera. Resulta fundamental hacerlo, en primer lugar, porque son muchos los estudios que constatan que los alumnos de los programas universitarios para mayores utilizan cada vez más los distintos recursos tecnológicos (móvil, informática, Internet). En su gran mayoría, los consideran un medio de enriquecimiento personal y cultural, que ayudan a evitar el aislamiento social. En segundo lugar, porque las nuevas tecnologías pueden permitir nuevos diseños metodológicos que pueden ayudar a la extensión en el medio rural de los programas universitarios para personas mayores. El obstáculo principal para conseguir este objetivo se debe a las dificultades de acceso a Internet en el ámbito rural gallego.

- Aumentar la adaptación de los contenidos de las materias y las guías didácticas a las peculiaridades del alumnado, con la dificultad añadida de la heterogeneidad de este, fundamentalmente en edad y formación previa.
- Realizar un estudio pormenorizado del impacto real de la implantación de este programa universitario para mayores en su entorno, analizando factores como:
  - ¿Se traduce en una menor visita a servicios médicos?
  - ¿Se traduce en una mayor participación efectiva de los mayores? ¿En una mayor presencia en los movimientos asociativos, en la vida política y social?
  - ¿Se traduce en una mayor utilización de nuevas tecnologías?
  - ¿Se traduce en una mejor relación con su entorno, sobre todo abriendo nuevos cauces de diálogo intergeneracional?

Pero tal vez la mayor inquietud (y también el mayor reto) del Programa UNED Senior del Centro Asociado de A Coruña pasa por seguir trabajando en la optimización del empleo de los recursos, máxime en la situación actual, en la que la crisis económica y los recortes presupuestarios obligan a una apuesta por la eficiencia. En este sentido, la UNED Senior tiene un claro compromiso por el máximo aprovechamiento de instalaciones infrautilizadas en el medio rural (escuelas, institutos, polideportivos) fomentando su uso polivalente e integrado (p. ej., escuelas que también constituyan centros de día o de mayores; aulas tecnológicas de los centros de mayores que acojan cursos específicos orientados a los más jóvenes) y la generación de espacios de convivencia intergeneracional.

BIBLIOGRAFÍA:

BRU, C. (2006) La dimensión internacional de los programas universitarios para mayores". En Orte, C. y Gambús, M., *El aprendizaje a lo largo de toda la vida. Los programas Universitarios para Mayores* (pp. 215-261). Palma de Mallorca: Dikynson.

BRU, C. (2012). Los programas educativos para mayores en la Universidad española. En Gaviria, J.L., Palmero, M. C. y Alonso, P. (comps.), *Entre generaciones: educación, herencia y promesas. Actas del XV Congreso Nacional y V Iberoamericano de Pedagogía* (pp. 93-112). Madrid: Instituto Calasanz de Ciencias de la Educación / Sociedad Española de Pedagogía.

FERNÁNDEZ, A. M. (2003). Apertura de la Universidad al mundo rural. En *VIII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para personas mayores. Una apuesta por el aprendizaje a lo largo de toda la vida* (pp.279-283). Madrid: IMSERSO.

JIMÉNEZ, A. (2011). Educación a lo largo de la vida y construcción del Espacio Europeo de Educación Superior; una nueva oportunidad para la regulación jurídica de los programas universitarios para mayores. En *V Congreso de Universidades para Mayores. CIUUMM 2011*, tomo II (pp. 511-523), Alicante: AEPUM

MEMORIAS DEL PROGRAMA *UNED SENIOR-A CORUÑA* (2009, 2010, 2011). A Coruña: Centro Asociado UNED-A Coruña.

SUBDIRECCIÓN GENERAL DE PLANIFICACIÓN, ORDENACIÓN Y EVALUACIÓN, SECRETARÍA DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES (2007). Madrid: IMSERSO.

RODRÍGUEZ, A., MAYÁN, J. M. Y ANTELO, M. (2003). Programas Universitarios de mayores, mundo rural y sociedad de la información. Cuestiones estratégicas para su expansión. En *VIII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para personas mayores. Una apuesta por el aprendizaje a lo largo de toda la vida* (pp.301-305). Madrid: IMSERSO.

SOTO, R. Y BRAVO, M.E.L., La educación del adulto mayor más allá de una responsabilidad social: un derecho (2003). En Gaviria, J.L., Palmero, M. C. y Alonso, P. (comps.), *Entre generaciones: educación, herencia y promesas. Actas del XV Congreso Nacional y V Iberoamericano de Pedagogía* (pp. 529-535). Madrid: Instituto Calasanz de Ciencias de la Educación / Sociedad Española de Pedagogía..

VILAPLANA, C. (2011). Relación entre los Programas Universitarios para Mayores, la satisfacción durante la jubilación y la calidad de vida. En *IV Congreso de Universidades para Mayores. CIUUMM 2011*, tomo II (pp.875-985). Alicante: *AEPUM*.