

Revista informativa

Aprendiendo a aprender



En esta revista podrás leer sobre:

- Emprendimiento social en personas mayores.
- El estado del bienestar y las personas mayores.
- Emprendimiento sénior en la España vaciada.
- Ejemplos de nuestros talleres de emprendimiento con personas jubiladas.

... Y mucho más.

Subvenciona

UNIA TE
FUNDACIÓN



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES





CRÉDITOS

REVISTA INFORMATIVA

EDITA

Gráficas La Robla, S.L.U.

EQUIPO DE REDACCIÓN

Fundación UNIA TE

COLABORADORES

Bárbara Rey Actis y Cristina Berzal de Miguel

MAQUETACIÓN

Gráficas La Robla, S.L.U.

IMPRESIÓN

Gráficas La Robla, S.L.U.

C/. Virgen de Celada, n.º 10

Teléfono 987 57 10 44

24640 LA ROBLA (León)

graficaslarobla@gmail.com

SUBVENCIONADA POR



UNIA TE
FUNDACIÓN

ÍNDICE

¿Podemos emprender cuando nos jubilamos?	3
La soledad no deseada y el emprendimiento en personas mayores	4
Informe de Emprendimiento social en personas mayores	6
Emprender con experiencia, el auge del emprendimiento senior en la España vaciada	18
La digitalización y el emprendimiento en las personas mayores	20
Talleres de emprendimiento sénior + IA	23
Sanidad, personas mayores y emprendimiento: innovar sin perder derechos	33

¿Podemos emprender cuando nos jubilamos?

Llamamos emprendimiento social en personas mayores a iniciativas económicas, comunitarias o asociativas impulsadas por personas de más edad cuyo objetivo principal no es solo obtener un beneficio económico, sino generar un impacto social positivo, dar respuesta a necesidades colectivas y mejorar la calidad de vida de la comunidad.

Sus principales características son que tienen una finalidad social prioritaria y como objetivo central resolver problemas sociales como la soledad no deseada, la exclusión, la falta de servicios en zonas rurales, el apoyo a la dependencia, la sostenibilidad o la transmisión de conocimientos intergeneracionales.

También busca el aprovechamiento de la experiencia vital y laboral, aportar saberes, valores, crear redes sociales y competencias acumuladas durante toda su vida personal, convirtiendo la experiencia en un activo social, un compromiso comunitario, así como un envejecimiento activos.

Sin olvidar que favorece la participación social, la autonomía personal y el reconocimiento social de las personas mayores como sujetos activos y útiles para la sociedad.

Algunos ejemplos de emprendimiento social en personas mayores son:

- Cooperativas de cuidados creadas por personas jubiladas.
- Proyectos de acompañamiento a mayores que viven solos.
- Iniciativas culturales, educativas e intergeneracionales para transmitir oficios, memoria histórica o conocimientos profesionales.
- Proyectos de economía local en zonas rurales impulsados por personas mayores.
- Servicios de apoyo comunitario gestionados por asociaciones de mayores.

La importancia social de este tipo de emprendimiento es demostración de que las personas mayores no son un problema, sino una parte fundamental de la solución a muchos de los retos sociales actuales.

A través de éste se combate el edadismo, rompiendo estereotipos de pasividad o dependencia; se refuerza la cohesión social y la solidaridad intergeneracional; se contribuye al desarrollo local sostenible y se complementa, pero no sustituye, la responsabilidad de los servicios públicos.

La soledad no deseada y el emprendimiento en personas mayores

Este emprendimiento tiene como objetivo principal reconstruir vínculos, generar sentido de pertenencia y mejorar la calidad de vida de las personas que se encuentran en situación de soledad no deseada.

Se presenta como una respuesta a una necesidad social que se presenta como un problema estructural ligado al envejecimiento, la despoblación, la precariedad de servicios y la ruptura de redes comunitarias.

De esta forma busca cubrir vacíos que el mercado y, a veces, las administraciones no alcanzan. Sus proyectos están centrados en el cuidado, el acompañamiento y la participación social, buscando un impacto social, no de maximización del beneficio.

¿Cómo son las iniciativas para combatir la soledad no deseada?

Buscan hacer protagonistas a las propias personas que lo padecen:

- Nacen de las propias personas mayores, que dejan de ser solo receptoras de ayudas.
- Aprovechan su experiencia vital, saberes y tiempo disponible.

- Refuerzan la autoestima, la autonomía y el sentimiento de utilidad social, factores clave contra la soledad.
- Algunos ejemplos son los grupos de apoyo mutuo, redes vecinales organizadas, los talleres intergeneracionales...

Como creación de espacios de relación y sentimiento de comunidad en los que se generan espacios físicos o comunitarios de encuentro (centros sociales, cooperativas, huertos urbanos).

- Utilizan la economía social y solidaria como marco (cooperativas, asociaciones, fundaciones).
- Promueven relaciones estables y continuadas, no acciones puntuales.

Como una innovación social que fomenta el uso de la tecnología desarrollándose a través de:

- Plataformas de acompañamiento, voluntariado o redes de apoyo.
- Formación digital para reducir la brecha tecnológica y facilitar la comunicación.
- Soluciones sencillas, centradas en las personas, no en la tecnología como fin.

- Como proyectos de impacto en el bienestar y la cohesión social, influyendo positivamente en cuanto a que:
 - Reduce el aislamiento emocional y social.
 - Previene problemas de salud física y mental.
 - Refuerza la cohesión social y la solidaridad intergeneracional.
 - Contribuye a un envejecimiento activo y digno.

En resumen, el emprendimiento social frente a la soledad no deseada se desarrolla como un instrumento de transformación social, basado en la participación, el apoyo mutuo y la economía social, poniendo a las personas, especialmente a las mayores, en el centro de la cuestión, no como un problema, sino como parte de la solución.



Emprendimiento Social en Personas Mayores

Un nuevo informe revela cómo el talento sénior español está construyendo empresas más sostenibles y con mayor impacto social que nunca.

UNIATE
FUNDACIÓN



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES



El Fenómeno del Emprendimiento Senior

Cerca del 30% de los nuevos emprendedores en España en 2025 tendrán más de 50 años. Sus empresas no solo sobreviven más que las de emprendedores jóvenes, sino que están redefiniendo qué significa tener éxito en los negocios.

El reciente informe "Emprendimiento Social en Personas Mayores", elaborado para la Fundación Uniate de UGT, analiza este fenómeno en profundidad y concluye que estamos ante una transformación silenciosa pero profunda del tejido empresarial español. Los datos son contundentes: las empresas lideradas por personas mayores de 50 años presentan una tasa de supervivencia del 70% a los tres años, frente al 30% de media general.



Según el documento, elaborado por Cristina Berzal de Miguel y Bárbara Rey Actis, este éxito no es casual. La experiencia acumulada, las redes de contactos consolidadas, la capacidad de gestión y una visión estratégica a largo plazo son activos que compensan con creces cualquier supuesta desventaja relacionada con la edad.

"El emprendimiento senior genera efectos de arrastre en la economía local al fomentar el empleo, activar redes comerciales tradicionales y revitalizar zonas en declive."

— Amorós et al. (2023), citado en el informe

El informe destaca que muchos de estos proyectos no buscan únicamente la rentabilidad económica, sino generar un impacto social positivo. El emprendimiento social, entendido como la creación de modelos de negocio sostenibles que resuelven problemas sociales, encuentra en el talento senior a algunos de sus principales impulsores.

Radiografía del Emprendimiento Senior en España

70%

Tasa de supervivencia empresarial a los 3 años.

30%

De nuevos emprendedores serán +50 en 2025.

45%

De autónomos +65 tienen empleados a cargo.

Historias Reales de Impacto Social

El informe documenta numerosos casos de emprendedores que han transformado su experiencia en proyectos con propósito. Estos son algunos de los más destacados.

Pilar Molina - La Tarta de la Madre de Cris

Tras jubilarse como profesora, Pilar transformó su pasión por la repostería en un negocio familiar que hoy se expande por varias ciudades. "Aconsejaría a los emprendedores que lo hagan. Que apuesten por un producto de calidad. Hay que trabajar mucho, pero si lo hacen, es probable que les vaya muy bien", declaró al equipo investigador.

Juan Pablo Rodrigo (64 años) - Croowly

Creó una empresa tecnológica especializada en digitalización de procesos notariales usando blockchain e inteligencia artificial. Su estrategia fue prudente: "No queríamos morir de éxito: si de repente te contrata un banco grande y metes la pata, lo fastidias todo". Validó su producto con clientes pequeños antes de escalar.

Consuelo Pérez (62 años) - Saludalavida.org

Integró su experiencia en nutrición, yoga y sostenibilidad para fundar un espacio de bienestar. Su testimonio es claro: "La emprendedora nunca se jubila". Lo vivió como una continuación natural de su identidad profesional.

María Teresa Saperas (78 años) - ADZ Nadons

Fundó una empresa de pañales reutilizables a partir de una necesidad observada en su voluntariado. Su historia ilustra cómo la sensibilidad social combinada con la experiencia vital puede generar proyectos sostenibles e innovadores.



Carlos Neila y Javier Espínola - Más Mayor Tech

Ambos en la cincuentena, fundaron en 2023 esta startup social. Su proyecto #IrContigo ayuda a personas con Alzheimer mediante tecnología no invasiva. También desarrollaron Wuateke, una radio que conecta a usuarios de residencias con las canciones de su vida.

Eva María Galán Sempere - Alquibla

Historiadora y bibliotecaria, creó una plataforma digital cultural reconocida internacionalmente. Su consejo: "Ánimo a los emprendedores culturales a superar el miedo y compartir contenido significativo en la red".

Guía Práctica: Cómo Empezar

El informe incluye una guía completa para quienes deseen dar el paso hacia el emprendimiento. Estas son las claves principales.

Las Cuatro Preguntas Clave

La guía propone un método de reflexión basado en cuatro preguntas fundamentales:

- **¿A quién quiero ayudar?** Pensar en una persona real con necesidades concretas.
- **¿Qué puedo ofrecerle?** Desde lo que sé y lo que soy, cómo puedo facilitar su vida.
- **¿Qué sé yo que puede marcar la diferencia?** Qué conocimientos únicos apporto por haberlo vivido.
- **¿Qué valor tiene para mí este proyecto?** Qué significa el éxito en esta etapa vital.

Tu Frase Brújula

El informe propone construir una declaración personal que guíe el proyecto: "Ayudo a [persona concreta] que necesita [algo importante] ofreciéndole [una solución útil], desde mi experiencia en [tu saber]. Lo hago porque creo en [tu propósito]".

Recursos y Formación Disponibles

El informe identifica diversos programas y recursos para emprendedores senior:

- **Programas de formación adaptados:** Contenidos sobre mentalidad emprendedora, diseño de modelo de negocio, competencias digitales, marketing y aspectos legales.
- **Metodologías recomendadas:** Business Model Canvas, Design Thinking, Lean Startup e Ikigai aplicado al emprendimiento.
- **Mentoría y acompañamiento:** Programas de mentoring, incluyendo reverse mentoring intergeneracional.
- **Networking:** Espacios de coworking, incubadoras y asociaciones empresariales que integran iniciativas para talento senior.

Barreras y Cómo Superarlas

El informe identifica los principales obstáculos que enfrentan los emprendedores senior y propone estrategias concretas para superarlos.

Principales Barreras Identificadas

Edadismo: La discriminación por edad sigue presente. El informe cita a la OMS: "El edadismo se refiere a la forma de pensar, sentir y actuar con respecto a los demás o a nosotros mismos por razón de edad". Afecta al acceso a financiación y visibilidad.

Barreras psicológicas: Falta de confianza o duda sobre la propia capacidad, especialmente cuando el entorno asocia edad con pasividad.

Financiación: A pesar de mejor historial crediticio, encuentran dificultades con inversores que no comprenden modelos enfocados en sostenibilidad más que en crecimiento exponencial.

Marco normativo: La incompatibilidad entre pensión y actividad emprendedora desincentiva iniciativas. Riesgo de pérdida de beneficios sociales.

Presión temporal: Percepción de que no pueden "probar suerte" durante años, lo que puede reducir la innovación o ambición del proyecto.

Brecha digital: Aunque se reduce, persisten carencias en herramientas digitales avanzadas y su integración estratégica en los negocios. No es homogénea ni irreversible.



Estrategias de Superación

El informe documenta estrategias probadas que han funcionado:

- **Combinar experiencia con apertura a la innovación:** Actualizar conocimientos sin desechar lo aprendido.
- **Planificación financiera prudente pero flexible:** Inversión ajustada con posibilidad de escalar.
- **Formación continua y focalizada:** Invertir tiempo en herramientas digitales, comunicación y estrategia comercial.
- **Construir equipos complementarios:** Integrar perfiles jóvenes con competencias tecnológicas.
- **Activar la red profesional:** Movilizar contactos estratégicamente para clientes, alianzas y financiación.
- **Validar antes de escalar:** Empezar desde necesidades concretas y validadas por el mercado.
- **Pertenecer a ecosistemas emprendedores:** Participar en redes, programas y espacios

Recomendaciones del Informe

El estudio concluye con una serie de recomendaciones dirigidas tanto a emprendedores como a instituciones y sociedad en general.

Para Emprendedores Senior

- **Capitaliza tu experiencia:** Tu trayectoria, red de contactos y criterio son fortalezas únicas.
- **Emprende con propósito y viabilidad:** Encuentra una idea que conecte con tus valores pero valida su potencial en el mercado.
- **Rodéate de personas complementarias:** Colabora con perfiles que amplíen tu alcance.
- **Actualízate con lo esencial:** Aprende sobre herramientas digitales, gestión y marketing.
- **Empieza pequeño, pero con ambición:** Testa, mejora y crece con sensatez.
- **Consulta antes de actuar:** Analiza implicaciones fiscales, legales y personales.
- **Busca comunidad y apoyo:** Únete a redes de emprendedores senior.
- **Cuida tu ritmo y energía:** Encuentra un equilibrio que respete tu bienestar.

Recomendaciones Generales

El informe propone medidas para facilitar el emprendimiento senior:

- **Visibilizar referentes:** Difundir historias reales y diversas para romper estereotipos.
- **Desarrollar programas específicos:** Formación y acompañamiento adaptados a ritmos y motivaciones del colectivo.
- **Revisar el marco normativo y fiscal:** Fomentar compatibilidad entre jubilación y emprendimiento.
- **Impulsar el acceso a financiación:** Crear líneas de microcréditos y fondos específicos.
- **Fomentar networking intergeneracional:** Promover colaboración entre generaciones.
- **Integrar en políticas de envejecimiento activo:** Como palanca estratégica de desarrollo local.
- **Reconocer y medir el impacto:** Valorar impacto social, territorial y cultural, no solo económico.

Conclusión del Estudio

El informe concluye que el emprendimiento senior no solo es viable, sino deseable para la sociedad española. Aporta valor económico mediante la creación de empleo, dinamiza territorios en declive, facilita la transferencia intergeneracional de conocimiento y promueve modelos empresariales más humanos y sostenibles.

En un país donde el 40% de la población activa supera los 45 años y se estima que en dos décadas uno de cada tres habitantes tendrá más de 60, apostar por el talento senior no es una opción, sino una necesidad estratégica.

Sobre el informe: "Emprendimiento Social en Personas Mayores" (2025) ha sido elaborado por Cristina Berzal de Miguel y Bárbara Rey Actis para la Fundación Unión para la Asistencia e Integración de las personas mayores (Uniate), para la Fundación UNIA TE y con la subvención del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030. Julio, 2025.



Emprender con experiencia, el auge del emprendimiento senior en la España vaciada

En los últimos años, un fenómeno silencioso pero transformador ha ido tomando fuerza en la llamada España vaciada: el creciente protagonismo de las personas mayores como agentes de cambio socioeconómico a través del emprendimiento.

Lejos de entender la madurez como sinónimo de retiro pasivo, cada vez más mayores ponen en marcha ideas, negocios y proyectos que, además de generar empleo y actividad económica, revitalizan comunidades rurales que luchan por mantener su población y servicios básicos.

Una nueva etapa con propósito

Para muchas personas mayores, la jubilación no significa el fin de la actividad profesional, sino el inicio de una fase donde pueden aplicar toda una vida de conocimientos, contactos y capacidades adquiridas.

El emprendimiento en esta etapa no solo responde a motivaciones económicas, sino también a razones personales: mantener la mente activa, sentirse útiles, crear redes sociales y dejar un legado en sus territorios.

Este tipo de emprendimiento se caracteriza por su orientación al impacto local, la sostenibilidad y soluciones basadas en las necesidades reales de sus comunidades.

Desde agricultura ecológica y alojamientos rurales hasta pequeñas industrias artesanales y servicios innovadores, los proyectos senior en la España Vaciada están impregnados de autenticidad y propósito.

Respuestas a retos reales

La España Vaciada, esas áreas rurales con densidades de población muy bajas y con dificultades para atraer inversiones, enfrenta desafíos estructurales: despoblación, cierre de servicios básicos, falta de conectividad y envejecimiento demográfico.

Paradójicamente, estos mismos retos se han convertido en oportunidades para personas mayores con iniciativas emprendedoras.

Hay muchos ejemplos de soluciones impulsadas por seniors en pueblos de Castilla y León, Galicia o Aragón. Una parte importante tienen relación con el turismo rural con identidad local gestionando casas rurales, facilitando experiencias gastronómicas y rutas culturales que ponen en valor el patrimonio intangible de cada territorio.

Se añade como punto fuerte es el agroemprendimiento y la sostenibilidad, creando cooperativas o pequeñas explotaciones basadas en productos tradicionales —como quesos, miel o aceite—, con canales de comercialización online que conectan directamente con consumidores.

Otra área es la tecnológica, puesta al servicio del campo, incorporando herramientas digitales para optimizar la producción, logística o comunicación en entornos rurales.

También son importantes los servicios comunitarios, fomentando proyectos de apoyo a vecinos, como transporte compartido, talleres de memoria o actividades intergeneracionales para recuperar espacios sociales.

El emprendimiento en personas mayores no es una moda pasajera, sino una respuesta creativa y necesaria ante los desafíos demográficos y económicos de la España Vaciada.

Las personas mayores no solo conservan y transmiten saberes locales, sino que son protagonistas de la transformación rural.

Su contribución demuestra que el talento y la iniciativa no tienen fecha de caducidad y que, con el apoyo adecuado, el emprendimiento senior puede ser un motor clave para revitalizar territorios y construir comunidades más resilientes, inclusivas y vibrantes.



La digitalización y el emprendimiento en las personas mayores

La digitalización se ha convertido en uno de los principales factores de transformación económica y social de nuestro tiempo.

Sin embargo, este proceso no ha impactado de manera homogénea en toda la población. Las personas mayores, que durante años han sido percibidas únicamente como usuarias pasivas de servicios digitales, comienzan a ocupar un nuevo espacio como agentes activos de emprendimiento, innovación social y transmisión de conocimiento.

Digitalización: de la brecha a la oportunidad

Durante mucho tiempo, la digitalización se ha abordado desde una óptica asistencial cuando se hablaba de personas mayores, centrada casi exclusivamente en reducir la brecha digital. Sin embargo, hoy resulta evidente que el acceso a la tecnología no solo favorece la autonomía personal y la participación social, sino que también abre nuevas oportunidades de emprendimiento adaptadas a la edad y a la experiencia vital.

El uso de herramientas digitales permite a muchas personas mayores iniciar actividades económicas con baja inversión inicial, acceder a nuevos mercados sin necesidad de desplazamientos así como mantener una vida activa tras la jubilación, complementando ingresos o desarrollando proyectos vocacionales.

La digitalización, bien acompañada, puede convertirse así en un instrumento de inclusión y empoderamiento.

Emprendimiento senior: experiencia y valor añadido

El emprendimiento en las personas mayores presenta características propias que lo diferencian del emprendimiento joven. No suele estar impulsado por la urgencia económica, ni la precariedad ni la falta de empleo sino por las ganas de mantenerse activo y la búsqueda de utilidad social, realización personal y continuidad de la actividad. En este contexto, la digitalización actúa como facilitadora.

Las personas mayores emprendedoras aportan su experiencia profesional y sectorial, pudiendo compartir conocimientos acumulados durante décadas de experiencia laboral ayudando así a otras personas quienes pueden aprovechar las redes de contacto que el emprendedor tiene consolidadas.

Aportan conocimiento, responsabilidad, capacidad de gestión y una visión más sostenible de la actividad económica.

Frente a modelos basados en la inmediatez y el beneficio rápido, el emprendimiento senior suele apostar por proyectos realistas, arraigados en el territorio y con utilidad social, normalmente aportan una visión más prudente y sostenible del negocio.

Los ámbitos donde el emprendimiento senior digital está creciendo de forma significativa son las plataformas digitales, comercio electrónico, formación online, consultoría especializada, artesanía, economía de los cuidados o proyectos culturales.



Obstáculos persistentes

Pese a estas oportunidades, el emprendimiento digital en las personas mayores sigue encontrando importantes barreras como pueden ser el escaso reconocimiento institucional del valor del emprendimiento senior, el Edadismo, que limita el acceso a financiación, asesoramiento o visibilidad así como la falta de formación digital adaptada a su ritmo y necesidades, por no mencionar la excesiva burocracia y complejidad administrativa.

Superar estas dificultades exige políticas públicas que apuesten por la formación permanente, el acompañamiento personalizado y el reconocimiento del talento senior. La digitalización debe ser una aliada, no un nuevo factor de exclusión. Para ello, es imprescindible que los procesos formativos y los apoyos al emprendimiento tengan en cuenta la diversidad de edades y trayectorias.

Un reto colectivo

Las personas mayores no quieren ser espectadoras pasivas del cambio digital. Quieren participar, crear y seguir siendo útiles. La digitalización, bien orientada, puede ayudar a hacerlo posible.

Impulsar la digitalización y el emprendimiento en las personas mayores no es solo una cuestión económica, sino también social y democrática. Significa reconocer el derecho a seguir participando plenamente en la sociedad, aprovechar el talento senior y avanzar hacia un modelo de envejecimiento activo, digno y con derechos.

Desde la Fundación UNIATE defendemos que la transformación digital no puede dejar atrás a quienes han sostenido durante décadas el sistema productivo y el Estado del bienestar.

Reivindicamos el valor del emprendimiento senior y exigimos políticas públicas que garanticen una formación digital accesible y permanente para las personas mayores.

Además de programas específicos de apoyo al emprendimiento senior, un acompañamiento personalizado y reducción de la burocracia, pero sobre todo, un reconocimiento social e institucional del talento senior, haciendo hincapié en que las personas mayores no somos un problema que gestionar, sino una parte esencial de la solución.

Programa de Formación

Talleres de Emprendimiento

Sénior + IA

"Aprendiendo a Aprender"

Metodología Osterwalder para la innovación y el emprendimiento

Organizado y Subvencionado por:



Alcance del Programa

Impacto nacional: Mayo 2025 - Diciembre 2025

70+
Participantes

Personas Sénior formadas en emprendimiento e IA

8

Talleres

Presenciales y Online en diferentes comunidades

Calendario de Talleres

19 Mayo 2025	Presencial
Oviedo	
Junio - Nov 2025	Presencial
Santander	
10 Nov 2025	Presencial
Teruel	
15 Dic 2025	Online
Barcelona	

Objetivo del Taller

Empoderar a personas Sénior para desarrollar proyectos con metodologías de **innovación** e **Inteligencia Artificial**.

Combinando la experiencia vital con herramientas tecnológicas de forma natural y accesible.



Metodología Osterwalder

Diseño de propuesta de valor y validación de modelos de negocio mediante el Canvas.



IA Generativa

Uso práctico de ChatGPT, Gemini, Flow, Sora, Suno y NotebookLLM para potenciar la creatividad y productividad.

Beneficios Multidimensionales

Una experiencia transformadora que impacta en todas las dimensiones de la vida



Personales y Cognitivos

- Autoconocimiento profundo mediante la metodología IKIGAI.
- Desarrollo de nuevas competencias digitales y metodológicas.
- Estimulación mental y mantenimiento de la agilidad cognitiva.
- Potenciación del pensamiento crítico y creativo.



Emocionales y Sociales

- Renovación del sentido de propósito en esta etapa vital.
- Conexión intergeneracional y ruptura de estereotipos.
- Creación de redes de apoyo sólidas entre participantes.
- Refuerzo significativo de la autoestima y confianza.



Tecnológicos e Inclusión

- Inclusión digital práctica con herramientas de IA generativa.
- Superación efectiva de la brecha tecnológica generacional.
- Autonomía en el uso de herramientas digitales modernas.
- Integración de la tecnología como aliada natural.

Estructura del Taller

20 Horas de Formación: De la idea a la realidad

Fase 1

01

Autoconocimiento y Propósito

- Construcción de confianza y rapport grupal
- IKIGAI personal y aplicado al proyecto
- Formación de equipos de trabajo
- Alineación con ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible)
- Integración natural de IA desde el inicio

Fase 2

02

Propuesta de Valor

- Identificación de público objetivo y arquetipos
- Metodología Canvas de Osterwalder
- Definición de productos y servicios
- Análisis de frustraciones y alegrías
- Validar “retando” a la IA

Fase 3

03

Prototipado y Presentación

- Materialización de ideas en prototipos
- Habilidades de presentación y Pitch
- Plan de negocio y análisis financiero
- Presentación final de proyectos
- Uso de IA para optimizar entregables: hacer presentaciones y web

Fase 1: Autoconocimiento y Equipo

Definiendo el propósito y la base del proyecto

El IKIGAI

Búsqueda del propósito vital combinando lo que aman, lo que necesita el mundo, por lo que pueden pagarles y en lo que son buenos.

Formación de Equipos

Creación de grupos multidisciplinarios para fomentar la colaboración y el intercambio de experiencias diversas.

Definición de Empresa

Primeros pasos para establecer la identidad, misión y visión del proyecto emprendedor.



Fase 2: Metodología Osterwalder

Diseño y validación del modelo de negocio

Lienzo de Propuesta de Valor

Identificación de las necesidades del cliente (frustraciones y alegrías) y cómo el producto/servicio las resuelve.

Business Model Canvas

Estructuración visual de los 9 bloques clave del negocio, desde socios clave hasta fuentes de ingresos.

Validación Práctica

Uso de post-its y trabajo colaborativo para iterar y refinar las ideas de negocio en tiempo real.



Fase 3: Prototipado

Delaideaalarealidad:Materializandoproyectoscon impacto

Los equipos desarrollaron **prototipos tangibles**,
demostrando la diversidad y riqueza de los proyectos
Sénior.

Herramientas

NotebookLLM

Gestión de fuentes

Sora

Diseño visual

ChatGPT

Preparación de Pitch

+ muchos más

Proyectos tipo

Revista Atalaya

Publicación especializada para jubilados y pensionistas.

Libros de Legado

Recopilación de recetas familiares y memoria ferroviaria.

Plataforma Médica

Interfaz intuitiva para gestión eficiente de historiales.

Puntal Radio

Tertulia radiofónica sobre emprendimiento e IA en Cantabria.

Asociación Rural

Red de apoyo y mentoría para mujeres emprendedoras.

Centros Cívicos

Espacios rurales para talleres, gimnasia y club de lectura.

Plan de Marketing y Distribución

Estrategias para llegar al cliente y generar impacto

Segmentación de Clientes

Definición precisa del público objetivo y creación de "Buyer Personas"
para adaptar el mensaje.

Canales de Distribución

Selección de los medios más efectivos (digitales y físicos) para entregar la
propuesta de valor.

Análisis de Datos

Uso de gráficos y métricas para visualizar el equilibrio entre presencia
digital y relaciones institucionales.



Plan Financiero

Viabilidad económica y sostenibilidad de los proyectos



Estructura de Costes

Identificación y desglose de costes fijos y variables para el arranque y operación.



Fuentes de Ingresos

Definición de modelos de monetización adaptados a la naturaleza social o comercial.



El Rol de la IA

Analista Financiero

- ✓ Cálculo automático de costes operativos.
- ✓ Generación de proyecciones financieras realistas.
- ✓ Identificación de oportunidades de subvención.



Financiación

Búsqueda de subvenciones, crowdfunding y otras fuentes de capital semilla.



Análisis de Viabilidad

Cálculo del punto de equilibrio y proyecciones a corto y medio plazo.

Talleres Online: Barcelona

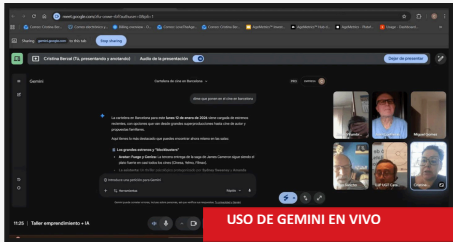
Adaptación digital y aprendizaje colaborativo en remoto

Conexión Remota

Realización exitosa de sesiones síncronas a través de Google Meet, rompiendo barreras geográficas.

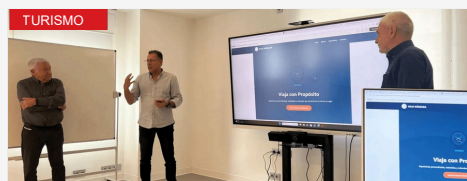
IA en Tiempo Real

Uso de asistentes de IA (Gemini, Read AI) durante las videollamadas para tomar notas y generar contenido en vivo.



+ Proyectos

Iniciativas impulsadas por el talento Sénior



Viaja con Propósito

Experiencias turísticas personalizadas con impacto social.



Senderismo Xtrial

Rutas de senderismo adaptadas y experiencias en la naturaleza.



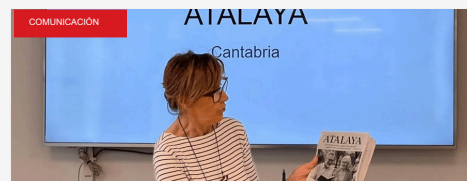
Agua y Aire

Taller de acuarela y espacio creativo en Teruel.



Libro de Memorias

Recopilación y preservación de historias de vida y legado intergeneracional.



Revista Atalaya

Publicación cultural y social hecha por y para el colectivo Sénior.



Naturaleza y Bricolaje

Proyectos manuales y ecológicos para el hogar y el jardín.

Integración de la IA

Una aliada natural en cada etapa del proceso emprendedor

Fase 1

Autoconocimiento

Facilitador Creativo

IA actúa como espejo para descubrir y articular el IKIGAI personal.

ChatGPT

Gemini

Visualización video, imagen y sonido

Materialización visual de conceptos abstractos y ODS.

Sora

Flow

Suno

Fase 2

Propuesta de Valor

Empatía Sintética

Generación de arquetipos de clientes detallados y diversos.

ChatGPT y Gemini

Validación Crítica

La IA asume el rol de "Abogado del Diabolo" para cuestionar hipótesis.

ChatGPT y Gemini

Gestión de Fuentes

Análisis de documentos y organización de información.

NotebookLLM

Fase 3

Prototipado

Analista Financiero

Cálculo automático de costes y proyecciones de viabilidad.

Claude

Comunicación

Estructuración del Pitch y generación de planes de negocio.

ChatGPT y Gemini

Herramientas Utilizadas

Ecosistema tecnológico accesible y potente



Metodología

- **Canvas de Propuesta de Valor**
Modelo de Alexander Osterwalder
- **IKIGAI**
Definición de propósito vital y profesional
- **ODS**
Alineación con Objetivos de Desarrollo Sostenible



Inteligencia Artificial

- Facilitación, validación y generación de documentos
- Creación de imágenes y visualización de conceptos
- Gestión avanzada de fuentes
generación de podcasts,
imágenes, video, música,
presentaciones y webs



Formatos

- **Ofimática**
Word, Excel, PowerPoint
- **Documentación**
PDF y reportes estructurados
- **Multimedia**
Imágenes generadas y Audio

Resultados y Logros

Impacto tangible en los participantes y la comunidad

Superación de la Brecha Digital

Los participantes perdieron el miedo a la tecnología, utilizando herramientas de IA para potenciar sus ideas.

Empoderamiento Sénior

Validación de que la experiencia acumulada es un activo clave para el emprendimiento innovador.

Comunidad Activa

Creación de redes de apoyo y colaboración que perduran más allá de la finalización del taller.



Aprendizajes Clave

Lecciones para futuras ediciones y replicabilidad

Metodología

**Formato Óptimo**

Las 4 horas diarias permiten asimilar sin saturación.

**Debate Crítico**

Incluir riesgos y ética de la IA en las discusiones.

**Participación Activa**

El uso de IA fomenta cuestionamiento y mejora la dinámica.

Sobre los Participantes

Adiós al Miedo

Las personas Sénior pierden rápidamente el miedo con enfoque práctico.

Poder del Grupo

El trabajo colaborativo potencia el aprendizaje y la creatividad.

Conexión con Propósito

Vincular el proyecto con motivaciones personales impulsa el compromiso.

Sobre la Promoción



Comunicación previa y clara genera expectativas positivas y motiva.



La claridad sobre los contenidos alinea las expectativas.

Aprendizajes Clave

Lecciones para futuras ediciones y replicabilidad

Metodología

**Formato Óptimo**

Las 4 horas diarias permiten asimilar sin saturación.

**Debate Crítico**

Incluir riesgos y ética de la IA en las discusiones.

**Participación Activa**

El uso de IA fomenta cuestionamiento y mejora la dinámica.

Sobre los Participantes

Adiós al Miedo

Las personas Sénior pierden rápidamente el miedo con enfoque práctico.

Poder del Grupo

El trabajo colaborativo potencia el aprendizaje y la creatividad.

Conexión con Propósito

Vincular el proyecto con motivaciones personales impulsa el compromiso.

Sobre la Promoción



Comunicación previa y clara genera expectativas positivas y motiva.



La claridad sobre los contenidos alinea las expectativas.

31

Impacto Social y Legado

Contribución al envejecimiento activo y desarrollo sostenible

El Nuevo Rol Sénior



Liderazgo Innovador

Capacidad para liderar proyectos con tecnología de vanguardia y visión de futuro.



Compromiso ODS

Contribución activa al desarrollo sostenible desde la experiencia vital.



Transferencia de Valor

Transmisión de conocimiento y experiencia a la comunidad y nuevas generaciones.

Legado del Programa



Ruptura de Estereotipos

Demostración fáctica de que la edad no es una barrera para la innovación tecnológica.



Inclusión Digital Real

Superación efectiva de la brecha digital mediante el uso práctico de IA.



Red de Emprendedores

Creación de un ecosistema de personas Sénior conectadas y activas.

Sanidad, personas mayores y emprendimiento: innovar sin perder derechos

El envejecimiento de la población es uno de los grandes retos sociales de nuestro tiempo. En España, el aumento de la esperanza de vida es una buena noticia, pero plantea importantes desafíos en materia de sanidad, cuidados y bienestar.

En este contexto, el debate sobre el emprendimiento ligado a la sanidad y a las personas mayores debe abordarse con rigor, responsabilidad social y una premisa irrenunciable: la salud es un derecho, no un negocio.

La sanidad pública, clave para un envejecimiento digno

Las personas mayores son las principales usuarias del sistema sanitario. La atención primaria, el seguimiento de enfermedades crónicas, la prevención, la salud mental y la atención a la dependencia son pilares fundamentales para garantizar una vejez digna.

Sin embargo, el sistema público lleva años sometido a tensiones derivadas de la falta de financiación suficiente, la escasez de profesionales y las desigualdades territoriales.

Reforzar la sanidad pública no es una opción, es una necesidad. Solo desde un sistema fuerte, universal y accesible se puede dar una respuesta adecuada al envejecimiento de la población y evitar que las desigualdades sociales y económicas se traduzcan en desigualdades en salud.

El papel del emprendimiento: complementar, no sustituir

En este escenario, el emprendimiento puede desempeñar un papel complementario, siempre que esté orientado al interés general, priorizando el bienestar de las personas por encima del beneficio económico.

Personas mayores: de receptoras a protagonistas

El emprendimiento liderado por personas mayores, especialmente en el ámbito sociosanitario, rompe con los estereotipos edadistas y demuestra que la experiencia también es innovación.

Para que esto sea posible, es imprescindible eliminar barreras, facilitar el acceso a financiación y ofrecer apoyo público y formación específica, sin caer en discursos que responsabilicen individualmente a las personas mayores de carencias estructurales.

Riesgos que no se deben ignorar

El impulso al emprendimiento no puede servir de excusa para la mercantilización de la sanidad, la externalización de servicios esenciales o la precarización del empleo. Tampoco puede profundizar en la brecha digital ni dejar fuera a quienes tienen menos recursos.

Cuando la lógica del mercado se impone a la lógica del derecho, las personas mayores se convierten en clientes y no en ciudadanos con derechos. Este es un riesgo real que debe ser denunciado y combatido. Innovar con valores.

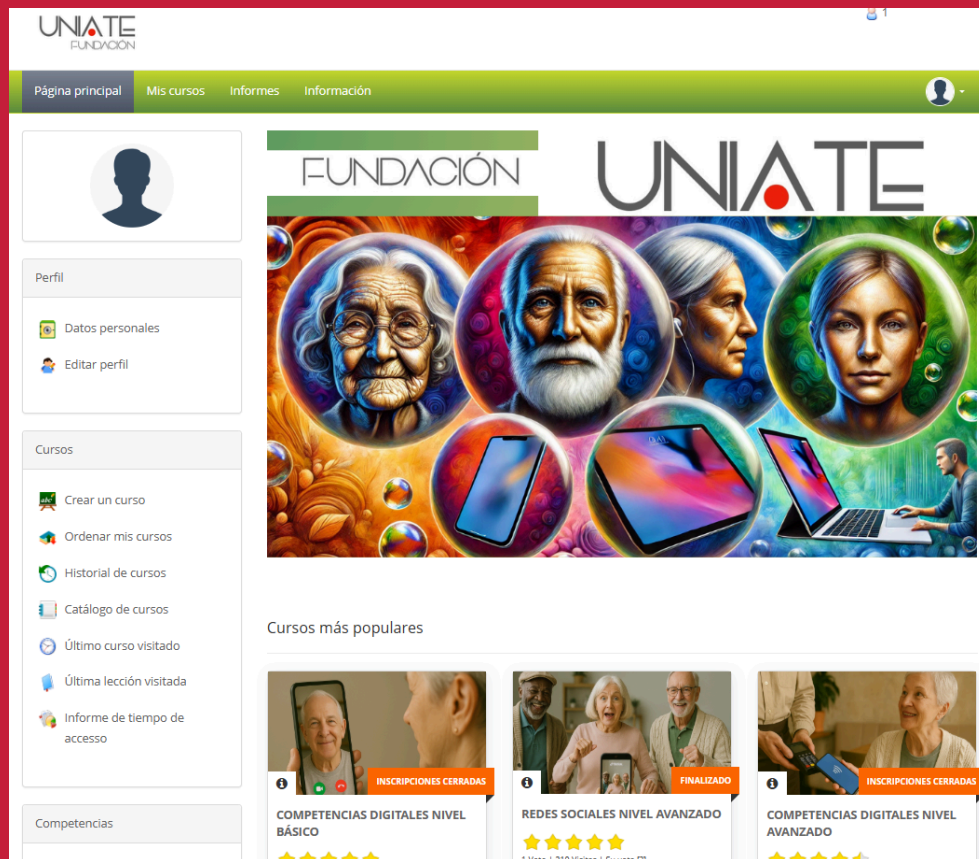
El reto no es elegir entre sanidad pública o emprendimiento, sino definir qué modelo de emprendimiento queremos. Uno que refuerce lo público, que genere empleo digno, que combata la soledad y el aislamiento, que cuide y acompañe, y que tenga una clara orientación social.

El futuro de la sanidad para las personas mayores pasa por más inversión pública, más derechos y más participación social. El emprendimiento puede ser parte de la solución, siempre que se sitúe al servicio de las personas y no al revés.

Porque en sanidad y, especialmente cuando hablamos de personas mayores, innovar nunca puede significar renunciar a derechos.



¡Visita nuestra plataforma de formación online para jubilados y apúntate a nuestros cursos!



www.formacionuniate.org

Para cualquier consulta, contáctanos a través de:



uniatecursos@gmail.com



915897292



GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030

