



3rd Newsletter – February 2026

FRIEND: Construyendo amistades sólidas juntas/os – de la fase piloto a la sostenibilidad

Las amistades aportan energía, disfrute y apoyo. Los contactos sociales son especialmente valiosos para el bienestar y la autoestima en etapas posteriores de la vida. Sin embargo, establecer nuevas amistades no resulta algo natural para todas las personas.

Por ello, el consorcio FRIEND está desarrollando un kit práctico de herramientas para fortalecer las amistades en la edad adulta avanzada. El programa combina conocimientos científicos con ejercicios concretos que apoyan a las personas en la creación y el fortalecimiento de vínculos sociales.

FRIEND se basa en programas previamente desarrollados por Tamara Bouwman (Vrije Universiteit Amsterdam) y Nan Stevens (Radboud University), centrados en la amistad y la conexión social.

Estado actual

Anteriormente informamos sobre el desarrollo del programa y la formación de formadoras/es en cinco países: Países Bajos, España, Portugal, Italia y Polonia. Actualmente, FRIEND ha puesto en marcha un piloto con 160 personas mayores en estos países, quienes participan en el programa, compuesto por siete sesiones dedicadas al tema de la amistad.

Implementación sostenible del programa

En enero, 40 responsables de cuidados, profesionales de atención, trabajadoras/es del ámbito de la atención a personas mayores, personas voluntarias, personas mayores y estudiantes de los cinco países participantes se reunieron en Málaga. ¿El objetivo? Reflexionar conjuntamente sobre cómo el programa FRIEND puede implementarse de manera sostenible.



Entre otras cuestiones, debatimos:

- ¿Cómo garantizar que las personas formadoras sigan estando bien preparadas y actualizadas?
- ¿Cómo pueden las nuevas personas participantes acceder al programa?
- ¿Cómo asegurar que las organizaciones continúen ofreciendo el programa de manera estructural?
- ¿Y cómo puede financiarse el programa en el futuro?

023-1-NL01-KA220-000156207

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu



Debates durante las sesiones World Café

Para esta reflexión sobre la implementación sostenible utilizamos la **metodología World Café**. Las personas participantes dialogaron en pequeños grupos en un ambiente informal, similar al de una cafetería. Se celebraron tres rondas para abordar cuestiones que iban desde «cómo llegar a personas mayores en situación de soledad» hasta «cómo financiar el programa».

Los debates aportaron conclusiones valiosas. Como resultado de la jornada, se formularon 23 buenas prácticas concretas para garantizar un futuro sostenible del programa FRIEND.



Entusiasmo y compromiso

Durante las sesiones volvió a ponerse de manifiesto el gran entusiasmo que genera este tema. La amistad puede tener significados distintos para cada persona, pero la necesidad de conexión es universal.

Reunir a personas de diversos ámbitos profesionales y contextos culturales dio lugar a un valioso intercambio de ideas y perspectivas.

¿Cuáles son los próximos pasos?

Las buenas prácticas se están recopilando actualmente en un informe. Este documento se incluirá en el manual para formadoras/es y se pondrá a disposición del público.

El piloto con 160 personas mayores continuará hasta finales de mayo. Posteriormente, se publicarán las experiencias y los resultados obtenidos.

¿Desea mantenerse informada/o sobre los avances?

Visite: www.friendproject.eu

023-1-NL01-KA220-000156207

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu



023-1-NL01-KA220-000156207

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

