

Experiencias

RED Visual

Revista Especializada en Discapacidad Visual



Recepción: 26-04-2023

Aceptación: 17-05-2023

Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones

Letters that bring about debate: an initiative to alleviate loneliness through the exchange of life experiences between different generations

M. C. Perezagua Ballesteros, M. I. Conde Sáez

Resumen

El proyecto *Cartas que dan juego* tuvo su origen en plena pandemia de la covid-19. Se inició con el objetivo de realizar una intervención que atenuara la soledad de personas mayores (con una discapacidad visual importante y afiliadas a la Organización Nacional de Ciegos Españoles, ONCE) que manifestaban malestar por el confinamiento impuesto por la crisis sanitaria. El deseo de facilitar un espacio para poner en valor la voz de cada persona y las experiencias vividas durante esta época, que hablaban de la necesidad de reconectar, de recontar, de reencontrarse, marcó en todo momento la ejecución de este proyecto. El desarrollo de la atención realizada se basó en el intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones, utilizando para ello, entre otras herramientas, cartas que contenían relatos de historias de vida, tanto de las personas mayores (en soledad no deseada afiliadas a la ONCE) como de las menores (de la asociación Acuaprende y de la ONCE). Este proyecto propició, a su vez, experiencias muy gratificantes, generó redes de apoyo, permitió conversaciones diferentes (ligadas a metodologías de trabajo social grupal y comunitario) y, sin ningún tipo de duda, minimizó la soledad de las personas mayores que vivían solas y participaron en el proyecto.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

Palabras clave

Soledad no deseada. Aislamiento. Historias vitales. Acompañamiento. Cartas. Intergeneracional. Trabajo social. Discapacidad visual.

Abstract

The *Letters that bring about debate* project originated in the midst of the covid-19 pandemic. It was initiated with the aim of carrying out an initiative to alleviate loneliness among elderly people (ONCE members with significant visual impairment) who expressed their distress due to the confinement imposed by the health crisis. The implementation of the project was underpinned at all time by the wish to find a common space where each person's voice and the experiences undergone during this period could be appreciated, reflecting their need to reconnect and come back together. The care process was based on the exchange of life experiences between different generations, using for this purpose, among other tools, letters containing life stories from both older people (ONCE members in situations of loneliness) and younger people (from the Acuprende association and ONCE). This project in turn led to very rewarding experiences: it generated support networks, enabled different discussions (linked to group and community social work methodologies) and, beyond any doubt, greatly alleviated the loneliness of older people living alone who participated in the project.

Key words

Loneliness. Isolation. Life stories. Accompaniment. Letters. Intergenerational. Social work. Visual impairment.

1. Introducción: antecedentes históricos

«La vida surge en la acción e interacción con los demás».

Carmen Verde (2021)

El trabajo social es una disciplina que nace con la intención de mejorar la calidad de vida y favorecer el bienestar de las personas, familias y comunidades que, por diversas razones, se encuentran en situaciones de crisis, dificultad, riesgo y/o cambio que les alejan de la capacidad de gestionar sus propias fortalezas.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

En diciembre del 2019, el Consejo General de la ONCE aprobó el programa para prevenir y atenuar la soledad en la ONCE *A tu lado siempre*. Este programa marca las líneas de actuación, a nivel institucional, que inician un nuevo contexto de intervención. Es en este contexto en el que se han enmarcado las distintas acciones que han conformado el desarrollo del trabajo.

La situación vivida durante la pandemia de la covid-19, en general, y más concretamente, durante el confinamiento, generó y dio visibilidad a situaciones de soledad, aislamiento y disminución de contactos sociales. Los efectos de todo ello fueron muy significativos en algunos colectivos: niños de la Asociación Acuaprende,¹ niños de la ONCE y personas mayores en situación de soledad no deseada de la ONCE.

Guiados, por una parte, por los principios del trabajo social de compromiso, responsabilidad, solidaridad, escucha y respeto, y, por otra, por el método de intervención de la disciplina (investigación, conocimiento de necesidades, diagnóstico, planificación de acciones, propuesta de ejecución y evaluación), se puso en marcha un proyecto de intervención grupal y comunitario que permitiera un intercambio de experiencias vitales a través del envío de cartas.

El proyecto fue elaborado y ejecutado por las trabajadoras sociales de Castilla-La Mancha de la ONCE, contando con la colaboración puntual del trabajador social del equipo, ubicado en la Delegación Territorial de esta organización.

2. Metodología y desarrollo de la experiencia

El acto espontáneo de poner en marcha una actividad que facilitara reducir el aislamiento provocado por la pandemia se convirtió en una tarea consciente que requirió una organización, el desarrollo de un conjunto de ideas basadas en el paradigma del trabajo social y la puesta en marcha de una intervención centrada en el modelo profesional.

La experiencia acumulada, la formación continuada, las lecturas de diversos documentos (artículos, libros, etc.) contribuyeron a pasar de la teoría a la práctica, del mundo de las ideas al mundo de la praxis.

1 Asociación de familias, dislexia y dificultades específicas de aprendizaje de Cuenca. <https://acuaprende15blog.wordpress.com/>.

Según el *Código deontológico de trabajo social* (Consejo General del Trabajo Social, 2012), los profesionales del trabajo social:

Se ocupan de planificar, proyectar, calcular, aplicar, evaluar y modificar los servicios y políticas sociales para los grupos y comunidades. Actúan con casos, grupos y comunidades en muchos sectores funcionales utilizando diversos enfoques metodológicos, trabajan en un amplio marco de ámbitos organizativos y proporcionan recursos y prestaciones a diversos sectores de la población [...] (p. 5).

Para cumplir estas funciones, en primer lugar, se llevó a cabo la detección de necesidades. Durante este proceso se tuvo en cuenta que, ante situaciones de crisis, «ninguna persona es un recipiente pasivo del trauma» (White, 2004, p. 4).

Poner en marcha lo que algunos llaman «escucha doble» y otros «escucha activa» permitió reconocer que niños y personas mayores en situación de soledad no deseada no fueron receptores pasivos, por lo que, junto al malestar, se detectaron deseos de participar, de colaborar, de recibir, de hablar y de escuchar. Esto permitió pasar de un concepto de «necesidades limitantes» a un concepto de «necesidades capacitantes».

Se utilizaron las cartas como un medio muy importante de comunicación, una vía divertida para poner en contacto a personas de distintas edades y localidades. No obstante, lo más significativo es que se consiguió minimizar la soledad no deseada y la conexión intergeneracional a través de la metodología profesional.

Se partió del uso de un marco teórico basado en un conjunto de ideas: el trabajo social como agente de cambio; la presencia de historias alternativas, de fortaleza ante las historias dominantes de malestar; la importancia de las redes sociales de apoyo; la relevancia de las «historias de los otros», y la responsabilidad como valor del trabajo social para poner en el foco de la atención a las personas con las que se trabaja.

Es por ello por lo que la planificación de la intervención fue emitida bajo un consenso de objetivos a conseguir. Teniendo como marco de referencia el objetivo principal —realizar una intervención social profesional entre los colectivos seleccionados, favoreciendo las relaciones sociales y la comunicación (deterioradas por el aislamiento y el confinamiento), necesarias para la mejora del bienestar personal y su inclusión comunitaria— se desarrollaron las siguientes acciones:

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

- Se llevó a cabo una intervención con las personas afiliadas a la ONCE utilizando el relato del juego en relación con la historia personal, familiar y social a través de preguntas dirigidas a conectar con personas importantes, lugares significativos y testimonios de valor en el ámbito social.
- Se propició la narración de historias personales, familiares y sociales de valor que permitieran reconectar con los propios proyectos de vida, pasados, presentes y futuros.
- Se elaboraron documentos escritos (cartas) en los que quedasen reflejados dichas crónicas y juegos, con la intención de establecer conexiones y vínculos personales y emocionales con los niños afiliados a la ONCE y de Acuaprende.
- Se fomentaron las relaciones intergeneracionales entre menores y mayores.
- Se facilitó la transmisión, por parte de los mayores, de sus experiencias vitales, culturales..., como reconocimiento a la sabiduría adquirida a lo largo de la vida.

A continuación, se formaron los grupos de mayores y se contactó con los niños de Acuaprende y de la ONCE. Para favorecer la participación, se tuvieron en cuenta algunos criterios relacionados con la situación individual (salud, motivación, etc.).

El desarrollo de esta tarea se llevó a cabo considerando aspectos cuantitativos y cualitativos, fijando cuál sería el número ideal de participantes (sobre todo en la construcción del grupo de mayores) y cómo motivar la participación individual y la reflexión colectiva al finalizar cada sesión. Se elaboraron listados de posibles participantes; seleccionamos a las personas mayores que vivían solas y que reunían un perfil variado por tipología (sexo, lugar donde residen), con capacidad de respuesta activa, e informamos y seleccionamos a los menores del programa educativo de la ONCE y de Acuaprende (edades entre 8 y 14 años).

Para llevar a cabo la elaboración del proyecto, presentamos este a nuestros respectivos participantes de forma individualizada. Se llevó a cabo a través de contactos telefónicos, llamando a todas y cada una de las personas. Una vez más, la intención de llevar a cabo un correcto comportamiento profesional ante las personas potencialmente beneficiarias del proyecto estuvo presente, promoviendo una práctica basada en algunos principios generales del *Código deontológico*: respeto activo, aceptación de la persona, ausencia de juicios de valor y responsabilidad-corresponsabilidad.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

A todos los participantes les explicamos la necesidad de firmar el documento de privacidad de datos y de derechos de imagen utilizando un lenguaje adecuado que permitiera entender el porqué de la firma.

En la formación de los grupos de mayores (máximo cinco participantes) e inicio del carteo, los encuentros se llevaron a cabo por multiconferencia. En cada uno de los encuentros, y de forma rotativa, uno de los mayores comentó la historia personal, social y familiar relacionada con el juego de su infancia (de marzo a junio) y las recetas familiares de Navidad (de octubre a diciembre) que decidió elegir.

Para esta parte del proyecto se utilizó como guía uno de los instrumentos específicos del trabajo social: la historia social, documento profesional en el que se registran los datos significativos de la situación sociofamiliar. Se puso la mirada, fundamentalmente, en los datos personales y familiares que conformaban las historias de vida de los participantes.

Las preguntas se formularon enmarcadas en un contexto de una profesión que, tal como señala el artículo 5 del *Código deontológico de trabajo social*, está «basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social, y el fortalecimiento y la liberación de las personas» (Consejo General del Trabajo Social, 2021, p. 11).

El trabajador social ayudó a contar dicha historia con preguntas y facilitó la participación del resto de los componentes, preguntas del tipo «¿Puedes contarnos algún tipo de juego de tu infancia o de tu adolescencia o juventud que consideres que es importante para ti?» o «¿Puedes decirme quién te enseñó a jugar?».²

Todo lo expuesto se pudo ejecutar manteniendo una coordinación continuada entre profesionales y una estrecha colaboración entre y con los participantes. El compromiso de la responsabilidad adquirida al poner en marcha este proyecto social estuvo presente en todo momento, asumiendo el trabajador social un papel activo, de escucha, movilización, activación, etc., del grupo.

Se llevaron a cabo siete sesiones de una hora y media (teniendo su inicio el primer miércoles de cada mes, desde marzo hasta julio del 2021, y se reanudó en octubre,

² Dejamos constancia del bloque de preguntas utilizadas en el Apéndice A.

hasta que finalizó en diciembre del mismo año). Tras cada una de las sesiones se elaboraron las cartas por parte de las trabajadoras sociales utilizando los relatos recogidos en cada reunión, para, a continuación, enviar las cartas por correo electrónico y postal (indistintamente, según cada preferencia) a los menores de la ONCE y Acuaprende, terminando el proceso de carteo al entregar la respuesta por parte de los menores a la carta enviada por los mayores.

3. Resultados

En la introducción, utilizamos una frase de Carmen Verde al referirse a Jane Addams, pionera en el trabajo social, que decía: «La vida surge en la acción e interacción con los demás» (Verde, 2021, p. 1). El programa *A tu lado siempre* de la ONCE se originó con la intención de facilitar esta interacción entre personas que viven solas y que sufren los efectos negativos de la soledad no deseada. El proyecto *Cartas que dan juego* tuvo la intención de poner en valor la voz de cada persona.

Todas estas ideas nos llevaron a optar por dar más importancia a la evaluación cualitativa, con la intención de hacer visible el testimonio de las personas participantes. No obstante a ello, dejamos igualmente reflejados los datos cuantitativos respecto a la participación.

Así, en primer lugar, elaboramos un bloque de preguntas que permitieron conocer las opiniones de las integrantes del grupo, lo que permitió elaborar un documento colectivo que reflejara y que fuera testimonio de la experiencia vivida. Las preguntas utilizadas fueron las siguientes:

- ¿Qué has encontrado de valor en el grupo que sea importante y significativo para ti? ¿Te ha ayudado a acercarte a tener un mayor conocimiento de tus habilidades, capacidades y saberes que puedas tener en cuenta ante los momentos difíciles?
- ¿A qué historias de vida te ha llevado estar en contacto con el grupo? ¿Los relatos te han permitido descubrir nuevas perspectivas?
- ¿Cómo las historias de vida relacionadas con el juego de otras personas han contribuido en la tuya?

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

- ¿En qué medida, el estar vinculada al grupo, ha facilitado el contar tus propios relatos?
- ¿Puedes pensar en una imagen, en alguna palabra que pudiera definir la experiencia?

En base a las respuestas recabadas, se elaboró un documento de testimonios colectivos que se recogen en el Apéndice B, y del cual queremos destacar los siguientes comentarios realizados por las personas participantes:

«Me ha ilusionado mucho el conocer, aunque haya sido telefónicamente, a otras cuatro personas con el mismo problema o parecido al mío».

«La soledad es soledad, pero, al recordar lo que hacía en la infancia con amigas y familia, al compartir y luego recordar, parecía que ya no estaba tan sola».

«Cuando recibes la carta es una alegría, porque sabes que se han acordado de ti».

«Los niños y niñas que me han escrito..., ha sido una sorpresa muy grata comprobar que buscan el contacto personal; y yo pensaba que estaban siempre conectados a la tecnología».

En cuanto a los datos cuantitativos, reflejamos que participaron 14 mayores de las provincias de Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara y Albacete; 9 menores pertenecientes a la asociación Acuaprende; 13 menores afiliados a la ONCE, con el apoyo de sus familias y, en algún caso, con la ayuda de las maestras de apoyo del equipo educativo. El número de cartas enviadas por los mayores a cada menor y recibidas por ellos fueron en torno a 100.

4. Conclusiones

Las profesionales que llevamos a cabo este proyecto, nos sentimos satisfechas con el trabajo realizado y los logros conseguidos. Conseguimos ser fieles al deseo de convertir las «necesidades limitantes» en «necesidades capacitantes», permitimos generar redes sociales, pusimos en valor los relatos de las personas participantes, etc. En definitiva, facilitamos minimizar la soledad en las personas mayores, propiciando la comunicación, generando vínculos y favoreciendo las relaciones personales.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

Además, el proyecto favoreció las relaciones personales intergeneracionales de los participantes (aumentando en cantidad y calidad las mismas), mejoró el estado de bienestar y la satisfacción personal frente a la situación de aislamiento (consiguiendo aumentar en cantidad y en calidad según valoraciones personales obtenidas de los participantes mediante entrevistas personales), propició generar y desarrollar valores en los participantes que han facilitado la empatía al conocer las características y necesidades que presenta cada colectivo, la cooperación al formar parte de un proyecto común y el refuerzo de la autoestima personal al superar límites diarios.

De manera generalizada y resumiendo lo expuesto, este proyecto cumplió positiva y favorablemente las expectativas de sus participantes, lo que originó la necesidad de continuar con el mismo, variando en los próximos encuentros algunos ítems (como la periodicidad, temática, etc.).

5. Referencias bibliográficas

Consejo General del Trabajo Social (2011). *Código deontológico de trabajo social*, 4.ª ed. Consejo General del Trabajo Social. https://www.cgtrabajosocial.es/codigo_deontologico.

Verde, C. (2021). Jane Addams: origen del trabajo social antiopresivo y reformista. *European Journal of Pragmatism and American Philosophy*, 13(2), 302-317. <https://doi.org/10.4000/ejpap.2602>.

White, M. (2004). El trabajo con personas que sufren las consecuencias de trauma múltiple: desde la perspectiva narrativa. <https://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>.

Carmen Perezagua Ballesteros. Trabajadora social. Agencia de la ONCE en Ciudad Real. Calle Ruiz Morote, 9; 13001 Ciudad Real (España). Correo electrónico: mcapb@once.es.

María Isabel Conde Sáez. Trabajadora social. Agencia de la ONCE en Cuenca. Calle Mateo Miguel Ayllón, 2; 16001 Cuenca (España). Correo electrónico: mcsae@once.es.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

Apéndice A. Preguntas utilizadas para la elaboración de la historia social

- *¿Puedes contarnos algún tipo de juego de tu infancia o de tu adolescencia o juventud que consideres que es importante para ti?*
- *¿Qué tiene de valor este juego para ti que te ha llevado a elegir hablar de él? ¿Qué significado de relevancia tiene en tu vida? ¿Qué le aportó en su vida? (Ejemplo: «Elijo el juego de las canicas porque me juntaba con mis primos los domingos y lo pasábamos muy bien»; «Saltar a la comba, porque mis padres me enseñaron», etc.).*
- *¿En qué consistía el juego, edad a la que se practicaba?*
- *¿Dónde se jugaba? ¿Qué supuso o supone aquel lugar para la persona? (Ayudar a recrear el espacio, la época —invierno verano...—, ayudar a evocar recuerdos importantes y gratos —olores, colores...—. Cuanto más detalle, mejor, porque, con ello, se puede aumentar la sensación de bienestar y el desarrollo de la historia).*
- *¿Qué personas participaron en el mismo? (Esta pregunta se realiza con la intención de enriquecer la historia familiar y social).*
- *¿Puedes decirme quién te enseñó a jugar? ¿Puedes hablarme de ella? ¿Qué aportó en tu vida? ¿Qué pudiste aprender de él o de ella?*
- *¿Qué crees que aportaste a esa persona que te enseñó a jugar? El hecho de poder compartir con ella tiempo, de escuchar y aprender, ¿qué consideras que provocó en ella y en su vida?*
- *¿Con quién lo practicabas? (Ayudar a enriquecer la narración preguntando y recordando a esas personas —amigas, hermanos, primos, padres, tíos—. Preguntar de nuevo por la influencia que pudieron tener en la vida de la persona y al revés, de la influencia que tuvo esta en su vida).*
- Conectando con la comunicación con los niños de la asociación y de la ONCE:
 - *¿Qué quieres aportar con todo ello a los niños y niñas que están esperando una carta?*

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

- ¿Qué crees que les puede ofrecer a ellos practicar estos juegos?
- ¿Qué supone para ti el compartir estas historias vitales con los niños y niñas?

Apéndice B. Testimonios colectivos de la evaluación cualitativa

«Me ha ilusionado mucho el conocer, aunque haya sido telefónicamente, a otras cuatro personas con el mismo problema o parecido al mío».

«Me alegraba cuando llegaba el día de reunirnos y nos contábamos juegos de nuestra infancia».

«Vivo sola, y este rato se hacía muy ameno; me ha gustado conocer los juegos infantiles y las relaciones familiares de otras personas».

«La soledad es soledad, pero, al recordar lo que hacía en la infancia con amigas y familia, al compartir y luego recordar, parecía que ya no estaba tan sola».

«Participar en el grupo me ha aportado mucho: me ha ayudado a hacer frente a la soledad, ha sido un proyecto muy bonito».

«Recordar historias de mi infancia me ha sabido muy bien».

«Estar en grupo y con gente es una de las necesidades más importantes que tenemos, por eso el proyecto nos ha ayudado».

«El salir de la monotonía y de la rutina diaria ha sido muy positivo».

«Relatar historias de mi infancia me ha servido para darme cuenta de muchas cosas buenas».

«El traer al presente esas historias del pasado me ha aportado mucha tranquilidad y mucha calma, me ha ayudado a descubrir que en mi vida ha habido, también, historias alegres y felices».

«Conocer a gente que está en la misma situación que tú, te anima; además, me ha ayudado a aprender a respetar y a respetarme».

«Me ha gustado poder contactar con chavales y escribirles».

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

«Mi respuesta es un poema que he escrito a la ONCE:

Tiene la ONCE poder, maestría y dignidad
protegiendo y socorriendo minusvalías sin par.
Educadores pacientes, sensibles y delicados
consiguen que estemos siempre con la sonrisa en los labios.
Dios puso en estas personas virtudes muy especiales,
así que, sin gran esfuerzo, nuestro espíritu contagia con caridad y amor,
vida, entusiasmo, protección y mucho tacto.
Es lo que fluye en este ambiente, comprensivo y solidario.
Que el Espíritu ilumine vuestra constancia y esfuerzo.
Os damos todos las gracias y os pedimos que sigáis siendo colaboradores natos
y abráis vuestras manos plenas de dones y de virtudes,
derramando todos ellos, especialmente en la ONCE».

«Recibir cartas siempre ayuda, porque tienes una ilusión».

«Cuando recibes la carta es una alegría, porque sabes que se han acordado de ti».

«Los niños y niñas que me han escrito..., ha sido una sorpresa muy grata comprobar que buscan el contacto personal; y yo pensaba que estaban siempre conectados a la tecnología».

Apéndice C. Ejemplos de cartas

Carta para Pilar

¡Querida Pilar!

Somos un grupo de cinco personas afiliadas a la ONCE, mayores, que vivimos solas, con distintas situaciones familiares y residentes en distintos pueblos de la provincia de Ciudad Real. Queremos compartir contigo un ratito para hablarte de algunos de nuestros juegos infantiles, que hacen referencia a historias de nuestra vida que nos hicieron muy felices, compartidas con amigos y amigas, familiares y vecinos.

Guiadas por la propuesta de la ONCE, y junto con la trabajadora social de nuestra provincia, durante cinco miércoles, uno al mes y desde marzo a julio, nos juntaremos y cada una de nosotras relatará una de esas historias vividas, que una vez contadas serán escritas para hacértela llegar.

En el día de hoy, la protagonista del relato es Sonia, de 78 años y con domicilio en Tomelloso. Aquí va su narración:

«¡Hola!, como ya sabes, me llamo Sonia y nací en Tomelloso, localidad en la que he vivido siempre. Tengo recuerdos muy gratos de mi infancia; mi niñez fue muy feliz. Mi padre trabajaba como cooperativista y, desde una edad muy temprana, mi hermano y yo le ayudamos en todo lo relativo a llevar y traer mercancías en los camiones. Además de ello, iba al colegio y participaba en la vida social y familiar habitual de aquella época (pasatiempos en la calle, participación en la iglesia, reuniones familiares...).

»Uno de mis juegos preferidos era realizar con mis amigas obras de teatro. Las historias contadas en canciones las representábamos al ritmo de la música, en los patios o corrales de nuestras casas; nos hacíamos trajes de papel, para disfrazarnos de distintos personajes y, tras varios ensayos, convocábamos a la familia (padres, madres, hermanos, hermanas, primos, primas, abuelas, abuelos), que, con sus sillas, acudían para ver el espectáculo. ¡Nos lo pasábamos genial! Recuerdo un día en el que hubo una tormenta y llovió mucho y todos los disfraces se mojaron y se rompieron, ¡qué vergüenza pasamos y que risas nos echamos, también!

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

»Una de las personas más importantes de aquella época, para mí, fue mi abuela materna, que también se llamaba Carmen. Ella siempre me acompañó en cada propuesta que hacíamos y me ayudó para conseguir todo lo necesario. ¡Era estupenda!

»Aquellas experiencias me ayudaron a ser una persona muy vital y animada, y a aprender sobre valores como la amistad, la constancia, el compartir... En momentos difíciles, estos valores y esta vitalidad siempre están presentes, siendo una ayuda y un apoyo muy importantes para poder enfrentar los obstáculos. De mi padre, que se llamaba Jorge, aprendí mucho: era un hombre alegre, divertido, con mucha fuerza y energía, que no paraba nunca de hacer nuevas cosas, siempre con humor.

»Llego al final de esta historia, contenta por revivir y recuperar este pedacito de historia de mi vida e ilusionada al saber que será leída por ti; tal vez, al hacerlo, te animes a recrear el juego de las obras de teatro y, tal vez, con ello te diviertas tanto como yo y mis amigas.

»¡He pasado un rato estupendo!

»Un abrazo grande.

»Estaré encantada de contarte más detalles si quieres preguntarme».

Carta de Pilar

Hola, soy Pilar.

Me ha encantado recibir esta carta para participar con vosotros cinco, que sois afiliados a la ONCE como yo. Os contaré también lo que hago en mis ratos libres.

Vivo en Miguelturra, donde están los mejores carnavales. Soy la más pequeña de la casa, tengo una hermana que se llama Carmen, que es seis años mayor que yo. Mi papá se llama Luis y mi mamá se llama Lucía.

Tengo 9 años, soy alta, delgada y rubia, vamos... **iun pibón!**, como dice mi hermana.

Carmen, me ha gustado mucho que seas de Tomelloso, porque a mi abuelo le dicen «el Tomellosero», pues sus tres hermanos mayores nacieron en Tomelloso, pero el ya

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

nació aquí. Para darte una pista, ellos vivían, según mi abuelo, en un callejón que daba a la calle que va al cementerio.

Mis padres trabajan fuera de casa, por eso mi hermana y yo somos muy responsables y ayudamos todo lo que podemos en casa. Por la mañana voy al colegio y por la tarde voy a ballet, natación, coro, solfeo y toco el piano. En mis ratos libres me gusta hacer con mis amigos teatro, voy al coro infantil de la iglesia y, por suerte, puedo jugar en la calle con mis amigos. Como puedes ver, tenemos muchas cosas en común.

La verdad es que mi padre también es un hombre alegre, divertido y siempre realizaba las cosas con humor! Como el tuyo.

Muchas gracias por contarme este pedacito de historia, espero que nos volvamos a escribir de nuevo.

La verdad es que sí tengo unas preguntas y curiosidades; son las próximas:

- ¿Conoces a alguien que tenga el apellido Vinuesa?
- ¿Tienes algún recuerdo más de tu infancia?
- ¿Recuerdas algún juego o juegos que te gustaran de pequeña?

Bueno, si quieres puedes responderme, pero si no, no hay ningún problema.

Un gran beso, Pilar.

Carta de Rosa

¡Queridos niños y niñas de Acuaprende!

En el día de hoy, hemos celebrado nuestro segundo encuentro; lo hemos iniciado poniéndonos al día sobre cómo hemos pasado la Semana Santa y con la lectura, realizada por nuestra trabajadora social, de las cartas recibidas y escritas, por los niños de la ONCE, en respuesta a la primera carta que os enviamos. En este sentido, deciros que nos hemos llenado de emoción y de ternura con las palabras de Pilar y Sergio, quienes se han colado, a través de ellas, en un ratito de nuestra historia de grupo; sinceramente, gracias a los dos. Sabemos que quedan pendientes las cartas de

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. *RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual*, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

los menores de Acuaprende y las de Mari Sol y de Irene, dos niñas afiliadas a la ONCE que, por distintas razones, aún no han llegado (os confesamos que estamos deseosas de leerlas).

El relato del juego, en esta ocasión, está protagonizado por Rosa, una afiliada de 79 años, que reside en Campo de Criptana; de profesión, maestra, trabajó durante cuarenta años con niños como vosotros:

«Hola, como acabáis de leer, me llamo Rosa, (¡¡otra más en el grupo!!; de las cuatro mujeres participantes, tres llevamos este nombre). Durante mi infancia, practiqué muchos juegos que, al recordarlos, me provocan bienestar y sensaciones gratas y agradables: saltar a la comba cantando el *Cocherito leré* o *Al pasar la barca, me dijo el barquero...*; hacer de estatuas y e irnos movilizandose según otros nos decían; participar en el juego de la zapatilla... Entre todos ellos, finalmente he decidido hablaros de este último, porque, al tenerlo presente y revivirlo, me embarga la ilusión y la alegría que sentía al practicarlo. ¿Lo conocéis? Os cuento:

»Para llevarlo a cabo es necesario que el número de participantes sea entre 8, como mínimo, y 15 o 16, como máximo. Todos se sientan en el suelo, menos uno de ellos, que se queda fuera del círculo. Entonces empiezan a cantar la siguiente canción:

A la zapatilla por detrás, tris-tras;
ni la ves ni la verás, tris-tras;
mirad para arriba, que caen judías;
mirad para abajo, que caen garbanzos;
¡a dormir, a dormir que vienen los Reyes Magos!

»Cuando termina el canto, todos deben cerrar los ojos y contar hasta un número; diez, por ejemplo. El que lleva la zapatilla debe dejarla en la parte de atrás a alguien. A los pocos segundos, abren los ojos y comprueban a quién le ha dejado la zapatilla. El que la tiene, debe cogerla y salir corriendo detrás del que le dejó la zapatilla para intentar darle con ella. Si a las 3 vueltas no le pilla, pierde. Entonces será él el que comience el juego de nuevo.

»Este juego lo practicábamos, sobre todo, durante la primavera y el otoño, en la plaza de Santa Eulalia de Segovia (ciudad en la que nació y viví mi infancia y juventud). Recuerdo que dicha plaza estaba cerca de una iglesia, el suelo era de tierra y había

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

una fuente en el centro. Unos árboles, llamados *endrinos*, rodeaban el espacio, nos daban sombra y pequeños frutos (unas bolitas de color rojizo).

»Tenía muchas amigas que vivían cerca de mi casa, algunas de ellas Reme, María José, María, Fuencisla...; a partir de una determinada hora, nos íbamos llamando unas a otras, hasta conseguir estar todas. Mi hermano Fernando (siete años mayor que yo) también participaba en el juego, para estar pendiente de mí. Él y mi abuela Modesta, que vivía con nosotros, eran mis cuidadores "especiales" cuando mis padres se iban a trabajar y no estaban en casa. De todas estas personas (amigas, hermano, abuela, padres) aprendí los valores del cuidado mutuo y de la unidad, valores que me han acompañado siempre y que he podido poner en práctica a lo largo de mi vida.

»Tengo que decir también que este juego, realizado en esa plaza, compartido con familiares y amistades importantes para mí, me hacía sentir muy bien; cuando llegaba a mi casa, mi madre me decía: "Hoy te has divertido mucho, traes escrita en la cara la palabra *felicidad*".

»Llego al fin de mi historia con la emoción a flor de piel y miles de imágenes, sonidos, olores, sensaciones... recuperadas. ¿Os ha gustado? Espero que sí, y que, a través de ella, inicies nuevas aventuras.

»Besos grandes».

«*Postdata*: el resto de las componentes del grupo de mayores dicen compartir esa emoción a flor de piel; todas ellas han recuperado un trocito de su historia de niñas, reviviendo las risas, el contacto con las amigas, los lugares de la calle donde saltaban y corrían. Se han despedido con palabras como "alegría", "calma", "felicidad" y un deseo común: **iqué os animéis a poner en práctica este juego!**

»Hasta pronto».

Carta de Susana en respuesta a la de Rosa

Hola, me llamo Susana y tengo 11 años, vivo en Cuenca.

Tu carta me ha parecido muy chula. El juego que has escrito ya lo conocía y también he jugado con mis amigos y amigas.

Perezagua, M. C., y Conde, M. I. (2022). *Cartas que dan juego: una intervención para atenuar la soledad a través del intercambio de experiencias vitales entre distintas generaciones*. RED Visual: Revista Especializada en Discapacidad Visual, 81, 97-115. <https://doi.org/10.53094/HUOB6196>.

Mi juego favorito se llama roblox. Es un juego del móvil, me lo enseñó mi amiga.

Este juego tiene millones de juegos de dentro del juego. Hay dos que son los que más me gustan. Uno se llama adotmi y trata de conseguir dinero para tener mascotas legendarias y vehículos. El otro se llama mepcity y trata de conseguir monedas y comprar casas grandes para venderlas.

Mi color favorito es el azul, pero ahora mismo no sabría decirte ningún olor que me guste.

Creo que el juego es importante para divertirse.

Adiós, un beso.

Susana.