

XXIAdults

**Adaptación del sistema educativo de adultos al
siglo XXI**

Plantilla de buenas prácticas



INSTITUTE for
ROMA and
MINORITIES
INCLUSION



**DIPUTACIÓN
DE VALLADOLID**



E-SCHOOL
EDUCATIONAL GROUP



EMPODERAR
DESENVOLVIMENTO ORGANIZACIONAL, SOCIAL, PROFESIONAL E PESSOAL



Co-funded by
the European Union



Nombre de la buena práctica

Programa de mentoría digital: Adultos mayores aprendiendo de sus compañeros

Resumen de la práctica

Resumen breve y fácil de entender: ¿En qué consiste esta práctica, para quién y con qué propósito?

The **Digital Mentorship Program** is a structured peer-to-peer initiative where digitally competent older adults mentor their peers who lack digital skills. This model leverages peer credibility, empathy, and shared experiences to accelerate digital learning, improve confidence, and reduce the sense of isolation common among older adults unfamiliar with modern technologies. It aligns with the general Adult Education goals by modernizing adult education practices in a culturally sensitive, low-pressure way that emphasizes both empowerment and community.

Descripción de la práctica – mínimo 2000 caracteres

1) Contexto / Antecedentes

What was the initial need or problem?

Who was the target group?

Was it part of a larger programme or project?

Across the European Union, a considerable percentage of older adults remain digitally excluded, even as digital tools become essential to everyday life. Despite the growing availability of formal digital education programs, many older individuals hesitate to participate. Factors such as unfamiliar learning environments, fast-paced instruction, and generational gaps between learners and instructors often create discomfort. Seniors may feel intimidated in traditional classroom settings or reluctant to ask questions, especially when taught by younger educators. This leads to low engagement, minimal retention of information, and limited development of practical digital skills.

To address this challenge, the “**Digital Mentorship Program: Seniors Learning from Peers**” was developed. This initiative offered an innovative and more approachable alternative by promoting peer-to-peer learning. Rather than relying solely on formal teachers, the program identified and trained older adults who already possess basic digital skills—such as using smartphones, accessing online banking, or sending emails—to become mentors for their peers.

These senior mentors were not professional educators, but relatable figures who understand the pace, concerns, and learning preferences of their fellow learners. After receiving mentor training,





they were able to provide informal support and guidance in adult education centers, community halls, libraries, and other accessible local spaces.

The target group included older adults with little to no digital experience who benefit from personalized, empathetic, and practical help. The program not only improved digital literacy but also builded trust, confidence, and social connection among participants. Learning from someone with similar life experience often makes seniors feel more at ease and motivated.

This initiative contributes to broader efforts in promoting active aging, lifelong learning, and digital inclusion. By empowering older adults to support each other, it fosters community resilience and encourages greater participation in the digital society.

2) Objetivos

What were the goals of the practice?

What did it aim to improve or change?

- Improve digital competencies among older adults using a peer-led format.
- Build learner confidence and reduce resistance to digital tools.
- Promote volunteerism and active aging.
- Strengthen the sense of purpose and societal contribution among senior mentors.
- Facilitate community-based education and digital inclusion in underserved areas.

3) Implementación / Metodología

How was the practice carried out step by step?

What activities or methods were used?

How long did it take?

Phase 1: Mentor Recruitment & Training

- The center identified digitally literate older adults (aged 55+) with interest in volunteering.
- Short training (3 sessions) equipped them with teaching and communication strategies tailored to peer learning.
- Mentors received toolkits with step-by-step guides, common troubleshooting FAQs, and a mentorship manual.

Phase 2: Mentee Enrollment

- Participants with little or no digital experience registered via local centers.





- Learners were matched with mentors based on language, interests, and availability.

Phase 3: Mentoring Sessions

- Pairs met weekly for 1–2 hours over 6 weeks in familiar, informal environments.
- Curriculum was demand-driven: mentees chose focus areas (e.g., using government services online, video calls, photo sharing, video creation).
- Mentors reported progress to a program coordinator for feedback and support.

Phase 4: Group Reflection & Celebration

- Mentors and mentees gathered at the end of the cycle to share experiences and success stories.
- Certificates and recognition for both mentors and learners enhanced motivation.

4) Resultados

What were the concrete results?

How did the practice impact the participants?

- Over 30 mentorship pairs successfully completed cycles in the pilot phase.
- 87% of mentees reported feeling “more confident” using digital tools.
- Mentors reported increased self-worth and purpose.
- Many mentees went on to teach others informally—creating a ripple effect.

5) Testimonios de los participantes (opcional)

Short quotes, personal reflections or experiences shared by participant

“My mentor was just like me—same age, same struggles. That made me feel safe and encouraged.” – Stavroula (mentee), 67, Greece.

“Helping others made me feel useful again. I realized how much I already knew!” – George (mentor), 70, Greece.

“I felt that technology is not something that only concerns young people. My mentors were people like me, so why shouldn't I be able to learn too?” – Kostas (mentee), 64, Greece.

6) Factores de éxito

What made the practice effective or innovative?





Were there any unique or creative elements?

- High empathy and relatability between mentor and learner.
- Focused, 1-on-1 attention—learners moved at their own pace.
- Low-cost, easily scalable using local volunteers and spaces.
- Fostered social bonding and interdependence among seniors.

7) Transferibilidad / Recomendaciones

Can the practice be used elsewhere?

What conditions are needed for successful implementation?

Easily transferable to adult education centers, NGOs, libraries, and senior associations across Europe. To succeed, implementers need:

- A pool of digitally capable older adults
- Basic coordination (one part-time coordinator per region)
- Accessible learning spaces
- Printed support materials and mentor training.

8) Consejos / Recomendaciones para la implementación (opcional)

Checklists, lessons, or advice for those wishing to implement the practice.

- Begin with tech-savvy retirees (e.g. former office workers, teachers).
- Use simple feedback forms to track progress and adapt sessions.
- Acknowledge and celebrate mentors—retention improves when they feel appreciated.

9) Lecciones aprendidas (opcional)

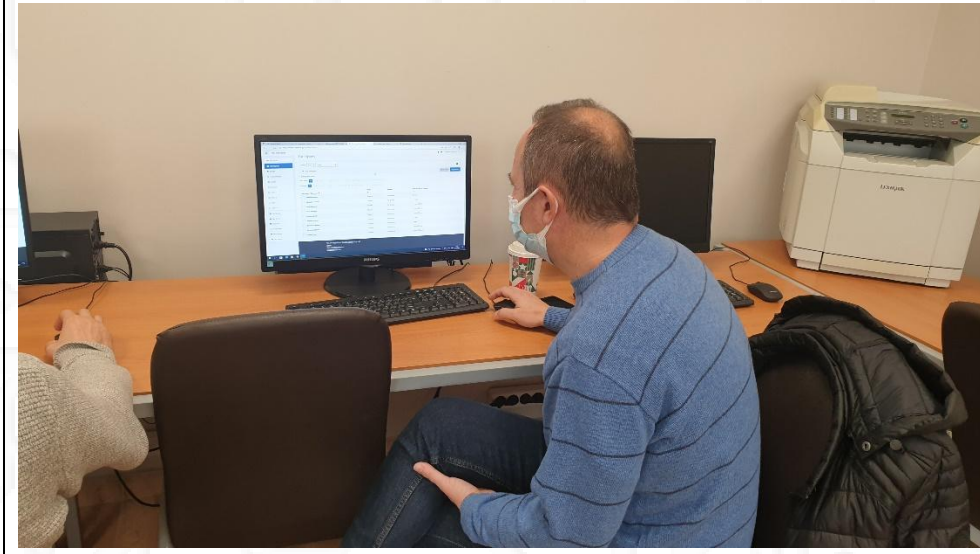
Biggest surprises, obstacles or key takeaways during implementation.

- Some mentors needed support with teaching methods—ongoing training was essential.
- Group-based mentoring didn't work as well as 1-on-1.
- Allow flexibility—some mentees needed more time to absorb basic concepts.

10) Fotografías que ilustran la práctica descrita

Adjunte al menos 3 fotos relacionadas con la buena práctica descrita.







PERFIL DE LA PRÁCTICA – LISTA DE VERIFICACIÓN DE CLASIFICACIÓN

Marque todas las categorías que correspondan a la práctica que describe. Puede seleccionar más de una.

TIPO DE PRÁCTICA

- Aprender haciendo
- Aprendizaje intergeneracional
- Aprendizaje comunitario
- Aprendizaje digital/semipresencial
- Aprendizaje entre pares
- Tutoría/asesoramiento
- Enfoques culturales/creativos
- Colaborativo/en colaboración
- Otros (especificar):

GRUPO OBJETIVO

- Adultos con baja cualificación





- Ni estudian, ni trabajan, ni reciben formación
- Migrantes / Refugiados
- Personas mayores
- Mujeres
- Personas con discapacidad
- Otros grupos vulnerables
- Población adulta en general

ENTORNO DE APRENDIZAJE

- Formal
- No-formal
- Informal

HABILIDADES / COMPETENCIAS DESARROLLADAS

- Alfabetización (lectura, escritura, comprensión)
- Competencias numéricas (matemáticas, razonamiento lógico)
- Habilidades digitales
- STEM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)
- Habilidades personales, sociales y de aprendizaje
- Competencias cívicas
- Emprendimiento
- Conciencia y expresión cultural
- Habilidades lingüísticas
- Habilidades laborales/vocacionales
- Competencias ambientales
- Otras (especificar):

USUARIOS POTENCIALES

- Docentes / Educadores
- Personal administrativo
- Dirección escolar / de centro
- Responsables políticos / Administración pública
- ONG / Organizaciones comunitarias
- Otros (especificar):

- **Glosario de categorías (Explicación de los elementos de la lista de verificación)**
- **Tipo de práctica**
- Aprendizaje práctico: aprendizaje mediante actividades prácticas, métodos basados en la práctica, como talleres o tareas reales.





- Aprendizaje intergeneracional: actividades que involucran a participantes de diferentes grupos de edad que aprenden unos de otros.
 - Aprendizaje comunitario: aprendizaje que se lleva a cabo dentro de la comunidad local, a menudo mediante la participación en la vida real.
 - Aprendizaje digital/semipresencial: educación que utiliza herramientas digitales (en línea) o una combinación de métodos en línea y presenciales.
 - Aprendizaje entre pares: aprendizaje entre participantes de estatus o experiencia similares, que se apoyan mutuamente.
 - Tutoría/coaching: apoyo individualizado de una persona con más experiencia para facilitar el aprendizaje y el crecimiento personal.
 - Enfoques culturales/creativos: uso de las artes, la música, el teatro, la narración de cuentos, etc., como herramientas de aprendizaje.
 - Colaborativo/basado en socios: prácticas que implican la cooperación entre organizaciones o grupos.
 - Otro (especificar): cualquier otro método no mencionado anteriormente.
- **Grupo objetivo**
- Adultos con baja cualificación: adultos con bajos niveles de educación formal o habilidades básicas.
 - Jóvenes que ni estudian, ni trabajan, ni reciben formación (a menudo adultos jóvenes).
 - Migrantes/Refugiados: personas que se han trasladado desde otro país y que suelen enfrentarse a dificultades de integración.
 - Adultos mayores: adultos de 65 años o más.
 - Mujeres: servicios que atienden específicamente las necesidades de las mujeres.
 - Personas con discapacidad: personas con discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales o de salud mental.
 - Otros grupos vulnerables: grupos en riesgo de exclusión (por ejemplo, desempleados de larga duración, personas sin hogar).
 - Población adulta general: adultos promedio que no pertenecen a categorías específicas.
- Entorno de aprendizaje**
- Formal: aprendizaje dentro de los sistemas educativos oficiales, cursos certificados (p. ej., escuelas, universidades).
 - No formal: aprendizaje organizado fuera del sistema formal (p. ej., talleres, formación comunitaria).
 - Informal: aprendizaje a través de las experiencias cotidianas, sin un curso estructurado (p. ej., voluntariado, familia).
- Habilidades/Competencias desarrolladas**
- Alfabetización: lectura, escritura y comprensión de textos (incluidos textos funcionales como formularios).





- Competencias numéricas: uso de las matemáticas y el razonamiento lógico.
- Habilidades digitales: uso de herramientas digitales, por ejemplo, creación de currículum vitae, herramientas y plataformas en línea.
- STEM: ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas.
- Habilidades personales, sociales y de aprendizaje permanente: autoconciencia, motivación, trabajo en equipo y habilidades para el aprendizaje a lo largo de la vida.
- Competencias cívicas: ciudadanía activa, comprensión de la democracia y las responsabilidades sociales.
- Emprendimiento: creatividad, innovación, gestión de proyectos y asunción de riesgos.
- Conciencia y expresión cultural: apreciación y creación de contenido cultural (por ejemplo, arte, música).
- Habilidades lingüísticas: capacidad para comunicarse en uno o más idiomas extranjeros.
- Habilidades laborales/vocacionales: habilidades prácticas útiles en trabajos o profesiones específicas.
 - Competencias verdes: conocimientos y comportamientos que fomentan la sostenibilidad y el cuidado del medio ambiente.
- Otras: cualquier otra habilidad desarrollada (especificar).

Usuarios potenciales

- grupos que podrían beneficiarse de la aplicación, adaptación o inspiración de esta práctica en su contexto laboral.

Nota: Estas categorías siguen los marcos de referencia de la UE, como las Competencias Clave para el Aprendizaje Permanente (2018), el Plan de Acción sobre Competencias Básicas (2025) y la Guía del Programa Erasmus+ 2025 – Glosario.

