Ref. No: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

XXIAdults

Adaptación del sistema educativo de adultos al siglo XXI

Plantilla de buenas prácticas

Co-funded by the European Union

Nombre de la buena práctica
Cartas para la Vida (Letras para a Vida)

Resumen de la práctica Resumen breve y fácil de entender: ¿En qué consiste esta práctica, para quién y con qué propósito?
Letters for Life (Letras para a Vida) es un programa de alfabetización comunitaria desarrollado e implementado por la Escuela Politécnica de Coimbra (ESEC), en Portugal. Está diseñado para adultos que, por diversas razones, no tuvieron la oportunidad de adquirir habilidades básicas de lectura y escritura durante su etapa escolar. El programa involucra a estudiantes de los programas de Educación y Trabajo Social de la ESEC, quienes se convierten en voluntarios de alfabetización. Participan en sesiones individuales o en grupos pequeños con los adultos participantes, ofreciendo apoyo personalizado en lectura, escritura y habilidades básicas de comunicación. El objetivo de la iniciativa no es solo mejorar los niveles de alfabetización, sino también promover la inclusión social, el empoderamiento y la solidaridad intergeneracional. El proceso de aprendizaje se basa en las realidades, necesidades e intereses cotidianos de los participantes, respetando sus experiencias de vida y su ritmo personal. El proyecto también contribuye a la formación práctica de futuros profesionales de la educación y la intervención social.

Descripción de la práctica – mínimo 2000 caracteres
1) Contexto / Antecedentes ¿Cuál era la necesidad o el problema inicial? ¿Quién era el público objetivo? ¿Formaba parte de un programa o proyecto más amplio?
En Portugal, a pesar de las importantes mejoras en la educación, el analfabetismo en adultos y el analfabetismo funcional siguen siendo desafíos cruciales, especialmente entre las personas mayores y las poblaciones vulnerables que tuvieron acceso limitado a la escolarización durante su juventud. Muchas de estas personas se sienten excluidas de las actividades cotidianas que requieren habilidades básicas de lectoescritura, como leer etiquetas, rellenar formularios o utilizar los servicios públicos. El proyecto Cartas para la Vida surgió de esta apremiante necesidad social. El problema inicial radicaba en la falta de apoyo a la lectoescritura estructurado, digno y personalizado para los adultos que a menudo

Co-funded by the European Union

sienten vergüenza o reticencia a participar en programas formales de alfabetización. Estas personas suelen ser adultos mayores, a menudo mujeres, con baja cualificación y escasa participación en la vida pública.

El principal grupo objetivo incluye:

• Adultos con escasa o nula alfabetización;

• Adultos mayores (a menudo mayores de 60 años);

• Personas en situación de vulnerabilidad social o aislamiento.

El proyecto también atiende a un grupo objetivo secundario:

• Estudiantes de educación superior de la Facultad de Educación del Instituto Politécnico de Coimbra, quienes participan en la iniciativa como voluntarios de alfabetización, adquiriendo así experiencia práctica en intervención educativa, comunicación y participación cívica.

Letters for Life no forma parte de un programa gubernamental más amplio, sino que se creó como una iniciativa de intervención comunitaria dentro de las unidades de Educación Social e Intervención Comunitaria de la ESEC. Se alinea con los objetivos nacionales y europeos más amplios relacionados con el aprendizaje permanente, la cohesión social y la equidad educativa, pero su desarrollo e implementación están profundamente arraigados en el contexto local y la comunidad académica de Coimbra.

Este proyecto, de pequeña escala pero de gran impacto, representa una colaboración entre el ámbito académico, las instituciones locales (como consejos parroquiales, centros sociales y bibliotecas) y la sociedad civil. Representa una alternativa a la educación formal para adultos, ya que ofrece un apoyo a la alfabetización informal, respetuoso y adaptado al contexto, a las metas personales y la trayectoria vital de cada estudiante.

2) Objetivos

¿Cuáles eran los objetivos de la práctica?
¿Qué pretendía mejorar o cambiar?

El proyecto «Cartas para la Vida» se diseñó con el doble propósito de promover la alfabetización de adultos y fomentar la participación social entre futuros educadores y trabajadores sociales. Sus objetivos son tanto pedagógicos como sociales, con énfasis en el empoderamiento, la inclusión y la transformación comunitaria.

Objetivos principales:

• **Reducir el analfabetismo y el analfabetismo funcional entre adultos** con acceso limitado a la educación, especialmente personas mayores;

• **Promover la autonomía personal**, capacitando a los participantes para realizar tareas cotidianas que requieren habilidades de lectura y escritura;

• **Fortalecer la inclusión social**, brindando a los participantes las herramientas para participar más activamente en sus comunidades y acceder a servicios esenciales;

• **Crear puentes intergeneracionales**, fomentando la solidaridad y el respeto entre las generaciones jóvenes y mayores;

• **Mejorar la formación de estudiantes de educación superior**, involucrándolos en intervenciones de alfabetización comunitarias y reales;

• **Desarrollar un modelo de educación para la alfabetización flexible**, humanizado y basado en la experiencia vivida de cada participante.

Esta práctica busca no solo mejorar las habilidades técnicas de lectura y escritura, sino también reforzar la dignidad, la confianza y el derecho a aprender a cualquier edad. Su objetivo es contrarrestar el aislamiento, fomentar la ciudadanía activa y fortalecer los vínculos entre las instituciones académicas y las comunidades locales.

3) Implementación / Metodología

¿Cómo se llevó a cabo la práctica paso a paso?
¿Qué actividades o métodos se utilizaron?
¿Cuánto tiempo duró?

El proyecto Cartas para la Vida sigue una metodología participativa y centrada en el alumno, basada en los principios de la educación no formal e informal. Su implementación es estructurada pero adaptable, lo que garantiza que tanto los alumnos adultos como los estudiantes voluntarios puedan construir conjuntamente la experiencia de aprendizaje.

Implementación paso a paso:

1. Mapeo inicial y alianzas

o ESEC identifica las necesidades locales mediante el contacto con consejos parroquiales, centros comunitarios y organizaciones sociales.

o Se establecen alianzas con estos actores locales, quienes ayudan a llegar a los posibles participantes.

2. Reclutamiento y capacitación de estudiantes voluntarios

o Se invita a participar como voluntarios a estudiantes de los programas de Educación Social e Intervención Comunitaria de ESEC.

o Antes del trabajo de campo, reciben capacitación en educación de adultos, comunicación y enfoques éticos para el trabajo de alfabetización.

3. Inscripción y diagnóstico de participantes

o Los alumnos adultos se inscriben en función de su interés y derivación por parte de entidades locales.

o Una evaluación informal básica identifica su nivel de alfabetización, motivaciones y contexto vital.

o No se utilizan pruebas ni programas de colocación formales; el respeto y la confianza son fundamentales.

4. Definición de los planes de aprendizaje

o Los objetivos de aprendizaje se definen de forma colaborativa: desde leer etiquetas y hacer listas hasta comprender los horarios de autobuses o leer libros infantiles.

o Las actividades se adaptan a las necesidades individuales, evitando soluciones genéricas.

5. Sesiones de alfabetización (individuales o en grupos pequeños)

o Las sesiones se realizan semanalmente en lugares familiares y accesibles (por ejemplo, bibliotecas locales, centros parroquiales).

o Siguen un enfoque basado en el diálogo, utilizando materiales cotidianos (periódicos, folletos, fotos, notas manuscritas).

o Se hace hincapié en la autonomía del estudiante y su seguridad emocional.

6. Supervisión y reflexión

o Los estudiantes voluntarios participan en sesiones de reflexión periódicas con los tutores de ESEC para compartir experiencias, dificultades y resultados de aprendizaje.

o Este acompañamiento pedagógico garantiza la integridad ética y refuerza el aprendizaje de los propios voluntarios.

7. Cierre y continuidad

o Los ciclos de aprendizaje suelen durar varios meses (la duración varía según cada díada).

Algunos estudiantes continúan al año siguiente, otros optan por itinerarios de aprendizaje más formales.

Se organizan eventos y exposiciones (por ejemplo, círculos de lectura, lecturas públicas) para celebrar el progreso de los participantes.

Duración e intensidad:

• Los proyectos suelen desarrollarse a lo largo de un año académico.

5. Sensibilización y participación comunitaria

• Mediante eventos públicos, exposiciones y el boca a boca, el proyecto crea conciencia sobre la alfabetización de adultos y el derecho a aprender a cualquier edad.

• Los socios locales (parroquias, bibliotecas, ONG) se involucran más en iniciativas educativas inclusivas.

6. Sostenibilidad y continuidad

• El proyecto se ha renovado año tras año desde su lanzamiento, con una demanda creciente tanto de estudiantes como de voluntarios.

• Algunos estudiantes acceden a otras oportunidades educativas y algunos exvoluntarios siguen participando activamente en causas sociales y educativas.

En resumen, Letters for Life crea oportunidades educativas reales para personas que han sido excluidas del sistema formal, al tiempo que forma a los futuros profesionales que atenderán a estas poblaciones. Su escala humana, su flexibilidad y su enfoque relacional la hacen impactante e inspiradora.

5) Testimonios de los participantes (opcional)

Short quotes, personal reflections or experiences shared by participant

6) Factores de éxito

What made the practice effective or innovative?
Were there any unique or creative elements?

El éxito de Letters for Life se debe a una combinación de sensibilidad pedagógica, participación comunitaria y conexión humana. Varios elementos distinguen esta práctica y la hacen eficaz y profundamente significativa:

1. Enfoque personalizado y centrado en la persona

• Las sesiones se diseñan en torno a los intereses, experiencias y objetivos de cada estudiante, lo que fomenta la confianza, la motivación y la seguridad emocional.

• **El respeto por la dignidad del estudiante es fundamental en este método**: no hay juicios ni presiones, solo acompañamiento.

2. Relación intergeneracional

• La dinámica entre jóvenes estudiantes y adultos mayores crea un entorno de aprendizaje enriquecedor basado en la empatía, la paciencia y el respeto mutuo.

• Desafía los estereotipos y promueve la solidaridad entre generaciones.

3. Flexibilidad e informalidad

• No existe un currículo rígido ni una evaluación formal. Esta flexibilidad permite adaptar cada programa de alfabetización en tiempo real a las necesidades del estudiante.

• El aprendizaje se desarrolla en espacios comunitarios, creando un ambiente familiar e informal que reduce la ansiedad y la resistencia.

4. Sólidas alianzas locales

• La colaboración con consejos parroquiales, bibliotecas y ONG ayuda a identificar a los estudiantes y a proporcionar espacios de aprendizaje acogedores.

• Estas alianzas arraigan el proyecto en el contexto local, garantizando su sostenibilidad y relevancia social.

5. Integración en la formación académica

• Al integrar el proyecto en la formación de estudiantes de educación y trabajo social, Letters for Life ofrece una experiencia de aprendizaje práctica que refuerza el conocimiento teórico.

• Los estudiantes se benefician de sesiones de reflexión estructuradas, lo que garantiza la calidad pedagógica y la conciencia ética.

6. Modelo de bajo costo y alto impacto

• La práctica requiere recursos mínimos: solo tiempo, dedicación y coordinación local.

• Su sostenibilidad proviene del compromiso de voluntarios, mentores académicos y socios comunitarios, más que de la inversión financiera.

En conjunto, estos factores crean una experiencia de aprendizaje profundamente transformadora, tanto para los estudiantes como para los voluntarios. El proyecto demuestra que las intervenciones pequeñas, relacionales y comunitarias pueden marcar una diferencia significativa en la educación de adultos.

7) Transferibilidad / Recomendaciones

¿Se puede aplicar esta práctica en otros lugares?
¿Qué condiciones se necesitan para una implementación exitosa?

El modelo «Cartas para la Vida» es fácilmente transferible a otros contextos, especialmente a aquellos donde el analfabetismo adulto o el analfabetismo funcional sigue siendo un obstáculo para la inclusión social. Su sencillez, bajo coste y enfoque comunitario lo convierten en una solución accesible y adaptable para una amplia gama de organizaciones.

¿Por qué es transferible?

• **El modelo se basa en la participación de estudiantes voluntarios,** lo que permite su replicación en cualquier institución de educación superior con programas de educación social, educación, psicología o comunitarios.

• Requiere una infraestructura mínima: formación básica, un equipo de coordinación y acceso a espacios comunitarios como bibliotecas, centros parroquiales u ONG.

• Las sesiones de aprendizaje son flexibles y están centradas en el alumno, lo que hace que el modelo sea adecuado para poblaciones y contextos culturales diversos.

Condiciones para una implementación exitosa

1. **Alianzas con organizaciones locales**

Las autoridades locales, las organizaciones de la sociedad civil y los centros comunitarios desempeñan un papel fundamental para llegar a la población objetivo y ofrecer espacios de aprendizaje adecuados.

2. Participación de las instituciones académicas

Es esencial integrar esta práctica en el currículo de las titulaciones relacionadas con la educación. La supervisión pedagógica y la práctica reflexiva fomentan una enseñanza ética y de calidad.

3. Preparación y seguimiento de voluntarios

Los estudiantes voluntarios deben recibir formación básica en educación de adultos, comunicación y empatía. Las reflexiones grupales periódicas contribuyen a mantener la motivación y a garantizar una práctica responsable.

4. Sensibilidad cultural y flexibilidad

El contenido del aprendizaje debe basarse en la vida, las necesidades y las aspiraciones de los participantes. No existe un plan de lección único para todos.

5. Respeto y confianza como pilares fundamentales

La relación interpersonal es la base de la práctica. Su implementación exitosa depende de una cultura de respeto, escucha y crecimiento mutuo.

Recomendación

Las organizaciones que deseen replicar el modelo deben comenzar con una versión piloto, con un pequeño grupo de estudiantes y algunos adultos participantes. Establecer alianzas locales y crear un entorno de aprendizaje seguro e informal son pasos iniciales cruciales. El proyecto puede ampliarse gradualmente, realizando ajustes en función del contexto y la retroalimentación.

Co-funded by
the European Union

8) Consejos / Recomendaciones para la implementación (opcional)

Listas de verificación, lecciones o consejos para quienes deseen implementar esta práctica.

Basándonos en la experiencia de implementar Cartas para la Vida, aquí les ofrecemos algunos consejos prácticos para organizaciones o instituciones que deseen replicar la iniciativa:

Antes de la implementación

• **Identifique las necesidades locales:** Identifique comunidades o grupos donde la alfabetización de adultos aún representa una barrera para la participación y la autonomía.

• **Establezca alianzas:** Contacte con los consejos parroquiales, centros comunitarios y bibliotecas desde el principio; son clave para llegar al público objetivo.

• **Seleccione y prepare cuidadosamente a los voluntarios**: La motivación, la empatía y la apertura son más importantes que la experiencia docente previa.

Durante la implementación

• **Cree un ambiente acogedor:** Utilice espacios familiares y seguros donde los participantes se sientan cómodos.

• **Cree contenido de aprendizaje de forma colaborativa:** Comience con los objetivos de los participantes, ya sea leer las instrucciones de un medicamento o escribirle a un nieto.

• **Utilice materiales sencillos y reales**: Use periódicos, notas manuscritas, menús, fotos; cualquier cosa de la vida cotidiana.

• **Dé tiempo para generar confianza**: No apresure el proceso; las relaciones son la base del progreso.

Consejos pedagógicos

• **Utilice el diálogo y la narración**: Invite a los estudiantes a hablar sobre sus vidas y a transformar estas historias en material de lectura y escritura.

• **Evite las evaluaciones formales:** Céntrese en el progreso, la confianza y los logros personales, no en las calificaciones ni el rendimiento.

• **Brinde apoyo continuo a los voluntarios**: La supervisión regular ayuda a prevenir el agotamiento y fomenta el aprendizaje a partir de los desafíos.

Consejos para la sostenibilidad

Co-funded by the European Union

• **Celebre los logros**: Eventos públicos, exposiciones o certificados sencillos pueden dar visibilidad y orgullo a los estudiantes.

• **Documente el proceso:** Llevar registros breves o diarios puede facilitar la reflexión y la replicación.

• **Involucre a antiguos participantes:** Algunos pueden convertirse en embajadores o incluso en mentores en ciclos futuros.

9) Lecciones aprendidas (opcional)

Las mayores sorpresas, obstáculos o conclusiones clave durante la implementación.

A lo largo de los años, la implementación de Cartas para la Vida ha revelado valiosas lecciones que han contribuido a perfeccionar la práctica y a profundizar su impacto:

1**. El aprendizaje comienza con la confianza, no con los libros de texto.**

Muchos estudiantes llegan con un largo historial de fracaso escolar y vergüenza. Generar confianza requiere tiempo y empatía. La relación emocional debe ser primordial; solo así puede darse el verdadero aprendizaje.

2. Los voluntarios necesitan apoyo tanto como los estudiantes.

Aunque los estudiantes voluntarios están muy motivados, muchos se sienten inicialmente poco preparados para asumir la responsabilidad de enseñar lectoescritura. La supervisión continua, la reflexión colectiva y el apoyo emocional son esenciales para mantener su motivación y garantizar un compromiso ético.

3. La flexibilidad es una fortaleza, no una debilidad.

Intentar aplicar planes de lecciones o evaluaciones rígidas a menudo generaba frustración. El proyecto funciona mejor cuando se adapta al ritmo, los intereses y las circunstancias de vida de cada estudiante, incluso si el progreso parece lento según los estándares formales.

4. Los pequeños pasos marcan la diferencia

Para muchos participantes, escribir su nombre, leer una frase corta o comprender la etiqueta de un medicamento representa un hito que les cambia la vida. Reconocer y celebrar estas pequeñas victorias mantiene a los estudiantes motivados y orgullosos.

5. La participación de la comunidad fomenta la sostenibilidad

Las versiones más exitosas del proyecto fueron aquellas en las que las partes interesadas locales (parroquias, bibliotecas, centros sociales) se involucraron activamente, ofreciendo espacio, ayudando a reclutar estudiantes o proporcionando transporte. El apoyo de la comunidad ayuda a mantener la continuidad año tras año.

Co-funded by
the European Union

6. Contar historias es una herramienta poderosa
Animar a los estudiantes a contar y escribir sus propias historias de vida crea contenido significativo para el desarrollo de la lectoescritura. Valida su identidad y hace que el proceso de aprendizaje sea más relevante y memorable.

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)
☐	Competencia numérica (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.

Co-funded by the European Union

- 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.

This document was created under the Creative Commons license:

Attribution-Non-Commercial-Share Alike (CC BY-NC-SA).

All or part of this document may be used, copied, and disclosed provided that the origin is mentioned, it is not used commercially, and its license is not modified.

All rights reserved.

© Copyright 2024 XXI Adults

Co-funded by the European Union