



Bonding

**Facilitating intergenerational
solidarity and learning through
building friendships between
youngsters and elderly**

www.bondingproject.eu



Co-funded by
the European Union



This project has been funded with support from the European commission. This publication reflects the views of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information therein.

Project number:
2021-1-PL01-KA220-YOU-000028897



FUNDACIÓN
Intras

KmOp
SKOPJE



Entender el *Befriending*

Qué significa “befriending”?

Significa actuar como un amigo o convertirse en uno para alguien que pueda necesitar ayuda o apoyo.



Jóvenes y mayores

Normalmente el término se refiere a la relación que se establece entre personas jóvenes que actúan como voluntarias y personas mayores, que se benefician de servicios de apoyo y acompañamiento.

Prevenir la soledad

Acompañar a las personas mayores es fundamental para promover un envejecimiento activo y saludable, ya que previene el aislamiento social y la soledad.



Claves para el éxito

Para que este acompañamiento sea eficaz, las personas voluntarias tienen que ser respetuosas, honestas, educadas y responsable, pero también hay otro aspecto importante que es: ¡pasarle bien y disfrutar de la experiencia!

La clave es ¡disfrutar de la experiencia!