

## **Bases y condiciones**

para participar de  
**VOCES MAYORES 2021**  
**Registro Federal de Vivencias  
y Saberes +60**

La Fundación Navarro Viola y El Club de la Porota, renovamos nuestro compromiso con las vejeces y su potencia. Por tal motivo, lanzamos la edición 2021 de “VOCES MAYORES, Registro Federal de Vivencias y Saberes +60”.

El objetivo es continuar gestando un espacio que reúna las voces de las personas mayores de todos los puntos del país. Deseamos multiplicar los testimonios, que sean cada vez más las personas +60 que se animen a compartir sus vivencias, a heredar su saber.

Semana a semana publicaremos las historias en cualquiera de los tres formatos previstos: escrito, oral (en formato de audio) o audiovisual (en el caso de que nos envíes un video).



**¡Qué lindo volver a  
encontrarnos!**

Organizan:



[www.elclubdelaporota.com.ar](http://www.elclubdelaporota.com.ar)



[www.fnv.org.ar](http://www.fnv.org.ar)

**A continuación describimos alguna de las características que tendremos en cuenta al momento de SELECCIONAR las vivencias y/o saberes:**

### **Anclaje en el presente**

Queremos conocer cómo vivís hoy, cuáles son las cosas que te apasionan, cuáles son las que te conmueven, de qué has aprendido, qué elegís legar, heredar a las generaciones venideras. Por supuesto que el pasado es parte de tu recorrido vital, y en más de una ocasión sentirás la necesidad de hablar de él. Sumalo si lo deseas, pero no te quedes anclado/a en una anécdota o situación que no puedas vincular a tu presente.

Te compartimos, sólo a modo de ejemplo, el testimonio de Héctor Muñiz, voz mayor del 2020: “Por suerte soy una persona que vivió su infancia con alegría a pesar de la pobreza. Tuve una juventud con mucho empuje y ahora vivo una vejez con deseos de ayudar a la familia, dentro de mis posibilidades. Trato de transmitir mis experiencias de vida sabiendo que la misma nos lleva por otros caminos y vamos encontrando también otras opiniones en las cuales notamos los cambios que se suceden”. Lee el testimonio completo de Héctor [aquí](#).

### **Voz en primera persona**

El protagonista o la protagonista de la historia sos vos. Lo que para vos puede ser una vivencia insignificante para otros puede ser una verdadera aventura o instancia de aprendizaje. No te detengas en juzgar el impulso que te llevó a querer sumarte a Voces Mayores. ¡Todo lo contrario! Envejecer requiere desplegar principalmente el amor a la vida con todo lo que conlleva: sobrellevar los sinsabores, aprender a sortear los tropiezos y obstáculos, así como a capitalizar la propia experiencia. Si has llegado hasta aquí es porque tienes mucho por legar, heredar, compartir, contar. ¡Tu voz es potente! Que la primera persona del singular, YO, sea la protagonista.

En esta ocasión, el ejemplo llega de la mano de [Nilse](#): “Tengo 86 años, amo la alegría y guardo la tristeza, lo sabemos, es necesario guardarla. Vivo en la casa de mi hijo Raúl, y tengo dos más, Daniel, Carlos y seis nietos. Esta casa es muy pequeña y sin patio, pero pronto iremos a vivir al campo. ¡Amo esa vida de campo con sembrados, río, árboles, aire!”.

### ¿Vivencia o saber?

“Voces mayores” es un espacio de encuentro para compartir emociones, reflexiones, historias de resiliencia, de amor, de superación, de luchas cotidianas, de perdón, de vitalidad, de descubrimientos personales, de tropiezos, de nuevas vocaciones, de nietos, hijos, familias, amistades, parejas, amor, trabajo, enseñanzas y aprendizajes en esta etapa de la vida, etc.

También es un espacio para legar saberes. ¿Cuáles saberes? Vos sabés eso mejor que nosotros. Un camino como el tuyo seguro tiene muchos saberes aprendidos. Quizás te parece que a nadie le pueden interesar, que es sencillo, que cualquiera podría hacerlo. Tendemos a quitarle valor a los aprendizajes adquiridos y naturalizados. Para que puedas también compartir tu saber y/o saberes, además de alguna historia, te proponemos que te hagas las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es ese saber que heredé de mis ancestros y que me gustaría heredar a quienes vienen detrás?
- ¿Cuál es esa habilidad por la que muchas personas me felicitan, admiran o reconocen?
- ¿Cuáles son mis aprendizajes, atributos o saberes que me gusta compartir con las generaciones más jóvenes?

¡Seguro que lo pudiste recordar! Ahora, sentate frente a la compu y animate a compartirlo con VOCES MAYORES.

**¡Queremos que te  
animes a formar parte de  
este mapa, frondoso registro,  
a través del cual visibilizar las  
diferentes maneras de  
vivir la vejez en este  
Siglo XXI!**



Organizan:



[www.elclubdelaporota.com.ar](http://www.elclubdelaporota.com.ar)



[www.fnv.org.ar](http://www.fnv.org.ar)

## ¿Cómo participar?

Compartí tu historia de vejez o heredá tu saber, **sumate a este Registro Federal +60.**

Escribinos a **vocesmayores@gmail.com** o envíanos un WhatsApp al **+54 9 11 6267 1617.**

**Tu testimonio puede ser escrito, oral o quedar plasmado en un video.**

### **Vivencia y/o Saber escrita:**

Si decidís enviarnos un escrito, te pedimos que esté mecanografiado en computadora, y que adjuntes una fotografía tuya, en primer plano, en la que salgas solo o sola para acompañar la publicación. El texto deberá contar con una extensión de no más de 800 palabras o dos carillas de una plantilla A4, con un interlineado simple. Letra tipo Arial o Times New Roman tamaño 12.

### **Vivencia y/o Saber oral:**

Si decidís enviar tu historia o legar tu saber, no sólo de manera escrita sino también leída a través de un audio de Whatsapp, vamos a necesitar lo siguiente:

1. Que busques un lugar tranquilo para grabar, sin interrupciones y/o ruidos de fondo.
2. Que tengas el texto que escribiste impreso para que lo puedas leer de corrido y cómodo/a.
3. Que leas despacio, respetando los silencios, intervalos y modulando más de lo normal. ¡Exagerá! No tengas miedo. Lento, despacio... para que podamos saborear cada palabra.
4. Por favor, que el audio dure como MÁXIMO 4 minutos.
5. Que nos envíes el audio al celular número +54 9 11 6267 1617 o por mail a vocesmayores@gmail.com. ¡Siempre, siempre con foto adjunta!

**Si buscás más información sobre cómo grabar un audio, activá este [link](#) o accedé a la sección “tutoriales”.**

### **Vivencia y/o Saber en video:**

Si además de escribir tu historia o legar tu saber te animás a grabar un video para compartir te invitamos a que tengas en cuenta lo siguiente:

1. La cámara debe estar ubicada en formato horizontal
2. En el recuadro del celular debes aparecer vos, la Voz Mayor, enmarcado/a desde la zona del torso hasta la cabeza. Similar a un plano medio.
3. Buscá un lugar tranquilo para grabar, sin interrupciones y/o ruidos de fondo.
4. Lee el texto varias veces así podés compartirlo sin leer. Si algunas palabras están cambiadas o el orden de la narración no es el mismo que el del escrito ¡no importa! lo que importa es que vos te escuches bien y que puedas soltarte y hacer de cuenta que estás charlando con alguien de mucha confianza.
5. Tené a mano el texto que escribiste por si necesitas repasar nuevamente.
6. Te sugerimos que hables despacio y modulando cada palabra.



Organizan:



[www.elclubdelaporota.com.ar](http://www.elclubdelaporota.com.ar)



[www.fnv.org.ar](http://www.fnv.org.ar)

## NO TE OLVIDES

**Cuando hagas el o los envíos, no te olvides de consignar:**

- Nombre y apellido/s:
- Edad:
- Provincia en la que vivís:
- País de origen:
- Institución o medio a través del cual te enteraste de Voces Mayores:
- Si tenés cuentas de redes sociales escribinos la o las direcciones así te etiquetamos. Por ejemplo, la dirección de la página de Facebook de la Fundación Navarro Viola es [@FundacionNavarroViola](#) y la de El Club de la Porota [@porota.vida](#).



- Número de teléfono, preferentemente de un celular. Para que te podamos contactar rápidamente. Cuando nos pases el número interpone por favor, el prefijo de tu provincia.
- Casilla de correo electrónico
- Y responder a la pregunta ¿cómo te enteraste de Voces Mayores?

**LA CONVOCATORIA PARA PRESENTAR  
TEXTOS DE VIVENCIAS Y/O SABERES  
FINALIZARÁ EL 20 DE OCTUBRE DE 2021.**

**¡Muchas gracias!**

## TUTORIALES

Para facilitarte aún más tu participación hemos creado hermosos y sencillos tutoriales que te compartimos a continuación:

- [Paso a paso - ¡me sumo!](#)
- [Tutorial para enviar un testimonio a través de un audio de whatsapp.](#)
- [Tutorial para enviar un video.](#)
- [Tutorial para sacarte fotos.](#)

Además, te invitamos a que navegues por las páginas webs de la [Fundación Navarro Viola](#) y el [Club de la Porota](#) y leas algunas de las historias de quienes participaron en la edición 2020 de VOCES MAYORES. ¡Todas las voces todas! ¿La tuya también? ¡Claro que sí! Gracias por animarte y por ayudarnos a gestar y visibilizar nuevos modos de envejecer.

**¡IMPORTANTE!** Desde Voces Mayores sabemos que ¡la experiencia cuenta! y...como esta es nuestra segunda edición hemos podido capitalizar esa experiencia. Es por eso que a continuación enumeramos algunos NO. ¡Ya sabemos! suena odioso. Pero también sabemos que es absolutamente necesario: “reglas claras conservan la amistad”, reza el refrán popular. De este modo podremos filtrar mejor las presentaciones y respetar la propuesta de Voces Mayores.

- No aceptaremos textos que no estén narrados en primera persona.
- No aceptaremos textos que no tengan algún anclaje con el presente. Este también es tu tiempo. Esta también es tu época. ¡Apropiate de tu presente!
- No aceptaremos cuentos o relatos escritos para libros y/o antologías que no te tengan como protagonista.
- No aceptaremos poesías, salvo que estén incluidas en el relato de tu vida actual.
- No aceptaremos fotos sin texto y viceversa. Así como tampoco textos breves que no reúnan con los requisitos ya detallados.

## **SI PARTICIPÁS COMO INSTITUCIÓN**

Primero, queremos agradecerles que se sumen. Que elijan acompañarnos. ¡Gracias, gracias, gracias!

Antes de arrancar les solicitamos que lean las bases y condiciones para participar de Voces Mayores 2021. Las bases y condiciones han sido redactadas especialmente para personas mayores con el objetivo de que sean ellas quienes las lean y asientan adherir, escribir, grabar y/o compartir.

Sin embargo, hay algunos otros aspectos que sí son importantes que las instituciones que adhieran tengan en cuenta. Los detallamos a continuación:

- Las instituciones que se sumen a Voces Mayores 2021 - Registro Federal de Historias y Saberes +60 deberán ser sin fines de lucro.
- Lo que esperamos de ustedes es que:
  - Nos ayuden a multiplicar la iniciativa para que cada vez más personas mayores se animen a sumarse.
  - Nos acerquen Voces Mayores en formato de video, audio y/o texto (por supuesto, que reúnan los requisitos detallados en las bases y condiciones) antes del 20 de octubre de 2021.
  - Que un integrante de su institución sea parte de las instancias de encuentro y formación que gratuitamente gestaremos a través de Voces Mayores para las instituciones que elijan ser parte.
  - Que se sientan cómodos y parte del equipo de Voces Mayores. Estamos abiertos a sus aportes y consejos.
- Por favor, ante cualquier duda o consulta esperamos que se pongan en contacto. Nuestros canales de comunicación son:  
**Mail: [vocesmayores@gmail.com](mailto:vocesmayores@gmail.com) | WhatsApp: +54 9 11 6267 1617.**

**LA CONVOCATORIA PARA PRESENTAR TEXTOS DE  
VIVENCIAS Y/O SABERES FINALIZARÁ EL 20 DE  
OCTUBRE DE 2021. ¡Muchas gracias!**



## ¿Quiénes somos?

La **Fundación Navarro Viola** es una organización de la sociedad civil que trabaja para promover el desarrollo integral en la primera infancia y transformar la realidad de las personas mayores. Desde sus orígenes, la Fundación Navarro Viola tiene por misión apoyar la educación, la medicina social y la atención a las personas mayores. Desde 2017 junto a un grupo de personas mayores voluntarias generamos contenidos que revalorizan a las personas mayores, dándoles la voz a través de crónicas, entrevistas y grabaciones de audio con los que cuentan historias propias y de otros mayores.

[www.fnv.org.ar](http://www.fnv.org.ar)



El **Club de la Porota** es una propuesta de Comunicación y Vejez que tiene como objetivo visibilizar las vejeces desde una perspectiva de derechos. Porota es un arquetipo de mujer envejeciente quien, a través de sus reflexiones y espacios de comunicación, busca descubrir y valorar las potencialidades de la vejez. Nos especializamos en Comunicación Gerontológica, capacitaciones y creación de contenidos con perspectiva de edad. La propuesta nace en el año 2015 como “Porota Vida, historias de una Mujer que Envejece”. Más tarde surge “El Club de la Porota, para personas que abrazan la edad” con el propósito de generar una comunidad de personas dispuestas a descubrir nuevos modos de envejecer. Hoy ya somos más de 10.000 y estamos presentes en todas las redes sociales.

[www.elclubdelaporota.com.ar](http://www.elclubdelaporota.com.ar)

Organizan:



[www.elclubdelaporota.com.ar](http://www.elclubdelaporota.com.ar)



[www.fnv.org.ar](http://www.fnv.org.ar)

## **VOCES MAYORES - PASO A PASO**

1. Primero te invitamos a que leas las **Bases y Condiciones de VOCES MAYORES - Registro Federal de Vivencias y Saberes +60, edición 2021**. Las narramos de tal modo ¡que no vas a parar de leerlas!
2. Luego te proponemos que pienses y reflexiones sobre tu vida hoy. Revisa tu recorrido. Aquellas historias que han consolidado la belleza que te habita en este presente que es tuyo, que te pertenece. Toma un lápiz y un papel. Esboza algunas ideas. Escribe palabras sueltas, aquellas que te resuenen de manera automática. No lo pienses demasiado. Piensa en historias, anécdotas que orbiten desde lo más simple a lo más complejo, de lo más pintoresco a lo humorístico, de lo cotidiano a lo extraordinario, de las penas a las alegrías.
3. Tené en cuenta tu contexto, los paisajes que te rodean, el pueblo o la ciudad, el entorno familiar o social.
4. Y... ¡a escribir! esa historia que deseas compartir. Ese saber que tienes ganas de legar. La primera que emerja, el primero que brote. En las bases y condiciones podrás conocer las características del texto.
5. Si querés además compartir tu historia o saber a través de un audio de whatsapp o video te compartimos los tutoriales para que te resulte mucho más sencillo hacerlo.
6. Tutorial para mandarnos un audio.
7. Tutorial para mandarnos un video.
8. Tutorial para mandarnos las fotos que deben acompañar cada producción.
9. Por último compartís el material a [vocesmayores@gmail.com](mailto:vocesmayores@gmail.com) o por **whatsapp al +54 9 11 6267 1617** adjuntando con nombre, apellido, DNI, ciudad y provincia, teléfono de contacto, edad, dos fotos tuyas y, en caso de ser una institución, isologo editable.
10. Para más información ¡escribinos a [vocesmayores@gmail.com](mailto:vocesmayores@gmail.com) o mandanos un sms al celular **+54 9 11 6267 1617**.
11. **¡Todas las voces, todas! la tuya también. ¡Gracias por ser parte!**

**LA CONVOCATORIA PARA PRESENTAR TEXTOS DE VIVENCIAS Y/O SABERES FINALIZARÁ EL 20 DE OCTUBRE DE 2021. ¡Muchas gracias!**