

# MIMA – Red de Cuidado para las Personas y el Entorno del Distrito Macarena



**MIMA**

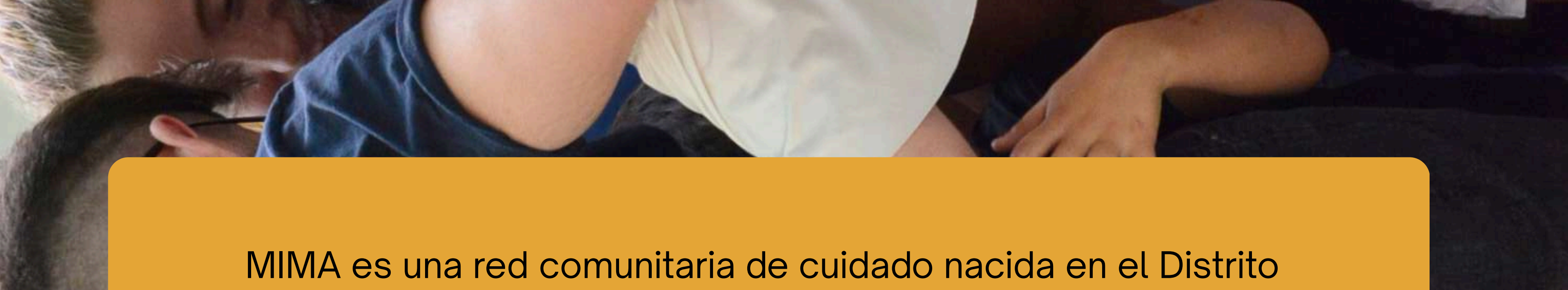
# CONTENIDO

1. QUIÉNES SOMOS
2. LA REALIDAD QUE QUEREMOS TRANSFORMAR
3. RECONOCIENDO NUESTRO ACTIVOS
4. NUESTRA IDEA: EL PROTOTIPO
5. DISEÑO Y PLANIFICACIÓN INICIAL
6. PRODUCTOS DE PLANIFICACIÓN Y CO-DISEÑO
7. PRESUPUESTO INICIAL
8. IMPACTO ESPERADO
9. CONTRIBUCIÓN A LOS ODS



# 1. QUIÉNES SOMOS





MIMA es una red comunitaria de cuidado nacida en el Distrito Macarena (Sevilla), formada por vecinas y vecinos, colectivos, personas cuidadoras, profesionales, asociaciones y entidades sociales que creen en el cuidado como una fuerza transformadora.

Somos un tejido vivo que se construye desde la colaboración, el afecto y la acción compartida. Nuestro propósito es impulsar el bienestar de las personas y del entorno, promover una cultura del cuidado y fortalecer los lazos que sostienen la vida cotidiana en nuestros barrios.



## 2. LA REALIDAD DE LO QUE QUEREMOS TRANSFORMAR



El Distrito Macarena es un territorio de gran riqueza cultural y generacional, pero también marcado por desigualdades sociales, situaciones de soledad no deseada, precariedad y brechas en el acceso a los cuidados y a la participación comunitaria.



## 1. Diversidad cultural

Alta presencia de población inmigrante (30 % de la ciudad)

## 2. Soledad no deseada

- 57 % de mayores de 60 se sienten solos
- 23 % en situación de soledad severa
- Riesgo de aislamiento social: más del 40 %

## 3. Medioambiente urbano y espacio público

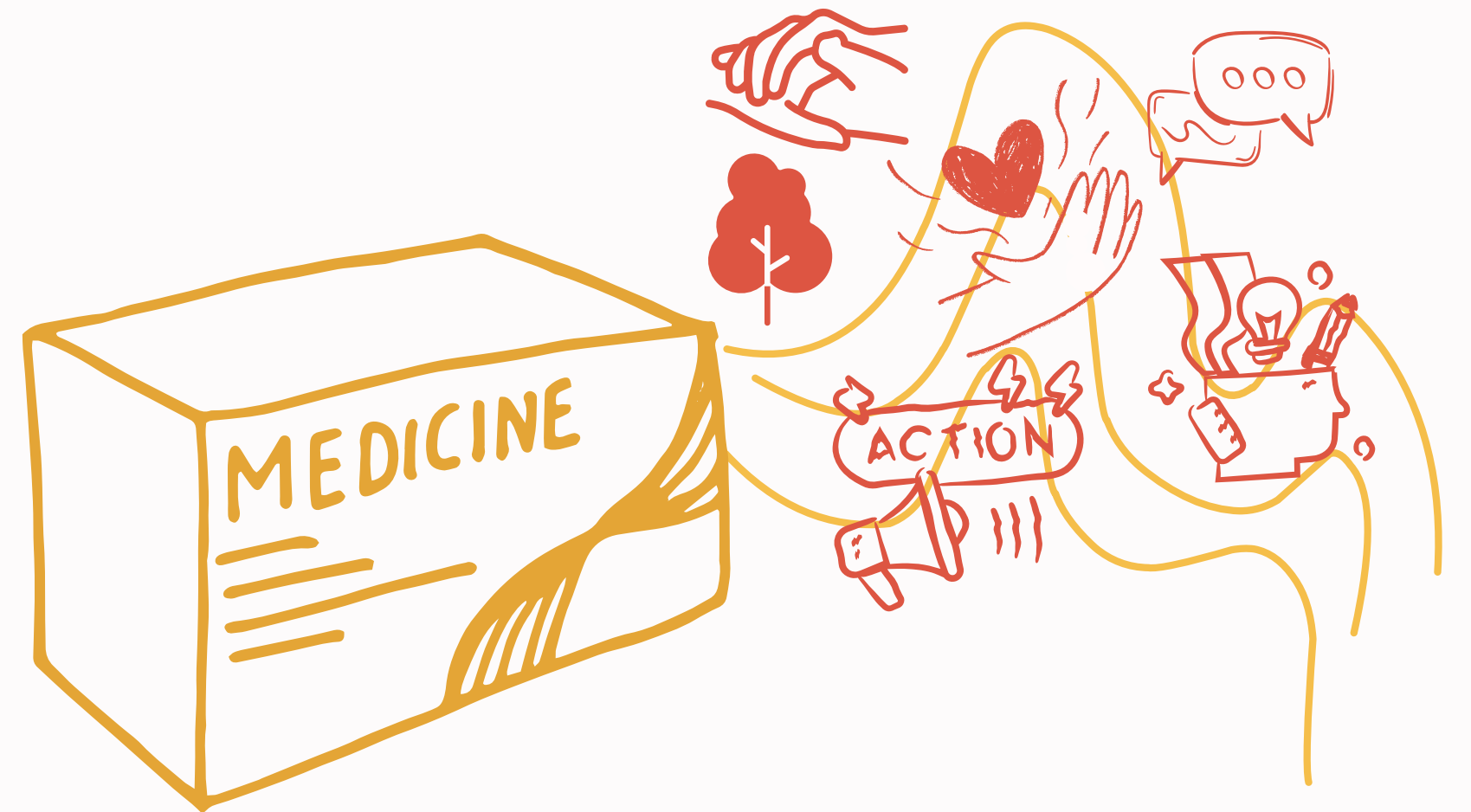
- distrito con menos zonas verdes de Sevilla
- → 0,73 m<sup>2</sup>/persona (OMS recomienda 10–15 m<sup>2</sup>)
- Déficit en limpieza, aceras, alumbrado y sostenibilidad
- Falta de espacios compartidos deteriora convivencia
- Las altas temperaturas no ayudan a la vida.

## 4. Fragmentación Social

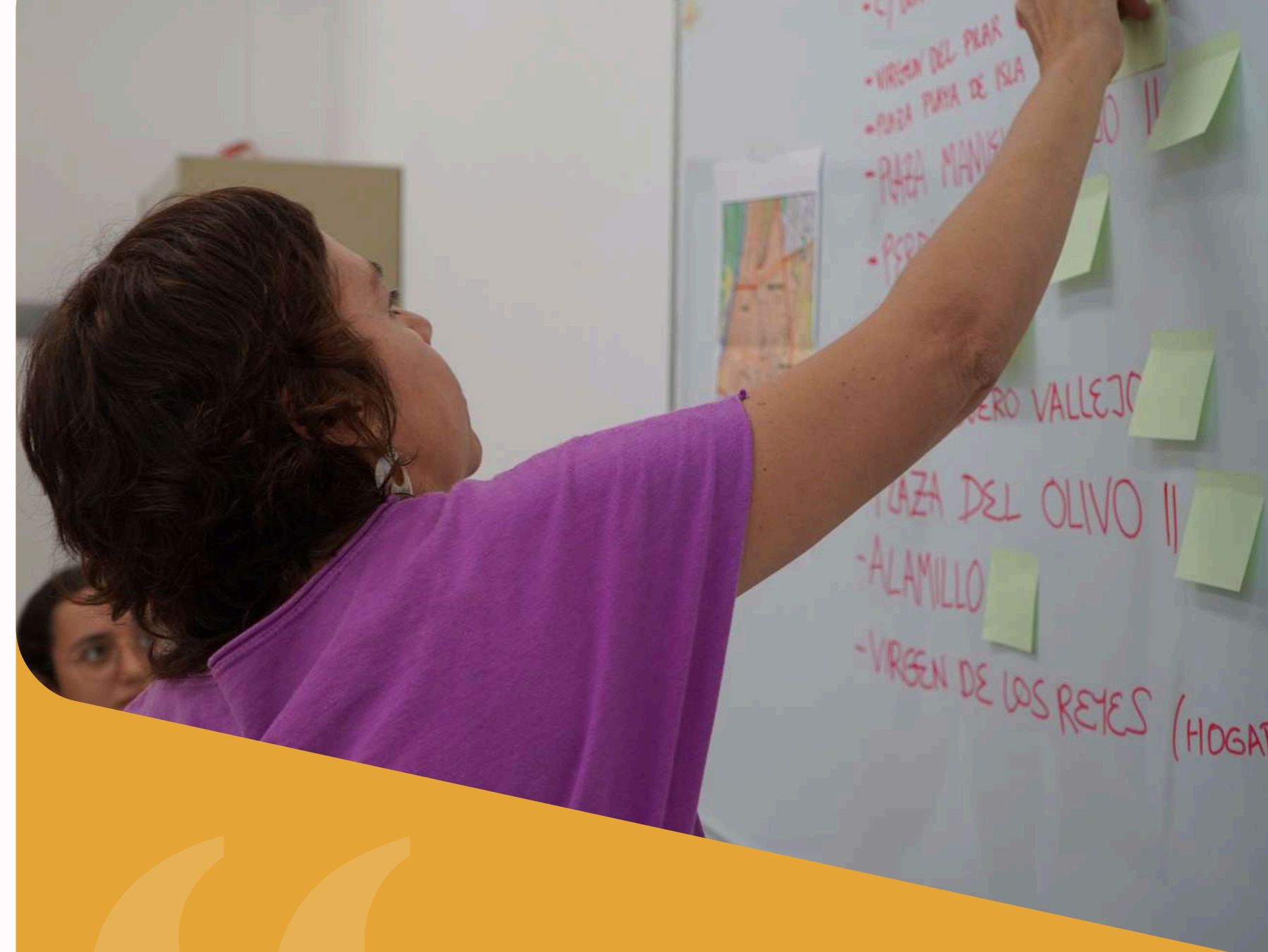
- Convivencia sin conexión real: generaciones y culturas aisladas
- Inmigración en barrios pobres → más separación y segregación
- Débil interacción entre vecinos → aumento de desconfianza



Aspiramos a transformar esta realidad fragmentada en una red viva y cohesionada, *donde los cuidados sean compartidos, reconocidos como un valor social y cultural, y profundamente conectados con el respeto y la protección del medio que nos rodea.*



## 3. NUESTRA IDEA



*MIMA nace del deseo de aprender  
haciendo barrio, creando espacios de  
encuentro, escucha y colaboración.*

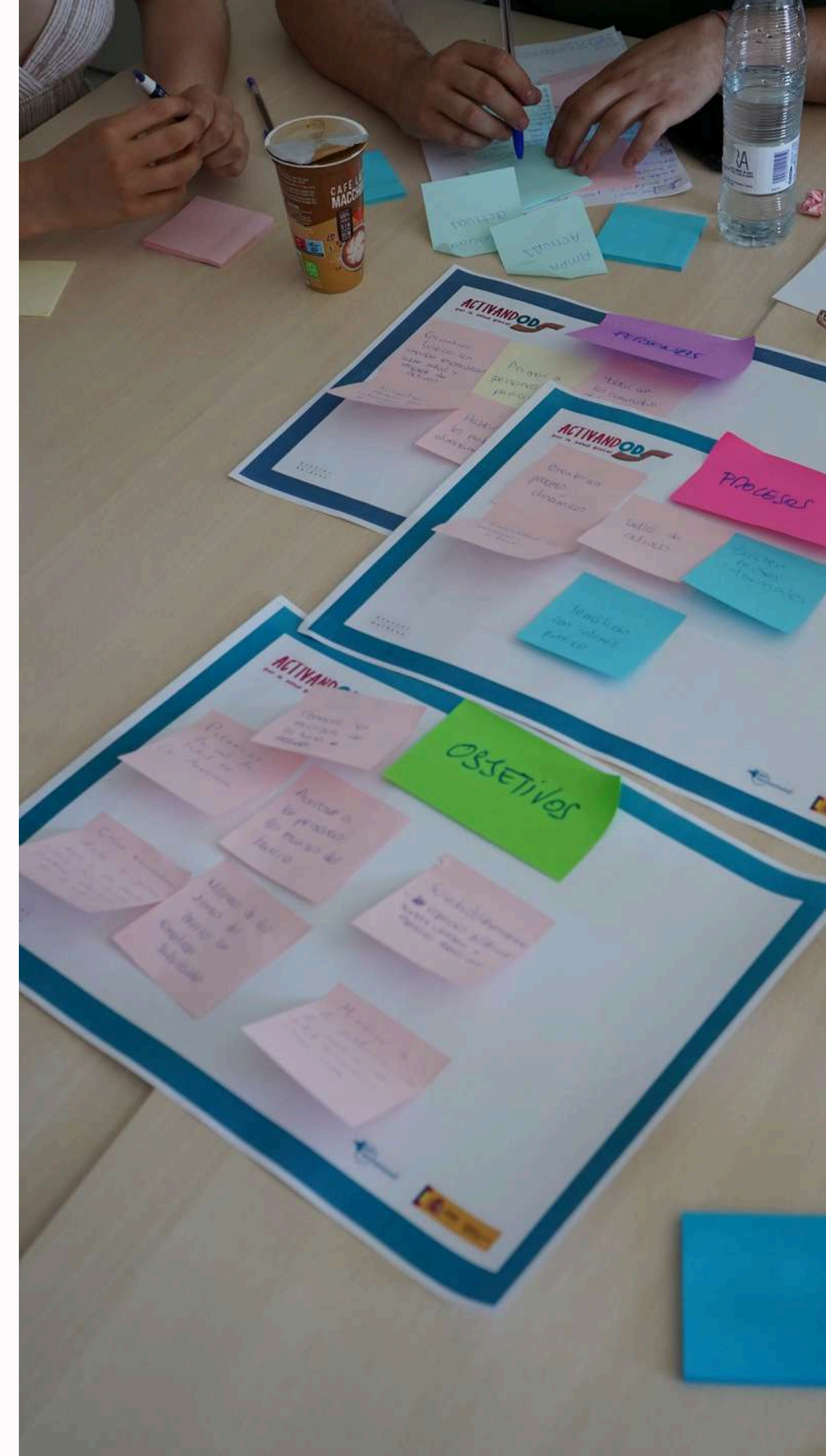
**Tejer una red de cuidados y bienestar en la Macarena.**

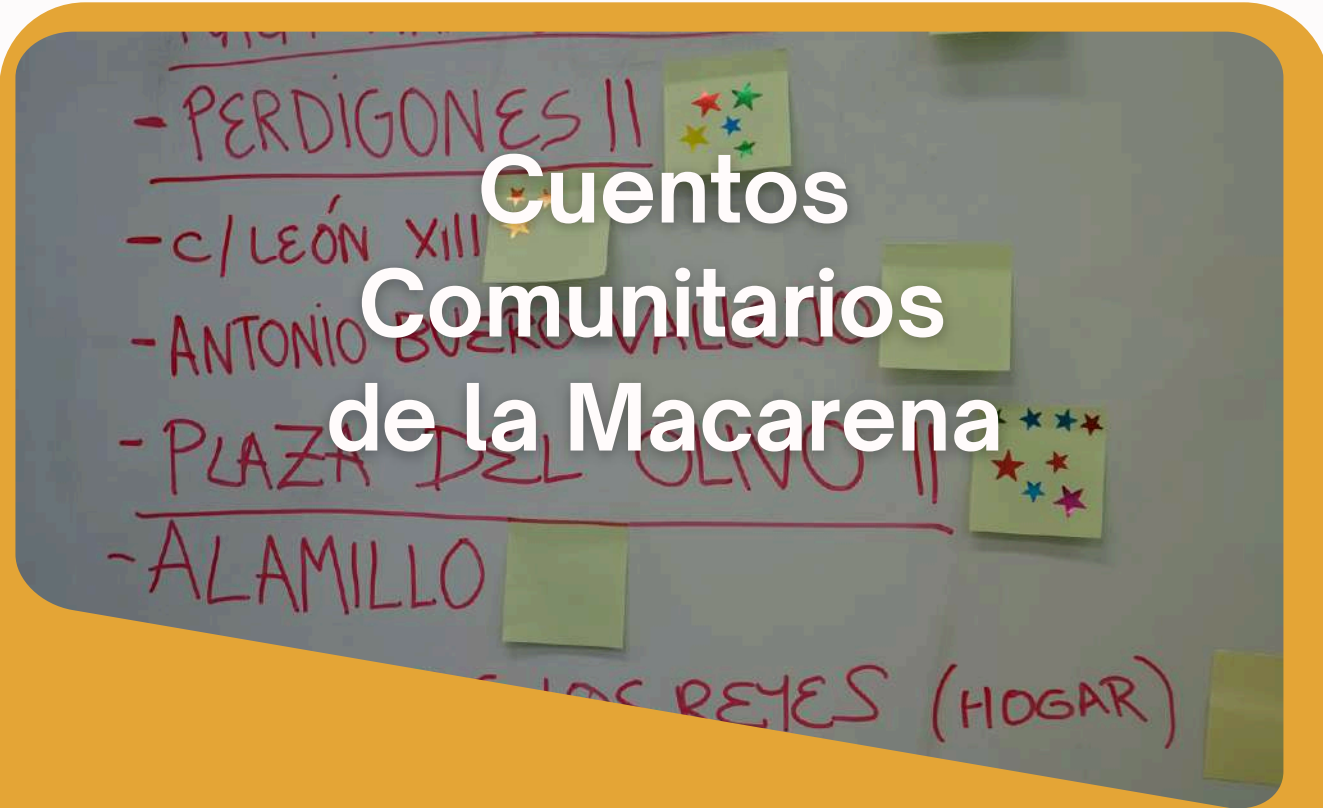
**Promover la salud comunitaria desde lo local.**

**Visibilizar los activos de salud existentes y activar nuevos.**

**Fortalecer la colaboración entre vecindad, colectivos e instituciones.**

**Fomentar la convivencia intergeneracional e intercultural**





## Cuentos Comunitarios de la Macarena

*“Contar para cuidar: cada historia revela los lazos y los lugares que nos sostienen.”*



## Encuentros MIMA

*“Encontrarnos para aprender: hacer barrio es tejer confianza y construir bienestar de manera conjunta”*

## Cuentos Comunitarios de la Macarena

### Cuentos Comunitarios de la Macarena

- PERDIGONES II  
- C/LEÓN XIII  
- ANTONIO BUERO VALLEJO  
- PLAZA DEL OLIVO II  
- ALAMILLO  
- LOS REYES (HOGAR)

*“Contar para cuidar: cada historia revela los lazos y los lugares que nos sostienen.”*

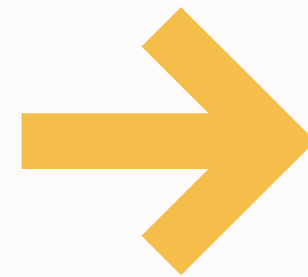
- Relatos creados por las personas del barrio
- Nos ayudan a contar los activos de salud que ya existen en la Macarena y a promover nuevos.
- Cada cuento se enlazar  con zonas verdes y espacios colectivos que son lugares donde el cuidado se hace visibles

## Encuentros MIMA



**Encuentros  
MIMA**

*“Encontrarnos para  
aprender: hacer barrio es  
tejer confianza y construir  
bienestar de manera  
conjunta”*



- Promueven la escucha, la colaboración y el reconocimiento mutuo.
- Una forma de aprender haciendo barrio, conectando las historias con la acción comunitaria.
- Espacios compartidos entre vecindad, entidades e instituciones.

# Beneficios esperados para la comunidad

Conectar historias y espacios que cuidan del barrio.



Activar y cuidar los espacios públicos como lugares de encuentro y bienestar.



Inspirar nuevas iniciativas de cuidado, salud y sostenibilidad local.



Reforzar el sentido de pertenencia y la identidad comunitaria.



Mes	Acciones principales	Resultados esperados
Junio - Julio 2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuevas incorporaciones a la red</li> <li>• Revisión de materiales previos (Folleto MIMA, diagnósticos, activos existentes).</li> <li>• Diseño preliminar de las dos líneas de acción: cuentos y encuentros.</li> <li>• Creación del material de identidad visual (logo, cartelera, RRSS).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo motor definido.</li> <li>• Ejes metodológicos y calendario base acordados.</li> <li>• Borrador del plan de trabajo MIMA.</li> <li>• Identidad visual definida.</li> </ul>
Octubre 2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseño participativo del prototipo narrativo (guía de los Cuentos del Cuidado).</li> <li>• Identificación inicial de activos de salud y espacios comunitarios.</li> <li>• Planificación de los primeros Encuentros MIMA.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mapa preliminar de activos.</li> <li>• Guía metodológica de cuentos y encuentro</li> </ul>
Noviembre - diciembre 2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicio de los talleres de cuentos comunitarios con los cuatro grupos (3 Estaciones, Sevilla Acoge, Solidarios, San José Obrero)</li> <li>• Registro audiovisual y acompañamiento creativo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Primeros cuentos en desarrollo.</li> <li>• Equipos creativos formados.</li> <li>• Calendario de encuentros confirmado.</li> </ul>
Enero- Febero 2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Primer Encuentro MIMA: presentación de avances y puesta en común de los relatos iniciales.</li> <li>• Ajustes de planificación según aprendizajes.Consolidación del cronograma de fase II (marzo-junio).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prototipo narrativo en marcha.</li> <li>• Comunidad participante activa.</li> <li>• Hoja de ruta del siguiente ciclo validada.</li> </ul>

## 5. PRODUCTOS DE PLANIFICACIÓN Y CO- DISEÑO





## TALÓN DE RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS PARA LA SALUD

FECHA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

NOMBRE DE LA PERSONA QUE RECOMIENDA: \_\_\_\_\_ :

¿PARA QUIÉN ES?: \_\_\_\_\_ :

**♥ MOTIVO / NECESIDAD IDENTIFICADA:**

SALUD EMOCIONAL

ACTIVIDAD FÍSICA

REDES DE ACOMPAÑAMIENTO

OTRO: \_\_\_\_\_

PRESCRIPCIÓN	INDICACIONES
<p>NOMBRE DEL ACTIVO: _____</p> <p>UBICACIÓN: _____</p> <p>CONTACTO: _____</p> <p>EXPLICACIÓN DE LA NECESIDAD: _____</p>	<p>NOMBRE Y FIRMA: _____</p> <p>TELÉFONO DE CONTACTO (SI SE REQUIERE SEGUIMIENTO): _____</p>

ESTE TALÓN BUSCA FORTALECER LAS REDES VIVAS DE CUIDADO, SABERES Y VÍNCULOS EN NUESTRA COMUNIDAD. PORQUE CUIDAR TAMBIÉN ES CONECTAR.

## Origen

MIMA tuvo sus inicios en un Laboratorio de Innovación Ciudadana organizado por Farmamundi al que asistieron 32 personas representando diversas organizaciones y colectivos del distrito de La Macarena.

Entre las personas participantes se encontraban el Centro de Participación Activa para Mayores de La Macarena, NiPlataNiForma, Prodiversa, Mujereando, Ecorube, la CAONGD, ASONGD, Solidarios, Arquitectura Sin Fronteras, así como estudiantes de la Universidad Pablo de Olavide (UPO) y de la Universidad de Sevilla (US), además de numerosos vecinos y vecinas del área.



## Contacto

☎ 610216471  
✉ redmimamacarena@gmail.com



# MIMA

Red de cuidado de las personas y el entorno de Distrito Macarena



## ¿Qué somos?



Somos una red comunitaria del Distrito Macarena formada por vecinas, personas cuidadoras, colectivos, profesionales y entidades sociales. Creemos en el cuidado como una fuerza transformadora.

## ¿Qué queremos?

Queremos impulsar el bienestar de quienes vivimos en la Macarena, cuidar nuestro entorno, promover la salud, apoyarnos, aprender juntas y hacer barrio de forma participativa y sostenible.

## Para ello queremos contar con...



## Objetivos

- **Tejer una red** comunitaria que impulse el cuidado mutuo en el Distrito Macarena.
- **Promover el bienestar y la salud colectiva**, conectando personas, espacios y saberes del barrio.
- **Visibilizar y activar recursos** comunitarios (activos de salud) que ya cuidan del entorno y las personas.

## ¿Qué implica?



**Reuniones mensuales**  
Participa en 2 horas de encuentro, ya sea presencial u online.



**Certificado de participación**  
Un reconocimiento oficial por tu compromiso con la salud comunitaria.



**Flexibilidad**  
Que la participación sea un aporte enriquecedor y no una carga, por eso respetamos tu tiempo y tus compromisos.



**Sello de Activo de Salud**  
Un distintivo que identifica tu rol como agente activo en la promoción del bienestar en Distrito Macarena.



# WIX

## Inicio

MIMA tuvo sus inicios en un Laboratorio de Innovación Ciudadana al que asistieron 32 personas representando diversas organizaciones y colectivos

La Red MIMA

[Inicio](#) [Bienvenida](#) [Activos](#) [Actividades](#) [More](#)



## Red MIMA

Tejiendo redes de cuidado en el corazón de la Macarena

¿Te unes?

## Cuidado comunitario

La Red Mima es una red comunitaria del Distrito Macarena (Sevilla), integrada por vecinas, personas

## 6. PRESUPUESTO INICIAL Y RECURSOS DISPONIBLES



CONCEPTO	DESCRIPCIÓN	ESTIMADO
Diseño, maquetación e ilustración	<p>ilustración</p> <p>Creación de identidad visual, maquetación de cuentos, materiales gráficos e ilustraciones.</p>	1000
Impresión y materiales	Impresión de cuentos, carteles, fichas, soportes visuales y materiales para talleres (aprox. 100 unidades).	800
Encuentros comunitarios (4 encuentros de creación + 1 encuentro final)	Refrigerios, meriendas o comidas, materiales de apoyo y documentación.	100
	<b>GASTO TOTAL</b>	1900

## 7. IMPACTO ESPERADO

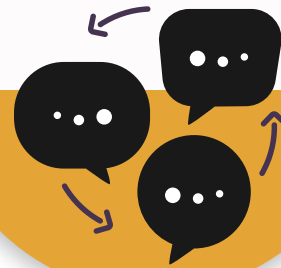


**ACTIVANDOD**  
por la salud glocal  
¡Gracias por tu Participación!

La albahaca no solo embellece y aromatiza nuestros espacios, sino que también ayuda a reducir el CO2, contribuyendo a un aire más limpio. Además, al ser una planta utilizada en la cocina, fomenta el consumo local y sostenible, recordándonos la importancia de conectar con nuestros recursos naturales y consumir de manera consciente.

#MacarenaViva

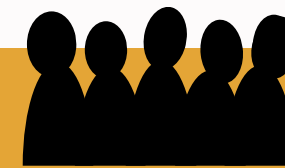
# IMPACTOS



60–80 personas (4 en talleres de cuentos)



4 relatos elaborados por los grupos participantes (3 Estaciones, Sevilla Acoge, Solidarios, San José Obrero).



100 personas en espacios de diálogo, y escucha comunitaria.



Mapeo de personas, iniciativas o lugares que promueven el bienestar en la Macarena. 20–25 activos actualizados

## 8. CONTRIBUCIÓN A LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

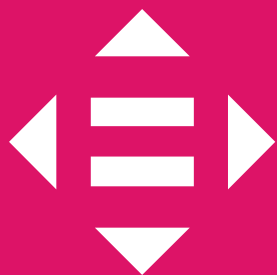


**3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING**



Visibilizamos y potenciamos los activos de salud locales y **promovemos el bienestar emocional y social** mediante redes de apoyo y cuidado compartido, reduciendo la soledad no deseada y la precariedad afectiva.

**10 REDUCED INEQUALITIES**



Creamos **espacios inclusivos** donde todas las personas, independientemente de su edad, género o situación social, pueden participar y contribuir.

**11 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES**



**Conectamos historias y acciones con zonas verdes y espacios colectivos**, reforzando la importancia de entornos urbanos que promuevan la cohesión y el cuidado comunitario.

**17 PARTNERSHIPS FOR THE GOALS**



**MIMA es un tejido de alianzas entre personas, colectivos, profesionales y entidades sociales**, mostrando que los desafíos comunitarios se enfrentan mejor desde la cooperación y la corresponsabilidad.



**GRACIAS**