

**CURSO DE POSTGRADO EXPERTO UNIVERSITARIO:
INTERVENCIÓN EN CALIDAD DE VIDA DE PERSONAS
MAYORES**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

PROYECTO DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL EN LA TERCERA Y CUARTA
EDAD, CON ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y APOYO DE LOS FAMILIARES:

“DANDO VIDA A LOS AÑOS”

Curso académico 2015/2016



Alumna:

Felices Bayón, Aránzazu

Correo electrónico: aranzazufelices@gmail.com



ÍNDICE	Págs.
INTRODUCCIÓN.....	3
1. DIAGNÓSTICO/ANÁLISIS DE LA REALIDAD.....	4
1.1 <i>Detección de necesidades y establecimiento de prioridades</i>	4
1.2 <i>Fundamentación del proyecto</i>	7
1.3 <i>Delimitación del problema</i>	9
1.4 <i>Ubicación del proyecto</i>	9
1.5 <i>Previsión de la población</i>	12
1.6 <i>Previsión de los recursos</i>	14
2. PLANIFICACIÓN.....	14
2.1 <i>Objetivos</i>	14
✓ 2.1.1 <i>General</i>	14
✓ 2.1.2 <i>Específicos</i>	14
2.2 <i>Metodología</i>	20
✓ 2.2.1 <i>Actividades</i>	22
2.3 <i>Temporalización</i>	46
2.4 <i>Recursos</i>	47
✓ 2.4.1 <i>Humanos</i>	47
✓ 2.4.2 <i>Materiales</i>	48
✓ 2.4.3 <i>Financieros</i>	48
3. APLICACIÓN.....	50
4. EVALUACIÓN.....	61
4.1 <i>Evaluación de diagnóstico</i>	61
4.2 <i>Evaluación del proceso</i>	61
4.3 <i>Evaluación final</i>	62
5. INFORME FINAL.....	62
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA/WEBGRÁFICA.....	64
ANEXOS.....	66



INTRODUCCIÓN

“Y nosotros lo que queremos es poder completar ese ciclo vital con la mayor dignidad posible, sin ser una carga para el medio ambiente, ni para los hijos, ni para la sociedad, sino a poder ser, siguiendo nosotros vivos, activos, eh..., responsables de nuestra propia vida y de nuestro propio futuro” (Rodríguez Ruiz y Menéndez Rato, 2014).

La reflexión inicial que se narra en este proyecto audiovisual, muestra un **cambio de la percepción actual de la vejez**, ya que apuesta por la vivencia de todo el **proceso vital de una manera activa**, frente a la espera pasiva de la muerte.

Actualmente, y como se especifica en el párrafo anterior, **se asocia la imagen de la vejez, a la etapa final de la vida, donde no se concibe la posibilidad de tener sueños, objetivos, etc.**, que se puedan realizar durante el tiempo del que se dispone, sino que **esta tercera y cuarta edad, tan solo se caracteriza por las enfermedades, el consumo continuado de medicamentos, las visitas diarias al médico, etc.**, rasgos que condicionan el estilo de vida de muchas personas mayores, **provocando en ellos la incapacidad de disfrutar de la vida y, por tanto, la incapacidad de mejorar de su calidad de vida.**

Todos estos aspectos, se trabajan a lo largo del presente **Proyecto de Animación Sociocultural en la Tercera y Cuarta Edad, con Estimulación Cognitiva y apoyo de los Familiares**, que lleva por título: *“Dando vida a los años”*. Dicho trabajo se **estructura a lo largo de cinco apartados**, comenzando con la fase de **diagnóstico**, donde se desarrolla la **detección de necesidades a satisfacer** y el establecimiento de **prioridades**; siguiendo con la fundamentación del proyecto; la **delimitación del problema** a resolver; la **ubicación** donde se pretende poner en marcha este proyecto; la **previsión de la población** destinataria; y la primera **previsión de los recursos** necesarios para la puesta en marcha de este trabajo. Se añade en el segundo de los apartados, destinado a la **planificación**, los **objetivos** a alcanzar (general y específicos); la **metodología** que se va a seguir (y las actividades que responden a la misma); la **temporalización**; y de nuevo, la especificación de los **recursos** (humanos, materiales y financieros). A continuación, se desarrolla la **aplicación** y seguidamente la **evaluación** (de diagnóstico, del proceso y final). Por último, se recoge un **informe final** que aporta información relevante sobre la posible puesta en marcha del proyecto.

En definitiva, aunque la **finalidad de este trabajo** se centre en el desarrollo de una animación sociocultural con estimulación cognitiva, contando con el apoyo de familiares, el motivo por el que se reflexionó acerca de la necesidad de realizar este proyecto, **radica en análisis previos**, de los que se obtuvo la gran **desmotivación** que sufrían los mayores **residentes**, (sentimiento de inutilidad y alejamiento de sus familiares, además de la participación vacía en diversas actividades que proponía el centro), por lo que se **diseñó este trabajo con el fin de cambiar esa realidad y lograr mejorar su calidad de vida.**



1. DIAGNÓSTICO/ANÁLISIS DE LA REALIDAD

1.1 Detección de necesidades y establecimiento de prioridades:

En los últimos años los avances científicos han provocado un aumento de la esperanza de vida de la población, lo que ha generado la aparición de una nueva “etapa” vital, la **cuarta edad**, puesto que de otro modo la tercera edad abarcaría una gran parte de la población mundial, estableciendo un grupo muy heterogéneo entre sí.

La denominación de **tercera** (personas de entre 65 y 75 años) y **cuarta edad** (mayores de 75 años), (Cabrera Esteve, Navarro García, Ruiz Caballero, Jiménez Díaz, Brito Ojeda y Legido Díez, 2006), nos ayuda a los profesionales de la educación a dar una respuesta más adecuada y adaptada, dependiendo de las necesidades específicas de cada colectivo, según su rango de edad, pero sin olvidar la realidad individual.

En el caso concreto de este proyecto, dicha distinción nos ayudará a dar una **respuesta más adecuada respecto a la animación sociocultural destinada a las personas internas en un centro residencial**, trabajando en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva y todo ello con el apoyo de sus familiares, sin olvidar las capacidades y limitaciones específicas de cada persona, teniendo en cuenta, a su vez, las características atribuidas a ambos rangos de edad.

El aumento de esta esperanza de vida y la presencia cada vez más grande de un colectivo de personas mayores en la sociedad, ha hecho crecer la **idea** de que ese colectivo al que pertenecen los mayores de 65 años, son un **colectivo improductivo** (idea que nace asociada a que los 65 es la edad de jubilación en nuestro país¹).

Esta idea, **influye negativamente**, en la capacidad de las personas mayores, a la hora de **aprovechar su tiempo libre**, situación que empeora, si estas personas se ven obligadas a ingresar en centros residenciales, por diversos motivos que les impiden cuidarse por sí mismos, como edades extremas, presencia de procesos crónicos y degenerativos, etc., (Giorgi González, 2004).

El mayor problema de esta **visión de improductividad asociada a la vejez**, es que no proviene únicamente de los jóvenes o los adultos, si no que, en ocasiones, **proviene incluso de los propios mayores**, que se niegan a sí mismos la posibilidad de aprovechar su tiempo libre, o bien porque no saben cómo hacerlo o porque el lugar donde están residiendo, limita esa posibilidad (como en el caso de las residencias para personas mayores, donde se puede producir la existencia de recursos limitados, aislamiento del centro de ciudades próximas, etc.) sin olvidar que ese sentimiento de improductividad, inutilidad, les puede llevar a perder las ganas de sacar partido a dicho tiempo libre, lo que de nuevo, aumenta en el caso de las personas que ingresan en centros residenciales, ya que pueden sentir la ruptura con su hogar y entorno, tanto social como familiar.

¹ Actualmente, la edad de jubilación en nuestro país, ha aumentado a los 67 años.



Partiendo de esta situación, se han establecido una serie de **necesidades**, que se pretenden abarcar con el desarrollo de este proyecto y con las que se intentará dar una solución a la problemática planteada:

-Necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar una animación sociocultural de calidad: Como se referencia anteriormente, cuando una persona mayor se ve obligada a ingresar en un centro residencial, se le impone una convivencia con un grupo de personas que ella misma no elige, en un régimen interno, donde se le pauta todo tipo de rutina y actividad a desarrollar, (las horas de las comidas, de los baños, de las revisiones médicas, etc.), lo que puede suponer una imposición muy desagradable para los mayores, fomentando en ellos, la existencia de múltiples síndromes geriátricos (en el caso de las personas mayores que son institucionalizadas debido a su grave estado de salud) o principios de depresiones (en muchos de los casos de personas que ingresan con un estado de salud aceptable) (Giorgi, 2004), que les lleva en su conjunto, a tener una visión negativa de su futuro, reduciéndose a la espera y llegada de la muerte. Es por esto, que a pesar de la existencia de actividades de animación sociocultural y de estimulación cognitiva, en alguna de estas residencias, la gran cantidad de internos, impide dar una respuesta satisfactoria a todas las necesidades que estas personas demandan, lo que en su conjunto, repercute en la calidad de vida de las personas mayores. Por lo tanto, es entonces cuando se materializa la primera de las necesidades a satisfacer, como es la necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar una animación sociocultural de calidad (pues es la principal temática del proyecto), ya que gracias a esta, y con la ayuda de los familiares, se contribuirá en la medida de lo posible, al aprovechamiento del tiempo libre de forma satisfactoria, lo que podrá repercutir en la mejor calidad de vida de los mayores residentes, pues podrá favorecer la eliminación de esa visión negativa de futuro, donde lo único que se espera, es el destino final de la vida.

Una vez planteada la **primera de las necesidades** a satisfacer, sin la cual, no se podría dar comienzo al proyecto (debido a su localización en un centro residencial), surge la **segunda de las necesidades** a las que hay que dar respuesta, para lograr el correcto desarrollo del proyecto.

-Necesidad de concienciar a las personas mayores, sobre la importancia de aprovechar el tiempo libre: Una vez que se ha informado a los centros residenciales acerca de la importancia de ofrecer una animación sociocultural de mayor calidad a sus residentes, para que estos participen activamente, es necesario concienciar a las personas mayores acerca de la importancia de aprovechar el tiempo libre del que disponen y hacerles ver, cómo ese aprovechamiento repercutirá positivamente en su calidad de vida, ya que fomentará la disminución de pensamientos negativos acerca de la inutilidad de sus días. Por lo tanto, para lograr dicha concienciación, será de vital importancia, analizar los gustos e



intereses de los mayores participantes y su posible adaptación a las condiciones actuales de los mismos, actividades donde cobrará un papel fundamental, la participación de los familiares de los mayores, ya que entre otras funciones, tendrán una responsabilidad muy importante como agentes motivacionales de sus residentes.

Por ello, de la anterior necesidad, surge la **tercera de ellas**, que responde a la importancia de informar a los familiares de los residentes, sobre la relevancia de su colaboración en dichas actividades de animación sociocultural.

-Necesidad de informar a los familiares, de la relevancia de su participación en las actividades: Tras concienciar, tanto a los centros residenciales como a los propios mayores, de la importancia de la animación sociocultural de calidad y de la participación en la misma, las familias adquieren un papel de gran relevancia a la hora de lograr que dichas actividades produzcan una verdadera mejora de la calidad de vida de estas personas, pues facilitará la eliminación del sentimiento de soledad, que sufren muchos mayores internos, al abandonar su hogar, redes sociales, etc., mejora que se producirá incluso en la vida de los propios familiares, pues muchos no pueden atender a sus mayores en sus hogares, por lo que sienten preocupación y culpa por “obligarles” a abandonar su entorno e ingresar en estos centros, por lo tanto, su participación ayudará a reducir dicha culpabilidad, pues podrán colaborar en la mejora de sus vidas.

Tras conseguir la participación activa de las tres partes involucradas en el desarrollo del proyecto (centro residencial, personas mayores y familiares de los mismos), se da paso a la **última de las cuatro necesidades** a satisfacer, como es la necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las propias actividades de animación sociocultural.

-Necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las actividades de animación sociocultural: Esta necesidad tiene una gran importancia en la medida que las actividades de animación sociocultural, van a ir destinadas a residentes que presenten diferencias en lo que se refiere a sus capacidades, ya sean cognitivas, físicas, etc., es por ello, que la estimulación cognitiva, beneficiará, tanto a aquellas personas que ya presenten cierto deterioro cognitivo, como a aquellas que no lo manifiesten, pues también les ayudará de forma preventiva.

Una vez finalizada la detección de las necesidades comentadas anteriormente, se considera de vital importancia **abordar todas ellas** en este nuevo proyecto, **dando respuesta a dichas necesidades según el orden de prioridad expuesto.**



1.2 Fundamentación del proyecto:

Este proyecto tiene su **fundamentación** en diferentes programas, estudios, artículos, etc., que relatan la **importancia de la intervención con personas mayores, residentes de centros geriátricos, a través de la animación sociocultural y la estimulación cognitiva, sin olvidar el papel que juegan sus familiares durante la intervención**, con el fin de **mejorar su calidad de vida**, es por ello que los diferentes documentos que se han trabajado, aportan información relevante y pertinente para **justificar el valor de dicho proyecto**:

- **Centros residenciales:** A la hora de analizar los **motivos que conducen a la clasificación de estos centros**, se observa como dichos **motivos se relacionan con el tipo de asistencia que necesitan recibir sus residentes** (Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2009), es decir, se evalúa si sus internos tienen un nivel de autonomía personal que les permite realizar las actividades básicas de la vida diaria sin ayuda de otras personas (residencias de válidos); si por el contrario, estas personas mayores presentan limitaciones en sus condiciones físicas y psíquicas, que les impiden realizar las actividades básicas de la vida diaria con autonomía, precisando así la ayuda de un tercero (residencias de asistidos); o finalmente, si atienden a personas que requieran o no de dicha asistencia (residencias mixtas, como es el caso del Centro Gerontológico de Ablaña, donde se plantea el desarrollo del proyecto). Esta clasificación, muestra como la **atención se centra en las necesidades básicas que presentan sus residentes, lo que conduce a la utilización de la totalidad de sus recursos, a la satisfacción de dichas necesidades**. Por suerte, **existen centros que también desarrollan actividades de animación sociocultural, estimulación cognitiva, etc.**, ya que la mejora de la calidad de vida, no se consigue satisfaciendo, únicamente, dichas necesidades, sin embargo, debido al gasto que supone la satisfacción de las necesidades básicas, **estas actividades** de animación sociocultural y estimulación cognitiva, **sufren fuertes carencias**, suponiendo incluso, **la inutilidad de las mismas**. Por lo tanto, con este proyecto se **pretende ofrecer una animación sociocultural de calidad, combinándola con estimulación cognitiva y ayudándonos de sus familiares para el desarrollo de las mismas**, justificando así la **relevancia de dicho proyecto** y la **necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar dichas actividades de calidad**.
- **Animación sociocultural:** La **animación sociocultural, surge en un contexto caracterizado**, entre muchos factores, por el **desarrollo de diversos fenómenos sociales**, como es el **aumento del tiempo libre**, a raíz de la transformación del trabajo y sus limitaciones, además de la reducción del horario laboral en los mayores y la instauración del ocio (Pérez Serrano y Pérez de Guzmán Puya, 2006), **estimulando así, la participación de nuestros mayores en diversas**



actividades de animación sociocultural, según sus necesidades, gustos e intereses. Sin embargo, la participación en dichas actividades de animación, no se reduce al colectivo de personas mayores que pueden mantener sus vidas de manera autónoma en sus hogares, ya que de igual modo, **las personas residentes de centros geriátricos, también disponen de mucho tiempo libre, el cual, en multitud de ocasiones, se pierde sin ser aprovechado** (por falta de motivación, interés o ausencia de posibilidades), **o incluso, durante dicho tiempo, se les proponen una serie de actividades de animación sociocultural marcadas, que pueden aceptar o no, pero que no tienen por qué ajustarse a sus deseos,** es por ello que surge la **necesidad de concienciar a las personas mayores residentes, sobre la importancia de aprovechar el tiempo libre,** ya que de ello también dependerá el mayor aprovechamiento de sus días, de la forma más satisfactoria posible.

- **Familia: Para las personas mayores, es de gran importancia, la existencia de una persona relevante a quien acudir en caso de necesidad, familia que también juega un papel relevante, sobre el ámbito de las relaciones socioafectivas** pues es la más indicada para proporcionar sentimientos de arraigo y seguridad, ofrecer sentimientos de capacidad, utilidad, autoestima, confianza y apoyo social (Aparicio Pérez, 2007). Cuando las **personas mayores se ven obligadas a ingresar en centros residenciales,** la ruptura con su hogar y el aumento de la dificultad para visitar a sus familiares, supone una mayor necesidad de la familia por parte de dichos mayores, pues **muchos de ellos, sienten que su vida, una vez llegados al centro, se reduce a la supervivencia hasta la llegada de la muerte,** surgiendo de ello la **necesidad de informar a los familiares, de la relevancia de su participación en las actividades,** para eliminar en la medida de lo posible, dicho sentimiento de soledad que les conduce a un estado pasivo y depresivo, con el fin de hacerles **recuperar la idea de que deben dar vida a sus días y que siguen teniendo personas relevantes en sus vidas.**
- **Estimulación cognitiva: Actualmente, tanto la estimulación cognitiva, como el entrenamiento de la memoria, son temas que están teniendo un gran desarrollo,** principalmente en los tres campos de aplicación más relevantes, es decir, los mayores sanos, que comienzan a tener alteraciones de la memoria por la edad; las personas que presentan un deterioro cognitivo leve, que frecuentemente, evoluciona a una demencia; y las personas que presentan una demencia (Montejos Carrasco y Montenegro Peña, 2006). Esta relevancia, demuestra la **importancia de trabajar dicha estimulación cognitiva con nuestros mayores, para fomentar** en la medida de lo posible, la **ralentización del avance del deterioro o la aparición del mismo,** es por ello que nace la **necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva,**



y en el caso de este proyecto, **gracias a las actividades de animación sociocultural**, ya que dentro de nuestros destinatarios, nos podemos encontrar con personas que presentan o no, dicho deterioro.

- **Calidad de vida:** Para hablar de **calidad de vida**, hay que analizar varias **dimensiones**, tanto es así que surgen formas de comportamiento con respecto a los demás y para con uno mismo, como el cuidado del cuerpo, el desarrollo de la mente, los estados placenteros, los esfuerzos por mantener relaciones humanas, la capacidad por asumir aprendizajes nuevos, etc., lo que supone que para que una **persona mayor tenga posibilidades de tener calidad de vida, debe mostrar una actitud dinámica, emprendedora y optimista** (Cuenca Molina, 2008). Evidentemente, las **personas que se encuentran en centros residenciales**, como se expone en anteriores apartados, en **numerosas ocasiones presentan una actitud negativa ante la vida en su conjunto**, por lo que la **satisfacción de sus necesidades básicas, no es suficiente para tratar de mejorar su calidad de vida, es por ello**, que en la medida de lo posible y según la realidad de los mayores con los que se trabajará, se **pretenderá mejorar su calidad, tratando de llenar sus días de sentido, haciendo actividades que les permitan satisfacer necesidades, gustos e intereses, y todo ello con la ayuda de sus familiares, logrando así, que cambien su actitud ante sus vida.**

1.3 Delimitación del problema:

Ausencia de proyectos sobre animación sociocultural, que introduzcan, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, todo ello, con la participación de los familiares de los mayores residentes en el Centro Gerontológico de Ablaña S.A., de carácter privado (Concejo de Mieres- Principado de Asturias- España), residentes pertenecientes a la tercera y cuarta edad.

Por ello, para dar solución a dicho problema, se ha diseñado este **Proyecto de Animación Sociocultural en la Tercera y Cuarta Edad, con Estimulación Cognitiva y apoyo de los Familiares: “Dando vida a los años”**, el cual se desarrollará en el centro mencionado anteriormente y con la colaboración de la animadora sociocultural del centro y los familiares de los mayores residentes.

1.4 Ubicación del proyecto:

El Proyecto de Animación Sociocultural en la Tercera y Cuarta Edad, con Estimulación Cognitiva y apoyo de los Familiares: “Dando vida a los años”, se ha



diseñado, con la idea de ser desarrollado en el **Centro Gerontológico de Ablaña**², pueblo perteneciente al concejo de **Mieres**, dentro del **Principado de Asturias** (España), localización que se refleja en el siguiente mapa.



Mapa. Principado de Asturias con la localización de Ablaña según Google Maps (2015).

De entre las **características de dicho concejo**, (existente de manera oficial desde 1837), se destaca su **ubicación** en la mitad sur de la zona central de Asturias, enmarcada en el sector de la Montaña Central, cuya **extensión** es de 146,03 km², y de la cual forma parte una **población** de 41175 habitantes aproximadamente, según los últimos datos recogidos en el año 2013. Este concejo sitúa su mayor altitud a 1160 m, frente a su punto más bajo de 160 m sobre el nivel del mar, localización que refleja su **limitación** con los municipios de Aller y Lena (al Sur), Riosa y Morcín (al Oeste), Ribera de Arriba y Oviedo (al norte) y Langreo, San Martín del Rey Aurelio y Laviana (al este), sin olvidar la importancia de la **buena comunicación** de esta zona con otras ciudades y pueblos asturianos, gracias a la autopista A-6, y las vías de RENFE y FEVE entre otras conexiones (Ayuntamiento de Mieres. Historia de Mieres y su Concejo. El Concejo de Mieres. Descripción geográfica. Población. Evolución histórica, 2013).

Además, desde dicho ayuntamiento, también se recogen datos importantes en lo que respecta a su **población**, ya que su medio de vida durante muchos años, fue la agricultura y la ganadería, hasta el inicio en 1840, del proceso de industrialización de la comarca, progreso industrial y minero que culminó en el siglo XX, pero que supuso el crecimiento a gran ritmo de la población, como los principales núcleos de población, lo que implicó la transformación de esa inicial y duradera vida agrícola y ganadera, transformación de la que se obtuvieron consecuencias positivas para la mejora del nivel de vida y consecuencias negativas que motivaron importantes movimientos sociales, en

² Entidad de Servicio Social, que acoge en régimen de Residencia y Centro de Día a personas mayores.



especial a lo largo del siglo XX (Ayuntamiento de Mieres. Historia de Mieres y su Concejo, 2013).

Por lo tanto, esta breve referencia a las principales características del concejo de Mieres, dan una visión de algunos aspectos que también describen a **Ablaña** (Imagen 1), pueblo al que pertenece dicho centro donde se pretende llevar a cabo el proyecto referenciado anteriormente, y del que es necesario especificar algunos aspectos como su pertenencia a la parroquia de Loredo, localidad que cuenta con barrios o entidades de población de Ablaña de



Imagen 1. Pueblo de Ablaña según el Ayuntamiento de Mieres (2013).

Abajo (parte más antigua, situada a 3,6 km de Mieres y con una población de 129 habitantes, según los últimos datos recogidos del año 2013), Ablaña de Arriba (situada a 3,5 km de Mieres y cuya población es de 148 habitantes, según los últimos datos que se muestran del año 2013), Barrio Pachón, San Martiniego y Los Paredones, zona que de igual modo que todo el concejo, se caracteriza por la influencia del carbón y siderurgia, por lo que destaca el castillete de Minas Llamas, actualmente en pie, aunque sin actividad, y el pozo de Nicolasa (San Nicolás), sin olvidar su proximidad a las instalaciones de Fábrica de Mieres, y la importancia de dicha localidad como antiguo y actual nudo de comunicación, (estaciones de RENFE y FEVE), características que se describen desde el Ayuntamiento de Mieres (Ayuntamiento de Mieres. Ablaña, 2013).

Sin embargo, aunque el **centro** pertenezca al pueblo de Ablaña, no se localiza en el centro del mismo, ya que por ejemplo, hay una mayor distancia desde dicho pueblo hasta la estación de tren Mieres-Puente, perteneciente a Mieres, es decir, hay una distancia de 3,4 km, la cual se reduce desde el Centro Gerontológico en 2,5 km, localización que supone la ubicación del centro en una de las orillas del Río Caudal y enfrente de la autopista A-66, ya que por la parte trasera del mismo, se localizan las vías de los trenes, tanto de RENFE como de FEVE, datos recogidos y observables en Google Maps (Google Maps. Distancia Ablaña-Mieres/ Puente y Centro Gerontológico de Ablaña-Mieres/ Puente, 2015).



Imagen 2. Centro Gerontológico de Ablaña según Infoelder (2014).

Por último, en lo que respecta al **propio centro** de carácter privado (Imagen 2), oferta estancias temporales (durante un periodo de tiempo definido o a lo largo del día sin pasar la noche en la residencia), de fines de semana (a través de la reserva de plaza para pasar el fin de semana) o estancias más duraderas, para personas de la tercera y cuarta edad, con o sin deterioro cognitivo y funcional (carácter



mixto), personas que acuden al centro con la finalidad de mejorar su calidad de vida (Reglamento de Régimen Interno, 2012).

Lo que respecta a las **instalaciones**, el centro cuenta con tres plantas, además de jardines y zona de aparcamiento. En la planta baja se encuentra la recepción, la sala de espera, dirección, un salón, el comedor y cafetería, la lavandería y peluquería, la cocina, los servicios, la consulta médica y de enfermería, el despacho que comparten la pedagoga y la animadora sociocultural, salas de estar y habitaciones de los residentes. En el primer piso, se localiza la unidad hospitalaria, la sala de terapia cognitiva, un despacho, la sala/comedor donde se desarrollan las actividades sociorecreativas y culturales, la sala de rehabilitación y fisioterapia, salas de estar y habitaciones. Por último, en el segundo piso, se ubican más habitaciones y la capilla del centro; tres plantas que se encuentran interconectadas a través de escaleras internas y dos ascensores.

Gracias a estas instalaciones, los residentes pueden realizar las **actividades** básicas de la vida diaria, además de otras tareas relacionadas con la terapia cognitiva, desarrollada por una pedagoga, y actividades sociorecreativas y culturales, llevadas a cabo por la animadora sociocultural.

Además, también **cuenta con** una médica geriatra, dos fisioterapeutas, personal de cocina, personal de administración, de limpieza y de mantenimiento, sin olvidar a las auxiliares de enfermería, profesionales que acuden al centro de lunes a domingo por turnos, o de lunes a viernes.

Entre **otros profesionales** que también desarrollan su actividad profesional se encuentran, una peluquera que acude los martes, es decir, un día a la semana, y una nutricionista que va al centro cada quince días, todos ellos, junto con otros profesionales que puedan ser contratados para actividades puntuales como magos, músicos, etc., contratados para desarrollar actividades sociorecreativas y culturales referenciadas anteriormente.

1.5 Previsión de la población:

Una vez se ha descrito el **ámbito de la realidad en la que se piensa aplicar el proyecto de intervención**, gracias a la explicación detallada de la **ubicación del proyecto** (el Centro Gerontológico de Ablaña y las características socio-demográficas de la zona a la que pertenece el centro), es de vital importancia determinar la **población participante en el proyecto**, para la cual, se utilizarán los datos recogidos gracias al proyecto desarrollado en cuarto de carrera y la investigación cualitativa realizada en el mismo curso, a partir de las prácticas externas hechas en el centro mencionado anteriormente.



Antes de delimitar la población, es importante destacar que dicha **información, obtenida con diversas técnicas de recogida de información**³, ayuda a la obtención de datos valiosos para establecer la **necesidad de dicho proyecto en ese centro**⁴, de donde se derivan las **necesidades concretas a satisfacer por este proyecto de investigación**, las cuales se referencian anteriormente, sin olvidar, la **determinación de la población participante** en este nuevo proyecto.

Es por ello que dicha **población** a la que va destinada el proyecto, es aquella que figura como residente en el Centro Gerontológico de Ablaña (centro de carácter privado, perteneciente al Ayuntamiento de Mieres, dentro del Principado de Asturias (España)) y que además, participa activamente en las actividades sociorecreativas y culturales, presenten o no, deterioro cognitivo, y cuya edad va de los 67 años en adelante, actividades en las que se plantea la participación de sus familiares y el trabajo de la estimulación cognitiva, en la medida de lo posible.

El **grupo que participará en las actividades del proyecto**, será el grupo que habitualmente acude a dichas actividades sociorecreativas y culturales, propuestas por el propio centro, es decir, un grupo de 15 personas, permitiéndose un máximo de dos familiares adultos⁵ por persona, (sin posibilidad de variación de los familiares a lo largo de las actividades), para lograr el correcto desarrollo de las mismas.

Es importante destacar, que **se debe elegir al grupo ya establecido en el centro**, pues estas actividades son de carácter voluntario, y son los propios mayores, los que desde su ingreso en el centro, han decidido participar en las mismas, además de la dificultad de ampliar el grupo para poder desarrollar correctamente, las actividades propuestas por el proyecto, lo que no impide la posibilidad de ampliar los mismos en un futuro, si dicho proyecto tuviera éxito y fuera demandado por más mayores residentes en el centro y sus familiares.

³ En el caso de la investigación cualitativa, a partir de la observación participante, documentos personales y entrevistas biográficas, y en el caso del proyecto, entrevistas biográficas, las actividades de estimulación cognitiva centrada en la reminiscencia y una entrevista estructurada, que ponía final al proyecto, además de la información aportada por la tutora del centro, (en la parte referente a la organización y función del centro).

⁴ Gracias a la constante preocupación de los mayores por sus familiares, la cual transmitían durante el desarrollo de la investigación y del proyecto, trabajos citados anteriormente, familiares que sentían lejos de ellos, a pesar de sus visitas, lo que influenciaba negativamente, en el aprovechamiento de su tiempo libre y la visión de su futuro.

⁵ En caso de no disponer de familiares que pudieran acudir a las actividades, también servirían de apoyo amigos externos al centro o incluso del propio centro, que normalmente, no asistan como participantes a dichas actividades.



1.6 Previsión de los recursos:

Para poder llevar a cabo este proyecto, fijándonos en los recursos de los que depende el Centro Gerontológico de Ablaña para desarrollar su actividad, observamos cómo se requiere de **recursos humanos**, compuesto por el profesional del que depende la puesta en marcha del proyecto, **recursos materiales**, que servirán de apoyo para la realización de las actividades y sin los cuales no podrían hacerse o no al menos con la misma calidad, lo que dificultaría el alcance de los objetivos previstos y por tanto, la satisfacción de las necesidades existentes, todo ello dependiente de los **recursos financieros**, ya que si no se dispone de los mismos, no se puede poner en marcha el proyecto, es decir, no se pueden adquirir ninguno de los recursos mencionados anteriormente, recursos detallados en profundidad en el apartado 2.4.

2. PLANIFICACIÓN

2.1 Objetivos:

✓ 2.1.1 General

Analizar, crear y desarrollar con los mayores ingresados en centros residenciales, diversas alternativas que permitan un mayor aprovechamiento del tiempo libre del que disponen, esperando que ello influya en la mejora de su calidad de vida.

✓ 2.1.2 Específicos

-Mostrar la repercusión que puede tener sobre la vida de las personas mayores residentes, una animación sociocultural de calidad.

-Identificar las necesidades, gustos e intereses de las personas mayores, para basar las actividades de animación sociocultural en dichos aspectos, tratando que ello repercuta en la implicación de los mayores en las actividades mencionadas.

-Demostrar a los familiares, la importancia de su apoyo, para la mejora de la calidad de vida de sus mayores.

-Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias.

-Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos.

-Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal.

-Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo.



- Entrenar la estimulación de los sentidos.
- Provocar la asociación entre estímulos-recuerdos.
- Ejercitar la verbalización de los sentimientos.
- Ejercitar el entrenamiento del cálculo mental.
- Considerar el aumento de la autoestima.
- Reforzar los lazos familiares.
- Ejercitar el entrenamiento del cuerpo.
- Entrenar la relajación.
- Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma.
- Mostrar una visión positiva de la vejez.

Evidentemente, tanto el **objetivo general**, como los **objetivos específicos** derivados del mismo, están directamente relacionados con las **necesidades** a satisfacer, relación que se puede observar en la siguiente tabla (ver Tabla I):



TABLA I: NECESIDADES, OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y OBJETIVO GENERAL

NECESIDADES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	OBJETIVO GENERAL
<p>Necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar una animación sociocultural de calidad.</p>	<p>Mostrar la repercusión que puede tener sobre la vida de las personas mayores residentes, una animación sociocultural de calidad.</p>	<p>Analizar, crear y desarrollar con los mayores ingresados en centros residenciales, diversas alternativas que permitan un mayor aprovechamiento del tiempo libre del que disponen, esperando que ello influya en la mejora de su calidad de vida.</p>
<p>Necesidad de concienciar a las personas mayores, sobre la importancia de aprovechar el tiempo libre.</p>	<p>Identificar las necesidades, gustos e intereses de las personas mayores, para basar las actividades de animación sociocultural en dichos aspectos, tratando que ello repercuta en la implicación de los mayores en las actividades mencionadas.</p>	
<p>Necesidad de informar a los familiares, de la relevancia de su participación en las actividades.</p>	<p>Demostrar a los familiares, la importancia de su apoyo, para la mejora de la calidad de vida de sus mayores.</p>	



Necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las actividades de animación sociocultural.	Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias.	
	Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercute en el aumento de los recuerdos.	
	Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal.	
	Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo.	
	Entrenar la estimulación de los sentidos.	
	Provocar la asociación entre estímulos-recuerdos.	
	Ejercitar la verbalización de los sentimientos.	



	Ejercitar el entrenamiento del cálculo mental.	
	Considerar el aumento de la autoestima.	
	Reforzar los lazos familiares.	
	Ejercitar el entrenamiento del cuerpo.	
	Entrenar la relajación.	
	Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma.	



	Mostrar una visión positiva de la vejez.	
--	--	--

Fuente: Elaboración propia



2.2 Metodología:

Para la **realización** de las **diversas sesiones**, hay que tener en cuenta **múltiples metodologías**, es decir, diferentes métodos de desarrollo de las sesiones y actividades, en función del tipo de las propias sesiones y actividades, además de los objetivos que se pretenden alcanzar.

Por lo tanto, como se puede observar a continuación, las **tres primeras sesiones**, tienen como **principal finalidad, concienciar a los tres colectivos involucrados en el proyecto**, acerca de la importancia del mismo y el papel que juegan cada uno de ellos dentro de dicho trabajo, con lo que se plantea la realización de dos reuniones (con la dirección del centro y con los familiares de los residentes participantes en el proyecto) y una serie de entrevistas (realizadas a los residentes participantes en el proyecto), lo que **supone que dichas sesiones, muestren métodos de desarrollo diferentes entre sí y al de las actividades de animación sociocultural y estimulación cognitiva, recogidas en la cuarta sesión.**

Además, **dentro de las propias actividades que dan forma a la cuarta sesión**, se recogen **diferentes ejercicios a realizar**, lo que también implica **tener en cuenta diversas metodologías que permitan el desarrollo más adecuado de las actividades, en función de las finalidades que persiguen.**

Es por ello, que **dos de las tres primeras sesiones**, se desarrollaran de tal forma, que la **animadora sociocultural, exponga a modo de presentación, la información pertinente para la concienciación de los destinatarios** (en el caso de la primera y tercera sesión, dirigida a la dirección del centro y a los familiares de los mayores), además de la **resolución de posibles dudas planteadas por sus participantes.**

En la **segunda sesión** (dirigida a los mayores participantes), se producirá dicha **concienciación**, a través del **desarrollo de entrevistas**, donde las **preguntas realizadas por la profesional, se producirán de tal forma, que se desarrollen como una conversación fluida, donde se dará pie a la reflexión y concienciación acerca de la importancia de aprovechar el tiempo del que disponen los mayores en función de sus necesidades, gustos e intereses**, preguntas que además servirán para **recoger información útil a la hora de desarrollar las actividades de animación sociocultural y estimulación cognitiva**, es decir, información que se utilizará para lograr la mejor adaptación de las mismas, a las necesidades, gustos e intereses de los mayores participantes, referenciadas anteriormente.

En lo que concierne a las **actividades de la cuarta sesión**, se pueden distinguir en la mayoría de ellas, la realización de **cuatro tipos de ejercicios**, cuya **organización se produce a partir del trabajo activo en grupo** (tanto a partir de los pequeños grupos familiares, como en gran grupo), **lo que permitirá aprender todos de todos:**



- ✚ **Gerontogimnasia y ejercicios de relajación:** Se realizan siguiendo una **metodología basada en la observación e imitación** (la profesional reproduce los movimientos y los participantes los repiten), de tal forma, que se produzca el entrenamiento y mantenimiento del cuerpo, además del entrenamiento de la relajación.
- ✚ **Ejercicios centrales de las actividades:** Determinados ejercicios centrales que dan nombre a las actividades de la cuarta sesión (dinámica de presentación, contar hechos anecdóticos; estimulación de los sentidos a través de objetivos asociados a los recuerdos; explicación de objetos personales, debate sobre noticias nacionales de actualidad, reflexión acerca de cómo nos vemos y cómo nos ven), se ajustan a una **metodología que persigue la estimulación cognitiva a través de la terapia de reminiscencia**, es decir, *“pensar o hablar sobre la propia experiencia vital a fin de compartir recuerdos y reflexionar sobre el pasado”*, (Fundación “la Caixa”. Guía práctica de Reminiscencia, 2000). Dicha **terapia de reminiscencia muestra una gran importancia** ya que los recuerdos de estas personas mayores, pueden utilizarse para establecer comparaciones con la actualidad, para que se sientan *“en su día a día actual”*, haciéndoles sentir más seguros de sí mismos, pues les permiten hablar de cosas que vivieron y que aún permanecen en su memoria, anotando incluso la utilidad de la reminiscencia, en ocasiones, para que las personas mayores recuerden mejor quiénes son, cómo se llaman, en qué lugar están, en qué momento del día y en qué época se hallan, siendo capaces así, de resituarse y orientarse mejor (Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid y Caja Madrid. Obra Social. Recordar. Agenda interactiva para estimular la memoria de las Personas Mayores, 2001). Además, no hay que olvidar que también se recogen otra serie de ejercicios centrales, cuya **metodología** persigue el **simple entretenimiento** (paseo y bingo) y la **reflexión sobre la participación en el proyecto** (vídeo final).
- ✚ **Pregunta de evaluación del proceso:** Cada actividad de la cuarta sesión, **finaliza con un ejercicio** que se plantea a modo de **evaluación del proceso**, cuya **metodología** pretende **obtener la reflexión y opinión de los participantes**, acerca de las propias actividades, todo ello, a través de la **realización de preguntas** por parte de la profesional, al grupo de los participantes.



✓ 2.2.1 Actividades

Una vez determinados los **objetivos a alcanzar** con el proyecto y las **necesidades** que pretenden satisfacer, junto con la **metodología** a seguir para el desarrollo de las actividades, se da paso a las **sesiones (actividades)**, que dan contenido al trabajo y gracias a las cuales, se intentará dar solución al problema detectado en la realidad a intervenir.

Es importante destacar, que las **tres primeras sesiones**, se destinan **principalmente a la concienciación de todos los agentes participantes en el proyecto** (directores del centro, personas mayores, familiares de los mismos), acerca de la **importancia de que los mayores residentes, aprovechen significativamente el tiempo libre del que disponen y por tanto, la relevancia de la involucración de los agentes mencionados anteriormente**, logrando con ello, la máxima eficiencia del proyecto, lo que supone que **hasta la cuarta sesión, no se da paso al desarrollo de las propias actividades de animación sociocultural, con estimulación cognitiva.**

SESIÓN 1: “CON UN PEQUEÑO ESFUERZO”

Esta primera sesión, **desarrollada de 10:00 a 11:30, el lunes 11 de abril del 2016⁶**, se **dirige a la dirección del centro residencial** donde se pretende desarrollar dicho proyecto, consiguiendo con esta actividad, **satisfacer la necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar una animación sociocultural de calidad**, logrando alcanzar el **objetivo de mostrar la repercusión que puede tener sobre la vida de las personas mayores residentes, una animación sociocultural de calidad.**

La **relevancia** de esta sesión, se debe a la **necesidad de poder disponer de ciertos espacios en el centro**, para poder desarrollar otras actividades (como la tercera sesión), y la **necesidad de poder contar con los familiares como apoyo**, por lo que hay que **concienciar a la dirección del centro, para que permita la intervención de los familiares en el proyecto y poder contar con su permiso, a la hora de poder disponer de más espacios del centro, incluso recursos para el desarrollo del mismo.**

Por lo tanto, la **finalidad** de esta sesión (como el título indica “*con un pequeño esfuerzo*”), va en la misma línea que el conjunto de las tres primeras sesiones del proyecto y es **concienciar, en este caso a la dirección, a través de una reunión en su despacho (previa comunicación telefónica o por correo electrónico), sobre la importancia de llevar a cabo dicho proyecto, mostrándoles en primer lugar, los**

⁶ Pues se tiene en cuenta la disponibilidad de los destinatarios en dicho horario.



resultados del análisis de múltiple información, obtenidos en anteriores prácticas académicas desarrolladas en el centro y posteriormente, **planteándoles los beneficios del proyecto**, tanto para las **personas mayores y sus familiares**, como para el **propio centro**, ya que les aportará prestigio por incluir proyectos novedosos como este y además, elevará la calidad de dicho centro, por mejorar su actividad, en relación a la mejor satisfacción de los gustos, necesidades e intereses de sus residentes.

En definitiva, dicha sesión se centrará en una reunión informativa y de convicción para la dirección del centro, como se expone anteriormente, para la cual se **necesitarán recursos electrónicos** (como un ordenador y un proyector), para exponer de manera visual la información pertinente, dentro del **propio despacho de la dirección** y todo ello, **llevado a cabo por la animadora sociocultural**.

La duración de la **sesión se estima entorno a 45 minutos de exposición de la información** relacionada con el proyecto y otros **45 minutos para la resolución de dudas e incluso negociación de algún aspecto del proyecto que considere oportuna dicha dirección**, suponiendo un **total de 90 minutos**.

Para finalizar, todos los **elementos que atienden a esta primera sesión**, es decir, necesidades, objetivos, destinatarios, finalidad, etc., se pueden observar en la siguiente tabla resumen (ver Tabla II):



TABLA II: NECESIDADES, OBJ. ESPECÍFICOS, DESTINATARIOS, FINALIDAD, RECURSOS, DURACIÓN

NECESIDADES	Necesidad de comunicar a los centros residenciales, el valor de desarrollar una animación sociocultural de calidad.
OBJ. ESPECÍFICOS	Mostrar la repercusión que puede tener sobre la vida de las personas mayores residentes, una animación sociocultural de calidad.
DESTINATARIOS	Dirección del centro.
FINALIDAD	Reunión de concienciación, informativa y de convicción.
RECURSOS	-Recursos electrónicos (ordenador y proyector). -Despacho de la Dirección. -Animadora Sociocultural.
TEMPORALIZACIÓN	De 10:00 a 11:30, el lunes 11 de abril del 2016.
DURACIÓN	-45 minutos exposición información. -45 minutos preguntas y negociación. -Total 90 minutos.

Fuente: Elaboración propia

SESIÓN 2: “EL VALOR DEL TIEMPO”

Esta sesión, desarrollada de 11:00 a 12:30; de 15:00 a 16:30; y de 17:00 a 18:30⁷, el martes 12, miércoles 13, jueves 14, viernes 15 y lunes 18 de abril del 2016, se dirige al grupo de personas mayores participantes en las actividades de animación sociorecreativa y cultural, (actividades que el propio centro proporciona desde su apertura), y que serán las personas **protagonistas en este proyecto**.

⁷ Horarios donde se tiene en cuenta la disponibilidad de los mayores en función de las actividades del centro en las que participan, los horarios de las comidas y los horarios de descanso.



Gracias a esta segunda sesión, (denominada “*el valor del tiempo*”), se dará respuesta a la **necesidad de concienciar a las personas mayores, sobre la importancia de aprovechar el tiempo libre**, pretendiendo, por tanto, alcanzar el **objetivo de identificar las necesidades, gustos e intereses de las personas mayores, para basar las actividades de animación sociocultural en dichos aspectos, tratando que ello repercuta en la implicación de los mayores en las actividades mencionadas.**

Aunque se trabajará con personas que ya participan por propia voluntad en las actividades propuestas por el centro, es **importante analizar** si dicha motivación es personal, si han estado influenciados por otras personas (familiares, miembros del centro, otros residentes, etc.), qué opinan de las tareas que realizan en las mismas, qué utilidad ven en ellas, qué mantendrían y qué cambiarían, etc., aspectos que permitirán ahondar en estas actividades, para poder mejorarlas con dicho proyecto, **logrando la máxima adaptación a sus necesidades, gustos e intereses** (en relación a lo que les gustaría hacer en su tiempo libre), **análisis** que se realizará a partir del desarrollo de **entrevistas** (especificadas a continuación), las cuales se **desarrollarán a modo de conversación fluida**, lo que **permitirá la concienciación de dichos mayores**, sobre la **importancia que tiene ese aprovechamiento del tiempo del que disponen**, en función de las necesidades, gustos e intereses que muestren y cómo todo ello, repercutirá en la mejora de su calidad de vida.

Por lo tanto, **dicha sesión consistirá en el desarrollo de entrevistas semiestructuradas** (a modo de **pre-test**, reflejado en el Anexo I: Plantilla de la Entrevista de la Sesión 2; recogido en la página 52), de **forma individual** (con las personas que participan en las actividades mencionadas anteriormente), o bien **en sus habitaciones o en el despacho perteneciente a la animadora sociocultural y la pedagoga del centro**, (fomentando así, la mayor tranquilidad posible para el desarrollo de las entrevistas), **información que servirá para dar cuerpo al contenido de las actividades de animación sociocultural**⁸, con estimulación cognitiva y apoyo familiar (**sesión 4**), **atendiendo a las necesidades, gustos e intereses** referenciados anteriormente, además de facilitar la concienciación de los mayores, acerca de la importancia de aprovechar significativamente el tiempo libre del que disponen, como se recoge en anteriores apartados.

⁸ Al no poder desarrollarse el proyecto en la actualidad, la información sobre la realidad de estos mayores residentes, utilizada para el diseño del contenido de las actividades de animación sociocultural con estimulación cognitiva (sesión 4), procede de las prácticas desarrolladas en cuarto de carrera de Pedagogía, es decir, del proyecto e investigación desarrollados en el centro que se referencia, sin embargo, dicha sesión 2, tiene una gran relevancia a la hora de desarrollar este proyecto en la actualidad y/o futuro, ya que gracias a ella, se lograría alcanzar una gran adaptación del proyecto a la realidad, es decir, a la máxima satisfacción de las necesidades, gustos e intereses de los mayores participantes.



Es importante destacar, que en dicha **entrevista semiestructurada**, habrá que diferenciar **tres bloques**, siendo el **primero de ellos**, aquel que haga referencia al **análisis de las actividades que proporciona el centro**, además del **segundo bloque**, que atenderá al **análisis de las necesidades, gustos e intereses de los mayores**, en función, de lo que desearían hacer en dicho tiempo libre, terminando con el **tercero de los bloques**, gracias al que se **analizará la relación existente con sus familiares, a la hora de realizar dichas actividades**, último bloque, que servirá de apoyo para la sesión 3.

Además, para poder **desarrollar dicha sesión**, será imprescindible la **utilización de algún recurso electrónico** que grabe la entrevista (grabadora de voz, teléfono móvil, tablet, micrófono de ordenador, etc.), con el fin de que las personas mayores, se tranquilicen al no sentirse evaluadas si se escribe constantemente durante la entrevista y poder naturalizar la misma, logrando obtener la mayor cantidad de información posible (pues la entrevista es semiestructurada y no estructurada), además de necesitar otro **recurso material** que sirva como soporte para realizar las preguntas (papel o bien utilizar alguno de los recursos referenciados anteriormente, como teléfono móvil, tablet, ordenador, etc.), sin olvidar el **propio espacio a utilizar** para la entrevista (las habitaciones de los participantes, o el despacho de la pedagoga y animadora sociocultural) y la **encargada de realizar la entrevista** (que será la misma persona que desarrollará las actividades, es decir, la animadora sociocultural).

En definitiva, esta **sesión** tendrá una **duración de 90 minutos (30 minutos por cada bloque de la entrevista)**, en función de la información que quiera y pueda aportar cada uno de los participantes.

Para finalizar, de igual modo que en la primera sesión, todos los **elementos que atienden a esta sesión**, es decir, necesidades, objetivos, destinatarios, finalidad, etc., se pueden observar en la siguiente tabla resumen (ver Tabla III):



TABLA III: NECESIDADES, OBJETIVOS ESPECÍFICOS, DESTINATARIOS, FINALIDAD, RECURSOS, DURACIÓN

NECESIDADES	Necesidad de concienciar a las personas mayores, sobre la importancia de aprovechar el tiempo libre.
OBJ. ESPECÍFICOS	Identificar las necesidades, gustos e intereses de las personas mayores, para basar las actividades de animación sociocultural en dichos aspectos, tratando que ello repercuta en la implicación de los mayores en las actividades mencionadas.
DESTINATARIOS	Personas mayores residentes del centro y participantes en el proyecto.
FINALIDAD	Concienciación y entrevista semiestructurada e individual (pre-test).
RECURSOS	-Recursos electrónicos (grabadora de voz, teléfono móvil, etc.). -Recurso material (papel) o electrónico. -Habitaciones o despacho de la Pedagoga y Animadora Sociocultural. -Animadora Sociocultural.
TEMPORALIZACIÓN	De 11:00 a 12:30; de 15:00 a 16:30; y de 17:00 a 18:30, el martes 12, miércoles 13, jueves 14, viernes 15 y lunes 18 de abril del 2016.
DURACIÓN	-30 minutos primer bloque entrevista. -30 minutos segundo bloque entrevista. -30 minutos tercer bloque entrevista. -Total 90 minutos.

Fuente: Elaboración propia



SESIÓN 3: “TÚ MI APOYO”

En esta tercera sesión, **desarrollada de 17:00 a 18:30, el domingo 24 de abril del 2016⁹**, los **destinatarios se corresponden con los familiares que van a ser un apoyo durante la realización de las actividades de animación sociocultural y estimulación cognitiva**, por lo que se atenderá a la **necesidad de informar a los familiares, de la relevancia de su participación en las actividades**, logrando alcanzar el **objetivo de demostrar a los familiares, la importancia de su apoyo, para la mejora de la calidad de vida de sus mayores.**

Gracias a esta sesión, (titulada, “*tú mi apoyo*”), se **informará a los familiares de los mayores participantes en el proyecto, sobre la actividad que se quiere llevar a cabo y comunicarles la importancia de su participación durante la misma**, como apoyo a sus mayores, información relacionada con el tercero de los bloques de las entrevistas semiestructuradas de la sesión anterior.

Es por ello, que durante dicha sesión, se **establecerá un contacto telefónico** (o por otros canales de comunicación como correo electrónico), **con los familiares** que asiduamente visitan a los mayores participantes, para tratar de convocar una **reunión en el salón principal de la residencia** (teniendo en cuenta la posibilidad de familiares que no puedan acudir, a los cuales se les dará la misma información, el día que ellos puedan asistir al centro, reunión que tendrá lugar en el despacho de la pedagoga y la animadora sociocultural), **con el fin que se plantea en el anterior apartado, informar y concienciar acerca del proyecto** que se quiere poner en marcha, los motivos que refuerzan su interés, utilidad e importancia y la relevancia de la participación de ellos como agentes activos durante el desarrollo de las actividades, además de la reacción de sus mayores al respecto.

Al finalizar la sesión, se les pasará un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas, (a modo de pre-test pero dirigido a los familiares, reflejado en el Anexo II: Plantilla del Cuestionario de la Sesión 3; recogido en la página 55), para que expresen su interés y disponibilidad para participar (disponibilidad que se tendrá en cuenta, a la hora de establecer la temporalización de las actividades¹⁰), o en caso de que ellos no

⁹ Horario que facilitará la participación de los familiares en dicha sesión, gracias a su adaptación a su disponibilidad, exceptuando posibles reuniones en privado, que soliciten los familiares que no puedan acudir a la reunión.

¹⁰ De igual modo que ocurre con otros aspectos del proyecto, al no poder llevarse a cabo en la actualidad, la temporalización se establecerá, en función de la información recogida durante las prácticas de cuarto curso de carrera, es decir, la información relevante acerca de los días donde se producía un mayor número de visitas familiares al centro, sin embargo, en caso de que dicho proyecto se pueda desarrollar en un futuro o en un presente no muy lejano, es de vital importancia tener en cuenta dicha disponibilidad para el establecimiento de la temporalización de las sesiones, en los días que los familiares puedan acudir al centro.



dispusieran de tiempo, si conocieran a alguien de su familia que pudiera acudir, (incluso, algún amigo de sus mayores externo al centro, quedando en último caso, la posibilidad de proponer dicho apoyo, a algún amigo interno de la residencia), qué esperan del proyecto, qué les parece la iniciativa, si les gustaría hacer alguna propuesta, si tienen alguna duda al respecto, etc.

Por lo tanto, para dicha sesión, **se necesitarían como recursos electrónicos**, un ordenador y un proyector para plasmar las ideas a tratar en la reunión, además de **recursos materiales** como los cuestionarios en papel (pre-test) y bolígrafos, en caso de que se tuviera que realizar alguna reunión en privado, porque algunos familiares no pudieran acudir a la explicación en gran grupo, se les explicaría dicho contenido, pero exponiéndolo desde un ordenador y de nuevo, al finalizar la sesión se les pasaría el cuestionario (pre-test), recursos utilizados en el **salón principal** del centro residencial y en el **despacho de la pedagoga y animadora sociocultural** (este último, si fuera necesario), reuniones desarrolladas de igual modo que en la anterior sesión, por la animadora sociocultural.

En definitiva, se estima una **duración de 45 minutos de exposición de la información**, **15 minutos de preguntas** y por último, **30 minutos para cubrir los cuestionarios** (pre-test), por lo tanto, la sesión tendrá una **duración de 90 minutos**.

Para finalizar, de igual modo que en las dos anteriores sesiones, todos los **elementos que atienden a esta sesión**, es decir, necesidades, objetivos, destinatarios, finalidad, etc., se pueden observar en la siguiente tabla resumen (ver Tabla IV):



TABLA IV: NECESIDADES, OBJETIVOS ESPECÍFICOS, DESTINATARIOS, FINALIDAD, RECURSOS, DURACIÓN

NECESIDADES	Necesidad de informar a los familiares, de la relevancia de su participación en las actividades.
OBJ. ESPECÍFICOS	Demostrar a los familiares, la importancia de su apoyo, para la mejora de la calidad de vida de sus mayores.
DESTINATARIOS	Familiares de las personas mayores residentes del centro y posibles participantes en el proyecto.
FINALIDAD	Reunión de concienciación, informativa y cuestionario (pre-test).
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Recursos electrónicos (ordenador y proyector). -Recurso material (cuestionario y bolígrafos). -Salón principal o despacho de la Pedagoga y Animadora Sociocultural. -Animadora Sociocultural.
TEMPORALIZACIÓN	De 17:00 a 18:30, el domingo 24 de abril del 2016.
DURACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> -45 minutos exposición información. -15 minutos preguntas. -30 minutos cuestionarios. -Total 90 minutos.

Fuente: Elaboración propia



SESIÓN 4: “ES HORA DE LA ACCIÓN”

Esta cuarta sesión, (denominada como “*es hora de la acción*”), se compone de un total de **ocho actividades desarrolladas de 17:00 a 19:30, los domingos del mes de mayo y junio del 2016¹¹**, gracias a las cuales, se podrá **realizar dicha animación sociocultural con estimulación cognitiva y todo ello con la participación de los familiares.**

Por lo tanto, estas **actividades van dirigidas** tanto a los **mayores participantes, como a los familiares que servirán de apoyo**, tratando de satisfacer la **necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las actividades de animación sociocultural**, logrando así **alcanzar múltiples objetivos** como **entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias, ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos, entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal, etc.**

Sin embargo, antes de plasmar las actividades, es importante destacar el **desarrollo de las mismas y sus características generales**, como es la **disposición del espacio, caracterizado por la colocación de las sillas en círculo**, lo que ayudará a fomentar el contacto visual entre todos los participantes.

Además, la **primera de las actividades**, tendrá como **principal finalidad**, el **conocimiento de todos los participantes**, es decir, una **actividad de presentación entre los familiares y los mayores participantes en el proyecto, además de la animadora sociocultural y la recogida de información, a modo de evaluación del proceso** (a través de una serie de **preguntas** y un **listado de control** a cubrir por la profesional, lo que ayudará a contrastar la información recogida en las preguntas anteriores, con el estado de nerviosismo o tranquilidad que transmitan los participantes durante los ejercicios).

Tras esa primera actividad, **el resto comenzará con 5 minutos de explicación de la profesional, acerca de lo que se va a hacer durante la actividad¹², después 15 minutos de ejercicios de gerontogimnasia, lo que dará paso, durante 70 minutos¹³,**

¹¹ Horario relacionado con el de las visitas familiares a sus mayores, el cual permitirá la participación de los mismos en las actividades.

¹² Explicación que también se recoge en la primera actividad y donde se ejemplificarán, la realización de las ocho actividades, por dicha profesional.

¹³ En la cuarta actividad, los 70 minutos pasarán a 100 minutos (por la duración del ejercicio que se plantea), omitiendo así, los 30 minutos que suman los ejercicios de gerontogimnasia y los ejercicios de relajación.



a la actividad de animación sociocultural con estimulación cognitiva ¹⁴(para la cual, no se recogerá ningún tipo de información por escrito), actividad que se cerrará con una pregunta que se hará en gran grupo (y que se utilizará como método de evaluación del proceso, por lo que dicha información, sí será recogida) cuya duración será de 45 minutos¹⁵ y otros 15 minutos de ejercicios de relajación, actividades que tendrán un total de 150 minutos cada una de ellas, las cuales, necesitarán diversos recursos, como la propia sala de animación sociorecreativa y cultural, donde se desarrollarán las actividades, actividades que tras su finalización, la profesional deberá cubrir por cada una de ellas, un listado de control, de igual modo que en la primera actividad destinada a la dinámica de presentación.

Para finalizar, la **última de las actividades**, seguirá la misma línea que las seis que le preceden (omitiendo la actividad de presentación), pero a su vez, **supondrá el cierre de las mismas**, es decir, **será una actividad final que dará paso a la evaluación final** de esta última sesión.

Actividad 1: “Y TÚ, ¿DE QUIÉN ERES?”

Como se explica anteriormente, **esta primera actividad, tendrá como finalidad, la presentación de cada grupo familiar**, al resto de los participantes, sobre quiénes son, (como el propio título de la actividad indica “y tú, ¿de quién eres?”, conocida pregunta realizada por las personas mayores de los pueblos españoles), presentación para la que se **utilizarán a modo de guía, una serie de preguntas recogidas en un papelógrafo:**

- ✓ ***Nombres y apellidos.***
- ✓ ***Lugar de residencia.***
- ✓ ***Relaciones de parentesco.***
- ✓ ***Profesión/ocupación actual y/o pasada (principalmente, en el caso de las personas mayores o los familiares que va no estén en activo).***

¹⁴ Para realizar las actividades, los participantes se agruparán en grupos familiares (cada persona mayor residente, con sus familiares participantes), y se nombrará a un portavoz que hable en nombre del grupo, el cual, podrá variar según decida el grupo, excepto en alguna actividades, donde la animadora sociocultural, determinará, quién de los grupos será el portavoz.

¹⁵ Que supone tres minutos por grupo familiar (pues suman un total de 15 grupos), suficiente para contestar a la pregunta de evaluación, la cual se mantiene durante todas las actividades, a partir de la segunda actividad.



Una vez realizada dicha presentación, se da comienzo al **segundo y último de los ejercicios a desarrollar**, el cual **consistirá en el planteamiento de una serie de preguntas al grupo en su conjunto y la contestación de las mismas** (que como se explica en el apartado anterior, servirá como un método de evaluación del proceso), preguntas recogidas nuevamente en el papelógrafo:

- ✓ *¿Por qué habéis decidido asistir a las actividades?*
- ✓ *¿Qué expectativas tenéis de las mismas?*
- ✓ *¿Qué opináis del trabajo entre familiares y mayores residentes?*
- ✓ *¿Creéis que son importantes estas actividades conjuntas?, ¿Por qué?*

En resumen, dichos ejercicios se desarrollarán gracias a la utilización de **recursos materiales** como el papelógrafo, un rotulador y sillas, además de tener en cuenta el **espacio** necesario para los mismos, siendo la sala destinada a las actividades de animación sociorecreativa y cultural desarrolladas desde la apertura del centro, y todo ello, con la labor **profesional** de la animadora sociocultural.

Por lo tanto, la **presentación de la profesional acerca de lo que se va a realizar durante la actividad, tendrá una duración de 5 minutos**, continuando con el **ejercicio de presentación que supondrá 80 minutos** (cinco minutos y medio por cada grupo familiar, ya que suman 15 grupos familiares) y **65 minutos para el segundo ejercicio**¹⁶ (que supone cuatro minutos y medio por grupo familiar), **sumando un total de 150 minutos en su conjunto**.

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

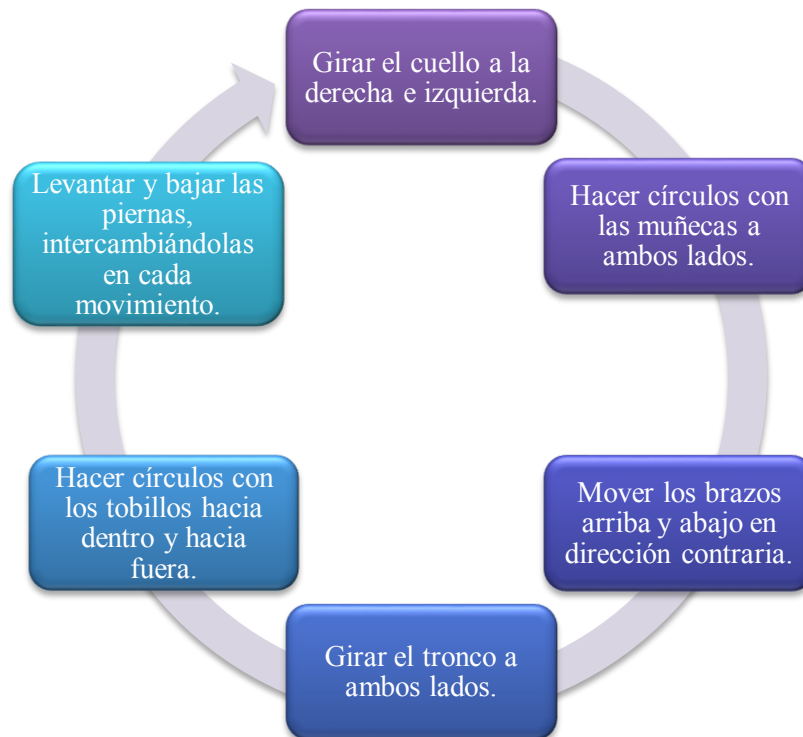
Actividad 2: “ERASE UNA VEZ...”

En **esta segunda actividad**, al igual que en las seis restantes, se dará comienzo a la realización de los siguientes **ejercicios de gerontogimnasia** (teniendo en cuenta, que cada participante, realizará los ejercicios que pueda, según sus capacidades), **donde la**

¹⁶ En un primer lugar, se plantea una duración de 45 minutos para dar respuesta a la pregunta final de evaluación del proceso, que se realiza en cada actividad, sin embargo, en esta primera actividad, se amplía dicho tiempo, ya que no se plantea una única pregunta, sino varias.



profesional, será la que realice los ejercicios, para simultáneamente, servir de ejemplo a los participantes:



En **segundo lugar**, se dará paso a la **siguiente actividad**, cuya **finalidad versará sobre el recuerdo de un hecho anecdótico de la infancia, juventud, madurez y actualidad**, (a modo de recreación de sus propias historias, como el título indica “*erese una vez...*”), donde se tomará de **referencia a los mayores** (es decir, cuando dichos participantes eran niños/as, jóvenes, personas maduras y personas mayores), **hechos anecdóticos donde aparezcan los familiares participantes** (en la medida de lo posible), **anécdotas que serán explicadas por las personas mayores, con la ayuda** (si hiciera falta) **de sus familiares**, por lo que para dicha actividad, se **utilizarán de guía las instrucciones escritas en el papelógrafo**¹⁷:

- ✓ *Cuando era pequeño/a, recuerdo que...*
- ✓ *Una vez de joven, me pasó...*
- ✓ *En la época de mi madurez, recuerdo que...*
- ✓ *Una vez que llegué a la vejez, ocurrió que...*

¹⁷ En este caso, la animadora sociocultural, deberá anotar determinados elementos de esas anécdotas, ya que posteriormente, le servirán para el diseño y búsqueda de los recursos necesarios para la siguiente actividad, es decir, elementos que puedan ser presentados a todos los participantes, con el fin de estimular sus sentidos y evocar el mayor recuerdo de sus vidas pasadas y presentes.



El **siguiente ejercicio**, (que de igual modo que la gerontogimnasia del principio y las actividades de relación definidas más adelante, se repiten en las actividades restantes), **consistirá en dar respuesta** a la siguiente pregunta recogida en el papelógrafo:

✓ *¿Para qué creéis que sirven estas actividades?, ¿qué cambiaríais y qué mantendríais?*

Para **finalizar la sesión**, se volverán a realizar los mismos ejercicios de gerontogimnasia, pero logrando que se conviertan en ejercicios de relación, es decir, se **repetirán dichos movimientos pero fomentando la concentración en la respiración** (por ejemplo, inspirar mientras se gira el cuello a la derecha, y expirar mientras se gira el cuello hacia la izquierda), todo ello, **utilizando una música relajante de fondo** (de nuevo, teniendo en cuenta, que cada participante, realizará los ejercicios que pueda, según sus capacidades), y donde la profesional, será la que realice los ejercicios, para simultáneamente, servir de ejemplo a los participantes.

En resumen, dicha actividad requerirá de los mismos recursos que en la anterior actividad, es decir, como recursos materiales, un papelógrafo, un rotulador y sillas, además de la misma sala para realizar las actividades y la animadora sociocultural como profesional encargada de desarrollarla, recursos a los que se le suma, la necesidad de un recurso electrónico para reproducir la música (ordenador, tablet, etc.).

Por lo tanto, la **presentación de la profesional acerca de lo que se va a realizar durante la actividad, tendrá una duración de 5 minutos**, continuando con la gerontogimnasia que supondrá otros 15 minutos, el ejercicio de los hechos anecdóticos con una duración de 70 minutos (cuatro minutos y medio por grupo familiar), además del ejercicio de evaluación del proceso de 45 minutos (tres minutos por grupo familiar¹⁸) y por último, los ejercicios de relajación que durarán otros 15 minutos, sumando un total de 150 minutos.

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, de nuevo la profesional se encargará de cubrir un listado de control, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

¹⁸ Como se expone en anteriores apartados, dicha pregunta a modo de evaluación del proceso, deberá ser contestada por cada portavoz de cada grupo familiar.



Actividad 3: “A TRAVÉS DE MIS SENTIDOS”

En esta **tercera actividad**, tras la **realización de los mismos ejercicios de gerontogimnasia de la sesión anterior**, se da paso al desarrollo de la actividad de animación sociocultural con estimulación cognitiva, la cual **consistirá en estimular el recuerdo de la vida pasada y presente, de nuestros mayores participantes y sus familiares**, es decir, **a partir de las anécdotas contadas en la segunda actividad, la animadora sociocultural, deberá elaborar y/o buscar elementos que aparecieran en dichas historias o similares** (juguetes de infancia, alimentos típicos de su juventud, olores característicos que ellos mismos describieran en su madurez, sonidos que marcaran en inicio o fin de alguna posible jornada laboral en una fábrica, etc.), **los cuales, serán presentados en esta actividad** (respondiendo así al título de la actividad “*a través de mis sentidos*”), de tal manera que:

- ✚ **Primero**, con los **ojos tapados con pañuelos, tanto las personas mayores como sus familiares, irán tocando, oliendo, incluso escuchando los objetivos** (si se pueden agitar o si emiten algún sonido), que la profesional haya podido crear o conseguir, para **posteriormente, ir uno a uno, comentando en voz alta, lo que creen haber tocado y si les lleva a alguna vivencia pasada o presente**, todo ello con los ojos tapados, ya que **una vez que cada persona haya comentado lo que cree haber sentido, podrán quitarse los pañuelos y ver dichos objetos**.
- ✚ En **segundo lugar**, **sin la necesidad de tener los ojos tapados**, la profesional **realizará el mismo ejercicio, pero pasando olores enfrascados**, (tomillo, romero, limón, naranja, etc.).
- ✚ Para **finalizar**, y de nuevo **sin tener los ojos tapados**, la profesional **pondrá una serie de sonidos** (animales, fábricas, electrodomésticos, niños jugando, sonidos de la calle, etc.), que **de igual modo, deberán ir reconociendo todos los participantes y explicando lo que creen haber escuchado y a qué les recuerda**.

Seguidamente, antes de volverse a realizar la misma pregunta de evaluación del proceso, recogida de nuevo en el papelógrafo y **pasar a realizar los mismos ejercicios de relajación que en la segunda actividad**, se **deberá comentar a todos los participantes, la necesidad de que busquen en sus casas o habitaciones** (si fuera posible, en el caso de los residentes), **algún objeto que ellos mismos hayan hecho, que tengan un gran valor sentimental, etc., objetos que contengan una carga emotiva para las personas mayores participantes y si es posible, también para sus**



familiares (fotos, algún regalo del pasado que fuera hecho a mano por los mayores o sus familiares, etc.), **objetos que deberán llevar para la siguiente actividad.**

Por lo tanto, **para esta actividad además de los recursos materiales utilizados en otros ejercicios** (papelógrafo, rotulador y sillas), también se **necesitarán múltiples recursos materiales** (objetos tipo juguetes de infancia, alimentos, etc., frascos donde introducir diversos olores, los productos que generen esos olores) **y electrónicos** (un ordenador, tablet, móvil, etc., con los que reproducir los sonidos), actividad que también debe contar con **la misma sala** referenciada en otros apartados, para poder desarrollarse y la **profesional** que actuará de guía para su realización.

Por lo tanto, **se destinarán los mismos tiempos estipulados para el desarrollo de los ejercicios que estructuran la mayoría de las actividades, (5 minutos para las explicaciones de la profesional, 15 minutos para la gerontogimnasia, 70 minutos para la actividad de animación sociocultural con estimulación cognitiva, 45 minutos para la pregunta de evaluación del proceso y 15 minutos ejercicios de relajación), tiempos que suman 150 minutos en total.**

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, nuevamente la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

Actividad 4: “*LO QUE SIGNIFICA PARA MI*”

A diferencia del resto de la mayoría de las actividades, en esta **se omitirá el tiempo destinado a los ejercicios de gerontogimnasia y de relajación, sumándole dicho tiempo, a la propia actividad de animación sociocultural**, por ello, **gracias a los objetos personales, llevados a esta sesión, por los familiares y mayores participantes, se dará paso a la explicación de los mismos** (como indica el propio título “*lo que significa para mi*”), **siguiendo las frases recogidas en el papelógrafo, actividad que deberá realizar cada uno de los participantes** (ya sea persona mayor o familiar, teniendo en cuenta, la posibilidad de tener que ayudar a los mayores en dicha explicación, si fuera necesario), **con el fin de seguir estimulando el recuerdo de todos los presentes, a través de diversos objetos que también estimulen sus sentidos, e incluso, fomentando la aparición y expresión de sentimientos:**



- ✓ *Este objeto es...*
- ✓ *Lo he traído porque...*
- ✓ *Tiene un significado especial para mí, porque...*
- ✓ *Quería compartirlo con todos, ya que...*

Tras realizar dicho ejercicio, se da paso a la **pregunta de evaluación del proceso** (referenciada en anteriores actividades), la cual mantendrá la misma duración que en dichas actividades.

Por lo tanto, para esta cuarta actividad, se necesitarán los mismos **recursos materiales utilizados en otros ejercicios** (papelógrafo, rotulador y sillas), **la misma sala** y la **profesional** que actuará de guía para su realización, **sin olvidar los propios objetos aportados por todos los participantes** del proyecto.

Es decir, de los **150 minutos totales** que dura esta actividad, **5 minutos se destinarán a las explicaciones de la profesional**, seguidos de los **100 minutos destinados a la actividad principal**, para **finalizar con 45 minutos para contestar a la pregunta de evaluación del proceso**.

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

Actividad 5: “ESTO YA NO ES LO QUE ERA”

Tras realizar los ejercicios de **gerontogimnasia**, en esta quinta actividad, se da **paso a la orientación en la actualidad** (como el título indica, “*esto ya no es lo que era*”), ya que gracias a las anteriores actividades, se ha estimulado, principalmente, el recuerdo de la vida pasada de nuestros participantes, ahora el ejercicio de animación sociocultural con estimulación cognitiva de esta actividad, se centrará en la **lectura y debate de seis noticias nacionales de actualidad y relevancia** (previamente seleccionadas por la profesional, gracias al periódico de dicho día), **análisis realizado en gran grupo** (quedando en este caso, la libertad de expresar su opinión, a los participantes que lo deseen, pero siempre teniendo en cuenta, que la animadora sociocultural, hará hablar a quien menos suele participar durante las actividades), ejercicio que de nuevo, se **guiará por una serie de pautas recogidas en el papelógrafo**:



- ✓ *La noticia habla sobre...*
- ✓ *Los protagonistas de la noticia son...*
- ✓ *La importancia de la noticia se centra...*
- ✓ *Mi opinión respecto a dicha noticia es...*

Una vez se da por **finalizada la actividad**, se procede a la **realización de la pregunta de evaluación del proceso** (referenciada en anteriores actividades) y a los **ejercicios de relajación**.

Por lo tanto, se requerirán de los mismos recursos que en otras actividades, es decir, **recursos materiales** (papelógrafo, rotulador y sillas), **la misma sala** y la **profesional**, además del **periódico** de donde se extraerán las noticias.

Además, de nuevo se destinarán **5 minutos a las explicaciones de la profesional**, **15 minutos a los ejercicios de gerontogimnasia**, **70 minutos a la actividad de animación sociocultural con estimulación cognitiva**, **15 minutos a los ejercicios de relajación** y **45 minutos a la pregunta de evaluación del proceso**, sumando un **total de 150 minutos**.

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, nuevamente la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

Actividad 6: “TARDES DIFERENTES”

En esta sexta actividad, denominada “*tardes diferentes*”, tras la realización de las anteriores centradas, principalmente, en la estimulación del recuerdo, se da comienzo al desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia, los cuales darán paso al **inicio de una actividad más ligada al ocio, como es realizar un paseo en grupo** (tanto las personas mayores, como sus familiares), a un **ritmo que todos los participantes puedan mantener, durante la mitad de los 70 minutos destinados a las actividades de animación sociocultural**, paseo que se realizará por el camino que une el Centro Gerontológico de Ablaña, con el pueblo de Ablaña, un camino asfaltado, envuelto por la naturaleza.



Tras esos treinta y cinco minutos de paseo, **todos los participantes volverán al centro, para iniciar durante los otros treinta y cinco minutos, el juego del Bingo** (tan seguido por la mayoría de los residentes, aunque en este caso, solo participarán los participantes del proyecto), en el cual, **no se premiará con dinero a sus participantes ganadores, sino con materiales que puedan utilizar para producir dicha estimulación cognitiva, como libros de sopas de letras, crucigramas, etc.**

Una vez **finalizado el juego, se realizará la pregunta de evaluación del proceso** y se pondrá final a la actividad, **con el desarrollo de los ejercicios de relajación** referenciados en las anteriores actividades.

Además, para esta actividad se requerirán de algunos de los recursos necesarios para el desarrollo de otras actividades (dentro de **recursos materiales**, las sillas, además de la **sala** para poder jugar al Bingo y la **profesional** como guía de toda la actividad), además del propio **Bingo**, los **cartones** del Bingo, las **fichas** y los **obsequios de los ganadores**.

Por lo tanto, se destinarán **5 minutos a las explicaciones de la profesional, 15 minutos a los ejercicios de gerontogimnasia, 35 minutos al paseo, 35 minutos al juego del Bingo, 15 minutos a los ejercicios de relajación y 45 minutos a la pregunta de evaluación del proceso, sumando todo ello 150 minutos.**

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, de nuevo la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

Actividad 7: “¿SOY CÓMO CREO SER?”

Recordando uno de los motivos **que fundamentaba la importancia de diseñar y desarrollar este proyecto, basado en la necesidad de que los familiares participaran en las actividades, para que sus mayores residentes no se sintieran solos y no tuvieran una visión de sí mismos como objetos inútiles que tan solo deben esperar la llegada de la muerte**, se da paso a la siguiente actividad (denominada, “¿soy cómo creo ser?”), la cual tras realizar los ejercicios de gerontogimnasia, **la profesional explicará en qué consistirá la actividad siguiente,**



junto con el video denominado “Boceto Dove de la Belleza Real”¹⁹, es decir, cada persona mayor, deberá definirse en pocas palabras y sus familiares, deberán decirle cómo les ven ellos, después, sus mayores harán lo mismo con sus familiares (aunque los familiares no deberán definirse a sí mismos), todo ello, siguiendo unas frases de apoyo, expuestas en el papelógrafo, actividad que ayudará a aumentar la autoestima de los mayores y sus familiares, además de fortalecer los lazos familiares:

PERSONAS MAYORES A SUS FAMILIARES

- ✓ *En pocas palabras me definiría como una persona...*
- ✓ *Como aspecto positivo de mí, creo que debería resaltar...*
- ✓ *Como aspecto negativo de mí, creo que debería resaltar...*
- ✓ *Creo que mis familiares son....*
- ✓ *Algo positivo que podría decir de ellos...*
- ✓ *Algo negativo que podría decir de ellos...*

FAMILIARES A SUS PERSONAS MAYORES

- ✓ *En pocas palabras lo/la definiría como una persona...*
- ✓ *Como aspecto positivo de él/ella, creo que debería resaltar...*
- ✓ *Como aspecto negativo de él/ella, creo que debería resaltar...*

Una vez **finalizada la actividad**, se da comienzo a la **pregunta de evaluación del proceso** y **finalmente**, a los **ejercicios de relajación**, todo ello manteniendo los mismos tiempos destinados para dichos ejercicios, en las actividades anteriores.

Además, para esta actividad no se requiere de recursos nuevos, es decir, se mantienen los utilizados mayoritariamente en las actividades anteriores, es decir, **recursos materiales** (papelógrafo, rotulador y sillas), **la misma sala** y la **profesional**.

Por lo tanto, los tiempos se distribuirán de forma similar al tiempo de la mayoría de las actividades, es decir, **5 minutos para las explicaciones (3 minutos de vídeo y 2 minutos de explicaciones de la profesional)**, **15 minutos de gerontogimnasia**, **70 minutos de actividad de animación sociocultural y estimulación cognitiva**, **45 minutos de pregunta de evaluación del proceso** y **15 minutos de ejercicios de relajación**, sumando todo ello, un total de **150 minutos**.

En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, nuevamente la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

¹⁹ El cual se puede encontrar en el siguiente enlace: https://www.youtube.com/watch?v=q_bW2YesZbw



Actividad 8: “¿CONTINUARÁ...?”

Para esta última actividad, (denominada, “¿continuará...?”) se plantea el cierre de las actividades del proyecto, por ello, **tras la realización de los ejercicios de gerontogimnasia, se grabarán varias tomas**, (las cuales deberá montar la animadora sociocultural, en un vídeo que sirva de campaña de sensibilización, donde se recoja la importancia y relevancia del proyecto, para posibles puestas en marcha en un futuro o incluso mantenimiento del mismo), **tanto de las personas mayores como de sus familiares, exponiendo su opinión acerca de lo que les ha parecido el proyecto y la posibilidad de participación de los familiares en el mismo, opiniones que deberán responder a las siguientes cuestiones recogidas en el papelógrafo:**

PERSONAS MAYORES

- ✓ *Antes de este proyecto, participaba en las actividades del centro porque...*
- ✓ *El proyecto me ha ayudado a...*
- ✓ *La participación de mis familiares me ha servido para...*
- ✓ *Lo que más destaco del proyecto es...*
- ✓ *Sin embargo, cambiaría o mejoraría...*

FAMILIARES

- ✓ *Antes de este proyecto, mi opinión sobre las actividades del centro era...*
- ✓ *El proyecto me ha ayudado a...*
- ✓ *La participación en el mismo me ha servido para...*
- ✓ *Lo que más destaco del proyecto es...*
- ✓ *Sin embargo, cambiaría o mejoraría...*

Una vez se finalice la grabación de las tomas, se expondrá por última vez, la **pregunta de evaluación del proceso y se realizarán los ejercicios de relajación**, todo ello recordando que el siguiente domingo 26 de junio, se necesitará su asistencia para la realización de un cuestionario que servirá a modo de evaluación final.

Además, para dicha actividad, se necesitarán de los recursos expuestos en otras actividades, es decir, **recursos materiales** (papelógrafo, rotulador y sillas), **la misma sala** y la **profesional**, además de **recursos electrónicos** (cámara de grabar o móvil y ordenador para montar el vídeo a modo de campaña de sensibilización).

Por lo tanto, se destinarán **150 minutos para esta última actividad**, destinando **5 minutos para las explicaciones, 15 minutos para la gerontogimnasia, 70 minutos para la grabación de las tomas necesarias para realizar la campaña de sensibilización, 45 minutos para la pregunta de evaluación del proceso y 15 minutos para los ejercicios de relajación.**



En definitiva, una vez que se da por **finalizada la actividad**, de nuevo la **profesional se encargará de cubrir un listado de control**, el cual servirá como otra prueba de evaluación del proceso.

Por lo tanto, para finalizar dicha cuarta sesión, de igual modo que en las tres anteriores, todos los **elementos que atienden a esta sesión**, es decir, necesidades, objetivos, destinatarios, finalidad, etc., se pueden observar en la siguiente tabla resumen (ver Tabla V):

TABLA V: NECESIDADES, OBJETIVOS ESPECÍFICOS, DESTINATARIOS, FINALIDAD, RECURSOS, DURACIÓN

NECESIDADES	Necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las actividades de animación sociocultural.	
OBJ. ESPECÍFICOS	Actividad 1: “ <i>Y TÚ, ¿DE QUIÉN ERES?</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> -Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos. -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma.
	Actividad 2: “ <i>ERASE UNA VEZ...</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo. -Ejercitar la verbalización de los sentimientos. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.



<p>Actividad 3: <i>“A TRAVÉS DE MIS SENTIDOS”</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos. -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo. -Entrenar la estimulación de los sentidos. -Provocar la asociación entre estímulos-recuerdos. -Ejercitar la verbalización de los sentimientos. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.
<p>Actividad 4: <i>“LO QUE SIGNIFICA PARA MÍ”</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos. -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo. -Entrenar la estimulación de los sentidos. -Provocar la asociación entre estímulos-recuerdos. -Ejercitar la verbalización de los sentimientos. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma.
<p>Actividad 5: <i>“ESTO YA NO ES LO QUE ERA”</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos. -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la secuenciación de los hechos en el tiempo.



		<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.
	Actividad 6: “ <i>TARDES DIFERENTES</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Entrenar la estimulación de los sentidos. -Ejercitar el entrenamiento del cálculo mental. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.
	Actividad 7: “ <i>¿SOY CÓMO CREO SER?</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Entrenar la memoria de los mayores, para ejercitar la imagen de ellos mismos y sus familias. -Ejercitar la memoria de los mayores, intentado que ello repercuta en el aumento de los recuerdos. -Entrenar la orientación en la actualidad, espaciotemporal y personal. -Ejercitar la verbalización de los sentimientos. -Considerar el aumento de la autoestima. -Reforzar los lazos familiares. -Mostrar una visión positiva de la vejez. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.
	Actividad 8: “ <i>¿CONTINUARÁ...?</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercitar el entrenamiento del cuerpo. -Ejercitar la verbalización de los sentimientos. -Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma. -Entrenar la relajación.
DESTINATARIOS	Personas mayores residentes del centro y participantes en el proyecto, además de sus familiares participantes en el mismo.	
FINALIDAD	Realización de las ocho actividades de animación sociocultural con estimulación cognitiva, las preguntas de evaluación del proceso y los listados de control.	



RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Recursos electrónicos (cámara de grabar y/o ordenador, tablet, móvil, etc.). -Recurso material (papelógrafo, rotulador, sillas, objetos tipo juguetes de infancia, alimentos, etc., frascos donde introducir diversos olores, los productos que generen esos olores, objetos personales aportados por todos los participantes, periódico, Bingo, los cartones del Bingo, las fichas y los obsequios de los ganadores). -Sala destinada a las actividades de animación sociorecreativa y cultural. -Animadora Sociocultural.
TEMPORALIZACIÓN	De 17:00 a 19:30, los domingos del mes de mayo y junio del 2016.
DURACIÓN	<p><i>Actividad 1:</i> 5 minutos explicaciones profesional; 80 minutos ejercicios de animación sociocultural con estimulación cognitiva; 65 minutos preguntas de evaluación del proceso; total 150 minutos.</p> <p><i>Actividad 2, 3, 5, 6, 7, 8:</i> 5 minutos explicaciones profesional; 15 minutos gerontogimnasia; 70 minutos ejercicios de animación sociocultural con estimulación cognitiva; 45 minutos pregunta de evaluación del proceso; 15 minutos ejercicios de relajación; total 150 minutos.</p> <p><i>Actividad 4:</i> 5 minutos explicaciones profesional; 100 minutos ejercicios de animación sociocultural con estimulación cognitiva; 45 minutos pregunta de evaluación del proceso; total 150 minutos.</p>

Fuente: Elaboración propia

2.3 Temporalización:

Por lo tanto, para la **puesta en marcha del proyecto**, se contará con **tres meses**, es decir, **abril, mayo y junio de 2016**, meses donde se **desarrollaran las cuatro sesiones que estructuran el proyecto**, (en **abril las sesiones 1, 2 y 3**, mientras que en **mayo y junio, la sesión 4**), puesta en marcha que se recoge en el siguiente **cronograma** (ver Tabla VI²⁰):

²⁰ Dicha información, se puede observar con mayor detalle en el Anexo III: Temporalización; recogido en la página 74.



TABLA VI: CRONOGRAMA

MESES	<i>Abril (2016)</i>	<i>Mayo (2016)</i>	<i>Junio (2016)</i>
DÍAS DEL MES	8, 11, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 24, 25, 26, 27, 28, 29.	1, 8, 15, 22, 19.	5, 12, 19, 26.
SESIONES	Tiempo destinado a las sesiones 1, 2, 3, y al análisis de la información recogida en dichas sesiones.	Tiempo destinado a la realización de las cinco primeras actividades de la sesión 4.	Tiempo destinado a la realización de las tres últimas actividades de la sesión 4, además de la evaluación final.
DURACIÓN	-Sesión 1: 90 minutos. -Sesión 2: 90 minutos por persona mayor entrevistada. -Sesión 3: 90 minutos.	-Sesión 4: 150 minutos por actividad.	-Sesión 4: 150 minutos por actividad. -Evaluación final: 30 minutos.
UBICACIÓN	-Despacho de la dirección. -Habitaciones o despacho de la Pedagoga y Animadora Sociocultural. -Salón principal o despacho de la Pedagoga y Animadora Sociocultural.	-Sala de animación sociorecreativa y cultural.	-Sala de animación sociorecreativa y cultural. -Paseo por el camino que une el Centro Gerontológico de Ablaña, con el pueblo de Ablaña.

Fuente: Elaboración propia

2.4 Recursos:

✓ 2.4.1 Humanos

Se necesitará a la **profesional encargada de desarrollar las actividades de animación sociorecreativas y culturales²¹**, que se llevan a cabo en el centro desde su **apertura**, ya que la **previa relación existente entre los mayores participantes y sus**

²¹Evidentemente, el proyecto se plantea con la idea de ser desarrollado por mi persona, ya que soy la encargada de diseñarlo, sin embargo, al no poderlo llevar a cabo en la actualidad, planteo la posibilidad de que fuera desarrollado por la animadora sociocultural del centro, ya que como dije anteriormente, ya existe una confianza establecida entre los mayores participantes y sus familiares, lo que ayudaría a la puesta en marcha del proyecto, además de que es la profesional de dicho centro, la encargada de llevar a cabo este tipo de actividades.



familiares, **facilitará el desarrollo del proyecto**, puesto que se parte de una previa **confianza** que generará un **clima de tranquilidad**, lo que ayudará en su conjunto, a la **satisfacción de las necesidades** planteadas en un principio y por tanto, el **alcance de los objetivos**.

✓ 2.4.2 Materiales

En lo que respecta a **los recursos materiales**, como se recoge en cada una de las sesiones del proyecto, **se necesitarán desde recursos denominados como tal, es decir, recursos materiales** (papelógrafo, rotulador, sillas, objetos tipo juguetes de infancia, alimentos, etc., frascos donde introducir diversos olores, los productos que generen esos olores, etc.), hasta **recursos referenciados como electrónicos** (cámara de grabar y/o ordenador, tablet, móvil, etc.), sin olvidar **los espacios donde se llevarán a cabo dichas sesiones** (sala destinada a las actividades de animación sociorecreativa y cultura, habitaciones o despacho de la Pedagoga y Animadora Sociocultural, etc.).

✓ 2.4.3 Financieros

Para poder **costear todos los recursos materiales y humanos necesarios**, deberemos contar con una **cuantía económica** que nos permita hacer frente a dichos gastos, de lo contrario, el proyecto no se podría poner en marcha o no con la misma calidad que se plantea con estos recursos, financiación que se refleja en el siguiente cuadro (ver Tabla VII):



TABLA VII: RECURSOS FINANCIEROS

RECURSOS	CUANTÍA ECONÓMICA
SUELDO DE LA PROFESIONAL	El propio centro, costea la labor de la profesional desde su apertura, suponiendo 1000€ al mes, por lo tanto, al encargarse de dicho proyecto, se le aumentará el sueldo en 600€, suponiendo un total de 1600€ al mes, es decir, tres meses de desarrollo, además de otro mes de trabajo de evaluación, (abril, mayo, junio y julio)= 6400€.
RECURSOS MATERIALES Y ELECTRÓNICOS	
Papelógrafo.....	60€
Rotulador.....	Recurso existente en el propio centro
Sillas.....	Recursos existentes en el propio centro
Objetos tipo juguetes de infancia.....	60€ (aunque tal vez se puedan conseguir a través de conocidos, etc., como las muñecas de porcelana, etc.).
Alimentos.....	30€
Frascos donde introducir diversos olores...	10€ (aunque también se pueden reciclar botes de yogures bebibles o normales, etc.).
Productos que generen esos olores.....	10€ (aunque también se pueden conseguir de piezas de fruta que se hayan servido en alguna comida, como cáscara de naranja, etc.).
Periódico.....	2€
Bingo.....	Recurso existente en el propio centro
Cartones del Bingo.....	Recurso existente en el propio centro
Fichas del Bingo.....	Recurso existente en el propio centro
Obsequios de los ganadores.....	50€
Bolígrafos.....	Recurso existente en el propio centro
Cuestionarios.....	Recurso existente en el propio centro
Folios.....	Recurso existente en el propio centro
Cámara de grabar/vídeo.....	100€
Ordenador.....	Recurso existente en el propio centro
Proyector.....	250€
Móvil.....	Recurso aportado por la profesional (su propio teléfono móvil).
ESPACIOS DONDE DESARROLLAR	No supone un coste económico, ya que la actividad se llevará a cabo en el Centro Gerontológico de Ablaña, donde ya disponen de



EL PROYECTO	espacios destinados para dichos ejercicios.
TOTAL COSTES	6400€+ 60€+ 60€+ 30€+ 10€ + 10€+ 2€+ 50€+ 100€+ 250€= 6972€

Fuente: Elaboración propia

3. APLICACIÓN

Antes de dar paso a la explicación de los **procesos** a seguir para la puesta marcha del proyecto, es importante destacar, **que dicho proyecto** (como se ha explicado reiteradas veces en anteriores apartados), **no se ha podido llevar a cabo en la actualidad por diversos motivos²²**:

Factores externos:

- ✓ En primer lugar, por la **falta de interés de las instituciones, asociaciones, etc., que desarrollaban diversas labores con personas de la tercera y cuarta edad**, acerca del desarrollo de este tipo de proyectos, tanto desde un **puesto de trabajo** (el cual no disponían del mismo), como a través de **labores de voluntariado** (ya que eso supone un coste, por la obligación de tener asegurada a dicha persona).
- ✓ En segundo lugar, **algunas de las instituciones que sí aceptaban voluntariado, o bien no desarrollaban proyectos con personas de este colectivo y por tanto no aceptaban proyectos nuevos, o por otro lado, aunque trabajaran con este grupo de edad, sus proyectos estaban marcados y delimitados, lo que impedía proponer mejoras o incluso proyectos como el que se plasma en este trabajo.**

Factores internos:

- Por otro lado, **a lo largo del año, encontré un trabajo como cuidadora de un niño de cuatro años, el cual me impedía compatibilizarlo con la continua búsqueda de vías a través de las que poder desarrollar el proyecto** (en primer lugar, tan solo tenía que cuidar al niño, pero a medida que fue pasando el tiempo, la madre me solicitó la limpieza de la casa, además de la complejidad de los horarios, los cuales dependían de la jornada laboral variable de la madre, por lo tanto, tenía que mostrar plena disponibilidad para desarrollar este trabajo).

²² Por falta de espacio en el documento que recoge íntegramente el proyecto, se referenciarán algunos de los aspectos recogidos en este apartado, para dar cuenta del proceso de aplicación de dicho proyecto.



Es decir, **el diseño del proyecto se ha establecido en base a la posibilidad ficticia de ser desarrollado en la actualidad (o en un futuro), de tal modo, que fuera puesto en marcha en el Centro Gerontológico de Ablaña** (donde desarrollé mis prácticas de cuarto curso de carrera), ya que fue el lugar donde detecté las necesidades a satisfacer que se plantean en el proyecto, **labor de la que se encargaría la trabajadora del propio centro que ya realiza las actividades de animación sociorecreativa y cultural** desde la apertura del mismo.

Es por ello que, **en un supuesto desarrollo y evaluación del proyecto en la actualidad**, habría que **atender** a diversos elementos, en primer lugar, la **justificación** acerca del **por qué las sesiones y actividades planteadas, permiten alcanzar los objetivos establecidos y por tanto, la satisfacción de las necesidades detectadas**, y en segundo lugar, el **análisis de la puesta en marcha de las cuatro sesiones** que dan estructura al proyecto, con el **fin de averiguar aspectos del proyecto que no se desarrollen según lo establecido**, gracias a los cuales, se **puedan definir alternativas a los mismos**.

Por lo tanto, el principal **motivo que justifica el alcance de los objetivos y la satisfacción de las necesidades, en base a las sesiones y actividades planteadas, se centra en el proceso lógico llevado a cabo para el diseño de dichas sesiones y actividades**, es decir, una vez se **detectan las necesidades**, para su satisfacción, se **establecen una serie de objetivos** (general y específicos), **a partir de los cuales, se diseñan las sesiones y actividades para el alcance de los mismos**, sesiones y actividades, que se **someten a diversos procesos de evaluación**, para **comprobar el correcto desarrollo de las mismas y por tanto, el verdadero alcance de los objetivos que conducirán a la satisfacción de las necesidades planteadas**.

Por ejemplo, para satisfacer la **necesidad de trabajar, en la medida de lo posible, la estimulación cognitiva, gracias a las actividades de animación sociocultural**, se establecen una serie de **objetivos específicos** (que junto con el total de objetivos específicos, responden al objetivo general), gracias a los cuales, se **diseña la cuarta sesión** del proyecto, que aglutina a su vez, **ocho actividades**, de las cuales, **tomando de referencia para dicho ejemplo, la actividad 6: “TARDES DIFERENTES”**, vemos que esta **actividad**, debe permitir **alcanzar los siguientes objetivos específicos y el modo** en el que se produce:

-Ejercitar el entrenamiento del cuerpo: Gracias a los ejercicios de gerontogimnasia e incluso, la estimulación de la motricidad fina con el juego del Bingo (tapar los números de los cartones, con las fichas correspondientes).

-Entrenar la estimulación de los sentidos: Principalmente, a partir de la estimulación de la vista y el oído, gracias al juego del Bingo (escuchar los números que van saliendo y visualizar los mismos en el cartón).



-Ejercitar el entrenamiento del cálculo mental: Asociado en su mayoría, a la estimulación producida con el juego del Bingo (ya que se trata de identificar los números que van saliendo del bombo, con los asignados en los cartones que posee cada persona mayor y familiar).

-Ejercitar la capacidad de reflexión de los mayores y la verbalización de la misma: Gracias a la contestación que se debe aportar a la pregunta realizada al final de la actividad, que se utiliza como un método de evaluación del proceso.

-Entrenar la relajación: Principalmente, con los ejercicios de relajación que se realizan al finalizar la actividad.

Evidentemente, puede que **algunos de los ejercicios planteados para dicha actividad, no tengan el resultado esperado y por tanto se dificulte el alcance de los objetivos específicos**, es por ello, que se llevan a cabo **diversas evaluaciones del proceso** (como la mencionada anteriormente y los listados de control especificados en el apartado de evaluación), **alteraciones de las actividades que hay que tener en cuenta, para dar lugar a posibles alternativas que logren el mejor alcance de dichos objetivos.**

A raíz de ello, se debe **analizar la puesta en marcha de las cuatro sesiones** que dan estructura al proyecto, **suponiendo que se ha podido acceder al campo**, por ejemplo, **a través de las prácticas de cuarto curso del Grado en Pedagogía**²³.

Es por ello, que **atendiendo a la temporalización (cronograma)** establecida para su desarrollo, se plantea el siguiente **análisis de las sesiones y actividades**, en función de los **posibles logros** que se pueden obtener, los **fallos** que pueden surgir y las **alternativas** a los mismos, con el fin de **conseguir una mayor probabilidad de éxito del proyecto**, según los objetivos establecidos, para lograr la satisfacción de las necesidades (ver Tabla VIII):

²³Como se recoge en diferentes apartados de dicho proyecto, al generar este supuesto de puesta en marcha de las sesiones en la actualidad, yo sería la encargada de desarrollarlo en su totalidad (diseño, puesta en marcha y evaluación), aunque debo recordar, que como es un supuesto, es decir, no se ha podido llevar a cabo en la realidad por los diversos motivos expuestos, también se recoge la alternativa de que dicho proyecto pudiera llevarse a cabo en un futuro por la propia animadora sociocultural que desempeña su labor profesional en el centro.



TABLA VIII: SESIONES, LOGROS, FALLOS Y ALTERNATIVAS

SESIONES	POSIBLES LOGROS	POSIBLES FALLOS	ALTERNATIVAS
Sesión 1: <i>“Con un pequeño esfuerzo”</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Concienciar, informar y convencer a la Dirección del centro. -Obtener más apoyo del establecido (un mayor número de recursos, disponibilidad de diferentes espacios del centro). -Participación activa de algún miembro de la Dirección, durante el desarrollo del resto de sesiones y actividades. -Aportar personal del centro, para ayudar en el desarrollo de las actividades y sesiones (auxiliares de enfermería, etc.). -Plantear un mantenimiento del proyecto en el futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> -No obtener algunos de los recursos materiales propuestos para el desarrollo del proyecto. -Suscitar dudas, acerca de la utilidad del proyecto. -Dificultad a la hora de cuadrar los horarios de las actividades del centro, para poder ofrecer algunos de los espacios necesarios, para el desarrollo del proyecto, en las horas establecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> -Solicitar otro tipo de recursos, más económicos, que puedan servir a modo de sustitución, de aquellos que no pueda aportar el centro, o incluso crearlos artesanalmente, si fuera posible. -Presentar correctamente, la necesidad del proyecto y los objetivos que pretende alcanzar, lo cual se irá plasmando en las evaluaciones realizadas durante el proceso y que se les aportará a la Dirección. -Al poder contar siempre con la sala de animación sociocultural, en caso de necesitar otro espacio, o bien mirar con tiempo, los espacios libres para dicha actividad y solicitarlo o adaptar el espacio disponible para el desarrollo de la actividad, quedando en último caso, la modificación de la actividad, de tal forma que se pueda realizar, pero teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
Sesión 2: <i>“El valor del tiempo”</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Concienciar a los mayores, gracias a la entrevista semiestructurada e individual (pre-test), sobre la importancia de aprovechar su tiempo libre. -Obtener una mayor cantidad de información a la prevista inicialmente 	<ul style="list-style-type: none"> -Dificultad para ajustar los tiempos de las entrevistas según los tiempos y días establecidos (por enfermedad de algún mayor participante, etc.). -Dificultad para lograr conseguir toda la información relevante para el proyecto. -Posibilidad de 	<ul style="list-style-type: none"> -Durante los días establecidos para hacer las entrevistas, ir encajando aquellas que no se hayan podido realizar, lo que supondrá, ampliar tiempos de estancia en el centro. -Tratar de insistir sobre aquellas preguntas que parezcan no ser entendidas, explicándolas de diversas formas, para conseguir dicha



	<p>que ayude a la mejor adaptación de las actividades.</p> <p>-Lograr que sean los propios mayores, los que les soliciten a sus familiares, que participen en el proyecto, dejando así constancia del interés por el mismo.</p>	<p>incomprensión o incorrecta interpretación del proyecto que se pretende desarrollar.</p>	<p>información.</p> <p>-Explicar de diversas formas, las finalidades del proyecto y los motivos que fundamentan la importancia de la participación de los mayores.</p>
<p>Sesión 3: “<i>Tú mi apoyo</i>”</p>	<p>-Concienciar e informar a los familiares de los mayores, sobre la importancia de su participación, logrando cubrir el cuestionario (pre-test).</p> <p>-Lograr conseguir una gran implicación de los familiares.</p> <p>-Conseguir que se pueda contar con todos los familiares reunidos para la puesta en marcha del proyecto.</p>	<p>-Dificultad para reunir a los familiares convocados en el día fijado para ello.</p> <p>-Suscitar dudas acerca de la utilidad del proyecto y el interés del mismo.</p> <p>-Dificultad de poder contar con su participación, en función de los horarios establecidos para el desarrollo de las actividades de la sesión cuarta.</p>	<p>-Utilizar el tiempo margen establecido hasta puesta en marcha de las actividades, para reunir a esos familiares en una reunión privada.</p> <p>-Dejar claro la importancia del proyecto y su gran utilidad, haciendo referencia a las necesidades que se han diagnosticado y el modo en el que se pretenden satisfacer a través de las actividades.</p> <p>-Localización del desarrollo de las actividades, en el día de la semana donde se produce un mayor número de visitas familiares, en función de su disponibilidad.</p>
<p>Sesión 4: “<i>Es hora de la acción</i>”</p> <hr/> <p>Actividad 1: “<i>Y tú, ¿de quién eres?</i>”</p>	<p>-Conseguir un conocimiento entre todos los miembros participantes y establecer un clima de confianza.</p> <p>-Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso.</p> <p>-Cubrir correctamente el listado de control.</p> <p>-Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos.</p>	<p>-Dificultad para lograr recordar la identidad de todos los miembros participantes.</p> <p>-Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso.</p> <p>-Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad.</p> <p>-Identificar falta o exceso de tiempo.</p>	<p>-Hacer una última ronda antes de terminar la actividad, para al menos, recordar los nombres de los participantes y de quién son familia.</p> <p>-Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas.</p> <p>-Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad.</p> <p>-Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.</p>



<p>Actividad 2: “<i>Erase una vez...</i>”</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Lograr obtener anécdotas de cada etapa, donde también se encuentren presentes los familiares participantes y además, sean anécdotas con cargas sentimentales, de momentos especiales. -Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes. -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Dificultad para recordar anécdotas especiales o que en ellas no aparezcan los familiares participantes. -Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos), dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Intentar que los familiares sean los hilos conductores en dichas anécdotas, fomentando así el recuerdo de las mismas. -Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación. -Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas. -Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad. -Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.
<p>Actividad 3: “<i>A través de mis sentidos</i>”</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Generar recuerdos significativos a partir de la verdadera estimulación de los sentidos. -Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes. -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto ajuste a los tiempos 	<ul style="list-style-type: none"> -Dificultad a la hora de estimular algunos sentidos (problemas visuales, etc.), provocando el escaso estímulo del recuerdo. -Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos), dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para 	<ul style="list-style-type: none"> -Contar con la ayuda de los familiares, a la hora de tratar de estimular el recuerdo de sus mayores, en función de los recuerdos a los que les lleva a ellos, los objetos vistos, oídos, etc. -Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación. -Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas. -Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad.



	establecidos.	corroborar la información recogida durante la actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo.	-Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.
Actividad 4: “Lo que significa para mí”	-Lograr que todos lleven algún objeto importante para ellos y que la narración de la historia que los envuelve, produzca coincidencias y sentimientos. -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos.	-No conseguir dichos objetos, olvidarse de los mismos o incluso llevar objetos que no guarden ninguna anécdota importante para ellos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo.	-Junto con los familiares, tratar de establecer relaciones con los recuerdos de los familiares y los objetos llevados (aunque algunos objetos no sean significativos, o se tenga que tomar de ejemplo objetos llevados por otros mayores y familiares). -Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas. -Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad. -Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.
Actividad 5: “Esto ya no es lo que era”	-Lograr una adecuada orientación a la actualidad, y poder debatir sobre los temas planteados. -Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes. -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto	-No estar al tanto o comprender las noticias comentadas. -Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos), dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la	-Tratar de asociar dichas noticias, a otras más cercanas a los mayores, estableciendo similitudes. -Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación. -Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas. -Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad. -Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.



	ajuste a los tiempos establecidos.	actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo.	
Actividad 6: “ <i>Tardes diferentes</i> ”	<p>-Lograr una participación activa en los dos ejercicios y estimular tanto el cálculo, como la motricidad fina.</p> <p>-Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes.</p> <p>-Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso.</p> <p>-Cubrir correctamente el listado de control.</p> <p>-Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos.</p>	<p>-Posibilidad de tener que suspender el paseo por mal tiempo y que algunas personas, al mostrar dificultades para escuchar, ver, etc., no puedan seguir bien el juego del Bingo.</p> <p>-Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos), dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos.</p> <p>-Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso.</p> <p>-Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad.</p> <p>-Identificar falta o exceso de tiempo.</p>	<p>-Destinar la hora entera, al juego del Bingo, utilizando la ayuda de los familiares para desarrollarlo y si fuera posible, encajar dicho paseo en otra actividad.</p> <p>-Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación.</p> <p>-Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas.</p> <p>-Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad.</p> <p>-Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.</p>
Actividad 7: “ <i>¿Soy cómo creo ser</i> ”	<p>-Lograr que cada persona consiga tener una imagen real de sí misma y eso contribuya al aumento de la autoestima y refuerzo de los lazos familiares.</p> <p>-Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes.</p>	<p>-Producir discusiones entre los miembros, al no coincidir las percepciones propias con las ajenas y por tanto, influir negativamente en el refuerzo de lazos familiares y aumento de la autoestima.</p> <p>-Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos),</p>	<p>-Mediar entre los miembros, focalizando el discurso, en la importancia de resaltar aquellos aspectos más positivos de cada uno.</p> <p>-Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación.</p> <p>-Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas.</p> <p>-Tomar anotaciones al final de</p>



	<ul style="list-style-type: none"> -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos. 	<ul style="list-style-type: none"> dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo. 	<ul style="list-style-type: none"> la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad. -Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.
<p>Actividad 8: “¿Continuará...?”</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Lograr la máxima participación de todos los miembros durante la grabación de las tomas del vídeo y la utilidad de la información aportada. -Conseguir que los ejercicios de gerontogimnasia y relajación, tengan resultados beneficiosos y se adapten a las posibilidades de los participantes. -Conseguir información relevante para la pregunta de evaluación del proceso. -Cubrir correctamente el listado de control. -Lograr un correcto ajuste a los tiempos establecidos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Que muy poca gente quiera participar en el vídeo por vergüenza, por no querer ser grabados, etc., y por tanto, consiguiendo una información muy reducida. -Existencia de participantes mayores que no puedan seguir los ejercicios de gerontogimnasia y relajación (problemas visuales, auditivos, físicos), dificultando así, que obtengan beneficios de los mismos. -Obtener información repetitiva en la pregunta de evaluación del proceso. -Dificultad a la hora de cubrir el listado de control y que el mismo sirva para corroborar la información recogida durante la actividad. -Identificar falta o exceso de tiempo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Tranquilizar a los miembros participantes, gracias a las explicaciones de la utilidad e importancia que tiene el vídeo, para fomentar su participación y en caso de que no fuera posible, recoger dichas reflexiones en audio o por escrito. -Contar con la ayuda de los familiares, para que ayuden a sus mayores en el desarrollo de los ejercicios de gerontogimnasia y relajación. -Insistir en que se den respuestas nuevas a las ya aportadas. -Tomar anotaciones al final de la sesión, sobre aquellos elementos más relevantes que hayan caracterizado la actividad. -Dedicar el mayor tiempo posible al ejercicio central de la actividad.
<p>Evaluación final</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Conseguir que la información recogida sea relevante para comprobar el alcance de los 	<ul style="list-style-type: none"> -Dificultad para comprender, leer y/o escribir. -Dificultades para ajustarse 	<ul style="list-style-type: none"> -Contar con el apoyo de la profesional y los familiares, para la realización de la evaluación.



	objetivos (junto al resto de pruebas de evaluación) y que aporte más información para que se pueda mejorar el proyecto en futuras ediciones.	al tiempo establecido.	-Ampliar el tiempo establecido para la realización de la misma, incluso planteando la posibilidad de terminar de realizarla otro día.
--	--	------------------------	---

Fuente: Elaboración propia

Evidentemente, una vez se **finalice la evaluación final** y se **interpreten todos los resultados obtenidos** a lo largo del proyecto, dichos datos **serán aportados a la Dirección del centro**, para que **analicen la utilidad del proyecto y la posibilidad de desarrollarlo en futuras ediciones**.

Sin embargo, aunque sea de gran relevancia el análisis del proceso de la puesta en marcha del proyecto, **también hay que tener en cuenta cómo el mismo, repercute en la profesional que lo desarrolla**, es por ello, que también se **produce un estudio similar al anterior, en relación a los posibles logros, fallos y alternativas que pueden ir surgiendo, según la labor desempeñada por dicha profesional** (ver Tabla IX):



TABLA IX: LABOR PROFESIONAL, LOGROS, FALLOS Y ALTERNATIVAS

LABOR PROFESIONAL	POSIBLES LOGROS	POSIBLES FALLOS	ALTERNATIVAS
Yo (Graduada en Pedagogía)	<ul style="list-style-type: none"> -Capacidad para generar un clima de confianza entre todos los miembros participantes e involucrados. -Capacidad de convicción para poder lograr poner en marcha el proyecto. -Capacidad de adaptación a los posibles imprevistos. -Capacidad de adaptación del lenguaje a los diferentes participantes. -Capacidad de análisis e interpretación de datos. -Capacidad de detección de nuevas necesidades y propuestas de mejoras en base a lo ya realizado. -Aumento de conocimientos sobre dicho ámbito. 	<ul style="list-style-type: none"> -Bloqueo ante el posible desarrollo incorrecto de alguna actividad. -Nerviosismo a la hora de desarrollar cualquiera de las sesiones. -Posibilidad de pasar por alto detalles importantes en las actividades. -Adaptar incorrectamente alguna actividad, recurso, etc. -Aparición de posibles conflictos entre los miembros participantes, por la temática a tratar en alguna actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Practicar ante conocidos y en soledad, antes de poner en marcha el proyecto, para evitar bloqueos y nerviosismo. -Intentar recoger el máximo de información posible, al finalizar cada sesión, ya que puede ayudar para la interpretación de las evaluaciones. -Prever la posibilidad de no contar con todos los recursos, etc., para trazar previamente, alternativas, o incluso, pedir ayudar a la animadora sociocultural del centro o a compañeros/as del Grado en Pedagogía. -Hacer labores de mediación para minimizar dichos conflictos, retomando el discurso al punto central.

Fuente: Elaboración propia

En definitiva, la **supuesta aplicación del proyecto, permite tener en cuenta todos aquellos aspectos que se puedan ver alterados durante el desarrollo del mismo**, todo ello con el fin de conseguir la **satisfacción de las necesidades** detectadas, dando **solución a la problemática derivada de las mismas**.



4. EVALUACIÓN²⁴

4.1 Evaluación de diagnóstico:

Teniendo en cuenta los **principales destinatarios del proyecto, es decir, las personas mayores residentes en el centro y sus familiares**, se les realizará a ambos una prueba de evaluación de diagnóstico, por lo tanto, **un pre-test**, cuya realización se producirá en la sesión 2 (en el caso de las personas mayores) y en la sesión 3 (en el caso de los familiares participantes).

La prueba de evaluación destinada a los mayores (reflejada en el Anexo I: Plantilla de la Entrevista de la Sesión 2; recogido en la página 67), consistirá en una entrevista **semiestructurada e individual**, compuesta por **tres bloques**, siendo el primero de ellos, aquel que haga referencia al **análisis de las actividades que proporciona el centro**, además del **segundo bloque**, que atenderá al **análisis de las necesidades, gustos e intereses de los mayores**, en función, de lo que desearían hacer en dicho tiempo libre, terminando con el **tercero de los bloques**, gracias al que se analizará la **relación existente con sus familiares, a la hora de realizar dichas actividades** (último bloque, que servirá de apoyo para la sesión 3), **prueba que tendrá una duración de 90 minutos (30 minutos por bloque)**.

Para finalizar, la **evaluación de diagnóstico destinada a los familiares de los mayores participantes** (reflejada en el Anexo II: Plantilla del Cuestionario de la Sesión 3; recogido en la página 70), **consistirá en un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas, donde sus destinatarios puedan expresar de manera individual, su interés y disponibilidad para participar** (o en caso de que ellos no dispusieran de tiempo, si conocieran a alguien de su familia que pudiera acudir), **sus expectativas del proyecto, lo que les parece la iniciativa, si les gustaría hacer alguna propuesta, si tienen alguna duda al respecto, etc., prueba para la que dispondrán de 30 minutos**.

4.2 Evaluación del proceso:

Para este tipo de evaluación, se contará con las **preguntas abiertas realizadas durante las ocho actividades de la sesión 4, contestadas por cada portavoz de cada grupo familiar** (en el caso de la primera actividad: *¿Por qué habéis decidido asistir a las actividades?; ¿Qué expectativas tenéis de las mismas?; ¿Qué opináis del trabajo entre familiares y mayores residentes?; ¿Creéis que son importantes estas actividades conjuntas?; ¿Por qué?*, y en el resto de actividades: *¿Para qué creéis que sirven estas*

²⁴ Es de importancia destacar, que ninguna de las pruebas de evaluación será anónima, sin olvidar, que el proyecto, al no poderse llevar a cabo en la actualidad, se plantea la posibilidad de su desarrollo íntegro por la animadora sociorecreativa y cultural del centro.



actividades?, ¿qué cambiaríais y qué mantendrías?), con una duración de entre 15 minutos (de la actividad 2 a la 8) y 40 minutos (en la actividad 1).

Para finalizar, también se tendrá en cuenta la observación participante, a través de unos listados de control, cubiertos por la animadora sociorecreativa y cultural, al finalizar cada una de las actividades de la sesión 4, información que servirá para contrastar la información recogida en las preguntas anteriores, con los comportamientos observables de todos los participantes, es decir, según su estado de tranquilidad o nerviosismo (reflejado en el Anexo IV: Plantilla del Listado de Control; recogido en la página 77).

4.3 Evaluación final:

A modo de evaluación final, se plantea la **elaboración de otro cuestionario con preguntas abiertas y cerradas** (reflejado en el Anexo V: Plantilla del Cuestionario de Evaluación Final; recogido en la página 78), cuya **realización de manera individual por todos los participantes del proyecto** (excepto en el caso de las personas mayores que puedan necesitar la ayuda de un familiar para cubrirlo), **tras finalizar las actividades de la sesión 4 (es decir, el domingo 26 de junio del 2016), con una duración de 30 minutos**, dicha prueba tendrá como **finalidad observar el alcance de los objetivos planteados por el proyecto y por tanto, la satisfacción de las necesidades detectadas, además de permitir a todos sus participantes, la posibilidad de que expresen puntos fuertes y débiles del proyecto, además de propuestas de mejora del mismo.**

5. INFORME FINAL

Aunque el proyecto no se pudo poner en marcha, por los motivos expuestos en anteriores apartados, este trabajo, pretende satisfacer una serie de necesidades detectadas y analizadas, de las cuales, se han establecido una serie de objetivos (general y específicos), de los que se derivan una serie de sesiones y actividades que tienen como finalidad, paliar dicha problemática, es por ello, que de entre los **logros que se podrían destacar de dicho proyecto, sería la satisfacción de las necesidades y por tanto, el alcance de los objetivos (teniendo en cuenta, el análisis de la posible puesta en marcha del proyecto, ya que gracias a la misma, se estudian posibles alternativas a tener en cuenta, si el proyecto no siguiera la evolución esperada), además de la posibilidad de generar un interés que ayude a la posible puesta en marcha de dicho trabajo, con cierta continuidad en el tiempo.**



De entre otros **logros que se podrían derivar del desarrollo del proyecto**, además de los aspectos referenciados anteriormente, sería la **mayor formación a través de esta práctica, de la profesional encargada de llevarlo a cabo** (en un supuesto de aplicación actual del proyecto, hablaría de mi persona), ya que este trabajo permite, no solo, poner en práctica actividades de animación sociocultural con estimulación cognitiva, sino **ajustar dichas actividades a las necesidades, gustos e intereses de los participantes**, además de **trabajar técnicas de evaluación** que ayuden a comprender mejor el **alcance de las actividades que se proponen y qué posibilidades de mejora existen en las mismas**.

Por otro lado, **además de salir beneficiados nuestros principales destinatarios**, los mayores residentes participantes en el proyecto y en consecuencia, sus familiares, **también saldría beneficiado el propio centro**, pues a través de su **labor**, se da un paso más en el mero cuidado y asistencialismo a los mayores residentes, ya que se logra **mejorar la calidad de vida de los mismos, gracias a la mayor involucración de sus familiares y la mejor adaptación de las actividades ofertadas, a sus necesidades, gustos e intereses, lo que a su vez, le daría mayor publicidad, lo cual le beneficiaría al tratarse de un centro privado**.

En cuanto a las **incidencias** que pueden aparecer durante el desarrollo del proyecto, podríamos encontrarnos con multitud de circunstancias no esperadas, de entre las cuales, se podrían destacar algunas ya referenciadas en anteriores apartados (como en la supuesta aplicación del proyecto en la actualidad) como por ejemplo **actividades que necesitaran de más tiempo del que se establece, o incluso que sobre tiempo; que durante las evaluaciones haya gente que de igual modo, necesite más o menos tiempo; que ciertas actividades no permitan alcanzar los objetivos planteados o no se desarrollen según lo previsto; que algunos de los recursos necesarios no se puedan conseguir o diseñar** (por negación del centro o por la simple complejidad de adquirir los recursos); **que alguna de las actividades pueda incomodar a los participantes; que los familiares no puedan acudir a todas los ejercicios; que al final, los que participen en las actividades, sean siempre las mismas personas; que la profesional se vea limitada a la hora de desarrollar ciertas labores; o en definitiva, que cierta actividades no alcancen las expectativas de los participantes; además de que debido a la edad y estado de alguno de los participantes** (ya sean del propio centro o incluso familiares de los mismos), **puedan enfermar o incluso fallecer, dejando así, su participación en el proyecto**.

En definitiva, **algunos de los inconvenientes planteados, no podrían ser subsanados de ninguna forma**, (como por ejemplo, la posibilidad de que algunos participantes caigan enfermos o incluso fallezcan), sin embargo, **para otro tipo de contratiempos, se pueden plantear otras vías de actuación** (muchas de ellas, recogidas en el apartado de la aplicación), como por ejemplo, **reajustar los tiempos de**



las actividades centrando la utilización del tiempo en el ejercicio central de las actividades; del mismo modo, reajustar los tiempos de los procesos de evaluación; redirigir las actividades para alcanzar los objetivos previstos (y para evitar que las personas se sientan incómodas) o incluso, plantear nuevos objetivos que a través de las actividades se puedan alcanzar; utilizar recursos similares o incluso suprimir o sustituir ejercicios para los que sí se dispusieran de recursos; que la profesional se encargue de fomentar la mayor participación, incluso siendo ella la que obligue a hablar a todas las personas aunque sea solo una vez; y finalmente, si la profesional se ve limitada para realizar algunos de las actividades o labores, que pueda recibir cierta formación o asesoramiento²⁵.

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA/WEBGRAFÍA

Aparicio Pérez, T. (2007, 19 de octubre). Importancia de la familia en la vejez. *Vejez y vida* [en línea]. Disponible en: <http://www.vejezyvida.com/importancia-de-la-familia-en-la-vejez/> [2007, 19 de octubre].

Ayuntamiento de Mieres. *Ablaña* (2013). Consultado el 1 de abril de 2016 en http://www.ayto-mieres.es/portalMieres/contenedor1.jsp?codMenu=163&codMenuPN=219&codResi=1&contenido=539&language=es&layout=contenedor1.jsp&nivel=1400&seccion=s_fdes_d4_v6.jsp&tipo=6

Ayuntamiento de Mieres. *El Concejo de Mieres. Descripción geográfica* (2013). Consultado el 1 de abril de 2016 en http://www.ayto-mieres.es/portalMieres/contenedor1.jsp?seccion=s_fdes_d4_v1.jsp&codbusqueda=53&language=es&codResi=1&codMenuPN=219&codMenuSN=304&codMenu=83&layout=contenedor1.jsp

Ayuntamiento de Mieres. *Historia de Mieres y su Concejo* (2013). Consultado el 1 de abril de 2016 en http://www.ayto-mieres.es/portalMieres/contenedor1.jsp?seccion=s_fdes_d4_v1.jsp&codbusqueda=55&language=es&codResi=1&codMenuPN=219&codMenuSN=304&codMenu=296&layout=contenedor1.jsp

Ayuntamiento de Mieres. *Población. Evolución histórica* (2013). Consultado el 1 de abril de 2016 en http://www.ayto-mieres.es/portalMieres/contenedor1.jsp?seccion=s_fdes_d4_v4.jsp&codbusqueda

²⁵ Por la pedagoga que desarrolla su labor en el centro, aunque en el campo de la estimulación cognitiva y por la animadora sociocultural.



[a=288&language=es&codResi=1&codMenuPN=219&codMenuSN=263&codMenuTN=272&codMenu=274&layout=contenedor1.jsp](#)

Cabrera Esteve, C., Navarro García, R., Ruiz Caballero, J.A., Jiménez Díaz, J.F., Brito Ojeda, E., y Legido Díez, J.C. (2006). La tercera y cuarta edad. Una revolución demográfica. *XX Jornadas canarias de traumatología y cirugía ortopédica*. Pp. 53-54.

Cuenca Molina, A. (2008, mayo-agosto). Calidad de vida en la tercera edad. *Cuadernos de Bioética* [en línea], N° 2. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87506606> [2008, mayo-agosto].

Dirección General de Salud Pública; Consejería de Sanidad; Comunidad de Madrid y Caja Madrid; Obra Social (2001). Recordar. *Agenda interactiva para estimular la memoria de las Personas Mayores*. Pp.19.

Fundación “la Caixa” (2000). Guía práctica de REMINISCENCIA. Pp.23.

Giorgi González, M. (2004). Síndromes geriátricos. EN G. Pérez Serrano (coord.), *¿Cómo intervenir en personas mayores?* (Pp. 53-77) (2a. ed.). Madrid: Dykinson, S.L.

Google Maps. *Distancia Ablaña-Mieres/Puente y Centro Gerontológico de Ablaña-Mieres/Puente (2015)*. Consultado el 1 de abril de 2016 en <https://www.google.es/maps/dir/Abla%C3%B1a,+Asturias/Mieres+-+Puente/@43.2595377,-5.8043478,15z/data=!3m1!4b1!4m14!4m13!1m5!1m1!1s0xd36f4049561b4c1:0x29d3c5f45a4644fb!2m2!1d-5.8047322!2d43.2659624!1m5!1m1!1s0xd36f68fe0bd776d:0x50c22e885ac8537a!2m2!1d-5.78241!2d43.249969!3e2>

Google Maps. *Localización de Ablaña (2015)*. Consultado el 1 de abril de 2016 en <https://www.google.es/maps/place/Abla%C3%B1a,+Asturias/@43.1493615,-5.7880196,9z/data=!4m2!3m1!1s0xd36f4049561b4c1:0x29d3c5f45a4644fb>

Google Maps. *Localización del P. de Asturias (2015)*. Consultado el 1 de abril de 2016 en <https://www.google.es/maps/place/Principado+de+Asturias/@43.2745375,-5.8465417,9z/data=!3m1!4b1!4m2!3m1!1s0xd368cfa609eb09d:0xf8b5f32b7dc69e3a>

Infoelder. *Centro Gerontológico de Ablaña, S.A. (2014)*. Consultado el 1 de abril de 2016 en http://www.infoelder.com/residencias-de-ancianos/centro-gerontologico-de-ablana-sa_av136fbc.html

Instituto de Mayores y Servicios Sociales. *Servicios de atención residencial para personas mayores ASTURIAS (Principado de) (2009)*. Consultado el 1 de abril de 2016 en



<http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/grpmast.pdf>

Montejos Carrasco, P. y Montenegro Peña, M. (2006). Estimulación cognitiva. EN G. Pérez Serrano (coord.), *Intervención y desarrollo integral en personas mayores* (Pp. 43-83). Madrid: Universitas, S.A.

Pérez Serrano, G. y Pérez de Guzmán Puya, M.V. (2006). Animación sociocultural en personas mayores. EN G. Pérez Serrano (coord.), *Intervención y desarrollo integral en personas mayores* (Pp. 149-183). Madrid: Universitas, S.A.

Reglamento de Régimen Interno del Centro Gerontológico de Ablaña, S.A. (2012).

Rodríguez Ruiz, F. (Productor), & Menéndez Rato, I. (Director). (2014). *Reflexión Tercera Edad* [Proyecto Audiovisual]. España.

Youtube. *Boceto Dove de la Belleza Real (2013)*. Consultado el 6 de abril de 2016 en https://www.youtube.com/watch?v=q_bW2YesZbw



ANEXOS

Anexo I: Plantilla de la Entrevista de la Sesión 2

Número de entrevista:
 Fecha:
 Hora:
 Lugar:
 Participante mayor:
 Sexo:

Bloque 1: Análisis de las actividades de animación sociorecreativa y cultural que proporciona el centro

1.1. ¿Comenzó a participar en dichas actividades desde que ingresó en el centro?	
1.2. ¿Qué motivos le condujeron a participar?, (interés propio, influencia de familiares, miembros del centro, etc.).	
1.3. ¿Para qué cree que sirven dichas actividades?	
1.4. ¿Cómo se desarrollan las actividades y en qué lugar del centro?, (en grupo, por individual, con mesas y sillas, sólo con mesas, etc.)	
1.5. ¿Sabría decirme la temática de las actividades en las que ha participado?, descríbalas.	
1.6. Explique la actividad que más le haya gustado y la que menos, y los motivos.	
1.7. ¿Qué mantendría y qué cambiaría de las actividades?	

Bloque 2: Análisis de las necesidades, gustos e intereses de los mayores participantes

2.1. Antes de ingresar en el centro, ¿qué hacía en su tiempo libre?, (gustos, aficiones, etc.)	
2.2. ¿Le agradaría que las actividades del centro, tuvieran relación con las actividades descritas anteriormente?, ¿por qué?	



2.3. ¿Con quién solía realizar esas actividades?		
2.4. ¿Qué forma se le ocurre para poder desarrollar actividades que tengan relación con sus gustos, centro del centro?		
2.5. ¿Qué cosas cree que ya no podría hacer como antes de su entrada en el centro?		
2.6. ¿Qué cosas cree que podría seguir realizando, aunque tuviera que adaptarlas a sus circunstancias actuales?		
2.7. ¿Le gustaría que alguna de las actividades se realizara fuera del centro?, ¿por qué?		
Bloque 3: Análisis de la relación existente entre los mayores participantes y sus familiares, según la participación en las actividades del centro		
3.1. ¿Solía realizar actividades con sus familiares, antes de llegar al centro?, (visitar ciudades, salir a comer los fines de semana, jugar a algún juego de mesa, etc.).		
3.2. ¿Han podido participar sus familiares o conocidos en alguna de las actividades propuestas por el centro?:		
SI LA RESPUESTA ES SÍ	SI LA RESPUESTA ES NO	
3.2.1. ¿Qué familiares/ amigos y en qué actividades?	3.2.1. ¿Le gustaría que pudieran participar?, ¿por qué?	
3.2.2. ¿Le gustó la experiencia?	3.2.2. ¿Qué familiares/ amigos y en qué tipo de actividades?	
3.2.3. ¿En qué se diferenciaron esas actividades del resto?	3.2.3. ¿En qué cree que se diferenciarían esas actividades del resto?	
3.2.4. ¿Qué aspectos positivos y negativos sacaría de esas actividades?	3.2.4. ¿Qué aspectos positivos y negativos cree que sacaría de esas actividades?	



3.2.5. ¿Le gustaría que se repitieran?, si la respuesta es sí, ¿en qué tipo de actividades?

3.2.5. ¿Le gustaría que esas actividades tuvieran continuidad en el tiempo?, ¿por qué?



Anexo II: Plantilla del Cuestionario de la Sesión 3

Instrucciones:

- Dispone de 30 minutos para responder a la batería de preguntas presentada a continuación.
- El siguiente cuestionario se compone de 10 preguntas, en las preguntas cerradas simplemente se marcará la respuesta elegida, mientras que en las preguntas abiertas, será necesario plasmar exactamente la respuesta proporcionada.
- Si no se comprende alguna de las preguntas, se le explicará detenidamente.
- Comience rellenando los datos personales y continúe con las preguntas.
- Una vez finalizado el cuestionario, entrégueselo a la animadora sociocultural.

Datos personales:

Nombre propio:

Nombre de su familiar mayor residente:

Sexo: Femenino Masculino

Edad:

NOTA: Estos datos serán confidenciales entre la persona entrevistada y las personas encargadas de llevar a cabo este proyecto.

1. Una vez explicada la finalidad del proyecto, ¿estaría interesado/a en participar?, aporte los motivos que considere oportunos para argumentar su respuesta.

SÍ	NO
(Si marca esta casilla, SÍ deberá contestar la pregunta 3).	(Si marca esta casilla, NO deberá contestar la pregunta 3).

Explicación:



2. En caso de que no pudiera participar, pero sí le pareciera interesante el proyecto, ¿podría asistir otro familiar o amistad del mayor residente?, (en caso afirmativo, tras la revisión de los cuestionarios, nos pondríamos en contacto con usted, para comentar dicha cuestión y ver si es posible contar con algún familiar/ o amigo/a).

SÍ	NO
(Si marca esta casilla y sabe a fecha de hoy, que el proyecto podrá contar con otro familiar o amigo/a del mayor residente, además de conocer su disponibilidad para participar, SÍ deberá contestar a la pregunta 3).	(Si marca esta casilla, NO deberá contestar la pregunta 3).

3. A continuación, indique su disponibilidad para participar en el proyecto (día de la semana y horario).

Explicación: (por ejemplo, los domingos de 17:00 a 19:30)

4. ¿Le ha parecido interesante la propuesta de intervención expuesta?, aporte los motivos que considere oportunos para argumentar su respuesta.

NADA	POCO	BASTATE	MUCHO
------	------	---------	-------

Explicación:

5. ¿Considera innovadora dicha iniciativa?, justifique su respuesta.

NADA	POCO	BASTATE	MUCHO
------	------	---------	-------

Explicación:



6. ¿Qué expectativas cree que podría cumplir el proyecto?, explique su respuesta.

Explicación:

7. ¿Conocía la existencia de actividades similares a las que se plantean en este trabajo?, si la respuesta es afirmativa, ¿cuáles?

SÍ

NO

Explicación:

8. ¿Cree que este proyecto ayudará a la mejora del estado emocional de su familiar residente?, justifique su respuesta.

SÍ

NO

Explicación:

9. ¿Considera que se podría mejorar el proyecto?, en caso afirmativo (poco, bastante o mucho), ¿cómo?

NADA

POCO

BASTANTE

MUCHO

Explicación:



10. Si la explicación del proyecto le ha suscitado algún tipo de duda que no ha sido resuelta, por favor, escribala a continuación.

Dudas:

*Esperamos poder contar con usted y en caso de poder hacerlo, cumplir con sus expectativas. Que disfrute de las actividades.
¡Ánimo!*



Anexo III: Temporalización

ABRIL-2016

VIERNES -1					SABADO-2	DOMINGO-3
LUNES-4	MARTES-5	MIÉRCOLES-6	JUEVES-7	VIERNES-8 Contacto telefónico con la dirección del centro para realizar la reunión el Lunes-11 de abril	SABADO-9	DOMINGO-10
LUNES-11 SESION 1: “CON UN PEQUEÑO ESFUERZO”	MARTES-12 SESION 2: “EL VALOR DEL TIEMPO” (Entrevista a tres personas mayores) ¹	MIÉRCOLES-13 SESION 2: “EL VALOR DEL TIEMPO” (Entrevista a tres personas mayores)	JUEVES-14 SESION 2: “EL VALOR DEL TIEMPO” (Entrevista a tres personas mayores)	VIERNES -15 SESION 2: “EL VALOR DEL TIEMPO” (Entrevista a tres personas mayores)	SABADO-16	DOMINGO-17
LUNES-18 SESION 2: “EL VALOR DEL TIEMPO” (Entrevista a tres personas mayores)	MARTES-19 Contacto telefónico con los familiares de los mayores del centro para realizar la reunión el Domingo-24 de abril ²	MIÉRCOLES-20	JUEVES-21	VIERNES -22	SABADO-23	DOMINGO-24 SESION 3: “TU MI APOYO”
LUNES-25	MARTES-26	MIÉRCOLES-27	JUEVES-28	VIERNES -29	SABADO-30	
<p>Possible realización de reuniones en privado con familiares que no pudieran acudir a la reunión, y revisión de la información recogida, acerca de los familiares que apoyan la participación en el proyecto, además de la información recogida en las entrevistas a los mayores participantes.</p>						

¹ Debido al volumen total de 15 participantes de personas mayores en el proyecto, se realizan tres entrevistas diarias, hasta completar el total de dichos participantes.

² Se plantea la reunión de domingo, teniendo en cuenta la mayor disponibilidad de los familiares en fin de semana.



MAYO-2016

DOMINGO-1						
SESION 4: "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 1) ³						
LUNES-2	MARTES-3	MIERCOLES-4	JUEVES-5	VIERNES-6	SABADO-7	DOMINGO-8 SESION 4: "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 2)
LUNES-9	MARTES-10	MIERCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13	SABADO-14	DOMINGO-15 SESION 4: "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 3)
LUNES-16	MARTES-17	MIERCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20	SABADO-21	DOMINGO-22 SESION 4: "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 4)
LUNES-23	MARTES-24	MIERCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27	SABADO-28	DOMINGO-29 SESION 4: "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 5)
LUNES-30	MARTES-31					

³ Se establece como día de realización de las actividades, los domingos repartidos entre los meses de mayo y junio, favoreciendo así, la participación de los familiares en función de su disponibilidad.



JUNIO-2016

MIÉRCOLES-1			JUEVES-2	VIERNES-3	SABADO-4	DOMINGO-5 SESION 1 "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 6)
LUNES-6	MARTES-7	MIÉRCOLES-8	JUEVES-9	VIERNES-10	SABADO-11	DOMINGO-12 SESION 2 "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 7)
LUNES-13	MARTES-14	MIÉRCOLES-15	JUEVES-16	VIERNES-17	SABADO-18	DOMINGO-19 SESION 3 "ES HORA DE LA ACCION" (Actividad 8)
LUNES-20	MARTES-21	MIÉRCOLES-22	JUEVES-23	VIERNES-24	SABADO-25	DOMINGO-26 Evaluación final
LUNES-27	MARTES-28	MIÉRCOLES-29	JUEVES-30			



Anexo IV: Plantilla del Listado de Control

Actividad:

Fecha:

Hora:

Lugar:

<u>ACCIONES ASOCIADAS AL ESTABLECIMIENTO DE UN CLIMA DE CONFIANZA</u>	<u>SI</u>	<u>NO</u>
✓ Estado de tranquilidad a través de la voz		
• Mantienen la conversación		
• Dan respuestas fluidamente		
• Utilizan un tono de voz moderado		
• Hablan a una velocidad moderada		
✓ Estado de tranquilidad a través del cuerpo		
• Gesticulan de manera acorde al desarrollo de la conversación generada por la actividad		
• Mantienen el contacto visual		
• Muestran una tonalidad facial acorde a la temperatura corporal		
• Mantienen el cuerpo relajado		
• Demuestran una temperatura corporal coherente con el entorno		
• Los pies están reposados relajadamente en el suelo		



Anexo V: Plantilla del Cuestionario de la Evaluación Final

Instrucciones:

- Dispone de 30 minutos para responder a la batería de preguntas presentada a continuación.
- El siguiente cuestionario se compone de 10 preguntas, en las preguntas cerradas simplemente se marcará la respuesta elegida, mientras que en las preguntas abiertas, será necesario plasmar exactamente la respuesta proporcionada.
- Si no se comprende alguna de las preguntas, se le explicará detenidamente, en caso de que se necesite la ayuda de otra persona para cubrir el cuestionario, se le proporcionará la ayuda o bien de un familiar/amigo o de la animadora sociocultural.
- Comience rellenando los datos personales y continúe con las preguntas.
- Una vez finalizado el cuestionario, entrégueselo a la animadora sociocultural.

Datos personales:

Nombre propio:

Nombre de su acompañante (indicando si es familiar/ amigo/a participante o persona mayor participante):

Sexo: Femenino Masculino

Edad:

NOTA: Estos datos serán confidenciales entre la persona entrevistada y las personas encargadas de llevar a cabo este proyecto.

1. Escriba en una frase lo que le ha parecido el proyecto.

Frase:



2. ¿Qué necesidades cree que se han pretendido satisfacer con la realización de este trabajo?

Explicación:

3. De entre todas las actividades, ¿cuál fue la más relevante para usted y por qué?

Explicación:

4. De entre todas las actividades, ¿cuál fue la menos relevante para usted y por qué?

Explicación:

5. ¿Considera que el proyecto tiene puntos fuertes?, en caso afirmativo (pocos, bastantes o muchos), ¿cuáles?

NINGUNO	POCOS	BASTATES	MUCHOS
---------	-------	----------	--------

Explicación:

6. ¿Considera que el proyecto tiene puntos débiles?, en caso afirmativo (pocos, bastantes o muchos), ¿cuáles?

NINGUNO	POCOS	BASTATES	MUCHOS
---------	-------	----------	--------



Explicación:

7. Si tuviera la oportunidad, ¿qué actividad o actividades incluiría o modificaría?, ¿en qué consistirían dichas actividades o cómo modificaría las existentes?

Explicación:

8. ¿Cree que sería interesante que pudieran participar más familiares y/o amigos/as?, explique su respuesta.

SÍ

NO

Explicación:

9. ¿Considera que el proyecto le ha aportado algo?, justifique su respuesta.

SÍ

NO

Explicación:

10. ¿Le gustaría seguir participando en este trabajo?, aporte una respuesta.

SÍ

NO

Explicación:



Esperamos que a lo largo de estas actividades se hayan podido alcanzar sus expectativas. ¡Muchas gracias!