



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	<b>Alteración cognitiva asociada a la edad. Estudio poblacional de la ciudad de Madrid</b>
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>En la última década se ha impuesto el término de declive cognitivo subjetivo (DCS) para denominar a las quejas cognitivas que comienzan a aparecer antes del deterioro cognitivo. Las causas de las quejas son muy diversas (Montejo y cols., 2016). Dichas quejas pueden formar parte de un Alzheimer preclínico con mayor probabilidad cuando cumplen una serie de criterios (Jessen y cols., 2014): quejas subjetivas de memoria (QSM) de aparición en los últimos cinco años, preocupación acerca de las mismas, etc. Se recomienda iniciar la evaluación de las quejas cognitivas en edades cercanas a la jubilación (Rijs y cols., 2015) para poder poner en marcha actividades encaminadas a la prevención del deterioro cognitivo.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	APRENDIENDO DE TI
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>El encuentro intergeneracional realizado se encaminó a compartir actividades diarias entre los mayores y jóvenes, desde enseñar a los alumnos a “coser un botón”, “hacer ganchillo”, “hacer punto”... hasta la realización de una gran tabla de gimnasia grupal. Durante estos días las personas usuarias de los centros de día y alumnas/os del colegio, compartieron conocimientos y buenos momentos.</p> <p>Se realizó también un taller de baile donde tuvimos como profesores a las propias personas usuarias de los centros de día.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	BOTÁNICO-TERAPIA para mayores dependientes y discapacitados
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>La botánico-terapia es una terapia pionera en nuestro país. Utiliza las plantas naturales como medio para mejorar, prevenir y combatir el deterioro cognitivo y la discapacidad física e intelectual.</p> <p>El proyecto impulsado por Kantos se dirige a los mayores dependientes y discapacitados. Se trata de una terapia no farmacológica que está siendo altamente demandada para el tratamiento del Alzheimer, demencia senil, Parkinson y trastornos de conducta.</p> <p>El éxito de la botánico-terapia reside en el programa científico —metodología y recursos—, en la versatilidad y, en sus múltiples beneficios: desarrollo cognitivo e intelectual, estimulación sensorial, ayuda a fijar la atención, se ejercita el aprendizaje y la psicomotricidad fina, disminuye la ansiedad y la depresión y, mejora la autoestima.</p> <p>El estudio y acercamiento de las personas a la ciencia de las plantas se ha transformado en una eficiente y eficaz terapia: Botánico-terapia, actualmente de aplicación en las residencias y centros de día del territorio español. El contacto directo —real y vivo— con la naturaleza, las plantas, la tierra, el agua y el aire, sin duda, mejora la calidad de vida y bienestar de los mayores.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	<b>Cómo cambia la memoria y el funcionamiento cognitivo de los mayores desde los 60 años</b>
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b> Los estudios longitudinales muestran que hay una disminución del rendimiento cognitivo asociado a la edad, esto se observa también en los estudios trasversales cuando se comparan mayores de distintas edades. La disminución se hace más evidente en el área de la memoria pero se observa también en otras funciones como lenguaje, atención, funciones ejecutivas y funcionamiento visuoespacial. Estas alteraciones aumentan con la edad y sobre todo con los muy mayores.	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENVEJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	<b>ESTUDIO PARA EVALUAR LA INFLUENCIA DE UNA INTERVENCIÓN BASADA EN EL MODELO DE LA ACP SOBRE FUNCIONAMIENTO Y CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS USUARIAS EN CENTROS DE DÍA Y RESIDENCIA</b>
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b> <p>El modelo de la Atención Centrada en la Persona busca mejorar la calidad de vida de las personas mayores que precisan cuidados dando la máxima importancia al <b>ejercicio de su autonomía</b> y a <b>su bienestar subjetivo</b>. La adopción de ese modelo responde a la búsqueda constante de calidad asistencial cobrando especial importancia en la atención a personas mayores y personas con demencia por su alta vulnerabilidad.</p> <p>La revisión de publicaciones relacionadas con este enfoque muestra una disparidad de resultados y debilidades metodológicas que precisan ser solventadas para contar con evidencias y conclusiones más sólidas en cuanto a la efectividad de este modelo de atención.</p>	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENVEJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

Título:	INTER-ACTÚA PROYECTO INTERGENERACIONAL
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Este proyecto nació desde la colaboración entre el campamento urbano de verano y el Centro de Día <i>Almorox Físico</i>, para la realización de cuatro actividades intergeneracionales, entre los/as menores participantes del campamento y un grupo de 10 personas mayores. El planteamiento de la actividad parte desde los siguientes beneficios como son: el intercambio de experiencias y transmisión de tradiciones y de cultura popular, aprendizaje de la historia y adquisición de una perspectiva del círculo de la vida: conectando el pasado con el futuro.</p> <p>Con el proyecto se pretendía acercar a las personas de los diferentes colectivos, de distintas edades para facilitar el conocimiento mutuo, el intercambio de conocimientos, saberes y habilidades. Los/as menores se convierten en auténticos protagonistas de experiencias positivas que permiten dar- recibir, aprender y compartir.</p> <p>Con cada una de las actividades propuestas para realizar durante este campamento, se puede trabajar y entrenar numerosas habilidades rompiendo la rutina diaria y las actividades clásicas que se llevan a cabo en el centro. Es una forma de que las personas usuarias no se sientan institucionalizadas o encerradas en un mismo contexto. Permite salir, socializarse y relacionarse, recordar algunas de las actividades que han realizado alguna vez de pequeños, trabajar habilidades cognitivas, físicas y funcionales, fomentando así una mayor independencia. Así mismo, conseguimos visibilizar la labor de las personas de la tercera edad, haciéndoles ver que son personas valiosas y que aún tienen mucho que contar a nuestra sociedad actual. Volcando toda su experiencia en los/as niños/as que participen y proporcionando un aprendizaje recíproco.</p> <p>La finalidad es que el proyecto se convierta en una herramienta de transmisión de valores y destrezas que tienen que capacitar a todas las personas jóvenes a participar y comprometerse con la vida cívica. Así como acabar con aquellos prejuicios sobre las personas de la tercera edad.</p>	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENVEJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

Título:	LA CORAL DE FÁTIMA
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Este proyecto lleva ya tiempo implantándose en el centro. En su inicio, se llevó a cabo de forma modesta y solo con las personas usuarias pertenecientes a la estancia de físicos. Aprovechando la ocasión en una de las fiestas que se celebraron en el centro, el coro subió a actuar para las personas usuarias que se encontraban en la estancia de cognitivos. En ese momento, se detectó un gran índice de participación y colaboración por parte de las personas de ambas estancias.</p> <p>Desde entonces se pensó la creación de un coro que uniese a ambas estancias, sin importar su deterioro físico o cognitivo.</p> <p>Esto permitió la unión y el sentimiento de pertenencia de todas las personas usuarias. Incorporando múltiples beneficios como son la mejora de las habilidades sociales, las relaciones con todas las personas del centro sin tener que reparar en dividir según el estado físico o cognitivo. El aumento del autoestima y sentimiento de valía a la hora de percibirse como participante en las diferentes actividades que se realizan, en este caso en el coro. Poniendo en valor su implicación en la labor y mejorando así su estado de ánimo. También permite realizar un tipo de estimulación alternativa. Ya que a través de la música y de las canciones, se está realizando una evocación de recuerdos a través de un trabajo de reminiscencia y de la puesta en marcha de muchas habilidades cognitivas como son la atención, asociación, memoria, función ejecutiva, etc. Y consiguiendo así un mayor índice de implicación, motivación y participación de las personas usuarias en la actividad.</p> <p>La creación de este coro, ha permitido su actuación en todas las fiestas y jornadas de puertas abiertas que tenemos en el centro de día, siendo ya uno de nuestros referentes más demandados en cualquier evento que aquí acontece.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	<b>LA MEJORA DE LA PERCEPCIÓN DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y LAS PERSONAS MAYORES</b>
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Las nuevas tecnologías son parte importante de la sociedad actual y su implantación como herramienta terapéutica ha supuesto muchas ventajas, como es el acceso a contenido multimedia y a tareas interactivas en tiempo real. Sin embargo, es necesario sortear la brecha digital, ya que los mayores son un grupo con escasa tasa de uso de las tecnologías y se sienten poco familiarizados con ellas.</p> <p>Con el fin de comparar el uso de <b>objetos tecnológicos de forma habitual</b>, así como la <b>percepción de dificultad</b> de nuestros usuarios sobre las tecnologías y su <b>utilidad</b>, en 2018, se realizó un cuestionario inicial a <b>20 personas usuarios del centro</b>. La muestra estaba compuesta por personas sin deterioro cognitivo con una puntuación mayor o igual a 24 puntos en la escala de valoración cognitiva <b>Mini Examen Cognoscitivo de Lobo</b> y con deterioro cognitivo leve que obtuvieron una puntuación superior a 22 en la misma escala de valoración.</p> <p>A raíz de este análisis de los resultados iniciales en cuanto al uso, utilidad y percepción de dificultad de las tecnologías por las personas usuarias, <b>se incorporaron programas y actividades</b> en el Centro de Día de José Villarreal para fomentar el uso de objetos tecnológicos habituales como puede ser la televisión, cámara de fotos, equipo de música y el teléfono móvil y una serie de innovaciones tecnológicas como Tablet, pizarra digital, gafas de realidad virtual y el ordenador, buscando garantizar un beneficio con su uso, siempre ajustado a sus capacidades y necesidades, valorando también sus gustos y preferencias.</p> <p>Transcurrido un año desde la implantación de estos programas y actividades en el centro, se realiza nuevamente el cuestionario, para comparar los resultados y valorar el impacto y si se ha aumentado el uso de forma habitual de las tecnologías y si ha mejorado la percepción de dificultad y de utilidad de la muestra seleccionada de <b>20 personas usuarias</b>.</p>	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENVEJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

Título:	MASTERCHEF SENIOR PROVINCIAL
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
Con este proyecto se ha pretendido hacer una puesta en valor del sentido de pertenencia de las personas usuarias hacia sus localidades natales, a través de la selección y elaboración de recetas tradicionales. Esta actividad permite formar parte de un tipo de terapia más dentro del centro de día, ya que se llevará a cabo a lo largo de todo el año, teniendo como colofón final el día Mundial del Alzheimer, que a su vez coincide con la fecha del aniversario del Centro de Día Miguel Delibes. Momento en el que se realiza una jornada de puertas abiertas, donde los familiares, personas cuidadoras y cercanas a las diferentes personas usuarias del centro de día, pueden disfrutar también de esta propuesta.	
Esta actividad recoge el carácter personal y motivacional en el que cada participante acerca al resto de sus compañeros/as una amplia visión de su cultura, gastronomía y tradiciones a través del paladar. Permitiendo gozar con cada uno de los sentidos y hacerles volver a su infancia o momentos más felices. Recordando recetas de sus padres/madres, abuelas/abuelos e incluso aquellas con su toque puramente único de sus familias.	
Mediante esta actividad completa y dilatada en el tiempo, se puede conseguir fomentar aspectos importantes en la tercera edad como son: reminiscencia, actividades de la vida diaria, funciones ejecutivas, motricidad fina y gruesa, nuevos aprendizajes culturales, habilidades sociales, aspectos psico-emocionales, todo ello dentro del marco del Modelo de Atención Centrado en la Persona. Teniendo en cuenta las preferencias y gustos de cada una de las personas usuarias durante dicha participación. Y del mismo modo, permite la inclusión de aquellas personas usuarias residentes en otros lugares del mundo.	
Así mismo, se trata de una nueva herramienta y forma de terapia que nos permite innovar y alejarnos de las típicas formas e intervenciones terapéuticas convencionales.	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENVEJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

Título:	MIGUEL DELIBES CON LOS PINOS.
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
Esta actividad consiste en reunir tanto a adultos mayores como a menores, para la celebración de diferentes jornadas de convivencia de carácter experimental en la que niños/as de la zona de Villaverde (Escuela Infantil "Los Pinos"), comparten diversas vivencias con personas usuarias del centro de día "Miguel Delibes".	
Durante estos encuentros, se plantean una serie de actividades conjuntas para ambas generaciones en las que se trabajan aspectos cognitivos, funcionales, psicomotrices, físicos, emocionales y sociales. De este modo se contribuye a conseguir trasladar a la sociedad la importancia de fomentar las relaciones intergeneracionales, así como de inculcar en la infancia el respeto y afecto por las personas de mayor edad.	
Para estimular de forma holística a las personas usuarias a través de la espontaneidad y vitalidad de los niños.	
Mediante esta actividad completa y dilatada en el tiempo, se puede estimular de forma holística a las personas a través de la espontaneidad y vitalidad de los/as niños/as, además de conseguir fomentar otros aspectos importantes como son: reminiscencia, funciones cognitivas, motricidad fina y gruesa, nuevos aprendizajes, habilidades sociales, aspectos psico-emocionales, todo ello dentro del marco del Modelo de Atención Centrado en la Persona. Y teniendo en cuenta las preferencias y gustos de cada una de las personas usuarias durante dicha participación.	
Además de todo esto, nos situamos frente a un intercambio de experiencias. Donde de forma recíproca, tanto las personas mayores como los niños/as comparten vivencias y momentos vividos, algo que sin duda reporta un gran bienestar en ambos colectivos. Desplegando en las personas mayores un gran trabajo e implicación cognitiva como puede ser poner en marcha recursos de la memoria a corto y a largo plazo. Algo que es fundamental trabajar en personas con deterioro cognitivo sobre todo.	
De esta forma, aportamos herramientas de intervención terapéutica alternativa, motivadora, innovadora y atractiva.	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	MUSICA PARA LA SALUD
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>El proyecto se desarrolla mediante la celebración en el Centro de día de dos microconciertos realizados por cantantes profesionales. Se realiza en dos días distintos, a principios y a final de mes con la colaboración de la fundación "Músicos por la Salud", quienes apuestan por mejorar la salud a través de la música. Este programa se realiza desde el mes de abril de 2019 en los dos centros de día municipales especializados en deterioro cognitivo del Distrito de Moratalaz (Isaac Rabín y Nicanor Barroso) y en el Centro de Día para personas mayores Maestranza del Distrito Retiro.</p> <p>Desde entonces está desarrollándose hasta el día de hoy con fecha prevista de finalización el próximo mes de diciembre de 2019.</p> <p>A raíz de este proyecto, ha nacido la creación de un coro, el cual todas las semanas ensaya dirigido por un profesor de canto de la Fundación Músicos por la salud. El 20 de diciembre tendrá lugar la actuación final, fusionando los 3 coros de los diferentes Centros de día participantes en el teatro del Centro de Mayores Nicanor Barroso.</p> <p>Desde los centros observamos la mejora en el estado de ánimo de los participantes cuando es el momento previo al concierto o al ensayo del coro. Participan activamente en las canciones que se cantan en los microconciertos llegando incluso a emocionarse por trasladarles a épocas pasadas y a momentos vitales.</p> <p>La fundación Músic@s por la Salud es una organización filantrópica que realiza microconciertos emocionalmente significativos, para mejorar la experiencia sociosanitaria de personas en situación de vulnerabilidad y soledad.</p> <p>Desde 2015, aportan momentos de felicidad y bienestar a pacientes en hospitales, personas usuarias y familias, en centros de día y residencias así como a los profesionales.</p>	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: 'ENJECER EN MADRID'

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	Programa intergeneracional CONVIVE
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>El presente programa es una iniciativa intergeneracional y solidaria basada en la convivencia de personas mayores en situación de soledad y jóvenes estudiantes. Permite que una persona joven viva en casa de una persona mayor durante el curso académico, promoviendo el intercambio, la compañía y la ayuda mutua. El programa posibilita que la persona mayor encuentre compañía, acompañamiento en situaciones puntuales y la tranquilidad de contar con alguien por la noche pero, sobre todo, es un programa que fomenta el encuentro intergeneracional y su enriquecimiento mutuo.</p> <p>El Programa promueve el envejecimiento activo, el empoderamiento de la persona mayor desde el intercambio, la compañía y la ayuda mutua.</p> <p>El programa tiene evidentes ventajas: es una solución económica en relación a otras alternativas, reduce la carga sobre otros recursos de la red pública, recupera la corresponsabilidad e implicación social en la resolución de nuestros problemas y en el cuidado de nuestros mayores y favorece la permanencia del mayor en domicilio sin necesidad de recurrir a una residencia.</p> <p>La convivencia se caracteriza por ser:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Solidaria: si bien el programa resuelve las dificultades de alojamiento de los estudiantes, en ningún caso se concibe como un programa de "alojamiento gratuito", sino que implica convivencia y aporte humano a los participantes.</li><li>- Intergeneracional: el programa promueve el enriquecimiento y aprendizaje mutuo a partir del encuentro de personas de generaciones distintas.</li><li>- Intercultural: el hecho de ser el estudiante y la persona mayor de provincias o países diferentes, aporta al encuentro y a la convivencia una dimensión de enriquecimiento cultural muy valioso.</li><li>- Desde el año 1995, cuando SOLIDARIOS pone en marcha el programa, se han establecido más de 1600 convivencias y actualmente hay más de 110 convivencias anuales.</li></ul> <p>La ONG SOLIDARIOS para el Desarrollo, con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid, lleva desarrollando el programa desde 1995.</p> <p>Además, participan en el programa la Universidad Complutense de Madrid, la Universidad Autónoma de Madrid, la Universidad Carlos III, la Universidad Politécnica de Madrid, la Universidad de Alcalá de Henares, la Universidad Rey Juan Carlos y la Universidad Pontificia Comillas.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	¿QUÉ TE COMPRO?
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>La compra es una actividad simbólica para todos, pues moviliza grandes recursos individuales y relaciones (recursos cognitivos para hacer la lista, manipulación del dinero, caminar hasta el establecimiento, etc...) y es una actividad necesaria para nuestro día a día.</p> <p>Desde el centro comenzamos a realizar cada mes una salida por los comercios de la zona próxima al centro para realizar pequeños "recados" a otras personas del centro que por su diversidad funcional o falta de apoyo familiar, no pueden realizar sin esta ayuda. Aprovechando dicha salida las personas encargadas de realizar las compras, finalizan la misma acudiendo a una terraza/bar para tomar un pequeño aperitivo y tener un espacio de ocio donde afianzar sus roles sociales y comunicativos.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	RED SOCIAL PARA PERSONAS MAYORES: ENRÉDATE
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Las personas mayores son una prioridad para Cruz Roja y tiene una amplia trayectoria en relación a la prevención de la soledad en este sector de población, conoce su situación, sus necesidades y dificultades así como su potencial y sus posibilidades.</p> <p>Por ello la Organización tiene en marcha el proyecto "Red Social para Personas Mayores: Enredate", dirigido a la reducción del sentimiento de soledad y el aislamiento involuntario de las personas mayores, a través de la promoción de la participación social.</p> <p>Se propone realizar un conjunto de actuaciones dirigidas a proporcionar las herramientas necesarias para lograr que la persona</p>	

## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: ‘ENVEJECER EN MADRID’

### FORMATO PÓSTER

**Título:** REPRESENTACIÓN TEATRAL “PIDE POR ESA BOQUITA”.

**Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)**

Durante los meses previos al XI Aniversario del Centro San Crispín, un grupo de ocho personas usuarias se reúnen junto a Marta Pardo (trabajadora del Centro de Día, encargada de la dirección y guionista de la obra) para ensayar la representación de la **obra de teatro titulada “Pide por esa boquita”**.

El proyecto se llevó a cabo con ensayos dos veces por semana (martes y jueves), aumentando la frecuencia en las semanas previas a la interpretación, con sesiones de 1 hora y media de duración. Estas sesiones contribuyeron (entre otros muchos aspectos) a vencer la timidez de las personas participantes, mejorar las funciones psicomotrices, mejorar las relaciones sociales, reforzar la autoestima, mejorar la capacidad de aprendizaje y memoria, además de ser un medio de diversión y entretenimiento.

La obra se representó el martes 1 de octubre de 2019, dentro de la programación del XI Aniversario. Se realizó en la sala más grande del centro, siendo ambientada y decorada para ello. Se hizo una función para todas las personas usuarias del centro y para el personal. Al evento acudieron familiares de las personas participantes, los cuales disfrutaron gratamente de la función.

Dada la buena acogida de la misma por parte de todas las personas implicadas, se propone para el año 2020 continuar con este proyecto, creando un “Taller de teatro” que se realice con mayor frecuencia a manos de Marta, auxiliar que cuenta con gran formación y experiencia en este campo.



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENVEJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	TEJIENDO SONRISAS
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Dentro del taller laborterapia con la colaboración de la asociación "Teje iaia", las personas usuarias del centro que voluntariamente han querido participar en este proyecto, han elaborado diferentes tipos de prendas (mantas, gorros, bufandas...), que posteriormente se enviaron a la asociación "Teje iaia", donde se ocuparon de distribuir nuestras labores entre el colectivo que más lo necesitaba.</p> <p>El primer trabajo, va destinado a una maternidad de Sierra Leona. Nuestras personas usuarias realizarán mantitas y ositos para los bebés que nazcan en dicho hospital. Una vez que nuestros trabajos han llegado a sus destinatarios, nos enviaron fotos donde las personas usuarias que los habían realizado pudieron sentir satisfacción por su solidaridad.</p> <p>Por parte de la dirección se ha enviado una circular a las familias para que conozcan la asociación con la que colaboramos y para incluirles en el voluntariado siempre que lo deseen, mediante la donación de ovillos, lanas o aquellas cosas con las que quieran colaborar. Por otro lado, dentro de la misma circular se incluye la página web de "Teje iaia" para que puedan indagar sobre dicha asociación y los objetivos que persigue. Se ha creado un espacio donde familiares y personas externas pueden hacer su donación, con un cartel informativo facilitado por la asociación.</p> <p>Este proyecto permite poner en valor la capacidad de las personas mayores para seguir realizando cualquier tipo de actividad. Así como para mejorar el autoestima de las personas usuarias, sintiéndose válidas por el hecho de tejer y realizar diferentes prendas, que saben que van a servir y ayudar a otras personas que lo necesitan. Además de esto, permite la inserción de las personas mayores en la sociedad actual, transmitiendo a través de lo que hacen sus valores y su propio bagaje así como experiencias personales que han tenido a lo largo de su vida.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENJEJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	<b>UN PASEO POR EL RECUERDO</b>
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>Esta actividad consiste en acercar a las personas usuarias, a sus lugares de origen. Inicialmente y después de haber recogido toda la información que nos han proporcionado sobre sus lugares de nacimiento, una vez al mes, en una sala habilitada para ello, se les ha proyectado toda la información recogida, siendo cada persona usuaria la protagonista y encargada de compartir con sus compañeros/as todos sus recuerdos y anécdotas de los lugares de nacimiento; donde ellos/as mismos/as han podido apreciar cómo han cambiado estos lugares con el paso del tiempo. Desde ese momento planteamos la posibilidad de visitar algunos de estos pueblos. Comenzando por aquellos que son viables de visitar por proximidad y contactando con oficina de turismo y Ayuntamiento, para que nos envíen información, para que las personas usuarias se puedan llevar a sus domicilios y mostrárselo a sus familias.</p> <p>El primer pueblo que visitamos fue Colmenar de Oreja, que fue elegido para hacer realidad el deseo de una de las personas usuarias de visitar a su hermano que se encuentra en la residencia San Juan Bautista y llevaba bastante tiempo sin ver.</p> <p>Así mismo y aprovechando la visita a este lugar, contactamos con el Centro de Terapia Ocupacional y Residencia para personas con discapacidad intelectual "Resco", quienes nos acompañaron a visitar el pueblo, nos mostraron sus trabajos, enseñaron sus talleres, y disfrutamos de una agradable comida en su compañía, quedando hermanados/as con ellos/as para seguir realizando muchas más actividades en un futuro. Fue muy enriquecedor para las dos partes compartir una jornada de integración y cohesión entre los dos colectivos, de diferentes generaciones y permite realizar otras actividades terapéuticas alternativas alejadas de lo convencional. Desde una perspectiva de trabajo cognitivo de reminiscencia a la hora de evocar recuerdos y momentos de su infancia y otras etapas de su vida.</p>	



**Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019:  
'ENVEJECER EN MADRID'**

**FORMATO PÓSTER**

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	Una experiencia de promoción del envejecimiento activo y de preparación a la jubilación para trabajadores mayores de 55 años en Madrid
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido el envejecimiento activo como el proceso en que se optimizan las oportunidades de salud, participación, aprendizaje a lo largo de la vida y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. El envejecimiento es un proceso natural inherente al ser humano que depende de muchas circunstancias vitales, que tiene como hito importante el inicio del período de jubilación. En el marco de los proyectos de investigación "Envejecimiento Activo, Calidad de Vida y Género" (ENCAGE), "ENVejecimiento ACTivo en ESpaña: Autovaloración, Determinantes y Expectativas de Calidad de Vida" (ENVACES) y "Calidad de vida y envejecimiento en España, Suecia y Portugal" (QASP), se planteó desarrollar un taller con la finalidad de tratar de cambiar las actitudes negativas hacia el envejecimiento y la jubilación y aprender a pensar positivamente, desde etapas anteriores del ciclo vital, para mejorar esta etapa de la vida.</p>	



## Ficha de comunicación para participar en las Jornadas Técnicas de Mayores 2019: ‘ENJEJECER EN MADRID’

### FORMATO PÓSTER

Describa brevemente el proyecto en los siguientes apartados:

<b>Título:</b>	“VisitAdvisor Senior”
<b>Descripción del Proyecto (Máximo: 300 palabras en este campo)</b>	
<p>En la actualidad están surgiendo nuevas corrientes de intervención en personas mayores con diagnósticos de demencias en las que se incluye, entre estas, el uso de las nuevas tecnologías. Tras la reciente incorporación de la <i>YetiTablet</i> a las sesiones de psicoestimulación del CDM San Luciano, se ha planteado un nuevo proyecto: “VisitAdvisor Senior”.</p> <p>Dicha idea se extrae de la inquietud e iniciativa de las personas usuarias, que tras los fines de semana, las excursiones o visitas por Madrid, han sentido la necesidad de compartir con el resto del personal y sus compañeros/as del centro sus opiniones sobre el lugar al que habían ido o el restaurante en el que cenaron el día anterior, incluyendo si era recomendable o no.</p> <p>Nos resultaba tan interesante escucharles hablar sobre esto que queremos hacérselo llegar a toda la gente que podamos, haciendo oír la voz de las personas mayores sobre su entorno, sus tradiciones, diferentes sucesos...</p> <p>Nuestra idea parte de la creación de una página con formato de red social, como puede ser tipo instagram, conformado por diferentes entradas y publicaciones en las que las personas usuarias hablan y comentan sobre los diferentes lugares que visitan en las excursiones del centro de día, en los que a través de las diferentes respuestas de las personas que conformen dicha red social (por ejemplo: contabilizando el número de “me gusta” en total), pueden realizar diferentes comentarios de noticias de sucesos sociales de Madrid explicándolas a través de sus ojos, llevamos a cabo entrevistas a diferentes personas como dueños de restaurantes míticos o famosos, e incluso realizaremos tutoriales sobre diferentes recetas “de toda la vida”.</p> <p>Esta iniciativa se relaciona estrechamente con una de las premisas del Proyecto Ciudades amigables con las Personas Mayores, que pretende difundir la experiencia vital de nuestros mayores en la ciudad de Madrid.</p>	