



## INFORME JUSTIFICATIVO FINAL

### **DETECCIÓN DE NECESIDADES Y DESARROLLO DE TERAPIAS PARA EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ENTORNO RURAL**

#### 1. AGENTES PARTICIPANTES

##### **PROMOTOR**

\*AFA RIOJA (Asociación de familiares y enfermos de Alzheimer de La Rioja)

C.I.F. G26197640

C/ Menéndez Pelayo 9. C.P. 26002 Logroño -La Rioja-

Tfno: 941.231.994 E-mail: [afarioja@hotmail.com](mailto:afarioja@hotmail.com) Web: [www.afarioja.org](http://www.afarioja.org)

Asociación sin ánimo de lucro y de interés sociosanitario.



##### **AGENTES COLABORADORES**

\*Dirección general de servicios sociales (Consejería de políticas sociales, igualdad, familia y justicia)

C.I.F. S26330011

C/ Villamediana 17 C.P. 26071 Logroño -La Rioja-

Tfno: 941.291.100 E-mail: [servicio.prestaciones@larioja.org](mailto:servicio.prestaciones@larioja.org)

Web: <https://www.larioja.org/servicios-sociales/es>

Dependiente del Gobierno de La Rioja



\*ADSC -Asociación de la Serranía Celtibérica-

C.I.F. G44255818

C/ Aljezares 17. C.P. 44002 Teruel

Tfno: E-mail: Web: <http://www.celtiberica.es/>

Asociación sin ánimo de lucro.





## 2. INFORME JUSTIFICATIVO FINAL DE EJECUCIÓN:

### a) Datos generales de la iniciativa:

#### -DETECCIÓN DE NECESIDADES Y DESARROLLO DE TERAPIAS PARA EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ENTORNO RURAL

-Representante legal: Alberto de Pablo (presidente de AFA Rioja)

-El ámbito geográfico de actuación ocupa inicialmente 90 pueblos de La Rioja basados en los criterios de inclusión marcados por la Asociación de la Serranía Celtibérica (altura, densidad de población, número de habitantes) que se ocupa de evitar la despoblación en el entorno rural. ANEXO I

-El contexto y problema de partida observado y analizado inicialmente por los agentes y colaboradores ha tenido como eje fundamental la dificultad de acceso a servicios de atención social, emocional, de cohesión entre vecinos para generar iniciativas que incidan en un envejecimiento saludable.

-Objetivos generales: Proyecto de envejecimiento saludable que persigue frenar el deterioro físico y psicológico que conlleva la edad en los municipios riojanos previamente reseñados contribuyendo a evitar la despoblación en el ámbito rural riojano.

-La ejecución de la iniciativa se ha dividido en tres partes:

1) Detectar las necesidades psicoemocionales y la prevalencia/ratio de posibles demencias existentes en el ámbito geográfico de actuación, mediante análisis internos de cada zona, así como mediante reuniones generales de coordinación en La Rioja Alta, Media y Baja y personales mantenidas con los trabajadores sociales (facilitadas por la Consejería de Servicios Sociales por medio de Esperanza Sánchez y Javier Iglesias). Del mismo modo se suministran cuestionarios a cada trabajador social y representantes de los pueblos adheridos a la iniciativa para detectar de manera más precisa dichas necesidades psico-sociales incluyendo escalas de opinión.

2) Creación, coordinación y ejecución de talleres rurales de periodicidad semanal con temática adaptada a criterios profesionales y la opinión recibida de los asistentes (con el objetivo de crear cohesión, apoyo y generar pautas y herramientas prácticas de uso diario. Sin olvidarnos de pasar un buen rato socializando desde la supervisión de los profesionales del proyecto).

3) Recoger toda la información e impacto de dichas necesidades y talleres (ver punto 1 y 2) y analizar los cuestionarios de opinión facilitados a cada usuario el último día de cada bloque de talleres (dichos cuestionarios, tanto de usuarios como los de los trabajadores sociales se encuentran a disposición de la comisión competente) con el objetivo de valorar el impacto de dichas actuaciones y de valorar nuevas actuaciones de continuidad futuras.



-Los objetivos específicos, tras los análisis previos de los agentes y colaboradores, así como su ratificación por medio de la fase 1 del proyecto (recogida y análisis de datos) se han basado en la creación de espacios grupales continuados mediante los cuales se crean espacios de acogida inter-pueblos e intra-pueblos para:

\*La creación de espacios saludables, positivos y motivadores.

\*Generar pautas y herramientas para un envejecimiento saludable (psicoemocional, físico y social).

\*Demostrar la capacidad de cada pueblo y de cada habitante para reunirse y para generar iniciativas y actividades propias.

\*Generar espacios de inclusión social (hemos de admitir que, aunque inicialmente hubo que crear el punto de corte de la edad y la preservación de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria -ABVD y AIBD-, la asistencia fue tan heterogénea como satisfactoria. Vecinos jóvenes, cuidadores de personas con problemas de movilidad, usuarios con posibles trastornos del espectro autista TEA, personas con déficits auditivos y visuales, con déficits cognitivos diversos, personas con edades superiores a 95 años y menores de 65.....todos entraban dentro del grupo y gracias a los criterios profesionales y el apoyo y cariño de los asistentes, fue emocionante, precioso y de gran impacto emocional, tanto para afectados de diversas patologías como para el resto de usuarios.

En general, dar motivos a las personas para creer en sí mismos, en sus pueblos, y contribuir a mejorar el contexto biopsicosocial de las zonas de actuación del proyecto, contribuyendo finalmente a evitar la despoblación.

-No han existido modificaciones sustanciales cualitativas pero si hubo un retraso respecto al cronograma planificado inicialmente respecto a la fase 1 (recogida de datos) que retrasó la ejecución de la fase 2 (ejecución de los talleres) dado que las reuniones de coordinación de Servicios Sociales tienen unas fechas determinadas, los cuestionarios suministrados a cada trabajador social y representante de los 90 pueblos adscritos al proyecto fueron complejos a la hora de entrevistarnos, exponer el proyecto.....Aun así, el hecho de alargar los bloques de talleres incluyendo julio ha compensado en buen parte dicho retraso, generando un porcentaje de ejecución, en nuestra opinión, adecuado.

-Las fechas de ejecución resumidas (la relación de pueblos por fechas se detalla en ANEXO II)

\*Fase 1: Comienzo el 23 de octubre de 2019. Finalización teórica el 22 de octubre de 2019

\*Fase 2: Comienzo el 14 de marzo de 2019 con la primera sesión del primer taller. Finalización prevista (y confirmada por los pueblos del cuarto bloque de talleres) 18 de octubre de 2019.

\*Fase 3: Comienzo: 11 de abril con la recogida de los primeros cuestionarios a asistentes al primer bloque de talleres. Finalización: 18 de octubre con la recogida de los últimos cuestionarios ANEXO VI

Remarcamos que las fases del proyecto se han ido solapando tal y como se había previsto, recogiendo información en fase 2 por medio de cuestionarios, comenzando con sesiones "piloto" en fase 1 para obtención de feedback, realización de la memoria durante la fase 2, etc.



## **b) Desarrollo del proyecto:**

-En relación a la primera fase del proyecto las diferentes actuaciones se han basado en las sinergias generadas por los tres agentes implicados (Consejería de SS, AFA Rioja y Serranía Celtibérica) y en la relación con los trabajadores sociales de cada zona geográfica, así como con los responsables de las actividades de cada pueblo (alcaldes, concejales y responsables de las diferentes asociaciones).

Mediante reuniones de coordinación generales en Rioja Alta, Media y Baja, así como reuniones personales mantenidas con los trabajadores sociales facilitadas por Javier Iglesias y María Esperanza Sánchez González (desde AFA Rioja queremos agradecer a ambos su disposición y profesionalidad en todo momento) se enmarca un plan para la creación de talleres rurales adaptados a las diferentes necesidades de las zonas de influencia del proyecto. Del mismo modo se crean y se suministran cuestionarios a cada trabajador social y representantes de los pueblos adheridos a la iniciativa para detectar de manera más precisa dichas necesidades psico-sociales ANEXO VII.

Como resultado de todos los datos obtenidos se realiza un análisis factorial cuantitativo y correlacional cualitativo para seleccionar las zonas geográficas de influencia de mayor impacto, los tipos de talleres a suministrar y el nivel de dificultad-base de los talleres.

-Una vez completada la primera fase del proyecto y analizados los resultados, se comienzan a implementar los talleres, dividiendo por zonas de influencia para maximizar la disponibilidad de los recursos. Todos los días de la semana se realiza un taller para ocupar 5 zonas semanales con una duración de 5 sesiones en cada zona.

El desarrollo de los talleres se ha guionizado en base a:

- 1º sesión -Acogida y dinámicas de memoria-cohesión grupal (pasatiempos-deberes para casa)
- 2º sesión -Psicomotricidad y *Neuronup*\* (pasatiempos-deberes para casa)
- 3º sesión -Musicoterapia- (pasatiempos-deberes para casa)
- 4º sesión -Razonamiento inductivo, expresión no verbal y emociones- (pasatiempos-deberes)
- 5º sesión -Expresión verbal, cohesión emocional en grupo, despedida-

Hacer notar las posibles variaciones del guión de las dinámicas en función de los participantes, de las posibles demandas y del desarrollo de cada sesión (siempre supervisado por los terapeutas de AFA)

Al finalizar la última sesión se han suministrado Cuestionarios de opinión para la valoración de la organización, de las dinámicas, compañeros, servicio de transporte, terapeutas, servicios sociales y ayuntamientos (Ver modelos en ANEXO VI).

Se han cubierto desde marzo de 2019 una totalidad de 51 pueblos, generando entre 5 y 6 jornadas de periodicidad semanal en cada uno de los núcleos de talleres.



**En el primer bloque se realizaron talleres en:**

- Torrecilla (núcleo del taller) + Viguera + Almarza + Nestares.
- Arenzana de abajo (núcleo del taller)
- Cervera (núcleo del taller)
- Manjarres (núcleo del taller) + Alesón + Santa Coloma
- Villoslada (núcleo del taller) + Lumbreras

**En el segundo bloque se realizaron talleres en:**

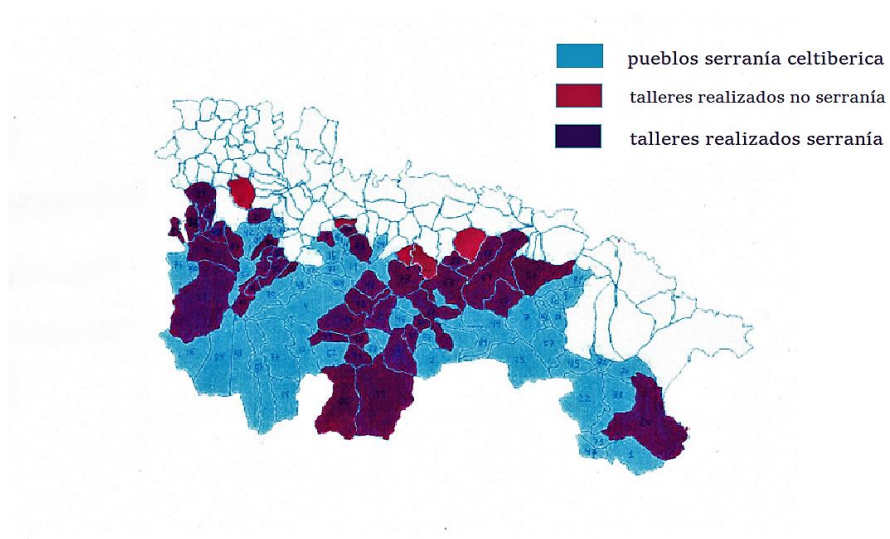
- Jalón (núcleo del taller) + San Román + Soto en Cameros + Trevijano
- San Millán (núcleo del taller) + Estollo + Berceo + Villaverde
- Grañón (núcleo del taller) + Villarta + Quintana + Morales + Corporales
- Santurde de Rioja (núcleo del taller)
- Ezcaray (núcleo del taller) + Ojacastro.

**En el tercer bloque se realizaron talleres en:**

- Laguna de Cameros (núcleo del taller) + Cabezón de Cameros
- Santurdejo
- Sorzano
- El rasillo + Pradillo + Villanueva + Ortigosa + Nieva.

**En el cuarto bloque y en el momento de esta publicación se están realizando talleres en:**

- Comarca de Ocón (4 pueblos)
- Bañares (núcleo del taller) + Cirueña
- Lagunilla (núcleo del taller) + Ventas Blancas + Robres + Santa Engracia + Jubera
- Nalda (núcleo del taller)
- Leza de río Leza (núcleo del taller) + Ribafrecha





**Se han realizado 3 sesiones extra** a petición de los servicios sociales o personal responsable de asociaciones y/o ayuntamientos, en Arenzana de Abajo, Cervera y Torrecilla.

Se han realizado (incluyendo el cuarto bloque actual) una totalidad de **103 talleres multidisciplinares** para nuestra población rural.

**Han acudido a nuestros talleres unas 320 personas** (acudiendo unas 4,2 veces de media a los talleres sobre 5 sesiones). Los talleres han incrementado su participación desde la primera hasta la última sesión en todos los pueblos en los que se ha participado.

Hemos repartido y **se han realizado y corregido unos 1280 deberes/pasatiempos** (incluyendo estimación del cuarto bloque de talleres)

-El grado de cumplimiento del cronograma inicial ha sido casi total, con la superposición de la primera y segunda fase, tal y como se tenía previsto. El retraso en el comienzo del proyecto nos permitió comenzar a recopilar documentación y divulgación del proyecto, creándose un cronograma correlativo respecto a su duración, con comienzo práctico octubre 2018 hasta octubre 2019 (fecha finalización del último bloque de talleres)

-Los recursos locales empleados se han basado en el uso de las instalaciones en cada pueblo (previamente acordadas con los trabajadores, ayuntamientos y diversas asociaciones de cada zona). Del mismo modo, se ha utilizado en los pueblos con los que se disponía, de las redes wifi necesarias para el uso de los programas informáticos de estimulación cognitiva (ver punto siguiente)

-El uso de medios tecnológicos se ha basado en la utilización del programa profesional *neuronUp*, gestionando el uso de las licencias mediante el agente promotor AFA Rioja. Así mismo se ha utilizado durante todas las sesiones un ordenador portátil, un proyector de imágenes, una pantalla-receptor de imágenes, cableado para todas las conexiones y línea de internet suministrada desde un teléfono móvil de AFA Rioja para poder tener libertad total de acción en los talleres. Consideramos un éxito el uso de los medios tecnológicos en una población no muy acostumbrada a la interacción con programas informáticos, si bien, *neuronUp* es muy conveniente para nuestros mayores con o sin procesos de demencia tratándose de una herramienta de estimulación cognitiva (con el proceso de formación previo de nuestros terapeutas). El trabajo de *“uno contesta, todos trabajan”* ha resultado muy muy provechoso, divertido y muy demandado en las sesiones extra que se han suministrado en varios pueblos.

-Tal y como se puede observar en el ANEXO III se ha incorporado el logotipo del Gobierno de La Rioja en todos los elementos de difusión y publicidad de la iniciativa. (flyers de divulgación, cartelería, fichas de inscripción e incluso en los e-mails de comunicación a los diferentes actores del proyecto)



### **c) Resultados definitivos y efectos positivos observados:**

-El grado de consecución de los objetivos previsto sobre una base inicial de 90 pueblos pertenecientes a la serranía celibérica riojana ha sido de 51 pueblos asistidos (teniendo en cuenta el último bloque de talleres en el que ya se han concertado las sesiones con los diferentes trabajadores sociales y ayuntamientos). De esta forma el ratio de cumplimiento ha sido de 5,6/10 (no obstante la valoración general es muy positiva dado que el tiempo efectivo de duración de la fase de implementación tendrá una duración total de en torno a 7-8 meses. Los restantes 4-5 meses se han invertido en el proceso de detección de necesidades, explicación del proyecto a los diferentes pueblos y zonas, creación y recopilación de documentación y cuestionarios y proceso final de elaboración de resultados.

La complicación añadida de dar a conocer el proyecto y coordinar por primera vez con tantos agentes indirectos implicados (ayuntamientos rurales, asociaciones de cada pueblo, personal colaborador.....) es un motivo más para considerar óptimo el hecho de haber podido llegar y establecer estos talleres en 51 pueblos de la geografía riojana y haber obtenido unas valoraciones muy altas y con una demanda de repetición en la totalidad de los pueblos (por falta de espacio no podemos insertar los cuestionarios de todos los participantes. En cualquier caso, se encuentra a disposición del Gobierno de La Rioja en las oficinas de AFA Rioja en la calle Manresa nº 2, Logroño). Del mismo modo, se ha provocado un efecto positivo en la capacidad de reunión de los asistentes y los ayuntamientos. Hacerles ver por encima de nuestros talleres, que pueden crear reuniones, eventos y dinámicas y que estas se encuentran apoyadas por el Gobierno de La Rioja y sus diferentes instituciones.

El hecho de que hayan acudido unas 320 personas, se hayan suministrado unos 1.280 deberes (corregidos en común al principio de cada siguiente sesión) y se hayan realizado una totalidad de 103 talleres multidisciplinares (ver punto -b- *guionización*) da muestra del trabajo, la satisfacción, el éxito y el deseo de dichos pueblos de poder repetir el proyecto, y de los pueblos a los que no se ha podido acudir, unirse en una posible y deseable segunda fase del proyecto.

El taller que más personas obtuvo en una sesión fue el de Santurdejo en segunda sesión con 26 personas en un mismo taller. El taller que menos personas obtuvo fue el de Laguna de Cameros con 4 personas en primera sesión (aumentando paulatinamente hasta llegar a 9 personas)

-Seguidamente se detalla una tabla modelo para valorar el grado de consecución de los objetivos establecidos inicialmente:



Objetivo (1º parte proyecto)	Valor meta	Valor alcanzado	Porcentaje de consecución
<p>Detección de necesidades se realizara un censo de la población mayor de 65 años que existe en la Serranía Celtibérica de La Rioja, o menores de esta edad que acusen deterioro cognitivo.</p>	<p>Lograr obtener datos reales y actuales, en base al cumplimiento de cuestionarios a trabajadores sociales y asociaciones. Obtener información actual de los datos estadísticos sobre prevalencias de demencias y trastornos cognitivos en la población rural +65 años</p>	<p>Obtenidos todos los cuestionarios suministrados a trabajadores sociales y asociaciones. Participación intermedia de los ayuntamientos (asumimos la falta de tiempo para las reuniones con ellos). Obtención total de los datos demográficos actualizados gracias al servicio de estadística de Servicios Sociales del Gobierno de La Rioja.</p>	<p>Trabajadores sociales 100 % Asociaciones rurales 100 % Ayuntamientos 30 % Bases de datos estadísticos 100 %</p> <p><b>Porcentaje de consecución global por media ponderada 82,5 %</b></p>



Objetivo (2º parte proyecto)	Valor meta	Valor alcanzado	Porcentaje de consecución
<p>Puesta en marcha de la actividad. Se tendrán en cuenta el nº de personas susceptibles de recibir el servicio de cada valle y las necesidades concretas de cada persona.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- TALLER DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE</li> <li>- TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA</li> <li>- TALLER DE PSICOMOTRICIDAD</li> </ul>	<p>Tomaremos como valor meta los 90 pueblos pertenecientes a la serranía celtibérica riojana y 6 bloques de talleres (siendo conscientes de la imposibilidad de llegar a la totalidad de los mismos en un primer proyecto). El resto de datos se detallan en valor alcanzado sin tener valores meta prefijados (número de asistentes, porcentaje de absentismo tras primera sesión...)</p>	<p>Se han cubierto una <b>totalidad de 51 pueblos</b>.</p> <p><b>Se han generando entre 5 y 6 jornadas de periodicidad semanal</b> en cada uno de los núcleos de talleres.</p> <p><b>Se han realizado 3 sesiones extra</b></p> <p>Se han realizado (incluyendo el cuarto bloque actual) una totalidad de <b>103 talleres multidisciplinares</b> para nuestra población rural.</p> <p><b>Han acudido a nuestros talleres unas 320 personas</b> (acudiendo unas 4,2 veces de media a los talleres sobre 5 sesiones).</p> <p>Los talleres han incrementado su participación desde la primera hasta la última sesión en todos los pueblos en los que se ha participado (<b>absentismo tras primera participación 0 %</b>)</p> <p>Hemos repartido y <b>se han realizado y corregido unos 1280 deberes/pasatiempos</b> (incluyendo estimación del cuarto bloque de talleres)</p>	<p>Totalidad de pueblos 56 %</p> <p>Periodicidad de las sesiones 100 %</p> <p>Porcentaje de participación ---</p> <p>Continuidad de participación al alza tras primera sesión 100 %</p> <p>Grado de cumplimiento de deberes/pasatiempos e implicación en las actividades 100 % (estimación obtenida no solo por los deberes ya que existen personas con dificultades visuales, motoras o cognitivas, sino también por la implicación en las actividades)</p> <p>100 %</p> <p><b>Porcentaje de consecución global por media ponderada 91,2 %</b></p>



Objetivo (2º parte proyecto)	Valor meta	Valor alcanzado	Porcentaje de consecución
<p>Evaluación Resultados.</p>	<p>No se pueden obtener antecedentes de un proyecto similar en cuanto a tipo de trabajo y a impacto directo en la población rural.</p> <p>Así pues el valor meta se basará en 1) <b>los cuestionarios de valoración</b> de los usuarios de los talleres, 2) <b>el impacto social por medio de la demanda de los pueblos con solicitudes de repetición</b>, 4) <b>demanda del resto de pueblos</b> a los que no se ha podido acudir en este primer proyecto.</p> <p><i>*Se recomienda para completar estos resultados solicitar informes a los trabajadores sociales de las zonas con implementación de los talleres</i></p>	<p>1) cuestionarios de valoración</p> <p>Las valoraciones (disponibles en las oficinas del agente promotor AFA Rioja) en escalas tipo likert y valores cuantitativos resumen una satisfacción óptima (siempre superando el 85 % de 4 sobre escala tipo Likert 0-4).</p> <p>2) Impacto social con solicitudes de repetición de los pueblos a los que se ha acudido</p> <p>Según los cuestionarios de valoración y tomando como base la parte cuantitativa (¿Deseas repetir estos talleres? ¿Deseas repetir este tipo de talleres con los mismos agentes?) la respuesta es que TODOS han contestado que si a las dos escalas.</p> <p>Sobre la base cualitativa se demandan mismos tipos de talleres incluyendo otras dinámicas de actualidad, uso del móvil....siempre sobre la base del envejecimiento saludable</p> <p>3) Demanda <u>explícita</u> del resto de pueblos a los que no se ha podido acudir (no se tiene en cuenta la demanda informal):</p> <p>El “efecto llamada” de estos talleres ha producido una demanda de 17 pueblos solicitando la realización de los talleres (se contabilizan contactos de trabajadores sociales, asociaciones de vecinos, jubilados, etc y personal de los ayuntamientos)</p>	<p>Cuestionarios de valoración 100 %</p> <p>Impacto social con solicitudes de repetición de los pueblos a los que se ha acudido 100 %</p> <p>Demanda <u>explícita</u> del resto de pueblos a los que no se ha podido acudir 90 – 51 = 39 pueblos no visitados 17/39 = 0,435 43,5 %</p> <p><b>Porcentaje de consecución global por media ponderada 81 %</b></p>



-El número de empleos generados 2 personas contratadas para el proyecto y tres cuartas partes de la Trabajadora Social.

-Dotación de nuevos servicios 5 sesiones

-Otros efectos positivos cuantificables y no cuantificables (aparte de los objetivos específicos ya mencionados) han sido:

\*Sacar a la luz una necesidad subyacente basada en el cuidado biopsicoemocional de sus habitantes, en su mayoría con una edad superior a 65 y con necesidad de pautas y herramientas derivadas de deterioros cognitivos en muchos de los casos no diagnosticados.

\*Enseñar a los habitantes de los pueblos que pueden reunirse formal e informalmente, y que esto produce efectos positivos en las personas y en el propio pueblo.

\*Crear vínculos sociales y afectivos entre los diferentes pueblos cercanos que han compartido el mismo taller (aspecto muy importante y que redundará en una mayor cohesión inter-pueblos)

\*Demostramos en AFA Rioja que sí que podemos salir de los espacios reglados para ofrecer nuestros servicios sociales y de asesoramiento a más sitios, a más pueblos y a más personas (la directora de AFA Rioja siempre creyó en ello).

-El grado de participación de los agentes colaboradores ha sido óptimo en todos los servicios:

La Consejería de Servicios Sociales nos ha proporcionado por medio de (Javier Iglesias y Esperanza Sánchez) un primer dibujo de las zonas de influencia más necesarias para dar implementar los talleres, nos han proporcionado reuniones de coordinación con las trabajadoras sociales (un activo de grandísima ayuda para este proyecto), colaboración para el acceso a datos estadísticos públicos pero filtrados y organizados.....definitivamente hemos notado todo el apoyo del Gobierno y de la Consejería para una iniciativa social, pionera o cuasi pionera en España y que ha tenido efectos reales y medibles en la población rural.

Por otra parte, la Asociación de la Serranía Celtibérica ha colaborado directamente con AFA Rioja en el dibujo del mapa inicial creando el criterio de inclusión de dichos pueblos con unas características demográficas, de envejecimiento de la población y desarrollo económico y social particulares.

Del mismo modo, por medio de Javier De Soto, de Ángel y de Alberto de Pablo se nos han facilitado charlas divulgativas del proyecto, apoyo personal en la figura de Javier de Soto (ha acudido a muchos de los talleres personalmente), el asesoramiento sobre cada pueblo y cada zona, así como el acercamiento a los ayuntamientos pertenecientes a la Serranía Celtibérica riojana.

-El nivel de participación de la población beneficiaria de la iniciativa ha sido, tal y como se ha señalado en el desarrollo del proyecto, muy alto. Teniendo en cuenta que, si bien, la prioridad era llegar a los pueblos que normalmente no pueden obtener este tipo de servicios independientemente de la



afluencia y en el que sabíamos que la población beneficiaria sería baja, los resultados numéricos (320 personas han acudido a los talleres, 103 talleres realizados y más de 1.000 deberes/pasatiempos suministrados y corregidos) avalan una participación por encima de nuestras propias expectativas.

Aun así, consideramos que la demanda subyacente que existía, ahora ya explícita (en parte provocada por el efecto llamada de los talleres) amerita una continuidad de estos servicios biopsicosociales y de envejecimiento saludable que tantos momentos de alegría, socialización, cohesión y motivación para que llegue el nuevo taller de la semana que viene, han provocado en nuestros mayores del entorno rural.

-Ha existido participación por parte de otros agentes externos tales como:

\*Ayuntamientos de las localidades en las que se han implantado los talleres cediendo espacios, elementos mobiliarios (sillas, mesas...), aportando servicios como wifi y contribuyendo a la difusión de los talleres en el pueblo.

\*Médicos rurales: Han colaborado en la difusión y recomendación de los talleres a los vecinos de los pueblos y han facilitado información de prevalencias de demencias sin aportar datos personales y SIEMPRE DENTRO DE LA NUEVA LEY GENERAL DE PROTECCIÓN DE DATOS, NIVEL 1 DE TRATAMIENTO DE DATOS.

\*En general los vecinos de los pueblos han prestado su apoyo con el interés de otro agente externo colaborando en que cada taller se llevara a cabo de manera óptima. Incluso tras las últimas sesiones ha habido almuerzos/café/fotos/ de confraternización y despedida como agradecimiento a los terapeutas que han viajado y trabajado con gran interés y dedicación profesional en cada pueblo. Día tras día (VER ANEXOS IV y V)

#### **d) Viabilidad y sostenibilidad de la iniciativa:**

-Análisis de la pertinencia (adecuación de los objetivos, estrategias y actuaciones a las necesidades de la población en su contexto), la eficacia (obtención de los resultados esperados en relación a los objetivos propuestos) y la eficiencia (análisis de los resultados en función del tiempo y los recursos, esencialmente económicos, empleados para tal fin) de la iniciativa desarrollada desde el punto de vista de los retos demográficos de la región.

Existen grandes posibilidades de imitación, transferencia y réplica de la iniciativa en otros territorios dado que, incluso antes de comenzar la iniciativa de manera práctica (2ª fase) hubo peticiones de personas vinculadas a instituciones de otras Comunidades Autónomas, para que AFA Rioja pudiera dar charlas divulgativas de este proyecto ante la necesidad que se estima existe. Después de valorarlo se tomó la decisión de no esconder el proyecto, pero tampoco divulgarlo de manera práctica ya que el deber de los promotores (AFA Rioja) era desarrollarlo en nuestra comunidad autónoma e invertir todo su tiempo en ella.



Desde un análisis estadístico podemos inferir que el mismo reto demográfico que existe en La Rioja, se da en otras comunidades, la población rural envejece y las necesidades biopsicosociales (de reunión, de motivación, de cohesión, para marcar pautas y herramientas prácticas de cara a un envejecimiento saludable.....) son las mismas en La Rioja y fuera de ella.

Así pues, podemos concluir que, ahora más si cabe después de la realización y obtención de resultados tan positivos del proyecto (y con gran proyección en La Rioja de cara a una posible segunda fase del proyecto), existen grandes posibilidades para la imitación, transferencia y réplica de la iniciativa de “detección de necesidades e implementación de talleres de envejecimiento saludable en el entorno rural”.

**e) Informe económico en el que se desglosen los ingresos y los gastos totales realizados a lo largo de la ejecución de la iniciativa y en el que se indiquen la fecha y la actividad para la que han sido destinados.**

## **ANEXOS**

### **ANEXO I**

**(Relación numerada de pueblos de la Serranía Celtibérica riojana y mapa inicial de actuación)**



Nº MAPA	CODIGO INE	NOMBRE MUNICIPIO	SUPERFICIE	HAB.2013	HOMBRES	MUJERES
1	26003	Aguilar del Río Alhama	54.076.302	533	259	274
2	26004	Ajamil de Cameros	66.105.301	76	50	26
3	26012	Almarza de Cameros	28.084.299	18	12	6
4	26014	Anguiano	90.819.901	545	310	235
5	26015	Arenzana de abajo				
6	26016	Arenzana de Arriba	591.934	32	21	11
7	26000	Arnedillo				
8	26027	Berceo	152.605	171	108	63
9	26000	Bergasa				
10	26000	Bergasillas Bajera				
11	26030	Bezares	46.159	19	10	9
12	26031	Bobadilla	465.891	130	71	59
13	26032	Brieva de Cameros	461.115	56	37	19
14	26035	Cabezón de Cameros	120.025	18	14	4
15	26037	Camprovín	204.324	170	95	75
16	26038	Canales de la Sierra	54.394.901	82	51	31
17	26039	Canillas de Río Tuerto	360.091	41	20	21
18	26040	Cañas	970.965	98	45	53
19	26044	Castroviejo	20.736.401	58	33	25
20	26047	Cervera del Río Alhama	152.485	2590	1330	1260
21	26050	Cirueña	12.136	128	80	48
22	26054	Cornago	80.484.299	382	217	165
23	26055	Corporales	840.801	43	23	20
24	26057	Daroca de Rioja	112.839	58	38	20
25	26058	Enciso	69.637.001	172	103	69
26	26060	Estollo	16.130.199	96	64	32
27	26061	Ezcaray	142.735	2031	1057	974
28	26067	Gallinero de Cameros	11.162	25	17	8
29	26069	Grañón	309.884	283	158	125
30	26070	Grávalos	30.983.999	221	113	108
31	26000	Herce				
32	26077	Hornillos de Cameros	118.925	15	7	8
33	26080	Igea	54.215.801	689	396	293
34	26081	Jalón de Cameros	841.898	21	11	10
35	26082	Laguna de Cameros	41.568.501	121	73	48
36	26000	Laguna del Jubera				
37	26086	Ledesma de la Cogolla	121.227	19	14	5
38	26088	Leza de Río Leza	111.174	44	26	18
39	26091	Lumbreras	142.802	159	104	55
40	26000	Manjarres				
41	26093	Mansilla de la Sierra	84.687.599	68	47	21
42	26094	Manzanares de Rioja	178.981	94	56	38
43	26095	Matute	25.628.099	119	58	61
44	26098	Munilla	54.147.499	118	60	58
45	26100	Muro de Aguas	308.797	61	37	24
46	26101	Muro en Cameros	15.973	46	29	17
47	26104	Navajún	16.365.601	18	13	5
48	26106	Nestares	21.589.701	79	48	31



49	26107 Nieva de Cameros	42.016.201	97	61	36
50	26000 Ocon				
51	26110 Ojacastro	44.288.101	187	108	79
52	26112 Ortigosa de Cameros	32.992.802	269	156	113
53	26113 Pazuengos	25.096.399	34	24	10
54	26114 Pedroso	192.742	78	50	28
55	26115 Pinillos	118.779	16	9	7
56	26118 Pradillo	102.677	60	31	29
57	26119 Préjano	42.368.401	256	145	111
58	26121 Rabanera	137.947	35	28	7
59	26122 Rasillo de Cameros, El	158.368	143	74	69
60	26000 Robres del Castillo				
61	26130 San Millán de la Cogolla	31.162.201	255	166	89
62	26132 San Román de Cameros	474.678	155	84	71
63	26134 Santa Coloma	20.229.401	119	70	49
64	26000 Sta Engracia del Jubera				
65	26000 Santa Eulalia Bajera				
66	26140 Santurde de Rioja	154.191	300	155	145
67	26141 Santurdejo	18.335.899	134	82	52
68	26146 Soto en Cameros	49.008.999	126	68	58
69	26147 Terroba	883.044	40	20	20
70	26149 Tobía	34.911.201	68	39	29
71	26153 Torre en Cameros	116.285	12	10	2
72	26151 Torrecilla en Cameros	304.491	497	268	229
73	26000 Torrecilla s/ Alensanco				
74	26000 Tudelilla				
75	26161 Valdemadera	13.925	9	6	3
76	26162 Valgañón	317.159	130	81	49
77	26164 Ventrosa	72.871.696	65	39	26
78	26165 Viguera	41.693.001	433	241	192
79	26169 Villanueva de Cameros	184.284	83	49	34
80	26171 Villar de Torre	119.843	228	130	98
81	26172 Villarejo	637.607	36	25	11
82	26173 Villarroya	117.603	8	4	4
83	26174 Villarta-Quintana	247.075	163	92	71
84	26175 Villavelayo	890.009	51	32	19
85	26176 Villaverde de Rioja	586.177	67	34	33
86	26177 Villoslada de Cameros	94.632.698	354	214	140
87	26178 Viniegra de Abajo	65.626.602	89	53	36
88	26179 Viniegra de Arriba	38.430.401	51	33	18
89	26181 Zarzosa	182.805	16	12	4
90	26183 Zorraquín	643.278	95	48	47

ALESÓN

JUBERA

TREVIJANO

VENTAS BLANCAS

MORALES

LAGUMILLA (YA ESTÁ CON)

SORZANO

NALDA

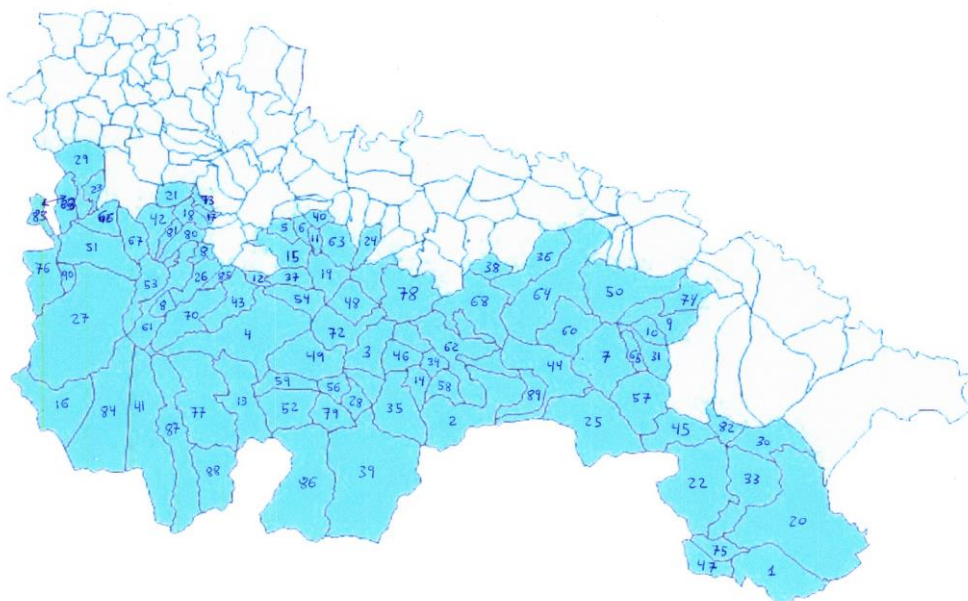
BANARES

RIBAFRECHA

VILLA DE OCON (YA ESTÁ)



**Mapa con población serranía celtibérica numerada según relación previa.**





**(Relación de mancomunidades y trabajadores sociales del proyecto)**

4) VALLE DEL JUBERA	<b>Total Rioja Centro</b>		(1) <u>MARIA HERMANDO HERNANDEZ</u> - (8 PUEBLOS + TORRELLA COMPARTIDO)		
	(5) {	<b>Agrupación de Municipios de Agoncillo</b>			
		Lagunilla del Jubera		MARTA ALGUACIL	
		Robres del Castillo		MARTA ALGUACIL	
		Santa Engracia del Jubera		MARTA ALGUACIL	
	<b>Mancomunidad del Valle del Ocón</b>			(2) <u>ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA</u> - (4 PUEBLOS + TORRELLA COMPARTIDO)	
	(4) {	<b>Agrupación de Municipios Cameros Viejo</b>			
		Ajamil de Cameros			SALOME
		Cabezón de Cameros			SALOME
		Hornillos de Cameros			SALOME
		Jalón de Cameros			SALOME
		Laguna de Cameros			SALOME
Muro en Cameros		SALOME			
Rabanera		SALOME			
	San Román de Cameros	SALOME			
	Soto en Cameros	SALOME			
	Terroba	SALOME			
	Torre en Cameros	SALOME			
<b>Mancomunidad Leza-Iregua</b>		(3) <u>MARIA DEL CARMEN ADRIAN</u> - 1 PUEBLO -			
6) VALLE DEL IREGUA	<b>Mancomunidad del Alto Iregua</b>				
	(1)		Leza de Río Leza	MARISA ARMEDO FRALLE	
	(1)		Almarza de Cameros	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(1)		Gallinero de Cameros	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(2)		Lumbreras	ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA	
	(1)		Nestares	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(1)		Nieva de Cameros	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(2)		Ortigosa de Cameros	ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA	
	(1)		Pinillos	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(1)		Pradillo	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(1)		Rasillo de Cameros (El)	MARIA HERMANDO HERNANDEZ	
	(1)+(2)	Torreclilla en Cameros	MARIA HERMANDO HERNANDEZ y ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA		
(2)	Viguera	ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA			
(1)	Villanueva de Cameros	MARIA HERMANDO HERNANDEZ			
(2)	Villoslada de Cameros	ESMERALDA DIAZQUEZ GARCIA			
<b>Mancomunidad de los Pueblos del Moncalvillo</b>		(4) <u>SALOME LOPEZ JALON</u> - 14 PUEBLOS - Todos los del Cameros Viejo			
(3)	Daroqa de Rioja		MARIA DEL CARMEN ADRIAN GANVAZ		
<b>Mancomunidad de los Pueblos de la Ribera</b>			(5) <u>MARTA ALGUACIL ALFARO</u> - 3 PUEBLOS - Toda la agrupación de municipios de Agoncillo.		
(1)	Alfaro			MARTA ALGUACIL	
(1)	Alfoque			MARTA ALGUACIL	
(1)	Alfoque de la Ribera			MARTA ALGUACIL	
<b>Mancomunidad de los Pueblos de la Ribera</b>				(6) <u>MARISA ARMEDO FRALLE</u> - 1 PUEBLO - El único de la mancomunidad del Leza-Jubera	
(1)	Alfoque de la Ribera				MARTA ALGUACIL
(1)	Alfoque de la Ribera				MARTA ALGUACIL
(1)	Alfoque de la Ribera				MARTA ALGUACIL
(1)	Alfoque de la Ribera				MARTA ALGUACIL
(1)	Alfoque de la Ribera				MARTA ALGUACIL
(1)	Alfoque de la Ribera	MARTA ALGUACIL			
(1)	Alfoque de la Ribera	MARTA ALGUACIL			
(1)	Alfoque de la Ribera	MARTA ALGUACIL			
(1)	Alfoque de la Ribera	MARTA ALGUACIL			
(1)	Alfoque de la Ribera	MARTA ALGUACIL			



03 → VALLE DEL NAJERILLA.

Total Rioja Alta	
<b>Mancomunidad del Najerilla</b>	
(1)	Arenzana de Abajo <i>PA TERESA MAVARIDAS</i>
(1)	Arenzana de Arriba <i>PA TERESA MAVARIDAS</i>
(2)	Berceo <i>BIANCA TEJADA</i>
(1)	Canillas de Río Tuerto <i>PA TERESA MAVARIDAS</i>
(1)	Cañas <i>PA TERESA MAVARIDAS</i>
(2)	Castroviejo <i>BIANCA TEJADA</i>
(2)	Ledesma de la Cogolla <i>BIANCA TEJADA</i>
(1)	Torrecilla sobre Alesanco <i>PA TERESA MAVARIDAS</i>
(2)	Villar de Torre <i>BIANCA TEJADA</i>
(2)	Villarejo <i>BIANCA TEJADA</i>
(2)	Villaverde de Rioja <i>BIANCA TEJADA</i>
<b>Mancomunidad de los Cuatro Ríos</b>	
(3)	Bezares <i>IMPACULADA NUNTIÓN</i>
(4)	Camprovin <i>JOSÉ MIGUEL SÁEZ SOBROŃ</i>
(2)	Estollo <i>IMPACULADA NUNTIÓN FERNÁNDEZ</i>
(3)	Manjarrés <i>IMPACULADA NUNTIÓN FERNÁNDEZ</i>
(4)	Pedroso <i>JOSÉ MIGUEL SÁEZ SOBROŃ</i>
(3)	San Millán de la Cogolla <i>IMPACULADA NUNTIÓN FERNÁNDEZ</i>
(3)	Santa Coloma <i>IMPACULADA NUNTIÓN</i>
<b>Mancomunidad del Alto Najerilla</b>	
	Brieva de Cameros <i>CARMEN CALLE</i>
	Canales de la Sierra <i>CARMEN CALLE CASTROVIEJO</i>
	Mansilla de la Sierra <i>CARMEN CALLE CASTROVIEJO</i>
(5)	Matute <i>CARMEN CALLE</i>
	Tobia <i>CARMEN CALLE</i>
	Ventrosa <i>CARMEN CALLE</i>
	Viniegra de Abajo <i>CARMEN CALLE</i>
	Viniegra de Arriba <i>CARMEN CALLE</i>
	Villavelayo <i>CARMEN CALLE</i>
<b>Mancomunidad Virgen de Allende</b>	
(6)	Cirueña <i>ANA ISABEL GONZÁLEZ CASTRESANA</i>
(7)	Corporales <i>ASUN RUIZ</i>
(2)	Ezcaray <i>NURIA CRESPO GARCÍA</i>
(2)	Grañón <i>ASUN RUIZ</i>
(6)	Manzanares de Rioja <i>ANA ISABEL GONZÁLEZ</i>
(2)	Ojacastro <i>NURIA CRESPO GARCÍA</i>
(6)	Pazuengos <i>ANA ISABEL GONZÁLEZ</i>
(6)	Santurde de Rioja <i>ANA ISABEL GONZÁLEZ</i>
(6)	Santurdejo <i>ANA ISABEL GONZÁLEZ</i>
(8)	Valgañón <i>NURIA CRESPO GARCÍA</i>
(7)	Villarta-Quintana <i>ASUN RUIZ (QUINTANA)</i>
(8)	Zorraquín <i>NURIA CRESPO GARCÍA</i>
<b>Mancomunidad Intermunicipal Valvanera</b>	
(9)	Anguiano <i>NURIA MONZUNCILLO HERCE</i>
(9)	Bobadilla <i>NURIA MONZUNCILLO HERCE</i>

41 PUEBLOS

- (1) MARIA TERESA MAVARIDAS DOMINGUEZ  
-(5 PUEBLOS)-
- (2) BIANCA TEJADA BLANCO  
-(6 PUEBLOS)
- (3) IMPACULADA NUNTIÓN FERNÁNDEZ  
-(5 PUEBLOS)-
- (4) JOSÉ MIGUEL SÁEZ SOBROŃ  
-(2 PUEBLOS)
- (5) CARMEN CALLE CASTROVIEJO  
-(9 PUEBLOS)
- (6) ANA ISABEL GONZÁLEZ CASTRESANA  
-(5 PUEBLOS)
- (7) ASUNCIÓN RUIZ LÓPEZ  
-(3 PUEBLOS)
- (8) NURIA CRESPO GARCÍA  
-(4 PUEBLOS)
- (9) NURIA MONZUNCILLO HERCE  
-(2 PUEBLOS)



Total Rioja Baja -Criterios inclusión Serranía-	
<b>Mancomunidad del Alhama-Linares</b>	
(1)	Aguilar del Río Alhama SILVIA JIMÉNEZ FERNÁNDEZ
(1) (2) (3)	Cervera del Río Alhama MARIA ELENA GONZÁLEZ LÓPEZ Y SILVIA JIMÉNEZ FERNÁNDEZ
(3)	Cornago SOMIA BLÁZQUEZ GARCÍA
(3)	Grávalos SOMIA BLÁZQUEZ GARCÍA
(3)	Igea SOMIA BLÁZQUEZ GARCÍA
(1)	Navajún SILVIA JIMÉNEZ FERNÁNDEZ
(1)	Valdemadera SILVIA JIMÉNEZ FERNÁNDEZ
<b>Mancomunidad Cuenca del Cidacos</b>	
	Arnedillo REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Bergasa REYES?
	Bergasillas Bajera REYES?
	Enciso REYES?
	Herce REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Munilla REYES?
	Muro de Aguas REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Préjano REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Santa Eulalia Bajera REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Tudelilla MARIA JESÚS TONÁS NAVAJAS
	Villarroya REYES JIMÉNEZ BARANBIO
	Zarzosa (¿?)

(1) SILVIA JIMÉNEZ FERNÁNDEZ  
- 3 PUEBLOS + CERVERA -

(2) MARIA ELENA GONZÁLEZ LÓPEZ  
- CERVERA -

(3) SOMIA BLÁZQUEZ GARCÍA  
- 3 PUEBLOS + CERVERA -

(4) REYES JIMÉNEZ BARANBIO  
- 6 PUEBLOS + 4 EN DUDA -

(5) MARIA JESÚS TONÁS NAVAJAS  
- 1 PUEBLO -

(6) ¿?  
- ME FALTA ZARZOSA -



## **ANEXO II**

### **(Relación de pueblos con talleres implementados y fechas)**

#### ***Primer bloque***

- Torrecilla (núcleo del taller) + Viguera + Almarza + Nestares (18 y 25 de marzo. 1, 8 y 15 de abril)
- Arenzana de abajo (núcleo del taller) (19 Y 26 de marzo. 2, 9 y 16 de abril)
- Cervera (núcleo del taller) (13, 20 y 27 de marzo. 3 y 10 de abril)
- Manjarres (núcleo del taller) + Alesón + Santa Coloma (14, 21 y 28 de marzo. 4 y 11 de abril)
- Villoslada (núcleo del taller) + Lumberas (15, 22 y 29 de marzo. 5 y 12 de abril)

#### ***Segundo bloque***

- Jalón (núcleo del taller) + San Román + Soto en Cameros + Trevijano (6, 13, 20 y 27 de mayo. 3 y 17 de junio)
- San Millán (núcleo del taller) + Estollo + Berceo + Villaverde (7, 14, 21 y 28 de mayo. 4 y 18 de junio)
- Grañon (núcleo del taller) + Villarta + Quintana + Morales + Corporales (8, 15, 22 y 29 de mayo. 5 y 12 de junio)
- Santurde de Rioja (núcleo del taller) (9, 16, 23 y 30 de mayo. 6 y 13 de junio)
- Ezcaray (núcleo del taller) + Ojacastro. (10, 17, 24 y 31 de mayo. 7 y 14 de junio)

#### ***Tercer bloque***

- Laguna de Cameros (núcleo del taller) + Cabezón de Cameros (24 de junio) (24 de junio. 1, 8, 15 y 22 de julio)
- Santurdejo (25 de junio. 2, 9, 16 y 23 de julio)
- Sorzano (26 de junio, 3, 10, 17 y 24 de julio)
- El rasillo + Pradillo + Villanueva + Ortigosa + Nieva. (27 de junio. 4, 11, 18 y 25 de julio)

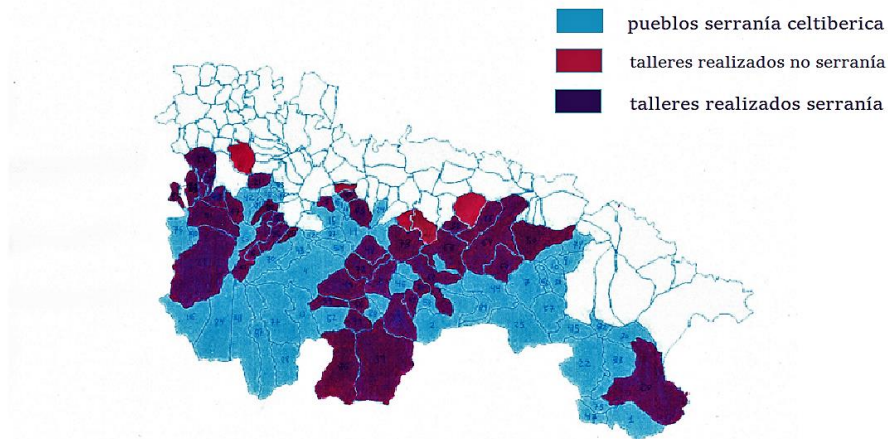


#### **Cuarto bloque**

- Comarca de Ocón (4 pueblos) (2, 9, 16 y 30 de septiembre. 7 de octubre)
- Bañares (núcleo del taller) + Cirueña (3, 10 y 17 de septiembre. 1 y 8 de octubre)
- Lagunilla (núcleo del taller) + Ventas Blancas + Robres + Santa Engracia + Jubera (4, 11 y 18 de septiembre. 2 y 9 de octubre)
- Nalda (núcleo del taller) (5, 12 y 19 de septiembre. 3 y 10 de octubre)
- Leza de río Leza (núcleo del taller) + Ribafrecha (6, 13 y 20 de septiembre. 4 y 11 de octubre)

#### **Sesiones extra**

- Cervera (núcleo del taller) (12 de junio)
- Arenzana de abajo (núcleo del taller) (13 de junio)
- Torrecilla (núcleo del taller) + Viguera + Almarza + Nestares (14 de junio)



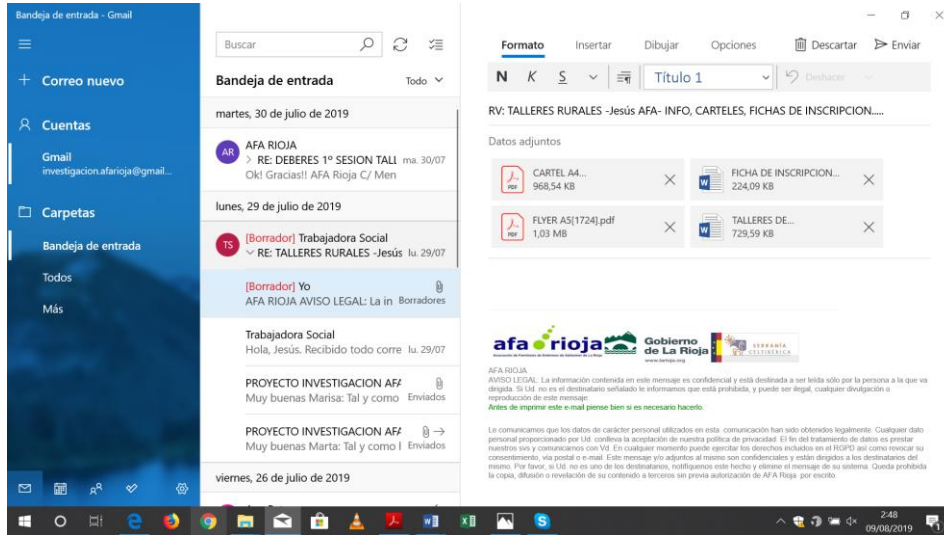
**NOTA: TODOS LOS TALLERES HAN TENIDO UNA DURACION COMPRENDIDA ENTRE  
90 Y 110 MINUTOS**



### ANEXO III

(Carteles promocionales, flyers explicativos y modelo email. Todo con logotipos)





# TALLERES DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Os invitamos a acudir a los talleres de envejecimiento saludable que ofreceremos próximamente en vuestra zona. En ellos realizaremos muchas actividades que **mejorarán vuestro día a día**, pero siempre desde la idea fundamental de pasar un buen rato todos juntos.

Por supuesto, son **talleres voluntarios y gratuitos**. Los impartiremos el equipo profesional de AFA Rioja y colaborarán en ellos los servicios sociales municipales, el Gobierno de La Rioja y la Serranía Celtibérica para convertirlos en una actividad regular mediante vuestra presencia.

Realizaremos dinámicas de grupo, actividades para mejorar la memoria, risoterapia, pequeños movimientos físicos adaptados a cada persona... Todo ello, como decíamos, con el objetivo principal de compartir un momento genial.

Los talleres, con una duración de hora y media, se realizarán una vez a la semana. Los horarios os los detallamos a continuación. Además, las trabajadoras sociales de cada zona tienen información detallada sobre ellos.

Desde AFA Rioja os **animamos a probar**. Estamos seguros de que repetiréis.

Pueblo/s:

Fechas y días de la semana:

Horarios:



Colabora:  Gobierno de La Rioja  SERRANÍA CELTIBÉRICA



## **ANEXO IV**

**(Artículo para la revista de AFA Rioja que saldrá en septiembre 2019)**

### **EL GRAN RETO DEMOGRÁFICO**

Al final lo logramos. Un viejo sueño transformado en proyecto nos ha permitido salir al entorno rural de La Rioja y acercarnos a una población que, en muchas ocasiones, no tiene la oportunidad de acceder a unos servicios socio-sanitarios demasiado concentrados en las ciudades y cabeceras. Un desafío en forma de reto demográfico que, en honor a la verdad, ha sido mucho más sencillo de afrontar gracias al apoyo de la Asociación de la Serranía Celtibérica y del propio Gobierno de La Rioja y la Consejería de Servicios Sociales con Javier Iglesias y Esperanza Sánchez siempre apoyándonos.

Bajo el amparo de las *Iniciativas Emblemáticas* del Gobierno de La Rioja, decidimos que era nuestra oportunidad para dar forma a unas intenciones cada vez más definidas. El dibujo mental de este gran reto se englobaba en intentar aportar nuestro granito de arena para evitar la despoblación en el ámbito rural riojano. Pero para ello, había que trabajar de manera práctica.

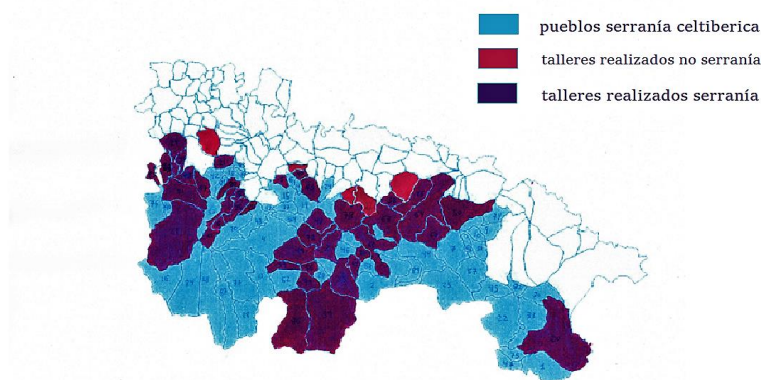
En primer lugar, se realizó una labor documental a “pie de pueblo” para identificar las necesidades subyacentes en las zonas seleccionadas por nuestra Asociación amiga -la Serranía Celtibérica-. Charlas para dar a conocer el proyecto, reuniones con los servicios de coordinación de Servicios Sociales, con las trabajadoras sociales y con los representantes de los diferentes pueblos del ámbito de actuación daban paso al suministro de variados cuestionarios que nos permitieron saber más y mejor sobre las necesidades personales, emocionales y sociales de los habitantes de nuestra serranía riojana.

Por otra parte, lograr dibujar un mapa de La Rioja con las zonas más adecuadas para el proyecto y maximizar los recursos existentes era una tarea complicada. Pese al gran apoyo de las diferentes instituciones, creo justo decir que AFA Rioja ha realizado un gran esfuerzo humano y económico para conformar este ilusionante proyecto rural.....y había que ser muy creativos para aprovechar al máximo dicho esfuerzo.

Por medio de nuestra furgoneta nos encargaríamos de recoger y devolver a sus pueblos tras cada taller a los asistentes de las zonas más próximas. De este modo podríamos llegar a más pueblos en menos espacio de tiempo y con menos coste. Lograríamos unir a las pequeñas localidades en un punto “central” donde se implementaría cada taller, con el precioso agravante de crear vínculos entre las localidades vecinas. Y así fue.



Aun así, sabíamos que no importaba tanto llenar las diferentes sesiones en las que, semana tras semana nos reuniríamos, pero sí importaba, y mucho, ofrecer espacios saludables y agradables de por sí, independientemente del número de usuarios.



Uno de los mayores objetivos específicos era ofrecer y practicar pautas y herramientas para un envejecimiento saludable, manteniendo nuestro cuerpo y sobre todo nuestra mente en forma. Es lo que mejor sabemos hacer y lo que más ilusión nos generaba. Es nuestra manera de crear momentos, de generar expectativas y de hacer ver con cada reunión y para cada pueblo que sí se puede. Se pueden crear talleres, se puede dar continuidad a los proyectos y se puede vivir con ilusión por encima del día a día.

Ejercicios entretenidos de memoria, dinámicas de atención, razonamiento, lenguaje verbal y no verbal, psicomotricidad, musicoterapia .....todos confluían en un ambiente distendido y de compañerismo. La competencia no existía y la ayuda entre los vecinos de silla era algo tan común como divertido cuando tocaba el turno de cada respuesta.

Lo teníamos claro, todos los talleres tenían una premisa inicial fundamental para poder darles continuidad a las 5-6 sesiones semanales prevista en cada zona; **pasar un buen rato** entre vecinos y entre pueblos, alejarnos de la inactividad para dar paso a las risas y el buen ambiente provocado en gran medida por los mismos asistentes que han dado lo mejor de sí mismos.

Por otra parte existían unos criterios de inclusión iniciales que debíamos marcar como parte del proyecto, pero sabíamos desde el principio que debían ser suficientemente permeables. Edad mínima de 65 años, actividades básicas de la vida diaria preservadas.....finalmente la entraba era permitida a todo el que tuviera la ilusión de compartir los talleres con el resto. Esta flexibilidad para el acceso era reforzada cuando personas con trastornos del espectro



autista, déficits cognitivos variados o limitaciones físicas entraban en cada dinámica de grupo sin problemas ni vergüenzas, dando lo mejor de ellos mismos y terminando reforzados gracias a los terapeutas y compañeros de taller. Y ahí comenzaba la magia.

Grupos de 5 personas y de 26. Pueblos perdidos en la sierra y personas que se montaban en la furgó con su carpeta de AFA llevando los deberes voluntarios realizados con una dedicación a prueba de despoblación. Mujeres con sus mejores vestidos y los labios pintados dejaban el rastro de la ilusión por volver a reunirse.

Porque **socializar es una de las mejores estimulaciones cognitivas que conocemos**. El trabajo en grupo es más y mejor trabajo, con menor esfuerzo....y más divertido. Crear momentos sociales no solo activan multitud de áreas cerebrales, sino que dan sentido a nuestro día a día y provocan que nos sintamos un poquito más vivos por encima de cada situación/preocupación con la que convivamos mañana.

En nuestra retina quedan esos momentos tan gratos de las dinámicas del *Neuronup\**, el semáforo o la psicomotricidad, o aquellos tan emocionantes y preciosos en los que muchos usuarios se abrazaban al ritmo de la música "Alegría" o en los que cada asistente le lanzaba el balón a su vecino de toda la vida para decirle algo bonito que quizá nunca antes se atrevió. Las últimas sesiones se transformaban en cada pueblo en un detalle diferente o una muestra especial de cariño y de agradecimiento. Definitivamente las despedidas fueron nuestros peores y también nuestros mejores momentos a nivel personal. Prometíamos que intentaríamos volver sin tener las certezas. Pero al día siguiente nos esperaba un nuevo pueblo, una nueva historia.

\*Programa informático profesional utilizado en AFA Rioja para la estimulación cognitiva de nuestros usuarios.



Pero este proyecto de desarrollo rural para nuestros mayores también tiene números reales:

-Se han cubierto desde marzo de 2019 una totalidad de 48 pueblos, generando entre 5 y 6 jornadas de periodicidad semanal en cada uno de

los núcleos de talleres.

-Se han realizado (incluyendo el cuarto bloque actual) una totalidad de 103 talleres multidisciplinares para nuestra población rural.

-Han acudido a nuestros talleres unas 320 personas (acudiendo unas 4,2 veces de media a los talleres sobre 5 sesiones). Los talleres han incrementado su participación desde la primera hasta la última sesión en todos los pueblos en los que se ha participado.

-Hemos repartido y se han realizado y corregido unos 1280 deberes/pasatiempos (incluyendo estimación del cuarto bloque de talleres).

Inmersos en el cuarto y último bloque podemos comprobar un impacto muy positivo del proyecto en la población rural de La Rioja. Las continuas peticiones de continuidad recibidas



nos alegran por la significación que estos talleres han tenido y nos anima a luchar por una segunda fase del proyecto. Concejales rurales, trabajadores sociales y los propios asistentes así nos lo han manifestado y seguiremos intentando aportar ese esfuerzo profesional para llegar hasta donde no se suele llegar. Para generar momentos de alegría y herramientas prácticas. Para sentirnos libres de expresar nuestras emociones. Para no tener miedo a aprender. Para saber que todos podemos reunirnos. Para demostrar y demostrarnos que sí

se pueden hacer cosas por nuestros mayores en nuestros pueblos. Para dar continuidad entre todos a una historia que hoy, más que nunca, no debería perderse. Para vosotros, desde AFA.



## ANEXO V

### (Fotos de los talleres)









**6. PUNTUA LA RELACION / CONFIANZA / CERCANÍA CON:**

0=mala relación      1=relación normal      2=relación buena      3=relación muy buena      4=relación excelente

		0	1	2	3	4
6.01	LOS DOCENTES, TERAPEUTAS Y COLABORADORES					
6.02	LOS COLABORADORES (AYUNTAMIENTO, SERVICIOS SOCIALES..)					
6.03	LOS COMPAÑEROS DEL CURSO					

**7. AYÚDANOS A MEJORAR**

**PARA QUE TE HAN SERVIDO ESTOS TALLERES (APRENDER COSAS NUEVAS, COMPARTIR ACTIVIDADES CON GENTE DE TU PUEBLO Y ALREDEDORES.....)**

**PROPON ALGUN TALLER NUEVO QUE TE INTERESE ACUDIR EN EL FUTURO (memoria, risoterapia, teatro, lectura, gimnasia, manualidades, ingles, uso del móvil.....)**

**DANOS TU OPINIÓN GENERAL SOBRE LO QUE TU DESEES**

PLANTILLA - MUESTRA



## ANEXO VII

(Plantilla de cuestionarios rellenos por trabajadores sociales)

**Todos los cuestionarios RELLENADOS POR CADA TRABAJADOR SOCIAL se encuentran a disposición del Gobierno de La Rioja en AFA Rioja C/ Manresa nº 2-4. Logroño**

INFORME SERVICIOS SOCIALES

(NOMBRE DEL PUEBLO)



Gobierno de La Rioja  
www.larioja.org



### 1. DATOS DE CONTACTO

1.1	Nombre del trabajador/a social	Sonia Blázquez García
1.2	Teléfono del contacto /email	

### 2. SERVICIOS SOCIALIZACIÓN

3.1	¿Existe asociación de vecinos?	SI NOMBRE: NO
3.2	¿Hay hogar/asociación de la tercera edad?	SI NOMBRE: NO
3.3	Existen actividades organizadas por el programa "Siempre acompañados"	SI NOMBRE: NO
3.4	Existen talleres de memoria/estimulación cognitiva actualmente en el pueblo?	SI HORARIO/FRECUENCIA/QUIÉN LOS REALIZA NO
3.5	Existen talleres de actividad física/motricidad actualmente en el pueblo?	SI HORARIO/FRECUENCIA/QUIÉN LOS REALIZA NO
3.6	¿Existen espacios municipales para reuniones DENTRO del consistorio municipal?	SI LUGAR: NO
3.7	¿Existen espacios para reuniones FUERA del consistorio municipal?	SI LUGAR: NO



## INFORME ESTIMACIÓN SERVICIOS SOCIALES

**1. ESTIMACIONES SOCIALES (EMOCIONALES / COGNITIVAS / DEMOGRÁFICAS / DE EXPECTATIVA)**

0=nada de acuerdo 1=parcialmente en desacuerdo 2=no me defino 3=de acuerdo 4=muy de acuerdo

		0	1	2	3	4
1.01	La evolución social del pueblo en los últimos meses/años es positiva					
1.02	Se combina el trabajo y el ocio social en el pueblo durante el invierno					
1.03	Se combina el trabajo y el ocio social en el pueblo durante los meses de verano					
1.04	La mayor parte del pueblo se reúne al menos una vez al mes					
1.05	Existen actividades sociales y lúdicas en el pueblo de lunes a viernes por la mañana					
1.06	Existen actividades sociales y lúdicas en el pueblo de viernes por la tarde a domingo					
1.07	Existe una vida satisfactoria emocionalmente en la mayor parte del pueblo					
1.08	Existe una conciencia de comunidad entre los habitantes del pueblo					

		0	1	2	3	4
1.09	Existe en los habitantes + 65 años buena predisposición hacia actividades socializadoras					
1.10	Existe en los habitantes + 65 años buena predisposición hacia actividades de aprendizaje					
1.11	Existe un aumento significativo de los habitantes del pueblo en fin de semana					
1.12	Existe un aumento significativo de los habitantes del pueblo en verano					
1.13	Existe una sensación de abandono/soledad en la mayoría de habitantes de + de 65 años					

**2. PROPUESTA DE ACTIVIDADES TERAPÉUTICAS Y DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE**

0=muy poco adecuado 1=poco adecuado 2=actividad neutral 3=conveniente 4=muy conveniente

		0	1	2	3	4
7.01	Taller de estimulación físico-cognitiva (combinada) Base inicial del resto de talleres					
7.02	Taller de memoria					
7.03	Taller de gimnasia y coordinación					
7.04	Taller de uso del móvil / Internet					
7.05	Taller de risoterapia					
7.06	Taller de musicoterapia					
7.07	Taller de lectura					
7.08	Taller de gimnasia/psicomotricidad básica					
7.09	Taller de manualidades					
7.11	Taller de idioma y cultura española					
7.12	Taller de inglés básico					
7.13	Taller de estimulación cognitiva especializado en demencias					
7.14	Taller de teatro					

\*Estos talleres se desarrollarán en función de los datos recogidos y analizados, de la orientación de los servicios sociales y la Consejería, así como de la evolución de los TALLERES-BASE DE ESTIMULACION FISICO COGNITIVA Y DE LA MEMORIA

\*Estos talleres pueden contener una o varias sesiones en función de la temática y participantes.



**3. AYÚDANOS A MEJORAR**

**EN EL CASO DE QUE VUESTRO ÁMBITO DE ACTUACIÓN OCUPE MÁS DE UN PUEBLO, SEÑALA EL ORDEN DE PREFERENCIA PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA**

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

**PRINCIPALES ACTIVIDADES DE SOCIALIZACIÓN EXISTENTES QUE RECUERDES (CON EL NOMBRE DEL PUEBLO)**

**PUEDES PROPONER NUEVOS TALLERES PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE:**

PLANTILLA BASE