

# PROYECTO “TODO JUNTOS”

## FUNDAMENTACION

La idea de realizar este proyecto, surgió y se basa en que el trabajo que se realiza en los Centros Municipales de Mayores del Distrito Centro, y la convivencia que existe entre los socios que acuden a participar en las actividades que en los mismos se desarrollan, pocas veces se muestra al exterior, por lo que es desconocido por la población en general.

Los familiares de los mayores, acuden a los centros de mayores en contadas ocasiones, generalmente a pedir información sobre el recurso para padres o abuelos. Una vez integrada la persona mayor en el centro el familiar no acude habitualmente y como consecuencia surge el desconocimiento de este recurso, y del trabajo y actividades que se realizan.

Sin embargo el alto grado de satisfacción que muestran los mayores que participan, la convivencia y familiaridad con la que se encuentran durante muchas horas de su tiempo libre, la mejora de relaciones sociales, etc. hacen que acudan a las actividades y participen en la vida activa y diaria del centro.

La diversidad de población (personas deterioradas, hombres, mujeres, inmigrantes, gays,) no es un impedimento para la normal convivencia en el centro, todo lo contrario. Cualquier persona que acuda a él es bien recibida independientemente de sus condiciones, por lo que todos y cada uno de ellos participan en esta actividad.

Para dar a conocer este recurso y plasmar esta realidad que vivimos día a día se nos ocurrió la idea de realizar un “lip dub”.

“Lip dub” es una experiencia que se ha realizado principalmente en diferentes universidades y siempre con población joven. De esta forma vimos la posibilidad de romper los estereotipos que existen sobre la población mayor.

Se elige la canción “Everybody needs somebody” cuya traducción textual es: “todo el mundo necesita a alguien”, que refleja perfectamente el espíritu que en el centro se vive de forma habitual.

## OBJETIVOS

### Externos:

- Mostrar a la población en general la vida en un centro de mayores.
- Potenciar la convivencia entre los asistentes al mismo.
- Eliminar estereotipos sobre la población mayor.

### Internos:

- Potenciar el sentimiento de pertenencia.
- Trabajar el sentimiento de unidad con respecto a un objetivo común.
- Expresar de una forma lúdica la participación en las distintas actividades del centro.
- Sentirse partícipe y protagonista de una historia común, que va a tener una difusión exterior hacia vecinos, familiares, amigos, etc. donde el mayor va a obtener el reconocimiento a ese protagonismo.

## METODOLOGÍA

La forma de trabajo elegida potencia la unidad de todos los socios, participantes y trabajadores hacia un único objetivo, una actividad común.

La metodología creativa, donde se potencia la espontaneidad, la expresión corporal, la comunicación no verbal, etc. son factores que se unen para manifestar el sentimiento de cada mayor respecto a este objetivo.

La elección de la canción nos complicó siendo muchas las propuestas, ya que buscábamos una canción que ayudara a romper estereotipos.

Una vez decidida la canción, hubo que estudiar los espacios en los que iban a situarse los diferentes talleres, pues el tiempo de grabación iba a ser mínimo para abaratar coste, además, los mayores podían sufrir de agotamiento y transformar una fiesta en una obligación.

Durante los meses de Mayo y Junio se informó en todos los talleres, trabajando a diferentes ritmos algunas coreografías. Potenciando que fueran los mayores los que transmitieran lo que la canción les inspirara.

Se ha realizado una grabación en la que más de 350 mayores "participantes" en talleres, bailan al ritmo de la música "everybody needs somebody".

Se ha dado un papel protagonista a los hombres debido a que esta población es minoritaria y está más deteriorada. También es esta población la que menos tendencia tiene a la participación y por ello la que más refuerzo necesita.

El rodaje se realizó la mañana del 14 de Julio, última semana de talleres, todos estaban citados a las 10:30. Con la música puesta en el equipo del centro, dejamos que la espontaneidad saliera de los mayores moviéndose todos al ritmo que les inspiraba la música.

## PARTICIPANTES

- Junta directiva.
- Grupos de deterioro cognitivo.
- Grupos de memoria.
- Taller de gimnasia.
- Taller de tai-chi.
- Grupos preventivos de fisioterapia.
- Taller de inglés.
- Taller de cultura general.
- Taller de informática.
- Taller de pintura al óleo.
- Taller de yoga.
- Taller de sevillanas.
- Taller de castañuelas.
- Taller de pintura en tela.
- Coral.
- Grupo mayores gays.

- Taller de teatro.
- Grupo de amistad.
- Taller de relajación.
- Podólogo.
- Asistentes al servicio de podología.
- Asistentes a comedor.
- Auxiliares de acompañamiento.
- Y todas las personas que acudieron al centro ese día por uno u otro motivo.

## CONCLUSIONES

Vemos necesario dar una buena difusión a este video clip, ya que varios de los objetivos planteados se conseguirán cuando este vídeo llegue a la población en general.

Sería importante realizar una presentación acorde con la ilusión que tienen los mayores por ver el resultado obtenido en el vídeo clip, así como la importancia que tiene en el barrio, como recurso vecinal, el Centro de Mayores.

“Quiero que me vea mi nieta que está en La India”, “Lo vais a colgar en Internet” son las peticiones que nos están mostrando.

No ha sido un día normal, sí ha sido una experiencia que ha llenado de ilusión a los participantes ansiosos por ver el estado final.

Como dice Yung, cada persona necesita ser reconocida, parte de este reconocimiento se refleja en el vídeo.

Si la ilusión alarga la vida, este es nuestro camino.

Equipo del Proyecto de Dinamización de Centros de Mayores.  
Distrito Centro.  
Madrid 7 de julio 2010