



Buenas Prácticas  
MODELO Y AMBIENTE

# Mi Tercera Juventud

centro de día  
**moncalvillo**



**gr**  
gerontorioja

Eva Martínez Agustín  
Directora del Centro de Día  
para Personas Mayores del Gobierno de  
la Rioja "Mancomunidad de Moncalvillo"



## Resumen

**“Mi tercera juventud” es el nombre elegido por las y los usuarios del Centro de Día de Personas Mayores del Gobierno de La Rioja “Mancomunidad de Moncalvillo” para el programa que graban con periodicidad bimestral en colaboración con la emisora Onda Fuenmayor, ubicada en la Casa de Cultura del Ayuntamiento.**

**Esta actividad está orientada hacia la interacción con el entorno que les rodea. Interacciones que pueden ser complejas, ya que requieren ciertas capacidades cognitivas, físicas y sociales para poder ser llevadas a cabo.**

**FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:**

16/07/2018

**Fecha de Última Actualización:**

16/07/2018

**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:**

Acciones de comunicación

**LUGAR:**

Centro de Día para Personas Mayores del Gobierno de La Rioja “Mancomunidad de Moncalvillo” e instalaciones Onda Fuenmayor

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:**

Personas usuarias del Centro de Día para Personas Mayores del Gobierno de La Rioja de la Mancomunidad de Moncalvillo, radioyentes de Fuenmayor y comarca, y población general a través de streaming.

## Justificación

Para la mayoría de personas mayores, la radio era una herramienta fundamental no solo para estar informada, sino también como recurso para el ocio. Antes de la llegada de la televisión, las reuniones familiares se hacían en torno a la radio. A través de ella se escuchaban los partes de las noticias, pero su función también era lúdica y social. La radio tenía el poder de traerte las mejores canciones del momento, hacerte vivir toda clase de emociones con las radionovelas o imaginarte con total nitidez las jugadas que en el campo realizaba tu equipo cada domingo con la retransmisión de los partidos. Por no hablar de las dedicatorias o felicitaciones que se podían enviar y pedir que pusieran una canción para esa persona especial.



La radio ha formado una parte muy importante en la vida de las personas mayores, y aprovechando la existencia de la emisora de radio municipal que hay en Fuenmayor, desde Terapia Ocupacional, se propone realizar un taller de radio que será grabado y creado por las personas usuarias, y de esta forma trabajar todas sus capacidades desde una perspectiva innovadora y con un tarea significativa y no infantilizante.

## Objetivos

El objetivo principal es realizar un taller en el que se pongan en juego la creatividad, memoria, evocación, contacto con la realidad, orientación, divertimento... Y que el producto de todo ello pueda ser conocido más allá de las paredes del centro de Día. Dar a conocer a familiares y vecinos el potencial que mantienen estas personas y cómo no, pasar un rato divertido y ameno.

## Descripción, metodología y fases del proyecto

### 1ª PARTE: TRABAJO EN EL CENTRO DE DÍA

El Centro de Día de Atención a Personas Mayores dependientes del Gobierno de La Rioja “Mancomunidad Pueblos de Moncalvillo” es un recurso de titularidad pública, gestionado desde su apertura en 2011 por la empresa Gerontorioja S.L.U.

Somos es un servicio social especializado en régimen de día que atiende de forma integral a aquellas personas dependientes mayores de 65 años que necesitan apoyos, específicos o generales, de forma transitoria y/o permanente, y desde los 50 años siempre que acrediten con informe un diagnóstico de Alzheimer o demencia de origen neurodegenerativo. Nuestro fin es fomentar la calidad de vida y garantizar un nivel adecuado de cuidados en su entorno, en la medida de lo posible. Con el objetivo de alcanzar el mayor nivel de autonomía personal en las actividades de la vida diaria, prevenir el incremento de la dependencia mediante intervenciones rehabilitadoras y terapéuticas y ofrecer un tratamiento especializado y personalizado así como cuidados asistenciales a las personas que lo necesiten.



Desde el área de Terapia Ocupacional del centro, se desarrolla el taller de preparación de este programa. Para ello, las y los participantes son distribuidos en tres grupos, equilibrado en capacidades. Estos grupos son coordinados por un/a profesional (auxiliar y/o Terapeuta Ocupacional), que guía y adapta la tarea en función de las capacidades de cada persona usuaria. Cada grupo trabaja sobre dos o tres secciones elegidas por ellos, y la persona que coordina, quien toma nota para ir creando el guion definitivo del programa.

El tiempo dedicado a su creación son 4 o 5 jueves durante 50-60 minutos. Otros dos jueves se destinan a repartir los textos y ensayar los guiones. A grabar el trabajo realizado se acude una vez cada dos meses.

Para realizar un taller de radio con personas de tan diversas características, es necesario tener en cuenta algunas adaptaciones. Por ejemplo, contamos con personas, que no saben leer, o que leen absolutamente todo, con personas que tienen problemas de percepción sensorial (visión y/o audición), personas con afasias (problemas para la comunicación, dificultad en la comprensión de lo que dicen), personas que no son capaces de mantener su atención centrada en una tarea más de 20 minutos seguidos y personas con dificultades de memoria a muy corto plazo.

Por todo ello, el conseguir crear un programa de radio que no difiera del resto de programas que se emiten normalmente, es un gran reto, pero un reto muy gratificante y estimulante.

## **2ª PARTE: TRABAJO EN ONDA FUENMAYOR**

Onda Fuenmayor, emisora municipal, pone sus medios técnicos y humanos a disposición del Centro de Día Moncalvillo. El trabajo realizado en la radio consiste en primer lugar en la grabación de los diálogos de personas usuarias y profesionales del centro de día en el locutorio, pudiendo registrar a la vez un máximo de seis entradas de micrófono. Estas grabaciones se realizan a varios grupos distribuidos en dos o tres sesiones. Los contenidos habituales de cada programa suelen ser: noticias breves, poesías, recetas, debates, entrevistas, canciones dedicadas, etc. Posteriormente se lleva a cabo un intenso proceso de edición de los archivos: limpieza y supresión de ruidos, golpes u otras voces, mejora en la calidad de los audios, etc. A continuación se realiza el montaje del programa con su correspondiente cabecera personalizada, ráfagas entre secciones, edición y mezcla de voces con sus sintonías, efectos sonoros, etc. El resultado obtenido es un programa de aproximadamente una hora de duración que se emite en la radio municipal tanto en frecuencia modulada (dial 107.0) para Fuenmayor y comarca como por internet (streaming) desde la web de la radio para todo el mundo; asimismo el programa se sube a un servidor de audio para su escucha/descarga “a la carta”.

Onda Fuenmayor 107.0 fm es la emisora municipal de radio de Fuenmayor (La Rioja). Creada hace más de dos décadas, desde el año 2004 emite ininterrumpidamente las 24 horas del día, siete días de la semana, una programación variada y estable, mezcla de información, música y entretenimiento. Los programas son realizados por las y los



colaboradores de forma regular y totalmente desinteresada. Onda Fuenmayor coopera con diferentes colectivos de la localidad y persigue en cualquier caso formar parte de la vida local en sus diversas facetas festivas, culturales, deportivas o sociales.

## *Temporalización*

En marcha desde 2012, con una periodicidad bimestral - trimestral (flexible según necesidades del centro).

## *Recursos*

Recursos materiales:

- Instalaciones de Onda Fuenmayor (Casa de Cultura del Ayuntamiento de Fuenmayor).

Recursos humanos:

- Terapeuta ocupacional encargada de la elaboración de los contenidos con las personas usuarias.
- Equipo técnico de Onda Fuenmayor.

## *Evaluación y Resultados*

El resultado final es un programa ameno del que las personas usuarias se sienten muy orgullosas, rompiendo los tópicos sobre lo que se espera de las y los mayores y siguiendo la máxima de centrarnos en lo que sí que pueden hacer y sus capacidades mantenidas, no es sus déficits.

Dentro de los resultados cabe destacar que la experiencia ha conseguido una mayor



visibilidad de la que se esperaba en un primer momento. Aunque el programa se emite en una emisora local de alcance limitado, al estar accesible también por internet ha favorecido que tenga un mayor impacto.

## *Financiación*

El programa se realiza en las instalaciones de Onda Fuenmayor, la emisora local del Municipio. Al hacerse un uso gratuito de este espacio municipal, no es necesario, por parte del centro, una partida económica específica.

## *Criterios destacados*

### CRITERIO DE PERTINENCIA

#### Principio de Participación

En cuanto a la participación en la elaboración y grabación del programa, todas las personas usuarias pueden participar independientemente de las capacidades que presenten. El equipo de profesionales (Terapeuta Ocupacional y auxiliar) adaptará el modo de intervención de cada persona en función de las capacidades que presente siempre y cuando ellas muestren interés en participar en dicho proyecto.

### CRITERIO DE SOSTENIBILIDAD

La iniciativa está completamente integrada en la dinámica de funcionamiento del centro, por lo que no supone una sobrecarga (ni de trabajo, ni económica) que pongan en duda su sostenibilidad.

De hecho, los objetivos generales que se persiguen desde el área de Terapia Ocupacional a través de los planes de trabajo en los diferentes programas de actividades, buscan, entre otras cosas: la estimulación cognitiva, mantenimiento del grado de funcionalidad de cada persona, y aumento de autoestima y de sentido de competencia. Por ello, a través de esta herramienta se siguen trabajando los objetivos generales de trabajo, lo que dotan de sostenibilidad el proyecto.



## *Enlaces y Anexos*

Enlace:

- [Onda Fuenmayor 107 FM](#)
- [Podcast “Mi tercera juventud” en ivoox](#)

Anexos:

- [Cartelería y fotografías de la experiencia](#)