



**ASOCIACIÓN  
PROYECTO LOS ARGONAUTAS**

**MEMORIA ABREVIADA DE ACTIVIDADES  
#ActuandoPorLosMayores**

**ÚLTIMA REVISIÓN Y ACTUALIZACIÓN: 01/12/2017**



# 1.-PROGRAMA DE ESPECTÁCULOS EN RESIDENCIAS

## 1.1- PRESENTACIÓN

Más allá de entretener y romper la rutina del día a día, el fin de nuestros espectáculos en centros residenciales es acompañar, compartir, transmitir afecto, crear espacio de encuentro entre personas de todas las edades, **y mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través de la emoción que transmiten el arte y la cultura.**

Para lograrlo contamos con un cuerpo de voluntarios tremendamente motivado e ilusionado que, siempre con mucho cariño, **no dudan en darlo todo por medio de su arte.** A cambio, los mayores les recompensan con amplias sonrisas, sonoros besos, interminables abrazos, inolvidables momentos y valiosísimas enseñanzas.

Las principales características de nuestros espectáculos son:

- **Estructura:** Suelen durar unos 80 minutos y estar compuestos de unos 16 números.
- **Variedad:** Incluyen actuaciones musicales (cantantes y músicos), recitales de poesía, cuentacuentos, monólogos humorísticos, números de magia, números participativos y grandes dosis de humor.
- **Dinamismo:** Intercalamos los diferentes tipos de actuaciones, con una duración media de unos cinco minutos. De esta manera logramos que el público se mantenga activo y receptivo en todo momento.
- **Flexibilidad:** Cada espectáculo es diseñado y preparado en función del perfil de usuario de la residencia.
- **Participación:** Los organizamos bajo la premisa de que los usuarios son los verdaderos protagonistas de la tarde. Por ello potenciamos los números participativos, o las actuaciones que, de alguna manera, puedan dar pie a su participación.
- **Cercanía:** No solo buscamos romper la monotonía y entretener, sino también, y sobre todo, realizar una labor de acompañamiento. Por ello los voluntarios se mezclan con los miembros del público durante las celebraciones, charlando con ellos, animándoles a participar, compartiendo juntos un rato agradable.



## 1.2- RESULTADOS

Tal y como nos han ido informando responsables y terapeutas de residencias, por medio de nuestros espectáculos conseguimos:

- ✓ Ayudar a mejorar la relación entre los residentes y su integración en el centro.
- ✓ Paliar la soledad, creando un espacio en el que los mayores se sientan escuchados, acompañados y queridos.
- ✓ Contribuir al fortalecimiento de la autoestima y al desarrollo de habilidades sociales, gracias a la inclusión de números participativos.
- ✓ Favorecer el desarrollo de capacidades físicas y cognitivas, debido a la diversidad de actividades de corta duración, las cuales permiten a los usuarios trabajar las diferentes tareas que se les presenta.
- ✓ Romper con la monotonía de la rutina por medio de actividades diferentes a las que suelen tener a diario.
- ✓ Fomentar las relaciones intergeneracionales, con el consiguiente enriquecimiento mutuo.
- ✓ Demostrar a las personas mayores que la sociedad todavía se preocupa por ellos, aspecto que les ayuda a sentirse más valorados y a afrontar la vejez con un mayor optimismo.

### Cifras (a 01-12-2017)

---

Período: 27/07/2012 – 01/12/2017

- A) Espectáculos celebrados: **122**
- B) Media de voluntarios por actividad: **10**
- C) Centros en los que hemos actuado: **32**
- D) Media beneficiarios directos por actividad: **40**



## 2.-PROGRAMA TARDES DE COMPAÑÍA

### 2.1- PRESENTACIÓN

El programa *Tardes de Compañía* se puso en marcha en marzo del 2013 con el objetivo de romper la monotonía, acompañar y transmitir afecto a las personas mayores desde la igualdad y la empatía, por medio de la organización de actividades socioculturales.

Hasta el momento hemos desarrollado este programa casi íntegramente en la casa de acogida para personas mayores *Hogar Inmaculado Corazón de María*. Asimismo y de forma más puntual también hemos organizado *Tardes de Compañía* en la Residencia *Fundación Nuestra Señora del Camino* y en la Residencia *Santa Teresa y San José*.

### 2.2- RESULTADOS

Por medio de nuestra acción en el *Hogar Inmaculado Corazón de María*, estamos consiguiendo:

- ✓ Paliar la soledad de los usuarios, y que se sientan valorados y queridos.
- ✓ Romper la monotonía de la rutina.
- ✓ Estimular a los usuarios para que sean menos pasivos en su día a día.

### Cifras (a 01-12-2017)

---

Período: 09/03/2013 – 01/12/2017

- A) Tardes de Compañía organizadas: **131**
- B) Media de voluntarios por actividad: **7**
- C) Centros en los que las hemos organizado: **3**
- D) Media beneficiarios directos por actividad: **28**



## 3.-PROGRAMA ACTIVIDADES EN CENTROS DE DÍA DE ALZHEIMER

### 3.1- PRESENTACIÓN

Desde Julio del 2013 colaboramos con centros de día especializados en Alzheimer, con el objetivo de organizar actividades diferentes a las que suelen tener a diario, haciendo uso para ello de unos recursos materiales y humanos de los que carecen tales centros.

Actividades que hemos organizado a día de hoy:

- Conciertos de música popular.
- Tertulias y charlas.
- Actividades participativas.
- Viajes virtuales.

Asimismo también hemos dado apoyo musical en talleres de manualidades, sesiones de musicoterapia y sesiones de estimulación cognitiva.

### 3.2- RESULTADOS

Según nos han ido informando los terapeutas de los centros con los que colaboramos, por medio de nuestras actividades conseguimos:

- ✓ Potenciar las relaciones sociales con el resto de usuarios.
- ✓ Estimulación de la memoria, por medio de la evocación de recuerdos.
- ✓ Mejorar el estado de ánimo y reforzar la autoestima.
- ✓ Ofrecer a los usuarios la oportunidad de poder exteriorizar sus sentimientos.

### Cifras (a 01-12-2017)

---

Período: 04/07/2013 – 01/12/2017

- A) Actividades organizadas: **39**
- B) Actividades en las que hemos dado apoyo: **39**
- C) Media de voluntarios por actividad: **3**
- D) Centros en los que las hemos organizado: **8**
- E) Media beneficiarios directos por actividad: **25**



## 4.-SELECCIÓN DE TESTIMONIOS

*“La labor de esta ONG da un paso más proporcionando entretenimiento, compartiéndolo con los mayores para que ellos sean los verdaderos protagonistas y a la vez haciendo que personas de todas las edades puedan compartir un mismo espacio y conocerse mejor”*

**Neil S. - Ex Director Fundación HelpAge International España**

*“La celebración de este tipo de actividades no solo nos lo hace pasar de maravilla, sino que nos enriquece culturalmente, y al ver personas tan jóvenes entregadas a los demás, empleando su tiempo y el fruto que han conseguido con su esfuerzo, hace que nos olvidemos de nosotros mismos y nos lleve a ayudar a los demás, especialmente a los que conviven con nosotros”*

**Ángel S. - Usuario de la residencia Padre Eladio**

*“Su presencia, de modo sistemático a lo largo del año, ofrece a las residentes una ocasión propicia para sentirse escuchadas, acompañadas y queridas, y genera siempre esa dosis de alegría tan necesaria en esta etapa de la vida”*

**Responsable de la residencia Santa Teresa y San José**

*“Queremos agradecer los beneficios que han aportado y que nos gustaría que siguieran aportando al centro. Estas actividades han favorecido a nuestros usuarios diversión, ocio, felicidad, cultura y un sentimiento de motivación y ganas por vivir, en definitiva estas actividades ayudan a mejorar la calidad de vida de nuestros usuarios”*

**Terapeuta Ocupacional de los Centros de Día María Wolff Alzheimer**

*“Desde la música, la poesía y el humor habéis conseguido que todas las personas que formamos parte del centro, de una u otra manera, viviéramos un día muy especial y compartiéramos todos juntos un gran momento de ilusión y alegría con vuestra solidaridad. La labor que realizáis, de forma altruista, es destacable y merece todos los halagos y reconocimientos”*

**Terapeuta Ocupacional de la residencia municipal Santa Engracia**

*“Durante la fiesta los usuarios cantaron, bailaron, rieron y participaron muy activamente en la actividad, provocando en ellos una sensación de bienestar tan grande, que se olvidaron de las preocupaciones que suelen tener en el día a día (dolores, ansiedad, depresión...)”*

**Departamento Terapia Ocupacional Centro de Día Loyola de Palacio**

*“Ser voluntaria de Los Argonautas es más que darte a los demás y regalar sonrisas. Es sentir, es aprender de las vidas y las experiencias de los mayores, de la gente que les cuida, de tus compañeros y de ti misma”*

**Sandra B. - Voluntaria**

*“Siempre he pensado que la musicoterapia es una alternativa a la medicina convencional. En los Argonautas he podido aplicar mis conocimientos en esta materia y doy fe que un estribillo es más analgésico que el “Gelocatil” y que una romanza de Zarzuela cantada con cariño y salero es más antiinflamatoria que el “Ibuprofeno”*

**Marga C. - Voluntaria**