



PLAN DE PROYECTO

Equipo:

Laura Piso Miguélez

Manuel Míguez Sangiao

Mario Lodeiro Dorelle

Luis Souto Rey

Adrián Cartelle Villar

En colaboración con la *Asociación Juvenil Imaxina e Axuda*



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
FUNDAMENTACIÓN	4
OBJETIVOS	5
BENEFICIARIOS DEL PROYECTO	5
DESARROLLO DE ACTIVIDADES	6
PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	8
PLAN DE RIESGOS	9
PLAN DE COMUNICACIÓN Y MARKETING	9
COLABORADORES	12
PRESUPUESTO	13
EVALUACIÓN	13
CONCLUSIÓN	14

INTRODUCCIÓN

Ponte las Gafas es un proyecto de innovación tecnológica que busca poner en valor las relaciones intergeneracionales mediante la realización de una terapia inmersiva. Las personas mayores y la juventud del Concello de A Estrada (Pontevedra) podrán compartir experiencias, valores y tiempo, pero sobre todo tendrán la oportunidad de crear un vínculo y aprender juntos.

Este proyecto tendrá una duración de tres meses de realización (de julio a septiembre) en los cuales varios/as responsables del equipo de la *Asociación Juvenil Imaxina e Axuda* (de A Estrada) visitarán la Residencia de Mayores una vez al mes.

Las personas mayores podrán participar en una terapia inmersiva donde se tratará la mejora de habilidades cognitivas mediante la emisión de vídeos y el uso de distintas aplicaciones de realidad virtual utilizando las gafas *Meta Quest 2*. Esta tecnología utiliza softwares de última generación para ofrecer una experiencia de realidad virtual y realidad aumentada a través del uso de equipos de realidad virtual.



FUNDAMENTACIÓN

En la actualidad, Galicia se sitúa como una de las comunidades con mayor número de personas mayores por metro cuadrado, lo que la convierte en una zona principalmente habitada por una población envejecida. Concretamente en esta región, la población mayor de 65 años en A Estrada es de 5.498 personas (2.305 hombres y 3.193 mujeres) el 27,3% del total, según el IGE (Instituto Galego de Estadística).

Esto genera que una de las mayores necesidades reales de esta zona sea el ocio para personas mayores, que tras el COVID-19 ha disminuido considerablemente con el cierre de la planta de ocio de la Residencia Municipal, donde se hacían actividades como baile o torneos de cartas.

Otra de las problemáticas que se encuentra en el Concello de A Estrada es la falta de actividades de ocio para juventud ya que no existe una casa de la juventud ni un centro donde realizar actividades.

Desde la *Asociación Juvenil Imaxina e Axuda* siempre hemos defendido un ocio intergeneracional como forma de crecimiento personal y herramienta para mejorar las habilidades sociales. Por eso presentamos “*Ponte las gafas*”, un proyecto que busca unir estos dos grupos poblacionales para la realización de una terapia inmersiva utilizando gafas de realidad virtual donde los/as mayores mejorarán sus habilidades cognitivas mientras que la juventud mejorará sus habilidades personales, sociales y tecnológicas.

Respecto al uso de nuevas tecnologías con personas mayores, diversos estudios han demostrado que el hecho de poder cambiar el ambiente, visualizar imágenes agradables o ver animales en una dimensión muy semejante a la realidad, provoca que los comportamientos apáticos, desesperanzados o propensos a la depresión cambien temporalmente, hacia una sensación de felicidad. Durante la proyección, toda su atención está centrada en el estímulo, en el que ven y sienten, no hay elementos perturbadores que puedan distraerlos. Entonces, cuando finaliza, recuerdan claramente lo que estuvieron viendo y cómo se sintieron. Esta memoria

continúa después de unos minutos, a diferencia de la estimulación convencional, donde la memoria desaparece en cuanto el estímulo desaparece.

Gracias a las gafas de realidad virtual se recrea un ambiente seguro en el que las personas mayores pueden mejorar habilidades como la atención, la autoestima y el estado de ánimo.

OBJETIVOS

Objetivos generales

- **Mejorar las condiciones de vida de las personas mayores de A Estrada**
Se aportarán a las personas mayores actividades de ocio alternativo mediante actividades intergeneracionales para disminuir la soledad.
- **Mostrar las oportunidades que ofrecen las nuevas tecnologías**
Las gafas de realidad virtual ofrecen cientos de alternativas que van desde juegos para todas las edades a aplicaciones de estimulación mental.

Objetivos específicos

- **Fomentar las relaciones intergeneracionales**
Este proyecto se realiza conjuntamente entre jóvenes de la *Asociación Imaxina e Axuda* y personas mayores que podrán compartir vivencias y experiencias para enriquecerse mutuamente.
- **Utilizar las nuevas tecnologías como terapia inmersiva**
Para mejorar las habilidades cognitivas de las personas mayores se utilizarán las gafas de realidad virtual para ofrecer una experiencia inmersiva y estimulante.

BENEFICIARIOS DEL PROYECTO

Directos

- Personas mayores de la Residencia de A Estrada.
- Voluntarios/as de la *Asociación Imaxina e Axuda*.
- Profesionales del sector social que trabajan en la Residencia.

Indirectos

- Jóvenes residentes en A Estrada.
- Personas mayores empadronados en la misma zona.
- Familiares y cuidadores/as de los residentes.

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

La Residencia de A Estrada ofrece 40 plazas especialmente diseñadas para personas mayores o con diversidad funcional. Tras una consulta directa con la directora, hemos determinado que aproximadamente 12 residentes con capacidades cognitivas adecuadas participarán en nuestro innovador proyecto.

Cada mes, organizaremos una visita especial donde nuestros residentes tendrán la oportunidad de sumergirse en un mundo virtual, cuidadosamente adaptado a sus habilidades motrices y cognitivas. En estas sesiones, los usuarios revivirán espacios llenos de nostalgia, diseñados para evocar la memoria reminiscente y honrar sus recuerdos más preciados.

Para personalizar esta experiencia, llevaremos a cabo una evaluación inicial que nos permitirá recrear la historia de vida de cada participante. Este proceso nos ayudará a comprender sus preferencias y necesidades, asegurando que el proyecto se adapte perfectamente a ellos.

Las actividades se llevarán a cabo en el salón de juegos de la Residencia, un área espaciosa y accesible para todos. Este salón se dividirá en dos zonas distintas:

1. **Zona de Realidad Virtual:** Equipada con gafas de realidad virtual, esta área estará claramente delimitada y contará con sillas, ofreciendo a los residentes la libertad de experimentar de pie o sentados.
2. **Zona de Juegos Interactivos:** Aquí, aquellos/as que no estén utilizando las gafas podrán disfrutar de una variedad de juegos interactivos, como un *tetris gigante* para ejercitar la motricidad y la concentración, y juegos de cartas para estimular la memoria.

Las actividades se renovarán mensualmente, siempre buscando adaptarse a las necesidades y deseos del grupo, garantizando una experiencia enriquecedora y estimulante para nuestros queridos residentes.

El desarrollo de las sesiones será el siguiente:

Hora	Actividad
17:00 – 17:30	Explicación del funcionamiento de la sesión y presentación
17:30 – 19:00	Intervención directa con las gafas de realidad virtual + actividad.
19:00 – 19:30	Cierre de la sesión y evaluación

La duración del proyecto será de 3 meses (julio a septiembre), lo que incluirá: preparación previa de las sesiones, reuniones con el equipo directivo de la Residencia, coordinación de los participantes, desarrollo de las actividades y evaluación del proyecto.

PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

En el cronograma siguiente se encuentra la planificación del proyecto, entre julio y septiembre, separado en semanas (S=Semana: S1=Semana 1 del proyecto = 1 al 7 de julio; a S13 = Semana 13 = 23 al 29 de septiembre), donde se detallan las diferentes acciones y actividades de *Ponte las Gafas*:

Actividades	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13
Comprar material	P												
Preparar material y licencias (Instalar software y app)		P	P										
Preparar encuestas	P												
Realizar entrevistas		F											
Formación a personal sobre el uso de herramientas			F										
Programar sesiones			F										
Primeras sesiones en la residencia				S									
Evaluación de primeras sesiones					E								
Sesión de promoción en la asociación						F							
Segundas sesiones en la residencia								S					
Evaluación de segundas sesiones									E				
Terceras sesiones en la residencia												S	
Evaluación de terceras sesiones													E

Información de colores:

P	Preparación Previa
F	Formación y Promoción
S	Sesiones (Visitas a la residencia)
E	Evaluación de las sesiones

PLAN DE RIESGOS

Hemos identificado los siguientes riesgos en el proyecto:

Riesgo	Descripción	Probabilidad (min.1 - máx.5)	Impacto (min.1 – máx.5)
A	Error en el funcionamiento de los materiales	1	3
B	Infortunios debido al uso de las gafas	2	3
C	Limitación de recursos	2	1
D	Dificultad de adaptación a la tecnología	2	2
E	Garantizar contenido de calidad y apropiado	1	2
F	Dificultad para conseguir patrocinio	1	1

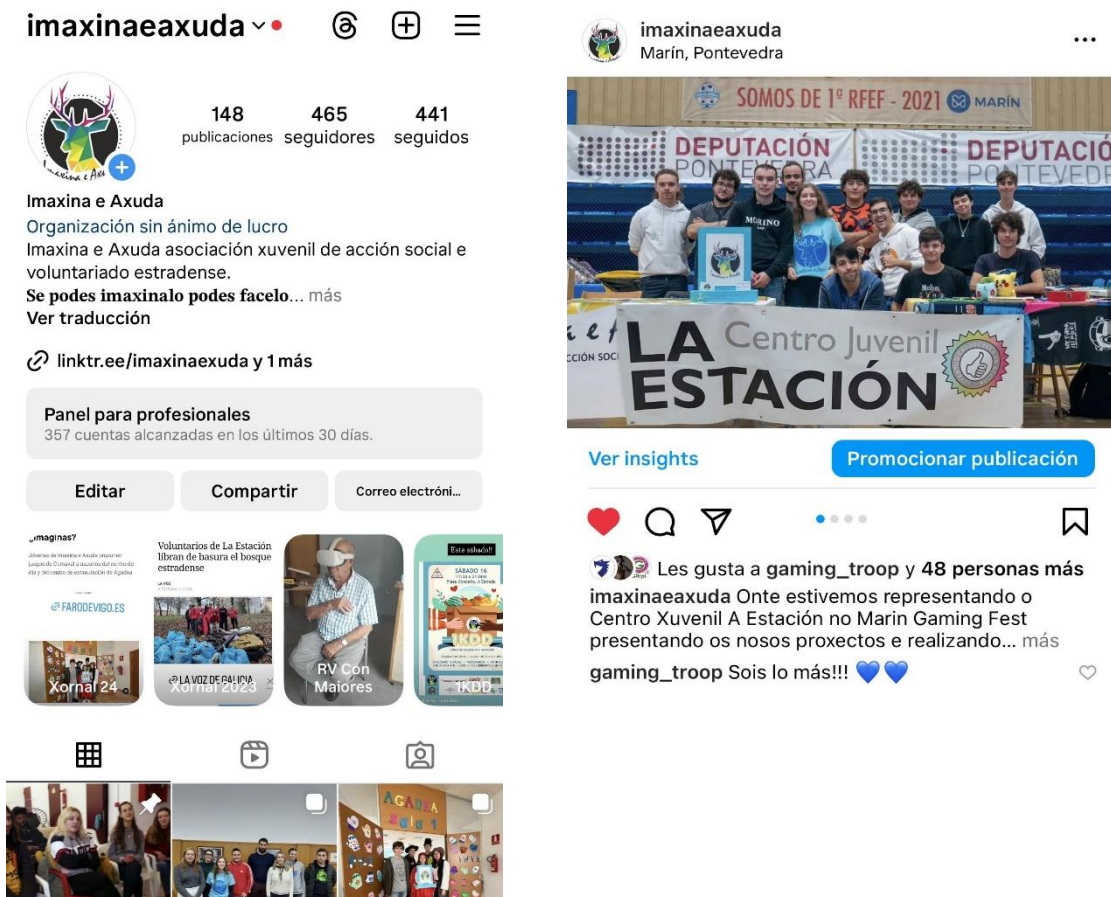
Para mitigar cada uno de los riesgos identificados, hemos planteado una medida específica por cada riesgo, como se muestra en la siguiente tabla:

Riesgo	Medida para mitigar el riesgo
A	Revisar previamente el material.
B	Asegurarse de que no se usan prolongadamente.
C	Proveerse de todo lo necesario con antelación.
D	Saber cómo guiar sobre el uso de las gafas.
E	Adaptarse a los gustos de cada cliente.
F	Dar a conocer el proyecto en todo momento.

PLAN DE COMUNICACIÓN Y MARKETING

Se utilizarán las redes sociales de *Imaxina e Axuda* (Facebook e Instagram) para publicar toda la información relativa al proyecto y sus sesiones. Se realizarán publicaciones semanales intercalando entre historias, vídeos y posts. Primero, se coordinará una reunión con la Residencia para cuadrar fechas y metodología a emplear. Tras esto, se organizará una reunión informativa en la que se comentará todo lo relativo al proyecto para buscar voluntarios/as que quieran participar.

Después de conocer a los voluntarios/as involucrados, se creará un grupo de *whatsapp* donde se enviará toda la información y se pautarán las reuniones presenciales. La semana previa a cada intervención el equipo organizador se reunirá con los/as participantes para transmitirles la información que la Residencia ha aportado y formarlos/as en la materia.



En cada terapia que se realice, se avisará a los periódicos *Voz de Galicia* y *Faro de Vigo* que cubrirán lo acontecido con un artículo. También se harán sesiones informativas en *Radio Estrada* en el programa “*El jueves de los jóvenes*”, programa de 30 minutos de duración donde la juventud puede promocionar sus actividades.

Para promocionar a la ONCE en las sesiones de terapia, se colocarán carteles relativos al proyecto y los logos de la entidad. Esto también se incluirá en todos los videos, se etiquetará a la entidad con sus distintas cuentas en los posts y se hará especial mención en las noticias de prensa.

Toda la cartelería diseñada empleará el diseño universal para favorecer la plena inclusión. Algunos ejemplos de adaptaciones son:

- Utilización de texto alternativo y subtítulos,
- Proporcionar contexto para así evitar las abreviaturas.

A continuación, adjuntamos enlaces a las distintas noticias de periódicos gallegos en las cuales se comenta la prueba de gafas de realidad virtual realizada con el Concello:

Enlace noticia Faro de Vigo:

<https://www.farodevigo.es/deza-tabeiros-montes/2023/07/12/realidad-o-sueno-89764515.html>

Enlace noticia La Voz Galicia:

https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/deza/a-estrada/2023/07/12/paseo-campo-ver-mar-dejar-residencia/0003_202307D12C5991.htm



COLABORADORES

Para analizar la viabilidad del proyecto hemos contactado con distintas entidades del sector y organismos públicos. Entre ellas destacan:

Concello de A Estrada: Gobierno que apoya totalmente el proyecto, pudiendo aportar datos y material en caso de ser necesario. Establecimos contacto directo con Amalia Goldar (edil de servicios sociales) y Juan Constenla (edil de cultura).



Residencia de mayores de A Estrada: Pertenece a la Xunta de Galicia, la directora Patricia nos ha informado sobre las habilidades cognitivas de los/as usuarios/as y sobre cómo podríamos enfocar el proyector respecto al tema social. Cree que este proyecto puede aportar grandes beneficios a las personas participantes, e incluso marcar un antes y un después en esta Residencia.

Gaming Troop: Asociación enfocada al sector de videojuegos y nuevas tecnologías. Realizan actividades con gafas de realidad virtual y muestran interés en realizar proyectos enfocados al sector social como jornadas con dispositivos adaptados. Contactamos con el presidente llamado Marcos, quién nos orientó sobre la utilidad del ordenador con relación al sistema *Meta Quest* de las gafas.



Inmersia: Empresa especializada en realidad virtual situada en Vigo. El representante Fernando, colaboró con nosotros a la hora de elegir el modelo ideal para el proyecto, mostrándonos los beneficios de las *Meta Quest 2*.



PRESUPUESTO

Gastos	Coste unitario	Núm. artículos	IMPORTE
Compra de Gafas	300 €	2	600 €
Funda de gafas	50 €	2	100 €
Correa de cabeza	30 €	2	60 €
Agarres de mandos	40 €	2	80 €
Compra de ordenador	1.000 €	1	1.000 €
Publicidad	600 €	1	600 €
Gastos de funcionamiento	700 €	1	700 €
Transporte y manutención	300 €	1	300 €
Material extra	1.550 €	1	1.550 €
TOTAL			4.990 €

Este presupuesto presenta únicamente los gastos del proyecto, al no presentar beneficio económico, y éstos se podrían dividir en 3 grupos: Compra inicial del material, publicidad y gastos para dietas y transporte para organizadores, personal y voluntarios/as durante el proyecto.

EVALUACIÓN

Primeramente, se realizará una evaluación inicial con las personas mayores para conocer sus expectativas sobre el proyecto, capacidades cognitivas, gustos y tipos de visualizaciones y actividades que les gustaría tener.

Para valorar el correcto desarrollo del proyecto se realizará una evaluación oral al final de cada sesión que se complementará con reuniones con el equipo profesional de la residencia.

Como método de evaluación final realizaremos una tabla de cotejo que los/as participantes deberán cubrir para evaluar: su satisfacción con el proyecto, la organización y personal, y la relación de los resultados con los objetivos mencionados anteriormente.

CONCLUSIÓN

Tras evaluar la viabilidad del proyecto, consideramos que **Ponte las Gafas** es accesible gracias a la experiencia de los coordinadores, los gastos totales y la información obtenida tras contactar con el Concello y la Residencia.

Desde *Imaxina e Axuda* contamos con experiencia organizando actividades intergeneracionales enriquecedoras donde los mayores y jóvenes comparten espacios y adquieren herramientas para mejorar sus habilidades personales.

El montante total del proyecto asciende a 4.990 € con todos los gastos incluidos, por lo que sería viable realizarlo con el presupuesto del *X Talento Challenge*.

Con este proyecto las personas mayores accederán a una terapia inmersiva en la que trabajarán sus habilidades cognitivas de manera innovadora y divertida en un ambiente dócil acompañadas de la juventud.

!!!Ponte las gafas para descubrir otra dimensión!!!