

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA
ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA Nº 3693
DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA
(0294) 4495877

1- CARÁTULA CON INFORMACIÓN BÁSICA

1. **Nombre del proyecto:** Practicando GYM
2. **Nombre de la organización:** Centro de Jubilados y Pensionados Villa La Angostura
3. **Número de Personería Jurídica:** 3693/1989
4. **Dirección postal de la organización:** Los Sorbus 97
5. **Presidente de la organización:** Carlos Vich
6. **Datos de contacto de la organización (E-mail y teléfono):**
 - 2944495877
 - centrojubiladosvla@hotmail.com
7. **Sitio web o facebook:** NO
8. **Fecha de inicio de actividades:** 29 de Abril de 1989
9. **Misión de la organización:** Espacio de contención y recreación social para adultos mayores de la localidad, entrega de Bolsones Alimentarios que entrega PAMI,
10. **Breve descripción del proyecto:** En la articulación entre diferentes instituciones para acompañar a los Adultos Mayores en el empoderamiento de sus habilidades, creando espacios de contención social, acompañamiento en estados de vulnerabilidad socio-económica y alimentaria, creamos espacios para que realicen diferentes actividades como talleres de manualidades, canto, baile, proyección de películas, y en creciente número de adultos mayores que se acercan diariamente generando esto pertenencia donde se desarrollen las actividades y teniendo un espacio en construcción en sistema en seco que fue destinado para gimnasia con aparatos adaptados para los adultos mayores, se crea la necesidad de concluir su construcción para estos talleres serán dados por las organizaciones participantes y los materiales también a través de auspiciantes.
11. **Cuadro resumen de financiamiento:**

Monto Total del Proyecto	Pesos	Porcentaje
Financiamiento solicitado en la convocatoria	\$50.000.-	31,30%
Aportes propios o de terceros	\$ 109.706,30	68,70%
Totales	\$ 159.707,30	100%

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA
ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA Nº 3693
DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA
(0294) 4495877

Coordinador Titular del Proyecto: Alejandra Barria

Coordinador Suplente del Proyecto: Carlos Vich

2- CONTEXTO GENERAL DEL PROYECTO

Nombre del Proyecto: Practicando GYM

Temática: La Actividad física y la integración social

Localización del proyecto: Dirigido a adultos mayores de la comunidad que concurren afiliados o no al Centro de Jubilados y Pensionados de Villa la Angostura. Se realizará en las instalaciones del Centro ubicado en Los Sorbus 97 de nuestra localidad, (CP 8407), tel. 2944495877.-

Destinatarios: Adultos Mayores domiciliadas en VLA que asisten afiliados o no al Centro de Jubilados

Descripción: El Centro de Jubilados y Pensionados de VLA trabaja desde hace 28 años realizando encuentros sociales de adultos mayores, eventos de cine, teatro, actividades físicas, recreativas, encuentros de Adultos mayores de la provincia, de la zona sur, Juegos Integrados Neuquinos en sus diferentes instancias en compañía y apoyo de la municipalidad Área de Adultos Mayores. Colonia de Vacaciones para A. Mayores en convenio con PAMI y la Municipalidad VLA

A la vez se realizó un convenio de Ayuda Mutua con la Municipalidad para el uso de nuestros salones para todas las actividades del Área del Adulto Mayor desde hace dos (2) años.

Fundamentación del problema:

El Adulto Mayor se encuentra en una etapa delicada en la vida del ser humano, la persona está en descenso de sus funciones orgánicas, cognitivas y frágil ante los cambios físicos y psíquicos que experimenta. Muchas veces sin acompañamiento familiar.

Villa la Angostura cuenta con pocos espacios públicos formales de encuentro, adecuado para los adultos mayores y poder ofrecer un nuevo espacio que los cobije y del que se apropien es fundamental para avanzar en el acompañamiento hacia una vejez cuidada y fortalecida en estos espacios.

Esto será un espacio a construir de manera comunitaria, con la participación del Centro de Jubilados, el Municipio, el CFP 24, los adultos mayores, Hospital Oscar Arraiz,

Mejora la comunicación, abre el campo de la creatividad, de la imaginación y otorga más y nuevas herramientas para la vida diaria del adulto mayor que muchas veces esta solo largas horas del día por no decir también siempre. Sufre de soledad y abandono encontrando en estos espacios, contención, acompañamiento, un aporte alimentario diario como merienda que a veces es el último alimento que recibe en el día.

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA
ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA Nº 3693
DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA
(0294) 4495877

3- DATOS OPERATIVOS

Objetivo General:

Generar un espacio físico para la actividad física y de rehabilitación y recreación para los adultos mayores la localidad de Villa la Angostura a través de talleres de lunes a viernes durante las horas que concurren a las actividades diarias del Centro

Objetivos Específicos:

- 1- Generar el espacio físico atractivo y en condiciones para la actividad física, de rehabilitación y recreación del encuentro de Adultos Mayores y sus pares
- 2- Promover la vida saludable, Actividad Física, rehabilitación y recreación en los adultos mayores.
- 3- Informar sobre pautas de vida saludables, articulando con el Hospital (servicio de Kinesiología, Enfermería y médicos generalistas)
- 4- Proporcionar un espacio físico adecuado para los Adultos Mayores para el intercambio comunicacional y social; y poder implementar en ese espacio, actividades recreativas, valorando la comunicación y el arte en el vínculo entre sus pares.

Actividades

Generar un espacio físico adecuado para las actividades de rehabilitación física, específica para Adultos Mayores y cubrir las necesidades de integración de salud física y social.

Se deberá limpiar el predio, realizar el cerramiento de paredes con sistema de construcción en seco, instalación de ventanas, puertas, accesibilidad, realizar las conexiones de electricidad y calefacción y aparatos de gimnasia y rehabilitación.

Luego de realizar los acondicionamientos básicos de limpieza, instalación de paredes, cielo raso y arreglos en general del predio circundante, por los alumnos del Centro de Formación Profesional 24, (curso inconcluso de 20 alumnos de dicha escuela durante el 2016) podrán certificar ante el Consejo de Educación del Adultos que pudieron construir y completar el currículo presentado, dictado y cursado en esa escuela.

Solo de esta forma estos estudiantes podrán terminar su curso de Construcción en Seco dictado durante el ciclo 2016 por el Constructor local Diego Merino, el CFP 24 y la Municipalidad de VLA.

Finalizada la Construcción, cerramiento, pintado y acondicionado el entorno con las rampas de accesibilidad se iniciaran las actividades físicas y rehabilitación por los Profesores de Educación Física de la Coordinación de Actividades Físicas y Recreativas del Municipio: Secretaria de Desarrollo Social, Subsecretaria de Salud Comunitaria y Hospital Oscar Arraiz.

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA
ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA N° 3693
DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA
(0294) 4495877

Cronograma de actividades

Obj.Especif.	Actividades	Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4			
		SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Acondicionar el espacio	x	x	x	x	x	x	x	x								
2-3-4	Planificación de talleres de Promoción las actividades de Vida Saludable					x	x	x	x								
2-3-4	Reunión de equipos técnicos de Salud y Municipio							x	x	x							
2	Taller de Actividad Física y Rehabilitación								x	x	x	x	x	x	x	x	x
3	Taller de pautas de Vida saludable								x	x	x	x	x	x	x	x	x
4	Taller de Autoestima y gimnasia adecuada								x	x	x	x	x	x	x	x	x
2-3-4	Evaluación				X			x					x				x

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA
ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA N° 3693
DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA
(0294) 4495877

4- FINANCIAMIENTO

Recursos Humanos				
Recursos	Descripción	Aporte solicitado	Aportes propios	Total
Coordinación	1 persona x 4 meses a \$5.000	0	\$000	\$000.-
Diseño Estético Exterior	Obras y Servicios Públicos M. VLA	0	\$10.000.-	\$10.000.-
Taller Pautas De Vida Saludable	2 personas x 36hs. (3 meses) a \$180.-	0	\$38.880.-	\$38.880.-
Taller De Auto Estima Y Salud	1 personas x 36hs. (3 meses) a \$180.-	0	\$19.440.-	\$19.440.-
Personal De Limpieza	1 persona 8hs.(2 meses) a \$120	0	\$1.920.-	\$1.920.-
Mano de Obra	10 personas del CFP 24	0	0	0
SUBTOTALES			\$70.240.-	\$ 70.240.-
Recursos Materiales				
Recursos	Descripción	Aporte solicitado	Aportes propios	Total
Rampa de ingreso	rampa de material con baranda	\$4.700	\$3.450.-	\$8.150.-
Cubierta (41m2)	materiales	\$12.000	\$9.000.-	\$21.000.-
Cielo raso (25m2)	Materiales	\$14.300	\$7.009.-	\$21309.-
Cerramiento de Paredes (62m2)	Para pared de Sala de GYM	\$5.800	0	\$5.800.-
Calefacción	módulos y accesorios	\$4.000	0	\$4000.-
Electricidad	Cableado, cajas y luces c/ accesorios	\$3.500	\$15.500.-	\$19.000.-
Carpintería y Vidrios	Puertas (2), Ventanas paños fijos (3), Ventanas de abrir (3)	\$2.200	\$571.-	\$2771.-
Materiales para el aspecto estético exterior	pinturas	\$3.500	\$3237,30.-	\$6.737,30.-
Refrigerio para CEP 24 y A. Mayores	galletitas	0	\$700.-	\$700.-
SUBTOTALES		\$50.000.-	\$39.467,30.-	88.767,3 (Inversioin Total por Materiales)

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA

ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA Nº 3693

DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA

(0294) 4495877

TOTALES RECURSOS MATERIALES + HHRR	\$70.240 + \$50.000 + \$39.467,30 = \$ 159.706,30.-
---	--

5- EVALUACIÓN

Se trabajarán instancias de evaluación antes, durante y después para testear el impacto del espacio obtenido y los talleres. Se trabajarán en la instancia previa en la conformación del equipo interinstitucional en comunión con los talleristas.

Durante los talleres el indicador más fuerte será la asistencia semanal y el tipo de participación y la evolución clínica del adulto mayor: movilidad articular, cambio de actitud, empoderamiento del lugar, etc.

En este espacio a finalizar su construcción se utilizara una cama de Pilates, dos bicicletas fijas, un escalador, pelotas para gimnasia, donadas por el Municipio y particulares.

Dentro de la evaluación propia del Proyecto, se concretara también el Certificado de finalización de estudios y la habilitación laboral de Construcción en Seco por el consejo de Educación de Adultos a las personas que trabajaran concretando la práctica.

6- SUSTENTABILIDAD

El Centro de Jubilados tiene un listado de más de cien(100) socios, que en los últimos 4 años creció de veinte socios (20) al número actual, además de los adultos mayores no tienen coberturas ni pensiones ni jubilaciones pero se les esta gestionando junto con Desarrollo Social y ANSES.

Este número creciente se sostiene de la participación conjunta con el Área de Adultos mayores de la municipalidad, los cuales concurren todos los días a diferentes actividades tales como manualidades, tejido, elaboración de juguetes para los niños concurrentes al Centro de Cuidados Infantiles, pintura en tela, talleres de lectoescritura y de estimulación de la memoria, actividades físicas, tejo, sapo, newcom, caminatas, cine, Canto, Coro. Habitualmente y en forma permanente de lunes a viernes concurren entre cuarenta (40) y sesenta (60) adultos mayores, además de los adultos mayores que se encuentran en el Hogar de Ancianos.

Además poseemos una biblioteca propia con libros de la literatura clásica y otras líneas literarias que están organizados y administrados por la comisión propia del centro.

Estamos además gestionando ante PAMI en acción conjunta con la Municipalidad el Club de día de Adultos Mayores para mayor contención y cuidado de nuestros pares.

Es prioridad para este Centro dar continuidad a todos los proyectos iniciados hace 4 años y fundamentalmente este proyecto nos ayudara a darle una línea de mayor cuidado de nuestra vida diaria ya que contamos con la articulación con las instituciones educativas, el hospital y otras organizaciones intermedias que nos acompañan siempre.

CENTRO DE JUBILADOS Y PENSIONADOS DE VILLA LA ANGOSTURA

ENTIDAD FUNDADA EL 29 DE ABRIL DE 1989 – PERSONERIA JURIDICA N° 3693

DE LOS SORBUS 97 - 8407 – VILLA LA ANGOSTURA

(0294) 4495877

Tenemos permanente acompañamiento del municipio por lo tanto acompaña a este proyecto el plano de lo construido por obras y servicios públicos y Secretaria de Planeamiento y lo que necesitamos concretar a corto plazo. Además de los planos que proyectamos terminar para el Club de Día.