

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
Grado en Historia y Ciencias de la Música

**INTERVENCIÓN SOCIORECREATIVA EN
GRUPOS DE ADULTOS MAYORES A
TRAVÉS DE LA MÚSICA**

Trabajo Fin de Grado

Presentado para la obtención del Título de Graduado en Historia y Ciencias de la
Música por

MARIO MUÑOZ GUTIÉRREZ

Realizado bajo la dirección de la profesora Victoria Cavia Naya
Julio de 2019

Curso Académico 2018-2019

**INTERVENCIÓN SOCIORECREATIVA EN
GRUPOS DE ADULTOS MAYORES A
TRAVÉS DE LA MÚSICA**

Firma del autor,

Firma del tutor,



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
Grado en Historia y Ciencias de la Música

**INTERVENCIÓN SOCIORECREATIVA EN
GRUPOS DE ADULTOS MAYORES A
TRAVÉS DE LA MÚSICA**

Trabajo Fin de Grado

Presentado para la obtención del Título de Graduado en Historia y Ciencias de la
Música por

MARIO MUÑOZ GUTIÉRREZ

Realizado bajo la dirección de la profesora Victoria Cavia Naya

Julio de 2019

Curso Académico 2018-2019

A mi madre y a mi abuela

Agradecimientos

Después de tantos momentos que he vivido todo este tiempo cursando la carrera, hoy es el día en el que escribo estos agradecimientos para dar por finalizado mi trabajo de fin de grado. Ha sido un periodo de aprendizaje profundo no solo a nivel académico sino a nivel personal. Me gustaría agradecer a todas las personas que me han ayudado y apoyado en este camino y desearlas lo mejor.

Principalmente, me gustaría dar las gracias a mi tutora con la que he realizado mi Trabajo de Fin de Grado, Victoria Cavia Naya, por su ayuda y orientación en la realización de este trabajo. Particularmente, quiero agradecer a Óscar Esteban Argüello, por su orientación en los talleres realizados y a todos los voluntarios y personas que me han acompañado disfrutando de la música.

Por otro lado, me gustaría agradecer a todos los profesores que he tenido por su labor, pues he aprendido de todos ellos. En particular, dar las gracias a Carlos Villar Taboada, Íñigo de Peque Leóz, José Ignacio Palacios y Raquel Jiménez Pasalodos puesto que gracias a sus clases y recomendaciones he podido realizar actividades relacionadas con los contenidos impartidos en sus asignaturas y dar un sentido práctico a lo aprendido.

También, me gustaría dar las gracias a mi abuela por todo su apoyo recibido en vida y a mi madre por su total y plena confianza en mí.

Finalmente, quiero dar las gracias a mis amigos y compañeros por el apoyo recibido en todo momento y principalmente, a mi amigo y compañero Juanjo, el cual ha sido una pieza muy importante a nivel personal en los últimos años.

Muchas gracias a todos.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

ÍNDICE

Listado de ilustraciones.....	13
Listado de tablas.....	14
I. Introducción.....	16
1.1 Presentación y justificación del tema.....	18
1.2 Objetivos.....	20
1.3 Metodología.....	22
1.4 Estado de la cuestión y marco teórico.....	24
1.5 Estructura del trabajo.....	30
II. Capítulo 1: La intervención en el colectivo de adultos mayores.....	32
2.1 Contexto.....	33
2.2 Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate.....	36
2.3 Aspectos necesarios para definir el tipo de intervención sociorecreativa.....	43
III. Capítulo 2: Programación.....	45
3.1 Explicación de la programación de los talleres.....	47
3.2 Ejecución de la programación.....	49
IV. Conclusiones.....	94
V. Bibliografía y webgrafía.....	99
Bibliografía.....	101
Webgrafía.....	103
VI. Anexos.....	107
Anexo I: Entrevistas.....	109
Anexo II: Ejemplos de encuestas realizadas.....	125
Anexo III: Actividades realizadas.....	131
Anexo IV: Materiales utilizados en los talleres.....	150
Anexo V: Material extra aportado para los asistentes.....	158
Anexo VI: Fichas de las actividades.....	168
Anexo VII: Modelos de encuestas utilizadas.....	194
Anexo VIII: Folleto de mayo.....	199

LISTADO DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1- Calendario de actuación 2019	49
Ilustración 2- Actividad Eurovisión (Taller de bienvenida)	56
Ilustración 3- Distribución por sexo (Taller de bienvenida).....	58
Ilustración 4- Distribución por edades de los hombres (Taller de bienvenida).....	59
Ilustración 5- Distribución por edades de las mujeres (Taller de bienvenida)	59
Ilustración 6- Distribución sexo (Taller de boleros)	66
Ilustración 7- Distribución por edades de los hombres (Taller de boleros).....	67
Ilustración 8- Distribución por edades de las mujeres (Taller de boleros)	67
Ilustración 9- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de boleros)	69
Ilustración 10- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de boleros)	70
Ilustración 11- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de boleros)	70
Ilustración 12- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller de boleros)	70
Ilustración 13- Distribución por sexo (Taller de Música y salud).....	73
Ilustración 14- Distribución por edades de los hombres (Taller Música y salud).....	74
Ilustración 15- Distribución por edades de las mujeres (Taller Música y salud)	74
Ilustración 16- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de Música y salud)	77
Ilustración 17- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de Música y salud)	77
Ilustración 18- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de Música y salud)	77
Ilustración 19- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller Música y salud)	77
Ilustración 20- Distribución por sexo (Taller de canto).....	80
Ilustración 21- Distribución por edades de los hombres (Taller de canto).....	80
Ilustración 22- Distribución por edades de las mujeres (Taller de canto)	80
Ilustración 23- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de canto).....	83
Ilustración 24- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de canto).....	84
Ilustración 25- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de canto).....	84
Ilustración 26- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller de canto)..	84
Ilustración 27- Distribución por sexo (Taller de Música con memoria).....	86
Ilustración 28- Distribución por edades de los hombres (Taller de Música con memoria I)	87

Ilustración 29- Distribución por edades de las mujeres (Taller de Música con memoria I)	87
---	----

LISTADO DE TABLAS

Tabla 1-Tabla de las sesiones	50
Tabla 2-Ficha base de los talleres	52
Tabla 3-Justificación de los datos a rellenar de la encuesta general	53
Tabla 4-Justificación de los datos a rellenar de la encuesta específica.....	54
Tabla 5-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de bienvenida) ..	57
Tabla 6-Piezas musicales elegidas por usuarias (Taller de boleros)	63
Tabla 7-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de boleros)	65
Tabla 8-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de Música y salud)	72
.....	
Tabla 9-Dos piezas musicales no utilizadas (Taller de Música y salud)	76
Tabla 10-Piezas musicales elegidas por usuarios (Taller de canto).....	78
Tabla 11-Análisis del resto de talleres	92

I. INTRODUCCIÓN

Se ha reconocido desde instituciones, ámbitos sociales y disciplinas académicas diferentes la importancia de diseñar intervenciones y programas adaptados a las distintas necesidades de sectores de población específicos teniendo en cuenta los contextos de cada segmento grupal. En el caso de las personas mayores, y considerando el proceso de envejecimiento actual, esta necesidad va más allá de los determinantes que existen en el ámbito estrictamente sanitario. La socialización en este segmento se revela como un factor que cumple funciones fundamentales para la calidad de vida de estas personas, algo que en las últimas décadas ha reclamado una especial atención por la aceleración en el aumento poblacional de este segmento y por un desplazamiento geográfico que en muchos casos ha deslocalizado y aislado socialmente al individuo de su contexto habitual. Algunas propuestas institucionales han buscado dar respuesta a esta realidad social y la música puede ser una herramienta adecuada para facilitar las relaciones sociales que redunden en calidad de vida.

La participación social y la intervención social se han asumido de manera institucional en centros que buscan a través del entretenimiento y el ocio la promoción de hábitos saludables para un envejecimiento activo. Es el caso del centro Cruz Roja de Valladolid donde he realizado las prácticas del Grado de Historia y Ciencias de la Música (2017-18) y donde ejerzo como voluntario de manera certificada en la actualidad; en concreto desde el 5 de noviembre de 2018. Por mi formación musicológica y mis inquietudes sociales me determiné a realizar las prácticas en este centro de Valladolid, de las que quedé satisfecho con el aprendizaje que obtuve con dicha experiencia. Esta fue una de las razones que motivaron la decisión de prolongar mi actividad un nuevo año, pero esta vez con un afán de contribuir de manera más directa en el diseño y aplicación de una nueva acción que pudiera servir para afrontar la actividad musical de una manera más organizada y sistematizada, a la vez que tener la posibilidad de evaluar y constatar los posibles beneficios de dicha tarea sobre un grupo determinado.

Esta ha sido la motivación de una intervención y consecuentemente del origen de este trabajo: plantear una programación basada en recursos musicales que tenga como objetivo la consecución de hábitos sociales saludables dirigida a un determinado grupo de personas mayores a través del entretenimiento y el conocimiento. En consecuencia, se trata de exponer aquí los procedimientos y contenidos musicales adoptados tanto para grupo de adultos mayores que se me adjudicó durante el curso 2017-2018 en las prácticas externas, como a otros grupos que se me han adjudicado durante el curso 2018-2019. En primer lugar, y con este objetivo

principal, revisé varios programas, marcos y proyectos tanto del propio centro como de carácter general (local, estatal, europeo) que fueran susceptibles de contextualizar tanto mi actividad colaborativa como la justificación de la necesidad y pertinencia de la misma. En segundo lugar, situé el área de conocimiento de esta propuesta dentro de la asignatura de “Música y Sociedad” impartida por la profesora Victoria Cavia Naya y cursada durante el primer año de los estudios de Grado, como de las asignaturas vinculadas a la Etnomusicología Aplicada, en concreto la asignatura de Aplicaciones de la Etnomusicología cursada en 2019 e impartida por Raquel Jiménez Pasalodos, en cuanto es un contexto pertinente para enfocar la música desde un punto de vista social y como sonido, además de presentar múltiples posibilidades en sectores como la educación o la gestión de proyectos culturales y sociales.

OBJETIVOS GENERALES

OBJETIVO 1

Sensibilizar a la sociedad en general, y a los agentes implicados en particular, con la contribución al envejecimiento activo que la Universidad puede ofrecer a la comunidad. En concreto, recurriendo a la disciplina académica de la musicología y a la aplicación de sus recursos a través de la asignatura de las prácticas externas llevado a cabo por un estudiante del Grado en Historia y Ciencias de la Música de la Uva¹. Al mismo tiempo, prolongando esas prácticas en el tiempo de manera extracurricular mediante el voluntariado, como ha sido mi caso en ambas coyunturas.

OBJETIVO 2

Estimular el debate y el aprendizaje mutuo entre los adultos mayores que participan en las sesiones, y a la vez tener en cuenta las indicaciones de los encargados del proyecto Enrédate con el fin de promover las buenas prácticas y favorecer la cooperación.

OBJETIVO 3

Ofrecer un marco para asumir la realización de nuevas acciones musicales que permitan a las partes interesadas desarrollar actividades específicas y comprometerse a alcanzar nuevos objetivos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Cumplir los objetivos del proyecto Enrédate.
- Fomentar la mejora de la calidad de vida de los participantes.
- Fomentar la coordinación psicomotriz.
- Fomentar una mayor activación de la memoria.

¹ N° ref. de las prácticas y periodos de intervención llevados a cabo por el autor de este trabajo: 17/396-001C 14/12/2017 a 24/04/2018.

- Fomentar la comunicación y la expresión de las emociones.
- Difundir el conocimiento musicológico a través de la preparación de actividades y su puesta en práctica.

La metodología de este trabajo ha tomado algunas referencias generales de las metodologías didácticas y de aquellas relacionadas con la intervención social. Pero siempre adecuando esos presupuestos generales al objeto de estudio y características específicas del mismo, tanto en los conceptos que las definen como en los agentes que intervienen, los colectivos destinatarios, los niveles de intervención, o los objetivos y procedimientos aplicados. También se utiliza una metodología cuantitativa que permite la obtención de datos.

En el primer caso muchos autores entienden por “metodología didáctica” la “forma de enseñar”, es decir, todo aquello que da respuesta a ¿cómo se enseña? En consecuencia, se asume como metodología “la actuación del profesor (y del estudiante) durante el proceso de enseñanza-aprendizaje”.² En mi caso se adopta la figura profesor como equivalente a la figura del director de los talleres, y como estudiantes se aplica el rol al colectivo con el que se trabaja en dichos talleres. En cuanto a la intervención social, se asume su condición de que se trata de una acción programada sobre un colectivo o grupo con el objetivo de provocar una mejora de su situación. La intervención consiste en una serie de actividades y tareas programadas con detalle y con una metodología de trabajo concreta desarrollada por el profesional.³ En este caso, papel asumido por mí en condición de trabajo de prácticas.

Teniendo en cuenta estos principios, las pautas metodológicas adoptadas aquí, tanto a la hora de llevar a cabo la propuesta como de explicitarla dentro de este trabajo son las siguientes:

- 1) Preparación de sesiones con materiales de contenido diverso según la temática programada: elaboración de las fichas de las sesiones correspondientes.
- 2) Fuentes y metodología para obtener materiales y procesarlos: entrevistas, cuestionarios, recursos bibliográficos, audiovisuales y en red.

² Miguel Ángel Fortea Bagán, “Las metodologías didácticas”, en *Metodologías Didácticas para la enseñanza/aprendizaje de competencias*, (Castellón: Unitat de Suport Educatiu (USE), Universitat Jaume I, 2009. [<http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/182369/MDU1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>] (consultado 23 mayo 2019).

³ Sandra Losada Menéndez. *Metodología de la Intervención Social*. (Editorial Síntesis: Madrid, 2016), p. 16. [<https://www.sintesis.com/data/indices/9788490773550.pdf>] (consultado 23 mayo 2019).

3) Trabajo de campo: necesidad del diario de campo o recogida sistemática de datos que reúnan tanto la información como las impresiones y valoraciones cercanas a los hechos.

- proporciona validez a las observaciones.
- permite distinguir los elementos fundamentales del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- permite fijar la atención en la observación de los detalles.

4) Elaboración de la memoria del proyecto basándose en la revisión de las fichas de las sesiones:

- analiza los datos.
- interpreta cuales son significativos.
- reflexiona sobre el por qué.
- proporciona una ayuda para el control de la evaluación o eficacia de las sesiones impartidas.

Este trabajo se ha llevado a cabo dentro de la interdisciplinariedad en cuanto a los soportes y perspectivas de aproximación. Se plantea desde el ámbito de la musicología y de manera más específica desde la etnomusicología aplicada. A la vez, se adoptan conceptos y términos de teorías sobre el envejecimiento en el ámbito psicosocial. Son importantes por las conexiones con mi tipo de intervención, los trabajos aportados por Laura Castell Hernández⁴ y María Molinos Manero⁵ que con otro tipo de enfoque trabajan sobre una realidad similar.

El enfoque de la Etnomusicología Aplicada me ha dado la posibilidad de abordar la acción social musical desde una perspectiva amplia que se basa en una actualización constante en la acción ejecutada ayudando a la mejora continua de los procesos involucrados. Cabe destacar la definición de la etnomusicología aplicada propuesta por Daniel Sheehy⁶

If ethnomusicology is an approach to the study of the music of the world's peoples, then applied ethnomusicology is an approach to the approach to the study of the music of the world's peoples. It is a larger frame of reference, a state of mind, something more fundamental that informs all one's actions as an ethnomusicologist.⁷

Esta definición va más allá de garantizar la defensa de actividades asociadas, tales como grabaciones, festivales y exposiciones, entre otras posibilidades. Al mismo tiempo, desde la disciplina se asume la responsabilidad ética asociada al tratamiento de la música y de los agentes involucrados. De esta manera se garantiza la difusión correcta del conocimiento. Cabe destacar que desde este punto de vista se establece un marco de referencia más amplio y permite un seguimiento de todas las actividades del etnomusicólogo. Es decir, se establece un marco que favorece la retroalimentación y se revela de gran utilidad en la ejecución del presente trabajo.

⁴ Laura Castell Hernández, “*La aplicación de la musicoterapia en el ámbito geriátrico a través de las canciones de la infancia*” (trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2017).

⁵ María Molinos Manero, “*Propuesta de intervención musical para la mejora del bienestar psicológico en personas de la tercera edad*” (trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2017).

⁶ Daniel Sheehy, “A Few Notions about Philosophy and Strategy in Applied Ethnomusicology”, *Society for Ethnomusicology*, vol 36, n.º 3 (1992): 323.

⁷ “Si la etnomusicología es un enfoque al estudio de la música de los pueblos, entonces la etnomusicología aplicada es un enfoque del enfoque del estudio de la música de los pueblos del mundo. Un gran marco de referencia, un estado mental, algo más fundamental que informa de todas las acciones como etnomusicólogo”

Un aspecto determinante en este sentido es la respuesta planteada por el Sheehy a la pregunta ¿para qué fin? Dejando a un lado el avance del conocimiento sobre la música de los pueblos, este cuestionamiento indica un propósito con líneas de acción concretas que no tienen por qué estar vinculadas a una idea determinada de lo que las líneas de acción deberían ser. En consecuencia, en línea con lo que establece el marco de referencia comentado en el anterior párrafo, la intervención musical que establezco para este trabajo se sitúa dentro de estas coordenadas y se fundamenta en un análisis continuo de lo ejecutado en las sesiones impartidas al grupo de personas que intervienen y que actúan como objeto de estudio. Todo ello con el fin de establecer líneas de mejora en un modelo de desarrollo que se plantea como una búsqueda continua de retroalimentación y con líneas normativas de actuación, pero en ningún caso rígidas, exclusivas o excluyentes.

En línea con lo aportado por Sheehy está el artículo escrito por la Dra. Elisabeth Le Guin que defiende la interrelación entre praxis musical y lingüística aplicada a la musicología y subraya el concepto “música” desde su sentido práctico o de acción.⁸ Le Guin utiliza la figura de Quintiliano como representante de la acción y su utilidad para el activismo social y político. La autora propone un enfoque hacia el procesamiento verbal de la experiencia musical. Así, en línea con su pensamiento, la autora destaca la figura de Charles Seeger como proponente de la visión de los musicólogos no solo desde el punto de vista de sujetos que hablan de la música, sino de agentes que deben también hacer música sobre la música:

[...]Charles Seeger to insist periodically throughout his long career on the ‘equi-valuation’ of musical and linguistic praxis in musicology: in effect, that musicologists should music about music as well as talk about it.⁹

Esta afirmación predispone al musicólogo a la acción, tanto verbal como musical. Partiendo de estas apreciaciones, considero que generar actividades que conecten los dos tipos de acción puede favorecer la experiencia de la intervención social dentro de un determinado colectivo. En consecuencia, este enfoque me permite dar validez tanto a la utilidad de la música como de la palabra y a su utilización conjunta dentro de un determinado entorno social que, en este caso concreto, se trata de los talleres del Programa de personas mayores y el proyecto

⁸ Elisabeth Le Guin, “Applied Ethnomusicology and Musicology”, *Ethnomusicology Review*, vol 17, (2012): 1.

⁹ Elisabeth Le Guin, “Applied Ethnomusicology and Musicology”, *Ethnomusicology Review*, vol 17, (2012). Traducción propia: “[...] Charles Seeger insistiera periódicamente a lo largo de su larga carrera en la “equivalencia” de la praxis musical y lingüística en musicología: en efecto, que los musicólogos deberían hablar sobre la música y también hablar de ella”

Enrédate de la Cruz Roja de Valladolid (CRE). Ello ha hecho posible contar con la plataforma para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

En otra línea de estudio, destaca el artículo de Josep Martí que aporta una categoría alternativa al concepto de adscripción étnica, muy utilizado por la etnomusicología y que el autor señala implica cierto peligro de tergiversación de la realidad por razones ideológicas, además es susceptible de establecer directa o indirectamente una idea de “paternidad étnica”. En su lugar, el autor utiliza el concepto de “relevancia social” con el fin de evitar estas distorsiones y estar más de acuerdo con la realidad sociocultural. La música tendrá relevancia social si esta es destacable en un marco espaciotemporal concreto. Además, el uso del término “relevancia social” es pertinente para la utilización de categorías de análisis socioculturales que parten de significados, de usos y de determinadas funciones asociadas con la colectividad. En concreto, estas categorías se pueden agrupar en relevancia social amplia, reducida, general o específica.¹⁰ En este trabajo se asume una perspectiva pragmática del planteamiento, fundamentada en la realidad espaciotemporal donde se realiza la acción, y se deja la cuestión identitaria en un segundo plano.

He utilizado el término “intervención sociorecreativa” como parte de una intervención comunitaria que se engloba dentro de la intervención social. He tomado el modelo de la intervención socioeducativa. No obstante, dada la especificidad de mi acción y los fines ajenos a la pedagogía y más cercanos al ámbito de la recreación, he optado por estas diferencias en la terminología. Para ello me he apoyado en algunas iniciativas y propuestas llevadas a cabo en Latinoamérica, más concretamente en Colombia. A petición del Ministerio de Salud del país Carlos Alberto Rico, en su ponencia presentada en el Primer Congreso Nacional de “Atención integral al adulto mayor”, propone una definición sobre el concepto de recreación y dice que se trata de:

un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas, intelectuales o de esparcimiento (Colombia, artículo 5º, Ley 181, 1995).

Se puede destacar en relación a la definición aportada que se trata de una concepción moderna del término recreación enfocada en un sentido más social en la medida que considera

¹⁰ Josep Martí, “La idea de “relevancia social” aplicada al estudio del fenómeno musical”, *Revista transcultural de música*. 1, n.º 1 (1995). [<http://www.sibetrans.com/trans/a301/la-idea-de-relevancia-social-aplicada-al-estudio-del-fenomeno-musical>] (consultado 23 febrero 2019).

su impacto no únicamente sobre el desarrollo de la personalidad individual, sino que busca que este desarrollo trascienda al ámbito local y propicie dinámicas de mejora y autodependencia de las comunidades. Todo ello a partir de unos indicadores y beneficios que deben ser garantizados en la calidad de vivencia, la cual debe respetar su dimensión humana esencial por parte de quien se recrea. Esto es, tanto en sus aspectos lúdico como en las actitudes y la libertad de elección. Este enfoque, claramente abierto, favorece la inclusión del conocimiento que aportan diferentes disciplinas que pueden contribuir a distintos modelos desde la recreación.

Esta tarea se ha venido articulando en términos propositivos sometidos a discusión a través del llamado “modelo de desarrollo a escala humana”¹¹ elaborado por Max Neef, Elialde y Hopenhayn que nació en el ámbito latinoamericano y es susceptible de modificaciones a través de su estudio y aplicaciones, tal y como argumentan sus autores. Desde esta perspectiva, se ha asumido el papel de la recreación como característica fundamental para resolver las necesidades humanas esenciales que, mediante una programación sustentada en una metodología participativa y democrática, genera procesos de empoderamiento y autodependencia local, donde la comunidad tiene autonomía en el qué y cómo de los programas.¹²

Las teorías sobre el envejecimiento se pueden abordar desde la biología (genéticas, no genéticas), psicológicas (del desarrollo del ciclo vital, de la continuidad) y sociológicas (desvinculación, actividad, continuidad).¹³ Al mismo tiempo, existen distintos modelos de intervención social relacionados fundamentalmente con la vertiente socioeducativa. Aunque mi trabajo no se sitúa de manera estricta en el ámbito pedagógico sino en el lúdico y formativo, si me ha parecido interesante asumir algunos de sus conceptos y articulaciones en cuanto se trata también de activar acciones en las que se implican los procesos de enseñanza-recepción-participación-diversión y, en consecuencia, implican un posible aprendizaje. La intervención socioeducativa entendida según los presupuestos filosóficos de Harry R. Moody se asume como:

¹¹ Manfred A. Max-Neef, Antonio Elizalde y Martín Hopenhayn, *Desarrollo a escala humana: Conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones* (Montevideo: Nordan-Comunidad, 1994), 23-121.

¹² Carlos Alberto Rico, *Recreación y Adulto Mayor: La tercera edad en el Plan Nacional de Recreación*. Funlibre –Centro de Documentación Virtual en Recreación. Ponencia presentada en el 1er. Congreso Nacional de atención integral al adulto mayor, Bogotá, Colombia, 25 de agosto de 1999. <http://www.redcreacion.org/articulos/terceraedad.html> (consultado 25 marzo 2019)

¹³ Juan Benito Martínez y Francisca Martínez Calderón “Intervención socioeducativa para personas mayores”. Aulario La Merced. 7 mayo 2017. Murcia <https://www.um.es/documents/1711782/1714101/tema6.pdf/6ec2e831-b40a-4744-bef9-7d600952db4a/> (consultado 25 marzo 2019)

el espacio de encuentro del trabajo y la pedagogía social que tiene como objetivo el cambio a favor de la salud, el bienestar y la participación social de las personas, grupos, familias y comunidades, a través de procesos de enseñanza-aprendizaje.¹⁴

He optado por el término de “intervención” en vez de “acción” siguiendo a Carballeda en cuanto a la significación positiva del concepto como mediación, intersección, ayuda o cooperación,¹⁵ y no referida a la acepción negativa de intromisión, injerencia, intrusión, coerción o represión tal como indica Giné Freixes¹⁶. La especificidad de la intervención, que se aplica en este trabajo a través de la música, hace que parezca más adecuado que el término genérico de “acción”, es decir, como relativo a cualquier acción socioeducativa.

Dentro de esta misma definición se establecen cuatro modelos dominantes que son explicados y divulgados de manera sintética bajo las cuatro categorías implicadas en la intervención socioeducativa: el modelo de “rechazo”, el modelo de “servicios sociales”, el modelo de “participación” y el modelo de “actualización”. Una de las dimensiones de esta intervención socioeducativa iría dirigida a promover hábitos socialmente saludables, entendidos por tales a conductas o pautas de acción que permitan a las personas mayores mantener, desarrollar y potenciar sus redes de apoyo social o incluso establecer nuevos comportamientos positivos. Dentro de estas pautas se sitúa la acción que he desarrollado en mi caso y que he determinado como una intervención sociorecreativa acogiendo tres de los cuatro modelos aquí mencionados. Aunque estos modelos pertenecen al ámbito socioeducativo por sus similitudes son útiles para el ámbito sociorecreativo. No obstante, destaco de manera prioritaria en mi intervención el modelo de “participación”, que predispone a las personas a realizar actividades sociorecreativas que tienen como objetivo la socialización de los participantes. En segundo lugar, aplico el modelo de “actualización” que ofrece la posibilidad de reajustar continuamente los recursos y enfoques ejecutados. Por otro lado, acojo el modelo de “servicios sociales” ya que la intervención que ejecuto se sitúa en un marco de voluntariado,

¹⁴ H.R. Moody, “Philosophical presuppositions of education for Old Age”, *Educational Gerontology*, n.º 1, (1976):1-16. Citado por Juan Benito Martínez y Francisca Martínez “Intervención socioeducativa para personas mayores”. Calderón. Aulario La Merced. 7 mayo 2017. Murcia <https://www.um.es/documents/1711782/1714101/tema6.pdf/6ec2e831-b40a-4744-bef9-7d600952db4a/> (consultado 25 marzo 2019)

¹⁵ Alfredo J, Carballeda, *La intervención en lo social. Exclusión e integración en los nuevos escenarios sociales* (Buenos aires: Paidós Iberia,2002), p.93.

¹⁶ Núria Giné Freixes y Artur Parcerisa-Aran, “La intervención socioeducativa desde una mirada didáctica, Estudios y Propuestas Socioeducativas”, *Edetania*, n.º 45 (2014): 55-72. <https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/172>(consultado 26 marzo 2019).

concretamente en la Cruz Roja de Valladolid, teniendo en cuenta las características asociadas al trabajo en esta institución.

He modelado el trabajo buscando siempre la claridad y la sencillez que permitan una lectura fluida. La estructura que voy a utilizar a tal fin es la siguiente:

- Capítulo I: La intervención en el colectivo de adultos mayores.
- Capítulo II: Programación.
- Conclusiones.
- Bibliografía y webgrafía
- Anexos: Materiales de la intervención sociorecreativa.

En el primer capítulo se explica el contexto general del centro social donde se ejecuta la intervención sociorecreativa descrita con detalle en el Capítulo II. También se describen las directrices del proyecto Enrédate, el perfil general de los usuarios, aspectos sobre la dinámica de grupos e indicaciones a tener en cuenta sobre el tipo de intervención.

En el segundo capítulo se indica el tipo de programación desarrollada para la intervención sociorecreativa, así como, su puesta en práctica a través de 12 sesiones impartidas en el centro de la Cruz Roja de Valladolid. También se presenta un calendario de impartición y gráficos de cada sesión.

El apartado de las conclusiones alude al análisis del cumplimiento o no de la hipótesis y objetivos propuestos.

El apartado de anexos es muy extenso ya que se incluye el material que va vinculado a la intervención sociorecreativa ejecutada, con el fin de que pueda servir para futuros trabajos.

II. CAPÍTULO 1: LA INTERVENCIÓN EN EL COLECTIVO DE ADULTOS MAYORES

2.1 CONTEXTO

Como ya he indicado anteriormente, esta intervención se contextualiza en los presupuestos de uno de los programas en curso cuando inicié mi colaboración en el centro Cruz Roja de Valladolid y que recibe el nombre de proyecto Enrédate que forma parte del Programa de personas mayores. Cabe destacar que ambos tienen los mismos presupuestos por ello es posible que me refiera indistintamente a ellos bien de manera conjunta o por separado. En este Proyecto se busca mejorar la calidad de vida de las personas mayores con relaciones sociales y/o familiares deficitarias en su proceso de envejecimiento. Al mismo tiempo se pretende mejorar las relaciones sociales de las personas mayores en su entorno cercano y comunitario. Es dentro de este contexto, donde se ha desarrollado mi intervención a través de los talleres de música y tertulia. En concreto, asumí los principios de este programa para desarrollar por mi cuenta tanto los contenidos de las Prácticas del curso académico 2017-18 como los del siguiente curso 2018-19. Por otro lado, y también dentro del proyecto Enrédate, se ubicaban los talleres de salud y los talleres de memoria entre otros. Una vez revisadas las posibilidades con el centro, también asumí en el segundo año académico (2018-19) la dirección puntual de los talleres de memoria y salud.

Este tipo de propuestas, de carácter puntual y local, se justifican en un contexto más general que engloba los informes y medidas aportadas por instituciones como la Comunidad Europea, las Naciones Unidas o la Organización Mundial de la Salud que, en definitiva, vienen a llamar la atención sobre la aceleración del envejecimiento poblacional y la necesidad de atender con diferentes medios y nuevos conceptos adaptados a esta realidad, la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores. Uno de esos conceptos que facilitan la comprensión de esta realidad es el de envejecimiento activo.

En relación a Europa, si tenemos en cuenta los cambios demográficos que se proyectan en el futuro inmediato, constatamos que España se convertirá en pocos años en uno de los países con la población más envejecida de la Unión Europea, todo ello según el tercer informe sobre Demografía de la Comisión Europea. En dicho informe, se apunta que durante el período de 2017 a 2080 se prevé que el porcentaje de población en edad laboral experimente una disminución constante hasta 2050 antes de alcanzar cierta estabilidad, mientras que es probable que las personas mayores aumenten su porcentaje con respecto a la población total: las personas

de 65 años o más representarán el 29,1 % de la población de la EU-28 en 2080, a diferencia del 19,4 % en 2017.¹⁷

Por su parte, la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1991 promulgó una serie de principios sobre las personas mayores con el fin de que fuesen integrados por los países en sus políticas de desarrollo y bienestar social. Entre ellos se señala la independencia, la participación, los cuidados la autorrealización y la dignidad. Esto se puede visualizar en las recomendaciones de la II Asamblea Mundial sobre el envejecimiento de la ONU, donde se pueden consultar sus directivas y algunas de las páginas que se hacen eco al organizar diferentes foros e iniciativas al respecto¹⁸.

Es necesario tener en cuenta un tercer agente como es el de la Organización Mundial de la Salud (OMS), ya que interviene dentro de los marcos que crean directivas al respecto. La OMS en el año 2002 acuña el término de envejecimiento activo. En su informe, además de los parámetros relacionados directamente con la salud, se habla también de crear entornos amigables con las personas mayores¹⁹. Las razones que se exponen se argumentan fundamentalmente sobre la base de que los entornos físicos y sociales son influencias poderosas en el “envejecimiento saludable”. La razón es que determinan trayectorias de capacidad que ayudan a la población implicada a maximizar sus habilidades. Se indica que para crear entornos realmente amigables con las personas mayores se requieren acciones en distintos sectores. Entre ellos estarían los de la salud, los cuidados a largo plazo, el transporte, la vivienda, el trabajo, la protección social, la información y la comunicación. Pero, además, esas acciones han de ser llevadas a cabo por muchos y diversos actores como son el gobierno, los prestadores de servicios, la sociedad civil, las personas mayores y sus organizaciones, los familiares y los amigos. En ese mismo informe se tiene en cuenta que cualquier política encaminada a la promoción de un envejecimiento activo y saludable debe tener un carácter multidisciplinar.

¹⁷ Eurostat Statistics Explained, “Estructura demográfica y envejecimiento de la población”. Informe, mayo de 2018. [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing/es] (consultado 25 marzo 2019).

¹⁸ Naciones Unidas, *Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*. Conferencia, Madrid, España, 8-12 de abril 2002. https://www.un.org/es/events/pastevents/ageing_assembly2/ (consultado 25 marzo 2019).

¹⁹ Organización Mundial de la Salud, “Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud”. Informe, 2015. p.237. [www.who.int] y [<http://envejecimiento.csic.es/documentos/blog/OMS%282015%29InformeMundialSobreEnvejecimientoSalud.pdf>] (consultado 25 marzo 2019).

Partiendo de esta multidisciplinariedad considero que la música tiene también su función en la promoción del envejecimiento activo y por tanto es susceptible de ser utilizada como herramienta de colaboración. Desde mi enfoque, y teniendo en cuenta mi perfil, esta intervención ha sido llevada a cabo desde presupuestos que se enmarcan dentro del ámbito de la musicología en un sentido genérico, y más específicamente de la etnomusicología aplicada, incidiendo transversalmente en el sector de la información y la comunicación. Al mismo tiempo, es llevada a cabo por actores en la categoría de prestadores de servicios y sociedad civil. Todo ello con el objeto de contribuir a ese envejecimiento saludable desde las actividades lúdico-informativas generadas a través de la música.

En consecuencia, la hipótesis de este trabajo se basa en la afirmación de que la aplicación de actividades musicales en programas de acción social relacionados con la prevención del aislamiento social constituye una herramienta efectiva. En este trabajo, por tanto, se desarrolla una programación flexible en torno a la música y articulada por medio de unidades y actividades desglosadas. Programación que ha sido aplicada durante el presente curso académico dentro del proyecto Enrédate de la Cruz Roja de Valladolid y del cual se han obtenido algunas valoraciones que permiten utilizar el modelo para futuras acciones dentro del colectivo. Con ello considero que se cumple uno de los requisitos de la etnomusicología aplicada, al entender que la música puede ser una herramienta útil para el cumplimiento de objetivos relacionados con el bienestar de las personas.

2.2 PROGRAMA DE PERSONAS MAYORES Y EL PROYECTO ENRÉDATE

El Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate forman parte de numerosos programas y proyectos que la Cruz Roja Española lleva a cabo. En concreto, este proyecto surge y se ejecuta desde el Comité Provincial de Valladolid y lo dirige Óscar Esteban Argüello, coordinador del Programa de personas mayores y técnico del proyecto Enrédate. Como siempre, tiene en cuenta el cumplimiento de los principios fundamentales de la entidad, entre los que figuran humanidad, imparcialidad, neutralidad, independencia, carácter voluntario, unidad y universalidad.²⁰ El objetivo principal es el de la prevención del aislamiento social o, como más comúnmente se denomina en estos contextos, prevención de la soledad. Para ello se utilizan diferentes actividades y se tienen en cuenta los perfiles de los usuarios.

La información expuesta a continuación se basa en varios recursos. En primer lugar, la entrevista realizada al coordinador del Programa de personas mayores y Técnico del proyecto Enrédate, Óscar Esteban Argüello que forma parte de la dirección del centro (Anexo I). Se trata de información puntual y detallada aportada por el propio coordinador y anotada por mí en el diario del trabajo de campo a lo largo del proceso de trabajo; En segundo lugar, en el material editado por la dirección en forma de folletos que recogen las actividades del Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate. A modo de ejemplo se puede consultar el folleto editado en mayo que muestra los horarios de los talleres y las actividades realizadas ese mes (Anexo VIII).

2.2.1 TALLERES Y ACTIVIDADES

- Charlas/ conferencias.
- Charlas de Salud.
- Memoria.
- Nuevas tecnologías (tablets).
- Tertulias y Música.
- Paseos saludables.
- Apoyo al cuidador.
- Actividades extra: Excursiones...

²⁰ Entrevista del autor a Óscar Esteban Argüello, Valladolid 14-01-2019 (Ver Anexo I).

2.2.2 DESCRIPCIÓN DE LOS TALLERES Y ACTIVIDADES:

CHARLAS/CONFERENCIAS

- Horarios: jueves a las 17:00. Además, se indican otros días extras.
- Objetivo específico: estimular el espíritu crítico.
- Contenido: en estas sesiones se cuenta con especialistas que tratan temas de diversa índole relacionados con celebraciones, aniversarios oficiales, o con disciplinas humanísticas y de actualidad: arquitectura, lengua, historia, literatura, cine, *fake news*, nuevas tecnologías, día de la mujer, refugiado y etc., Se tratan temas del campo cultural y de índole formativa para la ciudadanía.
- La disposición del aula: se sitúan las sillas en filas y se quitan las mesas. Con ello priorizar la escucha del público a los ponentes y, además facilita la ampliación del espacio disponible ya que suelen asistir unas cincuenta personas de media.

CHARLAS DE SALUD

- Horarios: viernes a las 10:00.
- Objetivo específico: estimular el espíritu crítico y ofrecer un conocimiento útil relacionado con la salud.
- Contenido: todo tipo de actividades y charlas que ofrecen un conocimiento útil relacionado con la salud y/o generan reflexión.
- La disposición del aula: en filas de sillas y quitando las mesas. Por las razones antes señaladas de ampliación del espacio disponible.

MEMORIA

- Horarios: lunes de 11:00 a 12:30 y de 17:00 a 18:30, martes de 11:00 a 12:30, miércoles de 17:00 a 18:30. Además, en el centro Cívico Juan de Austria los lunes de 11:30 a 13:00.
- Objetivo específico: prevenir el deterioro cognitivo.
- Contenido: todo tipo de actividades dirigidas a estimular la memoria.
- La disposición del aula: contiene sillas y mesas. En este tipo de talleres las mesas son importantes para poder escribir mejor. Este cambio ha sido reciente,

anteriormente la disposición era igual que las charlas, pero las sillas tenían reposabrazos.

NUEVAS TECNOLOGÍAS

- Horarios: lunes de 11:30 a 13:30, martes de 17:00 a 19:00, miércoles de 10:00 a 11:30 y 11:30 a 13:30, viernes de 17:00 a 19:00.
- Objetivo específico: romper la barrera tecnológica.
- Contenido: aprendizaje de conocimientos básicos de informática para el uso de los ordenadores.
- La disposición del aula: contiene sillas y mesas en filas en las que aparecen colocados los ordenadores.

TABLET

- Horarios: martes de 11:00 a 12:30 y de 17:30 a 19:00.
- Objetivo específico: romper la barrera tecnológica.
- Contenido: aprendizaje de la Tablet.
- La disposición del aula: contiene sillas y mesas en filas con las tabletas electrónicas.

TERTULIAS Y MÚSICA

- Horarios: martes a las 17:00.
- Objetivo específico de las tertulias: estimular la comunicación.
- Contenido: en las tertulias un voluntario se encarga de moderar. Se proponen temas o se pregunta sobre cuestiones de las que se quiera hablar.
- La disposición del aula: contiene sillas se disponen de manera circular.
- Objetivo específico: estimular las emociones para generar la expresión de las mismas y de los recuerdos asociados.
- Contenido: todo tipo de actividades musicales.
- La disposición del aula: contiene sillas y se disponen en forma de media luna.

PASEOS SALUDABLES

- Horarios: lunes y miércoles a las 10:00.
- Objetivo específico: fomentar la actividad física y la socialización.
- Contenido: se trata de paseos que tienen un recorrido de tres kilómetros de ida y tres kilómetros de vuelta.

APOYO AL CUIDADOR

- Objetivo específico: Ofrecer apoyo a las personas cuidadoras de diversa índole.
- Contenido: actividades diversas que tiene como fin ayudar a gestionar el hecho de ser cuidador y lo que implica.
- Horarios: viernes a las 10:00.
- La disposición del aula: contiene sillas y se disponen de diversas maneras según lo que se precise.

ACTIVIDADES EXTRA: EXCURSIONES Y ACTIVIDADES:

- Horarios: No especificados con regularidad.
- Objetivo específico: socializar y aprender.
- Contenido: esta sección se fundamenta en actividades y excursiones de índole principalmente cultural. Este tipo de actividades se intensifican más en verano. Ejemplos de ello: visita al Museo de la Ciencia el 31 de mayo; o el encuentro de fin de curso el 13 de junio que en esta ocasión ha sido una visita al castillo de Cuellar.

2.2.3 PERFIL GENERAL DE LOS USUARIOS DEL PROGRAMA: PERSONAS MAYORES Y PROYECTO ENRÉDATE

EL PERFIL GENERAL

Se determina a través de la conjugación de cuatro perfiles de personas.

EL PRIMER PERFIL

Se fundamenta en personas que han dejado su trabajo. Para muchas personas la jubilación es como el fin de su vida exterior. Este tipo de personas no saben cómo utilizar su tiempo libre, su ocio. En consecuencia, se trata de fomentar un envejecimiento activo en ellos. Si se hace bien, en poco tiempo acaban en centros de jubilados, en asociaciones o en otros

grupos totalmente integrados. Ejemplos de este tipo de situaciones tomados de los participantes en los grupos que he atendido:

- Un médico que se ha jubilado y ahora no sabe qué hacer con su vida. Considera que antes se le quería más y ahora no.
- Una ama de casa que se enviuda y ya no sabe que hacer porque siempre estaba pendiente de su marido.

Para este tipo de personas es necesario buscar procedimientos que estimulen su disposición y neutralicen los factores que han experimentado como limitantes en su entorno o en ellos mismos.

EL SEGUNDO PERFIL

Es el que tiene que ver con problemas de salud. Personas que tienen problemas de equilibrio o ven disminuida su movilidad y necesitan una silla de ruedas. Este tipo de personas son más fáciles de tratar y ayudarles debido a que ellos mismos suelen solicitar ayuda. A continuación, un ejemplo de este tipo de personas.

- Una persona comenta que antes jugaba a las cartas los viernes y ahora no puede. En esos casos, se adjudica un voluntario y una silla de ruedas, y se facilita que esa persona vaya a jugar. No hay que convencerles, sino facilitar. Si se hace de otra manera se autolimitan.

EL TERCER PERFIL

Son personas que presentan problemas emocionales graves. Suelen ser personas que han tenido un golpe anímico fuerte. Entre los desencadenantes puede estar el fallecimiento de una persona cercana, un pariente, el cónyuge o un hijo.

EL CUARTO PERFIL

Son personas que han pertenecido a alguno de los tres perfiles o varios de ellos y lo han superado.

Tanto el primer factor como el tercero si se actúa con diligencia y de manera adecuada es muy probable que se les pueda sacar de las dinámicas negativas en las que se sitúan. De lo contrario, se aíslan y pueden acabar con problemas anímicos y emocionales más cronificados que pueden llevar a la depresión, a mermar la calidad de vida o incluso a salidas más drásticas como la pérdida de la vida.

El Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate mezcla estos tres perfiles que conforman el general. Estos tres perfiles en definitiva tienen que ver con lo físico (segundo perfil), lo mental (primer perfil) y lo emocional (tercer perfil). De cualquier forma, no se trata de compartimentos estancos y puede haber personas que aúnen dos o tres de los perfiles establecidos aquí.

FACTOR GENERACIONAL

Un factor relevante es el choque de dos generaciones que se produce cuando coinciden dos segmentos diferenciados: personas de media de unos 65 años con otras a partir de los 80 años. Mientras que la generación más joven cuenta con mayor formación académica y es urbana en su mayoría, la generación más mayor no suele tener estudios y es rural. Esto produce como resultado que haya una transversalidad social, cultural y educativa, y que puedan encontrarse en un mismo grupo personas iletradas o de amplia formación intelectual.

2.2.4 DINAMICA DE GRUPOS

La creación de grupos de personas mayores es la base del proyecto, puesto que el fin último es la socialización de las personas y que estas se ayuden entre sí. El principio del que se parte es que no hay mejor voluntario para este tipo de perfiles que una persona que haya vivido experiencias similares y las haya superado. Teniendo en cuenta estas premisas, en el proyecto se agrupan personas que participan de los tres perfiles antes descritos. A ellas se unen, además, aquellos otros individuos pertenecientes al cuarto perfil, que han pasado por esas situaciones y estados negativos, pero los han superado. Se quedan en el programa para colaborar y constituyen en una parte del colectivo fundamental para ayudar a los demás.

En palabras de Óscar Esteban:

La persona que se queda viuda, y está atravesando un duelo muy profundo, y a través del proyecto empieza a mejorar, puedo decir que pasados unos tres años es susceptible de convertirse en uno de mis mejores voluntarios. La razón es que va a servir de modelo, y revelar más capacidades para decir a otro como se puede salir de ese tipo de situaciones. Por ellos conformamos los grupos con gente de variados perfiles y con aquella que ha salido de esos pozos oscuros. Están mezclados y tú lo has podido comprobar en clase: ves gente que está en las primeras fases, en donde los hijos prácticamente tienen que obligarles a asistir. Al mismo tiempo, te encuentras con otra gente que tira del grupo hacia arriba porque ya han superado esa situación: “¿yo estaba como tú? y mira como estoy ahora [...]”. Es muy interesante cuando

quedan entre ellos para venir a hacer los talleres o cuando, posteriormente, se toman un café en un bar. La razón es que justamente ese es el objetivo: que socialicen [...] En definitiva, Mario, el trabajo es ir contra la soledad. El objetivo primario es la lucha contra la soledad. La soledad afecta a todos, pero en quien no tiene recursos alrededor lleva a minimizar su autoestima. Produce un deterioro normalmente cognitivo, social y físico también. Esto genera una dependencia y acaban anulados. Es lógico, y es lo que intentamos destruir²¹

En línea con las características que rigen estos objetivos y la configuración de los grupos, en el programa no se necesita un voluntario que se encargue de una persona. Se apuesta en cambio por un tipo de voluntario que se encargue de grupos de 20, 30, 40 o 50 personas y que luego, tras su intervención, esos individuos se relacionen dentro del propio grupo. Las personas, voluntarias o no, que tienen la función de directores de los grupos se encargan de estimular el espíritu crítico, escuchar, aprender y generar contextos donde los mayores se sientan participes y respetados sin importar su extracción social o formación intelectual. Esta ha sido la función que he desempeñado en el programa.

²¹ Entrevista del autor a Óscar Esteban Argüello, Valladolid 14-01-2019 (Ver Anexo I).

2.3 ASPECTOS NECESARIOS PARA DEFINIR EL TIPO DE INTERVENCIÓN SOCIORECREATIVA

Es necesario tener en cuenta que el individuo puede ser visto como un agente activo en su proceso de envejecimiento. De manera retórica, se plantean aquí algunas preguntas que permiten dar visibilidad a las razones y objetivos que se buscan en la intervención.

Por qué /Para qué

Articular procesos que respondan a las necesidades de las personas mayores y entronquen con sus experiencias para mejorar su calidad de vida.

Una de las funciones clave de la intervención consiste en que las personas se conviertan en agentes y protagonistas de su propio desarrollo. Esto es mencionado también por Óscar Esteban (Anexo I):

[...] Primero, subir la autoestima a base de la educación. La educación sigue siendo básica. Generar dinámicas de “empoderamiento”, es decir, que seas tú el protagonista de tu vida. [...].

Cómo

Contribuyendo a la creación de hábitos socialmente saludables como. Entre ellos:

1. La participación en actividades comunitarias como las que se les propone en el centro (ocio, comunicación...). Ello previene el aislamiento de uno mismo y de las personas mayores que les rodean.
2. El establecimiento de nuevos contactos sociales. Con la asistencia a las sesiones y la participación antes, durante y después de las sesiones, se desarrollan nuevas posibilidades de contacto. Esto es fundamental para el éxito del Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate puesto que se ofrecen nuevas posibilidades de socialización.
3. El desarrollo y promoción de nuevos intereses e inquietudes que contribuyan a un cambio mental positivo.

III. CAPÍTULO 2: PROGRAMACIÓN

3.1 EXPLICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE LOS TALLERES

Una programación de estas características la he basado en el genérico de lo que podría ser una programación didáctica. Es evidente que no corresponde al mismo marco, pero estas referencias son pertinentes para el trabajo que he realizado porque se pueden entender los talleres ejecutados como clases, con las individualidades y matices que se quieran dar.

En primer lugar, de manera general según se entiende programar como idear y ordenar las acciones necesarias para realizar un proyecto. Asimismo, se entiende la didáctica como el arte de enseñar. Por tanto, puedo deducir que una programación escolar es una propuesta sobre cómo vamos a enseñar, detallando cada una de las acciones que llevaremos a cabo. En este sentido, mi intervención sociorecreativa plantea un análisis de cada una de las acciones que he llevado a cabo, en consecuencia, el análisis de las fichas corresponde al como he llevado a cabo las sesiones, donde una parte es el aprendizaje. Debido a que la intervención sociorecreativa se ha llevado a cabo a través de 12 sesiones, la descripción detallada y minuciosa de cada una de ellas parece excesiva o agraviosa a la hora de hacerla compatible con las dimensiones de un trabajo de este tipo, por tanto, he dividido el trabajo en dos bloques. En el primero se hace programación al uso y se explica con detalle cada uno de los aspectos de los apartados y en el segundo bloque, aparece el resto de las sesiones que he impartido y se hace una síntesis con las categorías más fundamentales, es decir, aquellas que tienen que ver con los contenidos y los resultados. Mientras en los anexos expongo el material utilizado en estas sesiones.

A continuación, expongo una tabla con todos los talleres realizados donde indico la fecha de realización y la sección del proyecto Enredate donde se imparte, además de un calendario de actuación que hace referencia a ello. Por otro lado, incorporo una ficha base de los talleres en formato de tabla, donde se describen los parámetros que utilizo para el análisis particular de cada taller. He optado por la explicación más detallada de algunos de estos talleres tal y como he comentado anteriormente, en concreto de los números: Ficha N.º 1 Taller de Bienvenida, Ficha N.º 2 Taller de Boleros, Ficha N.º 3 Taller Música y Salud, N.º 4 Taller de Canto y Ficha N.º 10 Taller Música con memoria I. Las razones tienen que ver con tres puntos:

- Representan la dinámica general de todos los demás y la adaptabilidad de la intervención sociorecreativa a tres tipos de contextos:
 - Tertulias y Música.
 - Charlas de Salud.
 - Memoria.
- Son más pertinentes desde un punto de vista de aprendizaje musicológico.
- Por las necesidades de espacio de las características de este tipo de trabajo

3.2 EJECUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

3.2.1 CALENDARIO DE ACTUACIÓN DE LAS SESIONES



Ilustración 1- Calendario de actuación 2019

- Talleres de la sección de Tertulias y Música (Rojo).
- Talleres de la sección Charlas de salud (verde).
- Talleres de la sección Memoria (azul).

3.2.2 TABLA DE LAS SESIONES

Orden de ejecución	Título del taller	Sección del Programa	Fecha de ejecución
N ^a 1	Taller de Bienvenida	Tertulia y Música	05/02/2019
N ^a 2	Taller de Boleros	Tertulia y Música	19/02/2019
N ^a 3	Taller Música y salud	Charlas de Salud	08/03/2019
N ^a 4	Taller de canto	Tertulia y Música	12/03/2019
N ^a 5	Breve ensayo de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> .	Charlas de Salud	15/03/2019
N ^a 6	Taller: Completa la música	Tertulia y Música	19/03/2019
N ^a 7	Taller: Debate sobre la canción <i>Viajemos</i>	Tertulia y Música	09/04/2019
N ^a 8	Taller: Debate sobre Felipe Pedrell	Tertulia y Música	07/05/2019
N ^a 9	Taller: El folclore español que desconocías	Tertulia y Música	14/05/2019
N ^a 10	Taller de Música con memoria I	Memoria	21/05/2019
N ^a 11	Taller de Música con memoria II	Memoria	28/05/2019
N ^a 12	Taller de Despedida	Tertulia y Música	04/06/2019

Tabla 1-Tabla de las sesiones

3.2.3 FICHA BASE DE LOS TALLERES

EPIGRAFES GENERALES	EPIGRAFES ESPECÍFICOS	DESCRIPCIÓN
Ejecución del taller.		Se describe el contenido impartido en la sesión de manera precisa.
	Presentación.	Se describe con detalle los aspectos más relevantes que acontecen en la sesión.
	Cierre de la sesión.	Se presentan las actividades y/o recursos que se han utilizado para finalizar la sesión.
	Material extra aportado a los asistentes.	Se indica el material extra aportado a los usuarios. Sirve como herramienta divulgativa.
Valoración e interpretación de las sesiones.		Se indican aspectos principalmente referentes a la valoración e interpretación de lo acontecido en la sesión.
	Apartado cuantitativo: Aspectos técnicos y de medios.	Se indica el número de asistentes.
	Perfil de los asistentes.	Se expone la distribución por sexo y por edades. Sirve para observar de manera sencilla el tipo de grupo de la sesión puesto que el número de hombres y de mujeres influye, así como la diferencia generacional de personas que rondan los 65 años a personas que rondan los 80 años.
	Temporalidad: Fecha de realización.	Se indica la hora y fecha de realización.
	Índice de participación.	Se da cuenta del índice de participación de la sesión.
	Sección del Programa de personas mayores y el proyecto Enrédate.	Se da cuenta del tipo de sección del programa donde se desarrolla la sesión. Es pertinente ya que cada sección del programa tiene unos objetivos concretos.
Incidencias técnicas.		Se describen los problemas técnicos a los que me he enfrentado y he tenido que dar solución.

Evaluación.		Se desarrollan apartados que permiten dar cuenta de las deficiencias y eficacia de lo acontecido en la sesión.
	Apartado cualitativo: Valoración de la aceptación.	Dejo constancia de la valoración de la aceptación por parte de los asistentes de las actividades realizadas.
	Actividades que no han gustado.	Dejo constancia de las actividades que no han sido bien acogidas por los usuarios.
	Actividades que han gustado y que son pertinentes de utilizarse en otras sesiones.	Plasmo las actividades que han tenido una aceptación alta y que, en consecuencia, son pertinentes para formar parte de otras sesiones, bien sea en las ejecutadas en este curso académico dentro de este proyecto o para futuras ocasiones.
	Recursos y actividades que no se han utilizado.	Muestro y describo los recursos o actividades que por factores diversos no han podido utilizarse en la sesión, pero estaba prevista su utilización.
Gráficos relativos a las encuestas específicas.		<p>Solo se indican los gráficos relativos a las sesiones: Taller de Boleros, Taller Música y Salud, Taller de Canto. Esto es debido a que estos son los talleres donde los asistentes pudieron rellenar las encuestas completamente y sin incidencias. A este respecto, se me indicó por parte de Óscar Esteban Argüello, que era más conveniente no hacer más encuestas para no viciar el resultado o distraer el curso de la sesión. Por su experiencia, entendía que con esos datos se podía observar la tendencia. Tuve en cuenta la indicación y la seguí.</p> <p>Las encuestas específicas contienen datos de interés para comprender el estado anímico de los asistentes antes y después de las sesiones. Al mismo tiempo, sirven para recoger sugerencias y apreciaciones personales de los usuarios. Las gráficas muestran los datos de las preguntas que son susceptibles de analizar objetivamente. Las preguntas son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se sentía antes de la sesión? - ¿Tenía ganas de venir a la sesión? - ¿Se le ha pasado rápido el tiempo en que ha estado en la sesión? - ¿Cómo se ha sentido después de realizar la sesión?

Tabla 2-Ficha base de los talleres

3.2.4 UTILIZACIÓN DE ENCUESTAS

Modelo de encuesta general.

Justificación de los datos a rellenar de la encuesta general	
Año de nacimiento, sexo y nombre	Datos básicos para conocer el perfil de los participantes. El nombre es opcional por si quieren mantener su intimidad.
Pregunta 1: ¿Le gusta la música?	Permite evaluar el porcentaje de personas que le gusta la música, que no les gusta o les parece indiferente.
Pregunta 2: ¿Cuál es la música favorita? (escoger varias opciones)	Permite conocer el perfil de música que les gusta a los usuarios. Se les proponen diversos géneros y estilos musicales para que les sea más fácil hacer la selección.
Pregunta 3: ¿Cuál es su cantante o grupo musical favorito?	Permite conocer de manera concreta figuras musicales representativas para los usuarios. Ello puede permitir crear contenido en base a el gusto de los usuarios.
Pregunta 4: ¿Hay algún tipo de música que no le guste?	Permite conocer la música que no es atractiva para los usuarios. Esto sirve bien para descartar un posible uso de ese tipo de música o para crear actividades con esa música desde un punto de vista que sea plausible su uso.
Pregunta 5: Cada etapa de la vida es maravillosa porque en cada una reside una esencia de aprendizaje vital. Menciona la música que recuerdes que represente cada etapa señalada.	Permite conocer música que es representativa de cada una de las etapas de los usuarios.

Tabla 3-Justificación de los datos a rellenar de la encuesta general

La pregunta utilizada en el Taller de Bienvenida es la Pregunta 2 ¿Cuál es la música favorita? (escoger varias opciones). A través de conversaciones con la dirección solo se aplicó esta pregunta a través de la actividad de “Eurovisión”. La utilidad de esta encuesta permite un conocimiento mayor del grupo con el que se trabaja, no obstante, en el caso concreto de esta intervención sociorecreativa no ha sido necesario su uso. Aunque el contenido total no haya sido utilizado su uso es pertinente para futuras ocasiones. Este modelo se muestra en el (Anexo VII) y puede verse resuelto en el (Anexo II).

MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA

Justificación de los datos a rellenar de la encuesta específica	
Año de nacimiento, sexo y nombre	Datos básicos para conocer el perfil de los participantes. El nombre es opcional por si quieren mantener su intimidad.
Pregunta 1: ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?	Me facilita elaborar gráficas que permiten observar el estado anímico general de los asistentes antes de la sesión.
Pregunta 2: ¿Tenía ganas de venir a la sesión?	Me permite observar la predisposición por parte de los asistentes a participar en los talleres que imparto. Esto se muestra con gráficos donde se facilitan porcentajes explícitos.
Pregunta 3: ¿Qué actividades le han gustado más? En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo	Me permite determinar qué actividades han sido más eficaces.
Pregunta 4: ¿Se le ha pasado rápido?	Me permite observar de manera general si la sesión ha sido entretenida. Esto se muestra con gráficos donde se muestran los porcentajes concretos.
Pregunta 5: ¿Cómo se ha sentido después de realizar la sesión?	Me facilita elaborar gráficas que permiten observar el estado anímico general de los asistentes después de la sesión.
Pregunta 6: Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.	Ofrece la posibilidad a los usuarios de intervenir en el contenido musical de las sesiones.

Tabla 4-Justificación de los datos a rellenar de la encuesta específica

Este modelo de encuesta me ha servido para la recogida de datos referentes al estado anímico de los asistentes antes y después de la sesión y también sugerencias y apreciaciones de los usuarios. Este modelo se muestra en el (Anexo VIII) y puede verse resuelto en el Anexo II. Tanto el modelo de encuesta general como el modelo de encuesta específica están inspirados el trabajo de María Molinos Manero²². En mi caso, tuve conversaciones con Óscar Esteban Argüello realizamos modificaciones de este modelo teniendo como resultado las encuestas utilizadas.

²² María Molinos Manero, “Propuesta de intervención musical para la mejora del bienestar psicológico en personas de la tercera edad” (trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2017), 129.

FICHA N.º 1: TALLER DE BIENVENIDA

1. EJECUCIÓN DEL TALLER

1.1. PRESENTACIÓN

El taller comienza con mi presentación y seguidamente con la puesta en acción del ejercicio corto de memoria y canto, y la *canción de bienvenida*. Explico previamente en qué consisten las actividades y, mientras tanto, Óscar Esteban y María Jesús, voluntaria y dinamizadora de las tertulias, reparten la letra. Los asistentes comienzan a decir sus nombres y las vocales que componen sus nombres. La actividad ocupa 15 minutos.

El material utilizado para esta actividad es el siguiente:

- un ukelele.
- letra de la *canción de bienvenida* (Anexo IV).

Posteriormente intervino Óscar explicando la siguiente actividad por iniciativa propia, esta es Eurovisión y consiste en valorar primero los estilos y géneros del 1 al 10 en función del gusto individual de los usuarios. Posteriormente, después de escuchar la música elegida de cada estilo y género, se observa si los usuarios modificarían el orden o no. Es importante tener en cuenta que se ponen 13 estilos y géneros y solo se puede puntuar en el juego a 10 de esos 13 estilos. Al término de la actividad se plasman las valoraciones generales del grupo a través de una plantilla con un programa Excel y donde se muestran las calificaciones generales del grupo. Por otra parte, se propone por parte de los usuarios dos cuestiones: En primer lugar, el género o estilo más puntuado será para la siguiente sesión y, en segundo lugar, las personas que más valoren el género tendrán derecho a elegir una pieza musical para escucharse en la siguiente sesión. El más valorado fue el bolero, seguido del pasodoble y el tango. Dos usuarias puntuaron con 10 el bolero y eligieron las canciones que quisieron. La actividad ocupa 1 hora y 30 minutos.

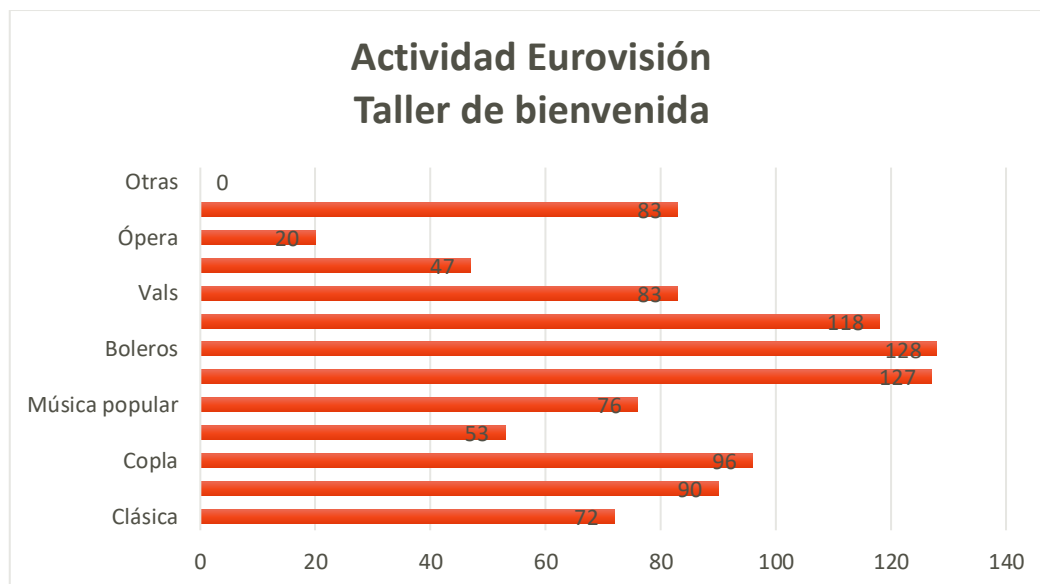


Ilustración 2- Actividad Eurovisión (Taller de bienvenida)

El material utilizado para esta actividad es el siguiente:

- ejercicio de Eurovisión realizado a través de la pregunta ¿Cuál es la música favorita? (Escoge varias opciones). En lugar de contestar la pregunta se ejecuta la actividad utilizando los cuadrados para el puntaje. Para ello se utiliza el Modelo de encuesta general utilizada (Anexo VII).
- lista de videos de YouTube utilizados para la sesión:

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 1	Pablo Sáinz Villegas	<i>Concierto de Aranjuez</i> ²³
Pieza 2	Nuevo Mester de Juglaría	<i>Por el puente de Aranda</i> ²⁴
Pieza 3	Joselito	<i>Campanera</i> ²⁵
Pieza 4	Amigos de Gines	<i>Algo se muere en el alma</i> ²⁶

²³ “*Concierto de Aranjuez*”, vídeo de YouTube, 12:38, a partir de una actuación televisada por la RTVE el 24 de abril de 2015, publicado por “Pablo Sáinz Villegas” el 24 de agosto de 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=KzEFQW9CXGc>.(consultado 29 de enero 2019).

²⁴ “*Por el puente de Aranda*”, vídeo de YouTube, 3:41, publicado por “Navalpistons” el 11 de abril de 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=KersGWzZ6Dg>. (consultado 29 de enero de 2019).

²⁵ “*Campanera*”, vídeo de YouTube, 3:12, publicado por “Exc Vlc” el 13 septiembre de 2017, <https://www.youtube.com/watch?v=UXYIXoAprm8>.(consultado 29 de enero de 2019).

²⁶ “*Algo se muere en el alma*”, vídeo de YouTube, 4:11, publicado por “Manuela Cardoso” el 4 de enero de 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=haUACSQnw7c>. (consultado 29 de enero de 2019).

Pieza 5	Miguel Ríos	<i>Himno a la alegría</i> ²⁷
Pieza 6	Tuna de la facultad de Farmacia de Madrid	<i>La morena de mi copla</i> ²⁸
Pieza 7	Los Panchos	<i>Si tú me dices ven</i> ²⁹
Pieza 8	Carlos Gardel	<i>Por una cabeza</i> ³⁰
Pieza 9	Johann Strauss	<i>El Danubio azul</i> ³¹
Pieza 10	Monteverdi	<i>La Sestina</i> ³²
Pieza 11	G. Rossini	<i>El barbero de Sevilla</i> ³³
Pieza 12	Concha Velasco	<i>Dónde vas con mantón de manila</i> ³⁴
Pieza 13	Triana	<i>Tu frialdad</i> ³⁵
Pieza 14	The Beach Boys	<i>Good vibrations</i> ³⁶

Tabla 5-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de bienvenida)

²⁷ “*Himno a la alegría*”, vídeo de YouTube, 4:19, publicado por “Manu Guinarte” el 4 de noviembre de 2008, <https://www.youtube.com/watch?v=sTv-t8-Ssdw> .(consultado 29 de enero de 2019).

²⁸ “*Morena de mi copla*”, vídeo de YouTube, 2:25, publicado por “La música del recuerdo” el 29 de mayo de 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=667GhrkQJE0> .(consultado 29 de enero de 2019).

²⁹ “*Si tú me dices ven*”, vídeo de YouTube, 2:39, publicado por “lospanchostv” el 15 de junio de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=4r7pdOtdC7s> .(consultado 29 de enero de 2019).

³⁰ “*Por una cabeza*”, vídeo de YouTube, 2:30, publicado por “TangoCollection” el 5 de junio de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=SJ1aTPM-dyE> .(consultado 29 de enero de 2019).

³¹ “*El Danubio azul*”, vídeo de YouTube, 10:05, publicado por “ClassicMusicVals” el 20 de diciembre de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=4FcTYF0OBSg> .(consultado 29 de enero de 2019).

³² “*La Sestina*”, vídeo de YouTube, 17:12, publicado por “La Compagnia del Madrigale” el 30 de junio de 2017, <https://www.youtube.com/watch?v=Bq2gC9-ILFA> .(consultado 29 de enero de 2019).

³³ “*El barbero de Sevilla*”, vídeo de YouTube, 5:50, publicado por “elcerandero” el 3 de marzo de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=k9ZddMufCxk> .(consultado 29 de enero de 2019).

³⁴ “*Dónde vas con mantón de manila*”, vídeo de YouTube, 7:49, publicado por “ALEJANDRO CR” el 30 de noviembre de 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=xzlfXnHQpFA> .(consultado 29 de enero de 2019).

³⁵ “*Tu frialdad*”, vídeo de YouTube, 4:23, publicado por “JESUSELMORRIS” el 26 de abril de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=Lo4k7W6Iowc> .(consultado 29 de enero de 2019).

³⁶ “*Good Vibrations*”, vídeo de YouTube, 3:37, publicado por “Stephen McElvain” el 26 de julio de 2012, https://www.youtube.com/watch?v=Eab_beh07HU .(consultado 29 de enero de 2019).

1.2. CIERRE DE SESIÓN

La sesión se cierra con la visualización de un vídeo de humor sobre música. Se trata de un fragmento de uno de los programas del Hormiguero 3.0. donde Daddy Melquiades ironiza sobre el reggaetón y posteriormente interpreta su single A mí me gusta el taca taca ³⁷. La actividad ocupa 10 minutos.

1.3. MATERIAL EXTRA APORTADO PARA LOS ASISTENTES

Datos del Taller de bienvenida. Este material es aportado para que el usuario pueda acceder a él siempre que quiera. En este sentido sirve de herramienta divulgativa (Anexo V).

2.- VALORACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS SESIONES

2.1. APARTADO CUANTITATIVO: ASPECTOS TÉCNICOS Y DE MEDIOS

Número de asistentes:

- Totales: 18.
- Hombres: 6.
- Mujeres: 12.

2.2. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

2.2.1. DISTRIBUCIÓN POR SEXO

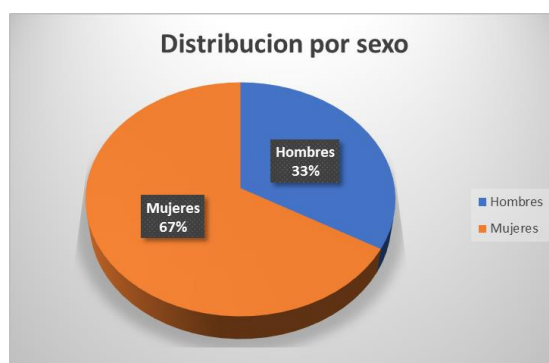


Ilustración 3- Distribución por sexo (Taller de bienvenida)

³⁷ “El abuelo Melquiades te enseña cómo componer reggaetón en tan solo 30 segundos - El Hormiguero 3.0”, vídeo de YouTube, 2:49, publicado por “Antena 3” el 2 de junio de 2017, <https://www.youtube.com/watch?v=6iOIB0QLy84> .(consultado 29 de enero 2019).

2.2.2. DISTRIBUCIÓN POR EDADES

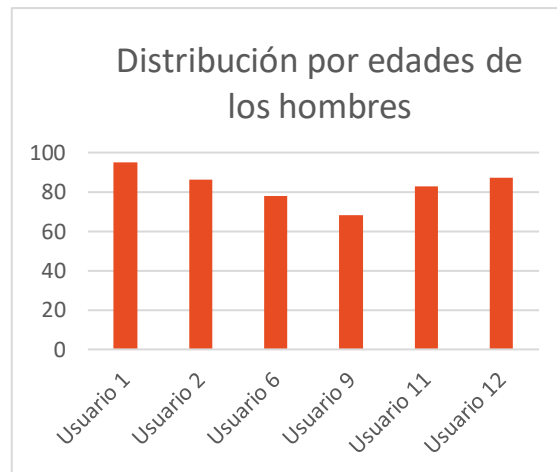


Ilustración 4- Distribución por edades de los hombres (Taller de bienvenida)

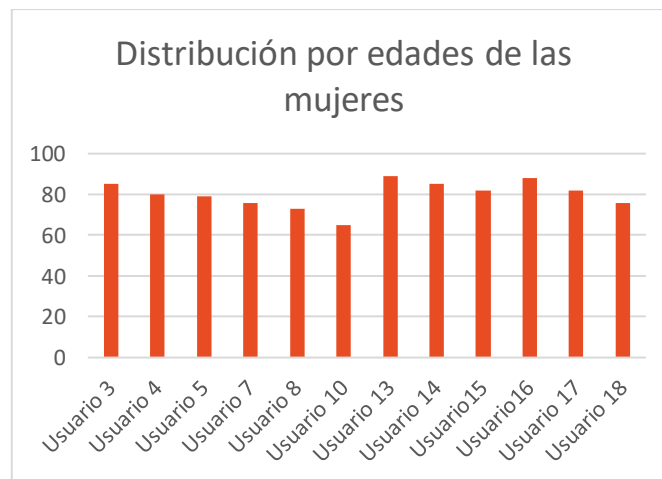


Ilustración 5- Distribución por edades de las mujeres (Taller de bienvenida)

2.3. TEMPORALIDAD: FECHA DE REALIZACIÓN

- Día: 5 de febrero
- Hora de comienzo: 17:00
- Hora de finalización: 19:00

2.4. ÍNDICE DE PARTICIPACIÓN

- 95%

2.5. SECCIÓN DEL PROGRAMA ENRÉDATE

- Música y tertulia

3.- INCIDENCIAS TÉCNICAS

Debido a la falta de acceso a internet en las instalaciones tuve que articular medios para conseguir el material y llevarlo al aula. El procedimiento fue descargar el material previamente a la sesión.

4. -EVALUACIÓN

4.1. APARTADO CUALITATIVO. VALORACIÓN DE LA ACEPTACIÓN

Todas las actividades ejecutadas en el taller tuvieron apreciación positiva. La participación a la sesión fue alta.

De manera específica, y en lo que a participación en las actividades se refiere, solo hubo reticencias por parte de un usuario que también ha generado cierta confrontación en otros talleres y actividades del programa. No obstante, se resolvió la situación de manera eficaz a través de limitar la atención dirigida hacia esta persona y priorizar el interés hacia el resto del grupo. Posteriormente, una de las personas de la dirección del centro, Óscar Esteban Argüello, me indicó que estas situaciones se producen con relativa periodicidad. En la práctica hay personas que directa o indirectamente, con o sin intencionalidad, pueden provocar que el grupo se deteriore e incluso se derrumbe. Es necesario, en consecuencia, articular procedimientos para neutralizar estas situaciones negativas. Uno de los procedimientos básicos es no focalizar la atención sobre esas personas. Una actitud que apliqué con este participante con resultados muy positivos, ya que fue modificando su actitud negativa y revelando su satisfacción progresivamente a lo largo de esta sesión y, sobre todo, en las sesiones siguientes.

4.2. ACTIVIDADES QUE NO HAN GUSTADO

No se indica de manera negativa ninguna.

4.3. ACTIVIDADES QUE HAN GUSTADO Y QUE SON PERTINENTES DE UTILIZARSE EN OTRAS SESIONES

Todas las actividades puestas en marcha en esta sesión son pertinentes para utilizarse en otras sesiones. De hecho, tras la aceptación de las mismas, algunas actividades las he adoptado y utilizado en otras sesiones, sirviendo como pauta para el trabajo posterior.

En concreto entre ellas están:

- Ejercicio corto de memoria y canto lo he utilizado en otros talleres y es muy eficaz. En este caso concreto lo utilizo a modo de presentación antes de introducir la *canCIÓN de bienvenida* y se basa en decir el nombre y las vocales. En otros talleres se desarrolla más esta actividad y se incorpora en ocasiones el canto por parte de los usuarios.
- La *canCIÓN de bienvenida* la he utilizado en todos los talleres que he realizado. Es una actividad eficaz pues siempre ha sido valorada por los asistentes de manera positiva. Actúa como una “entradilla” de reconocimiento del lugar de socialización, ubicación y preparación para la interacción (Anexo IV).
- Eurovisión la he utilizado tanto para este taller como para el taller de Boleros y en ambos casos la actividad fue eficaz y valorada positivamente por parte de los asistentes. En el caso concreto del Taller de bienvenida actúa como estímulo de la escucha activa. De hecho, los asistentes estuvieron atentos a cada una de las piezas. La comunicación de emociones y recuerdos se hizo explícita: varios asistentes expresaron de forma abierta sus sentimientos al respecto, así como, los recuerdos asociados y cantaron las piezas. Por otro lado, Eurovisión facilita la puesta en acción de un debate en torno a la diversidad musical y los sesgos relacionados con el gusto musical, puesto que los puntajes varían bastante una vez escuchadas cada una de las piezas musicales. En consecuencia, una vez finalizado el taller los asistentes se marchan con una idea diferente a la que entraron y son susceptibles de ampliar su gusto respecto a repertorios que a priori no escuchan. A modo de ejemplo se puede observar el material resuelto en encuesta general: Ejemplo 1 y Ejemplo 2 (Anexo II). El contenido utilizado para esta actividad está plasmado en datos del Taller de bienvenida para su posible consulta por parte de los asistentes (Anexo V).
- La incorporación de vídeos musicales como los de El abuelo Melquiades te enseña cómo componer reggaetón en tan solo 30 segundos - El Hormiguero 3.0 o de esta misma índole humorística y entretenimiento, ha sido útil también en otras sesiones. Son contenidos que generan buena empatía, debate y diversión, lo que facilita la participación. Especialmente eficaces para cerrar algunas sesiones. Este material está plasmado también en datos del Taller de bienvenida para su posible consulta por parte de los asistentes (Anexo V).

5.- RECURSOS Y ACTIVIDADES QUE NO SE HAN UTILIZADO

5.1 MODELO DE ENCUESTA GENERAL UTILIZADA

Se trata de un material que ha sido utilizado parcialmente. La encuesta en un inicio tenía otros parámetros, pero debido a conversaciones con la dirección fue modificada y el resultado es el que se muestra. Por otro lado, también en esas mismas conversaciones surgió la idea de la actividad Eurovisión y vimos que podía ser más útil llevarla a cabo que ahondar en la encuesta. No obstante, todos los apartados de la encuesta fueron revisados y aunque no he utilizado el contenido de la encuesta en su totalidad en ninguna sesión puede ser apropiado su uso en posibles sesiones futuras. Este modelo se puede visualizar en el (Anexo VII) y también resuelto en el (Anexo II) por parte de usuarios.

5.1 ENCUESTA ESPECÍFICA: MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BIENVENIDA

El cuestionario se trabajó y se imprimió junto con el Modelo de encuesta general utilizada con el fin de completarse por parte de los usuarios y se les entregó al inicio, pero por falta de tiempo no se les propuso finalmente para ser cumplimentada. No obstante, algunos miembros del grupo si rellenaron aspectos de las encuestas aun no habiendo dicho nada al respecto, algo propio de ellos acostumbrados a adelantarse a las tareas y llevarlas a cabo antes de que se les indique. Esto se puede observar en encuesta especifica del Taller de bienvenida (Anexo II). Ambos modelos se pueden visualizar en el (Anexo VII).

1. EJECUCIÓN DEL TALLER

1.1. PRESENTACIÓN

El taller comienza con el reparto de la letra de la *canción de bienvenida* a quién se le olvido traerla. A continuación, paso a explicar el ejercicio corto de memoria con canto con las modificaciones concretas que posteriormente indico en otro apartado. Esta actividad ocupa 10 minutos. Seguidamente comenzamos con la actividad *canción de bienvenida*, prolongándose 10 minutos.

El material utilizado para esta actividad es el siguiente:

- un ukelele.
- letra de la *canción de bienvenida* (Anexo IV).

Posteriormente escuchamos dos piezas musicales elegidas por dos usuarias que ganaron la actividad de Eurovisión del Taller de bienvenida al puntuar al máximo los boleros.

El material utilizado para esta actividad es el siguiente:

- dos enlaces de YouTube.

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 1	Paloma San Basilio	<i>La hiedra</i> ³⁸
Pieza 2	Dyango	<i>Dios como te amo</i> ³⁹

Tabla 6-Piezas musicales elegidas por usuarias (Taller de boleros)

Una vez finalizada la escucha de las piezas musicales elegidas por las compañeras, reparto fichas de ejercicios que tienen como temática musical los boleros. Una vez repartidos explico los ejercicios en el orden indicado. El primer ejercicio ocupa 10 minutos y la tarea es la resolución de una sopa de letras con 10 palabras que forman parte de títulos de boleros que más adelante escuchamos. El segundo ejercicio ocupa 10 minutos y la tarea es la resolución de

³⁸ “*La hiedra*”, vídeo de YouTube, 4:10, publicado por “JURADISTADECORAZON” el 19 de febrero de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=kpKGTLVC-18>.(consultado 7 de febrero 2019).

³⁹ “*Dios como te amo*”, vídeo de YouTube, 4:01, publicado por “Mary Carmen Lozano” el 17 de diciembre de 2013, <https://www.youtube.com/watch?v=OMu1COt43t8>.(consultado 7 de febrero 2019).

operaciones matemáticas; los números resultantes corresponden a fechas que anteriormente aparecen en la sopa de letras. El tercer ejercicio ocupa 10 minutos y la tarea consiste en la sustitución de los números por las palabras correspondientes. El cuarto ejercicio ocupa 65 minutos y la tarea es una adaptación de la actividad Eurovisión aplicada a la temática musical de los boleros, un ejemplo de esta actividad se puede ver en el (Anexo III). La tarea consiste primero, en escuchar las piezas musicales; segundo, en evaluar según el gusto individual a cada pieza del 1 al 10; y tercero en hacer un ranking del 1 al 10 una vez escuchadas todas las piezas con la misma premisa subjetiva.

El material utilizado para esta actividad es el siguiente:

- fichas de actividades del Taller de boleros (Anexo VI).
- lista de videos de YouTube utilizados para la sesión:

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 1	Los panchos	<i>Lo dudo</i> ⁴⁰
Pieza 2	Trio Los Panchos	<i>Quizás, quizás, quizás</i> ⁴¹
Pieza 3	Trío Los Panchos	<i>Alma, corazón y vida</i> ⁴²
Pieza 4	Bebo & Cigala	<i>Veinte años</i> ⁴³
Pieza 5	Los Panchos	<i>Caminemos</i> ⁴⁴

⁴⁰ “*Lo dudo*”, vídeo de YouTube, 2:50, publicado por “Jose G” el 17 de diciembre de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=MoRymwF2v58> .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴¹ “*Quizás, quizás, quizás*”, vídeo de YouTube, 2:55, publicado por “Angel E Prieto” el 26 de noviembre de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=zdJOKLJ3PmQ> .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴² “*Alma, corazón y vida*”, vídeo de YouTube, 3:13, publicado por “HiIsabytes” el 24 de agosto de 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=VHutRUx3KCg> .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴³ “*Veinte años*”, vídeo de YouTube, 3:25, publicado por “Queen420” el 26 de febrero de 2008, <https://www.youtube.com/watch?v=5T-sotRUSVI> .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴⁴ “*Caminemos*”, vídeo de YouTube, 2:25, publicado por “lospanchostv” el 15 de junio de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=JbFDhkyio4Q> .(consultado 7 de febrero 2019).

Pieza 6	Eydie Gorme y Los Panchos	<i>Noche de ronda</i> ⁴⁵
Pieza 7	María Dolores Pradera	<i>Toda una vida</i> ⁴⁶
Pieza 8	Daniel Santos	<i>Dos gardenias</i> ⁴⁷
Pieza 9	Antonio Machín	<i>Angelitos negros</i> ⁴⁸
Pieza 10	Los Panchos	<i>Perdón</i> ⁴⁹

Tabla 7-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de boleros)

1.2. CIERRE DE SESIÓN

Para finalizar entrego una encuesta específica de la sesión. La encuesta entregada es el Modelo de encuesta específica del Taller de bienvenida en lugar del Modelo de encuesta específica del Taller de boleros (Anexo VII). Por motivos de aprovechamiento del material decido repartir esta encuesta puesto que hubo excedente de fichas. De esta manera el material elaborado se aprovecha en esta ocasión para indicar que los datos de la encuesta son los del taller de Boleros. El material utilizado se puede visualizar en el (Anexo VII) y ver resuelto en el (Anexo II).

⁴⁵ “*Noche de ronda*”, vídeo de YouTube, 3:18, publicado por “dhivez1” el 28 de febrero de 2013, https://www.youtube.com/watch?v=0vM_M7D-tGc .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴⁶ “*Toda una vida*”, vídeo de YouTube, 3:21, publicado por “Rossiel Raffo” el 17 de junio de 2013, https://www.youtube.com/watch?v=sNmIpe_QAEg .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴⁷ “*Dos gardenias*”, vídeo de YouTube, 2:31, publicado por “tumay20” el 27 de octubre 2008, https://www.youtube.com/watch?v=XIW-v_8Int4 .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴⁸ “*Angelitos Negros*”, vídeo de YouTube, 3:13, publicado por “Canciones para el Recuerdo” el 27 de marzo de 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=wMtpOivi3pA> .(consultado 7 de febrero 2019).

⁴⁹ “*Perdón*”, vídeo de YouTube, 2:53, publicado por “YouMoreTv - Espectáculo” el 19 de mayo de 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=NsIII1NkZDCo> .(consultado 7 de febrero 2019).

1.3. MATERIAL EXTRA APORTADO PARA LOS ASISTENTES

Datos del Taller de Boleros. Este material es aportado para que los usuarios puedan acceder a él siempre que quieran. En este sentido sirve de herramienta divulgativa. Es pertinente comentar que en este caso se aportaron los enlaces de las piezas musicales elegidas por las dos usuarias (Anexo V).

2.- VALORACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS SESIONES

2.1. APARTADO CUANTITATIVO: ASPECTOS TÉCNICOS Y DE MEDIOS

Número de asistentes:

- Totales: 18.
- Hombres: 6.
- Mujeres: 12.

2.2. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES:

2.2.1. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



Ilustración 6- Distribución sexo (Taller de boleros)

2.2.2. DISTRIBUCIÓN POR EDADES

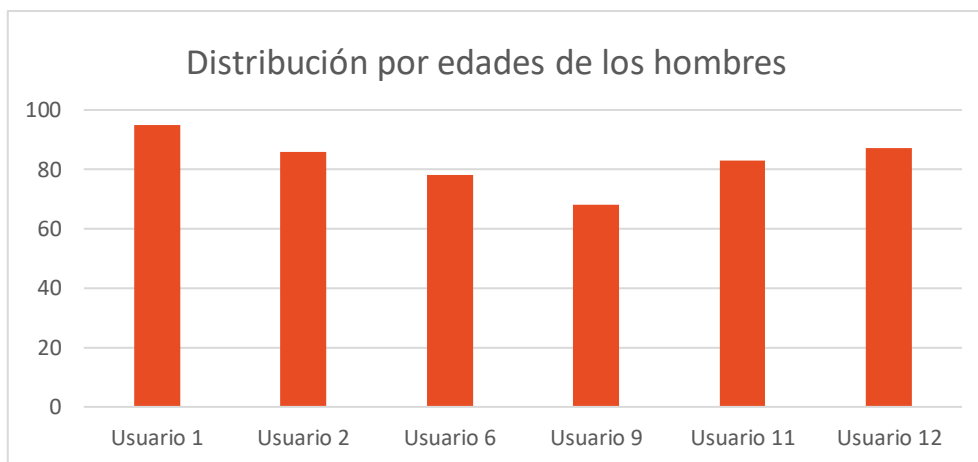


Ilustración 7- Distribución por edades de los hombres (Taller de boleros)

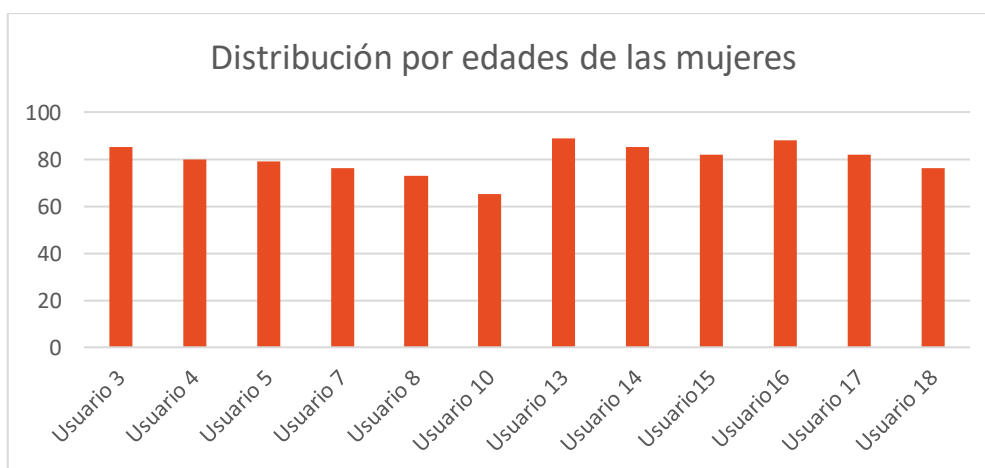


Ilustración 8- Distribución por edades de las mujeres (Taller de boleros)

2.3. TEMPORALIDAD: FECHA DE REALIZACIÓN

- Día: 19 de febrero
- Hora de comienzo: 17:00
- Hora de finalización: 18:45

2.4. ÍNDICE DE PARTICIPACIÓN

- 100 %

2.5. SECCIÓN DEL PROGRAMA ENRÉDATE

- Música y tertulia.

3.- INCIDENCIAS TÉCNICAS

Debido a la falta de acceso a internet en las instalaciones tuve que articular medios para conseguir el material y llevarlo al aula. El procedimiento fue descargar el material previamente a la sesión.

4. -EVALUACIÓN

4.1. APARTADO CUALITATIVO. VALORACIÓN DE LA ACEPTACIÓN

Todas las actividades ejecutadas en el taller tuvieron apreciación positiva. La participación total.

4.2. ACTIVIDADES QUE NO HAN GUSTADO

El equipo del centro me indicó que las actividades tipo sopa de letras y calculo fueron eficaces en el taller. No obstante, este tipo de material es más razonable usarlo en talleres de memoria. En consecuencia, no volví a utilizar este tipo de material específico hasta que no me encargué de las dos sesiones de los talleres de memoria ejecutadas en mayo.

4.3. ACTIVIDADES QUE HAN GUSTADO Y QUE SON PERTINENTES DE UTILIZARSE EN OTRAS SESIONES

Todas las actividades puestas en marcha en esta sesión son pertinentes para utilizarse en otras sesiones. De hecho, tras la aceptación de las mismas, algunas actividades las he adoptado y utilizado en otras sesiones, sirviendo como pauta para el trabajo posterior.

En concreto entre ellas están:

- El ejercicio corto de memoria y canto se ha modificado levemente con la incorporación al juego de los apellidos de los participantes. Resultó más complejo, no obstante, no dejó de ser funcional.
- La *canción de bienvenida* la he utilizado en todos los talleres que he realizado. Es una actividad eficaz pues siempre ha sido valorada por los asistentes de manera positiva. Actúa como una “entradilla” de reconocimiento del lugar de socialización, ubicación y preparación para la interacción.
- La actividad de Eurovisión aplicada al taller de boleros es igualmente eficaz a la realizada en el taller de bienvenida, pero decidí no utilizarlo más veces para no saturar a los usuarios. En las dos sesiones que lo he utilizado los resultados han sido positivos

y sirven de aval para trabajar con ello en futuras ocasiones. En cuando a las posibles mejoras que deberían tenerse en cuenta, propongo exponer previamente ejemplos sobre la evaluación de los puntos en el juego. La razón es que hubo usuarios que no comprendieron el tema de los puntajes. Esto ocurrió tanto en el taller de bienvenida como en el taller de los boleros, pero se supo solventar en el transcurso de la actividad.

5.- RECURSOS Y ACTIVIDADES QUE NO SE HAN UTILIZADO

Por motivos de falta de tiempo no se incorporó otro vídeo de Melquiades, pero lo puse para otra sesión. Aun así, aparece el enlace en los datos del Taller de boleros (Anexo VI). El vídeo lleva por nombre El Abuelo Rapero en El Hormiguero 3.0⁵⁰ y esta vez el humor tiene como soporte un rap.

Tampoco se utilizó por las mismas razones el apartado 5. Explicar en dos líneas porque has puesto 10 a la pieza musical que has elegido perteneciente a las fichas de actividades del Taller de boleros (Anexo VI).

6. GRÁFICOS RELATIVOS A LA ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BOLEROS

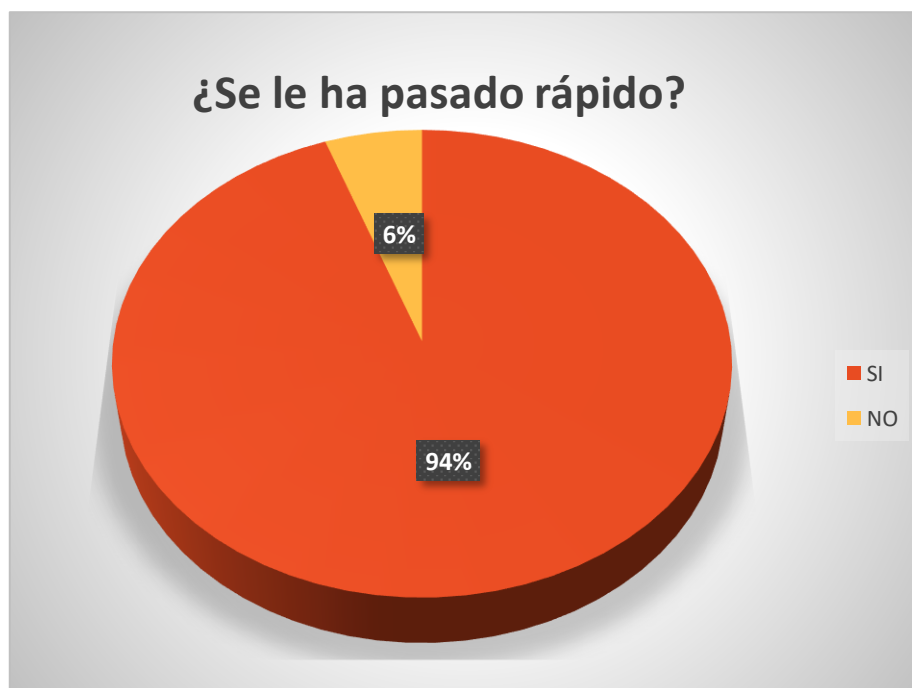


Ilustración 9- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de boleros)

⁵⁰ “El Abuelo Rapero en El Hormiguero 3.0”, vídeo de YouTube, 1:33, publicado por “Antena 3” el 15 de septiembre de 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=elNmN4HNB24> (consultado 7 de febrero 2019).

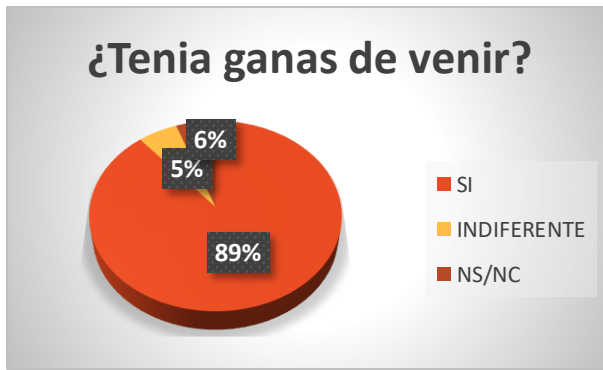


Ilustración 10- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de boleros)

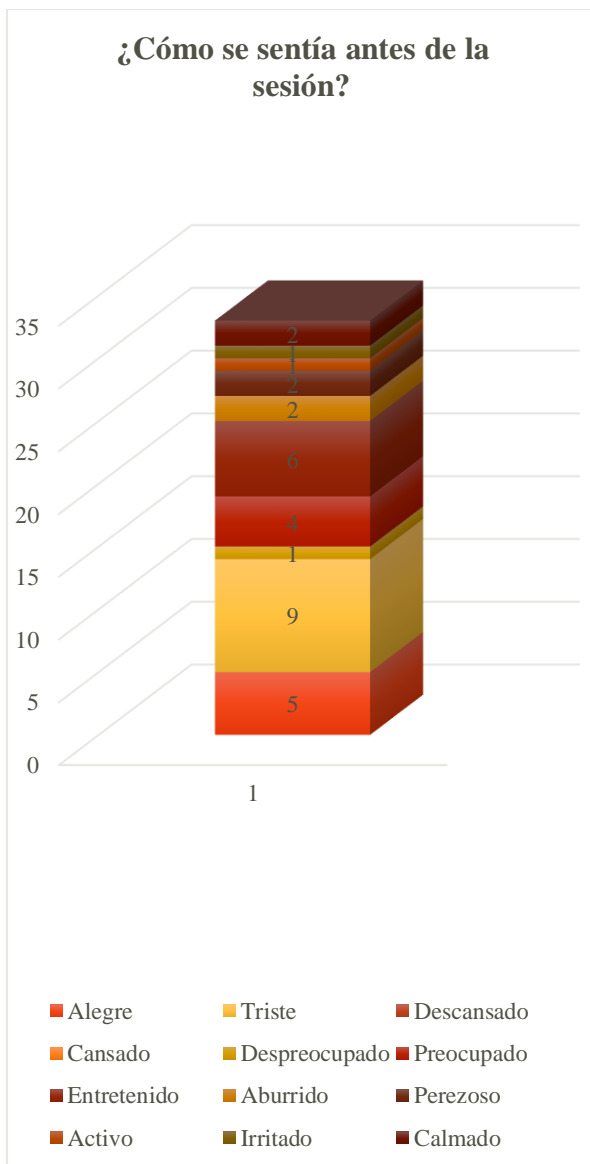


Ilustración 11- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de boleros)

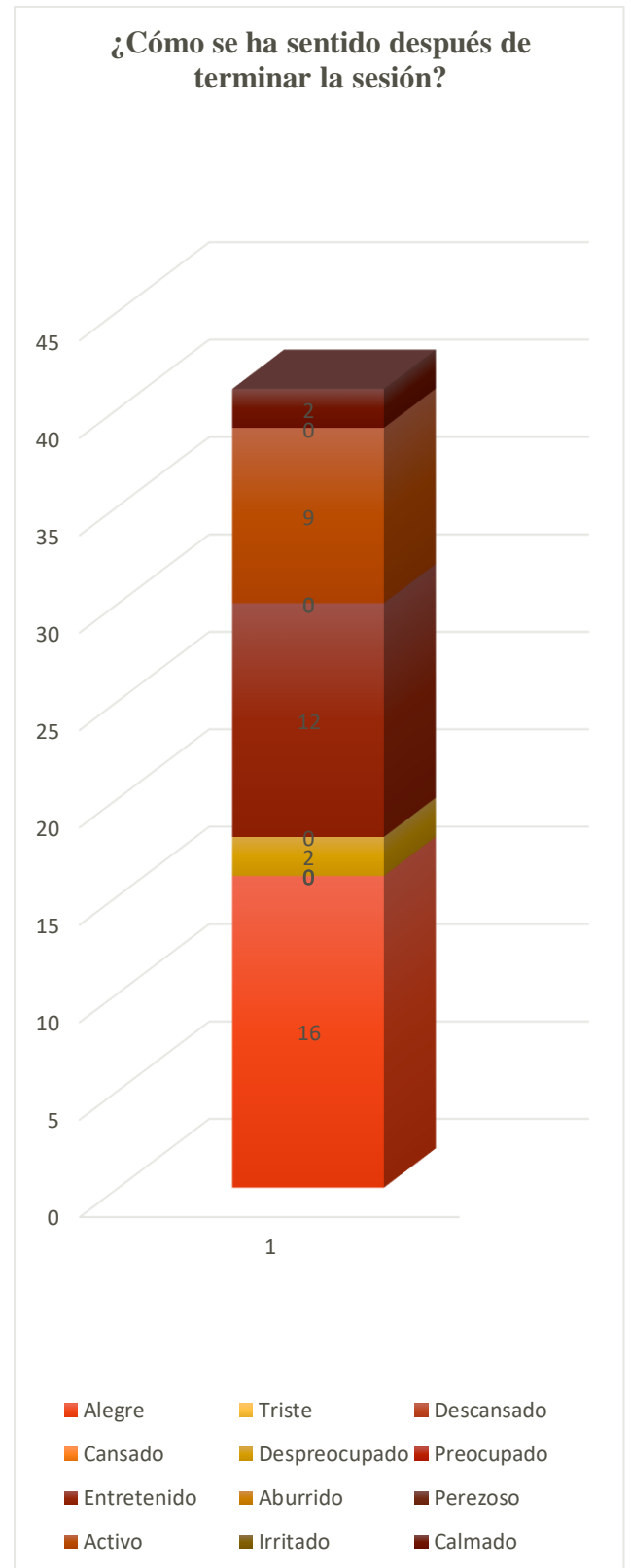


Ilustración 12- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller de boleros)

1. EJECUCIÓN DEL TALLER

1.1. PRESENTACIÓN

El taller comienza con mi presentación, puesto que este grupo forma parte de la sección de las Charlas de Salud. En el grupo hay personas que vienen a los talleres de la sección Tertulias y música, pero no todas, por tanto, es necesaria la intervención. Posteriormente con la ayuda de María Jesús reparto las fichas de actividades del Taller Música y salud con las que posteriormente trabajamos (Anexo VI). Antes explico el Ejercicio corto de memoria con canto que en este caso requiere de mencionar uno por uno los nombres y apellidos propios de los asistentes, así como, las vocales de dichos nombres y apellidos. La actividad difiere con respecto a los talleres previos en dos aspectos. Por un lado, escriben en el primer ejercicio lo explicado y, por otro lado, cantan las melodías creadas por las vocales resultantes, que en el momento interpreto. Esta actividad se ocupa 15 minutos. Después reparto la letra de la *canCIÓN de bienvenida* a las personas que no asisten a la sección Tertulias y música. Seguidamente explico la actividad y se ejecuta. La actividad se prolonga 10 minutos.

El material utilizado para estas actividades es el siguiente:

- un ukelele.
- letra de la *canCIÓN de bienvenida* (Anexo IV)
- fichas de actividades del Taller Música y salud (Anexo VI)

Posteriormente articulo un discurso donde enfatizo algunos efectos y beneficios que la música tiene sobre el ser humano. Con este discurso genero un debate que posteriormente finaliza con recomendaciones personales que pueden ser útiles con respecto al uso de la música en el día a día. Este apartado es pertinente porque está relacionado con la salud. Este discurso ocupa 20 minutos y sirve de enlace para la actividad siguiente.

La actividad posterior al debate se refiere a la experiencia emocional directamente y a la puesta en práctica de la idea principal del discurso que es la siguiente: La música afecta directamente a las emociones y dependiendo de quién la escuche puede generar sentimientos “negativos” o “positivos”. En consecuencia, podemos gestionar a través de la música las emociones. Para la actividad se utilizan las fichas de actividades del Taller Música y salud, en concreto el segundo ejercicio (Anexo VI). Por motivos de tiempo solo se utilizan 6 piezas

musicales del ejercicio siendo la última una composición propia que por el impacto positivo que supone decido utilizarla en posteriores talleres. La actividad ocupa 40 minutos.

El material utilizado para estas actividades es el siguiente:

- fichas de actividades del Taller Música y salud (Anexo VI).
- guitarra.
- lista de videos de YouTube utilizados para la sesión:

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 1	Grupo Juvenil Waliki	<i>Huayños bolivianos</i> ⁵¹
Pieza 2	Carlos Vives	<i>La gota fría</i> ⁵²
Pieza 3	Bloque depresivo	<i>Aunque no sea conmigo</i> ⁵³
Pieza 4	Bernard Herrmann	<i>Psycho</i> ⁵⁴
Pieza 5	Grupo La Vuelta	<i>Pájaro Campana</i> ⁵⁵
Pieza 6	Mario Muñoz Gutiérrez	<i>Viajemos</i> ⁵⁶

Tabla 8-Lista de videos de YouTube utilizados para la sesión (Taller de Música y salud)

⁵¹ “*Huayños bolivianos*” vídeo de YouTube, 7:07, publicado por “realcopacabana” el 18 de noviembre de 2008, <https://www.youtube.com/watch?v=nelRKtH6anY> .(consultado 1 de marzo 2019).

⁵² “*La gota fría*”, vídeo de YouTube, 3:37, publicado por “Carlos Vives” el 19 de julio de 2013, <https://www.youtube.com/watch?v=Nmb80HXWsfQ> .(consultado 1 de marzo 2019).

⁵³ “*Aunque no sea conmigo*”, vídeo de YouTube, 2:54, publicado por “Rodrigo Salgado” el 8 de abril de 2016, https://www.youtube.com/watch?v=YxzQ8_LLZdw.(consultado 1 de marzo 2019).

⁵⁴ “*Psycho (1960) - 'The Bathroom', 'The Murder' (Shower scene) [1080]*”, vídeo de YouTube, 4:00, publicado por “Screen Themes” el 28 de abril de 2017, <https://www.youtube.com/watch?v=s221NU5jXM4> .(consultado 1 de marzo 2019).

⁵⁵ “*Pájaro campana*”, vídeo de YouTube, 4:00, publicado por “Grupo La Vuelta” el 3 de agosto de 2013, <https://www.youtube.com/watch?v=hs1FzKqE2nQ>.(consultado 1 de marzo 2019).

⁵⁶ Anexo IV, letra de la canción *Viajemos* (composición propia). Esta canción no tiene referencia audiovisual pues no la he grabado. Solo puedo aportar la letra que ha sido repartida por los asistentes a las sesiones.

1.2. CIERRE DE SESIÓN

La sesión se cierra con la entrega del Datos de Taller Música y salud (Anexo V) y el Modelo de encuesta específica del Taller de Música y salud (Anexo VI). Una vez rellenados los datos de la encuesta, se comenta por parte de la dirección a los asistentes, la creación del proyecto audiovisual El placer de las pequeñas cosas al cuidar⁵⁷ del que yo me encargaré. La realización de este proyecto se explica en el análisis del Taller de canto.

1.3. MATERIAL EXTRA APORTADO PARA LOS ASISTENTES

Datos del Taller Música y salud. Este material es aportado para que los usuarios puedan acceder a él siempre que quieran. En este sentido sirve de herramienta divulgativa (Anexo V).

2.- VALORACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS SESIONES

2.1. APARTADO CUANTITATIVO: ASPECTOS TÉCNICOS Y DE MEDIOS

Número de asistentes

- Totales: 23.
- Hombres: 3.
- Mujeres: 20.

2.2. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

2.2.1. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



Ilustración 13- Distribución por sexo (Taller de Música y salud)

⁵⁷ “El placer de las pequeñas cosas al cuidar”, vídeo de YouTube, 3:48, publicado por “SerCuidador” el 1 de abril de 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=5gTf2Sd8Yx0>.(consultado 1 de marzo 2019).

2.2.2. DISTRIBUCIÓN POR EDADES

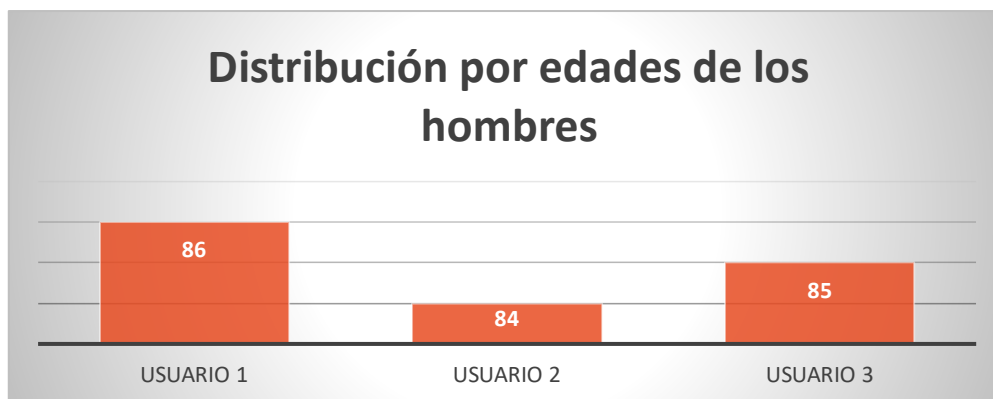


Ilustración 14- Distribución por edades de los hombres (Taller Música y salud)

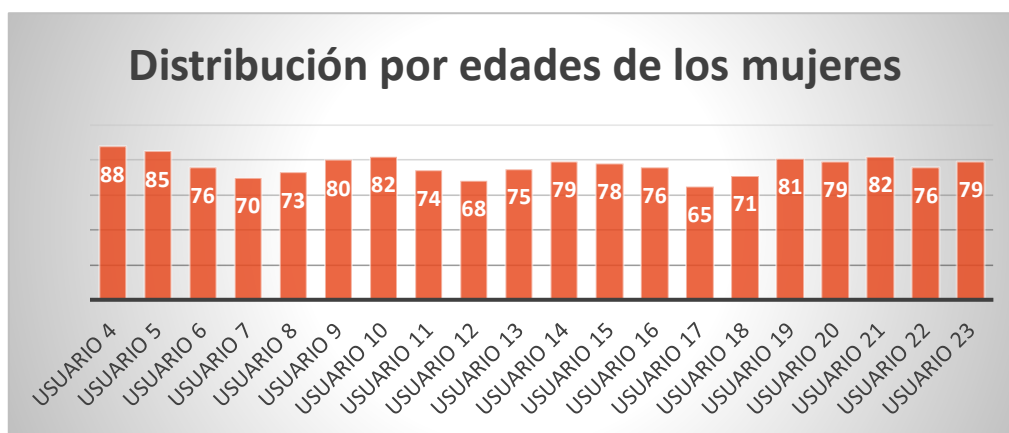


Ilustración 15- Distribución por edades de las mujeres (Taller Música y salud)

2.3. TEMPORALIDAD: FECHA DE REALIZACIÓN

- Día: 8 de marzo.
- Hora de comienzo: 10:00 a.m.
- Hora de finalización: 11:30 a.m.

2.4. ÍNDICE DE PARTICIPACIÓN

- 100%

2.5. SECCIÓN DEL PROGRAMA ENRÉDATE

- Charlas de Salud.

3.- INCIDENCIAS TÉCNICAS

Debido a la falta de acceso a internet en las instalaciones tuve que articular medios para conseguir el material y llevarlo al aula. El procedimiento fue descargar el material previamente a la sesión.

4. -EVALUACIÓN

4.1. APARTADO CUALITATIVO. VALORACIÓN DE LA ACEPTACIÓN

Todas las actividades ejecutadas en el taller tuvieron apreciación positiva. La participación fue alta de manera general.

4.2. ACTIVIDADES QUE NO HAN GUSTADO

Las actividades han gustado en líneas generales. Los únicos comentarios negativos fueron con respecto a *Theme from Psycho* (1960) – *Shower*, puesto que causó un impacto emocional negativo. En realidad, se buscaba esa desestimación, ya que se trataba de evidenciar como la música puede generar cambios emocionales muy fácilmente. Pese a los comentarios, el ejercicio se comprendió y tuvo éxito en la medida que les hizo reflexionar.

4.3. ACTIVIDADES QUE HAN GUSTADO Y QUE SON PERTINENTES DE UTILIZARSE EN OTRAS SESIONES

Todas las actividades puestas en marcha en esta sesión son pertinentes para utilizarse en otras sesiones. De hecho, tras la aceptación de estas, algunas han sido adoptadas y utilizadas en otras sesiones, sirviendo como pauta para el trabajo posterior.

En concreto entre ellas están:

- El ejercicio corto de memoria y canto sigue con el mismo mecanismo que en talleres previos, pero incorporándose esta vez, también por escrito. Esto se puede observar en las fichas realizadas en el Taller de Música y salud. Después, se utilizaron las secuencias resultantes de vocales de algunos usuarios y una vez creadas las líneas melódicas comenzamos a cantar. La actividad se hizo más compleja pero el resultado fue muy positivo. Considero que esta vez fue la mejor realizada. Un detalle muy eficaz fue la utilización de la técnica de la pregunta-respuesta donde se crearon dos grupos de personas y cada uno ejecutaba las melodías vocales correspondientes (Anexo VI).
- La *canción de bienvenida* es útil en todos los talleres. En este caso las personas que ya conocían el ejercicio no solo se coordinaban mucho mejor, sino que la cantaron

conjuntamente. En este mismo sentido, las personas que lo hicieron por primera vez lograron coordinarse con excelentes resultados (Anexo IV).

- Las fichas de actividades del Taller Música y salud fueron muy útiles. En este caso concreto, las personas rellenaron por escrito las preguntas relacionadas con emociones y recuerdos sobre la base de la música escuchada. La actividad es muy interesante no solo porque propicia debate, reflexión y expresión de las emociones y de los recuerdos, sino que también estimula la escucha activa de la cual deriva todo lo demás (Anexo VI). La última canción usada es la composición propia que lleva como título *Viajemos*. Interpretar esta canción en vivo, impactó a los asistentes notablemente y debido a las reacciones positivas decidí usarla en otros talleres con distintos enfoques (Anexo IV).

5.- RECURSOS Y ACTIVIDADES QUE NO SE HAN UTILIZADO

El segundo ejercicio de las fichas de actividades del Taller Música y salud no fue utilizado completamente por motivos de tiempo (Anexo VI). Las dos piezas musicales que no fueron utilizadas aparecen junto con el resto en los datos del Taller Música y salud y las indico en el cuadro siguiente (Anexo V).

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 7	La oreja de Van Gogh	<i>Jueves</i> ⁵⁸
Pieza 8	Axel	<i>Celebra la vida</i> ⁵⁹

Tabla 9-Dos piezas musicales no utilizadas (Taller de Música y salud)

⁵⁸ “*Jueves*”, vídeo de YouTube, 3:58, publicado por “La Oreja de Van Gogh” el 24 de octubre de 2009, <https://www.youtube.com/watch?v=cQHkDCaa5Ac> .(consultado 1 de marzo 2019).

⁵⁹ “*Celebra la vida*”, vídeo de YouTube, 3:23, publicado por “Axel” el 16 de noviembre de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=8XSw1Q6jBoI> .(consultado 1 de marzo 2019).

6. GRÁFICOS RELATIVOS A LA ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE MÚSICA Y SALUD

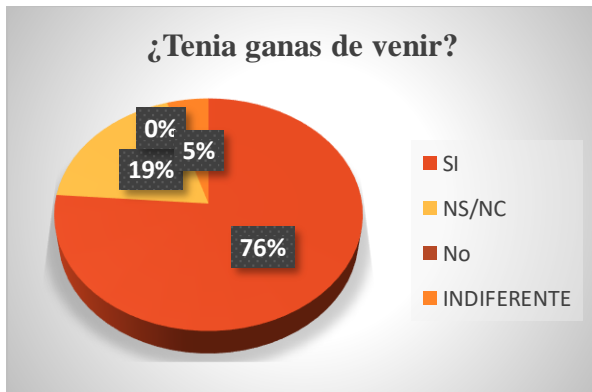


Ilustración 16- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de Música y salud)

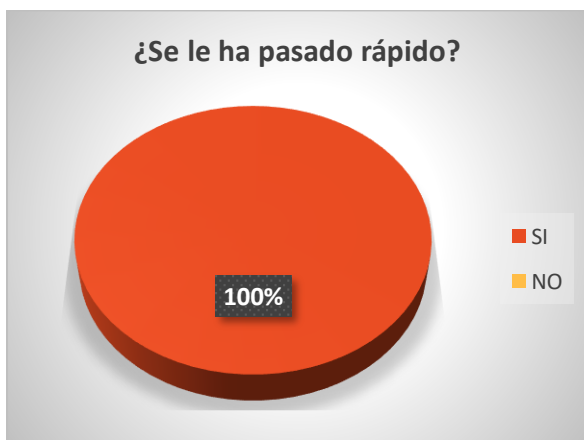


Ilustración 17- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de Música y salud)

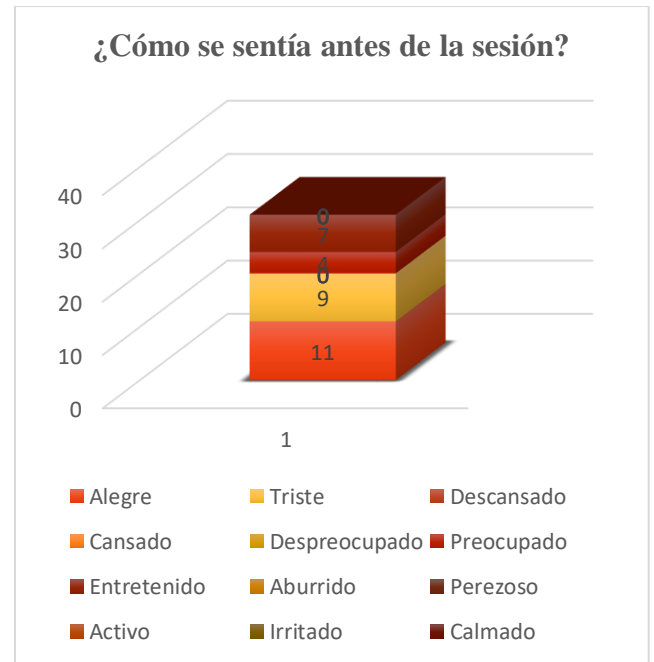


Ilustración 18- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de Música y salud)

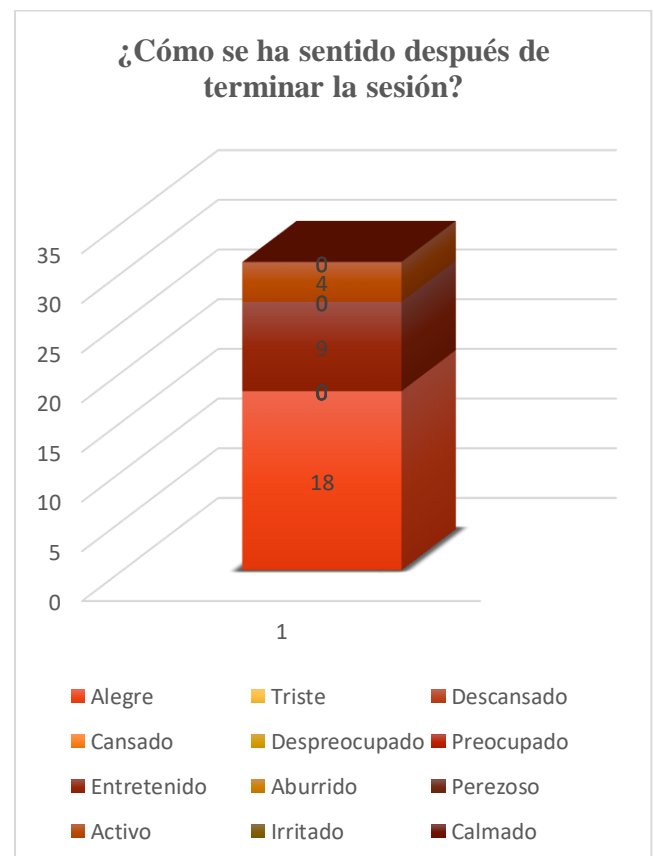


Ilustración 19- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller Música y salud)

1.EJECUCIÓN DEL TALLER

1.1. PRESENTACIÓN

El taller comienza con el reparto por parte de María Jesús de la letra de la canción *Madre tierra (oye)* de Chayanne (Anexo IV) y del Modelo de encuesta específica del Taller de canto utilizada (Anexo VII) que se puede ver resuelto en la encuesta específica del taller de canto (Anexo III). Mientras realizamos el ejercicio corto de memoria con canto. En este caso pido que escriban en un folio su nombre, el nombre de un amigo o amiga de la infancia y el nombre de un familiar con las correspondientes vocales. Voluntariamente varios asistentes levantan la mano diciéndome las vocales, las apunto en la pizarra y creo líneas melódicas acompañándome del ukelele. Seguidamente, cantamos de diferentes formas las líneas melódicas creadas. El formato que adoptamos es el de cantar por grupos, en el modelo pregunta y respuesta. La actividad se prolonga 15 minutos. A continuación, realizamos la actividad de la *canción de bienvenida* (Anexo IV). La actividad se prolonga otros 10 minutos.

Posteriormente escuchamos las canciones elegidas de los ganadores del Taller de boleros. Uno de ellos me solicita un tango y yo elijo *Zita* de Astor Piazzolla. Ello se prolonga unos 10 minutos.

Las canciones aparecen en los datos del Taller de canto (Anexo V). Son las siguientes:

N.º pieza	Interpreté/Autor/Grupo	Título
Pieza 1	Manolo Escobar	<i>Popurrí de pasodobles</i> ⁶⁰
Pieza 2	Marifé de Triana	<i>Encrucijada</i> ⁶¹
Pieza 3	Astor Piazzolla	<i>Zita</i> ⁶²

Tabla 10-Piezas musicales elegidas por usuarios (Taller de canto)

⁶⁰ “*Popurrí de pasodobles*”, vídeo de YouTube, 4:00, publicado por “YouMoreTv – Espectáculo” el 17 de febrero de 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=j7ezhP0hUek>.(consultado 19 de febrero 2019).

⁶¹ “*Encrucijada*”, vídeo de YouTube, 4:58, publicado por “milena16011” el 13 de octubre de 2011, <https://www.youtube.com/watch?v=lotUOHQqQ4s>. (consultado 19 de febrero 2019).

⁶² “*Zita*”, vídeo de YouTube, 4:32, publicado por “CapitaineBM” el 10 de junio de 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=H6CSXlYxYtg>. (consultado 19 de febrero 2019).

Una vez escuchadas les ofrezco 5 opciones temáticas para la siguiente sesión y ellos tienen que elegir 2. Las opciones se diferencian en la época, género y estilo y se encuentran en la música occidental, pero el fundamento es el mismo, conocer música de la historia de España. Eligieron el siglo XIX y XX y con esta decisión realicé el Taller: Debate sobre Felipe Pedrell y el Taller: El folclore español que desconocías con contenido realizado en octubre de 2018 y adaptaciones basadas en sugerencias de los usuarios y de la dirección del centro. Se prolonga 5 minutos la decisión.

Después el director que acompaña esta sesión introduce la actividad: aprender a cantar la canción *Madre tierra (oye)* de Chayanne. Primero visualizamos el vídeo oficial⁶³ y posteriormente con la ayuda del proyector donde se observa la letra también, comenzamos a cantar. La actividad se prolonga 50 minutos.

1.2. CIERRA DE SESIÓN

La sesión se cierra con la visualización de un vídeo de motivación relacionado con la danza. Se trata de un fragmento de uno de los programas del Hormiguero 3.0. donde Sarah Paddy baila.⁶⁴ Ocupa 5 minutos. Posteriormente se entrega el Modelo de encuesta específica del Taller de canto utilizada (Anexo VI) y los asistentes la completan (Anexo II).

1.3. MATERIAL EXTRA APORTADO A LOS ASISTENTES

En los datos del Taller de Canto aparece contenido del Taller Música y salud. Decidí introducirlo para que los usuarios que no fueron al taller pudieran tener el material (Anexo VI).

2.-VALORACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS SESIONES

2.1. APARTADO CUANTITATIVO: ASPECTOS TÉCNICOS Y DE MEDIOS

Número de asistentes

- Totales: 20.
- Hombres: 4.
- Mujeres: 16.

⁶³ “*Madre tierra (oye)*”, vídeo de YouTube, 3:44, publicado por “Chayanne” el 13 de febrero de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=VkuRIZ7QyDM> (consultado 8 de marzo de 2019).

⁶⁴ “Los bailes de Sarah Paddy - El Hormiguero 3.0”, vídeo de YouTube, 5:23, publicado por “Antena 3” el 9 de enero de 2016. <https://www.youtube.com/watch?v=t8vz8jLhvKY> (consultado 29 de enero 2019).

2.2. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

2.2.1. DISTRIBUCIÓN POR SEXO

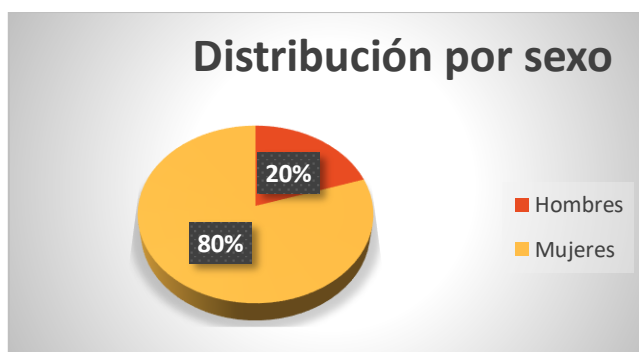


Ilustración 20- Distribución por sexo (Taller de canto)

2.2.2. DISTRIBUCIÓN POR EDADES

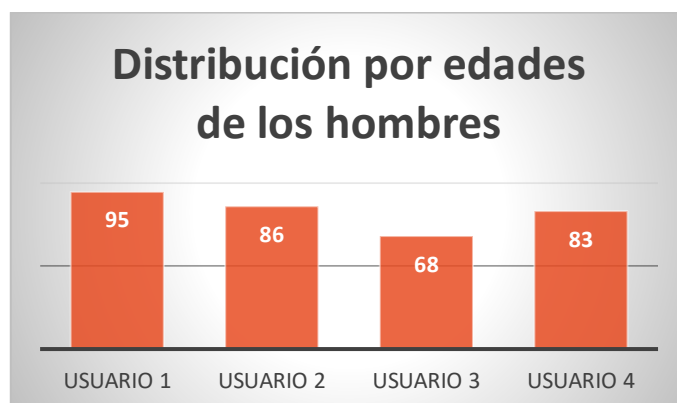


Ilustración 21- Distribución por edades de los hombres (Taller de canto)



Ilustración 22- Distribución por edades de las mujeres (Taller de canto)

2.3. TEMPORALIDAD: FECHA DE REALIZACIÓN

- Día: 12 de marzo.
- Hora de comienzo: 17:00.
- Hora de finalización: 18:40.

2.4. ÍNDICE DE PARTICIPACIÓN

- 100%

2.5. SECCIÓN DEL PROGRAMA ENRÉDATE

- Música y tertulia.

3.- INCIDENCIAS TÉCNICAS

Debido a la falta de acceso a internet en las instalaciones tuve que articular medios para conseguir el material y llevarlo al aula. El procedimiento fue descargar el material previamente a la sesión.

4. -EVALUACIÓN

4.1. APARTADO CUALITATIVO. VALORACIÓN DE LA ACEPTACIÓN

Todas las actividades ejecutadas en el taller tuvieron apreciación positiva. La participación fue alta de manera general.

4. 2. ACTIVIDADES QUE NO HAN GUSTADO

No se indica de manera negativa ninguna.

4.3. ACTIVIDADES QUE HAN GUSTADO Y QUE SON PERTINENTES DE UTILIZARSE EN OTRAS SESIONES

Todas las actividades puestas en marcha en esta sesión son pertinentes para utilizarse en otras sesiones.

- Ejercicio corto de memoria y canto lo he utilizado en otros talleres y es muy eficaz. En este caso concreto lo utilizo a modo de presentación antes de introducir la *canCIÓN de bienvenida* y consiste en decir el nombre de un amigo o amiga de la infancia y el nombre de un familiar con las correspondientes vocales. Posteriormente se incorpora el canto por parte de los usuarios tal y como he mencionado en la presentación.

- La *canción de bienvenida* la he utilizado en todos los talleres que he realizado. Es una actividad eficaz pues siempre ha sido valorada por los asistentes de manera positiva. Actúa como una “entradilla” de reconocimiento del lugar de socialización, ubicación y preparación para la interacción (Anexo IV).
- Aprendizaje de la canción *Madre tierra (oye)* de Chayanne. Esta actividad tuvo una apreciación positiva por los asistentes muy alta. Esto se puede observar en la entrevista Óscar Esteban donde no solo refleja su entusiasmo por esta actividad, sino que comenta datos pertinentes sobre el porqué se decidió realizarla (Anexo I).

El proyecto lo llevaba Barbara, que es el proyecto de apoyo a los cuidadores. Nos pidieron desde Madrid que hiciéramos una actividad de apoyo a los cuidadores que animará. Todas las actividades de apoyo a los cuidadores anteriores eran del tipo “vivir con la enfermedad”, “como pasar las navidades y no deprimerte”. Se centraban demasiado en sobrellevar la enfermedad y Barbara dijo: “hay que intentar focalizarse en la parte positiva de la vida que no por tener una enfermedad o por ser cuidador has perdido tu vida”. Intentamos mirar cómo hacerlo. Yo le propuse la idea de “islas” ya que todo el mundo tenemos “islas” mentales en las que te aíslas, pero también repones fuerzas. Ella se acordó de esa canción. Yo creo que es básica en el sentido de que “abre los ojos” a muchos, ya que hay montón de cosas alegres en la vida. Aunque te haya pasado una desgracia no significa que no puedas tener pequeñas “islas” en las que reponerte y disfrutar de la vida. Y a partir de eso hicimos la canción. La sesión de la canción yo creo que ha sido la mejor con mucho y de lejos: se perdió la vergüenza totalmente, se perdió el miedo a cantar bien o mal, se cumplió el objetivo de publicarse y nos felicitaron desde Madrid. Pero eso es lo de menos, lo mejor fueron sobre todo las risas que nos echamos, como nos reímos ese día, como disfrutamos con la música, para mí ha sido lo mejor.⁶⁵

También se puede observar esa apreciación en la entrevista a los tres usuarios (Anexo I)⁶⁶.

H1: [Risas] No me entraba lo de cerrar los ojos, mira hacia arriba. Yo decía mira tus ojos [risas]. Ha estado muy bien la verdad. Yo tu canción se la enseñé esa tarde a mi hija, al yerno y a la nieta para que lo vieran, y les dije: “mira lo que hacemos”. Y voy encantado.

M2: Muy divertido, si lo de abre los ojos. A el *usuario 1* no le entraba y ayer que lo hicimos corría como el ave [risas]. Lo que nos hemos reído. Ha estado muy bien y la canción que has

⁶⁵ Entrevista del autor a Óscar Esteban Argüello, Valladolid 14-01-2019 (Ver Anexo I).

⁶⁶ Entrevista del autor a tres usuarios, Valladolid 05-06-2019 (Ver Anexo I).

hecho tu es muy bonita con mucha garra, ya te dije que parecía una canción escrita por una persona con muchas más vivencias de tu edad. Yo la tengo en casa la letra.

M3: Muy bien, me lo pase muy bien.

Esta actividad siguió ejecutándose en el Breve ensayo de la canción *Madre tierra (oye)* y a la mitad de la sesión en el Taller: Completa la música y en este último es donde se grabó con dos dispositivos móviles, el de Óscar Esteban y el de una voluntaria puesto que hubo problemas técnicos con el equipo de audio y el programa de Audacity. Una vez grabado Óscar realizó la edición. Los intérpretes fueron los usuarios, la hija de Óscar y yo. Desde un punto de vista interpretativo se observa claramente que el resultado no es calidad y la edición tiene problemas derivados principalmente de la forma en que se grabó, pero ese no es el objetivo ya que el objetivo importante es social y tiene que ver con la participación y la pérdida de la vergüenza. Esta actividad también forma parte del Taller de despedida.

- La visualización del vídeo de motivación de Sarah Paddy resultó apropiado para cerrar la sesión. En este caso, no era un vídeo humorístico como tal, pero sí tuvo una función de entretenimiento además de reflexión.

5.- RECURSOS Y ACTIVIDADES QUE NO SE HAN UTILIZADO

No se indica ninguna.

6. GRÁFICOS RELATIVOS A LA ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE CANTO



Ilustración 23- ¿Tenía ganas de venir? (Taller de canto)



Ilustración 24- ¿Se le ha pasado rápido? (Taller de canto)

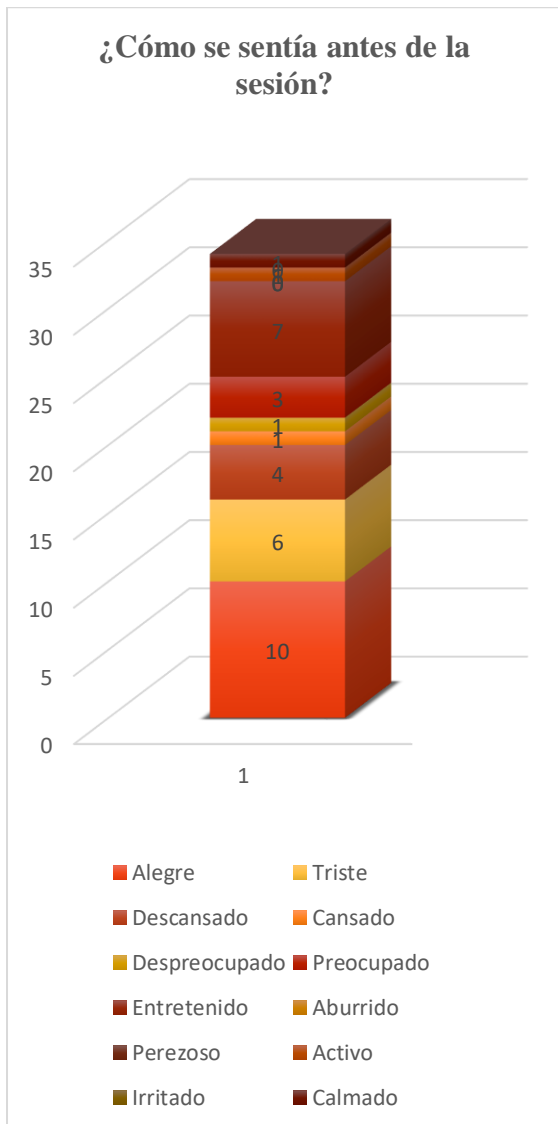


Ilustración 25- ¿Cómo se sentía antes de la sesión? (Taller de canto)

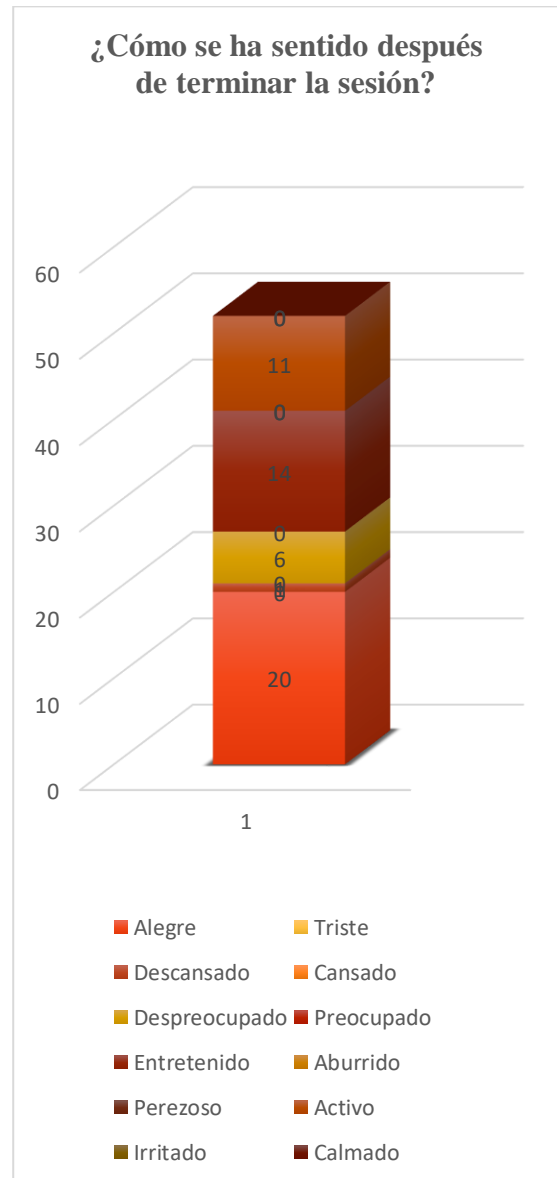


Ilustración 26- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (Taller de canto)

1.EJECUCIÓN DEL TALLER

1.1. PRESENTACIÓN

El taller comienza con mi presentación comentando que sustituiré a la compañera que da las clases tanto este día como el siguiente. Indico que estoy encargado de las sesiones de música, así que en estos talleres de memoria voy a utilizar la memoria con música. Seguidamente explico que en todos los talleres que realizo empiezo con la *canCIÓN de bienvenida* y, por tanto, explico a los asistentes que no me conocen en que consiste y ejecutamos la actividad. Se prolonga 10 minutos (Anexo IV).

El material para esta actividad es el siguiente:

- una guitarra. Normalmente utilizo ukelele, pero en esta sesión utilicé una guitarra.
- letra de la *canCIÓN de bienvenida* (Anexo IV).

Posteriormente dos compañeras voluntarias y yo repartimos las fichas del Taller de Música con memoria I (Anexo VI). Un ejemplo visual realizado se puede encontrar en el Anexo III. Explico en qué consisten los ejercicios y se ejecutan las actividades. El primero se trata de un pasa palabra musical; en el segundo se trata de ordenar las frases; en el tercero se trata de realizar la sopa de letras y posteriormente ordenar alfabéticamente los códigos; en el cuarto se trata de realizar la sopa de letras que alude a piezas musicales de los códigos; en el quinto se trata de sustituir los números por las palabras asociadas; en el sexto se trata de descubrir la frase sustituyendo los números por las letras asociadas; en séptimo se trata de realizar las operaciones correspondientes y así detectar cuales son correctas, el resultado de las correctas corresponde a una composición musical que se descubre ordenando las fechas de menor a mayor; en el octavo se trata de contar cuantas veces la vocal “o” está en cada frase, posteriormente uno de los usuarios lee el párrafo; El noveno está formado por tres ejercicios que estimulan la memoria a corto plazo. El ejercicio consiste en memorizar donde estén colocados los instrumentos proyectados en la pizarra digital y posteriormente comprobar si los números asociados a cada instrumento son los correctos. El orden aquí expuesto se establece por la dinámica establecida en la sesión, no obstante, tal y como se muestra en las fichas la numeración difiere (Anexo VI). Las actividades se prolongan 80 minutos.

1.2. CIERRA DE SESIÓN

Se reparte datos del Taller Música con memoria I (Anexo V).

1.3. MATERIAL EXTRA APORTADO PARA LOS ASISTENTES

Datos del Taller Música con memoria I. Este material es aportado para que el usuario pueda acceder a él siempre que quiera. En este sentido sirve de herramienta divulgativa. Es importante destacar el contenido audiovisual que se muestra en este recurso que no fue utilizado de manera explícita sino implícita por medio de las actividades.

2.-VALORACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS SESIONES

2.1. APARTADO CUANTITATIVO: ASPECTOS TÉCNICOS Y DE MEDIOS

Número de asistentes:

- Totales: 36.
- Hombres: 10.
- Mujeres: 26.

2.2. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

2.2.1 DISTRIBUCIÓN POR SEXO



Ilustración 27- Distribución por sexo (Taller de Música con memoria)

2.2.2 DISTRIBUCIÓN POR EDADES

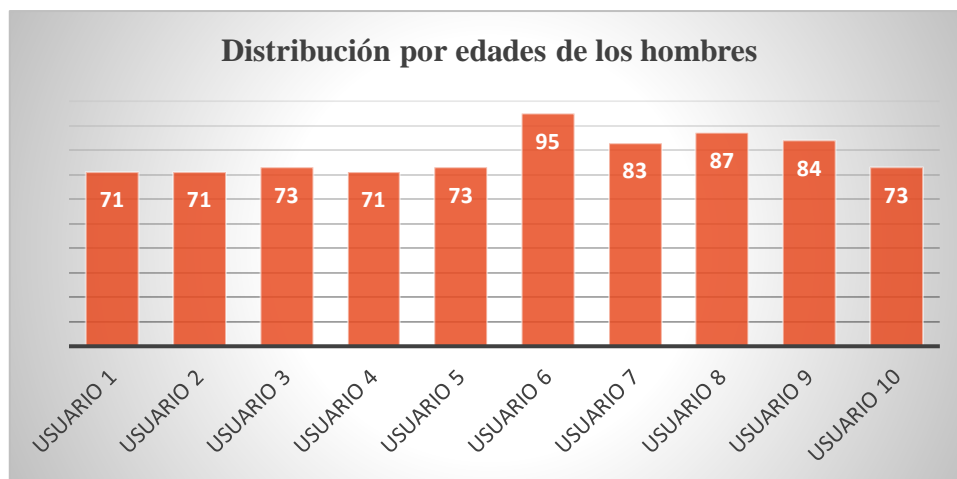


Ilustración 28- Distribución por edades de los hombres (Taller de Música con memoria I)

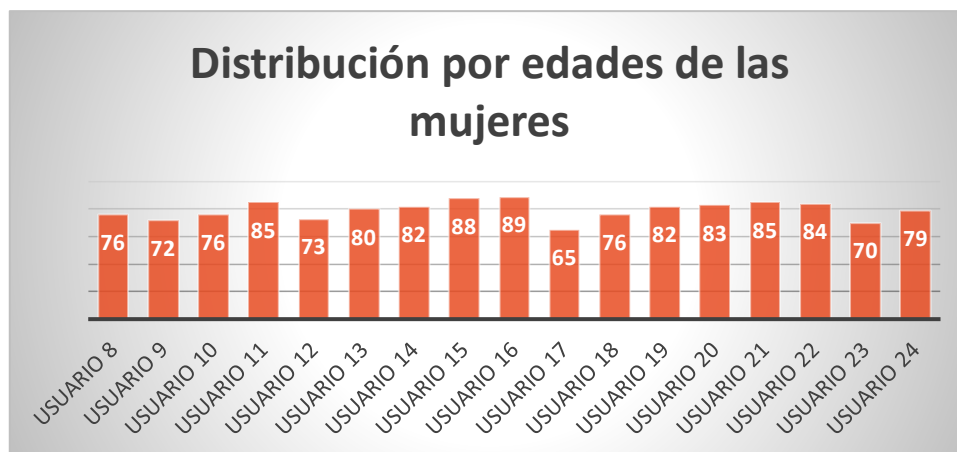


Ilustración 29- Distribución por edades de las mujeres (Taller de Música con memoria I)

2.3. TEMPORALIDAD: FECHA DE REALIZACIÓN

- Día: 21 de mayo.
- Hora de comienzo: 10:00.
- Hora de finalización: 11:30.

2.4. ÍNDICE DE PARTICIPACIÓN

- 100%

2.5. SECCIÓN DEL PROGRAMA ENRÉDATE

- Memoria.

3.-INCIDENCIAS TÉCNICAS

No se indica ninguna.

4. -EVALUACIÓN

4.1. APARTADO CUALITATIVO. VALORACIÓN DE LA ACEPTACIÓN

Todas las actividades ejecutadas en el taller tuvieron apreciación positiva. La participación fue total.

Es pertinente destacar que un factor clave para que el taller funcionara fue la dinámica de trabajo. Tanto para el Taller de Música con memoria I como para el Taller de Música con memoria II, desarrollé actividades que estimulan la memoria y a la vez su contenido es musical. Fue muy útil desarrollar un contenido extenso porque me permitió controlar mejor los talleres atendiendo a las necesidades del momento, de tal manera que todo era muy dinámico y cuando los usuarios se estancaban en alguna actividad rápidamente cambiaba el foco explicando la siguiente. En este sentido tanto las compañeras voluntarias que me acompañaron como varios asistentes se acercaron al finalizar la sesión y me comunicaron sus impresiones positivas. Las ideas más relevantes que se me comunicaron y agradecieron todos fueron las siguientes: el dinamismo, el entretenimiento, el aprendizaje de aspectos musicales que no habían visto nunca y la superación de retos.

4. 2. ACTIVIDADES QUE NO HAN GUSTADO

No se indica de manera negativa ninguna.

4.3. ACTIVIDADES QUE HAN GUSTADO Y QUE SON PERTINENTES DE UTILIZARSE EN OTRAS SESIONES

Todas las actividades puestas en marcha en esta sesión son pertinentes para utilizarse en otras sesiones. De hecho, tras la aceptación de las actividades, algunas de ellas las he adoptado para el Taller de Música con memoria II, incluyendo la actividad de la *canción de bienvenida* utilizada en todos los talleres (Anexo IV).

- La *canción de bienvenida* la he utilizado en todos los talleres que he realizado. Es una actividad eficaz pues siempre ha sido valorada por los asistentes de manera positiva. Actúa como una “entradilla” de reconocimiento del lugar de socialización, ubicación y preparación para la interacción. En el caso concreto de este taller la adaptación por parte

de todos los asistentes a la actividad fue más rápida de lo que podría pensarse al tratarse de un grupo con un mayor número de personas. Todos los asistentes aplaudieron al término de la actividad y hubo diversos comentarios positivos al respecto por su parte al finalizar la sesión (Anexo IV).

- Fichas del Taller de Música con memoria I (Anexo VI). Todas las actividades de estas fichas tuvieron una apreciación positiva. Dado el éxito del taller se utilizaron la mayoría de las actividades para el Taller de Música con memoria II (Anexo VI) cambiando el contenido. En consecuencia, el Taller de Música con memoria II también tuvo una apreciación positiva por parte de los asistentes, incluso mayor. Para visualizar los ejercicios realizados de este taller se puede ver en fichas realizadas en el taller Música con memoria II (Anexo III).

5.- RECURSOS Y ACTIVIDADES QUE NO SE HAN UTILIZADO

No se indica ninguna.

3.1.6 ANÁLISIS DEL RESTO DE TALLERES

Título del taller	Descripción	Material utilizado	Resultados	Tiempo de ejecución	Número de asistentes
Nº.5 -Breve ensayo de la canción Madre tierra (oye)	El taller se dividió en dos partes. La primera parte la ejecutó Óscar Esteban y la segunda parte la ejecuté yo. En mi parte se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i> y se realiza un ensayo de la letra de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> de Chayanne (Anexo IV).	-ukelele. -letra de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> de Chayanne (Anexo IV).	La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios comentaron que se divirtieron mucho.	11:00-11:30 (ejecución del ensayo) 10:00-11:30 (tiempo total).	Totales 17, hombres 3 y mujeres 14.
Nº.6- Taller: Completa la música	Se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i> , se realizan las actividades correspondientes y se realiza la grabación de Letra de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> de Chayanne (Anexo IV).	-ukelele. -datos del Taller: Completa la música (Anexo IV). -Taller: Completa la música (Anexo VI). -fichas realizadas en el Taller: Completa la música (Anexo III).	La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios se expresaron emocionalmente y se divirtieron con la grabación de letra de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> de Chayanne (Anexo IV).	17:00-18:55.	Totales 16, hombres 4, mujeres 12.
Nº.7- Taller: Debate sobre la canción Viajemos	Se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i> , se realizan parte de las actividades correspondientes debido a que el debate sobre la letra de la canción <i>Viajemos</i> (composición propia) (Anexo IV) ocupa casi toda la sesión por el interés de los usuarios.	-ukelele. -letra de la <i>canción de bienvenida</i> (Anexo IV). -Taller: Debate sobre la canción <i>Viajemos</i> (Anexo VI). -letra de la canción <i>Viajemos</i> (composición propia) (Anexo IV).	La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios se expresaron emocionalmente y agradecieron el debate y la reflexión que la letra de la canción <i>Viajemos</i> (composición propia) (Anexo IV) generó.	17:00-18:40.	Totales 18, hombres 4, mujeres 16.

<p>Nº.8- Taller: Debate sobre Felipe Pedrell</p>	<p>Se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i>, se reparte el material correspondiente y se realiza un debate al respecto y una escucha del material musical relacionado.</p>	<p>-ukelele. -letra de la <i>canción de bienvenida</i> (Anexo IV). -No te acostarás sin conocer un músico más (Anexo IV).</p>	<p>La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios conocieron la figura de Felipe Pedrell y agradecieron el conocimiento, así como, el debate en torno al nacionalismo musical que él representa y el nacionalismo en general. Se estimuló el recuerdo.</p>	<p>17:00-18:40.</p>	<p>Totales 21, hombres 6, mujeres, 15.</p>
<p>Nº.9- Taller: El folclore español que desconocías</p>	<p>Se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i>, se reparte el material correspondiente y se realiza un debate sobre el folclore, así como la escucha de música relacionada con el tema de la sesión.</p>	<p>-guitarra. -letra de la <i>canción de bienvenida</i> (Anexo IV). -El folclore español que desconocías (Anexo IV).</p>	<p>La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios conocieron figuras de la generación del 98 musical y folclore diverso, también pudieron expresar sus opiniones al respecto del contenido.</p>	<p>17:00-18:30.</p>	<p>Totales 22, hombres 7, mujeres 27.</p>
<p>Nº.11- Taller de Música con memoria II</p>	<p>Se ejecuta la <i>canción de bienvenida</i> y se reparte el material correspondiente. Seguidamente los usuarios realizan las actividades.</p>	<p>-guitarra. - letra de la <i>canción de bienvenida</i> (Anexo IV). -Taller de Música con memoria I (Anexo VI). -fichas realizadas en el Taller Música con memoria II (Anexo III).</p>	<p>La participación fue alta, se estimuló la cognición a través de las actividades, se estimuló la psicomotricidad, se agradeció el aprendizaje musical.</p>	<p>17:00-18:30.</p>	<p>Totales 33, hombres 7, mujeres 26.</p>

		-datos del Taller Música con memoria II (Anexo V).			
Nº.12- Taller de Despedida	El taller se concibe como finalización de la serie de talleres impartidos. En consecuencia, a través de la interacción con los usuarios decidimos que este taller se basara en el canto, esto es debido a que el Taller de canto fue el más valorado. En consecuencia, recopilé todas las canciones que hemos interpretado a lo largo de las sesiones e incorporé la letra de la canción: <i>Y llega el veranito</i> (composición propia). (Anexo IV) que fue compuesta para el final de curso 2018 a través de la interacción con los usuarios.	-guitarra. -letra de la <i>canción de bienvenida</i> (Anexo IV). -letra de la canción <i>Madre tierra (oye)</i> de Chayanne (Anexo IV). -letra de la canción <i>Viajemos</i> (composición propia) (Anexo IV). -letra de la canción <i>Todos los martes</i> (composición propia). (Anexo IV). -letra de la canción: <i>Y llega el veranito</i> (composición propia). (Anexo IV).	La participación fue alta, se estimuló la psicomotricidad, los usuarios se divirtieron mucho y expresaron sus emociones.	17:00-18:30.	Totales 20, hombres 3, mujeres 17.

Tabla 11-Análisis del resto de talleres

IV. CONCLUSIONES

La elaboración de la programación y ejecución de la intervención sociorecreativa permite dar validez a la hipótesis marcada al inicio: la aplicación de actividades musicales en programas de acción social relacionados con la prevención del aislamiento social constituye una herramienta efectiva. Esta conclusión podemos extraerla de los resultados obtenidos del presente trabajo que ponen de manifiesto la utilidad de este tipo de intervenciones. En este sentido, utilizar recursos de contenido musical en programas de acción social es una opción plausible. La confirmación de mejoras, tanto en el estado anímico de todos los usuarios con la participación en las sesiones como en el desarrollo de las relaciones personales dentro y fuera de las mismas y en la expresión de las emociones, constatan que la intervención sociorecreativa ejecutada es eficaz, sobre todo después de realizar un análisis de los resultados. Todo esto nos lleva a determinar que los objetivos marcados han sido superados con éxito.

Este cumplimiento se ha producido tanto en los objetivos generales como en los específicos que han sido enumerados en este documento. En referencia a los generales, en primer lugar, se consigue la sensibilización a todos los niveles; en segundo lugar, se fomenta particularmente el debate y el aprendizaje mutuo entre los adultos mayores teniéndose en cuenta las indicaciones de la dirección del proyecto Enrédate; y en tercer lugar, la aplicación de esta intervención ofrece un marco útil para la realización de nuevas acciones musicales que permitan a las partes interesadas desarrollar actividades específicas y comprometerse a alcanzar nuevos objetivos. Por otro lado, en referencia a los específicos, algunos de los cuales inicialmente ya fueron marcados por el proyecto Enrédate, el éxito en la consecución de estos ha sido una prioridad en todo momento, ello ha repercutido en un incremento de la calidad de vida de los participantes, y en un aumento de la autoestima y del grado de interacción social. En relación a la coordinación psicomotriz, la actividad de la *canción de bienvenida* ha sido fundamental y no solo ha permitido la mejoría en ese aspecto, sino que también, ha reducido los estados de estrés y provocado una mayor relajación. La estimulación sensorial a través de la música, así como el desarrollo de debates entre los participantes, ha propiciado la comunicación y la expresión de las emociones. La difusión del conocimiento musicológico ha quedado constatada dentro de las sesiones y fuera de ellas, con recursos específicos de carácter suplementario proporcionados (“material extra”). La ejecución de actividades también ha permitido una mayor estimulación de la memoria y la mejora de las habilidades cognitivas.

Es importante tener en cuenta las diferencias generacionales además de las distintas distribuciones entre hombres y mujeres del público objetivo, y que se puede ver de forma sencilla a través de los gráficos de edad y sexo realizados. Esta distribución heterogénea ha

pautado la ejecución de los talleres y ha influido en el aspecto participativo tan fundamental en la intervención. Todo ello ha contribuido a una mayor conexión grupal cuyo resultado se ha cristalizado en una minimización de los problemas derivados de esta diversidad.

Personalmente, el desarrollo y puesta en práctica de este trabajo me ha permitido mejorar en la concreción de objetivos y en la interpretación de resultados. Por otro lado, mis habilidades sociales se han incrementado, principalmente en comunicación y en la resolución de conflictos, aspectos determinantes para tratar con los adultos mayores en esta actividad voluntaria. También, la ejecución de la intervención me ha servido para poner en práctica parte del conocimiento aprendido durante estos años cursando el Grado de Historia y Ciencias de la Música.

V. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- Alberto Rico, Carlos. *Recreación y Adulto Mayor: La tercera edad en el Plan Nacional de Recreación*. Ponencia presentada en el 1er. Congreso Nacional de atención integral al adulto mayor, Bogotá: Funlibre-Centro de Documentación Virtual en Recreación, 1999.
- Benito Martínez, Juan, y Francisca Martínez. *Intervención socioeducativa para personas mayores*. 7 de mayo de 2017.
- Carballeda, Alfredo J. *La intervención en lo social. Exclusión e integración en los nuevos escenarios sociales*. Buenos Aires: Paidós Iberia, 2002.
- Castell Hernández, Laura. “La aplicación de la musicoterapia en el ámbito geriátrico a través de las canciones de la infancia”. Trabajo Fin de grado, Universidad de Valladolid, 2017.
- Daniel, Sheehy. “A Few Notions about Philosophy and Strategy in Applied Ethnomusicology.” *Society for Ethnomusicology* 36, nº 3 (1992): 323-336.
- Giné Freixes, Núria, y Artur Parcerisa-Aran. “La intervención socioeducativa desde una mirada didáctica, Estudios y Propuestas Socioeducativa” *Edetania*, nº 45 (2014): 55-72.
- Le Guin, Elisabeth. “Applied Ethnomusicology and Musicology.” *Ethnomusicology Review* 17 (2012): 1-2.
- Losada Menéndez, Sandra. *Metodología de la Intervención Social*. Madrid: Editorial Síntesis, 2016.
- Martí, Josep. “La idea de "relevancia social" aplicada al estudio del fenómeno musical.” *Revista transcultural de música*, nº 1 (1995).
- Max-Neef, Manfred A., Antonio Elizalde y Martin Hopenhayn. *Desarrollo a escala humana: Conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones*. Montevideo: Nordan-Comunidad, 1994.
- Molinos Manero, María. “Propuesta de intervención musical para la mejora del bienestar psicológico en personas de la tercera edad”. Trabajo Fin de grado, Universidad de Valladolid, 2017).
- Explained Eurostat Statistics. “Estructura demográfica y envejecimiento de la población.” 2018.
- Fortea Bagán, Miguel Ángel. En *Metodologías Didácticas para la enseñanza/aprendizaje de competencias*. Castellón: Unitat de Suport Educatiu (USE), Universitat Jaume I, 2009.

Moody, H. R. "Philosophical presuppositions of education for Old Age." *Educational Gerontology*, 1976: 1-16.

Losada Menéndez, Sandra. *Metodología de la Intervención Social*. Madrid: Editorial Síntesis. S. A, 2016.

Organización Mundial de la Salud. «Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud.» 2015, 237.

Unidas, Naciones. *Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*. 8-12 de abril de 2002.

- “*Alma, corazón y vida*”. Vídeo de YouTube, 3:13. Publicado por “HiIsabytes” el 24 de agosto de 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=VHutRUx3KCg>.
- “*La gota fría*”. Vídeo de YouTube, 3:37. Publicado por “Carlos Vives” el 19 de julio de 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=Nmb80HXWsFQ>.
- “*Madre tierra (oye)*”. Vídeo de YouTube, 3:44. Publicado por “Chayanne” el 13 de febrero de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=VkuRIZ7QyDM>.
- “*Algo se muere en el alma*”. Vídeo de YouTube, 4:11. Publicado por “Manuela Cardoso” el 4 de enero de 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=haUACSQnw7c>.
- “*Angelitos Negros*”. Vídeo de YouTube, 3:13. Publicado por “Canciones para el Recuerdo” el 27 de marzo de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=wMtpOivi3pA>.
- “*Aunque no sea conmigo*”. Vídeo de YouTube, 2:54. Publicado por “Rodrigo Salgado” el 8 de abril de 2016. https://www.youtube.com/watch?v=YxzQ8_LLZdw.
- “*Caminemos*”. Vídeo de YouTube, 2:25. Publicado por “lospanchostv” el 15 de junio de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=JbFDhkyio4Q>.
- “*Campanera*”. Vídeo de YouTube, 3:12. Publicado por “Exc Vlc” el 13 septiembre de 2017. <https://www.youtube.com/watch?v=UXYIXoAprm8>.
- “*Celebra la vida*”. Vídeo de YouTube, 3:23. Publicado por “Axel” el 16 de noviembre de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=8XSw1Q6jBoI> .(consultado 1 de marzo 2019).
- “*Concierto de Aranjuez*”. Vídeo de YouTube, 12:38, a partir de una actuación televisada por la RTVE el 24 de abril de 2015. Publicado por “Pablo Sáinz Villegas” el 24 de agosto de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=KzEFQW9CXGc>.
- “*Dios como te amo*”. Vídeo de YouTube, 4:01. Publicado por “Mary Carmen Lozano” el 17 de diciembre de 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=OMu1COt43t8>.
- “*Dónde vas con mantón de manila*”. Vídeo de YouTube, 7:49. Publicado por “ALEJANDRO CR” el 30 de noviembre de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=xzlfXnHQpfA>.
- “*Dos gardenias*”. Vídeo de YouTube, 2:31. Publicado por “tumay20” el 27 de octubre 2008. https://www.youtube.com/watch?v=XIW-v_8Int4.
- “El abuelo Melquiades te enseña cómo componer reggaetón en tan solo 30 segundos - El Hormiguero 3.0”. Vídeo de YouTube, 2:49. Publicado por “Antena 3” el 2 de junio de 2017. <https://www.youtube.com/watch?v=6iOIB0QLy84>.
- “El Abuelo Raperero en El Hormiguero 3.0”. Vídeo de YouTube, 1:33. Publicado por “Antena 3” el 15 de septiembre de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=eINmN4HNB24>.

“*El barbero de Sevilla*”. Vídeo de YouTube, 5:50. Publicado por “elcerandero” el 3 de marzo de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=k9ZddMufCzk>.

“*El Danubio azul*”. Vídeo de YouTube, 10:05. Publicado por “ClassicMusicVals” el 20 de diciembre de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=4FcTYF0OBSg>.

“El placer de las pequeñas cosas al cuidar”. Vídeo de YouTube, 3:48. Publicado por “SerCuidador” el 1 de abril de 2019. <https://www.youtube.com/watch?v=5gTf2Sd8Yx0>.

“*Encrucijada*”. Vídeo de YouTube, 4:58. Publicado por “milena16011” el 13 de octubre de 2011. <https://www.youtube.com/watch?v=lotUOHQqQ4s>.

“*Good Vibrations*”. Vídeo de YouTube, 3:37. Publicado por “Stephen McElvain” el 26 de julio de 2012. https://www.youtube.com/watch?v=Eab_beh07HU.

“*Himno a la alegría*”. Vídeo de YouTube, 4:19. Publicado por “Manu Guinarte” el 4 de noviembre de 2008. <https://www.youtube.com/watch?v=sTv-t8-Ssdw>.

“*Huayños bolivianos*”. Vídeo de YouTube, 7:07. Publicado por “realcopacabana” el 18 de noviembre de 2008. <https://www.youtube.com/watch?v=nelRKtH6anY>.

“*Jueves*”. Vídeo de YouTube, 3:58. Publicado por “La Oreja de Van Gogh” el 24 de octubre de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=cQHkDCaa5Ac>.

“*La hiedra*”. Vídeo de YouTube, 4:10. Publicado por “JURADISTADECORAZON” el 19 de febrero de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=kpKGTLVC-18>.

“*Lo dudo*”. Vídeo de YouTube, 2:50. Publicado por “Jose G” el 17 de diciembre de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=MoRymwF2v58>.

“Los bailes de Sarah Paddy - El Hormiguero 3.0”. Vídeo de YouTube, 5:23. Publicado por “Antena 3” el 9 de enero de 2016. <https://www.youtube.com/watch?v=t8vz8jLhvKY>.

“*Morena de mi copla*”. Vídeo de YouTube, 2:25. Publicado por “La música del recuerdo” el 29 de mayo de 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=667GhrkQJE0>.

“*Noche de ronda*”. Vídeo de YouTube, 3:18. Publicado por “dhivez1” el 28 de febrero de 2013. https://www.youtube.com/watch?v=0vM_M7D-tGc.

“*Pájaro campana*”. Vídeo de YouTube, 4:00. Publicado por “Grupo La Vuelta” el 3 de agosto de 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=hs1FzKqE2nQ>.

“*Perdón*”. Vídeo de YouTube, 2:53. Publicado por “YouMoreTv - Espectáculo” el 19 de mayo de 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=NsII1NxZDCo>.

“*Popurrí de pasodobles*”. Vídeo de YouTube, 4:00. Publicado por “YouMoreTv – Espectáculo” el 17 de febrero de 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=j7ezhP0hUek>.

- “*Por el puente de Aranda*”. Vídeo de YouTube, 3:41. Publicado por “Navalpistons” el 11 de abril de 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=KersGWzZ6Dg>.
- “*Por una cabeza*”. Vídeo de YouTube, 2:30. Publicado por “TangoCollection” el 5 de junio de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=SJ1aTPM-dyE>.
- “*Psycho (1960) - 'The Bathroom', 'The Murder' (Shower scene) [1080]*”. Vídeo de YouTube, 4:00, Publicado por “Screen Themes” el 28 de abril de 2017. <https://www.youtube.com/watch?v=s22lNU5jXM4>.
- “*Quizás, quizás, quizás*”. Vídeo de YouTube, 2:55. Publicado por “Angel E Prieto” el 26 de noviembre de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=zdJ0KLJ3PmQ>.
- “*La Sestina*”. Vídeo de YouTube, 17:12. Publicado por “La Compagnia del Madrigale” el 30 de junio de 2017. <https://www.youtube.com/watch?v=Bq2gC9-ILFA>.
- “*Si tú me dices ven*”. Vídeo de YouTube, 2:39. Publicado por “lospanchostv” el 15 de junio de 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=4r7pdOtdC7s>.
- “*Toda una vida*”. Vídeo de YouTube, 3:21. Publicado por “Rossiel Raffo” el 17 de junio de 2013. https://www.youtube.com/watch?v=sNmIpe_QAEg.
- “*Tu frialdad*”. Vídeo de YouTube, 4:23. Publicado por “JESUSELMORRIS” el 26 de abril de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=Lo4k7W6Iowc>.
- “*Veinte años*”. Vídeo de YouTube, 3:25. Publicado por “Queen420” el 26 de febrero de 2008. <https://www.youtube.com/watch?v=5T-sotRUSVI>.
- “*Zita*”. Vídeo de YouTube, 4:32, Publicado por “CapitaineBM” el 10 de junio de 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=H6CSXlyxYtg>.

VI. ANEXOS

ENTREVISTA ABIERTA A TRES USUARIOS

Entrevistador: Mario Muñoz Gutiérrez (MMG)

Entrevistados:

Usuario 1: Hombre (H1)

Usuario 2: Mujer (M2)

Usuario 3: Mujer (M3)

MMG: ¿Por qué te has apuntado al programa Enrédate?

H1: Yo entre aquí debido al fallecimiento de mi señora. Después de morir me caía, entonces fui al médico y me dijo que no tenía medicinas para darme que fuera a la asistenta social y es la que me encarriló aquí. La asistenta me dijo preguntas por Óscar Esteban y él ya te comenta. Fui un martes por la mañana y me dijo mañana miércoles te quiero ver aquí a las 9:45 para hacer el primer paseo. Este paseo fue a primeros de febrero de 2015 puesto que ella murió en 2014. Es decir, que voy a hacer 4 años aquí. Y fue por eso; me veía fatal tengo que buscar una solución y la encontré aquí. Si no, si me quedo en casa... vete tú a saber dónde estaría.

M2: Pues yo empecé siendo socia de Cruz Roja, ya hace muchos años. Tuve un problema en años posteriores, me llamarón de León y me dijeron que si me había borrado. Y yo dije no, no me he borrado. Me comentaron que aquí en el registro figura tal y tal. Entonces vine y conocí a Óscar Esteban, estuvimos solucionando el problema. Óscar fue conmigo a Caja España y resulta que a mí me lo cobraban, pero iba a Salamanca, no a Valladolid. Y bueno pues empecé a hablar con Óscar y me dijo ¿no me conoces? y no le recordaba, pero resultaba que yo vivía al lado de la casa de sus abuelos y le vi crecer. Y bueno, vivía todavía mi marido y me habló de todas las cosas que hacían para personas mayores porque yo era socia, pero desconocía todo lo que se hacía. Pero de esto te estoy hablando hace 7-8 años. Y bueno me dijo Óscar que viniera para darme un respiro porque mi marido estaba con oxígeno. Estuvo así 5 años. Óscar también me dijo que si necesitaba una compañía contara con ellos, para darme a mí un respiro. Mi marido se entretenía bien con

manualidades, hacía unos edificios preciosos, las fachadas, escribió un libro de baloncesto, ósea que le faltaban horas.

M3: En mi caso mi marido se murió hace 6 años y mis hijos estaban detrás de mí porque me guardo mucho los nervios, los tengo dentro y me lo trago todo y claro no lo hecho fuera. Entonces mis hijos me dijeron: mira tienes que hacer algo porque así no puedes estar. Entonces me hablaron de la Cruz Roja y de la memoria, no sé si fue con *usuaria 2* o ya no recuerdo, se me va un poco la cabeza. Y también hace 2 años que se me murió un hijo, entonces también me caí un poquito. Es que, aunque no tuviera ganas de venir venia porque el estar en casa todo el día era horroroso, y ya me he acostumbrado y vengo.

MMG: ¿Cuándo empezaste con los talleres de memoria y demás *usuario 1, usuario 2, usuario 3?*

H1: Enseguida me lie con todo menos a esto de las tabletas y los ordenadores. Eso no me gustó.

M2: Pues yo empecé a venir a todo también hace 7 años a memoria y demás, lo que pasa es que éramos muy pocos comparado con ahora y como estaba cerquita de casa pues podía. Vine a memoria, a informática, a las charlas, a los museos, a todo, menos a los paseos. Yo vengo los lunes, martes, miércoles, jueves... y antes veníamos también el viernes. El otro día dijiste que bien levanto la pierna y es que hacemos psicomotricidad y eso lo hacemos allí también, nos da unas palizas.

M3: Entonces con este hace 4 años que empecé a ir a psicomotricidad al centro de San Juan los martes con la *usuaria 2* y los jueves que pertenece al centro de mayores y también vengo aquí los martes, miércoles y jueves por la tarde. Lo único a lo que no he venido son los paseos. También venimos los viernes por la mañana a las charlas de salud.

MMG: Habéis sacado el tema de la psicomotricidad y la anécdota de que subes muy bien la pierna *usaría 2*. ¿Qué os parece el ejercicio de la *canción de bienvenida?*

H1: Pues muy bien la verdad. No tiene nada que ver con esto, pero Mario ...del anterior año, cuando empezaste, a este año has ido mejorando, mejorando y mejorando... y nos has dejado a todos con la boca abierta, sinceramente. Ya sabes que no miento.

M2: Muy bonita la *canción de bienvenida*. Nos sirve para hacer un poco de ejercicio, de derecha, a la izquierda. Nos ha encantado.

M3: muy bien.

MMG: ¿Por qué venís a mis talleres?

H1: Porque me gusta mucho la música. Y si viviera mi señora, con la música que sabía ella (más que yo en todo, le gustaba mucho las jotas) vendría rápido a tus talleres. Yo vengo porque me gusta la música.

M2: Porque me vuelve loca, yo sin música no podría vivir te lo digo. A mí me encanta la música. Yo desde niña en el colegio en el coro, luego en el coro de filipinos, luego en amas de casa, luego en todas partes donde haya coro. Bueno ahora no, lo deje hace tiempo desde que murió un hermano mío, pero siempre procuro cantar porque me gusta. Luego aprendí un poquillo a tocar la guitarra, pero luego se me olvidó, empecé ya de casada, un profesor enseñaba a mi hija y me dijo: “¿y tú porque no aprendes?”, y ahí estuve. Y Mario, tus compañeras lo hicieron muy bien y tú lo haces muy bien, la pena es que cuando os vamos conociendo más, por desgracia no podéis seguir porque tenéis que trabajar y ganáros la vida o seguir estudiando y no tenéis tiempo, pero bueno si tienes alguna horilla para nosotros estaremos muy felices.

M3: A mí es que me encanta la música. Yo prefiero venir a las tuyas que a las de memoria porque son más divertidas. Las otras tengo que hacer cosas que no me gustan mucho y aquí me encanta todo.

MMG: ¿Os gusta bailar?

H1: A mí no. Mi esposa me enseñó a bailar que yo no sabía. Aquí había 2 bailes o 3 que no tenían buena fama, pero el de la piscina Samoa, todos los sábados y todos los domingos, que ahí si se bailaba, te podías dar un baño, que ya no existe, al lado del Pisuerga, por debajo del Paseo central de las Moreras, ahí estaba la piscina Samoa. Y la orquesta los sábados y los domingos, ahí estaban.

M2: A mí me gusta mucho pero no sé. Me gusta mucho, pero sabes lo que pasa que a mi marido no le gustaba así que no bailaba. A mí se me van los pies, pero no sé bailar, puedo bailarte un pasodoble, un poco así, pero me encanta, pero no sé. Mario, aquí los que han vivido en pueblos saben bailar y aquí en Valladolid estaba muy mal visto bailar y yo vine a Valladolid a los 6 años o 7 y solo he ido a bailar cuando había bodas, pero no he ido al baile, ni guateques, ni nada. Mi padre además era muy recto.

M3: A mi si me gusta. Yo bailar lo antiguo lo se bailar, y las canciones antiguas me chiflan. Yo la jota de joven la bailaba muy bien pero ahora ni me acuerdo.

MMG: ¿De dónde sois?

H1: Vengo de Villavelliz. Yo vine a Valladolid a los 14 años, cumplí los catorce años el 29 de junio y me vine al colegio de Lourdes. Me trajeron para acá porque tenía un primo fraile y fue un año de poco trigo y aquí tenía la comida segura, fui a hacer el pan. Una tarde vi al fraile y le dije: ¿“hermano me puede usted enseñar a que funcione la máquina de cine” y me dijo: “si hombre”, y ya le quité el puesto a él. Yo les hacia el pan, les hacia el cine el sábado y el domingo.

M2: Mira yo soy de Nava de la Asunción, provincia de Segovia. Pero salí pronto, no conozco mi pueblo. Luego estuve en Sacramenia, un pueblo de Segovia, lo habrás oído que tiene fama de buen lechazo. Luego estuve en Cuellar y ya finalmente en Valladolid para siempre. Es que mi padre era militar, de la guardia Civil. Entonces íbamos de un lado a otro.

M3: Yo soy de Villapando, de la provincia de Zamora, pero salí de allí porque fue mi padre a trabajar a Meneses de Campos de dónde era mi marido. Y vine a Valladolid en el 59 y desde entonces. Me case en el 64, y todos estos años son los que he vivido aquí en Valladolid.

MMG: ¿Cuántos años tenéis?

H1: Yo soy el más viejo de los 3, voy a hacer 86

M2: Yo soy más vieja, yo 84

M3: Ahora tengo 78

MMG: De lo que hemos hecho este año, ¿qué es lo que más os ha gustado?

H1: Pues quitando el primer día del año pasado, cuando viniste tímido, todo. Luego has ido ganando, ganando y ganando, ya hora te voy a echar mucho de menos. Ya sabes que soy sincero sino me gustara lo que haces te lo diría ahora mismo como te he dicho lo otro. Estoy encantado con tu presencia y prueba de ello es que nunca he faltado. De la música me ha gustado todo, y también los talleres de memoria que diste. Los compañeros salieron muy contentos de la sesión y las actividades fueron muy entretenidas y aprendimos.

M2: A mi todo, no he faltado a ninguna. Bueno no sé si una por médico.

M3: A mi todo. A mí me gusta. De este año me ha gustado todo

MMG: De la actividad de la canción de *Madre tierra (oye)* y el vídeo resultante. ¿Qué os pareció?

H1: [Risas] No me entraba lo de cerrar los ojos, mira hacia arriba. Yo decía mira tus ojos [risas]. Ha estado muy bien la verdad. Yo tu canción se la enseñé esa tarde a mi hija, al yerno y a la nieta para que lo vieran, y les dije: “mira lo que hacemos”. Y voy encantado.

M2: Muy divertido, si lo de abre los ojos. A el *usuario 1* no le entraba y ayer que lo hicimos corría como el ave [risas]. Lo que nos hemos reído. Ha estado muy bien y la canción que has hecho tu es muy bonita con mucha garra, ya te dije que parecía una canción escrita por una persona con muchas más vivencias de tu edad. Yo la tengo en casa la letra.

M3: Muy bien, me lo pase muy bien.

MMG: ¿Creéis que ha influido positivamente en el grupo los talleres que hemos hecho?

H1: Si, sí. Salimos de las sesiones compartiendo lo que hemos vivido en ellas, que bien ha estado hoy Mario, mira lo que ha hecho tal compañero o compañera, la verdad que muy buen ambiente.

M2: Si, incluso “*nombre de usuario*” le hemos visto mucho mejor. Alguna voluntaria de Cruz Roja me ha comentado:” hay que ver lo que ha cambiado “*nombre de usuario*”. En esto la música también ha tenido que ver. Ha habido muy buen ambiente y hemos colaborado entre todos. No ha habido competencia.

M3: Si, muy buen ambiente.

MMG: Muchas gracias.

Entrevistador: Mario Muñoz Gutiérrez (MMG)

Entrevistado: Óscar Esteban Argüello (ÓEA)

MMG: Cuéntame un poco sobre la naturaleza de la institución.

ÓEA: Podría dar una clase de una hora y media sobre este tema, pero así en líneas generales lleva más de 150 años. Empieza a partir de las guerras donde se pretendía ayudar a los heridos de uno y otro bando. Con ello surgen las normas de la Cruz Roja: humanidad, imparcialidad, neutralidad, independencia, carácter voluntario, unidad y universalidad.

Después de actuar en las guerras evolucionó y se pasó a actuar también en desastres naturales. Después de ello ha seguido evolucionando y actualmente está en todos los lugares donde se produzca exclusión o riesgo de exclusión social, se pretende actuar en todo tipo de sectores, desde la infancia hasta las personas mayores.

MMG: ¿Qué objetivos generales tiene la Cruz Roja?

ÓEA: Pues muchísimos, pero lo fundamental tiene que ver con actuar cuando ni el Estado, ni las empresas cubren determinadas necesidades. El tercer sector debería actuar junto con el Estado, pero lo que ocurre es que muchas veces el Estado hace que el tercer sector coja lo que ellos no quieren. Y las empresas, lo que no es rentable, no lo quieren. Un ejemplo claro sería la teleasistencia, la “inventa” digamos la Cruz Roja, la pone en marcha y cuando se ha convertido en un buen negocio llega una empresa y la adopta. En consecuencia, la Cruz Roja dentro de poco se apartará de la teleasistencia porque la estará cubriendo el sector privado o el ayuntamiento en el caso de la teleasistencia pública.

Entonces tenemos que tener claro que la Cruz Roja debe estar donde no se cubren necesidades concretas. Que ocurre, que es común que exista un abuso increíble, sobre todo en la época de la crisis, que había una vejación de funciones por parte del estado, ya que dejó a mucha gente sin cubrir necesidades que por derecho deberían haberse cubierto. Y pudiendo, no se quiso.

Volviendo a la idea de cuáles son los objetivos a cubrir yo diría que son esas necesidades a las que nadie llega. A ello le añadiría una cosa: estamos en una fase también de detectar

necesidades que tiene una población que otros no detectan. Eso es la Cruz Roja: evitar que un mal se convierta en un mal peor.

MMG: ¿Prevención?

ÓEA: No, normalmente la Cruz Roja está basada en intervención. Pero yo actué desde el campo de la prevención, que también forma parte. Aunque normalmente uno piensa que la Cruz Roja son los que han llevado las latas de leche a los campos de refugiados, los que llevan mantas, medicamentos, intervención en naufragios, terremotos... que es con lo que más fácilmente se asocia. Pero prevención también es importante: hacemos charlas de primeros auxilios. Lo que, si es cierto, es que en el campo de la prevención la Cruz Roja ha llegado más tarde.

En cuanto a las directrices, de manera más concreta aparece todo más detallado en la web. Allí se explican bien los siete principios de la Cruz Roja. Yo he tenido que explicarlos a los voluntarios. Cuando dice alguno que la “Cruz Roja Española, atiende a los españoles” yo explico que no: la Cruz Roja atiende a aquel que lo necesita sin pedir el DNI. Es algo muy importante a tener en cuenta: la Cruz Roja es humanitaria, de carácter voluntario, neutral y atiende a todo el mundo.

MMG: ¿Que evolución has visto de las actividades del programa Enrédate?, ¿Qué actividades más interesantes recuerdas?

ÓEA: Podemos tirarnos horas hablando de esto. Te cuento lo que me parece más importante. Yo cuando entre en la Cruz Roja no se hacía ninguna actividad de estas. Se atendía a las personas mayores en su domicilio; aquel que estaba solo pedía ayuda, y se le ayudaba. Bien, lo primero que te das cuenta es que aquel que no pide ayuda, no se le ayuda. Esto es un error enorme porque, por ejemplo, si pensamos que en un accidente de tráfico solo atendemos a los que gritan, los que están inconscientes mueren. Entonces lo que detectamos es que no todo el mundo que pide ayuda la necesita, y muchas veces se abusa. Por otro lado, detectamos claramente que muchas veces la gente que no pide ayuda es la que más lo necesita. Y nos dimos cuenta en la época de la crisis que teníamos muchos voluntarios pero que no llegábamos a todo. Entonces empezamos a acotar el programa y a hacerlo más funcional. La Cruz Roja, mis compañeros y la mayoría de la gente, siempre han creído que el mayor problema de las personas mayores son las enfermedades y la discapacidad. Y yo creo que no, que esto lo pueden tratar los médicos y otros

profesionales Esto no quita para que sigamos ayudando. En este caso con apoyo a domicilio, entre otras cosas. Pero realmente yo creo que el foco debe estar en actuar sobre la soledad y lo psicológico.

Con este cambio de foco, entendimos que para actuar sobre la soledad no hace falta un voluntario por persona, y empezamos a crear grupos de personas mayores con el objetivo de que sean ellos mismos los que se apoyen. Ya no necesito un voluntario por persona, necesito un voluntario que pueda encargarse de grupos de 20, 30, 40 o 50 personas y que luego esas mismas personas se relacionen etc., Porque sigo pensando que el problema hay que detectarlo antes de que sea tarde. La idea es que ellos también rompan su rutina, se sientan útiles, integrados. Lo has visto tú a menudo. La lucha eterna que he tenido aquí ha sido con los voluntarios de la vieja guardia. Es que ellos piensan que un voluntario esta para atender a personas que están muy mal. He tenido que explicarles muchas veces que cuando una persona está muy mal, quien se deben encargar son las residencias o centros de día de esas personas, pero los voluntarios no se pueden ocupar porque con cariño no se solucionan las cosas.

Existen profesionales terapeutas que son los que deberían ayudar. Se trata de profesionales que piensan que una persona que está sola no necesita ayuda como tal. Afortunadamente, ya se están dando cuenta gracias a los estudios realizados sobre ello. Esto lleva a que las instituciones y los profesionales sanitarios ya se estén también ocupando del problema, aunque aún queda mucho por hacer. Y es que la soledad está acabando con la calidad de vida de muchísimas personas, la idea entonces desde la Cruz Roja es prevenir esto actuando sobre las personas que lo necesitan.

Podemos planearnos cuáles son los principales factores que influyen y que definen los perfiles de las personas que atendemos. Uno de los factores es el dejar el trabajo. Para muchas personas la jubilación es como el fin de la vida. Por ejemplo, esos son los que dejan el trabajo y dicen: “yo era médico, yo era banquero, ahora no lo soy y no me quiere nadie”. Otro caso son las amas de casa que han estado cuidando a sus hijos... toda la vida. De repente, se muere el marido y ya no saben qué hacer con su vida. Son gente que no sabe cómo utilizar su tiempo libre, su ocio. Por tanto, con ellos lo que intentamos es fomentar un envejecimiento activo. Esta gente, si lo haces bien, acaba en dos días en centros de jubilados, en alguna asociación etc y están totalmente reintegrados. No mates el tiempo, utilízalo. Otro factor es el que tiene que ver con problemas médicos, son gente

que han estado muy bien y de repente tiene problemas de equilibrio o necesita una silla de ruedas. Con las personas que tienen este perfil se puede trabajar a veces muy bien, porque son ellos mismos los que te piden ayuda. Por ejemplo, ante uno que dice: “yo es que iba a jugar a las cartas y ahora no puedo”, pones un voluntario y una silla de ruedas y ya está. No hay que convencerles, sino se autolimitan. El tercer perfil sería gente que ha tenido un golpe anímico fuerte, el fallecimiento de una persona cercana, un pariente, el marido, la mujer hasta un hijo, y es un golpe fuerte. Tanto el primer perfil como el tercero si les pillas en el momento les puedes sacar de donde están. Sino poco a poco se aíslan y acaban en soledad, depresión y pueden acabar muchas veces en suicidio o que su calidad de vida sea desastrosa. De hecho, el programa Enrédate mezcla estos tres perfiles que tienen que ver con lo físico, lo mental y lo emocional. El ocio es básico si tú no tienes nada que hacer. Para los del primer perfil muchas veces hay que potenciarles porque han sido limitados en sus vidas por su entorno y por ellos mismos. Por ejemplo, alguno se puede plantear ¿cómo vas a estudiar inglés a tu edad? Tratamos de romper los estereotipos que no solo se dan en este sector. Y es que hay muchas personas mayores que hacen todo teatro, fotografía. Que estemos empeñados en ese estereotipo del señor jugando a las cartas no es bueno. A mí me parece muy digno que lo hagan, que jueguen a las cartas, mientras que no sea siempre de lunes a domingo con las mismas cuatro personas y al mismo juego.

Utilizamos entonces las condiciones que se generan en un grupo de manera positiva, por ejemplo, si yo tengo una persona que no quiere salir de casa, pero le vienen a llamar las vecinas para que vaya, le va a costar decir mucho que no, aunque no tenga ganas. Lo positivo de este programa es que se añaden los tres perfiles y las personas que ya lo han superado se quedan en el programa y son los que con su ejemplo ayudan a salir al resto. La persona que se queda viuda, y está atravesando un duelo muy profundo, y a través del proyecto empieza a mejorar, puedo decir que pasados unos tres años es susceptible de convertirse en uno de mis mejores voluntarios. La razón es que va a servir de modelo, y revelar más capacidades para decir a otro como se puede salir de ese tipo de situaciones. Por ellos conformamos los grupos con gente de variados perfiles y con aquella que ha salido de esos pozos oscuros. Están mezclados y tú lo has podido comprobar en clase: ves gente que está en las primeras fases, en donde los hijos prácticamente tienen que obligarles a asistir. Al mismo tiempo, te encuentras con otra gente que tira del grupo hacia arriba porque ya han superado esa situación: “¿yo estaba como tú? y mira como estoy ahora [...]”. Es muy interesante cuando quedan entre ellos para venir a hacer los talleres o cuando, posteriormente, se toman un café en un bar. La razón es que justamente ese es el objetivo: que socialicen [...] En definitiva, Mario, el trabajo es ir contra la soledad. El objetivo

primario es la lucha contra la soledad. La soledad afecta a todos, pero en quien no tiene recursos alrededor lleva a minimizar su autoestima. Produce un deterioro normalmente cognitivo, social y físico también. Esto genera una dependencia y acaban anulados. Es lógico, y es lo que intentamos destruir

Los directores de los grupos se encargan de hacer pensar, escuchar, aprender, generar contextos donde se sienten participes, respetados. Y da igual que sean algunos con estudios y otros sin ellos; se encargan de estimular el espíritu crítico. Las personas mayores tienen mucho que contar, pero les cuesta más escuchar. Les cuesta darse cuenta de que deben adaptarse igual que el resto. Un ejemplo claro es cuando juegan con sus nietos y el nieto tiene que aprender a jugar a la petanca, pero el abuelo no quiere aprender a jugar con la Tablet. Es importante hacer hincapié en que no hay que autolimitarse y romper estereotipos que existen en la realidad pero que no representan a la totalidad de las personas. Es el caso de fútbol, lo ven muchos millones de personas, pero también a muchos otros que no lo ven. De hecho, son muchos los ancianos que viajan a Benidorm y desde luego existen los que juegan a las cartas, pero no representan a todos. Hay muchas otras realidades mucho más importantes que existen y aunque no se promocionen por parte de los medios de comunicación no significa que se deban excluir. Hay un montón de personas mayores haciendo teatro, haciendo poesía, que están repartiendo alimentos, que están educando a sus nietos. Todo esto no sale, pero eso no significa que no exista. Es importante que ellos vean que pueden hacer de todo y no lo que se espera de ellos o lo que sale en la televisión. Tenemos marcado un rol no solo para mayores, sino para jóvenes, para profesionales, para padres, para hijos. Hay que escapar de ello y fomentar el espíritu crítico. Es muy fácil ver a una persona mayor perdiendo las horas mirando por una ventana y que la gente diga bueno tú ya has hecho lo que tenías que hacer, haz lo que quieras. Pero esto normalmente se traduce por: “no des guerra y quédate quieto”.

MMG: ¿Cómo surgió la idea de los talleres dentro del programa?

ÓEA: Es muy fácil, yo vengo del campo de la educación social, la cabra tira al monte, yo me acuerdo de que cuando empecé en Cruz Roja que no existía nada para la prevención, ni por los terapeutas ni por los trabajadores sociales. Yo venía de trabajar siempre con niños, fue una ilusión enorme cuando estuve trabajando 10 años en la Diputación donde veía a personas mayores muy activas: gentes de los pueblos que aprendían informática, literatura, matemáticas, pintura, teatro etc, y no solo vi que su

mente estaba mejor, sino que grupalmente estaban mejor. Entonces intente hacer eso en Cruz Roja porque vi que la educación y el ocio activo se podía fomentar con ello, y sabemos que quien tiene una mente activa tiene una mejor calidad de vida, demostrado medicamente. Y lo aplique primero con charlas, luego con tertulias, más tarde con los talleres de memoria etc. Tengo un vídeo, que si quieres te lo puedo pasar, donde les preguntamos qué es lo que necesitan. Tiene 10 años ese vídeo y a partir de ahí empezamos con los talleres de informática, los talleres de memoria. Fuimos de los primeros en implantarlos, luego todos los centros cívicos se sumaron al carro.

Piensa que se trata de una generación en la que la mayoría no han estudiado. Hay un choque de dos generaciones: personas de entorno a los 65 años y otro grupo generacional, el de los 80 años. La generación más joven tiene más estudios y la generación más mayor es más rural y no ha tenido estudios. El hecho de no tener estudios es una de las cosas que más les duele, y la verdad es que en el mismo grupo podemos encontrar gente analfabeta y catedráticos.

Tenemos una sección dentro del programa que es de cuidadores. Y luego los campos grupales (talleres). Es muy interesante cuando quedan para venir a hacer los talleres o posteriormente se toman un café en un bar porque ese es el objetivo que socialicen. Tenemos sesiones con las tabletas electrónicas los martes; las tertulias y la música los martes también. En las tertulias ponemos un voluntario para moderar, y en las sesiones de música estas tú. Luego las charlas, a las que traemos un especialista y hablamos de muchos temas. El próximo día el tema será de arquitectura, pero hemos hablado de historia, lengua, literatura, de cine. En la práctica temas tanto del campo cultural como del campo formativo o de la actualidad. Por ejemplo, las *fake news*, las nuevas tecnologías, el día de la mujer, refugiados y etc.

Los lunes y miércoles tenemos los paseos que son tres kilómetros de ida y vuelta. En las charlas de salud tenemos una dietista, un médico, un farmacéutico. También se habla de la parte psicológica, y también realizamos un encuentro donde ellos mismos hablan. Otras veces se enfoca en los cuidadores; el disfrute de los pequeños placeres de la vida.

En verano hace mucho calor y se va mucho la gente a los pueblos, y también hay muchos abuelos que se encargan de los nietos que ya no tienen escuela. Lo que hacemos nosotros son excursiones que al mismo tiempo que se aprende de la cultura, sirve para que se relacionan entre ellos.

Bueno, también son importantes las personas que actúan como dinamizadores. Cuando están, ayudan a los profesores. Son ellos los que detectan individualmente a las personas que están teniendo problemas y así se puede dar solución. Los profesores no pueden estar atentos todo el tiempo a todo y ahí entra la figura de los dinamizadores. La labor más importante de los dinamizadores es determinar los problemas personales concretos de las personas que aparecen en el aula.

En definitiva, Mario, el perfil es contra la soledad. El objetivo primario es la lucha contra la soledad. La soledad afecta de un modo especial que se concreta en que no tienes recursos alrededor, minimizas tu autoestima, tienes un deterioro normalmente cognitivo, social y también físico. Esto genera una dependencia y acabas anulado. Es lógico y es lo que intentamos destruir.

A partir de ahí ¿cuáles son los tipos de “medicinas” que se pueden utilizar para prevenir este mal? Pues de todo tipo. Primero, subir la autoestima a base de la educación. La educación sigue siendo básica. Generar dinámicas de “empoderamiento”, es decir, que seas tú el protagonista de tu vida. La mayoría de las personas mayores están buscando el horario de sus hijos, de sus nietos y tal. Pero hay que saber que el que riges tu vida eres tú, es decir, hazlo porque quieres no porque debes. Lo que no puede ser es estar a disposición todo el rato de todo el mundo y privarte de, por ejemplo, ir a un concierto con tu mujer. Tienen que tener vida propia y saber decir que no: algunos tienen que decir, “oye este día no me traigas a los nietos”. Y es que uno de los problemas más importantes de estas personas es la pérdida de rutinas y sueños. Son gente que a lo mejor como ya no están sujetos a horarios pues se van a la cama a las 8 de la tarde, se levantan a las 5 de la mañana, y no tienen ganas de comer porque se les ha pasado la hora. Las señoras son grandes cocineras, pero dicen: “total para cocinar para mí no tiene sentido”. No tienen ganas y no atienden bien su alimentación.

La base siempre es la misma, si tú no te sientes capaz no vas a hacer nada. Tú tienes que tener motivos para hacer cualquier cosa como pintar etc., pero si te están diciendo no hagas esto, no hagas lo otro ... pues consigues que la persona quede anulada y sin autonomía. Por ejemplo, si yo tengo a la vecina del quinto diciéndome. “que haces yendo a bailar que se te ha muerto el marido, que vergüenza”, eso cala y entonces necesito a personas que contrarresten como tú, que diga que bien esta fulanita. Necesito contrapesos a todas estas cosas que la sociedad hace.

MMG: ¿Dentro del objetivo general, que ha quedado bastante claro, que objetivos concretos se pretenden con los talleres de música y si difieren del resto de talleres?

ÓEA: El objetivo primario sigue siendo el mismo. Los objetivos secundarios tenemos, por ejemplo, los relacionados con las nuevas tecnologías. Tenemos que romper la barrera de la tecnología. En los talleres de memoria principalmente prevenir el deterioro cognitivo, es decir, que no dejar que se abandonen y que puedan tener no ya Alzheimer sino demencia senil etc, En las charlas, sobre todo fomentar la comunicación y el espíritu crítico. En las tertulias y la musicoterapia sirven para utilizar la memoria al recordar las vivencias pasadas como apoyo a los demás y como apoyo a uno mismo. Gran parte de los conocimientos que tienen estas personas los tienen en el campo musical. Tú mismo lo has visto y es algo que te hace hablar de cosas que normalmente no se hablarían. Lo que ellos tienen oculto normalmente lo sacan en un cuento, en un dibujo o en una canción.

MMG: Básicamente que la música es un pretexto que les saca todo

ÓEA: Así es, si, bajan mucho las barreras. Cuando una canción les recuerda a alguien o a un hecho de su vida. Hay veces que no quieren hablarte de las cosas negras y de las cosas tristes, sin embargo, con una canción acaban contándolo

MMG: ¿Por qué se decidió introducir la música en el programa?

ÓEA: Pues pasó igual que con lo demás. Hicimos una charla, vimos el éxito que tenía y empezamos con actividades de taller de musicoterapia. En concreto con un musicoterapeuta que vino dos o tres veces. Pero claro, nosotros no podemos pagar un musicoterapeuta todo el rato. Por eso empezamos a trabajar con personas que habían estado en el conservatorio. Queríamos abrir un campo diferente y nuevo, que es muy bueno para ellos, sobre todo en el campo emocional, igual que la memoria es para el campo mental, yo creo que en el campo emocional la música es muy buena.

MMG: ¿Cuándo empezó?

ÓEA: Hace cuatro años

MMG: ¿Cómo ha ido evolucionando?

ÓEA: Pues cada profesor es diferente y cada profesor lo hace de una forma distinta. Lo reforzamos con algún músico profesional que viene todos los años. Tenemos la parte de

Paco Diez donde estamos yendo ya desde hace 7 años. Paco Diez habla mucho de las costumbres, las tradiciones y lo que significa la música. También viene Salvador Núñez, con el trabajamos los diferentes tipos de ritmos de la cultura popular.

MMG: ¿Qué tal este año?

ÓEA: Tú sabes los errores cometidos y las virtudes. Lo importante es si es música es música. El salir de las fichas, de la charla. hay sitios donde es más para utilizar las fichas como memoria. Pero para la música es mejor enfocarlo de otra manera, como bien has tenido en cuenta y has hecho. Que el aprendizaje sea secundario a la emoción. No me apetece que aprendan blancas y corcheas, lo que me interesa es que recuerden una vieja canción y con esa canción recuerden el momento en el que estaban en el pueblo, su primer beso, los años en que vivieron, como estaban ellos en esa época, las noticias de esa época. Que la música en definitiva sirva de catalizador. La clave todo es lo que te dije al principio: “tu ante todo haces música”. Hay psicólogos, educadores... y cierto que no son compartimentos estancos, por ello todo el mundo tiene que apuntar también en diferentes campos, pero tu sobre todo tienes que hacer ver la diferencia tuya: la música, la canción, el que tu toques la guitarra. Todo eso es lo que te hace diferente a los demás profesores. Eso lo has tenido en cuenta cuando te lo dije en el taller de boleros y lo has aplicado a los demás talleres de música, también has dejado las fichas de ese tipo para la memoria, que por lo que me comentaron los usuarios y los voluntarios de esos dos días estuvo genial.

MMG: Respecto a los talleres de música en este curso ¿Qué te parece la *canción de bienvenida*?

ÓEA: Yo creo que si es una buena carta de presentación porque rompe con la rutina. A algunos, muy pocos no les gustaban al principio porque les parecía muy infantil pero luego hemos visto que todos han quedado contentos con esa actividad. A mí me parece que aparte de una buena presentación es una buena forma de estimular un poco la coordinación etc. Pero hay que tener en cuenta el sentido de la vergüenza que tienen muchas personas mayores, por eso es importante tenerlo en cuenta e intentar siempre romper con ello y tú lo has hecho bien. Suele funcionar mejor con las mujeres que son más participativas, mientras que los hombres suelen ser más retraídos.

MMG: Yo creo, por lo que he examinado de los talleres al principio sí que podían estar algunos cortados, pero a medida que han pasado los talleres cada vez la gente se animaba más, siempre hay alguna excepción, pero en general es lo que visto.

ÓEA: Pero eso pasa en todos lados, yo en las sesiones de Memoria hay muchos de los profesores que les hacen hacer gimnasia y mucha gente dice “si yo quiero hacer gimnasia me apunto a gimnasia”, “si yo quiero hacer memoria no me hagáis hacer ejercicio físico”. Nunca va a llover a gusto de todos, pero el tema de la vergüenza es importante. Los mayores muchas veces no quieren que les traten como niños, aunque a veces se comportan como niños y determinadas actividades las asocian con ello, pero me parece un método de coordinación y de estimulación muy eficaz que ha funcionado pese a esos respetos humanos de algunos mayores.

MMG: Yo decidí realizar esa actividad porque aparte de estimular la coordinación y otras cuestiones, genera un entorno muy comfortable que ayuda a dinamizar mejor la clase. Después de la actividad están como más relajados y abiertos.

ÓEA: Me parece, así como dices. Pero lo de la vergüenza lo digo solo de una minoría ya has visto que el 85% o más de ellos lo disfrutaban siempre e incluso los más complicados se animan alguna que otra vez. Ya has visto que el primer día medio levantaban la pierna uno o dos en la primera ronda, y ya has comprobado como luego la empezaban a levantar en condiciones.

MMG: Coméntame la idea sobre el proyecto audiovisual de la canción de Chayanne: ¿cómo surgió todo? y ¿por qué me lo pediste?

ÓEA: El proyecto lo llevaba Barbara, que es el proyecto de apoyo a los cuidadores. Nos pidieron desde Madrid que hiciéramos una actividad de apoyo a los cuidadores que los animara. Todas las actividades de apoyo a los cuidadores anteriores eran del tipo “vivir con la enfermedad”, “como pasar las navidades y no deprimerte”. Se centraban demasiado en sobrellevar la enfermedad y Barbara dijo: “hay que intentar focalizarse en la parte positiva de la vida que no por tener una enfermedad o por ser cuidador has perdido tu vida”. Intentamos mirar cómo hacerlo. Yo le propuse la idea de “islas” ya que todo el mundo tenemos “islas” mentales en las que te aíslas, pero también repones fuerzas. Ella se acordó de esa canción. Yo creo que es básica en el sentido de que “abre los ojos” a muchos, ya que hay montón de cosas alegres en la vida. Aunque te haya pasado una

desgracia no significa que no puedas tener pequeñas “islas” en las que reponerte y disfrutar de la vida. Y a partir de eso hicimos la canción. La sesión de la canción yo creo que ha sido la mejor con mucho y de lejos: se perdió la vergüenza totalmente, se perdió el miedo a cantar bien o mal, se cumplió el objetivo de publicarse y nos felicitaron desde Madrid. Pero eso es lo de menos, lo mejor fueron sobre todo las risas que nos echamos, como nos reímos ese día, como disfrutamos con la música, para mí ha sido lo mejor.

MMG: Gracias y, para terminar: ¿cómo ves el aula?, ¿se ha modificado?, ¿cumple con los objetivos del programa?

ÓEA: Yo creo ahora el aula está bien, tenemos un buen sistema de sonido que antes no teníamos. Respecto a la disposición de las sillas y mesas la idea era ponernos en círculo, pero al final les ha gustado estar en media luna. Yo creo que es un aula muy adecuada: amplia, para no sentirnos muy agobiados.

Si en las clases de memoria necesitan escribir ponemos mesas, y en las charlas es muy amplio ya que son 80-90 personas y se quitan las mesas. En las tertulias solemos hacer un círculo y en las de música (contigo) los colocamos en media luna porque es mejor para las actividades, para escucharte y poder ver lo que expones en el proyector y etc.

MMG: Muchas gracias

ÓEA: A ti

ENCUESTA GENERAL

EJEMPLO 1

ENCUESTA GENERAL: TALLERES DE MÚSICA

Edad: _____ Sexo: _____ Nombre (opcional): _____

1- ¿Le gusta la música?

Si Indiferente No

2- ¿Cuál es la música favorita? (escoger varias opciones)

Clásica <input type="checkbox"/> 2	Boleros <input checked="" type="checkbox"/> 10
Tradicional (jotas, romances...) <input type="checkbox"/> 3	Tango <input type="checkbox"/> 8
Copla <input type="checkbox"/> 6	Vals <input type="checkbox"/> 7
Sevillanas, flamenco <input type="checkbox"/> 5	Religiosa <input type="checkbox"/>
Música popular (jazz, rock, pop...) <input type="checkbox"/> 1	Ópera <input type="checkbox"/>
Pasodobles <input type="checkbox"/> 4	Zarzuela <input type="checkbox"/> 9

Otras Diana los pancho

3- ¿Cuál es su cantante o grupo musical favorito?

Diana los pancho

4- ¿Hay algún tipo de música que no le guste?

Rock

5- Cada etapa de la vida es maravillosa porque en cada una reside una esencia de aprendizaje vital. Menciona la música que recuerdes que represente cada etapa señalada.

Niñez: ta de los juegos
 Adolescencia: Romántica
 Juventud: el rey, Lucho Gatica
 Adulthood: Lucho Gatica
 Actualidad: Diana

Dios como te amo Diana
Serán eterno Dios Lucho Gatica

EJEMPLO 2

ENCUESTA GENERAL: TALLERES DE MÚSICA

Edad: Sexo: Nombre (opcional):

1- ¿Le gusta la música?

Si Indiferente No

2- ¿Cuál es la música favorita? (escoger varias opciones)

Clásica 4 Boleros 10

Tradicional (jotas, romances...) 6 Tango 7

Copla 5 Vals 8

Sevillanas, flamenco 4 Religiosa 3

Música popular (jazz, rock, pop...) 8 Ópera 1

Pasodobles 2 Zarzuela 9

Otras _____

3- ¿Cuál es su cantante o grupo musical favorito?

Los Pauebu

4- ¿Hay algún tipo de música que no le guste?

Rock pop

5- Cada etapa de la vida es maravillosa porque en cada una reside una esencia de aprendizaje vital. Menciona la música que recuerdes que represente cada etapa señalada.

Niñez: Copla

Adolescencia: Bolero

Juventud: Zarzuela

Adulterez:

Actualidad:

ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BIENVENIDA

ENCUESTA TALLER BIENVENIDA

Edad: _____ Sexo _____ Nombre (opcional): _____

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|---|-------------------------------------|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input checked="" type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calmado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|---|--|
| 6- Alegre <input checked="" type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input checked="" type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input checked="" type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calmado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

Me gustaria que alguna vez poder escuchar musica religiosa y celta

ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BOLEROS

DE Bolero

ENCUESTA TALLER BIENVENIDA

Edad: 26 Sexo: masculino Nombre (opcional): Juan

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|--|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input checked="" type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input checked="" type="checkbox"/> |
| Perezoso <input checked="" type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calmando <input checked="" type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

la musica la memoria las tarlas

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|--|--|
| 6- Alegre <input checked="" type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input checked="" type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input checked="" type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calmando <input checked="" type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER MÚSICA Y SALUD

ENCUESTA TALLER MÚSICA Y SALUD

Edad: _____

Sexo _____

Nombre (opcional): *o ea i ee*

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

Alegre

Triste

Descansado

Cansado

Despreocupado

Preocupado

Entretenido

Aburrido

Perezoso

Activo

Irritado

Calmado

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

Si

No

Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

Me gustó todas

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

Me gusta todas o las que venga

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

Si

No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

6- Alegre

Triste

7- Descansado

Cansado

8- Despreocupado

Preocupado

9- Entretenido

Aburrido

10- Perezoso

Activo

11- Calmado

Irritado

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE CANTO

ENCUESTA TALLER: CANTAR

Edad: 27

Sexo M

Nombre (opcional): SP

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|--|
| Alegre <input checked="" type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input checked="" type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input checked="" type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input checked="" type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calmado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

Todas

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|--|--|
| 6- Alegre <input checked="" type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input checked="" type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input checked="" type="checkbox"/> |
| 11- Calmado <input checked="" type="checkbox"/> | Irritado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

FICHAS REALIZADAS EN EL TALLER DE BOLEROS

EJEMPLO REALIZADO

1- Encuentra las 10 palabras en la sopa de letras

- 1-Dudo -2-Quizás -3-Alma -4-Veinte -5-Caminemos -6-Ronda
 -7-Vida -8-Gardenias -9- Negro 10-Perdón

e-a a a o

D	U	D	O	J	P	N	D	Z	Q	O	P
A	B	C	R	D	E	R	E	V	U	P	K
K	J	H	G	A	R	D	E	N	I	A	S
N	P	J	E	H	D	O	B	J	Z	D	I
Y	N	J	N	N	O	M	N	N	A	P	A
I	Y	V	E	I	N	T	E	D	S	B	N
D	N	H	G	J	O	A	L	M	A	P	N
C	A	M	I	N	E	M	O	S	N	J	H

2- Realiza las siguientes operaciones matemáticas:

1- $1000+200+300+400+2+70 = 1972$ [Dudo]

2- $2000-3+2+9+4+6+2-60+8 = 1968$ [Quizás]

3- $(2 \times 1000) - 48 + 6 = 1958$ [Alma]

4- $(800 \times 2) + 300 + 35 = 1935$ [Veinte]

5- $3000 - 1036 = 1964$ [Caminemos]

3- Completa las frases sustituyendo los números asociados a las fechas anteriores y a los nombres de la sopa de letras.

- Lo 1 Dudo es un bolero de 1 1972 de Los Panchos. El compositor fue Chucho Navarro
- 2 Quizás Quizás, Quizás fue escrita en 1947 por el compositor cubano Osvaldo Farrés. Los panchos la versionaron en 2 1968.
- En 3 1958 Los panchos sacaron a la luz 3 Alma corazón y vida.
- 4 4 veinte años fue escrita en 4 1935 por Guillermina Aramburu con música de María Teresa Vera.
- De 5 Caminemos 1964 de los Panchos.

4-Cierra los ojos y siente cada pieza musical. A continuación, valórala del 1 al 10 (siendo 1 muy mala y 10 excelente). Una vez puntuado individualmente cada bolero elabora tu propio ranking.

V. individual (1 al 10) Ranking (1 al 10)

- 1) Lo dudo →
- 2) Quisas Quisas Quis →
- 3) Alma corazón y vida →
- 4) veinte años →
- 5) Caminemos →
- 6) noche de ronda →
- 7) Toda una vida →
- 8) Dos gardenias →
- 9) Amorosos negros →
- 10) Perdón →

6	2
5	7
7	8
3	1
6	3
7	4
10	10
10	9
9	6
6	5

5-Explica en dos líneas porque has puesto 10 a la pieza musical que has elegido

EJEMPLO REALIZADO

Sexo: Edad: Nombre (opcional): Fecha: 8-3-201

1-Ejercicio de memoria (escribe las vocales de tu nombre y los dos apellidos):

2-A continuación, cierra los ojos y siente la pieza musical que corresponde. Después pon por escrito que te ha hecho sentir con tus propias palabras y se has recordado una situación del pasado o a alguien.

1. Nombre de la audición muy relajada Arroyos Bolivianos

¿Qué te ha hecho sentir?
Vida

¿Has recordado algo o a alguien?
pues la juventud

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?
si

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.
bueno reflexiono por que e abandonado mucho la musica

2. Nombre de la audición Carlos Bives la gata fria

¿Qué te ha hecho sentir?
mi juventud pues yo la e bailado antes

¿Has recordado algo o a alguien?
ha mi esposo

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?
Si

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo. no me ha gustado

3. Nombre de la audición

bloque depresivo aunque sea con

¿Qué te ha hecho sentir?

pues lo mismo la juventud

¿Has recordado algo o a alguien?

si cuando estaba saliendo

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

si

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

pues mucha nostalgia pues
la juventud ya no vuelve

4. Nombre de la audición

sicosis

¿Qué te ha hecho sentir?

me ha estremecido

¿Has recordado algo o a alguien?

no

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

no

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

no

5. Nombre de la audición

pajaro caupanea

¿Qué te ha hecho sentir?

nada me ha gustado su
pero no la conocia

¿Has recordado algo o a alguien?

no

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

no

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

no

6. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

EJEMPLO REALIZADO

EDAD: 3 SEXO: M NOMBRE(OPCIONAL): Carlos

1- Juego de las vocales:

Segundo apellido propio + segundo apellido de tu padre/madre + nombre de un profesor de la infancia.

Ejemplo: Gutiérrez García Agustín (UIEE AIA AUI)

2- Completa la letra de las siguientes canciones:

Título: Camino verde

Hoy he veuelto a pasar,
Por aquel camino verde,
Que por el valle se pierde,
Con mi triste soledad.

Hoy he vuelto a ver,
A la puerta de la hermita,
Y pedí a mi virgenita
marchitas,
Que yo te vuelva a encontrar
verde,

Hoy he veuelto a pasar,
por aquel camino verde,
y en el recuerdo se pierde,
la margarita
toda mi felicidad.

En el camino verde,
camino verde,
que va a la hermita,
desde que tú te fuiste,
Lloran de pena las margaritas

La fuente se ha secado,
las azucenas ya están
en el camino verde, el recuerdo
verde
que va a la hermita.

Hoy he vuelto a grabar,
Nuestros nombres en
he subido a la colina,
y allí me puse a llover.

Título: Quiéreme siempre

Siempre, (siempre), quiéreme siempre,

(quíereme siempre), tanto, (tanto)

como yo a ti (como yo a ti)

Nunca, nunca me olvides, dime, dime que si

Cuando, (cuando), beso tu boca, (beso tu boca),

nada (nada), nada es mejor (nada es mejor)

Dame, dame tu vida, quiéreme siempre, dame tu amor,

Siempre, quiéreme siempre, tanto, como yo a ti

Nunca, ^{me olvides} nunca, dime, dime que si

Cuando, beso tu boca, nada, nada es mejor

Dame, dame tu vida, quiéreme siempre, dame tu amor, ...Amor...

FICHAS REALIZADAS EN EL TALLER DE DEBATE SOBRE LA CANCIÓN VIAJEMOS

EJEMPLO REALIZADO

Edad: 7 Sexo: M Nombre (opcional): Diego

1) Escribe 5 palabras cortas (2-4 sílabas). Temática "GRATITUD"

- 1- Amor = Carino - humildad
 - 2- Ayuda = comprensión - Besos
 - 3- Ternura - Respecto - EL amor de la vida es de
 - 4- gracias - esperanza - Me gustan los besos de mi
 - 5- confianza, empatía - El carino es abundante
El respeto es abundante
El beso toda vida
- 2) ¿Te parece interesante la figura de Felipe Pedrell?

¿Te gustan los dos ejemplos que has escuchado? ¿Lo escucharías más veces?

3) Escribe dos músicos famosos que te gusten y que creas que Mario desconoce.

4) Reconocimiento auditivo. Ordena del 1 al 4 los instrumentos que escuchas.

Grupo de Cuerda:

Contrabajo
Violonchelo
Viola
Violín

Grupo de Viento:

Tuba
Saxofón
Flauta travesera
Trompeta

Preguntas sobre la sesión:

1- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

Si

No

Indiferente

2- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

¿Se le ha pasado rápido la sesión?

Si

No

3- ¿Alguna sugerencia?

Completar la canción de Mario: "VIAJEMOS"

(1) ~~El~~ ^{el} ~~que~~ ^{que} ~~vivir~~ ^{vivir} sin saber que nuestros pasos dejan (2) huellas

Que nuestros (3) gritos solo son nuestras cadenas,

que creamos (4) sin ^{se} ~~se~~ (5) saberlo

mientras (6) sientas

no tengas (7) dudas de estar vivo,

mientras (8) vivas,

que tu (9) criterio eres tú,

te (10) dejas cuenta,

que tú mismo formas tu (11) condena,

aquella que te (12) quemar,

y a la vez puede darte (13) fuerzas

sí prestas atención sin (14) condición

Viajemos sin la presión de nuestros (15) egos en la espalda,

sin (16) culpa ni (17) juicio nuestras cargas,

comprendiendo que hay (18) luz detrás del (19) drama

que (20) sentimos en la vida, que sentimos como (21) heridas

y no nos deja ir más (22) alto,

de nuestra (23) identidad, de nuestra (24) identidad

No tengas miedo a vivir, simplemente estás (25) aquí,

Somos la semilla en su (26) jardín, (27) gracias vida por existir,



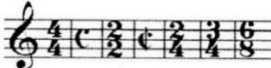


No tengas (28) miedo a vivir, simplemente estás aquí,

Somos la (29) semilla en su jardín.

EJEMPLO REALIZADO

Edad: 22 Sexo: M Nombre y apellidos (opcional): [Handwritten Name]

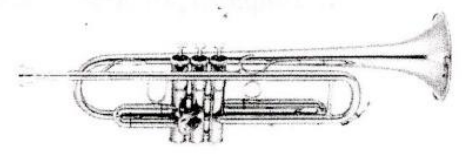
PASAPALABRA MUSICAL

- A. Empieza por A → Arpa 
- B. Empieza por B → Bombo 
- C. Entidad métrica musical → Compas 
- D. Primera nota musical → DO
- E. Guitarra que se conecta a un enchufe → Electrica
- F. Instrumento de viento madera provisto de lengüeta doble → Sagar
- G. Instrumento musical de 6 cuerdas → guitarra
- H. Textura musical → Homofonia
- I. Instrumento de cuerda pulsada cuyo origen se remonta a la Edad Media → Lira
- J. Baile típico español → Jota
- K. Contiene la k → ukelele 
- L. Sexta nota musical → la
- M. Empieza por M → maracas 
- N. Representan los sonidos musicales → notas
- O. Instrumento de viento madera parecido al clarinete → Oboe

P. Conjunto de 5 líneas y cuatro espacios → *pentagrama*
Q. Banda británica de rock cuyo cantante era Freddie Mercury → *Queen*



R. Instrumento de cuerda frotada que empieza por R → *Rebel*
S. Séptima nota musical → *Si*



T. Empieza por T → *trumpeta*
U. Cuando todos cantan a la vez → *unisono*



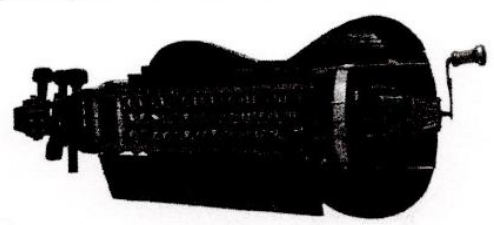
V. Empieza por V → *Violin*
W. Primer nombre de Mozart → *Wolfgang*



X. Instrumento de percusión con láminas de madera → *Xilofono*



Y. Instrumento musical de percusión que empieza por Y → *Yembe*



Z. Empieza por Z → *Zambona*

Edad:

Sexo:

Nombre y apellidos (opcional):

1) Ordena las palabras

Conoceré Musicales hoy manuscritos

1- CONOCERÉ HOY MANUSCRITOS MUSICALES
HOY CONOCERÉ MANUSCRITOS MUSICALES ✓

Del música pasado histórico español descubro

2- DESCUBRO PASADO HISTÓRICO DE LA MÚSICA ESPAÑOL
DEL ESPAÑOL DESCUBRO PASADO HISTÓRICO MUSICAL

Mozart Vicente rivalizó con Martín y Soler

3- VICENTE RIVALIZÓ CON MARTÍN Y SOLER SELE
MOZART

León de antifonario El es una nuestro joya cultural patrimonio

4- EL ANTONARIO DE LEÓN ES UNA JOYA CULTURAL DE
NUESTRO PATRIMONIO

2) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estos 5 códigos musicales y ordénalos alfabéticamente.

ZAMORA

MADRID

HUELGA

CALIXTINO

VERMELL

V	E	V	E	R	M	E	L	D	Z	1- CALIXTINO
M	C	G	K	S	A	E	V	I	D	2- HUELGA
Z	A	N	J	M	D	D	I	V	E	3- MADRID
J	H	I	M	N	R	S	O	A	L	4- VERMELL
K	U	T	T	P	I	N	R	I	E	5- ZAMORA
R	C	X	R	E	D	O	P	U	E	
M	A	I	Q	L	M	J	U	E	G	
A	L	L	P	A	R	I	E	A	Z	
R	M	A	Z	H	U	E	N	Z	A	
A	C	C	H	U	E	L	G	A	S	

3) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 6 piezas musicales.

EMPERATRIZ CATHOLICI LECCIÓN PATER
CANTIGA MATREM

E	M	P	E	R	A	T	R	I	Z
O	R	Q	J	K	P	W	S	M	I
Y	S	A	I	B	R	O	N	C	L
N	T	F	C	H	O	T	I	J	K
O	N	D	G	E	M	L	T	O	W
L	E	C	C	I	O	N	S	R	M
V	J	W	K	H	P	A	T	E	R
Z	H	J	T	M	N	O	Q	P	R
S	T	A	O	M	A	T	R	E	M
W	C	A	N	T	I	G	A	Z	Q

4) Sustituye los números en negrita por las palabras correspondientes

1 Inperayritz 2 Vermell 3 Montserrat 4 Calixtino 5 Catholici 6 Lección 7 Huelgas
8 Pater 9 Matrem 10 Cantiga

(1) INPERAYRITZ de la ciutat joyosa es una pieza musical que se encuentra en el Llibre
(2) VERMELL de (3) MONTSERRAT (S. XIV).

En el código (4) CALIXTINO aparece un Conductus llamado "Congaudeant (5)
CATHOLICI" (S.XII)

Fa fa mi / Ut re mi es una (6) LECCIÓN de solfeo que aparece en el Codex musical de
las (7) HUELGAS copiado a comienzos del siglo XIV

El conocido Dum (8) PATER Familias pertenece al Codex Calixtinus.

En el Llibre Vermell de Montserrat también aparece una pieza musical muy importante
llamada Mariam (9) MATREM Virginem.

Una de las cantigas de Alfonso X el Sabio es la (10) CANTIGA de Santa Maria N° 100
llamada Santa Maria strela do Dia

Edad:

Sexo:

Nombre y apellidos (opcional):

- 1) Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título de la clase de hoy

1 O 2 S 3 A 4 X 5 V 6 I

L12 2IGL12 4566 Y 45666 EN L3 MU2IC3 E2P3Ñ1L3

Los siglos XVII y XVIII en la música española

- 2) Tres de las siguientes operaciones son correctas, señale cuales son:

1- $500 + 450 + 25 + 25 + 600 + 80 + 9 + 7 = 1696$ si

2- $500 + 200 + 100 + 50 + 1000 + 3 + 2 - 6 = 1601$

3- $709 + 1 + 300 + 200 + 300 + 209 - 10 = 1709$ si

4- $1000 + 55 + 700 - 700 + 500 + 200 = 1755$ si

5- $1000 + 53 + 698 - 500 + 400 + 800 = 1720$

A continuación, en orden de menor a mayor completa las frases con las fechas correctas correspondientes

-1696: Salir el amor del mundo: de Sebastián Durón. Última zarzuela conservada del siglo XVII)

-1709: Flores de música: Antonio Martín y Coll

-1755: El tutore burlato: Martín y Soler

- 3) Cuenta el número de letras O que hay en el siguiente texto

El Antifonario mozárabe de la catedral de León también conocido como Antifonario de León es un manuscrito que contiene los cantos de las celebraciones de la liturgia hispánica mozárabe. Ciertos autores lo datan sobre el siglo X debido a sus rasgos paleográficos y se puede considerar, que es una de las joyas más importantes de nuestro patrimonio cultural.

11

6

11

6

TOTAL: 34

4) Memoriza los instrumentos y donde están colocados.

Ejercicio 1:

1 tambor	2 castañuelas	
4 piano		6 platillos

Ejercicio 2:

trastorno zascorán		guitarra
	violín	gaita escocesa
gaita		

FICHAS REALIZADAS EN EL TALLER MÚSICA CON MEMORIA II

EJEMPLO REALIZADO

Edad: _____ Sexo: _____ Nombre (opcional): *María*

1) Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título correspondiente.

E=1 A=2 C=3 I=4 S=5
 1L "R¹IN⁴2³3⁴M4⁵1NTO" MU5432L IN 15P2Ñ2
Renacimiento

2) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 6 piezas musicales. Posteriormente ordénalas según la cantidad de consonantes de mayor a menor

- 1-DINDIRINDIN (X) 7 2-COMAMOS (X) 4 3-PENA (X) 2 4-BOMBA (X) 3
 5-GENERAL (X) 4 6-RIU (X) 1

J	K	R	B	A	B	C	D	R	J	P
P	J	C	O	M	A	M	O	S	C	R
G	E	R	M	A	L	P	N	A	C	O
D	I	N	B	R	I	C	O	M	A	N
P	E	G	A	O	P	R	I	D	I	N
D	I	N	D	I	R	I	N	D	I	N
G	E	P	E	T	I	U	R	P	K	J
H	N	A	J	K	L	M	A	B	C	D
R	O	N	J	A	Z	M	A	O	P	J
A	G	E	N	E	R	A	L	S	I	N
N	N	P	N	A	B	D	C	A	B	H

- | |
|-----------------------|
| 1- <i>Dibirindian</i> |
| 2- <i>Comamos</i> |
| 3- <i>General</i> |
| 4- <i>Bombas</i> |
| 5- <i>Pena</i> |
| 6- <i>Riu</i> |

3) Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título correspondiente

S=1 I=2 3=O 4=A 5=A
 1URG2M25NT3 D5L N4C23N4L21M3 MU12C4L D5L 1XIX
Del Renacimiento al nacionalismo Americano del siglo XIX

4) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 3 piezas musicales y en la sopa de números sus fechas de publicación.

Bolera~~x~~ Turrón~~x~~ Goya

1826~~x~~ 1840~~x~~ 1914~~x~~

B	O	B	O	L	A	A	B
O	R	B	U	R	N	N	B
T	U	R	O	N	S	O	L
S	U	A	N	L	O	B	G
B	O	R	Y	J	E	K	O
B	O	L	R	U	H	R	Y
B	O	L	I	O	S	N	A
G	O	Y	I	T	N	I	U

9	0	2	6	1
1	9	1	4	1
1	1	8	2	6
8	1	4	0	1
4	1	0	1	8
0	0	0	0	2
0	2	0	1	0
1	2	0	1	9

5) Con los datos que tenéis aquí intentar completar los párrafos de manera que tengan sentido (por parejas o en trio).

1914	Bolera	Turrón	1826	Primera	1840	Pregones
coleccion	autoría	segunda	España	Goya	antiguo	xix
tercera	xx	Europea	Albéniz	Doce	verdes	Jijona

Federico Moretti es un compositor que nació en 1769 y murió en 1839. En 1826 compuso la Bolera de las habas Verdy, se trata de una canción española de la 18 etapa.

Mariano Soriano Fuentes es un compositor que nació 1817 y murió en 1880. En _____ compuso Los _____ de Madrid, una _____ de canciones populares con acompañamiento de pianoforte, poesía y música de su _____. La canción nº1 es _____ de _____. Esta canción pertenece estéticamente a la canción española de _____ etapa.

Enrique Granados es un compositor importantísimo en la historia musical de España. Junto con Isaac Albéniz consiguió llegar a la vanguardia Europea de su momento, el impresionismo. Nació en 1867 y murió en 1916. La maja de _____ es una de las tonadillas de la colección de _____ tonadillas en estilo _____ que compuso Granados en _____. Es una composición que corresponde al siglo _____, no obstante, la estética corresponde a la canción española de _____ etapa, que también puede verse en las primeras décadas del siglo _____.

Edad: 22

Sexo: ()

Nombre (opcional):

1) Encuentra en la sopa de letras el nombre de los siguientes autores fundamentales en la historia de la música española del siglo XX.

- 1-Pedrell 2-Granados 3-Albéniz 4-Falla 5-Gerhard 6-Esplá 7-Guridi 8-Ernesto 9-Rodrigo

G	U	R	I	D	I	A	B	A	C	D	E
A	F	P	E	D	R	E	L	L	G	H	I
L	J	K	R	R	L	A	M	L	N	O	P
V	Q	E	N	O	S	L	T	A	O	U	V
E	W	S	E	D	J	P	N	F	P	K	D
N	R	F	S	R	C	S	A	M	A	N	D
I	S	F	T	I	G	E	R	H	A	R	D
Z	S	O	O	G	R	A	N	A	D	O	S
R	O	M	A	O	R	O	B	E	R	T	O

2) Ejercicio visual: Memoriza los números. Luego pon el número correspondiente a cada autor

Ejercicio 1:

1	6	8
9	3	7
2	4	5

Ejercicio 2:

3	9	8
1	5	4
2	7	6

Ejercicio 3:

1	3	9
2	8	4
7	5	6

LETRA DE LA *CANCIÓN DE BIENVENIDA*

LETRA CANCIÓN DE BIENVENIDA:

GIRAMOS LA CABEZA HACIA LA IZQUIERDA

GIRAMOS LA CABEZA HACIA LA DERECHA

MIRAMOS ABAJO, MIRAMOS ARRIBA [X2]

MOVEMOS LOS BRAZOS HACIA LA IZQUIERDA

MOVEMOS LOS BRAZOS HACIA LA DERECHA

HACEMOS UN ARCO Y BAJAMOS LOS BRAZOS [X2]

ESTIRAMOS LAS PIERNAS CON FUERZA Y EMOCIÓN

ELEVAMOS LAS RODILLAS CON FIRMEZA Y DECISIÓN

MANTENEMOS ARRIBA Y VOLVEMOS ABAJO[X2]

GIRAMOS UN TOBILLO DE IZQUIERDA DERECHA

GIRAMOS EL OTRO DE DERECHA IZQUIERDA

GIRAMOS LAS MANOS Y ESTIRAMOS CON FUERZA[X2]

PARAMOS UN MOMENTO

COGEMOS AIRE DENTRO

AGUANTAMOS EN SILENCIO

Y SOLTAMOS SUAVE Y LENTO [X4]

Letra *Madre Tierra (oye)*- Chayanne

Debes brindar amor para después pedir
Hay que perdonar para poder seguir
Recuerda que tenemos sólo un viaje de ida
Y hay que darle gracias siempre

a la vida, a la vida, a la vida, a la vida

**Oye. Abre tus ojos. Mira hacia arriba
Disfruta las cosas buenas que tiene la vida
Abre tus ojos. Mira hacia arriba
Disfruta las cosas buenas que tiene la /**

**Lalala lalala lala (ei)
Lalala lalala lala (ei ei)
Lalala lalala lala (ei)
Lalala lalala lala (ei ei)**

Cuando estés perdido y no sepas dónde vas
Recuerda de dónde vienes y qué bien te sentirás
Siempre que llueve escapa son consejos de mamá
y con la bendición de tus ancestros llegarás

Tambor, tambor, tambor, que llama a tambor
Tambor, tambor, tambor de mi madre tierra
Tambor, tambor, tambor, que llama a tambor
Tambor, tambor, tambor de mi madre tierra

Estrillo

Caer es permitido y levantarse es obligado
No tires piedras al vecino si de cristal es tu tejado
Perro que ladra no te asustes, nunca te morderá
Que con la bendición de tus ancestros llegarás

Tambor, tambor, tambor, que llama a tambor
Tambor, tambor, tambor de mi madre tierra
Tambor, tambor, tambor, que llama a tambor
Tambor, tambor, tambor de mi madre tierra

Estrillo (BIS)

Letra completa de la canción de Mario: *Viajemos*

Caminamos sin saber que nuestros pasos dejan huellas,
Que nuestros gritos solo son nuestras cadenas,
que creamos sin saberlo, mientras sientas,
no tengas duda de estar vivo,
mientras creas, que tu criterio eres tú, te darás cuenta,
que tú mismo formas tu condena, aquella que te quema,
y a la vez puede darte fuerzas, si prestas atención sin condición.

Viajemos sin la presión de nuestros egos en la espalda,
sin culpar ni juzgar nuestras cargas,
comprendiendo que hay luz detrás del drama,
que pintamos en la vida, que sentimos como heridas,
y no nos deja ir más allá,
de nuestra identidad, de nuestra identidad.

No tengas miedo a vivir, simplemente estás aquí
Somos la semilla en su jardín, gracias vida por existir,
No tengas miedo a vivir, simplemente estás aquí,
Somos la semilla en su jardín.

LETRA DE LA CANCIÓN **TODOS LOS MARTES** (COMPOSICIÓN PROPIA)

TODOS LOS MARTES

TODOS LOS MARTES, CON MUCHA ILUSIÓN
VENIMOS A JUNTARNOS, PREPARAMOS EL FOLLÓN
CON GRAN ALEGRÍA, CANTAMOS MELODÍAS
NO HACEMOS DAÑO A NADIE, COMPARTIMOS LA ARMONÍA

SI ALGUIÉN SE QUEDA EN BLANCO, AYÚDALE
LOS RECUERDOS, LAS RISAS COMPARTIRÉ

TODOS ESCUCHAN EN SILENCIO, A MARIO SU PROFESOR
JUNTOS COMPARTEN HISTORIAS, CANCIONES, VIVENCIAS Y AMOR X2

LETRA DE LA CANCIÓN: *Y LLEGA EL VERANITO* (COMPOSICIÓN PROPIA)

Y LLEGA EL VERANITO

EL ESFUERZO ESTA EN MIS MANOS, AQUÍ ESTA TODO POR LO QUE HE LUCHADO,

FAMILIA, AMIGOS Y UN MEREcido DESCANSO.

ESTOY ORGULLOSO DE TODO LO QUE HE LOGRADO,

LA CONFIANZA POR HABERME SUPERADO

EN LOS MOMENTOS MÁS COMPLICADOS

CUANDO CREÍA ESTAR DERROTADO

Y AHORA RECUERDO LOS PASOS QUE HAN DADO

MIS MADRES Y ABUELOS / AQUELLOS QUE ME AMARON

Y LLEGA EL VERANITO, CON TINTO DE VERANO

LOS AMIGOS RIENDO Y TUS NIETOS JUGANDO

TUS HIJOS DESCANSANDO, DEL ESTRÉS ACUMULADO

Y TU DÁNDOTE CUENTA DE LOS AÑOS QUE HAN PASADO

Y SIGUE LA PELOTA EN TU TEJADO

ES LA CONCIENCIA POR TUS LOGROS LEJANOS

Y SIGUE LA MEMORIA SONRIENDO EN UNA NORIA

GIRANDO POR SÍ SOLA SIN MIEDO A PARAR

Y AHORA RECUERDO LOS PASOS QUE HAN DADO

AQUELLOS QUE ME AMARON/ SIN ESPERAR NADA A CAMBIO

ESTRIBILLO

(LA LA LA)

No te acostarás sin conocer un músico más:

Felipe Pedrell (Felipe Pedrell Sabaté).

Nació en Tortosa, 19 de febrero de 1841 y murió en Barcelona el 19 de agosto de 1922.

El catalán Felipe **Pedrell** Sabaté actualmente está considerado como padre de la musicología española y del nacionalismo musical español.



Las consecuencias de su obra se **proyectan en las tres generaciones siguientes**, de ahí su importancia.

Desde el un punto de vista estético vislumbró qué debía hacerse en la música española para cambiar una situación que muchos compositores criticaban. Sentó las bases de un cambio de perspectivas para la música española]

Fue capaz de conciliar los dos elementos fundamentales en la época:

- **La defensa del Nacionalismo o la identidad musical española.**
- **Un afán de Universalismo [o europeísmo] que se manifiesta en el seguimiento de diversas tendencias musicales vigentes especialmente en otros países europeos.**

Con el propósito de demostrar la importancia del patrimonio histórico musical, Pedrell se embarcó en la tarea de explorar todo eso. Y de este afán realizó multitud de proyectos: manuales prácticos de solfeo y teoría musical, estudios analíticos de partituras, ensayos históricos sobre música española, sobre organología e iconografía, diccionarios...

La mayor parte de su obra se encuentra en la Biblioteca de Cataluña y de toda su producción destacan sobre todo óperas, que tienen el dato curioso de que están en catalán siendo la realización práctica del proyecto de ópera española. Els Pirineus, La Celestina, El Conte Arnau (como las más destacadas). Además, tiene música religiosa, poemas sinfónicos.

Sus principales discípulos son:



Enrique Granados



Isaac Albéniz



Manuel de Falla

EL FOLCLORE ESPAÑOL QUE DESCONOCÍAS

La generación del 98 musical:



Los autores que forman parte de esta generación son Manuel de Falla (andaluz), Joaquín Turina (andaluz), Julio Gómez (castellano-madrileño), Conrado del Campo (castellano-madrileño), Jesús Guridi (vasco) y Óscar Esplá (levantino).

Estos autores suponen en el terreno de la historia musical en España lo que sus análogos literarios donde nació la denominación de generación del 98 (Azorín, Miguel de Unamuno, Machado). La denominación del 98 alude al hecho generacional del desastre del 98 que marca el devenir creativo. Los acontecimientos bélicos de 1898 pusieron fin al imperio colonial. En palabras de Miguel de Unamuno “Me duele España”

La reflexión que hacen los músicos del 98 tiende a buscar una nueva identidad para España. Se acercan al folclore más profundamente y no superficialmente, así de esta manera defienden lo español porque si no nos quedaríamos sin identidad. En conclusión, se pasa de una España que reproduce tópicos pintoresquistas a querer indagar en su propio ser.



Joaquín
Turina



Jesús Guridi



C. del Campo



Julio Gómez



Óscar Esplá

Flamenco

El flamenco en definitiva es un género de música popular urbana, pero tiene algunos rasgos que recuerdan más a músicas de tradición oral, rural. Y tiene otros rasgos que claramente derivan de géneros urbanos escénicos, españoles y europeos que en el S. XIX estaban de moda.

La Sardana

Danza que se desarrolla en un círculo de número indeterminado de participantes de ambos sexos- abierto a quien quiera entrar y salir en cualquier momento-, los cuales bailan enlazados por las manos al son de la formación musical llamada cobla. Su forma contemporánea se fijó en el Empordà alrededor de 1850. Y desde finales del s. XIX se ha ido convirtiendo en un símbolo de identidad catalana.

A pesar de que a mediados del siglo XIX la sardana solo era conocida en las comarcas de Gerona, en 1906 ya se la calificaba como la «danza nacional». Por ello se puede considerar la «nacionalización» de la sardana como un ejemplo de «tradición inventada».

Muiñeira [muñeira]:

Baile y música. Es una de las formas más características y diferenciadas del repertorio tradicional gallego, aunque también se encuentra en zonas limítrofes como Asturias, bajo la denominación de muñeira. La palabra muiñeira viene de muíño (molino).

En líneas generales suele constar de dos elementos básicos: melodía y acompañamiento percusivo. Su interpretación es tanto vocal como instrumental, y su audición y baile están ligados a contextos festivos. Se distinguen dos tipos principales, la muiñeira vella (vieja) y la muiñeira nova (Nueva). Son la muiñeira y la jota los bailes y las músicas que más a menudo se encuentran en Galicia.

DATOS DEL TALLER DE BIENVENIDA

DATOS DEL TALLER DE BIENVENIDA

Estos datos son facilitados para que los usuarios del taller puedan acceder a la música que hemos visto cuando lo deseen.

- 1- *Concierto de Aranjuez - II. Adagio* - Pablo Sáinz Villegas – LIVE
<https://www.youtube.com/watch?v=KzEFQW9CXGc>
- 2- *Por el puente de Aranda*- Nuevo Mester de Juglaría
<https://www.youtube.com/watch?v=KersGWzZ6Dg>
- 3- *Campanera*- Joselito
<https://www.youtube.com/watch?v=UXYIXoAprm8>
- 4- *Algo se muere en el alma*- Amigos de Gines
<https://www.youtube.com/watch?v=haUACSQnw7c>
- 5- *Himno a la alegría* (1970)- Miguel Ríos
<https://www.youtube.com/watch?v=sTv-t8-Ssdw>
- 6- *La morena de mi copla*- Tuna de la facultad de farmacia de Madrid
<https://www.youtube.com/watch?v=667GhrkQJE0>
- 7- *Si tú me dices ven (Lodo)*- Los Panchos
<https://www.youtube.com/watch?v=4r7pdOtdC7s>
- 8- *Por una cabeza* -Carlos Gardel
<https://www.youtube.com/watch?v=SJ1aTPM-dyE>
- 9- *El Danubio azul*- Johann Strauss
<https://www.youtube.com/watch?v=4FcTYF0OBSg>
- 10- *Sestina*- Monteverdi
<https://www.youtube.com/watch?v=Bq2gC9-ILFA>
- 11- *El barbero de Sevilla* - Aria de Fígaro
<https://www.youtube.com/watch?v=k9ZddMufCzk>

12- *Dónde vas con mantón de manila*- La Verbena de la Paloma

<https://www.youtube.com/watch?v=xzlfXnHQpfA>

13- *Tu frialdad*- Triana

<https://www.youtube.com/watch?v=Lo4k7W6Iowc>

14- *Good Vibrations*- The Beach Boys

https://www.youtube.com/watch?v=Eab_beh07HU

15- Vídeo Gracioso: El abuelo Melquiades te enseña cómo componer reggaeton en tan solo 30 segundos - El Hormiguero 3.0

<https://www.youtube.com/watch?v=6iOIB0QLy84>

DATOS DEL TALLER DE BOLEROS

Estos datos son facilitados para que los usuarios del taller puedan acceder a la música que hemos visto cuando lo deseen.

- 1- *Lo dudo* <https://www.youtube.com/watch?v=MoRymwF2v58>
- 2- *Quizás, quizás, quizás* <https://www.youtube.com/watch?v=zdJ0KLJ3PmQ>
- 3- *Alma, corazón y vida* <https://www.youtube.com/watch?v=VHutRUx3KCg>
- 4- *Veinte años* <https://www.youtube.com/watch?v=5T-sotRUSVI>
- 5- *Caminemos* <https://www.youtube.com/watch?v=JbFDhkyio4Q>
- 6- *Ronda de una noche* https://www.youtube.com/watch?v=0vM_M7D-tGc
- 7- *Toda una vida* https://www.youtube.com/watch?v=sNmIpe_QAEg
- 8- *Dos gardenias* https://www.youtube.com/watch?v=XIW-v_8Int4
- 9- *Angelitos negros* <https://www.youtube.com/watch?v=wMtpOIvi3pA>
- 10- *Perdón* <https://www.youtube.com/watch?v=NsII1NxZDCo>

Ganadores del taller de Bienvenida

Paloma San Basilio-*La hiedra* (a petición de una usuaria)

<https://www.youtube.com/watch?v=kpKGTLC-18>

Dyango- *Dios como te amo* (a petición de una usuaria)

<https://www.youtube.com/watch?v=OMu1COt43t8>

Bolero extra:

Dos cruces- José Feliciano

<https://www.youtube.com/watch?v=ixdUvIGLYxk>

Vídeo entretenido: Melquiades haciendo un rap.

<https://www.youtube.com/watch?v=eINmN4HNB24>

DATOS DEL TALLER MÚSICA Y SALUD

Estos datos son facilitados para que los usuarios del taller puedan acceder a la música que hemos visto cuando lo deseen.

1- *Huayños bolivianos*

<https://www.youtube.com/watch?v=nelRKtH6anY>

2- *La gota fría*-Carlos Vives

<https://www.youtube.com/watch?v=Nmb80HXWsFQ>

3- *Aunque no sea Conmigo*- Bloque depresivo

https://www.youtube.com/watch?v=YxzQ8_LLZdw

4- *Psycho* (1960) - 'The Bathroom', 'The Murder' (*Shower scene*) [1080]

<https://www.youtube.com/watch?v=s22INU5jXM4>

5- *Pájaro campana* - Grupo La Vuelta

<https://www.youtube.com/watch?v=hs1FzKqE2nQ>

6- *Jueves*-La Oreja de Van Gogh

<https://www.youtube.com/watch?v=cQHkDCaa5Ac>

7- *Celebra la Vida*-Axel

<https://www.youtube.com/watch?v=8XSw1Q6jBoI>

Vídeo de la sesión:

Los bailes de Sarah Paddy - El Hormiguero 3.0

<https://www.youtube.com/watch?v=t8vz8jLhvKY>

DATOS DEL TALLER DE MÚSICA: CANTAR

Estos datos son facilitados para que los usuarios del taller puedan acceder a la música que hemos visto cuando lo deseen.

Ganadores del taller de Boleros.

1- *Popurrí de pasodobles*- Manolo Escobar

<https://www.youtube.com/watch?v=j7ezhP0hUek>

2- *Encrucijada*- Marife de Triana

<https://www.youtube.com/watch?v=lotUOHQqQ4s>

3-*Zita*- Astor Piazzolla

<https://www.youtube.com/watch?v=H6CSXlyxYtg>

Vídeo de la sesión:

Los bailes de Sarah Paddy - El Hormiguero 3.0

<https://www.youtube.com/watch?v=t8vz8jLhvKY>

Enlaces del taller: Música y salud.

1- Huayños bolivianos

<https://www.youtube.com/watch?v=nelRKtH6anY>

2- *La gota fría*- Carlos Vives

<https://www.youtube.com/watch?v=Nmb80HXWsFQ>

3- Bloque depresivo - *Aunque no sea conmigo*

https://www.youtube.com/watch?v=YxzQ8_LLZdw

4- *Psycho* (1960) - 'The Bathroom', 'The Murder' (*Shower scene*) [1080]

<https://www.youtube.com/watch?v=s22INU5jXM4>

5- *Pájaro campana* - Grupo La Vuelta

<https://www.youtube.com/watch?v=hs1FzKqE2nQ>

6- *Jueves- La Oreja de Van Gogh*

<https://www.youtube.com/watch?v=cQHkDCaa5Ac>

7- *Celebra la vida- Axel*

<https://www.youtube.com/watch?v=8XSw1Q6jBoI>

DATOS DEL TALLER COMPLETA LA MÚSICA

DATOS DEL TALLER COMPLETA LA MÚSICA

Estos datos son facilitados para que los usuarios del taller puedan acceder a la música que hemos visto cuando lo deseen.

1-*Camino verde* (versión de Antonio Molina)

<https://www.youtube.com/watch?v=ujjxnwJ2K4E>

2-*Camino verde* (Versión de José Feliciano)

<https://www.youtube.com/watch?v=WaV3u4WdHqQ>

3-*Quiereme siempre* – Paloma San Basilio

https://www.youtube.com/watch?v=pWuf_3wplNo

4-*Madre tierra (oye)*-Chayanne

<https://www.youtube.com/watch?v=VkuRIZ7QyDM>

DATOS DEL TALLER MEMORIA CON MÚSICA I

Enlaces de las piezas musicales escuchadas:

- 1- *Inperayritz de la ciutat joyosa* - Llibre Vermell de Montserrat (S. XIV):
<https://www.youtube.com/watch?v=eKpMO8rkBLA>
- 2- *Conductus Congaudeant catholici* (s.XII)- Códice Calixtino
<https://www.youtube.com/watch?v=0-wrUexIRXg>
- 3- *Fa fa mi / Ut re mi* (lección de solfeo) - Codex las Huelgas (S.XIV)
<https://www.youtube.com/watch?v=5At8BMes0f4>
- 4- *Dum Pater Familias* - Codex Calixtinus (S. XII)
<https://www.youtube.com/watch?v=K40YdA1xe9c>
- 5- *Mariam Matrem Virginem*- Llibre Vermell de Montserrat
<https://www.youtube.com/watch?v=9dk0GhcMYaY>
- 6- *Santa Maria strela do dia*- Cantiga de Santa Maria N° 100
<https://www.youtube.com/watch?v=opEXfcsI2YQ>
- 7- *Salir el amor del mundo*: de Sebastián Durón. Última zarzuela conservada del siglo XVII
<https://www.youtube.com/watch?v=1C5UZoC6-Ws>
- 8- *Flores de música*- Antonio Martín y Coll
<https://www.youtube.com/watch?v=05gVkkBJBYo>
- 9- *Il tutore burlato*- Martín y Soler
<https://www.youtube.com/watch?v=Sd7WLgFEq9E>

TALLER MEMORIA CON MÚSICA II

Este documento está creado para que podáis acceder a parte del contenido de la sesión cuando queráis.

Enlaces: 1-Sopa de letras:

-*Dindirindin* (Anónimo) - Cancionero de Palacio (S. XV)

<https://www.youtube.com/watch?v=TuwpWnjg7xc>

-Hoy comamos y bebamos- Juan de la Encina

<https://www.youtube.com/watch?v=iZj9xGAFro8>

-Tres glosas sobre *Todo el mundo en general* - Francisco Correa de Arauxo

<https://www.youtube.com/watch?v=6wm6VwibV9g>

-*La Bomba* (Ensalada) - Mateo Flecha "el Viejo"

<https://www.youtube.com/watch?v=lGMQ9k8rdl0>

-Nunca fue pena mayor- Juan de Urrede

<https://www.youtube.com/watch?v=bxXkRXHjPLw>

-*Riu riu chiu* - Cancionero de Upsala

<https://www.youtube.com/watch?v=GDp5HI-FtFQ>

Enlaces: Canción Española:

Boleras de las habas verdes-Federico Moretti:

-<https://open.spotify.com/album/4Oce3tj0PzJnl80Sdp75JI>

-<https://www.youtube.com/watch?v=uFW0smAuFC4> (Joaquín Díaz)

El turrón de Jijona- Mariano Soriano Fuentes

-<https://open.spotify.com/playlist/5fgSj2h1OGK8XZVv4USQOJ>

Tonadillas: *La maja de Goya*- Enrique Granados

-<https://open.spotify.com/playlist/6P6vUITUTdFfP9fbzTct99>

Músicos importantes del siglo XX:

Del ejercicio 1 (memoria visual)



Felipe Pedrell Sabaté



Enrique Granados



Isaac Albéniz

Del ejercicio 2 (memoria visual)



Roberto Gerhard



Manuel de Falla

Del ejercicio 3 (memoria visual)



Joaquín Rodrigo



Ernesto Halffter



Jesús Guridi



Óscar Esplá

TALLER DE BOLEROS

1- Encuentra las 10 palabras en la sopa de letras

1-Dudo 2-Quizás 3-Alma 4-Veinte 5-Caminemos 6-Ronda 7-
Vida 8-Gardenias 9- Negro 10-Perdón

D	U	D	O	J	P	N	D	Z	Q	O	P
A	B	C	R	D	E	R	E	V	U	P	K
K	J	H	G	A	R	D	E	N	I	A	S
N	P	J	E	H	D	O	B	J	Z	D	I
Y	N	J	N	N	O	M	N	N	A	P	A
I	Y	V	E	I	N	T	E	D	S	B	N
D	N	H	G	J	O	A	L	M	A	P	N
C	A	M	I	N	E	M	O	S	N	J	H

2- **Realiza las siguientes operaciones matemáticas:**

1- $1000+200+300+400+2+70 = \underline{\hspace{2cm}}$ [Dudo]

2- $2000-3+2+9+4+6+2-60+8 = \underline{\hspace{2cm}}$ [Quizás]

3- $(2 \times 1000) - 48 + 6 = \underline{\hspace{2cm}}$ [Alma]

4- $(800 \times 2) + 300 + 35 = \underline{\hspace{2cm}}$ [Veinte]

5- $3000 - 1036 = \underline{\hspace{2cm}}$ [Caminemos]

3- **Completa las frases sustituyendo los números asociados a las fechas anteriores y a los nombres de la sopa de letras.**

1- Lo 1 _____ es un bolero de 1 _____ de Los Panchos. El compositor fue Chucho Navarro

- 2- 2_____, Quizás, Quizás fue escrita en 1947 por el compositor cubano Osvaldo Farrés. Los panchos la versionaron en 2_____.
- 3- En 3_____ Los panchos sacaron a la luz 3_____, corazón y vida.
- 4- 4_____ años fue escrita en 4_____ por Guillermina Aramburu con música de María Teresa Vera.
- 5- De 5_____ es 5_____ de los Panchos.

4-Cierra los ojos y siente cada pieza musical. A continuación, valórala del 1 al 10 (siendo 1 muy mala y 10 excelente). Una vez puntuado individualmente cada bolero elabora tu propio ranking.

V. individual (1 al 10) Ranking (1 al 10)

- 1) _____ →
- 2) _____ →
- 3) _____ →
- 4) _____ →
- 5) _____ →
- 6) _____ →
- 7) _____ →
- 8) _____ →
- 9) _____ →
- 10) _____ →

5-Explica en dos líneas porque has puesto 10 a la pieza musical que hayas elegido

TALLER MÚSICA Y SALUD

Sexo: Edad: Nombre (opcional): Fecha:

1-Ejercicio de memoria (escribe las vocales de tu nombre y los dos apellidos):

2-A continuación, cierra los ojos y siente la pieza musical que corresponde. Después pon por escrito que te ha hecho sentir con tus propias palabras y se has recordado una situación del pasado o a alguien.

1. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

2. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

3. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

4. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

5. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

6. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

7. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

8. Nombre de la audición

¿Qué te ha hecho sentir?

¿Has recordado algo o a alguien?

¿Te gusta? ¿la escucharías en tu día a día?

¿Te ha hecho reflexionar? Si es así explícalo.

TALLER: COMPLETA LA MÚSICA

EDAD: SEXO: NOMBRE(OPCIONAL):

1- Juego de las vocales:

Segundo apellido propio + segundo apellido de tu padre/madre + nombre de un profesor de la infancia.

Ejemplo: Gutiérrez García Agustín (UIEE AIA AUI)

2- Completa la letra de las siguientes canciones:

Título: _____ *verde*

Hoy he _____ a pasar,

Por aquel _____ verde,

Que por el valle se _____,

Con mi triste soledad.

Hoy he vuelto a _____,

A la puerta de la _____,

Y pedí a mi _____,

Que yo te vuelva a _____ .

Hoy he _____ a pasar,

por aquel _____ verde,

y en el _____ se pierde,

toda mi _____.

En el _____ verde,

_____ verde,

que va a la _____,

desde que tú te fuiste,

Lloran de pena las _____.

La fuente se ha _____,

las _____ ya están marchitas,

en el _____ verde, _____ verde,

que va a la _____.

Hoy he vuelto a _____,

Nuestros nombres en la _____,

he subido a la _____,

y allí me puse a _____.

Título: *Quiéreme* _____

Siempre, (siempre), quiéreme siempre,

(quíereme siempre), _____, (_____)

_____ (_____)

Nunca, nunca me olvides, _____, dime que si

Cuando, (cuando), _____, (_____),

nada (nada), nada es mejor (nada es mejor)

Dame, _____, quiéreme siempre, dame tu amor,

Siempre, quiéreme siempre, tanto, _____

Nunca, _____, dime, dime que si

Cuando, _____, nada, nada es mejor

Dame, dame tu vida, quiéreme siempre, dame tu amor, ...Amor...

TALLER: DEBATE SOBRE LA CANCIÓN VIAJEMOS

Edad: **Sexo:** **Nombre (opcional):**

1) Escribe 5 palabras cortas (2-4 sílabas). Temática “GRATITUD”

1-

2-

3-

4-

5-

2) ¿Te parece interesante la figura de Felipe Pedrell?

¿Te gustan los dos ejemplos que has escuchado? ¿Lo escucharías más veces?

3) Escribe dos músicos famosos que te gusten y que creas que Mario desconoce.

4) Reconocimiento auditivo. Ordena del 1 al 4 los instrumentos que escuchas.

Grupo de Cuerda:

Contrabajo

Violonchelo

Viola

Violín

Grupo de Viento:

Tuba

Saxofón

Flauta travesera

Trompeta

Preguntas sobre la sesión:

1- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

Si

No

Indiferente

2- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

¿Se le ha pasado rápido la sesión?

Si

No

3- ¿Alguna sugerencia? _____

Completar la canción de Mario: VIAJEMOS

(1)_____ sin saber que nuestros pasos dejan (2)_____.

Que nuestros (3)_____ solo son nuestras cadenas,

que creamos (4)_____ (5)_____.

mientras (6) _____.

no tengas (7)_____ de estar vivo,

mientras (8) _____.

que tu (9)_____ eres tú,

te (10) _____ cuenta,

que tú mismo formas tu (11)_____.

aquella que te (12)_____.

y a la vez puede darte (13)_____.

sí prestas atención sin (14)_____.

Viajemos sin la presión de nuestros (15)_____ en la espalda,

sin (16)_____ ni (17)_____ nuestras cargas,

comprendiendo que hay (18)_____ detrás del (19)_____.

que (20) _____ en la vida, que sentimos como (21)_____.

y no nos deja ir más (22)_____.

de nuestra (23) _____, de nuestra (24)_____.

No tengas miedo a vivir, simplemente estás (25)_____.

Somos la semilla en su (26)_____, (27)_____ vida por existir,

No tengas (28) _____ a vivir, simplemente estás aquí,

Somos la (29) _____ en su jardín.

Edad:

Sexo:

Nombre y apellidos (opcional):

PASAPALABRA MUSICAL

A. Empieza por A →



B. Empieza por B →



C. Entidad métrica musical →



D. Primera nota musical →

E. Guitarra que se conecta a un enchufe →

F. Instrumento de viento madera provisto de lengüeta doble →

G. Instrumento musical de 6 cuerdas →

H. Textura musical →

I. Instrumento de cuerda pulsada cuyo origen se remonta a la Edad Media →

J. Baile típico español →



K. Contiene la k →

L. Sexta nota musical →



M. Empieza por M →

N. Representan los sonidos musicales →

O. Instrumento de viento madera parecido al clarinete →

P. Conjunto de 5 líneas y cuatro espacios →

Q. Banda británica de rock cuyo cantante era Freddie Mercury →



R. Instrumento de cuerda frotada que empieza por R →

S. Séptima nota musical →



T. Empieza por T →

U. Cuando todos cantan a la vez →



V. Empieza por V →

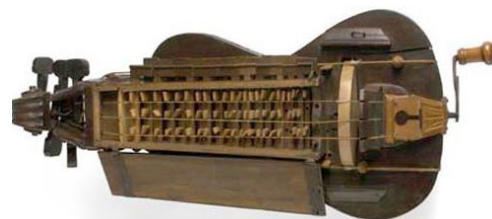
W. Primer nombre de Mozart →



X. Instrumento de percusión con láminas de madera →



Y. Instrumento musical de percusión que empieza por Y →



Z. Empieza por Z →

Edad: **Sexo:** **Nombre y apellidos (opcional):**

1) Ordena las palabras

Conoceré Musicales hoy manuscritos

1-

Del música pasado histórico español descubro

2-

Mozart Vicente rivalizó con Martín y Soler

3-

León de antifonario El es una nuestro joya cultural patrimonio

4-

2) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estos 5 códigos musicales y ordénalos alfabéticamente.

ZAMORA MADRID HUELGAS CALIXTINO VERMELL

V	E	V	E	R	M	E	L	L	Z	1 -
M	C	O	K	S	A	E	V	I	D	2 -
Z	A	N	J	M	D	D	I	V	E	3 -
J	H	I	M	N	R	S	O	A	L	4 -
K	U	T	T	P	I	N	R	I	E	5 -
R	C	X	R	E	D	O	P	U	E	
M	A	I	Q	L	M	J	U	E	G	
A	L	L	P	A	R	I	E	A	Z	
R	M	A	Z	H	U	E	N	Z	A	
A	C	C	H	U	E	L	G	A	S	

3) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 6 piezas musicales.

EMPERATRIZ CATHOLICI LECCIÓN PATER CANTIGA
MATREM

E	M	P	E	R	A	T	R	I	Z
O	R	Q	J	K	P	W	S	M	I
Y	S	A	I	B	R	O	N	C	L
N	T	F	C	H	O	T	I	J	K
O	N	D	G	E	M	L	T	O	W
L	E	C	C	I	O	N	S	R	M
V	J	W	K	H	P	A	T	E	R
Z	H	J	T	M	N	O	Q	P	R
S	T	A	O	M	A	T	R	E	M
W	C	A	N	T	I	G	A	Z	Q

4) Sustituye los números en negrita por las palabras correspondientes

1 Imperayritz 2 Vermell 3 Montserrat 4 Calixtino 5 Catholici 6 Lección 7 Huelgas
8 Pater 9 Matrem 10 Cantiga

(1) _____ de la ciutat joyosa es una pieza musical que se encuentra en el Llibre

(2) _____ de (3) _____ (S. XIV).

En el códice (4) _____ aparece un Conductus llamado "Congaudeant (5) _____" (S.XII)

Fa fa mi / Ut re mi es una (6) _____ de solfeo que aparece en el Codex musical de las

(7) _____ copiado a comienzos del siglo XIV

El conocido Dum (8) _____ Familias pertenece al Codex Calixtinus.

En el Llibre Vermell de Montserrat también aparece una pieza musical muy importante llamada Mariam (9) _____ Virginem.

Una de las cantigas de Alfonso X el Sabio es la (10) _____ de Santa Maria N° 100 llamada Santa Maria strela do Dia

Edad: **Sexo:** **Nombre y apellidos (opcional):**

1) Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título de la clase de hoy

1 O 2 S 3 A 4 X 5 V 6 I

L12 2IGL12 4566 Y 45666 EN L3 MU2IC3 E2P3Ñ1L3

2) Tres de las siguientes operaciones son correctas, señale cuales son:

1- $500 + 450 + 25 + 25 + 600 + 80 + 9 + 7 = 1696$

2- $500 + 200 + 100 + 50 + 1000 + 3 + 2 - 6 = 1601$

3- $709 + 1 + 300 + 200 + 300 + 209 - 10 = 1709$

4- $1000 + 55 + 700 - 700 + 500 + 200 = 1755$

5- $1000 + 53 + 698 - 500 + 400 + 800 = 1720$

A continuación, en orden de menor a mayor completa las frases con las fechas correctas correspondientes

- _____: Salir el amor del mundo: de Sebastián Durón. Última zarzuela conservada del siglo XVII)

- _____: Flores de música: Antonio Martín y Coll

- _____ Il tutore burlato: Martín y Soler

3) Cuenta el número de letras O que hay en el siguiente texto

El Antifonario mozárabe de la catedral de León también conocido como Antifonario de León es un manuscrito que contiene los cantos de las celebraciones de la liturgia hispánica mozárabe. Ciertos autores lo datan sobre el siglo X debido a sus rasgos paleográficos y se puede considerar, que es una de las joyas más importantes de nuestro patrimonio cultural.

TOTAL:

4) Memoriza los instrumentos y donde están colocados.

Ejercicio 1:

Ejercicio 2:

TALLER DE MÚSICA CON MEMORIA II

Edad:

Sexo:

Nombre (opcional):

- 1) **Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título correspondiente.**

E=1

A=2

C=3

I=4

S=5

1L “R1N234M41NTO” MU5432L 1N 15P2Ñ2

- 2) **Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 6 piezas musicales.**

Posteriormente ordénalas según la cantidad de consonantes de mayor a menor

1-DINDIRINDIN ()

2-COMAMOS()

3- PENA ()

4-BOMBA()

5-GENERAL()

6-RIU()

J	K	R	B	A	B	C	D	R	J	P	
P	J	C	O	M	A	M	O	S	C	R	
G	E	R	M	A	L	P	N	A	C	O	
D	I	N	B	R	I	C	O	M	A	N	
P	E	G	A	O	P	R	I	D	I	N	
D	I	N	D	I	R	I	N	D	I	N	
G	E	P	E	T	I	U	R	P	K	J	
H	N	A	J	K	L	M	A	B	C	D	
R	O	N	J	A	Z	M	A	O	P	J	
A	G	E	N	E	R	A	L	S	I	N	
N	N	P	N	A	B	D	C	A	B	H	

3) Sustituya cada número por la letra correspondiente y escriba debajo el título correspondiente

S=1 I=2 3=O 4=A 5=A

1URG2M25NT3 D5L N4C23N4L21M3 MU12C4L D5L 1XIX

4) Encuentra en la sopa de letras el nombre de estas 3 piezas musicales y en la sopa de números sus fechas de publicación.

Bolera Turrón Goya

1826 1840 1914

B	O	B	O	L	A	A	B
O	R	B	U	R	N	N	B
T	U	R	O	N	S	O	L
S	U	A	N	L	O	B	G
B	O	R	Y	J	E	K	O
B	O	L	R	U	H	R	Y
B	O	L	I	O	S	N	A
G	O	Y	I	T	N	I	U

9	0	2	6	1
1	9	1	4	1
1	1	8	2	6
8	1	4	0	1
4	1	0	1	8
0	0	0	0	2
0	2	0	1	0
1	2	0	1	9

5) Con los datos que tenéis aquí intentar completar los párrafos de manera que tengan sentido (por parejas o en trio).

1914	Bolera	Turrón	1826	Primera	1840	Pregones
colección	autoría	segunda	España	Goya	antiguo	xix
tercera	Xx	Europea	Albéniz	Doce	verdes	Jijona

Federico Moretti es un compositor que nació en 1769 y murió en 1839. En _____compuso la _____ de las habas _____, se trata de una canción española de la _____ etapa.

Mariano Soriano Fuentes es un compositor que nació 1817 y murió en 1880. En _____ compuso *Los _____ de Madrid*, una _____ de canciones populares con acompañamiento de pianoforte, poesía y música de su _____. La canción nº1 es _____ de _____. Esta canción pertenece estéticamente a la canción española de _____ etapa.

Enrique Granados es un compositor importantísimo en la historia musical de _____. Junto con Isaac _____ consiguió llegar a la vanguardia _____ de su momento, el impresionismo. Nació en 1867 y murió en 1916. *La maja de _____* es una de las tonadillas de la colección de _____ *tonadillas en estilo _____* que compuso Granados en _____. Es una composición que corresponde al siglo _____, no obstante, la estética corresponde a la canción española de _____ etapa, que también puede verse en las primeras décadas del siglo _____.

Edad:

Sexo:

Nombre (opcional):

1) Reconocimiento auditivo: Escuchamos las piezas musicales anteriormente comentadas.

Primera audición

¿Qué acompañamiento instrumental tiene la pieza?

Piano Guitarra

¿Quién canta y para ti es una voz grave o aguda?

Varón Mujer

Voz grave Voz aguda

¿te suena a ambos casos? ¿solo uno? ¿uno más que otro? Si te suena uno más que otro pon otra x donde sea.

Influencia italiana folclore español

¿te gusta la canción?

Si No

¿al cerrar los ojos que te ha hecho sentir? Escríbelo brevemente

¿te ha recordado algo o a alguien?

Si No

Segunda audición

¿Qué acompañamiento instrumental tiene la pieza?

Piano Guitarra

¿Quién canta y que para ti es una voz grave o aguda?

Varón Mujer

Voz grave Voz aguda

¿te suena a ambos casos? ¿solo uno? ¿dos? ¿uno más que otro? Si te suena uno más que otro pon otra x donde sea.

Influencia italiana folclore español Influencia francesa

¿te gusta la canción?

Si No

¿al cerrar los ojos que te ha hecho sentir? Escríbelo brevemente

¿te ha recordado algo o a alguien? Si No

Tercera audición

¿Qué acompañamiento instrumental tiene la pieza?

Piano Guitarra

¿Quién canta y que para ti es una voz grave o aguda?

Varón Mujer

Voz grave Voz aguda

¿te suena a todos casos? ¿solo uno? ¿Dos? ¿uno más que otro? Si te suena uno más que otro pon otra x donde sea.

Influencia del xviii folclore español Influencia francesa

¿te gusta la canción?

Si No

¿al cerrar los ojos que te ha hecho sentir? Escríbelo brevemente

¿te ha recordado algo o a alguien?

Si No

Edad:

Sexo:

Nombre (opcional):

1) Encuentra en la sopa de letras el nombre de los siguientes autores fundamentales en la historia de la música española del siglo XX.

1-Pedrell 2-Granados 3-Albéniz 4-Falla 5-Gerhard 6-Esplá 7-Guridi 8-Ernesto 9-Rodrigo

G	U	R	I	D	I	A	B	A	C	D	E
A	F	P	E	D	R	E	L	L	G	H	I
L	J	K	R	R	L	A	M	L	N	O	P
V	Q	E	N	O	S	L	T	A	O	U	V
E	W	S	E	D	J	P	N	F	P	K	D
N	R	F	S	R	C	S	A	M	A	N	D
I	S	F	T	I	G	E	R	H	A	R	D
Z	S	O	O	G	R	A	N	A	D	O	S
R	O	M	A	O	R	O	B	E	R	T	O

2) Ejercicio visual: Memoriza los números. Luego pon el número correspondiente a cada autor

Ejercicio 1:

Ejercicio 2:

Ejercicio 3:

MODELO DE ENCUESTA GENERAL UTILIZADA

ENCUESTA GENERAL: TALLERES DE MÚSICA

Edad Sexo: Nombre (opcional):

1- ¿Le gusta la música?

Si Indiferente No

2- ¿Cuál es la música favorita? (escoger varias opciones)

Clásica <input type="checkbox"/>	Boleros <input type="checkbox"/>
Tradicional (jotas, romances...) <input type="checkbox"/>	Tango <input type="checkbox"/>
Copla <input type="checkbox"/>	Vals <input type="checkbox"/>
Sevillanas, flamenco <input type="checkbox"/>	Religiosa <input type="checkbox"/>
Música popular (jazz, rock, pop...) <input type="checkbox"/>	Ópera <input type="checkbox"/>
Pasodobles <input type="checkbox"/>	Zarzuela <input type="checkbox"/>

Otras _____

3- ¿Cuál es su cantante o grupo musical favorito?

4- ¿Hay algún tipo de música que no le guste?

5- Cada etapa de la vida es maravillosa porque en cada una reside una esencia de aprendizaje vital. Menciona la música que recuerdes que represente cada etapa señalada.

Niñez:

Adolescencia:

Juventud:

Adultez:

Actualidad:

MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BIENVENIDA UTILIZADA

ENCUESTA TALLER BIENVENIDA

Edad:

Sexo

Nombre (opcional):

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|-------------------------------------|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 6- Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE BOLEROS
UTILIZADA

ENCUESTA TALLER DE BOLEROS

Edad:

Sexo

Nombre (opcional):

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|-------------------------------------|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 6- Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE MÚSICA Y SALUD UTILIZADA

ENCUESTA TALLER DE MÚSICA Y SALUD

Edad:

Sexo

Nombre (opcional):

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|-------------------------------------|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 6- Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calzado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

MODELO DE ENCUESTA ESPECÍFICA DEL TALLER DE CANTO
UTILIZADA

ENCUESTA TALLER DE CANTO

Edad:

Sexo

Nombre (opcional):

1- ¿Cómo se sentía antes de empezar la sesión?

- | | |
|--|-------------------------------------|
| Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| Irritado <input type="checkbox"/> | Calmado <input type="checkbox"/> |

2- ¿Tenía ganas de venir a la sesión?

- Si No Indiferente

3- ¿Qué actividades le han gustado más?

En el caso de que no le haya gustado alguna puede comentarlo

4- ¿Se le ha pasado rápido la sesión?

- Si No

5- ¿Cómo se ha sentido después de terminar la sesión? (escoger varias opciones)

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 6- Alegre <input type="checkbox"/> | Triste <input type="checkbox"/> |
| 7- Descansado <input type="checkbox"/> | Cansado <input type="checkbox"/> |
| 8- Despreocupado <input type="checkbox"/> | Preocupado <input type="checkbox"/> |
| 9- Entretenido <input type="checkbox"/> | Aburrido <input type="checkbox"/> |
| 10- Perezoso <input type="checkbox"/> | Activo <input type="checkbox"/> |
| 11- Irritado <input type="checkbox"/> | Calmado <input type="checkbox"/> |

6- Si usted tiene alguna sugerencia para posteriores talleres puede indicarla aquí y si es posible se tendrá en cuenta para el futuro.

Memoria



La memoria disminuye si no se ejercita. Cicerón

Lunes 11:00 a 12:30

Lunes 17:00 a 18:30

Martes 11:00 a 12:30

Miércoles 17:00 a 18:30
(Centro Cívico Juan de Austria)

Lunes 11:30 a 13:00

Nuevas Tecnologías



Las nuevas tecnologías han cambiado la forma de relacionarnos

Lunes 11:30 a 13:30

Martes 17:00 a 19:00

Miércoles 10:00 a 11:30

Miércoles 11:30 a 13:30

Viernes 17:00 a 19:00
(TABLETS)

Martes 11:00 a 12:30

Martes 17:30 a 19:00

Personas Mayores

Mayo 2019



TABLET

Memoria

Paseos Saludables

Tertulia

Nuevas Tecnologías

Charlas



Subvencionado por la Junta de Castilla y León con cargo a la asignación tributaria del 2019

osesar@cruzroja.es

Oscar Esteban o Bárbara Orjales

Teléfono: 983 13 28 15

www.mundocruzroja.org/blogs/mayores-valladolid



Cruz Roja Española
Comité Provincial, Valladolid



Servicios Sociales
de Castilla y León



Junta de Castilla y León

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Un espacio participativo, activo y lúdico donde las personas mayores podemos hablar, opinar, compartir, aprender, disfrutar,...

Todos los Jueves a las 17:00 "ESPACIO MAYORES" Charlas

<p>Movimiento obrero y sindicalismo</p>	<p>El teléfono de la esperanza.</p> <p>TELÉFONO DE LA ESPERANZA</p> <p>983307077 365 DIAS 24 HORAS</p>	<p>El lobo desde un punto de vista objetivo</p> <p>CHARLAS SOBRE EL LOBO</p>	<p>Los puentes de Valladolid</p>				
<p>MAYO 2</p>	<p>"¡Proletarios de todos los países, uníos!" Karl Marx</p>	<p>MAYO 9</p>	<p>"No quiero escuchar únicamente lo que dices. Quiero sentir lo que quieres decir." Hugh Prather</p>	<p>MAYO 16</p>	<p>¿Que viene el lobo? Dicha popular</p>	<p>MAYO 23</p>	<p>Los hombres construimos demasiados muros y no suficientes puentes. Isaac Newton</p>
<p><i>¿Qué son los sindicatos?, ¿son necesarios?, ¿han quedado obsoletos?, ¿cuál ha sido su historia?</i> Barack Obama dijo: "Fue el movimiento obrero que ayudó a asegurar mucho de lo que damos por sentado hoy en día: la semana laboral de 40 horas, el salario mínimo, las vacaciones familiares, seguro de salud, el Seguro Social, la sanidad, los planes de jubilación... Las piedras angulares de la seguridad de la clase media." (Pedro Carasa Catedrático historia contemporánea)</p>	<p><i>Su objetivo es abordar de forma urgente, gratuita, anónima y especializada las situaciones, así como promover la salud emocional de las personas y concienciar a la sociedad de la importancia de cuidar este aspecto. Todo ello gracias a un voluntariado muy formado y comprometido.</i></p> <p>(Belén Díez Orientadora del teléfono de la esperanza)</p>	<p><i>"El lobo ibérico es una de las especies más emblemáticas y a la vez, más controvertidas de nuestra fauna. Perseguido desde hace siglos, es un animal imprescindible en nuestros ecosistemas y su presencia, supone numerosas ventajas. Con esta charla se pretende ofrecer un visión real y actualizada de la biología, de la situación, de la conservación y de las fórmulas de coexistencia con este carnívoro."</i> Javier Talegón (Biólogo y director de actividades de ecoturismo)</p>	<p><i>Valladolid se encuentra entre aguas, las del Pisuegra y las del Esgueva, eso sin contar a los que marcan la provincia como el propio río Duero. La historia de nuestra ciudad y sus pueblos está ligada a estas aguas y nos la cuentan los puentes que la cruzan, romanos, medievales o modernos. Paremos un momento a verles más de cerca.</i></p> <p>(Jesus Anta escritor y bloguero)</p>				
<p>Charlas de Salud</p> <p>Viernes 10:00</p> <p>Apoyo al Cuidador</p> <p>CUIDA TU SALUD</p>	<p>Paseos Saludables</p> <p>Lunes y miércoles 10:00</p> <p>Paseo de Primavera</p> <p>MAYO 8</p>	<p>Luchar contra la soledad</p> <p>Centro personas Mayores San Juan</p> <p>HORARIO 18:30</p> <p>MAYO 7 Martes</p>					

