



COMUNIDAD CUIDADORA RURAL EN NALDA

Fabiola Pérez

Presidenta

ASOCIACIÓN EL COLLETERO

<https://elcolletero.org/proyectos/la-tienda-el-colletero>

636023376 info@elcolletero.org

C. Capitán Gaona, 1, 26001 Logroño, La Rioja

**ASOCIACIÓN EL
COLLETERO**

2026



1. RESUMEN BUENA PRÁCTICA

La iniciativa consiste en la construcción de una Comunidad Cuidadora Rural en Nalda (La Rioja), un modelo de desarrollo local que sitúa la vida y los cuidados en el centro. El proyecto articula una red de apoyo mutuo que integra el cuidado de las personas (mayores, infancia, personas con discapacidad) con el cuidado del territorio y el medio ambiente. A través de la participación ciudadana, la formación y el empleo social, se busca mejorar la calidad de vida y fortalecer la resiliencia comunitaria frente a la despoblación.

2. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

La iniciativa "Comunidad Cuidadora" de la Asociación El Colletero es un modelo de intervención socio-territorial que trasciende la asistencia tradicional para convertirse en un ecosistema de soporte mutuo. Consiste en la articulación de una red civil y profesional que sitúa la sostenibilidad de la vida en el epicentro de la actividad municipal. Esta práctica amalgama la prestación de servicios de proximidad con la regeneración económica y ambiental. En esencia, se trata de transformar un pueblo en un espacio donde el cuidado no sea una carga individual o familiar, sino una responsabilidad colectiva y un motor de desarrollo.

El proyecto se materializa mediante la creación de estructuras híbridas: por un lado, servicios directos a la población (atención domiciliaria, alimentación saludable, espacios de encuentro social) y, por otro, infraestructuras de economía social (un Centro Especial de Empleo y una cooperativa de consumo). Esta dualidad permite que la práctica actúe simultáneamente sobre la salud física, la salud emocional y la viabilidad económica del territorio, generando un tejido de seguridad que protege a las personas desde la infancia hasta las etapas de mayor fragilidad.

OBJETIVOS

Objetivo General: Establecer un sistema integral de convivencia comunitaria basado en la corresponsabilidad de los cuidados, que garantice la permanencia digna de las personas en su entorno rural mediante la creación de redes de apoyo mutuo y la dinamización de los recursos locales.

Objetivos Específicos:

- Dinamizar el capital social: Fomentar la participación activa de los habitantes en la detección y resolución de las necesidades colectivas.
- Generar empleo inclusivo: Crear puestos de trabajo estables para personas con dificultades de inserción (discapacidad o exclusión social) a través de servicios vinculados al bienestar comunitario.
- Preservar el patrimonio inmaterial y ambiental: Recuperar saberes tradicionales agrícolas y espacios naturales (huertas) como herramientas de terapia ocupacional y soberanía alimentaria.
- Combatir el aislamiento: Institucionalizar espacios de encuentro intergeneracional que fortalezcan el sentido de pertenencia y la identidad local.
- Garantizar la autonomía personal: Proveer soluciones habitacionales y de asistencia que permitan a los ciudadanos seguir viviendo en su comunidad con seguridad y apoyo profesional.

METODOLOGÍA EMPLEADA

La metodología se define como participativa, circular y centrada en los activos del territorio. No se basa en el déficit (lo que falta al pueblo), sino en los activos (lo que el pueblo tiene y puede ofrecer).

Enfoque de Activos de Salud: Se identifican los recursos —humanos, geográficos y sociales— que generan bienestar. Por ejemplo, una huerta no es solo tierra, es un activo de salud física y mental.

Aprendizaje-Acción (Learning by doing): La formación no es estanca. Los participantes adquieren competencias mientras ejecutan acciones que benefician a la comunidad. Si se forma en cuidados, se hace atendiendo necesidades reales detectadas en el mapeo vecinal.

Economía Circular y Social: Los beneficios de las actividades productivas (como la venta de productos de la huerta o el comercio justo) se reinvierten en el sostenimiento de los servicios sociales de la asociación.

Intersectorialidad: Se trabaja en red con el ayuntamiento, los servicios sanitarios locales, las asociaciones culturales (PANAL) y redes regionales, asegurando que la práctica no sea un comportamiento estanco.

FASES DE IMPLEMENTACIÓN

La construcción de la Comunidad Cuidadora ha seguido un proceso cronológico lógico y adaptativo:

Fase 1: Diagnóstico Comunitario y Mapeo de Activos. Esta fase inicial consistió en escuchar al territorio. Se realizaron reuniones vecinales y entrevistas para identificar quiénes necesitaban ayuda, quiénes podían ofrecerla y qué recursos infráutilizados existían en Nalda (tierras abandonadas, locales vacíos, saberes en desuso). El resultado fue un "mapa de cuidados" que sirvió de hoja de ruta.

Fase 2: Constitución del Grupo Motor y Formación. Se creó un núcleo dinámico de personas voluntarias y profesionales encargadas de liderar el proceso. Este grupo, junto con otros vecinos, se sometió a un programa formativo intensivo de 300 horas sobre "Comunidad Cuidadora". Este paso fue crucial para unificar conceptos y entender que cuidar al vecino es también cuidar el entorno.

Fase 3: Lanzamiento de Proyectos Piloto y Servicios Críticos. Con la base teórica asentada, se pusieron en marcha las primeras acciones tangibles: la recuperación de las huertas familiares para el autoconsumo y la venta, y la apertura de "La Tienda", un espacio de comercio justo que actúa como punto de información y encuentro social. Se iniciaron los servicios de ayuda a domicilio y acompañamiento, priorizando a las personas con menor red familiar.

Fase 4: Institucionalización y Creación del Centro Especial de Empleo. Para dar sostenibilidad económica, la práctica se profesionalizó. La creación del Centro Especial de Empleo permitió contratar a personas con discapacidad para realizar tareas de mensajería rural, mantenimiento de huertas y servicios de limpieza, convirtiendo la vulnerabilidad en una fortaleza productiva.

Fase 5: Consolidación de Espacios de Convivencia. Se habilitaron infraestructuras físicas como "La Casita", un centro que funciona como ludoteca para la infancia y espacio de talleres para adultos y personas de avanzada edad. Aquí se desarrollan actividades de costura, cocina saludable y memoria, cerrando el círculo de la atención integral a todas las etapas de la vida.

Fase 6: Evaluación y Replicabilidad. La fase actual consiste en la monitorización de los resultados mediante indicadores de bienestar percibido y la sistematización de la experiencia para que pueda ser trasladada a otros municipios rurales. Se busca que Nalda sea un "laboratorio vivo" de resiliencia comunitaria.

El Colletero demuestra que la gestión de la fragilidad humana puede ser el motor que revitalice un pueblo. Al entender el cuidado como un sistema que abarca desde la producción de alimentos limpios hasta el acompañamiento emocional, Nalda ha construido un escudo social que no solo retiene población, sino que atrae nuevas formas de vida basadas en la solidaridad y el respeto al ciclo vital. La metodología no impone, sino que despierta la capacidad latente de la propia comunidad para protegerse a sí misma

3. ÁMBITO TERRITORIAL Y RURALIZACIÓN

Local (Nalda, La Rioja)	X
Provincial	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	
Estatal	
Unión Europea/ Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Nalda, La Rioja	
TERRITORIAL Y RURALIDAD Esta buena práctica se define por su plena transferencia a otros entornos rurales con desafíos demográficos similares. Su metodología es altamente replicable, ya que no depende de infraestructuras externas, sino de la movilización de activos propios del territorio. Al transformar el patrimonio agroecológico en una plataforma de servicios sociosanitarios y empleo inclusivo, ofrece un modelo de gestión sostenible y arraigado a la identidad rural.	SÍ

4. JUSTIFICACIÓN

La pertinencia de la iniciativa impulsada por El Colletero en Nalda reside en una transformación sistémica de la forma en que una comunidad se organiza para sostener la vida. No se trata meramente de un conjunto de actividades asistenciales, sino de una reingeniería social que reconoce la interdependencia como el valor fundamental del desarrollo humano. En un contexto donde los lazos sociales tienden a la fragmentación, este proyecto propone una arquitectura de relaciones que garantiza que ningún individuo quede fuera del tejido de protección colectiva.

La base de esta propuesta se encuentra en la recuperación de la identidad como motor de resiliencia. El proyecto ha identificado que el bienestar de las personas está intrínsecamente ligado al estado de salud de su entorno físico y productivo. Al integrar la recuperación del patrimonio agrícola —como las huertas tradicionales y el sistema de riego— con la provisión de servicios cotidianos, se genera un círculo virtuoso de reciprocidad. El entorno deja de ser un escenario pasivo para convertirse en un agente activo que proporciona alimento, empleo y sentido de propósito. Esta conexión con la tierra no solo significa el trabajo manual, sino que dota a los habitantes de una narrativa de pertenencia que es vital para la estabilidad emocional y social a largo plazo.

Un aspecto crítico que justifica esta práctica es la superación de la dicotomía entre quien cuida y quien es cuidado. El modelo de Comunidad Cuidadora rompe con la visión jerárquica del servicio social para implantar una cultura de apoyo mutuo. Aquí, cada persona, independientemente de sus circunstancias físicas o de su edad, es poseedora de un "activo" o conocimiento que puede aportar al resto. La transmisión de saberes tradicionales sobre el cultivo, la costura o la gestión del agua se convierte en una moneda de cambio social de incalculable valor. Al poner estos saberes en el centro, se valida la trayectoria de vida de los participantes, otorgándoles un rol protagonista en la construcción del futuro del municipio.

Asimismo, la creación de estructuras como el Centro Especial de Empleo y la cooperativa de consumo responde a la necesidad de generar una economía que no expulse a los más vulnerables. La justificación económica es clara: los recursos generados en el territorio deben revertir en el propio territorio. Al crear empleos locales destinados a la atención

de las necesidades del día a día, se combate el desarraigo y se fomenta una autonomía real. La capacidad de una comunidad para autoabastecerse de cuidados, alimentos y cultura reduce la dependencia de factores externos y fortalece la soberanía local. Este enfoque de economía circular y social es el que permite que el proyecto sea sostenible en el tiempo, ya que no depende exclusivamente de subvenciones coyunturales, sino de una estructura productiva real y necesaria.

La metodología participativa de "aprender-haciendo" justifica también la eficacia de la intervención. No se imponen soluciones desde despachos alejados de la realidad del terreno; en su lugar, se fomenta un diagnóstico constante realizado por los propios vecinos. El grupo motor actúa como un radar que detecta las fragilidades y las fortalezas de la comunidad en tiempo real. Esto permite que la intervención sea flexible y se adapte a las necesidades cambiantes, desde la creación de una ludoteca para facilitar la conciliación hasta la organización de talleres de costura que funcionan como espacios de desahogo y creatividad. La participación ciudadana no es un requisito burocrático, sino el combustible que mantiene viva la iniciativa.

Además, el valor de la proximidad es insustituible. La posibilidad de recibir apoyo en el propio domicilio o en espacios familiares dentro del municipio evita el desarraigo físico y emocional que supone tener que buscar soluciones fuera de la localidad. La tienda de comercio justo y la recuperación de espacios como "La Casita" sirven como puntos de encuentro donde se reconstruye el capital social. En estos lugares, la interacción cotidiana genera una red de seguridad invisible pero robusta: el vecino que sabe que alguien no ha salido hoy de casa, la persona que comparte su cosecha con quien no puede cultivar, o el joven que ayuda con trámites digitales. Estos micro-gestos, sistematizados y apoyados por la estructura de El Colletero, constituyen una barrera infranqueable contra la exclusión.

La dimensión formativa del proyecto también ofrece una justificación sólida. Al formar a los propios habitantes en competencias de asistencia y gestión comunitaria, se está dotando a la población de herramientas que permanecen en el lugar. El conocimiento no se exporta, se siembra y se cultiva localmente. Las 300 horas de formación mencionadas en la descripción no son solo currículo, son una capacitación para la vida en común. Esto permite que la comunidad sea capaz de gestionar sus propios problemas de manera proactiva, convirtiéndose en un modelo de autogestión que puede inspirar a otros territorios.

Por otro lado, la integración de la diversidad es un pilar fundamental. Al involucrar a personas con distintas capacidades en tareas de mantenimiento, mensajería o agricultura, se está enviando un mensaje potente sobre la utilidad social de todos los individuos. La inclusión no se predica, se practica en el día a día de las tareas compartidas. Esto genera un ambiente de tolerancia y respeto que permea a todas las generaciones, educando a los más jóvenes en valores de solidaridad orgánica.

La existencia de la Comunidad Cuidadora en Nalda se justifica por su capacidad para ofrecer una respuesta integral a la complejidad de la vida contemporánea en pequeños núcleos de población. Es una apuesta por la calidad de vida entendida como un bien común, donde la seguridad no proviene de la acumulación individual, sino de la fortaleza de los vínculos colectivos. La recuperación de la huerta, la tienda del pueblo, el acompañamiento en el hogar y la formación continua son las piezas de un engranaje diseñado para proteger lo más valioso que tenemos: la capacidad de vivir juntos con dignidad y apoyo mutuo. Este modelo demuestra que cuando una comunidad se hace cargo de su propio bienestar, es capaz de transformar las dificultades en oportunidades de crecimiento compartido y estabilidad duradera.

5. RECURSOS

Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Grupo motor de vecinos.
- Profesionales de ámbito social, sanitario y educativo.
- Personas con discapacidad del Centro Especial de Empleo.

Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Espacios comunitarios (La Casita, La Tienda), huertas recuperadas y materiales didácticos sobre economía circular y salud.
- Uso de herramientas digitales para la recogida de datos sobre cuidados y plataforma de formación online.



6. PERFIL DEL DESTINATARIO

Personas mayores

Personas con discapacidad

Familias

X

Profesionales

X

Sociedad en general

Otro/s

- **Familias Cuidadoras:** El grupo principal son personas cuidadoras familiares o del entorno cercano que atienden a personas mayores, con discapacidad o en situación de dependencia.
 - **Profesionales:** Personal que trabaja activamente en el acompañamiento y apoyo al cuidado.
-

7. INNOVACIÓN

La iniciativa de **Comunidad Cuidadora** introduce una ruptura significativa con los modelos asistenciales clásicos a través de los siguientes ejes innovadores:

Cambio de paradigma: Del "Déficit" al "Activo": A diferencia de los modelos tradicionales que se centran en las carencias o limitaciones de las personas (especialmente de los mayores o personas con discapacidad), esta práctica se basa en el **mapeo de activos**. Se identifica qué puede aportar cada individuo a la comunidad, convirtiendo a los usuarios en agentes activos de cambio y no solo en receptores de servicios.

Gestión de la interdependencia: La innovación radica en entender que el cuidado no es unidireccional. Mientras que los servicios sociales tradicionales suelen ser jerárquicos, aquí se promueve una **red de apoyo mutuo** donde la comunidad se hace cargo de sí misma, integrando el cuidado de las personas con el cuidado del territorio (recuperación de huertas y patrimonio).

Economía Social y Circular del Cuidado: El modelo introduce la innovación de vincular el bienestar social con la viabilidad económica local. Mediante el **Centro Especial de Empleo**, se profesionalizan tareas que tradicionalmente quedaban en el ámbito privado o informal, creando una estructura productiva donde los beneficios (como los de la venta de productos de la huerta) revierten directamente en la sostenibilidad de los servicios de cuidado del pueblo.

Intervención Comunitaria Intergeneracional: Se aleja de la especialización por edades para crear espacios híbridos como "**La Casita**" o talleres de costura y memoria, donde conviven diferentes generaciones. Esto permite una transferencia de saberes tradicionales (como la agricultura o artesanía) que dota de propósito vital a los mayores y educa en valores de solidaridad a los más jóvenes.

Tecnología y Proximidad: Aunque el enfoque es profundamente humano y rural, utiliza herramientas digitales para el mapeo de recursos y la formación online, demostrando que la **innovación tecnológica** puede estar al servicio de la humanización de los cuidados en entornos aislados.

Modelo de "Laboratorio Vivo": La práctica se plantea como un proceso de "**aprender-haciendo**", lo que permite una flexibilidad y capacidad de respuesta que los protocolos rígidos de la administración pública no suelen permitir. El grupo motor vecinal actúa como un sistema de alerta temprana ante situaciones de vulnerabilidad, permitiendo intervenciones preventivas antes de que se produzca una crisis.

8. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

- **Cuantitativos:** Más de 60 participantes en acciones formativas, 20 talleres realizados y recuperación de aproximadamente 4 hectáreas de huertas.
- **Cualitativos:** Aumento del sentimiento de pertenencia, reducción del aislamiento social de los mayores y mejora de la percepción de bienestar colectivo a través del apoyo mutuo.

LINKS DE INTERÉS

- Página web entidad: <https://comunidadcuidadora.elcolletero.org/>

Documento elaborado por la **Fundación Padrinos de la Vejez** a partir de información pública y fuentes oficiales, en el marco del programa **SOCIEDADORA – Sociedad Cuidadora**.

Financia: **IMERSO**, mediante subvención del régimen general en el área de atención a personas mayores.

