

# Guía para el desarrollo de proyectos participativos locales

# TTPI-TTAPA



**mugiment**  
persona aktiboak

**#EUSKADIBERRIA**



**EUSKO JAURLARITZA**  
**GOBIERNO VASCO**

OSASUN SAILA  
DEPARTAMENTO DE SALUD

Edición: 1ª, abril 2026

© Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco Departamento de Salud

Tirada: 300 ejemplares

Edita: Departamento de Salud. Dirección de Salud Pública y Adicciones  
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco  
Donostia-San Sebastian, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Autoría: Departamento de Salud. Dirección de Salud Pública y Adicciones

Diseño y maquetación: EPS Comunicación e Impresión, S.L.

Impresión: xxxxx

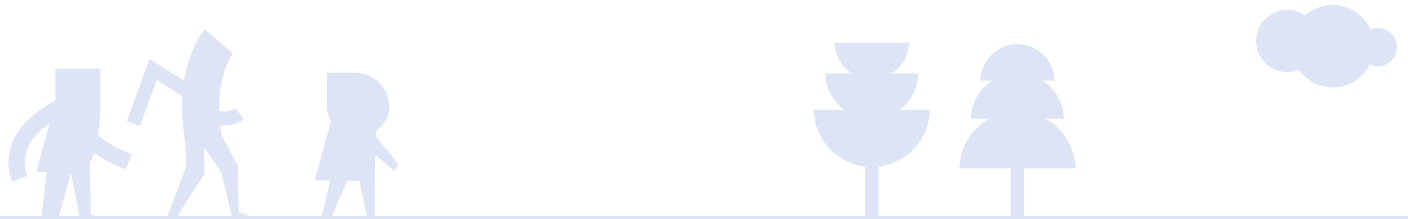
ISBN: xxxxxx

D.Legal: xxxxxx



Guía para el desarrollo de proyectos participativos locales

# TIPI-TTAPA



## ¿Qué es Ttipi-Ttapa?

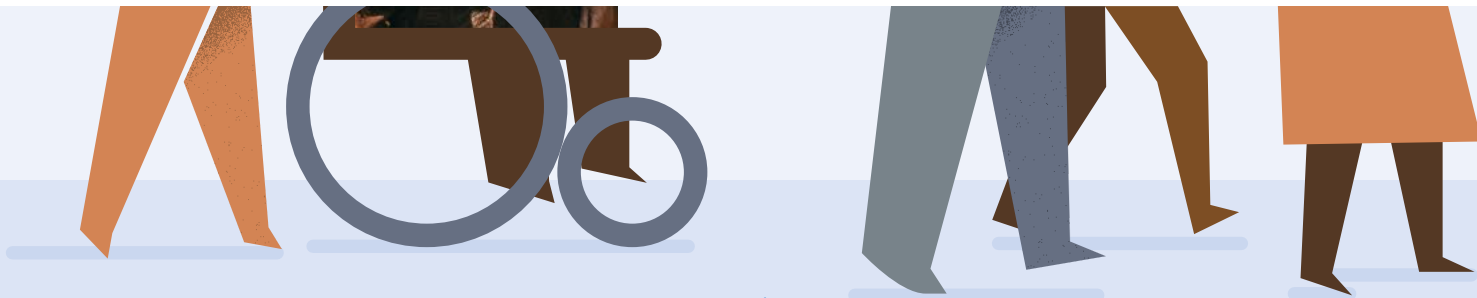
Los proyectos Ttipi-Ttapa, son proyectos comunitarios que fomentan la conexión entre las personas a través de algo tan cotidiano como caminar juntas. Su objetivo es fortalecer los lazos sociales y crear espacios donde la gente de una comunidad pueda relacionarse y hacer actividades en común para mejorar su calidad de vida.

Pero ¿qué significa **comunidad**? En este contexto, comunidad se refiere al conjunto de personas, grupos e instituciones, que viven y actúan en un mismo lugar, participando en su vida cotidiana y tomando decisiones que influyen en su bienestar.

Para que un proyecto Ttipi-Ttapa funcione, es necesario crear y fortalecer las relaciones entre diferentes agentes del municipio: instituciones, asociaciones, colectivos y, por supuesto el Ayuntamiento cuyo **compromiso y liderazgo** es esencial.

Los proyectos Ttipi-Ttapa benefician a toda la comunidad, puesto que promueven la **participación**, la **integración**, las **relaciones intergeneracionales** y la **cohesión social**. La participación es fundamental para promover la salud y el bienestar en una comunidad y ayudar a reducir las desigualdades en salud.

Esta guía se basa en la experiencia de municipios que han desarrollado proyectos Ttipi-Ttapa durante años. Su objetivo es mostrar los pasos y elementos esenciales para poner en marcha los proyectos y adaptarlos a las particularidades de cada municipio.



# La participación.

## Componente clave y motor de Ttipi-Ttapa

La acción comunitaria es un elemento esencial e indispensable de los proyectos Ttipi-Ttapa. El trabajo participativo moviliza recursos públicos, privados y personales, permite un análisis más profundo de las necesidades comunitarias y consigue soluciones más efectivas y consensuadas.

Los procesos participativos, como es el caso de Ttipi-Ttapa, tienen en consideración tres principios fundamentales para la acción comunitaria:

- **Diversidad:** Garantizar la diversidad de la comunidad local tanto en la conformación de los diferentes grupos como en la toma de decisiones.
- **Autonomía y autogestión:** Favorecer la capacidad de las comunidades para organizarse y gestionar sus propias necesidades, fortaleciendo su independencia.
- **Empatía y confianza:** Generar un ambiente de confianza para una colaboración efectiva.



# Beneficios de Ttipi-Ttapa

Los beneficios de Ttipi-Ttapa se extienden a todas las personas involucradas en el proyecto, desde quienes lo dinamizan hasta quienes participan en los paseos.

Cualquier persona, grupo, asociación o entidad del municipio tiene un espacio en Ttipi-Ttapa.

Al caminar juntas, no solo se fortalece la interacción social y la integración en la comunidad, sino que también se obtienen múltiples beneficios:

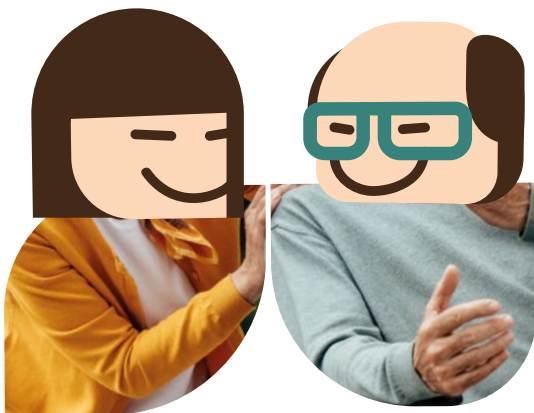
## En las personas mayores:

- **Reafirmación personal:** Salir de casa o de su entorno habitual, refuerza la autoestima y promueve una sensación de valía, mejorando el ánimo y la vitalidad.
- **Reducción de la soledad:** Favorece la creación de lazos sociales, previniendo el aislamiento y ampliando la red de contactos.
- **Mejora de la autonomía:** Estimula la actividad física, esencial para mantener y mejorar la independencia personal.
- **Ocio enriquecedor:** Potencia el disfrute del tiempo libre, y despierta el interés por compartir experiencias con personas de diferentes edades y culturas.
- **Salud y bienestar:** Caminar regularmente contribuye a la prevención de diversas enfermedades y mejora la calidad de vida.

## En el alumnado de centros educativos de la localidad:

- **Aprendizaje realista:** Facilita la conexión entre el aprendizaje escolar y la realidad de la vida cotidiana.
- **Intercambio generacional:** Ofrece la oportunidad de compartir y aprender de la sabiduría y experiencia de las personas mayores, valorando sus habilidades y conocimientos.
- **Combatir el edadismo:** Trabaja para eliminar los estereotipos negativos asociados a la vejez, fomentando la solidaridad intergeneracional y ofreciendo una perspectiva más positiva y diversa de la tercera edad.



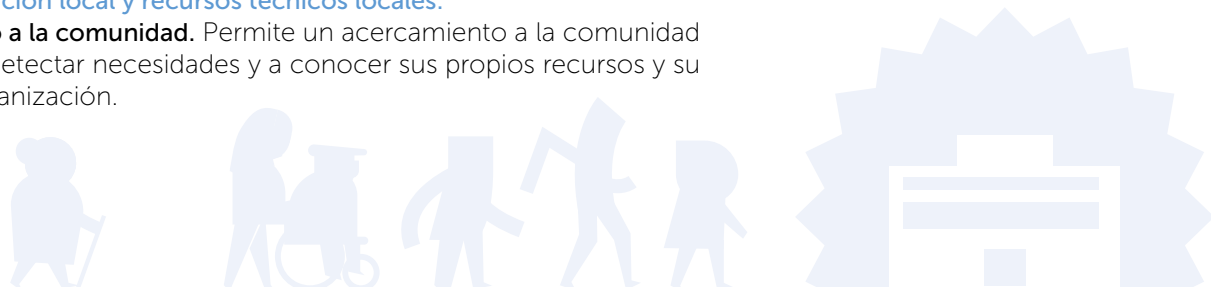


### En el tejido social:

- **Espacio de encuentro y conexión:** Crea espacios donde las personas del municipio pueden conocerse y conectar, generando un sentimiento de unidad y aceptación.
- **Inclusión y diversidad:** Ofrece un entorno inclusivo para las personas con discapacidad. Trabajar en la inclusión ayuda a reducir prejuicios y estereotipos, aumentando la confianza y autoestima, lo que se traduce en un mayor bienestar emocional.
- **Intercambio cultural:** Facilita compartir experiencias y culturas, ayudando a la acogida e integración de las personas migradas, aumentando su sentimiento de pertenencia y enriqueciendo la comunidad.
- **Compromiso con la comunidad:** Involucrarse activamente en la organización proporciona un fuerte sentido de contribución al bienestar colectivo.

### En la administración local y recursos técnicos locales:

- **Acercamiento a la comunidad.** Permite un acercamiento a la comunidad ayudando a detectar necesidades y a conocer sus propios recursos y su modo de organización.



# Cómo desarrollar un proyecto Ttipi-Ttapa

## Conectar agentes

### Compromiso municipal. Consolidar un grupo dinamizador.

El proyecto comienza con el compromiso municipal tanto a nivel político como técnico. Las áreas técnicas más vinculadas con la salud y el bienestar, como los servicios sociales de base o el área de actividad física y deportes, suelen mostrar mayor interés en la iniciativa. Asimismo, es habitual la participación de profesionales de la salud especialmente del centro de salud del municipio.

Este **núcleo inicial**, se encarga de identificar y contactar con asociaciones, grupos y personas clave del municipio para crear un espacio de participación desde donde dinamizar el proyecto. La identificación de referentes comunitarios es crucial para fomentar la participación de personas y grupos diversos.



Es importante designar una persona de referencia, preferiblemente del ayuntamiento, que actúe como punto de contacto para la información y comunicación tanto interna como externa. Esta persona será responsable de coordinar aspectos clave del proyecto tales como la convocatoria de reuniones, las actas, o la gestión de material.

Este grupo dinamizador será el verdadero motor del proyecto impulsando su puesta en marcha y su desarrollo a lo largo del tiempo. En caso de que en el municipio ya exista algún tipo de espacio participativo cuyos componentes reúnan perfiles acordes a Ttipi-Ttapa, lo más oportuno es contactar con ese grupo para aprovechar sus dinámicas de trabajo y comunicación.

Es fundamental garantizar que la composición del grupo dinamizador refleje la diversidad del municipio e incluya tanto perfiles técnicos como representantes de asociaciones y colectivos ciudadanos del municipio.

## NÚCLEO DINAMIZADOR



### ÁMBITO PERSONAS MAYORES

Colectivos de personas mayores.  
Centros de personas mayores.  
Centros de día.  
Residencias.  
Nagusilan.  
.../...

### ÁMBITO SANITARIO

Asociaciones de personas con enfermedad.  
Asociaciones de donantes de sangre.  
Cruz Roja.  
DYA.  
.../...

### ÁMBITO SOCIAL

Asociaciones comunitarias (mujeres, personas migradas, comerciantes).  
Banco de alimentos.  
Organizaciones religiosas.  
Personas a título individual.  
.../...

### ÁMBITO EDUCATIVO

Direcciones de centros educativos.  
Profesorado.  
Alumnado.  
AMPAs.

## Crear un espacio de participación

Este grupo dinamizador constituye el espacio de participación de Ttipi-Ttapa, un espacio que habrá que cuidar para que se mantenga abierto y activo.

Esto implica facilitar la entrada y salida del grupo de manera flexible, así como asumir cambios en el nivel de implicación de las personas que lo componen.

Además, para garantizar el buen funcionamiento del grupo y el bienestar de sus integrantes es fundamental definir los roles y el grado de compromiso de quienes lo componen. Documentar estos acuerdos contribuirá a la organización del grupo y a la sostenibilidad del proyecto.

No es necesario que las personas que integren este espacio cuenten con habilidades sociales ni de gestión de grupos. Lo realmente esencial es que crean en el proyecto.



## Definir el proyecto - Trabajo colaborativo

### Diseñar rutas

Es común que, dentro de un mismo municipio, se diseñen diferentes recorridos adaptados a las capacidades y necesidades de las personas a las que se dirige el proyecto.

En su diseño, es importante valorar sobre el terreno los siguientes aspectos:

- La seguridad y accesibilidad.
- Los equipamientos disponibles; bancos, aseos, fuentes, etc.

### Dotar de identidad al proyecto

Es habitual que los municipios asignen al proyecto un nombre y un logotipo vinculados a la identidad local. Esto facilita la vinculación de la comunidad con la iniciativa y refuerza el sentimiento de pertenencia de las personas participantes.



## Establecer un calendario de salidas

Una cuestión imprescindible de Ttipi-Ttapa es acordar de manera conjunta el día de la semana, la hora y el punto de salida y el calendario anual.

Para favorecer la asistencia, conviene analizar qué día de la semana resulta más adecuado para el paseo, teniendo en cuenta otros eventos que pueda haber en el municipio y los horarios que mejor facilitan la conciliación.

En el calendario de salidas también se debe incluir la asignación del agente responsable de organizar la salida cada día.



## Gestionar elementos facilitadores para la logística de los paseos

Para el buen funcionamiento de las salidas es necesario contar con algunos elementos de apoyo tales como:

- Señalética para el marcado de las rutas y del punto de encuentro
- Chalecos reflectantes para distinguir a las personas organizadoras
- Señales para la intervención del tráfico si es necesario
- Botiquín básico

Además, conviene disponer de personas dispuestas a acompañar durante el paseo a participantes con necesidades especiales.

Una estrategia para fomentar la participación y el compromiso con el proyecto es entregar “tarjetas de fidelización” donde se sellen las salidas de cada participante. Este registro personal de las salidas actúa como un incentivo para mantener la constancia.

Otra forma de favorecer la socialización y fortalecer el sentimiento de comunidad es crear, al finalizar el paseo, un espacio de encuentro entre participantes ofreciendo un hamaiketako o merienda (agua, caldo, etc.)



## Organizar actividades complementarias

Para enriquecer la experiencia, es recomendable planificar actividades complementarias a los paseos tales como:

- Realizar ejercicios de calentamiento al inicio de la sesión.
- Celebrar días especiales con actividades diferentes como olimpiadas, tamborradas, disfraces, visitas culturales en el municipio, intercambio con otros proyectos Ttipi-Ttapa, etc.
- Prever espacios cubiertos para los días de climatología adversa, donde se puedan realizar actividades alternativas a los paseos, como juegos, gimnasia adaptada, baile, canto...

## Dar a conocer el proyecto

Para garantizar una comunicación efectiva del proyecto, es importante elaborar diversos materiales de apoyo como carteles, trípticos, infografías y planos de los recorridos. Estos materiales deben utilizar un lenguaje inclusivo, considerar la diversidad lingüística de la comunidad y presentarse en formatos accesibles pensando en todos los públicos.

Antes de su distribución, es recomendable revisar estos materiales con colectivos del municipio implicados en el proyecto, como personas mayores, personas de origen extranjero, alumnado de secundaria o grupos de mujeres. Esta validación permitirá asegurar su claridad, accesibilidad y efectividad.



Para ampliar el alcance del proyecto, se pueden emplear diversas estrategias de comunicación, entre ellas:

- **Distribución estratégica de la información** en centros de salud, farmacias, servicios sociales, comercios locales o lugares de culto.
- **Señalización del punto de encuentro** mediante un panel informativo que explique el proyecto.
- **Difusión de las salidas** mediante bandos municipales, agendas de actividades locales o charlas informativas.
- **Uso de medios de comunicación y redes sociales municipales** para llegar a un público más amplio.
- **Invitación personalizada a colectivos clave**, animando a su participación y colaboración en la difusión.
- **Organización de un acto inaugural** que refleje el compromiso político con la iniciativa. El día de inicio de los paseos se puede realizar una presentación en el ayuntamiento con presencia de la prensa, representantes del gobierno municipal, instituciones y agentes colaboradores y seguidamente iniciar el primer paseo.

Con estas acciones, se busca no solo informar sobre el proyecto, sino también fomentar la participación de la comunidad y su sentido de pertenencia y compromiso con la iniciativa.



## Realizar seguimiento del proyecto

La evaluación debe servir como una herramienta para recordar la intencionalidad del proyecto, y constatar si se está avanzando en la dirección correcta. En el caso de los proyectos Ttipi-Ttapa, cuyo propósito es fomentar la integración, la participación y la cohesión social, la evaluación permite reflexionar sobre la capacidad de las comunidades para generar vínculos y colaborar en iniciativas que mejoren su calidad de vida, siempre desde un enfoque comunitario.

Además, este proceso facilita la reflexión sobre lo ocurrido y proporciona información clave para seguir avanzando. No es necesario que sea un procedimiento complejo, basta con un análisis sencillo que aporte datos relevantes para la mejora continua del proyecto.

Para ello, es fundamental dar voz de manera periódica a todas las personas y agentes implicados en los paseos, contribuyendo así a la construcción del relato colectivo de Ttipi-Ttapa.

### **Preguntas clave para el seguimiento:**

- ¿Se está cumpliendo lo planificado?
- ¿Se están cumpliendo los compromisos establecidos?
- ¿Las personas participantes representan la diversidad de la comunidad?
- ¿Cómo se acoge a quienes se acercan al proyecto?
- ¿El proyecto ha logrado autonomía y arraigo en la comunidad?
- ¿Se han generado nuevas relaciones entre participantes?
- ¿Cómo es la interacción entre las personas implicadas?

### **Recopilación de Datos**

Para realizar un seguimiento adecuado, es útil registrar y analizar información de cada salida, como:

- Número de participantes
- Rango de edad y género
- Colectivos representados

Asimismo, la recogida de opiniones a través de encuestas o formularios permitirá reflexionar sobre el desarrollo del proyecto y detectar posibles áreas de mejora.

## Organizar las salidas - Paseos en grupo

Para garantizar el buen desarrollo de cada paseo, es fundamental **identificar a las personas responsables y voluntarias que coordinarán las salidas.**

Cada día, según el calendario establecido por el grupo dinamizador, un agente asume la responsabilidad de coordinar el paseo, con el apoyo de personas voluntarias previamente definidas.

Estas personas, identificadas habitualmente con un peto distintivo, se encargan de las siguientes tareas:

- Decidir en función de las condiciones climáticas si la actividad del día es el paseo o una actividad alternativa.
- Gestionar el espacio para el sellado de fichas y el registro de participación, lo que facilitará el seguimiento del proyecto.
- Acompañar y atender a las personas participantes a lo largo del recorrido.
- Organizar el hamaiketako o cualquier otra actividad complementaria programada.

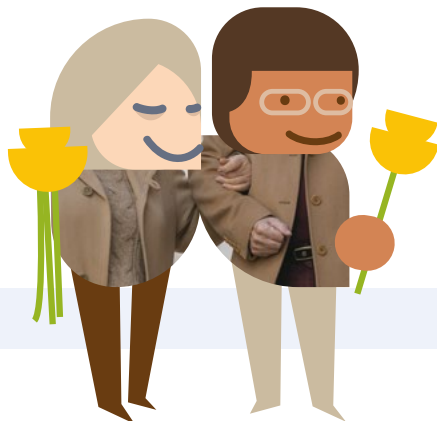
Con esta estructura, se busca garantizar una experiencia segura, organizada y enriquecedora para todas las personas que participan en los paseos.



# Cuidar el proyecto. Mantener la trama comunitaria



Una vez que el proyecto echa a andar, también nace el compromiso de cuidarlo, mantener vivo el entusiasmo inicial y seguir sumando esfuerzos para fortalecer y hacer crecer la trama comunitaria.



## Más información

Para más información visitar la [Página Web del Departamento](https://www.euskadi.eus/rutas-saludables-ttipi-ttapa/web01-a3osakom/es/) de Salud.

<https://www.euskadi.eus/rutas-saludables-ttipi-ttapa/web01-a3osakom/es/>

Desde esta página se puede acceder también a la base de datos de activos para la salud [Euskadi Aktibo](#) donde se recogen las rutas saludables creadas en los diferentes municipios.

