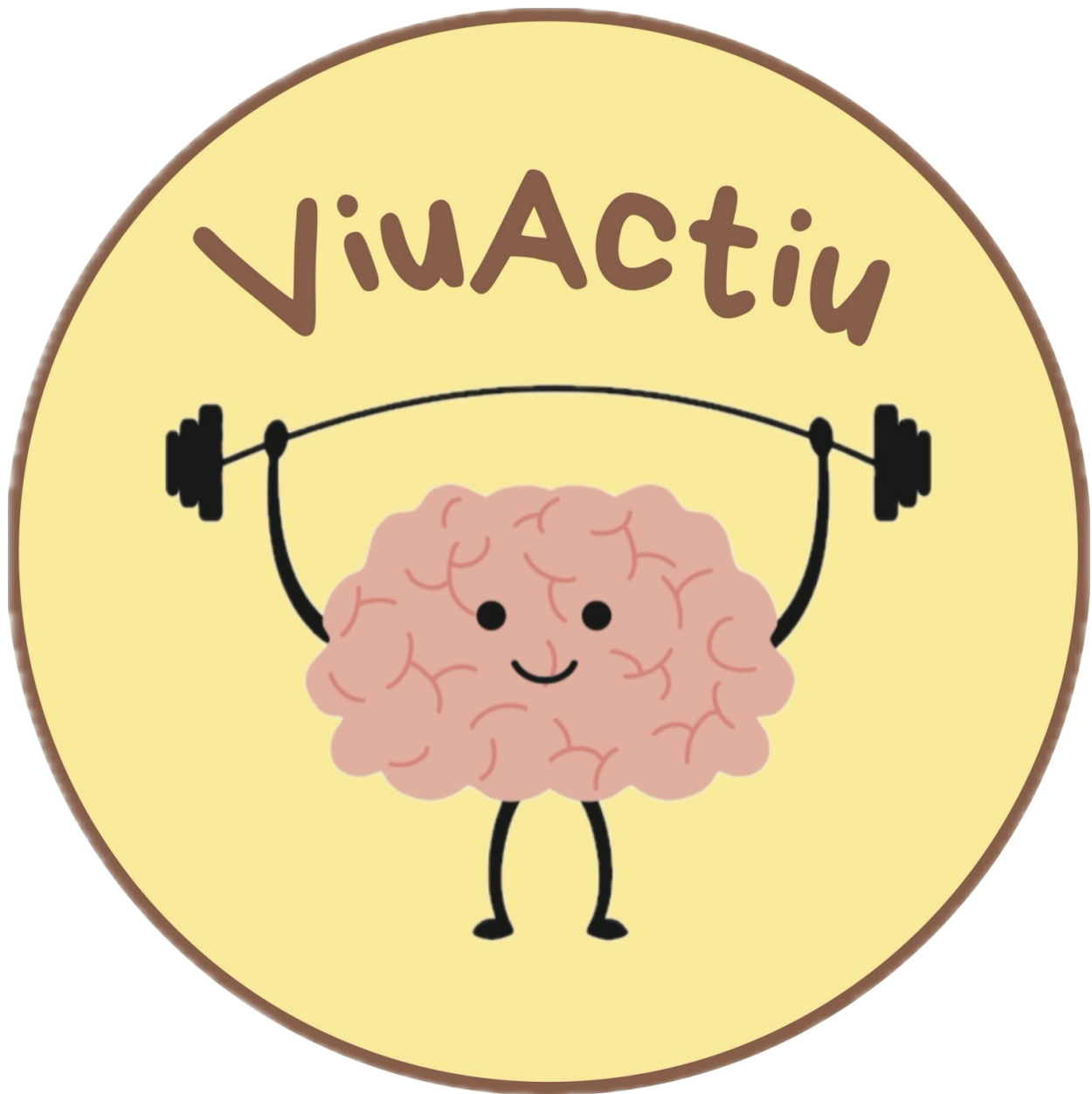
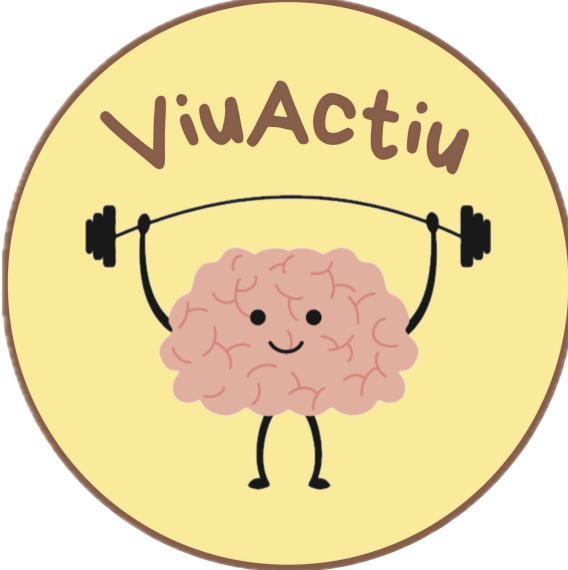




PROPUESTA DE VALORÍNDICE

	1. Presentación de la idea de negocio 2. Estudios de mercado 3. Análisis de la competencia y en qué nos diferenciamos 4. Necesidades que resuelve nuestra empresa 5. Beneficios 6. Misión, visión y valores 7. ¿Dónde encontrar nuestra empresa? 8. Marca y logo 9. Servicios que ofrecemos 10. Estrategia de precios 11. Redes sociales 12. DAFO 13. Vídeo presentación 14. Integrantes del grupo
---	--

1. PRESENTACIÓN DE LA IDEA DE NEGOCIO:

Desde pequeñas hemos observado como nuestros familiares, al envejecer, encontraban cada vez más dificultades al momento de desarrollar su vida cotidiana. A partir de esto, nos hemos dado cuenta de la falta de servicios adaptados para esta población, que está en constante aumento. En el año 2023, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), la población a partir de 60 años representaba el 28.88% de la población española. Y el 76.48% de ellos, están comprendidos entre los 60 y 80 años.

Según el estudio de National Library of Medicine, las enfermedades degenerativas causadas por el desgaste celular, son más corrientes en personas que mantienen una vida inactiva mental y físicamente. Además, INFOCOP (Consejo General de Psicología en España), afirma que una de cada tres personas por encima de los mayores de 60 años se encuentran frecuentemente en soledad.

Todo esto afecta de manera negativa a la salud y calidad de vida de nuestros mayores. Como jóvenes concienciadas, hemos pensado en una idea de negocio para solucionar este problema. Queremos prevenir el deterioro cognitivo asociado al envejecimiento, la prevención de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer, ayudar a la mejora de la memoria y a mantener la autonomía en las actividades diarias.

Se trata de un espacio destinado a fomentar un estilo de vida activo, es decir, al entrenamiento físico y cognitivo (neurofitness) a través de actividades y ejercicios específicos. Además de estimular y mejorar las capacidades mentales de las personas, en este espacio se promueve la interacción social y la socialización mediante la creación de comunidad.



2. ESTUDIOS DE MERCADO:

-Envejecimiento de la población:

Como se ha citado previamente, la población española mayor de 60 años representa un 28.88% de la población total. Además, según los recientes datos publicados por el INE, el pasado año se registró un nuevo máximo histórico de envejecimiento en España del 137'3%, es decir, se contabilizan 137 personas mayores de 64 años por cada 100 menores de 16.

Específicamente en la Comunidad Valencia, la Oficina de Estadística del Ayuntamiento de València ha demostrado que la población tiene una edad media de 44,7 años y las personas de 45 años o más constituyen el 50,7% del total de la población de la ciudad, lo que refleja un envejecimiento demográfico.

-Falta de servicios adaptados:

En el foro "Vivir más, vivir mejor" se organizó una recopilación de testimonios de gente mayor respecto a diferentes aspectos relacionados con la falta de servicios para su edad. En una de las mesas, moderada por Laura Correas, compartieron sus experiencias en torno a la soledad no deseada, a sus experiencias de voluntariado y a los retos a los que se enfrentan las personas mayores en la actualidad. Esto, incluyendo la brecha digital y la necesidad de integración y haciendo especial énfasis en la promoción de actividades y temáticas interesantes.

También se ha demostrado en estudios como "Barreras para la participación en actividad física en mayores de 65 años en España", que una causa por la que los mayores tienen dificultades al participar en actividades físicas es la falta de servicios y actividades adaptadas. Además, se destaca la necesidad de organizar programas inclusivos.

-Soledad:

Según Alfonso Daza, enfermero de Bomberos, especialista en Enfermería del trabajo y Psicólogo general sanitario, en Valencia hay 15.000 mayores que viven solos de manera involuntaria.

Como se explica en la investigación "Social relationships and risk of dementia: A systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies", las personas mayores que viven solas tienen más deterioro cognitivo y más altas tasas de demencia que las que viven en compañía. Esto es debido a que la soledad genera sentimientos de inseguridad y desconfianza mantenidos y prolongados, que además de ansiedad y depresión, produce una disminución de la capacidad de atención y de concentración, lo que junto a la falta de relaciones con otras personas y de actividad mental, afecta a la memoria, sobre todo reciente; y termina produciendo deterioro cognitivo progresivo. Pero la soledad no afecta solamente a la mente, sino que al físico también, ya que se ha observado que las personas sufren mayores incidencias de eventos cardiovasculares, como infartos de miocardio o ictus.

-Prevención de deterioro cognitivo y físico

Está demostrado que el deterioro físico y cognitivo se puede prevenir de forma efectiva si se siguen ciertas recomendaciones. La Unidad de Neurología de Clínica DKF especifica las siguientes:

- **Romper con la rutina diaria y procurar realizar actividades diferentes y novedosas.** Por ejemplo, actividades culturales como viajes, guías o visitas. Esto establecerá nuevas conexiones neuronales y ayudará en el estímulo cerebral.
- **El entrenamiento físico** es crucial para mejorar tanto el rendimiento cognitivo como la salud cardiovascular.
- **La socialización** es muy importante en la tercera edad. El exceso de tiempo libre en soledad puede afectar de forma negativa a la mente y por ello al cuerpo. Hay que procurar realizar actividades colectivas y asistir a reuniones sociales.

3. ANÁLISIS DE LA COMPETENCIA Y EN QUÉ NOS DIFERENCIAMOS:

NOMBRE	QUÉ OFRECEN	QUÉ NOS DIFERENCIA
Activaclub (SENIOR) 	Activaclub es un gimnasio con un espacio para mayores de 60 años. Ayuda a mejorar las enfermedades crónicas, la resistencia, la flexibilidad. Es para ejercitar, socializar y divertirse. Están ubicados en Valencia (Nou Mestalla, Germanías y Mislata), Jerez de la Frontera, Almería y El Puerto de Sta. María	Nos diferencia que, aparte de ofrecer un espacio donde se puede ejercitar el físico y la mente, contamos con unos talleres por la mañana y por la tarde relacionados con el arte, gastronomía, intelectual, informática y jardinería. Además, todos los viernes se organiza un voluntariado, los sábados un evento (charlas, pícnic...) y los domingos clases virtuales. Por tanto, ofrecemos socialización y diversión.
	Ofrece actuaciones de prevención, rehabilitación, asesoramiento y apoyo personal con carácter periódico con el objetivo de contribuir a la autonomía personal de las personas. Se encuentran CEA en diferentes puntos de la	Al ser un servicio público, hay personas que se quedan sin plaza debido a la alta demanda. Además, no puedes faltar de manera continua, ya que te quitan la plaza. En ViuActiu, disponemos de tantas plazas como pidan los

	Comunidad Valenciana.	clientes y completa libertad a la hora de asistir al centro. Por otra parte, la actividad física no es asistida ni tutorizada.
Centro de estimulación cognitiva integral 	Ofrece un estilo de vida activo con la ayuda de actividades socioculturales divertidas y adaptadas a cada grupo de edad y condición (cerámica, pintura...). Quieren prevenir, diagnosticar y tratar personas mayores. Ubicados en Plaza de San Felipe Neri, Valencia	No somos médicas, ayudamos en la prevención de estas enfermedades, pero no a tratarlas. Además de ofrecer actividades socioculturales, garantizamos un espacio dedicado al entrenamiento físico. También organizamos eventos y charlas para el aprendizaje y socialización.
CENTRO MUNICIPAL DE ACTIVIDADES PARA PERSONAS MAYORES BENIMACLET	Ofrecen actividades dirigidas a la convivencia, socioculturales y recreativas y para mantener el físico. Además de talleres y cursos Están en la calle EMILIO BARO, 87 en Benimaclet, Valencia.	ViuActiu ofrece un servicio de jornada completa en lugar de actividades a una hora específica y con la suscripción los clientes pueden mantener un horario flexible.
Universitat Popular de València 	Actividades que impulsan la participación social, a través de un sistema de educación no formal y mediante la promoción de procesos de relación, comunicación y sociabilidad y el fomento de la participación en actividades culturales de carácter interdisciplinar. Tienen muchos locales distribuidos por todo el municipio.	Mientras que la Universitat limita la cantidad de actividades a las que te puedes inscribir, nosotras ofrecemos la posibilidad de apuntarte a todos los talleres y actividades disponibles. Además, no utilizamos un método de sorteo para aceptar las solicitudes.

A diferencia de la competencia, somos un espacio al que se acude de manera voluntaria, no por necesidad y al que solo pueden acudir personas no dependientes. Ofrecemos flexibilidad horaria y disponemos de todo lo necesario para mantener un estilo de vida activo a través del entrenamiento físico y cognitivo, y la realización de talleres que fomentan la socialización. Al ser una empresa privada no tenemos problemas relacionados con las

plazas, por lo que nuestros clientes no se quedan sin plaza por culpa de sorteos o problemas de aforo.

4. NECESIDADES QUE RESUELVE NUESTRA EMPRESA:

ViuActiu cubre las siguientes necesidades:

- **Socializar:**

La falta de socialización en adultos mayores afecta a la depresión, ansiedad, patologías y enfermedades crónicas. Está demostrado que las personas mayores con relaciones sociales sólidas tienden a vivir más tiempo y con mayor calidad de vida.

- **Entrenamiento cognitivo:**

La falta de entrenamiento cognitivo puede llevar a una disminución en habilidades cognitivas como la memoria y la concentración, aumentando el riesgo de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer. Además, limita la capacidad de adaptación y resolución de problemas, ya que la mente pierde flexibilidad y agilidad si no se le desafía regularmente.

- **Entrenamiento físico:**

No hacer ejercicio puede llevar a pérdida de fuerza y resistencia muscular, menor flexibilidad, y aumento del riesgo de enfermedades como la obesidad, la diabetes tipo 2 y problemas cardiovasculares. También afecta el estado de ánimo y la salud mental, ya que el ejercicio ayuda a reducir el estrés y la ansiedad. Además, la inactividad física disminuye la energía y puede dificultar realizar actividades diarias con facilidad, afectando la calidad de vida a largo plazo.

- **Sentirse útil:** Las personas mayores tienden a pensar que ya no sirven y que son una carga, es por esto que sentirse útil en la tercera edad fomenta un envejecimiento feliz y evita perder el sentido de la vida.
- **Mantenerse ocupado** es esencial para prevenir enfermedades cognitivas. El envejecimiento y el deterioro físico, psicológico y mental, muchas veces se debe a la falta de actividades o tareas en el día a día. Este deterioro se da sobre todo en personas jubiladas, ya que al no trabajar no tienen tareas obligatorias que cumplir.
- **Aprender cosas nuevas** es importante para ejercitar nuestra mente y prevenir enfermedades degenerativas, como puede ser el Alzheimer.

5. BENEFICIOS:

1. **Socialización:** Ofrece un espacio seguro y acogedor donde la socialización es sencilla.



2. **Aprendizaje:** Gracias a las charlas de diferentes ámbitos, los clientes pueden seguir aprendiendo.



3. **Satisfacción:** Los talleres diarios hacen sencillo encontrar una nueva actividad con la que te sientes bien y puedes seguir practicando en tu tiempo libre.



4. **Prevención de enfermedades cognitivas:** Los entrenamientos mentales disponibles durante toda la jornada ayudan a prevenir el deterioro de la mente y fortalecer la autonomía funcional.



5. **Fortalecimiento del cuerpo:** El gimnasio abierto durante toda la jornada permite mantenerse activo para no perder la energía, trabajar el cuerpo y mejorar la calidad de vida.



6. **Gestión de las emociones:** Las clases de meditación y yoga, entre otras cosas, ofrecen medios para mantener la mente abierta y entrenar la concentración además de combatir el estrés mediante la relajación.



7. **Comunidad:** Los voluntariados benefician tanto a la sociedad como a nuestros clientes.



6.MARCA Y LOGO:

	Colores: -Amarillo: Transmite energía, positividad, fortaleza y felicidad. -Marrón: Simboliza fuerza, fiabilidad, calidez, confort y seguridad. -Rosa: Señal de esperanza, inspira calidez y sentimientos de comodidad. Eslogan: <i>Mens sana in corpore sano.</i> Es un dicho popular en latín que encaja perfectamente con lo que pretendemos transmitir: un estilo de vida sano, mediante el cuidado de salud y mente.
--	--

7.DÓNDE ENCONTRAR NUESTRA EMPRESA:

ViuActiu se ubica en la calle Mistral, Benimaclet, Valencia.

8. MISIÓN, VISIÓN Y VALORES:

Nuestra misión es brindar un servicio único a nuestros clientes para mantener una salud física y mental, y ayudarles a alcanzar sus objetivos individuales a través de un enfoque integral de entrenamiento físico y cognitivo, fomentando la conexión social y el bienestar.

Nuestra visión es ser el centro de referencia en la promoción del envejecimiento activo y saludable, brindando bienestar a nuestros miembros, generando valor a nuestra empresa, a nuestros colaboradores y a nuestra comunidad.

Nuestros valores son el compromiso con el bienestar y la salud, la empatía y el respeto, la inclusión, la equidad y la diversidad, la colaboración, la responsabilidad social y la pasión.



Cumplimos con los ODS 3, 5 y 13. Contribuimos a la *Salud y el bienestar* ofreciendo un servicio que permite a las personas mantener un estilo de vida activo y saludable. Cumplimos la *Igualdad de género* porque ofrecemos un espacio seguro e igualitario para todos y todas. Por último, contribuimos a *Acción por el clima* utilizando energías renovables, comprando productos de km 0 y respetuosos con el medio ambiente. Además, parte de nuestro mobiliario es de segunda mano, fomentando así la economía circular.

9. SERVICIOS QUE OFRECEMOS:

ViuActiu dispone de diferentes servicios abiertos durante toda la jornada destinados al entrenamiento físico, cognitivo y a la socialización.

Para el entrenamiento físico, tenemos maquinaria propia de un gimnasio disponible para nuestros clientes durante toda la jornada.

Para el entrenamiento cognitivo contamos con un espacio dedicado a las actividades individuales como musicoterapia y meditación o grupales que ejercitan la mente como juegos de mesa y retos.

Todas las actividades favorecen la socialización entre los clientes, además de la sala de descanso disponible que construye un espacio seguro para ello.

Entre semana ofrecemos dos talleres cada media jornada para descubrir nuevos intereses. Estos están divididos en las siguientes áreas:

- Artística y bricolaje (pintura, tejer, cerámica, bricolaje...)
- Gastronómica (compartir recetas, aprender trucos de cocina...)
- Intelectual e informática (clubs de lectura, cine, enseñanza del manejo de tecnologías como el Google Maps...)

Los viernes los dedicamos al voluntariado.

Los sábados ofrecemos eventos únicos como charlas de profesionales, conciertos, rutas de senderismo, pícnicos, carreras...

Las instalaciones físicas estarán cerradas los domingos, pero los clientes podrán acceder a las clases virtuales ya grabadas.

10.PRECIO:

Nuestra estrategia de precio está basada en los precios de la competencia y de mercado. Nuestro objetivo es proporcionar la mejor oferta posible para que, poco a poco, cada vez más público se sume a las ventajas de este nuevo estilo de vida.

BONOS	PRECIO
BONO MENSUAL	65.90€
BONO TRIMESTRAL	180€
BONO SEMESTRAL	340€

11.CANALES DE COMUNICACIÓN:

Hemos elegido comunicarnos y darnos a conocer mediante Facebook e Instagram, porque son las más utilizadas por nuestro público objetivo. Los clientes pueden contactar con nosotras escribiéndonos en estas o por correo electrónico, mediante el cual podemos informar a nuestros clientes sobre actividades u horarios que se realizarán a lo largo de la semana y enviar publicidad.

También contamos con una página web en la que las personas interesadas pueden encontrar toda la información necesaria, tanto sobre horarios y actividades que se llevarán a cabo, como sobre nuestra empresa.



12.DAFO:

Debilidades	Amenazas
-------------	----------

Novedad en el mercado. Nula experiencia. Poca visión comercial.	Común reticencia que expresan muchos adultos mayores frente a un cambio. Falta de reconocimiento a la necesidad de servicios adaptados.
Fortalezas	Oportunidades
Ideas innovadoras y originales. Miembros motivados. Calidad de servicio.	Conciencia general sobre la salud. Envejecimiento de la población. Incremento de la esperanza de vida, lo que genera un segmento de la población con una serie de necesidades para satisfacer.

13.VÍDEO PRESENTACIÓN:

<https://youtu.be/5CuQMDmO-R0>

14.INTEGRANTES DEL GRUPO:

Carolina, Irene, Banina y Malena.

