



Sant Domènec
Residència Geriàtrica

PROGRAMA D'ACTIVITATS ESTIMULATIVES

2018

PROGRAMA D'ACTIVITATS DE DINAMITZACIÓ 2018

Aquest es dissenya a partir d'aquests 4 pilars :

- Atenció a la **persona** en funció de les seves capacitats, habilitats, destreses i desitjos per tal de fomentar el seu benestar personal i facilitar la seva relació grupal.
- L'**entorn** immediat com a element potenciador de les relacions interpersonals (residents, família i professionals) i facilitador de l'adaptació de la persona gran a la institució.
- L'activació **social i comunitària**. Es promou la participació de la persona dins del grup de població per mantenir la seva socialització i integració.
- Participació coordinada amb altres professionals del centre (equip **interdisciplinari**).

El programa presenta les següents característiques :

- Ampli i flexible en funció de les necessitats de les persones.
- Està temporalitzat anualment.
- Recull els centres d'interès relacionats amb la història de vida de la persona.
- Conté objectius i activitats que s'avaluen constantment.

La filosofia que inspira el programa és "donar vida als anys" i d'aquesta se'n despleguen els següents objectius generals :

- A. Potenciar la dimensió lúdica, creativa i relacional de la persona.
- B. Generar il·lusió.
- C. Contribuir que la persona gran reelabori i doni continuïtat al seu propi projecte de vida.
- D. Integrar als familiars dels residents en el procés de dinamització.
- E. Potenciar la capacitat de decisió i autogestió de la persona.
- F. Normalitzar al màxim la vida de la persona gran.
- G. Recuperar i mantenir la vinculació amb la institució, l'entorn i la vida social.
- H. Mantenir i potenciar les capacitats físiques, psíquiques i socials tenint en compte a la persona com un ésser bio-psico-social i espiritual.

Per aconseguir aquests objectius es duen a terme un conjunt d'activitats que tot seguit us presentem.

Dintre de l'ampli conjunt cal diferenciar les activitats habituals de les extraordinàries.

Les primeres, es duen a terme com a mínim un cop a la setmana, excepte la festa dels anys i el bingo, mínim un cop al mes.

Les segones, es duen a terme amb menys freqüència però, són també, activitats importants per a que els residents puguin tenir una bona qualitat de vida.

Totes aquestes activitats estant enfocades a complir amb les finalitats de l'Associació reflectides en l'Art. 4 dels Estatuts.

Aquestes activitats es realitzen al 100% dins de l'àmbit territorial de la comarca de la noguera. La majoria es realitzen a la ciutat de Balaguer i altres a la proximitat de la mateixa.

ACTIVITATS FÍSiques

GIMNÀSTICA

És l'activació dels diferents músculs i el moviment de les articulacions a través d'exercicis específics per a cada part del cos humà. La duu a terme el fisioterapeuta del centre.

Objectius :

- Millora de la mobilitat articular i força muscular.
- Estirament dels diferents músculs.
- Psicomotricitat- esquema corporal, lateralitat, coordinació.
- Augment de la capacitat càrdio-respiratòria de qui la practica.

Destinataris :

Tots els residents que vulguin mantenir-se en bona forma física d'una manera lúdica, dinàmica i grupal. És tracta de realitzar exercici per evitar una davallada de les capacitats físiques, ocupant d'una manera constructiva el temps lliure.

Data, lloc i horari :

Dilluns, Dimarts, i divendres de 17.15h a 18h. al saló; excepte: períodes de vacances de la fisioterapeuta.

*Nombre ideal de participants: 45 persones

*Nivell cognitiu dels participants: no apte per residents amb deteriorament cognitiu sever.

Responsable de l'activitat: Fisioterapeuta

PSICOMOTRICITAT ASSISTIDA

Grup de psicomotricitat assistida, adreçat a residents amb deteriorament cognitiu moderat o sever.

Objectius :

- Millora de la mobilitat articular i força muscular.
- Potenciar l'esquema corporal.
- Potenciar la lateralitat i la coordinació.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents de forma lúdica.
- Potenciar l'autoestima dels residents.

Destinatari: residents amb deteriorament cognitiu moderat amb important tendència a l'apatia o deteriorament cognitiu sever.

Data, lloc i horari:

Dimecres i dijous, de 4 a 5h al menjador nord.

Excepte quan es duen a terme activitats extraordinàries o la festa dels anys.

*Nombre ideal de participants:

15 residents

*Nivell cognitiu dels participants: demència moderada i severa

Responsable de l'activitat:

Fisioterapeuta

TALLER DE REEDUCACIÓ EN AVDB

Les activitats de la vida diària bàsiques (AVDB) són totes aquelles tasques d'autocura i/o automanteniment del dia a dia (alimentar-se, vestir-se, arreglar-se, fer-se la toaleta, realitzar les transferències, deambular, control d'esfínters..).

El reentrenament i/o reeducació de les activitats del dia a dia es duu a terme quan el resident ha sofert una davallada, majoritàriament lleu, així l'actuació pot arribar a ser més eficaç i prevenir en la mesura del possible una davallada més greu.

En aquests casos es valorarà a partir de l'índex de Barthel i el test Lawton i Brody si s'escau, tests que es realitzen quan el resident ingressa en la residència i s'actualitzen quan es detecta algun canvi en alguns dels seus ítems i aquest es perpetua en el temps. En el cas de que hi hagi un canvi greu i que és manté amb el temps, és tornarà a avaluar abans del temps estipulat.

Objectius :

- Potenciar i/o reeducar aquells components d'execució (neuromusculars, motors, cognitius, sensorials i socials) necessaris per a realitzar les tasques d'alimentació i vestir amb un nivell òptim d'autonomia.
- Mantenir el nivell d'autonomia que encara preserva el resident. (treballar i potenciar capacitats preservades).
- Prescripció i/o assessorament de diferents ajudes tècniques per afavorir la realització de les AVDB, si és necessari.
- Seleccionar i elaborar adaptacions/ajudes tècniques i, entrenar el seu ús.
- Modificar i/o adequar l'entorn físic i social, si cal, per optimitzar l'autonomia.

Destinatari :

Residents que segons els resultats del Test de Barthel (aquest mesura el nivell de dependència/independència) presenten un valor de ≤ 5 en els ítems de l'alimentació i/o el vestir.

Data, lloc i horari : Dilluns i Divendres de 10:30h a 11:30h a la sala polivalent del gimnàs.

*Nombre ideal de participants : màxim 10 residents.

*Nivell cognitiu dels participants : demència lleu i moderada.

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional

ACTIVITATS COGNITIVES

JOC DE PREGUNTES :

Es tracta d'un joc d'estimulació cognitiva grupal.

Per jugar-hi els participants s'agrupen en petits conjunts formats a l'atzar i responen a una sèrie de preguntes -que estimulen el llenguatge, el raonament, la memòria...etc.- també escollides a l'atzar però, previament preparades per l'educador social.

Guanya l'equip que respon més preguntes correctament. Tot i això, l'important no és respondre correctament les preguntes sinó exercitar diferents capacitats cognitives de forma lúdica.

Objectius :

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents de forma lúdica.
- Potenciar l'establiment de relacions interpersonals de cooperació - entre tots els residents, evitant al màxim la formació de grups marginals-.
- Potenciar l'autoestima dels residents.

Destinataris :

Està obert a tots els residents.

Nombre ideal de participants : 60 residents

Nivell cognitiu dels participants : tots els residents excepte els que presenten deteriorament cognitiu sever.

Data, lloc i horari :

Es realitza cada dimecres de 17.15h a 18h. de la tarda al Saló social

Responsable de l'activitat:

Educadora Social

“ACTIVEM LA MENT” :

Es tracta d'un taller de psicoestimulació. En ell els residents tenen que realitzar uns exercicis, generalment presentats per escrit. Aquests estimulen diverses capacitats cognitives (llenguatge, raonament, orientació, atenció-concentració, memòria, càlcul...).

Objectius :

Mantenir les capacitats cognitives (orientació temporal, espacial, atenció, memòria, llenguatge, raonament, pràxies...) , en la mesura del possible, mitjançant exercicis de psicoestimulació, sobretot escrits.

Destinataris :

Està obert a tots els residents sense deteriorament cognitiu.

Nombre ideal de participants : 8 persones

Nivell cognitiu dels participants : persones sense deteriorament cognitiu.

Data, lloc i horari :

Dilluns, de 16 a 17h., de setembre a juny (sala activ. educat).

Responsable de l'activitat: Direcció assistencial

PSICOESTIMULACIÓ: PER A PERSONES AMB DETERIORAMENT COGNITIU

Es realitza a través de tallers d'estimulació cognitiva. En aquests tallers els assistents realitzen uns exercicis -orals o escrits- proposats per la neuropsicologia intervencionista. Aquests estan adequats, per una banda : al seu grau de deteriorament cognitiu i per tant, a les capacitats residuals. Per l'altra : a l'estat dels seus sentits ; a les habilitats, preferències i recursos dels residents.

Es pot dur a terme de forma individual o en grup. Si es fan en grup, aquests es dissenyen ajuntant persones amb unes capacitats cognitives afins. D'aquesta forma, es fa estimulació cognitiva i alhora es treballa la socialització i l'autoestima -doncs, tots estan vivint situacions similars-.

En canvi, quan es fa individual no es treballa la socialització però, s'aprofundeix més en la intervenció, doncs, no cal repartir el temps entre tots els participants.

Amb els exercicis d'estimulació es treballen àrees com : orientació, atenció-concentració, esquema corporal, llenguatge, pràxies, gnòsies, càlcul, memòria, raonament...

Objectius :

- Millorar l'estat funcional de la persona amb demència i mantenir la seva autonomia.
- Oferir suport psicosocial a la persona amb deteriorament cognitiu.
- Maximitzar les capacitats residuals i recuperar (despertar oblits abandonats) i/o mantenir funcions deficitàries.
- Mantenir actiu al resident amb deteriorament cognitiu.
- Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.

Destinataris :

Tots aquells residents amb deteriorament de les capacitats cognitives o sospita de deteriorament (segons MEC).

Nombre ideal de participants : en funció del perfil de residents de cada grup i de les seves necessitats (des de 4 fins a 20 persones)

Nivell cognitiu dels participants : residents amb deteriorament cognitiu (lleu, moderat i sever).

Segons el grau de deteriorament es distribueixen en diferents grups amb persones que estan en un nivell cognitiu similar.

Data, lloc i horari :

Es fan diferents grups segons necessitats dels residents i cada grup té uns dies i unes hores assignades.

En el cas de l'atenció individual cada persona té assignats uns dies i unes hores concretes que sempre són les mateixes.

Sala d'activitats (gimnàs) o menjador Nord, segons grup.

Es duu a terme durant tot l'any excepte en períodes de vacances de l'educadora social.

Responsable de l'activitat:

Educadora social

TALLER DE “PUZLES”

Cada resident participant va resolent puzles adients a les seves capacitats. Els puzles es resolen de forma individual, excepte amb els residents que presenten gran apatia i ho fan en parella per tal de que entre ells s'estimulin.

Els professionals que intervenen en aquest taller van supervisant a tots els residents que hi participen.

Objectius :

- Estimular les capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar l'autoestima dels residents (gràcies a la resolució d'exercicis aptes a les seves capacitats).
- Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- Mantenir actiu al resident.
- Potenciar les relacions socials entre residents.

Destinataris : Residents que presenten aïllament social, residents amb tendència a l'apatia i també residents amb deteriorament cognitiu, excepte deteriorament cognitiu sever.

Nombre ideal de participants : 22 persones

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell.

Data, lloc i horari :

Dilluns, Dimarts i divendres, de 4 a 5h. de la tarda al Saló Social, excepte períodes de vacances dels professionals responsables.

Responsable de l'activitat:

Educadora social i Fisioterapeuta

GRUP DE CONVERSA

És una tècnica d'estimulació grupal per promoure la capacitat comunicativa de les persones grans, sobretot les que presenten deteriorament cognitiu.

Per això, es parteix d'un tema, conegut per tots. Exemple: festes de la nostra cultura, fets històrics viscuts per ells...

Amb ell pretenem que els residents es comuniquin i evoquin fets significatius i importants de cadascú. Alhora treballem la memòria en connexió amb la capacitat emotiva.

Objectius :

- Mantenir actiu al resident.
- Promoure la capacitat comunicativa de les persones grans amb deteriorament cognitiu.
- Establir una interacció i cohesió positives entre els membres del grup.
- Exercitar la memòria.
- Potenciar les capacitats emotives.
- Donar importància als fets, sentiments i experiències significatius per a la Gent Gran.
- Millorar l'autoestima dels residents.

Destinataris :

Residents amb problemes de comunicació i relació. També residents amb deteriorament cognitiu.

Nombre ideal de participants : 20 persones

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Data, lloc i horari :

Cada dimecres de 4 a 5h. al saló social, excepte en períodes de vacances de l'educadora social.

Responsable de l'activitat:

Educadora Social

TALLER DE PREMSA

Es tracta de seleccionar les notícies més destacades de la premsa local i nacional que poden ser d'interès per als residents. Aquestes es llegeixen entre els residents i la treballadora social, de forma que fomentin una reflexió grupal sobre l'actualitat.

Objectius :

- * Mantenir actiu al resident.
- * Potenciar l'orientació dels residents.
- * Exercitar la memòria.
- * Donar a conèixer l'actualitat als residents.
- * Promoure la capacitat comunicativa de les persones grans (partint de les reflexions que generen les notícies).
- * Establir una interacció i cohesió positives entre els membres del grup.

Destinataris :

Tots els residents interessats.

Nombre ideal de participants : 20

Nivell cognitiu dels participants : sense deteriorament cognitiu o amb deteriorament cognitiu lleu o moderat.

Data i lloc :

Divendres a les 12h. al bar del centre, excepte períodes de vacances del responsable de l'activitat.

Responsable de l'activitat: voluntària supervisada per T.Social

CURS INTERNET

Tots els residents interessats podran rebre formació per aprendre a navegar per internet a través de l'ordinador que la residència ha habilitat per a tal finalitat.

Objectius :

- * Mantenir actiu al resident.
- * Atrevir-se a utilitzar les noves tecnologies (trencant l'estereotip de que "són només per a gent jove").
- * Augmentar l'autoestima dels residents.
- * Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- * Optimitzar les funcions cognitives dels residents (mitjantçant l'adquisició de noves habilitats).

Destinataris :

Tots aquells residents interessats

Nombre ideal de participants : 4 residents (atenció individual)

Nivell cognitiu dels participants : sense deteriorament cognitiu.

Data, lloc i horari :

Cada resident té assignat un dia i hora determinada.

Responsable de l'activitat: Educadora Social

ACTIVITATS LÚDIQUES

BINGO

Es tracta del conegut joc de taula. S'utilitza un bombo amb números i uns cartrons on s'han de marcar els números que van sortint del bombo i que cadascú tingui al seu cartró. Guanya el que fa més aviat línia -marca una sèrie de números que són a la mateixa línia- o bingo -marca tots els números del cartró- a cada partida.

El guanyador sempre obté un premi : un regal gentilesa de la residència.

Objectius :

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats psicosocials dels residents.
- Potenciar l'establiment de vincles afectius i solidaris entre residents (ja que, en aquest joc, els que tenen alguna discapacitat -visual, auditiva, motriu...- que els impedeix participar del joc amb normalitat són ajudats per residents més vàlids).

Destinataris :

Tots els residents, excepte demències severes.

Nombre ideal de participants : 55

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell, excepte demències severes.

Data, lloc i horari :

Es duu a terme com a mínim un cop al mes al Saló social.

Responsable de l'activitat:

Educadora social

FESTA DELS ANYS

És una celebració de caràcter mensual. En ella, els residents nascuts durant el mes en que es fa la celebració són felicitats amb una petita festa -a la qual acudeixen ben mudats-. A la festa es convida a familiars de l'homenatjat.

La celebració acaba amb un berenar per a tots (pastís).

Objectius :

- Celebrar els aniversaris dels residents.
- Potenciar els aspectes lúdics de la vida.
- Potenciar la convivència entre els residents.
- Potenciar la participació dels residents en les activitats del centre.

Destinataris :

És una festa oberta a tothom. Hi poden assistir residents i familiars -en el cas de que un resident, familiar seu, celebri l'aniversari- i treballadors.

Nombre ideal de participants : 80 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell cognitiu.

Data, lloc i horari :

Es duu a terme un dijous de cada mes al saló social de 17 a 19h. de la tarda.

Responsable de l'activitat:

Educadora social

LABORS SOLIDÀRIES

Labors per col·laborar amb el projecte “**Avis solidaris**” de Creu Roja. Al projecte hi participen usuaris de diferents residències de la comarca de la Noguera.

Cada residència elabora durant l'any, diferents objectes (jocs de taula, davantals, bufandes ...) que posteriorment es vénen a diferents mercats de la comarca pels volts de Nadal.

A la nostra residència també, es vénen una part dels objectes realitzats pels propis residents, amb motiu de l'exposició que s'organitza per la festa d'aniversari del centre.

Amb els diners aconseguits, Creu Roja compra regals per a la seva campanya de Reis. És a dir, s'adquireixen joguines per als nens més desfavorits de la comarca de la Noguera. Aquestes joguines es donen la Nit de Reis, sense que els nens receptors mai arribin a conèixer la seva procedència, per tal de no estigmatitzar-los.

Objectius:

- Estimular les capacitats cognitives.
- Estimular les capacitats pràctiques (les que permeten el control voluntari dels moviments) : control de dits, control del pols, destresa i rapidesa de moviments, coordinació visomanual...
- Potenciar l'autoestima mitjançant la realització d'objectes útils.
- Ocupar el temps de lleure de forma constructiva.
- Potenciar l'autonomia.
- Potenciar la responsabilitat
- Mantenir actius als residents.
- Col·laboració, dintre de la mesura del possible, en la disminució de certes problemàtiques socials.
- Fer de la residència una llar oberta a l'entorn.

Destinatari :

Tot aquell que gaudeixi fent labors i vulgui sentir-se útil.

Nombre ideal de participants : 14

Nivell cognitiu dels participants : residents sense deteriorament cognitiu o deteriorament cognitiu lleu.

Data, lloc i horari :

- Cada resident duu a terme la labor al seu ritme i a la seva habitació en l'horari que ell prefereix. L'educadora social li prepara la tasca, li dona les pautes, el material i ho supervisa periòdicament.
- Durant la setmana es duu a terme un taller de labors: dimecres i dijous de 12 a 13h. a la sala d'activitats del gimnàs, excepte períodes de vacances de l'educadora.

L'educadora també es coordina periòdicament, mitjançant reunions interdisciplinàries, a la seu de Creu Roja de la Noguera, amb la resta d'entitats vinculades al projecte.

TALLER D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

Cada cop a la nostra societat es pren més consciència de la importància de ser capaços de gestionar de forma saludable les nostres emocions. Les persones grans donades les circumstàncies que viuen o han viscut molts cops experimenten intenses emocions que no saben com expressar o canalitzar de forma saludable.

És per això, que es crea aquest taller: per augmentar la seva intel·ligència emocional.

Objectius :

- Reconèixer les pròpies emocions.
- Explorar les pròpies emocions.
- Compendre les pròpies emocions.
- Entendre el que succeeix al seu entorn, a nivell emocional.
- Expressar emocions de forma assertiva.
- Gestionar les pròpies emocions de forma saludable.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Prevenir possibles problemes de salut mental.
- Prevenir problemes de convivència degut a una mala gestió de conflictes emocionals.
- Potenciar les habilitats socials dels residents.
- Proporcionar un espai on els residents puguin parlar de les seves preocupacions, problemes actuals i passats, i de les seves pors.

Destinatari :

Residents amb interès per aprofundir en el tema de les emocions.

Nombre ideal de participants : 14 persones

Nivell cognitiu dels participants : sense deteriorament cognitiu o amb deteriorament cognitiu lleu.

Data, lloc i horari :

Cada divendres de 16.30h a 17.30h. , a la sala d'activitats educatives del gimnàs. Durant tot l'any, excepte: juny, juliol, agost i setembre.

Responsable de l'activitat: Psicòleg del centre

ACTIVITATS AUDIOVISUALS

“DIUMENGE DE PEL.LÍCULA “

L'últim diumenge de mes es passarà una pel.lícula per als residents. Si l'activitat té bona acollida es pot augmentar la freqüència d'aquesta activitat.

Objectius :

- * Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- * Experimentar emocions positives i gratificants al veure les pel.lícules significatius per ells.
- * Estimular la sociabilitat dels residents (evitant que passin massa temps sols a l'habitació) i compartir interessos comuns.

Destinataris :

Tots els residents.

Nombre ideal de participants : 40

Nivell coqnitiu dels participants : qualsevol nivell coqnitiu.

Data, lloc i horari :

- L'últim diumenge de cada mes.
- A les 11.30h. al saló.

Responsable de l'activitat: Educadora social i conserge del centre.

CELEBRACIONS DE FESTES

Objectius

- Potenciar la convivència entre els residents.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats psicosocials.
- Fer efectiu el principi de normalització social (per contrarestar els efectes negatius que pot tenir el fet de viure en un entorn residencial).

Destinataris

Tots els residents

Nombre ideal de participants : 90 p

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes o trastorns del comportament

Data, lloc i horari :

Els dies de festivitats assenyalades dintre de la nostra cultura.

A més, cada mes, mitjantçant la « Festa dels Anys », celebrem els sants i aniversaris dels residents transcorreguts durant el mes en qüestió.

També celebrem la Festa de l'aniversari de la inauguració de la residència al mes d'octubre.

Al final d'aquest document a l'annex número 1 es pot veure un calendari de les activitats més destacades de cada mes on es detalla quines festes es celebraran, la data, l'hora i el lloc.

Responsable de l'activitat: educadora social i fisioterapeuta

Celebrem les següents festes:

Visita de SSMM Els Reis d'Orient a la Residència (5 gener)

Salutació als residents, llegida de discurs i entrega de regals a tots els residents per gentilesa del centre.

Alguns residents donaran la benvinguda a Ses Majestats amb la lectura de diversos poemes que tracten sobre aquesta festivitat.

Carnestoltes

Per animar la festa es durà a terme :

- Ball de disfresses. Els residents, treballadors i familiars que ho desitjin podran acudir disfressats amb disfresses buscades per ells o proporcionades pel centre.
- Berenar per tothom.

Diumenge de Rams

Per això, es fan 150 rams amb llorer, olivera i palma per a repartir a la missa de diumenge de rams de la capella del centre.

Sant Jordi (23 abril)

1. Es reparteix una rosa (preparada pels residents) als residents i treballadors (obsequi a càrrec de la residència).

Revetlla de Sant Joan :

- Escala en hi-fi
- Després de sopar també es reparteix coca a tots els residents.

Festa de la Residència (un diumenge d'octubre): És una jornada de portes obertes per a membres de la Junta Directiva, residents, familiars de residents, socis, amics i col·laboradors de la residència, treballadors i autoritats. En aquesta es celebra l'aniversari de la seva fundació amb un conjunt d'actes com :

- Missa solemne.
- Cantada d'havaneres.
- Homenatge a tots els residents que han complert 80 anys.
- Repartició de coca i moscatell per tothom.
- Exposició de treballs manuals fets pels residents durant l'any.

Castanyada. Per celebrar-la es faran diversos actes :

- 1) Taller de panellets : hi participaran tots els residents interessats distribuïts en grups (de 8-10 persones aproximadament). Es fa al gimnàs del centre amb unes escrupuloses mesures d'higiene.
- 2) Festa de la Castanyada. Es farà el dia 31 a les 17h. al saló social. Hi haurà ball i es degustaran panellets fets pels residents acompanyats de moscatell i les tradicionals castanyes.

Festa Major de Balaguer (novembre) :

Ofrena floral al Sant Crist de Balaguer. Els residents podran pujar al santuari amb transport adaptat, sufragat pel centre.

Festes de Nadal, per aquest motiu s'organitzen diverses activitats (veure calendari de desembre).

Celebració de la Festa de Cap d'Any amb música i les tradicionals campanades amb el raïm de la sort.

I per acabar...Festa dels Anys, cada mes on felicitem a tots els residents que fan anys durant aquell mes amb un petit homenatge acompanyats de residents, amics, familiars...etc.

MISSA DEL GALL

Es tracta d'una activitat amb molt de significat per als residents del centre. Un mossèn de la parròquia es desplaça fins al centre per poder oficiar aquesta missa.

En dita missa hi col·laboren activament els residents i personal laboral del centre fent lectures, ofrenes i pregàries.

Objectius:

- Satisfereix les necessitats espirituals dels residents.

Destinatari: tots els residents interessats excepte demències severes.

Nombre ideal de participants : 90 p

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes o trastorns del comportament

Data, lloc i horari :

24 de desembre, al salo, 7h tarda.

Responsable de l'activitat:

Educadora social

SORTIDES

Són organitzades pel centre i hi assisteix personal laboral d'aquest, que acompanya als residents assistits i supervisa el grup dels vàlids.

Objectius

- Potenciar la convivència entre residents i personal laboral.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats psicosocials.
- Potenciar el contacte amb el medi exterior.
- Conèixer el seu medi sociocultural.

Amb algunes d'aquestes sortides també es pretén :

- Viure les festes, costums i tradicions de la nostra cultura.

Destinataris : qualsevol resident excepte en casos de demència greu o trastorns del comportament.

Data, lloc i horari :

- **Una sortida fora de la ciutat.**

Nombre ideal de participants : anirà en funció del lloc on es faci la sortida i del nombre de places del transport que s'hagi d'utilitzar. Com a màxim seran 40 residents.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol resident excepte els que presenten demència greu, trastorn del comportament o risc de pèrdua per desorientació espacial.

Data, lloc i horari : serà al maig. Es concretarà més endavant el lloc i l'horari.

- **Sortida de Sant Jordi:**

- Nombre ideal de participants : 6 residents com a mínim. Anirà en funció del nombre de voluntaris i familiars que estiguin disponibles per a la sortida.

- Nivell cognitiu dels participants : qualsevol resident excepte els que presenten demència greu, trastorn del comportament o risc de fuga.

- Data, lloc i horari : dia 23 d'abril al matí

- Responsable de l'activitat: treballadora social i educadora social.

- **Novembre : ofrena floral al Santuari del Sant Crist de Balaguer (matí) amb motiu de la Festa Major de Balaguer.**

Nombre ideal de participants : 35 residents (com que el desplaçament s'ha d'efectuar en autocar adaptat per cadires de rodes ens hem de limitar al nombre de places màximes d'aquest transport).

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol resident excepte els que presenten demència greu, trastorn del comportament o risc de fuga.

Data, lloc i horari : la vigília de la Festa Major de novembre, al matí.

Responsable de l'activitat: treballadora social i educadora social.

GRUP DE PASSEIG PER LA CIUTAT

Amb aquesta senzilla activitat però, molt terapèutica es pretén que els residents gaudeixin dels grans beneficis (físics, psicològics i socials) que comporta el contacte amb l'entorn.

Els grups de passeig són a més d'una eina terapèutica i lúdica, una eina socialitzadora on hi participen residents, sobretot els assistits, i treballadors del centre.

L'activitat també està oberta a tots aquells familiars que vulguin sortir a acompanyar als seus residents.

Objectius

- Potenciar el contacte amb el medi exterior.
- Ocupar el temps lliure de forma lúdica.

Destinatari : Residents assistits

Nombre ideal de participants : anirà en funció del nombre de persones disponibles (personal laboral i familiars de residents) per fer-se càrrec dels residents. Cada persona es fa càrrec d'un resident.

6 residents participants, en cada sortida.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Data, lloc i horari : **maig, juny i setembre**. Els dimecres de 11.15 a 12.15h. del matí.

Responsable de l'activitat: Treballadora social

GIMNÀSTICA A L' AIRE LLIURE

Al parc del Molí de l'Esquerrà, molt proper a la residència, es disposa d'aparells diversos que permeten estimular diferents parts del cos de forma lúdica. S'aprofita també aquest espai per jugar a petanca.

Objectius :

- Mantenir actius als residents.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Estimular les capacitats psicosocials dels residents.
- Potenciar les pràxies (capacitat de realitzar seqüències -més o menys complexes- de moviments de forma voluntària).

Destinatari : tots els residents capacitats per participar-hi.

Nombre ideal de participants : 15 residents

Nivell cognitiu dels participants : sense deteriorament cognitiu o amb deteriorament cognitiu de grau lleu o moderat.

Data, lloc i horari :

A partir **maig, juny i setembre** ens desplaçarem fins al parc del Molí de l'Esquerrà amb els residents per dur a terme sessions de gimnàstica. Cada dijous de 10.30 a 11.30h., sempre i quan la climatologia sigui favorable.

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i terapeuta ocupacional

CONCURSOS DE DÒMINO

A cada concurs hi poden participar 32 residents en 8 equips inscrits prèviament.

El concurs dura dos dies.

El primer dia juguen 32 persones 5 partides i se n'eliminen la meitat.

El segon dia hi juguen 16, 4 partides, i en surten 4 finalistes. Aquests finalistes juguem 3 partides el segon dia.

Els quatre finalistes obtenen un regal gentilesa del centre.

Objectius

- Potenciar la convivència entre residents.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats psicosocials de forma lúdica.

Destinatari :

Tots els residents amb les capacitats cognitives mínimament preservades per tal de poder desenvolupar la dinàmica del joc requerida.

Nombre ideal de participants : 32

Nivell cognitiu dels participants : residents sense deteriorament cognitiu o deteriorament cognitiu lleu o moderat.

Data, lloc i horari :

2 cops a l'any: maig i desembre . Veure annex núm. 1 d'aquest document.

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i educadora social

CONFERÈNCIES

CONFERÈNCIES / XERRADES / TAULA RODONA sobre temàtiques d'interès per als residents o familiars.

Objectius :

- Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- Fomentar l'interès per l'actualitat.
- Informar als residents sobre temes d'interès.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar una actitud de constant aprenentatge.
- Integrar als familiars en la vida del centre (ja que poden assistir-hi).

Destinataris : tots els residents, excepte residents amb demència severa o trastorns del comportament que interfereixen en l'activitat.

Nombre ideal de participants : 75

Nivell cognitiu dels participants : excepte demències severes i trastorns del comportament

Data, lloc i horari :

Veure annex número 1 d'aquest document.

Responsable de l'activitat: educadora social

ACTIVITATS MUSICALS

Durant aquest any s'ofriran diverses activitats musicals : veure annex d'aquest pla d'activitats, on es detallen les activitats musicals.

Objectius de les activitats musicals :

- Estimulació sensorial.
- Gaudir dels beneficis psíquics que comporta l'audició de músiques.
- Ocupar el temps de lleure de forma constructiva.
- Compartir sensacions agradables amb altres residents.
- Establir relacions socials amb altres residents aprofitant "l'excusa" de la música.
- Fomentar l'apertura del centre a entitats de l'entorn.

Destinataris : Tots els residents.

Nombre ideal de participants : 80 persones

Nivell cognitiu dels participants : tots els residents excepte demències severes o residents amb trastorns del comportament

Data, lloc i horari :

Veure annex número 1 d'aquest document.

Responsable de l'activitat: educadora social

ACTIVITATS SOLIDÀRIES

- **PRO MARATÓ DE TV3**

➔ Per celebrar-la s'organitzarà un sorteig de lots *per recollir diners* entre residents i personal del centre.

Per participar-hi els residents podran comprar els tikets del sorteig a 3 euros cadascun. Aquests es vendran durant una setmana a recepció.

Destinatari : Tots els residents

Nombre ideal de participants : està oberta a tots els residents

Nivell cognitiu dels participants : és indiferent

Data, lloc i horari : al desembre (veure annex : calendari d'activitats).

Responsable de l'activitat: Educadora social

➔ Abans de la tómbola, tindrà lloc una **Conferència sobre la temàtica d'aquest any de la Marató de TV3**, a càrrec del personal sanitari del centre.

Els diners obtinguts es destinaran íntegrament a la Marató.

Destinatari : Tots els residents

Nombre ideal de participants : 80

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes.

Data, lloc i horari : al desembre (veure annex : calendari d'activitats).

Responsable de l'activitat: Educadora social i personal d'infermeria del centre.

EXPOSICIONS

Activitat de promoció del treball autònom o dirigit dels residents.
Amb motiu de la Festa de la Residència (jornada de portes obertes) s'organitza una exposició de treballs manuals fets pels residents durant l'any.

Objectius :

- Mantenir actius als residents.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Promocionar a les persones grans a nivell social

Destinataris :

Tots els residents que hagin dut a terme algun treball manual durant l'any.

Nombre ideal de participants : 110

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte deteriorament cognitiu greu.

Data, lloc i horari :

Quan es celebra la Festa de la Residència, al vestíbul del centre.
L'exposició es manté durant 15 dies.

Responsable de l'activitat: educadora social

HABILITATS MANUALS

Realització d'objectes per al centre, ja sigui per celebrar diferents festes o objectes útils pels residents o centre.

Objectius:

- Estimular les capacitats cognitives.
- Estimular les capacitats pràxiques (les que permeten el control voluntari dels moviments) : control de dits, control del pols, destresa i rapidesa de moviments, coordinació visomanual...
- Potenciar l'establiment de vincles afectius i comunicatius entre els residents.
- Potenciar l'autoestima mitjançant la realització d'objectes útils.
- Ocupar el temps de lleure de forma constructiva.

Destinatari: Tot aquell que hi estigui interessat i que tingui preservades un mínim de capacitats pràxiques per dur a terme dita activitat.

Nombre ideal de participants : 12 residents, dividits en dos grups.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte deteriorament cognitiu sever.

Data, lloc i horari :

Aquests treballs manuals es realitzen de forma grupal i es van programant durant l'any, sobretot al voltant de diferents festes de l'any: ex. St. Jordi, Nadal...

Es duu a terme al gimnàs.

MARÇ, taller de rams

ABRIL, taller de st jordi

OCTUBRE: manualitats

NOVEMBRE, manualitats

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional

TALLERS DE CUINA

Aquests es duen a terme sota unes estrictes mesures de seguretat higiènic-alimentàries.

Objectius :

- Mantenir actius als residents.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Recuperar rols que per als residents han estat importants.
- Estimular les capacitats psicosocials dels residents.
- Potenciar les pràxies (capacitat de realitzar seqüències -més o menys complexes- de moviments de forma voluntària).

Destinataris : tots els residents capacitats per participar-hi.

Nombre ideal de participants : 16 excepte per fer la massa dels panellets (5 residents).

Nivell cognitiu dels participants : sense deteriorament cognitiu o amb deteriorament cognitiu lleu o moderat.

Data, lloc i horari :

La data es concreta al calendari d'activitats destacades de cada mes (annex)

Es duen a terme 3 tallers de cuina durant l'any a la sala d'activitats del centre.

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i educadora social

RECITAL DE POEMES

Un rapsoda ens oferirà un recital de poemes antics i més actuals.
L'actuació durarà uns 45 minuts i tindrà lloc al desembre (veure calendari d'activitats a l'annex).

Objectius :

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents.
- Estimular les capacitats emocionals mitjançant la poesia.

Destinataris : tots els residents capacitats per participar-hi.

Nombre ideal de participants : 75 persones

Nivell cognitiu dels participants : *qualsevol nivell excepte demències severes o trastorns del comportament.*

Data, lloc i horari : al desembre (veure calendari d'activitats)

Responsable de l'activitat: educadora social

CAGA SOCA

Objectius :

- Potenciar el contacte entre nens i residents.
- Mantenir les tradicions de la nostra cultura.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn.
- Potenciar els vincles entre els nens vinculats a la residència (fills de treballadors i néts de residents).

Destinatari : tots els residents i 30 nens d'edats compreses entre 1 i 6 anys acompanyats d'un familiar.

Nombre ideal de participants : 50 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes o trastorns del comportament.

Data, lloc i horari : desembre, al saló, 5h tarda (veure calendari d'activitats del desembre)

Responsable de l'activitat: educadora social

CAMPIONAT DE BITLLES

Es duran a terme 2 campionats de bitlles, durant l'any.

Objectius:

- Ocupar el temps lliure de forma lúdica.
- Mantenir actius als residents.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Estimular les capacitats psicosocials dels residents.
- Potenciar les pràxies (capacitat de realitzar seqüències -més o menys complexes- de moviments de forma voluntària).
- Potenciar el contacte amb el medi exterior.

Destinataris: Tots els residents, excepte demències severes o residents amb problemes de mobilitat greus que els impossibilitin per dur a terme aquesta activitat.

Nombre ideal de participants : 25 persones

Nivell cognitiu dels participants : tots els residents excepte demències severes o residents amb trastorns del comportament

Data, lloc i horari :

Veure annex número 1 d'aquest document.

Es duran a terme 2 campionats: març i setembre. A la plaça de Sant Domènec.

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i educadora social

ESCALA EN HI-FI

Amb motiu de la revetlla de St. Joan, residents i personal laboral, realitzen diferents actuacions ja siguin individuals o grupals on la música hi té un paper protagonista.

Es realitzen imitacions de diferents cantants (mitjançant play back) i coreografies dissenyades per l'equip tècnic d'activitats.

Objectius :

- Estimular les capacitats biopsicosocials dels residents de forma lúdica.
- Ocupar el temps de lleure de forma constructiva.
- Augmentar l'autoestima dels participants.
- Mantenir actius als residents.
- Integrar als familiars en la vida del centre (ja que, se'ls convida a la festa).

Destinatari :

Tot aquell que vulgui gaudir dels beneficis que aquest comporta.

Nombre ideal de participants : 25 residents per a les actuacions; per al públic no existeix límit.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte residents amb demències greus.

Data, lloc i horari :

Vigílies de St.Joan, veure calendari d'activitats del juny (annex)

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta, educadora social i terapeuta ocupacional.

POSA'T AL DIA

Activitat que es durà a terme 2 cops a l'any (2 dijous a la tarda d'abril i setembre) on es projectaran vídeos amb les notícies més destacades dels darrers mesos de Balaguer i comarca. D'aquests es seleccionaran els continguts que puguin ser d'interès per als residents i es projectaran els que siguin més significatius i puguin generar emocions positives i/o reflexió i debat.

La font de dades serà la web de Balaguer tv i Lleida Tv on es penjen vídeos d'actualitat.

Objectius :

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Mantenir actius als residents.
- Conèixer l'actualitat més propera i significativa als residents.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents de forma lúdica (orientació temporo-espacial, llenguatge, memòria...).
- Potenciar l'establiment de relacions interpersonals amb el "pretext" de dita activitat.
- Fomentar converses i reflexions durant i després de l'activitat.

Destinatari :

Tots els residents excepte els que presenten trastorns del comportament o demència severa.

Nombre ideal de participants : 60 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte residents amb demències severes o trastorns de conducta.

Data, lloc i horari :

2 cops a l'any: un dijous a la tarda d'abril i setembre a les de 5h a 6h. tarda al saló.

Responsable de l'activitat: educadora social.

INTERCANVI DE CARTES AMB ALUMNES DE L'ESCOLA MONTROIG

Un grup de 6 d'alumnes de 5è de primària escriuran cartes a un grup de 6 residents que s'han ofert per participar en dita activitat.

La comunicació epistolar es durà a terme durant tot el curs escolar (de setembre a juny). Al final de curs es durà a terme una trobada entre alumnes i residents a la residència.

Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles dels residents amb l'entorn.

Destinatari : residents que mostrin interès per l'activitat i que siguin constants.

Nombre ideal de participants : 6 residents

Nivell cognitiu dels participants : residents amb les capacitats cognitives preservades.

Data, lloc i horari : durant el curs escolar. Els residents escriuran les cartes i un cop redactades la responsable de l'activitat les revisarà i les farà arribar al centre educatiu.

Responsable de l'activitat: Direcció Assistencial

VOLUNTARIAT AMB ALUMNES DE L'ESCOLA PIA

Els voluntaris seran un grup de 2 d'alumnes 4t d'ESO de l'Escola Pia de Balaguer participaran cada dimarts al taller de puzles que es duu a terme amb residents.

Els alumnes varien cada setmana.

Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles dels residents amb l'entorn.

Destinatari : residents que participen al taller de puzles.

Nombre ideal de participants : 16 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes o trastorns de comportament.

Data, lloc i horari : durant el curs escolar (d'octubre a juny).
Cada dimarts de 4 a 5h al saló, al taller de puzles.

Responsable de l'activitat: Fisioterapeuta i educadora social.