



**Sant Domènec**  
Residència Geriàtrica

**PROGRAMA D'ACTIVITATS ESTIMULATIVES**

2020

**APROVAT PER: Presidència- Jaume Camarasa**

**Realitzat per Àngels Martínez**

**Data: 2.1.20**

## PROGRAMA D'ACTIVITATS DE DINAMITZACIÓ 2020

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 **interdisciplinar**).

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: "festa dels anys", bingo, pel·lícula i "taller de bellesa" 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 es concreten en un calendari ubicat al final d'aquest pla.

Per acabar, esmentar que dintre del conjunt d'activitats algunes d'aquestes, tant de les habituals com de les extraordinàries, estan obertes a la participació de les famílies amb l'objectiu de que la residència sigui un centre obert a l'entorn i també, de promoure el benestar del resident, fomentar les relacions socials i sobretot afavorir una bona relació família-centre. Al final d'aquest document es concreten quines són.

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 FÍSQUES

### 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: 50 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:

20 residents

\*Nivell cognitiu dels participants: demència moderada i severa

### Responsable de l'activitat:

Fisioterapeuta

## **FISIOTERÀPIA RESPIRATÒRIA**

Conjunt de diferents tècniques, maniobres i tipus de respiració que ajuden al resident a expulsar secrecions per tal de netejar les vies respiratòries i mantenir una capacitat respiratòria adequada, millorant així la qualitat de vida. La duu a terme la fisioterapeuta del centre.

### Objectius:

- Millorar la qualitat de vida.
- Disminuir la fatiga.
- Augmentar la capacitat càrdio- respiratòria de qui la practica.
- Disminuir l'administració de medicaments.
- Facilitar la mobilització i expectoració de secrecions (moc).
- Millorar la ventilació pulmonar i la oxigenació.
- Millorar la dispnea.
- Millorar la capacitat d'exercici en pacients crònics.
- Evitar o disminuir els ingressos hospitalaris.
- Mantenir les funcions respiratòries òptimes.

Destinatari: Poden rebre tractament de fisioteràpia respiratòria aquelles persones que pateixen malalties agudes com la bronquitis, pneumònia ; i malalties cròniques com l'EMPOC, bronquièctasis, afectacions neurològiques que afectin a la respiració, asmàtics, trasplantaments pulmonars i enllitats perllongats.

### Data, lloc i horari:

Dilluns i divendres (grup) de 9:30h a 10:15h al gimnàs; i fisioteràpia individualitzada (dies puntuals i horaris a convenir) excepte període de vacances de la fisioterapeuta.

\*Nombre ideal de participants: 6 persones.

\*Nivell cognitiu dels participants: realitzable per qualsevol tipus de persona, excepte demències moderades i severes.

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.

### Destinataris :

Residents que segons els resultats del Test de Barthel (aquesta mesura el nivell de dependència/independència) presenten un valor de  $\leq 5$  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

## **MILLORA DE L'EQUILIBRI**

Grup d'equilibri, adreçat a residents amb risc moderat i alt de patir caigudes.

### Objectius:

- Millora l'equilibri.
- Millorar la seva autonomia.
- Prevenir i evitar caigudes.
- Potenciar l'esquema corporal.
- Potenciar la lateralitat i la coordinació.
- Potenciar la força muscular.
- Potenciar l'autoestima dels residents.

Destinatari: residents amb risc moderat i alt de patir caigudes.

### Data, lloc i horari:

Dimarts, de 11 a 12h al gimnàs.

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

### \*Nombre ideal de participants:

6 a cada sessió

\*Nivell cognitiu dels participants: sense deteriorament o amb deteriorament fins al nivell moderat.

Responsable de l'activitat: Fisioterapeuta



## ACTIVITATS COGNITIVES

### JOC DE PREGUNTES : **ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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 : 65 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

## **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 30 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": ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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 : 20 persones

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell.

### Data, lloc i horari :

Dilluns i Dimarts 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 : 25 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: *ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES***

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 : 25

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 E.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 : 2 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: ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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 gentilera 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. Veure calendari d'activitats de cada mes.

#### Responsable de l'activitat:

Educadora social



## **FESTA DELS ANYS : *ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES***

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 : 85 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell cognitiu.

### Data, lloc i horari :

Es duu a terme normalment l'últim 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 : 10

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

Data, lloc i horari :

- Durant la setmana es duu a terme un taller de labors: dimecres de 12 a 13h. a la sala d'activitats del gimnàs, excepte períodes de vacances de l'educadora.
- A més, qui ho desitja es pot endur la labor i continuar-la durant la setmana pel seu compte i amb supervisió 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.

Responsable de l'activitat: Educadora social

## ACTIVITATS AUDIOVISUALS HABITUALS

### “DIUMENGE DE PEL·LÍCULA “:**ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

2 diumenges al mes es passarà una pel·lícula per als residents.

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 : 35

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell cognitiu.

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.

## ACTIVITAT D'IMATGE PERSONAL

### **“TALLER DE BELLESA”**

L'últim dijous de cada mes, coincidint amb la “Festa dels anys”, es convocarà a les residents que celebren els anys durant el mes en vigor per tal de maquillar-les i fer-los-hi la manicura amb motiu de la festa per celebrar el seu aniversari.

En aquesta activitat hi participaran: terapeuta ocupacional, treballadora social, educadora social, fisioterapeuta i auxiliars. Tot anirà en funció del nombre de residents que vulguin participar al taller cada mes.

#### Objectius :

- \* Augmentar l'autoestima de les residents.
- \* Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- \* Experimentar emocions positives i gratificants al veure com millora la seva imatge.

#### Destinataris :

Tots els residents.

#### Nombre ideal de participants : 8

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell cognitiu.

#### Data, lloc i horari :

- L'últim dijous de cada mes
- A partir de les 10.45h. a la sala polivalent del gimnàs.
- L'horari s'adaptarà al nombre de participants, es faran torns.

Responsable de l'activitat: Educadora social.

## MUSICOTERÀPIA

El taller de Musicoteràpia es defineix des de l'acció socioeducativa on el terapeuta especialitzat en musicoteràpia el desenvolupa segons la línia i els principis de l'animació sociocultural.

La música no és tan sols un art que expressa el llenguatge dels sons, sinó que conté un grandíol valor comunicatiu, afectiu i terapèutic que li confereix el poder de provocar transformacions en el funcionament físic, cognitiu, emocional i social de cada persona.

La música és un recurs terapèutic, participatiu i vivencial per a tots aquells usuaris que han patit qualsevol davallada tant física com cognitiva.

Les tècniques de la Musicoteràpia acompanyades de la respiració, el joc, la relaxació, la veu, el moviment... contribueixen a la promoció de la salut fomentant la comunicació, la vinculació afectiva i social i les habilitats cognitives, motrius i sensorials.

### Activitats (que es realitzen en la MT.)

1. Jocs musicals (P.e. endevinar el nom de les peces)
2. Viatges musicals
3. Recordar cants adequats a situacions determinades
4. Crear una coral
5. Audició musical
6. Acompanyar la música amb instruments
7. Crear un ambient familiar/càlid

### Objectius :

- Suport emocional
- Activació de facultats
- Activació sensorial i motriu.
- Orientació a la realitat (O.R.)
- Recreació (jocs musicals)
- Fomentar les bones relacions entre el grup
- Donar oportunitats d'expressió i evocació de sentiments.

### Destinataris :

Residents amb deteriorament cognitiu, especialment grau moderat i sever.

Nombre ideal de participants : 20 p

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Data, lloc i horari :

*Cada dimecres, excepte:*

*- quan la t.o. participa en activitat d'hort (1 cop/mes).*

*- quan es duen a terme altres activitats extraordinàries com tallers d'habilitats manuals.*

*Lloc: Sala d'activitats polivalent al gimnàs.*

*Horari: dimecres, de 5.30 a 6.30h. tarda.*

Responsable de l'activitat:

Terapeuta ocupacional

## TALLER DE NINES

Consisteix en utilitzar nines amb residents que presenten una demència en fase moderada o avançada (seguint la iniciativa d'un centre terapèutic dels EEUU, creada per Anne Burnnet). Aquestes persones solen viure episodis de regressió al passat on confonen els antics records amb el present, durant aquests episodis es troben molt desorientats i agitats si se'ls porta al present. Amb les nines es poden reduir aquests símptomes calmant-los i ajudant-los a superar les dificultats de comunicació entre professionals i residents.

Activitats que es poden dur a terme amb nines: tapar-los o abrigar-los, parlar-los-hi, cuidar-los, vestir-los, alimentar-los... Tot això, comporta els següents beneficis: millora de la capacitat motriu, millora de l'humor, millora del pensament, millora de la capacitat de comunicació, millora de l'autoestima...

A l'aplicar aquesta teràpia cal tenir molt clar que la nina no és una joguina sinó una eina que ens permet connectar amb el resident i respondre a les seves necessitats, evitant en alguns casos la necessitat de tractament farmacològic o contenció.

També, cal tenir clar que: No pretenem enganyar a ningú ni imposar la creença de la humanització de la nina (no pretenen fer-li creure que és un nadó). Només hem d'observar, escoltar i veure com parlen i bressolen al ninot i com la pròpia persona gran es relaxa davant la necessitat d'estar tranquil perquè el nen no plori. Aquest acte demostra com en qüestió de segons l'ambient i l'activitat grupal i individual canvia.

També, cal dir que només s'aplicarà a les persones i/o famílies que ho acceptin i tenint en compte les preferències, necessitats i història de vida de cada resident.

Aquesta teràpia es pot aplicar tant amb homes com dones, els estudis conclouen que es vàlida per ambdós gèneres.

### Objectius:

- Reduir l'ansietat i l'agitació.
- Reforçar la memòria
- Reforçar la comunicació.
- Estimular pràxies de la vida diària (vestir, alimentar...).
- Despertar emocions positives.
- Connectar amb el moment present.
- Millorar l'autoestima del resident, ja que es senten cuidadors d'algú.
- Disminuir la sensació de soledat que comporta tenir una demència.
- Fomentar bons records ja que recuperen el rol de cuidadors.

### Destinataris :

Residents amb demència moderada o severa

### Nombre ideal de participants : 4

Nivell cognitiu dels participants : demència moderada o severa

### Data, lloc i horari :

Durant el taller de AVD, que duu a terme la t.ocupacional els dilluns i dijous de 11 a 12h. al gimnàs.

Responsable de l'activitat: T.ocupacional



## CELEBRACIONS DE FESTES

### **ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

#### 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 : 110 p

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

Data, lloc i horari :

Veure calendari de les activitats més destacades mensual on es detalla quines festes es celebraran, la data, l' hora i el lloc.

Responsable de l'activitat: educadora social

## **Celebrem les següents festes:**

### **A. FESTES DE LA NOSTRA CULTURA:**

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

Salutació als residents, lectura de discurs de ses majestats 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.
- Coca i xocolata desfeta 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**

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

2. Sortida per visitar les parades de llibres i roses de la ciutat.

#### **Revetlla de Sant Joan :**

- Ball.
- Després de sopar també es reparteix coca a tots els residents.

#### **Diada Nacional de Catalunya**

- Es posarà una senyera a l'exterior del centre.

**Castanyada.** Per celebrar-la es faran diversos actes (veure calendari d'octubre).

- 1) Taller de panellets. Es fa al gimnàs del centre amb unes escrupoloses mesures d'higiene.
- 2) Taller de castanyes: els residents, que ho desitgen i que gaudeixen d'una bona motricitat fina, col·laboren fent els talls a les castanyes que cal coure per a tots els residents.
- 3) Ball de la Castanyada.
- 4) Degustació dels 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.
- Taller de rams per anar a l'ofrena.
- Joc de preguntes especial de Balaguer.
- Bingo especial de Festa Major.

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

### **Celebració de la Festa de Cap d'Any**

- Ball de cap d'any.
- Taller de raïm: els residents posaran en bossetes els 12 grans per a fer les campanades (sota unes estrictes mesures d'higiene).
  
- Campanades amb raïm de la sort

## **B. ALTRES FESTES QUE CELEBREM:**

**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. (veure apartat d'activitats habituals d'aquest document).

### **Dia internacional de la Dona (8 març)**

- S'oferirà un dinar especial per als residents.
- Joc de preguntes especial dones.
- Bingo de les dones amb regals especials.

### Dia internacional de la Gent Gran (1 d'octubre):

- S'ofereix un dinar especial per als residents.
- Es durà a terme una sessió de "Joc de preguntes" intergeneracional amb nens/es de l'esplai de Creu Roja de la Noguera.

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 (amb entrega d'obsequis i lectura de la seva història de vida, acompanyada de fotografies).
- Repartició de coca i moscatell per tothom.

### Festes d'homenatge per als residents que fan 100 anys:

Quan un resident arriba a l'edat de 100 anys se li organitza una festa d'homenatge.

En aquesta hi participa la família, la Junta Directiva i diverses autoritats del nostre entorn (alcalde, president del Consell Comarcal, president de Gent Gran de la ciutat...).

La festa consisteix en:

- Lectura de la seva història de vida.
- Projecció musicada de fotografies de la seva vida.
- Actuació musical.
- Entrega d'obsequis:
  - \* La residència li regala un ram i una placa de plata.
  - \* La Generalitat li atorga la medalla centenària.
  - \* La resta d'autoritats assistents també li entreguen obsequis.
- Parlaments de les autoritats
- Aperitiu per a tots els assistents
- Dinar especial

## MISSA DEL GALL

### **ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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:

- Satisfer les necessitats espirituals dels residents.

Destinataris: tots els residents interessats excepte demències severes o residents amb trastorns de comportament.

Nombre ideal de participants : 110 p

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

#### Data, lloc i horari :

24 de desembre, al salo, 12h migdia.

#### Responsable de l'activitat:

Educadora social

## ACTIVITATS EXTERIORS

### 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.

Destinatari : 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 45 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.

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

- **Sortida de Sant Jordi: *ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES***
- Nombre ideal de participants : 22 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 pèrdua per desorientació espacial.
- Data, lloc i horari : dia 23 d'abril al matí
- Responsable de l'activitat: treballadora social i educadora social.

- **Sortida al teatre amb motiu de la representació dels alumnes de l'Estel: *ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES***

- 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. El nombre de participants es baix ja que és duu a terme en un horari en que molts residents prefereixen fer migdiada.
- Nivell cognitiu dels participants : qualsevol resident excepte els que presenten demència greu o trastorn del comportament.
- Data, lloc i horari : últim divendres de maig a les 16h. al teatre municipal.
- 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.**

***ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES***

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 ; ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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.

8 residents participants, com a mínim, 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. Es faran diferents rutes per la ciutat.

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).

Destinataris : tots els residents capacitats per participar-hi.

Nombre ideal de participants : 20 residents

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

Data, lloc i horari :

**Maig, juny i setembre.**

Dimarts de 10.30 a 11.30h., a la plaça de St. Domènec

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta

## CONCURSOS

### DE DÒMINO

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

El concurs dura dos dies.

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

El segon dia hi jugen 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.

#### Destinataris :

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

Nombre ideal de participants : 36

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

#### Data, lloc i horari :

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

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i educadora social

## **DE BITLLES : ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

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 :

Es duran a terme 2 campionats durant l'any, durant els mesos de bon temps (veure calendari d'activitats). A la plaça de Sant Domènec.

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta i educadora social

## ACTIVITATS INTEL·LECTUALS:

### **ACTIVITATS OBERTA A FAMÍLIES**

**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 calendari d'activitats.

Responsable de l'activitat: 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.

Destinatari : tots els residents capacitats per participar-hi.

Nombre ideal de participants : 85 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

## POSA'T AL DIA

Activitat (que es durà a terme 2 cops a l'any) 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.

Destinataris :

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

Nombre ideal de participants : 80 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 (veure calendari d'activitats).

Responsable de l'activitat: educadora social.

## ACTIVITATS MUSICALS AMB PERSONAL EXTERN

### ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

#### CONCERTS / AUDICONS MUSICALS COMENTADES / SARDANES

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

#### Objectius :

- 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/persones de l'entorn.

Destinatari : Tots els residents.

Nombre ideal de participants : 95 persones

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

Data, lloc i horari :

Veure calendari d'activitats.

Responsable de l'activitat: educadora social

#### MEMÒRIA MUSICAL AMB ESCOLA DE MÚSICA MUNICIPAL

Durant el curs escolar, d'octubre a maig, es durà a terme dita activitat gràcies a la col.laboració de l'Escola Municipal de música de Baalguer i subvencionada per l'Ajuntament de Balaguer.

Per dur a terme l'activitat es desplaçaran a la residència 2 professors.

### Objectius :

- \* Estimulació sensorial.
- \* Estimulació cognitiva.
- \* Afavorir el benestar emocional dels residents.
- \* 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/persones de l'entorn.

Destinatari: Tots els residents, especialment els que presenten demència, ja que la música és un canal de comunicació molt significatiu i gratificant per a aquestes persones.

Nombre ideal de participants : 35 persones

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

### Data, lloc i horari :

- D'octubre a juny,
- Un cop al mes.
- El primer dijous de cada mes, de 11.45h a 12.30h.

Responsable de l'activitat: educadora social



## ACTIVITATS SOLIDÀRIES

### **ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

- **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.

#### Objectius :

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Col·laborar amb iniciatives solidaries de país.
- Potenciar l'establiment de relacions interpersonals amb el "pretext" de dita activitat.
- Fomentar converses i reflexions durant i després de l'activitat referents a la salut.

Destinataris : Tots els residents

Nombre ideal de participants : 85

Nivell cognitiu dels participants : és indiferent

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

Responsable de l'activitat: Educadora social

- **POSA'T LA GORRA ( PROJECTE CONTRA EL CÀNCER INFANTIL)**

➔ Projecte a nivell de tota Catalunya per obtenir recursos per finançar tots els serveis i accions que es duen a terme i garantir-ne la gratuïtat per a totes les famílies amb un infant o adolescent amb càncer.  
I també per a sensibilitzar sobre el càncer infantil.

Es concreta amb una festa que es duu a terme un diumenge de maig i on els residents hi col·laboren aportant elements decoratius fets per ells en taller d'habilitats manuals al centre.

A més, es duu a terme una conferència sobre el projecte i la residència també, ven gorres per recaptar diners pel projecte.

Destinatari : Tots els residents, excepte residents amb demència severa.

Nombre ideal de participants :

\* Taller d'habilitats manuals : 12

\* Conferència : 75

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol excepte demència severa

Data, lloc i horari :

- Conferència al març

- Taller d'habilitats manuals a l'abril.

(veure calendari d'activitats).

Responsable de l'activitat: Educadora social

## ACTIVITATS MANUALS

### TALLER D'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, manualitats de st jordi i "posa't la gorra".

NOVEMBRE, manualitats de Nadal i rams per ofrena al St. Crist

DESEMBRE, manualitats de Nadal

GENER, manualitats per dia mundial de la pau

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional i educadora social

## 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 : 18

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.  
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

## ACTIVITATS INTERGENERACIONALS EXTRAORDINÀRIES

### 1. INTERCANVI DE CARTES AMB ALUMNES DE L'ESCOLA MONTROIG

Un grup d'alumnes de 5è de primària escriuran cartes a un grup de 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).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

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

Nombre ideal de participants : 5 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 i educadora social.

## 2. TALLER DE PUZLES 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).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que participen al taller de puzles.

Nombre ideal de participants : 6 residents per sessió

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.

### 3. JOCS DE TAULA AMB ALUMNES DE PRIMÀRIA DE L'ESCOLA "LA NOGUERA"

Cada dimecres, un grup de residents es desplaçaran fins al centre, acompanyats per un tècnic, durant els mesos lectius, per dur a terme dita activitat.

Els residents i els alumnes varien cada setmana.

#### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que gaudeixen estan amb contacte amb infants i fent jocs de taula.

Nombre ideal de participants : 5 residents per sessió

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

Data, lloc i horari : durant el curs escolar (d'octubre a juny).

Cada dimarts de 11.15h a 12.45h a l'escola "La Noguera" de Balaguer.

Responsable de l'activitat: Educadora social.

#### 4. **CAGA SOCA: ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

##### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- 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).
- Fer reviure als residents tradicions significatives de la nostra cultura.

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

Nombre ideal de participants : 80 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)

Responsable de l'activitat: educadora social



## 5. JOC DE PREGUNTES AMB ELS NENS/ES DE L'ESPLAI DE CREU ROJA DE LA NOGUERA: **ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

Amb motiu del dia internacional de la Gent Gran que es celebra el dia 1 d'octubre es durà a terme una sessió de "Joc de preguntes" amb nens i nenes de l'esplai de Creu Roja (25 aprox).

### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que gaudeixen estan amb contacte amb infants i amb activitats per estimular les seves capacitats cognitives.

Nombre ideal de participants : 65 residents

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

Data, lloc i horari: 1 d'octubre a les 5.30h. al saló.

Responsable de l'activitat: Educadora social.

## 6. CELEBRACIÓ DEL DIA MUNDIAL DE LA PAU AMB ALUMNES DE L'ESCOLA MONTROIG.

Amb motiu del “dia escolar internacional de la no violència i la pau” que es celebra el dia 30 de gener es durà a terme una activitat de cant i ball amb 60 alumnes de l'escola Montroig de Balaguer.

### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que gaudeixen i estan amb contacte amb infants i que no presentin trastorns de comportament que afectin al desenvolupament adequat de l'activitat.

Nombre ideal de participants : 65 residents

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell, excepte demències severes o residents amb t. del comportament.

Data, lloc i horari : 31 de gener a les 11h. al saló.

Responsable de l'activitat : Educadora social.

## 7. HORT I JARDINERIA AMB ALUMNES DE L'ESCOLA LA NOGUERA.

S'explica al següent apartat (Activitats d'Hort i Jardineria).

## 8. INTERCANVI AMB ALUMNES DE L'ESCOLA "VEDRUNA BALAGUER"

Cada dilluns, un grup d'alumnes (6) es desplaçaran fins al centre, durant els mesos lectius (d'octubre a maig), per dur a terme dita activitat.

Es faran 3 grups, amb 2 alumnes a cada grup:

**Grup 1:** "jocs de taula" al bar amb un grup de residents. Jocs tradicionals: dòmino, cartes i més actuals: lince, Rummikub...

**Grup 2:** "Noves tecnologies" a la sala d'internet on podran compartir coneixements d'internet o ús del telèfon mòbil.

**Grup 3:** "Conversa dirigida" amb educadora social a la sala polivalent del gimnàs. Es durà a terme amb un grup de residents sobre temes diversos proposats per educadora. La finalitat és compartir entre joves i residents: punts de vista, vivències i copsar les diferències en la vida quotidiana entre "l'abans i l'ara".

Al final de cada sessió en cadascun dels grups es durà a terme una avaluació individualitzada i per escrit amb criteris consensuats amb els tutors del projecte.

Alumnes: seran els mateixos durant un trimestre. I aquests sempre duran a terme la mateixa activitat i amb els mateixos residents per tal de crear vincle.

**A final de curs, a més,** es pot valorar la possibilitat de que els alumnes realitzin alguna actuació o mostrin alguna habilitat als residents en gran grup, a la sala d'actes del centre. Tot dependrà del perfil d'alumnes i de la predisposició d'aquests.

Objectius :

- \* Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- \* Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- \* Estimular capacitats cognitives dels residents.
- \* Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinataris : residents que gaudeixen estant en contacte amb joves.

Nombre ideal de participants : 16

Grup 1: 6 residents (2 grups de 3 participants cada grup de joc).

Grup 2: 2 residents i 2 alumnes

Grup 3: 8 residents i 2 alumnes.

Nivell cognitiu dels participants :

Grup 1: sense deteriorament cognitiu o deteriorament lleu o moderat.

Grup 2: sense deteriorament cognitiu

Grup 3: sense deteriorament cognitiu o deteriorament lleu.

Data, lloc i horari : durant el curs escolar (d'octubre a maig).

Cada dilluns de 17.15h a 18.15h a la residència St. Domènec.

Responsable de l'activitat: Educadora social i 2 tutors de l'Escola Vedruna (Miquel Codina i Blai Carles).

## 9. GRUP DE PASSEIG AMB ALUMNES “UEC” DE CÀRITAS

Un grup d'alumnes de la UEC (Unitat d'escolarització compartida) de Càritas col·laborarà setmanalment amb l'activitat de grup de passeig acompanyats del seu tutor.

### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que participen al grup de passeig

Nombre ideal de participants : en funció dels alumnes disponibles a cada sessió (màxim 5).

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

Data, lloc i horari : Maig, juny i setembre.

Els dimecres de 11.15h a 12.15h. Es faran diferents rutes per la ciutat.

Responsable de l'activitat: Treballadora social

## HORT I JARDINERIA

### AMB ALUMNES DE L'ESCOLA LA NOGUERA

L'hort i la jardineria és una activitat molt gratificant per a infants i persones grans. Les persones del nostre centre al provenir d'un entorn rural, en la seva major part, tenen grans coneixements sobre aquest tema, coneixements que poden traslladar als més petits amb els beneficis que comporta per ambdues parts.

En aquesta activitat hi participen: t.ocupacional, fisioterapeuta i educadora social (alternativament, una setmana cadascuna).

#### Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- Estimular capacitats cognitives i físiques dels residents.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Potenciar els vincles de la residència amb l'entorn: que sigui un lloc obert a diverses entitats.

Destinatari : residents que mostrin interès per l'activitat d'hort i que no presentin limitacions funcionals importants que impedeixin dur-la a terme.

Nombre ideal de participants : 3 residents, per sessió

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

Data, lloc i horari : els dimecres de 11.30h a 13h. (durant el període lectiu) a l'escola "La Noguera" de Balaguer.

Responsable de l'activitat: educadora social

## A LA RESIDÈNCIA

Es planteja crear un hort i/o jardí de diferents espècies hortícoles i/o plantes medicinals, que puguin ser cultivades per residents.

Es durà a terme mitjançant mòduls de cultiu regulables i ergonòmics, per exemple taules o jardineres adaptades i que puguin ser utilitzades per persones amb mobilitat reduïda o cadira de rodes.

En aquesta activitat hi participen: t.ocupacional, fisioterapeuta i educadora social (alternativament, una setmana cadascuna).

### Objectius :

- Potenciar el contacte entre residents.
- Potenciar l'autoestima dels residents.
- Potenciar les capacitats cognitives i físiques dels residents.

Destinatari : residents que mostrin interès per l'activitat d'hort i que no presentin limitacions funcionals importants que impedeixin dur-la a terme.

Nombre ideal de participants : 7 residents

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

Data, lloc i horari : els dilluns de 11h a 13h. al pati del gimnàs (on s'ubicaran les taules o jardineres adaptades).

Maig, juny, juliol, agost i setembre.

Responsable de l'activitat: educadora social

## ACTIVITATS AUDIOVISUALS EXTRAORDINÀRIES.

### **PROJECCIÓ DE FOTOS-VÍDEOS DE LES ACTIVITATS DE L'ANY: ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

El primer dijous posterior a les festes de Nadal s'ofereix als residents la possibilitat de veure un vídeo-resum musicat amb fotografies i algun fragment de vídeo de les activitats més destacades de l'any.

#### Objectius :

- \* Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- \* Experimentar emocions positives i gratificants al veure fotografies significatives per a ells i on en són els protagonistes.
- \* Estimular la sociabilitat dels residents (evitant que passin massa temps sols a l'habitació) i compartir interessos comuns.
- \* Reviure bons moments de l'any.

#### Destinataris :

Tots els residents.

#### Nombre ideal de participants : 80

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

#### Data, lloc i horari :

- Gener: el primer dijous després de festes.
- A les 5h. al saló.

Responsable de l'activitat: Educadora social



## FESTA-HOMENATGE PER ALS COL.LABORADORS

Festa de reconeixement i agraïment per a les persones o entitats que col·laboren o han col·laborat amb la residència i fan possible que es puguin dur a terme activitats socio-culturals per als residents.

Ex. Festa de Reis, Carnestoltes, conferències, activitats musicals, grup de passeig, taller de premsa...

### Objectius :

- \* Agrair la tasca que duen terme diferents persones o entitats amb la residència i sense ànim de lucre.
- \* Mantenir aquesta col·laboració amb el centre.
- \* Potenciar les relacions socials entre col·laboradors i residents.
- \* Obrir la residència a l'entorn.
- \* Mantenir actius als residents.

Destinatari : totes les persones o entitats que col·laboren actualment o han col·laborat amb el centre.

Nombre ideal de participants : 50 residents

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

### Data, lloc i horari :

- Una divendres de primavera a les 5h de la tarda.  
Al claustre de Sant Domènec

Responsable de l'activitat: Educadora social.