



Sant Domènec
Residència Geriàtrica

PROGRAMA D'ACTIVITATS ESTIMULATIVES

2026

APROVAT PER: Presidència- Jaume Camarasa

Realitzat per Àngels Martínez

(Educadora social)

Data: 02.01.26

	<ul style="list-style-type: none"> *ÍNDIX *INTRODUCCIÓ
1.ÀREA FUNCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> *SUPORT I REEDUCACIÓ EN AVD * INTERVENCIÓ FUNCIONAL EN DISFÀGIA I SEGURETAT DURANT ELS ÀPATS. *SUPORT A DÈFICITS SENSORIALS *ENTRENAMENT D' ÚS D'AJUDES TÈCNIQUES I ADAPTACIÓ DE L' ENTORN. *TALLER: BELLESA I ESTIM. SENSORIAL *TALLER TERAPÈUTIC DE NINES * TALLER DE JARDINERIA I HORT
2.ÀREA COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none"> *TALLER DE PSICOESTIMULACIÓ *ACTIVEM LA MENT *ACTIV. DE REMINISCÈNCIA I IDENTITAT "RECORDS AMB SENTIT". *MEMÒRIA MUSICAL *JOCS DE TAULA (OB. FAMÍLIES) *BINGO (OB. FAMÍLIES) * SERVEI DE BIBLIOTECA *CONFERÈNCIES (OB. FAMÍLIES)
3.ÀREA MOTORA	<ul style="list-style-type: none"> *REHABILITACIÓ INDIVIDUALITZADA *GIMNÀSTICA TERAPÈUTICA EN GRUP REDUÏT *OLIMPIADES ESPORTIVES (OB. FAMÍLIES) *ACTUACIONS DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES *TALLER D'HABILITATS MANUALS * EXERCICIS: POTENCIAR MARXA (FEM CAMINAR) I TRANSFERÈNCIES. * TERÀPIA ASSISTIDA AMB GOSSOS *TALLER DE CUINA
4.ÀREA EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> *SUPORT EMOCIONAL INDIVIDUAL * MUSICOTERÀPIA (OB. FAMÍLIES) * CINEMA (OB. FAMÍLIES) * ANIVERSARI RESIDENTS (OB. FAMÍLIES) * PROJECCIÓ DE FOTOS DE TOTES LES ACTIVITATS DE L'ANY (OB. FAMÍLIES) *TALLER DE RELAXACIÓ I CONSCIÈNCIA CORPORAL. *VISITES (OB. FAMÍLIES) *GRUP DE PREVENCIÓ I RESOLUCIÓ DE CONFLICTES. *EXPOSICIONS PER POTENCIAR LA IDENTITAT PERSONAL (OB. FAMIL)

<p>5.ÀREA DE PARTICIPACIÓ COMUNITÀRIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> * FESTES DE LA NOSTRA CULTURA * DIA INTERNACIONAL DE LA G.GRAN * DIA INTERNACIONAL DE LES DONES (OB. FAMÍLIES) // * FESTA DE LA RESIDÈNCIA (OB. FAMÍLIES) * FESTA: RESIDENTS CENTENARIS (O.FAM) * SORTIDES / GRUP PASSEIG (OB. FAM) * COL-LABOREM AMB LA MARATÓ DE TV3 (OB. FAM) * ACTIVITATS AMB CENTRES EDUCATIUS / LLAR D'INFANTS. * ACTIVITATS DE MÚSICA I BALL PER PART DE DIFERENTS ENTITATS. * ACTIVITATS AMB SALUT MENTAL (SRC) * ACTIVITATS AMB JOVES MIGRATS (PIL) * ACTIVITAT AMB ASSOCIACIÓ DEL GANXET * ALTRES.
<p>6. ÀREA ESPIRITUAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> * MISSA * MISSA DEL GALL (OBERT FAMÍLIES) * ROSARI (OBERT FAMÍLIES) * GRUP DE BENESTAR ESPIRITUAL I EMOCIONAL * CONFERÈNCIA ESPIRITUAL (OB. FAMÍLIES)
<p>7. ACTIVITATS AMB FAMÍLIES O PERSONES DE L'ENTORN RELACIONAL PROPER.</p> <p><u>A. AMB PERSONES RESIDENTS I FAMÍLIES:</u></p> <p><u>B. NOMÉS AMB FAMÍLIES:</u></p>	<p>A. AMB PERSONES RESIDENTS + FAMÍLIES /ENTORN RELACIONAL PROPER:</p> <p><u>COGNITIVES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * JOC DE TAULA (OB. FAMÍLIES) * BINGO (OB. FAMÍLIES) * CONFERÈNCIES (OB. FAMÍLIES) <p><u>MOTORES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * OLIMPIADES (OB. FAMÍLIES) <p><u>EMOCIONAL:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * MUSICOTERÀPIA (OB. FAMÍLIES) * ANIVERSARI RESIDENTS (OB. FAMÍLIES) * VISITES (OB. FAMÍLIES) * PROJECCIÓ DE FOTOS DE TOTES LES ACTIVITATS DE L'ANY (OB. FAMÍLIES) * EXPOSICIONS PER POTENCIAR LA IDENTITAT PERSONAL (OB. FAMIL) <p><u>PARTICIP. COMUNITÀRIA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * FESTA DE LA RESIDÈNCIA (OB. FAMÍLIES) * FESTA: RESIDENTS CENTENARIS (O.FAM)

	<p>*SORTIDES / GRUP PASSEIG (OB. FAM) *COL-LABOREM AMB LA MARATÓ DE TV3 (OB. FAM) *DIA INTERNACIONAL DE LES DONES (OB. FAMÍLIES)</p> <p><u>ACTIV. ESPIRITUALS:</u> *MISSA DEL GALL (OB. FAMÍLIES) *ROSARI (OB. FAMÍLIES) *CONFERÈNCIA ESPIRITUAL (OB. FAMÍLIES)</p> <p>B. NOMÉS AMB FAMÍLIES O PERSONES DE L'ENTORN RELACIONAL PROPER:</p> <p>*GRUP DE SUPORT A FAMÍLIES</p> <p>*ENVIAMENT DEL CALENDARI MENSUAL D'ACTIVITATS AMB ACTIVITATS OBERTES A FAMÍLIES.</p>
<p>8. SENSIBILITZACIÓ SOCIAL:</p> <p><u>A. SOBRE LA REALITAT DE LES PERSONES GRANS.</u></p> <p><u>B. ALTRES TEMES:</u></p>	<p>A. SOBRE LA REALITAT DE LES PERSONES GRANS:</p> <p>* XARXES SOCIALS * EXPOSICIÓ D'IMATGES DEL DIA A DIA AL CENTRE. *FESTA ANUAL DEL VOLUNTARIAT I ENTITATS COL-LABORADORES. *PROJECCIÓ AUDIOVISUAL ANUAL OBERTA A LES FAMÍLIES *CELEBRACIÓ DEL DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES GRANS *PUBLICACIONS EN MITJANS DE COMUNICACIÓ LOCAL I COMARCAL</p> <p>B. ALTRES TEMES:</p> <p>- VIOLÈNCIES DE GÈNERE - MEDIAMBIENTAL.</p>
<p>9. ALTRES ACTIVITATS</p>	<p>VAN SORGINT DURANT L'ANY</p>
<p>10.AVALUACIÓ</p>	<p>*COM AVALUEM AQUEST PROGRAMA.</p>

INTRODUCCIÓ

Característiques de les activitats que proposem:

- Aquest pla d'activitats contempla diferents activitats per treballar **cinc àrees**: funcional, cognitiva, motora, emocional i de participació comunitària. D'aquesta manera garantim l'atenció integral de les persones usuàries.
- Dites activitats estan pensades per a que els usuaris puguin participar, integrar-se al centre i entorn comunitari i **millorar la seva qualitat de vida**.
- A més, estan inspirades en el model de **ACP**: atenció centrada en la persona. És dir tenen en compte la seva història de vida i les seves preferències a l'hora de dissenyar-les i treballar continguts.
- Tenen en compte els conceptes de:
 - **Participació voluntària** i activa dels residents, respectant sempre la decisió lliure de no participar. Però, motivant-los per a que ho facin.

- **Autoajuda**, per potenciar que la persona gran utilitzi els seu propis recursos mentre sigui possible.
- La filosofia que ens inspira 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.
- Els **professionals** que duen terme activitats són: psicòloga, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional i educadora social. En cada activitat descrita es menciona qui és el responsable de cada activitat. Tots els professionals intervenen de forma coordinada i interdisciplinària.

1. ÀREA FUNCIONAL

SUPORT I 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 suport i 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.

Aquesta tasca de reeducació en les AVD no només implica un seguiment i assessorament directe del resident, sinó que també implica un suport continu per part de la Terapeuta Ocupacional (TO) cap a les auxiliars. La TO supervisa i guia les auxiliars per tal que les AVD es facin de manera correcta, respectant els principis d'autonomia i seguretat del resident. Aquest suport és fonamental per garantir que les activitats es duguin a terme de forma adequada i es minimitzi la pèrdua d'autonomia del resident.

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 (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 : al menjador durant el sopar i habitacions dels residents al primera hora del matí o al vespre, després del sopar.

*Nombre ideal de participants : 40 residents al mes.

*Nivell cognitiu dels participants : demència lleu i moderada.

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

INTERVENCIÓ FUNCIONAL EN DISFÀGIA

I SEGURETAT DURANT ELS ÀPATS

La Terapeuta Ocupacional (TO) té un paper fonamental en la valoració i intervenció en la disfàgia, una dificultat per a deglutir que pot afectar els usuaris en el seu dia a dia. La TO realitza una avaluació exhaustiva del grau de disfàgia que presenta l'usuari, tenint en compte factors com el control de la deglució, la seguretat en la ingesta i els riscos associats, per tal de poder dissenyar un pla d'intervenció adequat.

Un dels objectius principals de la TO és adaptar la textura dels líquids i aliments a les necessitats individuals de cada usuari, garantint que es puguin ingerir de forma segura i eficient. Aquesta adaptació pot incloure la modificació de la consistència dels líquids (per exemple, fer-los més densos) i de l'alimentació (com triturats o purés), amb l'objectiu de reduir el risc de broncoaspiracions i millorar la seguretat durant l'àpat.

A més, la TO també treballa per adaptar els estris que l'usuari utilitza per menjar. Això pot incloure la modificació de cobreteria, tasses/gots... La intervenció no es limita només a la modificació dels aliments i estris, sinó també a la formació i orientació al personal auxiliar per assegurar que els àpats es realitzen d'acord amb les necessitats de l'usuari i de manera que se'n maximitzi la independència i la seguretat.

Objectius :

- Garantir la seguretat durant els àpats.
- Maximitzar l'autonomia en el procés d'alimentació.
- Millorar la qualitat de vida de l'usuari.

- Fomentar el benestar nutricional i l'hidratació.
- Prevenir complicacions derivades de la disfàgia.
- Adaptar els aliments i líquids a les necessitats de l'usuari.
- Adaptar els estris d'alimentació i beguda.
- Afavorir la postura correcta durant l'alimentació.

Destinatari:

Residents que segons la valoració feta per TO presenten un risc de broncoaspiració alhora d'alimentar-se i/o d'hidratar-se.

Data, lloc i horari: al menjador o a les habitacions durant els àpats.

*Nombre ideal de participants: 6 persones residents al mes

*Nivell cognitiu dels participants: independentment del nivell cognitiu.

Responsable de l'activitat:

Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants

SUPORT A DÈFICITS SENSORIALS (auditiu i visual)

El dèficit auditiu i/o visual pot comprometre la capacitat de la persona usuària per comunicar-se de manera efectiva, interpretar estímuls de l'entorn i accedir a informació rellevant per al seu funcionament diari. Aquestes limitacions poden repercutir directament en la seguretat personal, la mobilitat dins del centre, la localització d'espais i objectes, així com en la qualitat de la seva interacció social amb el personal i la resta de residents.

A més, les dificultats sensorials poden generar situacions de desorientació, augmentar el risc de caigudes, interferir en l'autonomia per dur a terme activitats bàsiques i instrumentals, i afavorir sentiments d'aïllament o frustració.

En aquest cas la Terapeuta Ocupacional, en coordinació amb la resta de l'equip professional, implementa mesures de suport i adaptació que permetin al resident participar activament en la vida quotidiana, mantenint una comunicació funcional, potenciant la independència i garantint un entorn accessible i segur.

Per facilitar aquesta participació, es realitzen revisions periòdiques dels audífons i es vetlla pel seu correcte funcionament. A nivell d'orientació i accessibilitat, el centre disposa de pictogrames de gran format i fàcil comprensió, que indiquen la ubicació de les principals zones comunes (saló, menjador, perruqueria, lavabos, etc.). També s'implementen adaptacions sensorials a l'entorn, com la diferenciació amb textures en interruptors de llum i sistemes d'alarma, per afavorir el reconeixement tàctil i facilitar la seva identificació en cas de necessitat. Igualment, es reforça la il·luminació en punts clau de l'habitació per millorar la seguretat en desplaçaments i transferències, especialment durant la nit.

Objectius :

- *Millorar l'accessibilitat i la seguretat mitjançant adaptacions de l'entorn físic que compensin les limitacions auditives i visuals.
- *Potenciar la comunicació funcional i la participació social, reduint barreres sensorials que dificultin la interacció amb l'entorn i amb les persones.
- *Facilitar l'orientació espacial i la identificació d'espais i elements, a través de senyalització visual i suport perceptiu adaptat.
- *Donar suport en la selecció, ús i manteniment d'ajudes tècniques, com audífons, lupes i altres dispositius d'assistència, segons necessitats individuals.

*Promoure la màxima autonomia en les activitats de la vida diària, disminuint el risc d'aïllament, dependència i inseguretat.

*Ofereix suport emocional i psicològic, ajudant a l'adaptació a la pèrdua sensorial i afavorint el benestar i l'autoestima.

Destinatari:

Tots aquells residents que presentin dèficit visual i/o auditiu.

Data, lloc i horari: habitacions dels residents i zones comuns on l'usuari hagi d'interactuar amb l'entorn.

*Nombre ideal de participants: tots els que presentin dèficit visual i/o auditiu

*Nivell cognitiu dels participants: qualsevol resident excepte els que presenten demència severa.

Responsable de l'activitat:

Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre de participants

ENTRENAMENT DE L'ÚS D'AJUDES TÈCNIQUES

I ADAPTACIÓ DE L'ENTORN.

A la residència, l'entrenament en l'ús d'ajudes tècniques i l'adaptació de l'entorn constitueixen una intervenció essencial per promoure l'autonomia funcional, garantir la seguretat i millorar la qualitat de vida de les persones residents. Aquesta actuació permet minimitzar el risc de caigudes, prevenir complicacions derivades de la dependència i facilitar una participació més activa en les activitats quotidianes.

La intervenció s'inicia amb una valoració individualitzada de les capacitats físiques, cognitives i sensorials del resident, així com de les necessitats derivades del seu nivell de funcionalitat.

A partir d'aquesta valoració, es realitza la selecció i/o prescripció de l'ajuda tècnica més adequada (cadira de rodes, caminador, bastó, elevador de WC, baranes, etc.), en coordinació amb l'equip interdisciplinari quan sigui necessari.

Posteriorment, es duu a terme un entrenament pràctic i supervisat per assegurar un ús correcte, segur i eficient de l'ajuda tècnica, treballant aspectes com la postura, la mobilitat, les transferències i la prevenció de riscos.

Paral·lelament, es realitzen adaptacions de l'entorn i optimització dels espais (disposició del mobiliari, accessibilitat, punts de suport, recorreguts lliures d'obstacles), amb l'objectiu de facilitar la mobilitat i afavorir la màxima independència possible dins del centre.

Objectius :

- *Afavorir l'autonomia personal en les activitats de la vida diària (AVD), mitjançant la compensació de limitacions funcionals.
- *Millorar la qualitat de vida del resident incrementant la seva independència i seguretat en el dia a dia.
- *Potenciar la participació activa i significativa en l'entorn quotidià de la residència.
- *Garantir un ús segur, eficaç i adaptat de les ajudes tècniques, reduint el risc de caigudes i lesions.
- *Optimitzar l'accessibilitat i l'organització dels espais per facilitar la mobilitat i el confort.

Destinatari :

Tots aquells residents que necessitin l'entrenament i adaptació de l'entorn.

Data, lloc i horari: habitacions dels residents i zones comuns on l'usuari hagi d'interactuar amb l'entorn.

*Nombre ideal de participants: tots els que presentin la necessitat.

*Nivell cognitiu dels participants: qualsevol excepte persones amb demència severa.

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants

TALLER DE BELLESA I ESTIMULACIÓ SENSORIAL

Es realitzaran tallers d'estimulació multisensorial mitjançant la metodologia Snoezelen, orientats a proporcionar una experiència de relaxació, benestar i activació sensorial adaptada a les necessitats de les persones residents. Aquesta intervenció es basa en la creació d'un entorn controlat, segur i agradable, que permet facilitar la regulació emocional i afavorir respostes positives a nivell conductual i comunicatiu.

La residència disposa d'un armari mòbil amb material específic Snoezelen, que inclou un conjunt de recursos d'estimulació dissenyats per activar de manera suau i progressiva els diferents sistemes sensorials (vista, oïda, tacte, olfacte i propiocepció). Entre aquests recursos hi ha llums ambientals, fibres òptiques, projectors visuals, música relaxant, textures diverses, objectes vibratòris i estímuls olfactius.

Aquests elements s'utilitzen de manera estructurada i individualitzada, ajustant la intensitat i el tipus d'estimulació

segons la tolerància, el nivell cognitiu i l'estat emocional de cada resident.

De forma complementària, el taller incorporarà una vessant de cura personal i imatge, mitjançant la realització de depilació facial i manicura a les persones participants, amb l'objectiu de reforçar la percepció corporal, el confort i l'autoestima, així com potenciar el vincle terapèutic i la motivació.

Objectius :

- *Afavorir la relaxació i el benestar emocional, reduint possibles nivells d'ansietat, tensió o agitació.
- *Proporcionar estimulació multisensorial controlada, adaptada a les capacitats i necessitats individuals.
- *Potenciar la consciència corporal, la cura personal i la imatge pròpia, promovent l'autoestima i la dignitat.
- *Facilitar la comunicació i la vinculació emocional amb els professionals mitjançant una intervenció no invasiva i significativa.
- *Contribuir al manteniment i/o estimulació de les capacitats cognitives i sensorials, promovent respostes adaptatives i positives.

Destinataris :

Residents més depenents i amb deteriorament cognitiu moderat o sever.

Data, lloc i horari :

Cada dimarts de 4.30h a 5.30h. al menjador nord.

Nombre ideal de participants : 15 mensuals

Nivell cognitiu dels participants : deteriorament cognitiu moderat i sever.

Responsable de l'activitat: terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

TALLER TERAPÈUTIC 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 soletat que comporta tenir una demència.
- Fomentar bons records ja que recuperen el rol de cuidadors.

Destinataris :

Residents amb demència moderada o severa

Data, lloc i horari :

Cada dilluns de 4.30h a 5.30h. al menjador nord.

Nombre ideal de participants : 12

Nivell cognitiu dels participants : demència moderada o severa

Responsable de l'activitat:

Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

TALLER DE JARDINERA I HORT

L'hort i la jardineria són una activitat molt significativa i terapèutica per als residents.

En aquest taller es cultivaran flors, hortalisses i plantes aromàtiques.

Es treballaran procediments com: sembrar, trasplantar, abonar, regar i podar.

Es durà a terme amb jardineres elevades o palets elevats.

Objectius :**A nivell físic:**

- Mantenir la seva situació física i funcional.
- Estimular la psicomotricitat fina.
- Estimular la coordinació óculo-manual.

A nivell cognitiu i sensorial:

- Exercitar funcions cognitives com la memòria i la reminiscència. Donat que moltes persones han practicat la jardineria durant la seva vida.
- Exercitar l'atenció-concentració i capacitats viso perceptives.
- Estimular els sentits com la vista, tacte i olfacte.

A nivell psicosocial:

- Millorar l'autoestima.
- Reduir l'ansietat.
- Millorar l'estat d'ànim.
- Potenciar la socialització de les persones i la seva integració dintre de la residència, al ser una activitat grupal.

Destinataris :

Tots els residents que mostrin interès per dita activitat

Data, lloc i horari :

Mesos d'abril fins a setembre (inclòs). Una hora a la setmana.
Més endavant es concretarà quin dia i hora al calendari d'activitats d'aquests mesos.

Nombre ideal de participants: 8 persones.

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

Responsable de l'activitat: Fisioterapeuta

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

2. ÀREA COGNITIVA

PSICOESTIMULACIÓ

- PER A PERSONES AMB DETERIORAMENT COGNITIU
- SENSE DETERIORAMENT (PREVENTIVA).

Es realitza a través de tallers d'estimulació cognitiva. En aquests les persones residents realitzen uns exercicis proposats per la neuropsicologia intervencionista i s'adapten al seu grau de deteriorament cognitiu i per tant, a les capacitats residuals.

A més, es té en compte: l'estat dels seus sentits, les seves habilitats, preferències i recursos dels residents.

Es pot dur a terme de forma individual o en grup. Si es fan en grup, els tallers es dissenyen tenint en compte els diferents perfils cognitius dels residents però, alhora treballant 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 i mantenir la seva autonomia.
- * Oferir suport psicosocial a la persona amb deteriorament cognitiu.
- * Maximitzar les capacitats residuals i recuperar (despertar oblidats abandonats) i/o mantenir funcions deficitàries.
- * Mantenir actiu al resident.

- * Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.

Destinatariis :

Tots aquells residents amb interès per estimular les seves capacitats cognitives i especialment els que presenten deteriorament cognitiu o sospita de deteriorament (segons MEC, resultat inferior a 30 punts).

Data, lloc i horari :

Es fan diferents tallers en funció de les necessitats i preferències dels residents.

A més, es van adaptant en funció de les necessitats que vagin sorgint.

Per més informació veure l' horari de l'educadora social (document on consta amb quins grups s'intervé i quan).

En el cas de l'atenció individual va en funció de les necessitats del resident en concret.

Lloc: saló, bar, menjador nord o habitacions

Es duu a terme durant tot l'any.

Nombre ideal de participants : en funció del perfil de residents de cada grup i de les seves necessitats (des de 1 fins a 45 persones).

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell, excepte demències amb GDS 7.

Responsable de l'activitat:

Educadora social

Avaluació: Registre d'assistència + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

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 :

- * Millorar l'estat funcional de la persona 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.
- * Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- * Potenciar les relacions socials.

Destinataris :

Està obert a tots els residents sense deteriorament cognitiu.

Data, lloc i horari :

Es fan dos grups, al gimnàs. Dilluns i dimarts de 12h a 13h.

Nombre ideal de participants : 8 persones

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

Responsable de l'activitat: Psicòloga

Avaluació:

Registre d'assistència + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITAT DE REMINISCÈNCIA I IDENTITAT: "RECORDS AMB SENTIT"

"Records amb sentit" és una activitat grupal de reminiscència orientada a potenciar la identitat personal i el benestar emocional de les persones residents a través de l'evocació de records significatius.

L'activitat es realitza en format de grup obert i es desenvolupa mitjançant estímuls que faciliten la connexió emocional i la participació: música, fragments de cançons, refranys, fotografies temàtiques, objectes quotidians del passat, material sensorial o altres elements significatius. A partir d'aquests estímuls, es promou que les persones residents comparteixin vivències, expressin emocions, completin frases o cançons, i participin de manera espontània segons les seves capacitats.

La dinàmica es planteja en un ambient tranquil, respectuós i segur, afavorint la comunicació, l'escolta i la interacció social. L'activitat s'adapta a les necessitats dels participants, especialment en persones amb deteriorament cognitiu, facilitant la comprensió i la participació amb suport visual i verbal.

Objectius

- Afavorir el benestar emocional i generar emocions positives a través de records amb significat personal.
- Potenciar la identitat personal i el sentiment de reconeixement, reforçant la història de vida de cada resident.

- Estimular la memòria emocional i la reminiscència mitjançant estímuls significatius (música, imatges, objectes i llenguatge popular).
- Promoure l'expressió d'emocions i la comunicació verbal o no verbal en un entorn segur i respectuós.
- Fomentar la socialització i la cohesió grupal, facilitant la relació entre residents i prevenint l'aïllament.
- Afavorir la participació de residents amb deteriorament cognitiu mitjançant una metodologia adaptada i accessible.

Destinatari : Està obert a totes les persones residents.

Data, lloc i horari :

Una sessió mensual, últim dijous de cada mes de 11.15h a 12.15h al saló social.

Nombre ideal de participants : 50 persones

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte persones amb demència severa.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació:

Registre d'assistència + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

A més es dura a terme l'observació qualitativa d'aquests aspectes: grau d'interès i implicació + expressió emocional observada + interacció social generada.

MEMÒRIA MUSICAL

Es tracta d'un taller de memòria on s'utilitza la música com a eina estimulativa.

A cada taller s'escolten diferents temes musicals i de gèneres diversos. Ex. Boleros, bandes sonores de pel·lícules, tangos, ranxeres, músiques que han marcat la seva vida com el NO-DO o músiques d'anuncis i/o programes televisius o radiofònics...

Cada peça és un pretext per treballar aspectes cognitius com la memòria episòdica, la memòria semàntica, el llenguatge, el pensament abstracte, l'orientació temporal o espacial.

A més, d'estimular les capacitats cognitives amb la música també, gaudim dels beneficis emocionals que comporten les audicions de peces musicals significatives i el cant coral.

Objectius :

- * Ocupar el temps d'oci de forma constructiva.
- * Mantenir actiu al resident.
- * Estimular la memòria musical: recordar melodies, lletres o fragments de cançons conegudes.
- * Millorar l'atenció i la concentració durant l'activitat.
- * Estimular el llenguatge a través del cant i la conversa posterior.
- * Estimular la memòria autobiogràfica: associar música amb records personals, èpoques de vida o emocions.
- * Afavorir el benestar emocional i reduir l'ansietat o l'apatia.
- * Promoure la socialització i el sentiment de pertinença al grup.
- * Afavorir un clima positiu i relaxat dins la residència.

Destinataris : oberta a totes les persones residents.

Data, lloc i horari :

De dilluns a divendres, excepte el dia en que hi ha alguna activitat extraordinària programada. De 4.15h a 5.45h.

Nombre ideal de participants : 65 persones

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell, sempre i quan presentin un mínim estat d'altera que els permeti gaudir i participar en l'activitat.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació:

Registre d'assistència + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

JOCS DE TAULA: COGNITIUS**ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES**

Els jocs de taula són una activitat molt significativa per als residents del centre.

Objectius :

- * Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.
- * Estimular capacitats cognitives dels residents.
- * Ocupar el temps d'oci de forma activa.

Destinatari: residents que gaudeixen fent jocs de taula.

Data, lloc i horari: dimecres de 11h a 12.30h al saló i bar.

Nombre ideal de participants : 70 persones, tot dependrà del nombre de voluntaris que hi puguin donar suport durant l'activitat.

Nivell cognitiu dels participants : tots excepte deteriorament cognitiu sever.

Data, lloc i horari : cada dimecres de 11h a 12.30h al saló.

Responsable de l'activitat: Educadora social.

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

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 en horitzontal- 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 cognitives dels residents (atenció-concentració, reconeixement numèric...).
- * 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).
- * Potenciar les relacions socials entre residents amb el pretext de dita activitat.

Destinatari:

Tots els residents, excepte persones amb demència severa.

Data, lloc i horari:

Es duu a terme 1 cop a la setmana, cada dimarts, a les 11h al saló.

Nombre ideal de participants: 70

Nivell cognitiu dels participants: qualsevol nivell, excepte persones amb demència severa.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

SERVEI DE BIBLIOTECA

L'educadora social ofereix llibres als residents del centre interessats en l'activitat de la lectura.

Es busquen els llibres més adients a les capacitats cognitives i preferències dels residents.

Objectius:

- Facilitar llibres als residents.
- Recomana-los llibres segons les seves preferències.
- Establir un canal de comunicació amb el resident gràcies a la lectura.
- Promoure un oci actiu pels residents.
- Facilitar un oci significatiu per al resident.
- Estimular les capacitats cognitives dels residents.

Destinataris : tots aquells amb les capacitats lectores preservades.

Data, lloc i horari : els residents podran llegir en les sales comunes o a la seva habitació quan els vingui de gust.

Nombre ideal de participants : 25 residents

Nivell cognitiu dels participants : sense demència o demència lleu.

Responsable de l'activitat: educadora social

Avaluació: **registre sistemàtic de préstecs**, on es recull el títol del llibre, la data de préstec i retorn i el nom del resident. Amb aquest podem controlar el nombre de llibres prestats, la freqüència d'ús del servei i el nombre de residents participants.

A més, s'observa el **grau d'interès i satisfacció de les persones residents** mitjançant la observació directa i els comentaris espontanis. Les dades obtingudes permeten valorar l'ús del servei i la seva adequació als interessos dels residents, així com introduir millores si escau.

CONFERÈNCIES

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

Al llarg de l'any es duran a terme diverses conferències a la residència amb l'objectiu d'oferir espais informatius, de reflexió i d'estimulació cognitiva sobre temes d'interès per a les persones residents. Aquesta activitat permet reforçar el rol actiu de les persones residents.

L'activitat és oberta a les famílies, afavorint la seva participació en la vida del centre i facilitant un espai compartit entre residents i familiars, especialment en aquelles temàtiques que poden generar aprenentatge, sensibilització i diàleg.

Es realitzaran un total de tres conferències anuals:

- Dues conferències sobre temes d'interès general per a residents i famílies, a concretar segons preferències i necessitats detectades.
- Una conferència de sensibilització sobre les violències de gènere, programada per al 7 de març a les 11:15 h al saló del centre.

Aquestes seran impartides per personal extern o entitats col·laboradores adaptant el llenguatge, el ritme i els recursos al perfil dels assistents.

Objectius

- Oferir espais d'aprenentatge i estimulació cognitiva sobre temes d'interès per a residents i famílies.
- Afavorir la participació activa i la motivació, promovent la curiositat i l'interès per temàtiques socials, culturals i d'actualitat.
- Fomentar la comunicació i la interacció social entre residents i famílies, generant espais de trobada i converses compartides.
- Potenciar la cohesió comunitària i la vinculació de les famílies amb el centre, reforçant el sentiment de pertinença.

- Sensibilitzar i informar sobre les violències de gènere, promovent valors de respecte, igualtat, bon tracte i prevenció.

Destinataris: tots els residents excepte els que presenten deteriorament cognitiu sever.

Data, lloc i horari:

*Conferència sobre violències de gènere, 7 de març a les 11h.

*La resta de conferències es concretaran més endavant amb el conferenciant (Sr. Pere Esteve).

Nombre ideal de participants: 75 residents

Nivell cognitiu dels participants: qualsevol nivell excepte persones amb demència severa.

Responsable de l'activitat: educadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

3. ÀREA MOTORA

REHABILITACIÓ INDIVIDUALITZADA

Es tracta de tractaments individualitzats prioritzant les tècniques antiàlgiques per:

- disminuir el dolor, mitjançant massoteràpia, electroteràpia, teràpia manual...
- Recuperar l'aparell o òrgans afectats, la força muscular i/o les funcions possibles després d'un brot o fractura.
- Compensar les deficiències físiques valorant la forma de suplir o ajudar la funció perduda mitjançant tècniques mecàniques i/o aplicacions com aparells ortopèdics, cadires de rodes ...

Objectius :

- * Obtenir el màxim nivell de funcionalitat en els residents.
- * Prevenir complicacions secundàries.
- * Prevenir patologies.
- * Augmentar o mantenir l'autonomia dels residents.

Destinataris : residents post intervenció quirúrgica, residents amb dificultat de mobilitat i residents que manifesten àlgies.

Data, lloc i horari : al gimnàs o a l'habitació en hores concertades prèviament amb el resident.

Nombre ideal de participants : de forma individual, màxim 8 residents al dia per cada fisioterapeuta.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Responsable de l'activitat: fisioterapeuta

Avaluació: registre mensual de participants.

GIMNÀSTICA TERAPÈUTICA EN GRUP REDUÏT

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 servei de fisioteràpia del centre.

Es duu a terme al gimnàs on els residents estan col·locats en forma de rotllana i van realitzant els exercicis guiats per la fisioterapeuta.

L'activitat consta de 3 fases:

1. Escalfament
2. Taula d'exercicis
3. Exercicis de coordinació i lateralitat o jocs motrius.

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 :

Les persones residents que a criteri del fisioterapeuta poden beneficiar-se més de dita activitat.

Data, lloc i horari : de dilluns a divendres, durant el matí. L'horari va en funció del grup (veure horari fisioterapeuta).

*Nombre ideal de participants: 12 residents com a màxim per grup, va en funció de les necessitats motrius de cada grup.

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

Responsable de l'activitat: àrea de fisioteràpia

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

OLIMPIADES ESPORTIVES

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

Les Olimpíades Esportives de la residència són una activitat comunitària de caràcter lúdic i terapèutic orientada a la promoció de l'activitat física adaptada i a la participació activa de les persones residents.

La proposta s'estructura a través de diferents proves de baixa complexitat i risc controlat, dissenyades per treballar capacitats motrius bàsiques com la coordinació, l'equilibri, la punteria, la mobilitat funcional i el control postural, sempre ajustant la intensitat i el nivell d'exigència a les possibilitats individuals.

L'activitat es desenvolupa en format intergeneracional amb participació de familiars, fet que contribueix a reforçar el vincle afectiu, incrementar la motivació i afavorir la cohesió social dins del centre.

Les proves es realitzen en un entorn estructurat i supervisat per l'equip professional, garantint la seguretat, la correcta execució dels exercicis i la prevenció de possibles incidències associades a la fragilitat o limitacions funcionals.

Aquesta iniciativa s'emmarca dins les línies d'intervenció d'envelliment actiu i benestar integral, promovent un espai de relació positiva, estimulació física i reforç emocional mitjançant el joc i la convivència.

Objectius :

- *Fomentar l'activitat física adaptada, promovent l'envelliment actiu i hàbits saludables.
- *Mantenir i/o millorar la mobilitat funcional, la coordinació motriu i el control postural.
- *Potenciar l'equilibri i la seguretat en el moviment, contribuint a la prevenció de caigudes.
- *Reduir el sedentarisme i promoure la participació en activitats significatives dins del centre.
- *Incrementar la motivació, la implicació i l'adherència dels residents a propostes d'activitat física.
- *Enfortir el vincle emocional i la interacció positiva entre residents i familiars.
- *Afavorir la socialització i les relacions interpersonals, millorant el clima convivencial.
- *Reforçar l'autoestima, l'autoconfiança i la percepció de competència personal.
- *Promoure el benestar emocional mitjançant una experiència lúdica compartida.
- *Potenciar la implicació de les famílies en la vida comunitària del centre i en el procés d'atenció.

Destinataris : persones residents amb diferents nivells d'autonomia, que puguin participar en activitat física adaptada.

Data, lloc i horari : 2 dies durant el mes de maig a la placeta de Sant Domènec de 11-12:30h

*Nombre ideal de participants : 20 usuaris per dia.

*Nivell cognitiu dels participants: qualsevol excepte persones amb demència severa.

Responsable de l'activitat:

Fisioterapeuta

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTUACIONS DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES

La prevenció de caigudes a la residència constitueix una línia d'intervenció prioritària, ja que les caigudes representen un risc rellevant per a la seguretat, la funcionalitat i la qualitat de vida de les persones residents.

En aquest àmbit, la terapeuta ocupacional (TO) i la fisioterapeuta desenvolupen un paper clau amb enfocaments diferenciats però complementaris, basats en l'abordatge multifactorial del risc de caiguda.

Les actuacions principals de la Teràpia Ocupacional se centren en l'anàlisi de la funcionalitat, el rendiment ocupacional i les activitats de la vida diària, així com en la detecció de barreres i riscos dins l'entorn.

Paral·lelament, la intervenció de Fisioteràpia es focalitza en l'avaluació i el tractament dels factors físics associats al risc de caiguda, com ara la força muscular, l'equilibri, la marxa, la mobilitat i el control postural.

La coordinació entre ambdós perfils professionals permet identificar residents amb vulnerabilitat elevada i establir estratègies preventives personalitzades, combinant modificacions ambientals, entrenament funcional i programes d'exercici terapèutic.

Objectius:

- Valorar el risc de caiguda associat al desenvolupament de les activitats de la vida diària (higiene, vestir-se, transferències, ús del WC i desplaçaments).
- Reduir els factors de risc ambientals i millorar la seguretat de l'entorn físic per prevenir incidents.
- Garantir la selecció adequada i l'ús segur i eficaç de les ajudes tècniques de mobilitat.
- Assegurar que el calçat utilitzat sigui adequat per afavorir l'estabilitat i disminuir el risc de relliscades.
- Avaluar i potenciar la capacitat física relacionada amb la prevenció de caigudes (força muscular, equilibri, marxa i mobilitat articular).
- Millorar o mantenir l'estabilitat postural i el control del moviment durant la marxa i les transferències.
- Incrementar la seguretat i la confiança del resident en la mobilitat i la realització d'activitats funcionals.
- Prevenir el sedentarisme i promoure la mobilitat activa com a factor protector.
- Afavorir la participació en programes grupals orientats a la millora de l'equilibri, la coordinació i la funcionalitat.

- Detectar de manera precoç els residents amb alt risc de caiguda i establir mesures preventives individualitzades.

Destinatari : obert a totes les persones residents

Data, lloc i horari : habitacions dels residents i zones comuns on l'usuari hagi d'interactuar

Nombre ideal de participants : tots els que presentin la necessitat.

Nivell cognitiu dels participants : demència lleu i moderada.

Responsable de l'activitat:

Terapeuta ocupacional i fisioterapeuta

Avaluació: registre en resiplus

TALLER D'HABILITATS MANUALS

Realització d'objectes per al centre, per celebrar diferents festes. Sempre guiats pel professional responsable de l'activitat. Aquest s'encarrega de proposar als residents diferents objectes per realitzar.

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.

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

Data, lloc i horari :

Els divendres a les 4h al gimnàs.

Nombre ideal de participants : 16 residents

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

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

"FEM CAMINAR" I TRANSFERÈNCIES

L'activitat de fer caminar i treball de transferències està orientada a mantenir i millorar la mobilitat funcional del resident. L'auxiliar acompanya i supervisa la marxa en els desplaçaments habituals i practica transferències segures fomentant la màxima autonomia possible.

L'activitat es realitza seguint les pautes individualitzades establertes per la fisioterapeuta, que valora, forma i fa el seguiment del resident amb l'objectiu de prevenir caigudes i afavorir la seguretat i la funcionalitat.

Objectius :

- Mantenir i/o millorar la capacitat de marxa.
- Afavorir transferències segures.
- Incrementar l'autonomia del resident.
- Prevenir caigudes.

Destinatari :

Tots aquells residents que sigui necessari sota criteri del fisioterapeuta

Data, lloc i horari : a diari fan deambular i treballen les transferències en zones comuns de la planta baixa. Torn matí 11h i torn de tarda 18h.

*Nombre ideal de participants : 20 usuaris per torn.

*Nivell cognitiu dels participants : independentment del nivell cognitiu.

Responsable de l'activitat:

Fisioterapeuta

Avaluació: registre mensual de participants (resiplus)

TERÀPIA ASSISTIDA AMB GOSSOS

Es tracta d'intervencions terapèutiques o educatives amb gossos amb la finalitat de promoure millores a nivell físic, social, emocional, educacional i/o cognitiu de la persona. No es tracta de teràpies alternatives; són programes complementaris on l'animal resulta un element motivador i facilitador de la teràpia/educació, convertint-se en una gran ajuda per al terapeuta o educador.

Es treballa amb gossos perquè són animals sociables, familiars, que proporcionen estímuls multisensorials i que tenen una gran capacitat per estimular i interaccionar amb les persones. Els gossos són animals perfectament integrats a la societat.

Objectius :

- Fomentar l'activitat física.
- Estimular cognitivament als residents.
- Estimular els sentits.
- Afavorir l'expressió d'emocions.
- Pal·liar el sentiment de solitud.

Destinataris : residents amb deteriorament cognitiu lleu o moderat o residents amb baix estat anímic o tendència a l'aïllament social.

Data, lloc i horari : un cop al mes, de 11h a 12.15h. al gimnàs.

Nombre ideal de participants : 12 residents

Nivell cognitiu dels participants : deteriorament cognitiu lleu o moderat

Responsable de l'activitat: educadora social.

Avaluació: registre participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

TALLER DE CUINA

Tenint en compte que es tracta d'una activitat molt significativa per a molts residents del centre durant l'any durem a terme 3 tallers de cuina:

- Taller de mones.
- Taller de brotxetes de fruita.
- Taller de panellets i castanyes.

Objectius:

- * 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'atenció-concentració.
- * Potenciar l'autoestima.
- * Ocupar el temps de lleure de forma constructiva.
- * Potenciar l'autonomia.
- * Mantenir actius als residents.
- * Potenciar les relacions socials amb el pretext de dita activitat.

Destinatari :

Tot aquell que gaudeixi amb dita activitat i tingui les capacitats tan motrius com cognitives mínimament preservades per poder-la dur a terme.

Data, lloc i horari :

- Mones: abril
- Brotxetes: juliol
- Panellets: octubre

Nombre ideal de participants : 20

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

4. ÀREA EMOCIONAL

SUPORT EMOCIONAL INDIVIDUAL

En alguns moments de la vida hi ha circumstàncies que ens superen i ens cal algú que ens escolti i/o ens ajudi a enfocar-ho d'una altra forma per poder-ho afrontar amb el mínim desgast emocional.

És per tot això, que el centre ofereix el servei de suport emocional.

Aquest és molt útil en situacions com: davallada funcional sobtada, pèrdua d'alguna persona significativa, dificultat per adaptar-se al centre, problemes de convivència, poc suport social...etc.

Mètodes i tècniques d'execució:

Els professionals que realitzen aquesta activitat (psicòloga, treballadora social, educadora social, terapeuta ocupacional o educadora social) faran aquest abordatge emocional de forma individual i sempre en un lloc tranquil i recollit (habitació del resident, despatx...) que afavoreixi que el resident pugui expressar tot allò que l'angoixa.

S'utilitzarà la tècnica de la relació d'ajuda.

Objectius :

- Disminuir l'angoixa dels residents.
- Respondre els dubtes dels residents.
- Afavorir el benestar emocional del resident.

Destinataris : tots els residents, especialment els que presenten un estat d'ànim més baix o inestable.

Data, lloc i horari: individual, en una zona tranquil·la i amb suficient intimitat o a l'habitació del resident.

Nombre ideal de participants: 20 residents al mes.

Nivell cognitiu dels participants: qualsevol nivell, excepte demències en fase moderat-greu i severa ja que no tenen la capacitat de raonament preservada.

Responsable de l'activitat: psicòleg i educadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

MUSICOTERÀPIA OBERT A LES FAMÍLIES

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.

Mètodes i tècniques d'execució:

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.

Data, lloc i horari :

Es fan 2 grups.

1. *Amb deteriorament cognitiu moderat-sever: els dimarts a les 4h al menjador Nord.*
2. *Divendres al saló de 5.45 a 6.45h. qualsevol nivell excepte sever.*

Nombre ideal de participants : 45

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Responsable de l'activitat: Terapeuta ocupacional

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

CINEMA OBERT A LES FAMÍLIES

Un dissabte al mes, la persona responsable de recepció projectarà una pel·lícula significativa per a les persones residents a la televisió del saló. L'activitat s'anunciarà prèviament per megafonia i també amb antelació (uns dies abans) perquè les persones residents coneguin la pel·lícula programada.

La selecció dels films es realitzarà d'acord amb les preferències recollides al Qüestionari Social inicial, completat en el moment de l'ingrés, amb l'objectiu d'afavorir el vincle emocional, la motivació i el benestar.

Objectius :

- Afavorir el benestar emocional i un bon estat d'ànim de les persones residents.
- Promoure la relaxació i la distracció saludable a través d'una activitat lúdica i compartida.
- Fomentar la socialització i la convivència entre residents, generant converses i interaccions al voltant de la pel·lícula.
- Estimular les capacitats cognitives (atenció, memòria i comprensió) mitjançant el visionat i el seguiment de l'argument.
- Afavorir l'expressió d'emocions i l'evocació de records

personals a partir de pel·lícules significatives per a cada resident.

Destinataris : tots els residents.

Data, lloc i horari : un dissabte de cada mes, a les 17h al saló social.

Nombre ideal de participants : 40 residents

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

Responsable de l'activitat: recepcionista del centre i educadora social.

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

CELEBREM L' ANIVERSARI DELS RESIDENTS

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

El celebrarem mensualment. Felicitarem als residents nascuts durant el mes en qüestió amb una festa, la "Festa dels anys".

En aquesta festa es llegirà una dedicatòria a cada resident, destacant els fets més importants de la seva vida i les seves qualitats. A més, es bufarà una pastís amb espelmes i es farà una fotografia de record.

Finalment, es repartirà berenar de celebració a tots els assistents.

Objectius :

- * Potenciar l' autoestima dels residents.
- * Afavorir un bon estat anímic en els residents.
- * Potenciar les relacions socials entre residents.

Destinataris : tots els residents.

Data, lloc i horari : últim dijous de cada mes a les 17h al saló.

Nombre ideal de participants : sense límit.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell cognitiu.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre mensual + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos i es registra el nombre de participants.

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

A finals de gener s'oferirà a les persones residents la possibilitat de visualitzar un vídeo-resum musicat, elaborat amb fotografies i alguns fragments de vídeo de les activitats més destacades realitzades durant l'any.

L'activitat es planteja com un espai compartit i emotiu, i serà oberta a la participació de les famílies, afavorint el vincle entre residents, familiars i el centre.

Objectius :

*Oferir una proposta d'oci significativa i constructiva, afavorint el benestar i el gaudi de les persones residents.

*Promoure emocions positives i gratificants mitjançant el record de moments viscuts, reforçant l'autoestima i el sentiment de protagonisme.

*Afavorir l'estimulació de la memòria emocional i la reminiscència a través d'imatges i situacions quotidianes significatives.

*Fomentar la sociabilitat i la convivència, facilitant la interacció entre residents i evitant l'aïllament.

*Potenciar el vincle afectiu amb les famílies i reforçar la connexió amb la vida del centre.

*Incrementar la motivació i la predisposició a participar en activitats, mostrant experiències positives viscudes durant l'any.

Destinataris :

Tots els residents.

Data, lloc i horari :

- Un dia de gener.

- A les 11.15h. al saló.

Nombre ideal de participants : 90

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte demències severes

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + IMP-149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

TALLER DE RELAXACIÓ I CONSCIÈNCIA CORPORAL

Aquest taller està orientat a promoure la presa de consciència corporal i la relaxació profunda, amb l'objectiu de facilitar que les persones residents connectin amb les sensacions del propi cos, millorin el control postural i redueixin les tensions físiques

acumulades. Al final de les sessions de gimnàstica s'incorpora un bloc específic de 15 minuts destinat a la regulació de la respiració i a l'entrenament d'estratègies bàsiques d'autoregulació.

La intervenció es desenvolupa mitjançant exercicis de baixa intensitat i fàcil execució, combinant continguts físics i psicoeducatius per afavorir la calma, disminuir l'activació fisiològica i millorar el benestar emocional. Les tècniques utilitzades inclouen respiració guiada, relaxació muscular progressiva i visualització, adaptant-se sempre a les capacitats i necessitats individuals de cada resident.

A través d'aquest espai terapèutic, es fomenta l'escolta del cos com a font d'informació emocional i es facilita la reducció de la tensió física i emocional, entrenant recursos senzills i aplicables al dia a dia. Com a beneficis esperats, es preveu una disminució dels nivells d'estrès, una millora del descans i l'adquisició d'eines pràctiques de relaxació per afavorir una major sensació de control i benestar global.

Objectius:

- *Afavorir la presa de consciència corporal mitjançant l'observació de sensacions físiques, postura i patrons de tensió.
- *Entrenar la regulació de la respiració com a eina bàsica de calma i autoregulació emocional.
- *Facilitar la disminució de la tensió muscular i la relaxació física a través de tècniques guiades.
- *Reduir els nivells d'estrès i d'activació fisiològica, promovent un estat de benestar i tranquil·litat.
- *Fomentar l'escolta del cos com a indicador d'estat emocional, millorant la identificació de senyals de malestar o tensió.

*Potenciar estratègies senzilles i transferibles al dia a dia per a la gestió de la inquietud, el nerviosisme o la sobrecàrrega emocional.

*Contribuir a la millora del descans i de la qualitat del son mitjançant la incorporació d'hàbits de relaxació.

*Incrementar la percepció de control i seguretat personal davant situacions de tensió física o emocional

Destinataris :

Tots els residents que participen en l'activitat de gimnàstica.

Data, lloc i horari : de dilluns a divendres, durant el matí. L'horari va en funció del grup (veure horari fisioterapeuta).

*Nombre ideal de participants: 12 residents com a màxim per grup, va en funció de les necessitats motrius de cada grup.

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

Responsable de l'activitat: àrea de fisioteràpia

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

VISITES A LES PERSONES RESIDENTS

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

Les visites a les persones residents són facilitades pel centre i hi assisteixen familiars, amistats o persones de referència.

Es duen a terme als espais habilitats per garantir un entorn adequat, tranquil i confortable. Una de les zones destinades a les visites és la sala de visites (planta -1).

En aquest espai les famílies disposen de diversos recursos per afavorir una estona compartida de qualitat i facilitar la interacció amb la persona resident.

Hi poden trobar:

- Jocs de taula (dominó, cartes, parxís, entre d'altres).
- Material d'estimulació cognitiva
- Revistes.
- A més, el centre disposa de targetes d'estimulació amb refranys i fragments de cançons, especialment pensades per facilitar la relació amb residents amb deteriorament cognitiu o demència. Aquestes targetes permeten que el familiar llegeixi una part del refrany o cançó i que el resident el pugui completar, promovent la participació, la comunicació i l'evocació de records.

Tots aquest materials serveixen per tal de facilitar la interacció durant la visita, promoure un temps compartit de qualitat i oferir propostes senzilles d'estimulació que reforcin el vincle afectiu i el benestar emocional, especialment en aquelles situacions en què les famílies no saben com relacionar-se amb la persona resident.

Objectius,

- Promoure i reforçar els vincles afectius entre les persones residents i les seves famílies o xarxa social.
- Afavorir el benestar emocional i un estat d'ànim positiu de la persona resident durant i després de la visita.
- Facilitar moments compartits de qualitat, oferint recursos que fomentin la participació activa del resident.
- Donar suport i orientació a les famílies durant les visites, proporcionant eines senzilles per millorar la comunicació i la relació, especialment en casos de demència o deteriorament cognitiu.

- Afavorir un clima de confiança i una relació propera entre les famílies i el centre, reforçant la percepció d'acompanyament i suport.
- Estimular les capacitats cognitives i la memòria emocional mitjançant jocs adaptats, lectura compartida, refranys i música.

Destinatari : qualsevol resident.

Nivell cognitiu dels participants: qualsevol nivell.

Data, lloc i horari : de 10 a 20h de dilluns a diumenge.

Responsable de l'activitat: recepcionista del centre, terapeuta ocupacional, treballadora social i educadora social.

GRUP PREVENCIÓ I RESOLUCIÓ DE CONFLICTES:

"BONA CONVIVÈNCIA"

Aquesta activitat consisteix en reunions grupals estructurades on es treballen situacions reals de convivència dins la residència, amb l'objectiu de millorar la qualitat de les relacions interpersonals i reforçar un entorn relacional positiu. Les sessions es desenvolupen en un espai segur de participació, on es fomenta l'escolta activa, l'empatia i la reflexió compartida, facilitant la identificació de necessitats, emocions i factors desencadenants de malestar en el dia a dia.

Mitjançant dinàmiques grupals, debat guiat i tècniques de rol-playing, es promou la comunicació assertiva i la resolució pacífica de problemes, orientant el grup cap a la cerca conjunta de solucions. Aquest procés es realitza sempre amb mediació

professional, garantint un abordatge respectuós, equilibrat i adaptat a les capacitats de les persones participants.

La finalitat principal és promoure una convivència respectuosa i participativa dins la residència, dotant les persones residents d'eines per identificar, expressar i regular les pròpies emocions en situacions de conflicte, i afavorint una gestió més autònoma i saludable de les situacions quotidianes de convivència.

L'impacte previst inclou una millora del clima relacional i una reducció de conflictes interpersonals, així com l'increment del sentiment de seguretat emocional i de pertinença al grup. Igualment, s'espera una major capacitat d'expressió assertiva, un augment de l'empatia entre residents i un reforç de l'autonomia personal en la gestió de situacions de tensió i relació dins del centre.

Objectius:

- Promoure una convivència respectuosa i participativa dins la residència, millorant el clima relacional del grup.
- Facilitar la identificació de situacions quotidianes que generen conflicte o malestar, analitzant-ne causes i conseqüències.
- Fomentar l'escolta activa i l'empatia com a habilitats bàsiques per a la comprensió i la millora de les relacions interpersonals.
- Potenciar la comunicació assertiva, afavorint una expressió adequada de necessitats, límits i emocions.
- Desenvolupar estratègies d'identificació, expressió i regulació emocional en situacions de tensió o desacord.
- Entrenar habilitats de resolució pacífica de problemes i cerca conjunta de solucions, mitjançant dinàmiques grupals i rol-playing.

- Reforçar l'autonomia personal en la gestió de situacions de convivència i en la presa de decisions relacionals.
- Incrementar el sentiment de seguretat emocional i de pertinença al grup, afavorint un entorn de confiança i suport mutu.

Destinataris: persones residents amb capacitat per participar en dinàmiques grupals de convivència i comunicació.

Data, lloc i horari: el primer dimarts de cada mes, de 12.30h a 13.30h., a la sala polivalent del gimnàs.

Nombre ideal de participants: 9 persones.

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

Responsable de l'activitat: treballadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

EXPOSICIONS PER POTENCIAR LA IDENTITAT PERSONAL

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

Es realitzaran dues exposicions anuals al vestíbul del centre amb l'objectiu de potenciar la identitat personal i el benestar emocional de les persones residents, mitjançant el record i la visibilització de moments significatius de la seva història de vida.

Cada exposició consistirà en la presentació de fotografies personals en format paper, aportades pels residents i/o les famílies. Les imatges s'escanejaran i s'imprimiran en tamany DIN A4 i es col·locaran en un espai visible i accessible del vestíbul, amb el nom de cada resident i una breu descripció (per exemple, "Casament", "Infància", "Primera comunió", etc.).

La finalitat és afavorir la reminiscència, la memòria emocional, l'autoestima i el reconeixement personal.

L'activitat també té un component comunitari i relacional, ja que facilita converses significatives, reforça el sentiment de pertinença i afavoreix la participació de les famílies en la vida del centre.

Les exposicions programades són per:

- Sant Valentí: exposició de fotografies de boda o d'etapes vinculades a la parella (segons la història personal de cada resident).
- Dia Mundial contra l'Alzheimer (setembre): exposició de fotografies d'infància o adolescència (escolars, celebracions, primera comunió o altres moments significatius), segons disponibilitat i preferència de cada resident.

Les exposicions romandran disponibles al vestíbul durant tot el mes corresponent, per tal que residents i famílies les puguin visitar lliurement.

Objectius

- Potenciar la identitat personal i la història de vida de les persones residents, reforçant l'autoconcepte i l'autoestima.
- Afavorir emocions positives i el benestar emocional a través del record de vivències significatives.
- Estimular la memòria emocional i la reminiscència mitjançant un suport visual personalitzat.

- Fomentar la comunicació i la interacció social entre residents, famílies i professionals, a partir del contingut de l'exposició.
- Facilitar el vincle afectiu i la implicació de les famílies en la vida del centre.
- Contribuir a la sensibilització i visibilització de l'Alzheimer en el marc de l'exposició del mes de setembre.

Destinatari

Qualsevol persona resident i les seves famílies o xarxa de suport.

Data:

Dues exposicions anuals:

- Febrer (entorn de Sant Valentí).
- Setembre (entorn del Dia Mundial contra l'Alzheimer).

Lloc: Vestíbul del centre (exposició en format paper).

Nombre ideal de participants:

Activitat oberta, sense límit de participació.

Nivell cognitiu dels participants:

Apte per a qualsevol nivell cognitiu.

Activitat especialment indicada per a residents amb deteriorament cognitiu lleu o moderat, ja que el suport visual facilita la connexió emocional i la participació.

Responsable: Educadora social

Avaluació: registre de participants + IMP-149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

5. ÀREA DE PARTICIPACIÓ COMUNITÀRIA.

FESTES DE LA NOSTRA CULTURA

Durant l'any celebrarem les següents festes:

REIS

CARNESTOLTES

PASQUA

SANT JORDI

ST JOAN

DIADA DE CATALUNYA

CASTANYADA

FESTA MAJOR

NADAL

CAP D'ANY

Objectius :

- * Potenciar l'orientació temporal.
- * Potenciar les relacions socials,
- * Afavorir el benestar emocional.
- * Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- * 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.

Data, lloc i horari : dates assenyalades descrites anteriorment. La data concreta, el lloc i horari es concretaran al calendari d'activitats mensual.

Nombre ideal de participants : sense límit.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell

Responsable de l'activitat: educadora social

Avaluació: registre d'activitat + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos i es registra el nombre de participants.

A. FESTES DE LA NOSTRA CULTURA:

Visita de SSMM Els Reis d'Orient a la Residència

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

Data, lloc i horari : 5 de gener a les 11.15h al saló.

Carnestoltes

Festa de disfresses.

Data, lloc i horari : Divendres de Carnestoltes, a les 11.15h. al saló.

Pasqua

*Taller de mones de Pasqua

Data, lloc i horari : Dijous previ a Pasqua a les 11h. al gimnàs.

Sant Jordi

*Taller de roses. Els residents netejaran les tiges de les roses i les posaran en bossetes individuals juntament amb una espiga. Posteriorment, lligaran cada bosseta amb cinta catalana.

Data, lloc i horari : 22 d' abril, a les 11.15h al gimnàs.

*Entrega d' una rosa a cada resident, gentilesa del centre.

Data, lloc i horari : 23 d' abril a les habitacions dels residents a les 9h del matí.

*Sortida de Sant Jordi:

Nombre ideal de participants : anirà en funció del nombre de familiars i voluntaris disponibles per acompanyar-nos.

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

Data, lloc i horari : 23 d' abril a les 11h.

Revetlla de Sant Joan :

*Festa per celebrar Sant Joan

Data, lloc i horari : 23 de juny, a les 11.15h al saló.

*Després de sopar també es repartirà coca a tots els residents.

Diada Nacional de Catalunya

*Es posarà una senyera en un lloc molt visible de l' exterior del centre.

*Activitat musical amb música de Catalunya.

Data, lloc i horari : 10 setembre a les 11h al saló.

Castanyada.

*Taller de panellets i castanyes. Elaborarem panellets i farem els talls a les castanyes abans de coure.

Data, lloc i horari : 31 d' octubre, a les 11.15h al gimnàs.

*Festa de la Castanyada: ambientada amb música i amb degustació de castanyes i panellets en petits grups que propicien les relacions socials + visita de la castanyera.

Data, lloc i horari : 31 d' octubre a les 5h al saló i bar.

Festa Major de Balaguer (novembre) :

*Concert de Festa Major:

Data, lloc i horari : 8 de novembre a les 17h. al saló.

*Visita dels gegants i cap grossos.

Data, lloc i horari : 9 de novembre al matí.

Festes de Nadal,

*Caga soca.

Data, lloc i horari : 23 de desembre al saló social a les 17h.

*Missa del gall.

Data, lloc i horari : 24 de desembre, al saló social a les 11h. del matí.

*Concert de Nadales a càrrec de:

- Alumnes de l' escola de la Noguera. La data i horari es concretaran més endavant amb l' escola.
- Coral del Casal de la Gent Gran.

Data, lloc i horari : dies previs a Nadal, es concretarà més endavant amb la coral.

Celebració de Cap d' Any

*Activitat musical i campanades per acomiadar l' any.

Data, lloc i horari : 31 de desembre a les 17h. al saló.

B. ALTRES FESTES QUE CELEBREM:

Dia internacional de la Dona (8 març) ACTIVITAT OBERTA A LES FAMÍLIES

*Conferència de sensibilització sobre les violències de gènere.

Data, lloc i horari : 7 de març, al saló a les 11h.

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

Es celebrarà amb una activitat intergeneracional, un joc de preguntes i proves, amb infants de l'esplai de Creu Roja de la Noguera.

Data, lloc i horari : 1 d'octubre a les 17.30h al saló.

Festa de la Residència : ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

La residència celebra anualment l'aniversari de la seva inauguració amb les següents activitats :

- Missa a l'esglèsia de Sant Domènec.
- Concert
- Aperitiu
- Dinar commemoratiu + pastís d'aniversari i cava.
-

Data, lloc i horari : un diumenge d'octubre, es concretarà més endavant.

Festa per celebrar els centenaris dels residents:

ACTIVITAT OBERTA A FAMÍLIES

Durant l'any si algun resident arriba a la fita de complir 100 anys se l'obsequia amb una festa on es convida als residents i als principals membres de la seva família. Aquesta festa està dirigida pel president de l'associació-residència + membres del Junta Directiva.

- Projectió de fotos + Lectura de la seva història de vida
- Entrega de la medalla centenària
- Obsequi d'un ram.
- Dinar de celebració + Pastís.

Data, lloc i horari : quan un resident compleixi 100 anys, al saló del centre.

SORTIDES

ACTIVITAT OBERTA A LES FAMÍLIES

Són organitzades pel centre i hi assisteix personal laboral d'aquest, que acompanya als residents.

També, hi col·laboren voluntaris i familiars.

Objectius

- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- Estimular les capacitats psicosocials.
- Potenciar el contacte amb el medi exterior.
- Conèixer el seu medi sociocultural.

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

Data, lloc i horari :

- Sortida per veure les parades de Sant Jordi (23 abril a les 11h).
- Sortida per veure una exposició que sigui d'interès pels residents (Anirà en funció del calendari de l'exposició)
- Sortida per obra de teatre dels alumnes de l'Estel (maig, tarda).

Nombre ideal de participants : 10 residents com a mínim. Anirà en funció del nombre d'acompanyants que estiguin disponibles per a la sortida.

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

Responsable de l'activitat: educadora social.

Avaluació de les sortides: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

GRUP DE PASSEIG PER LA CIUTAT

ACTIVITAT OBERTA A LES 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, treballadors del centre, familiars i voluntaris.

Objectius

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

Destinatari: Residents assistits o residents amb poc suport social.

Data, lloc i horari: maig, juny i setembre. Els dijous de 11.15 a 12.30h. del matí. Es faran diferents rutes per la ciutat.

Nombre ideal de participants: anirà en funció del nombre de familiars o voluntaris disponibles per acompanyar als residents.

Nivell cognitiu dels participants: qualsevol nivell

Responsable de l'activitat: educadora social i fisioterapeuta.

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITAT: PRO MARATÓ DE TV3

ACTIVITAT OBERTA A LES FAMÍLIES

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

Per participar-hi els residents podran comprar els tiquets 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, familiars de residents i treballadors.

Data, lloc i horari : al desembre (la setmana en que s'organitza la Marató de TV3).

Nombre ideal de participants : no hi ha límit

Nivell cognitiu dels participants : és indiferent

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: diners recaptats + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITATS AMB CENTRES EDUCATIUS

Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).
- Trencar estereotips sobre les persones grans i les residències.
- Potenciar les relacions socials entre les persones residents amb el pretext de dita activitat.
- Potenciar el contacte de les persones residents amb l'entorn.

Destinataris : persones residents que gaudeixen compartint temps amb infants i joves.

ESCOLA VEDRUNA

Cada dimecres, dos/tres alumnes, es desplaçaran fins al centre, durant els mesos lectius (d'octubre a maig), per dur a terme dita activitat.

Cada alumne realitzarà 4 sessions consecutives al centre.

Es tracta d'una activitat de gran grup on els alumnes duen a terme jocs motrius i cognitius (guiats per educadora social) per afavorir l'activació de les persones residents i la interrelació entre les persones grans i els joves.

A la darrera sessió els alumnes participants implementaran una activitat dissenyada entre ells i l'educadora social.

Al final de cada sessió es durà a terme una avaluació individualitzada de cada alumne i per escrit d'acord amb els criteris consensuats amb els tutors del projecte.

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

Cada dimecres de 16.15h a 17.30h al gimnàs

Alumnes: seran els mateixos durant 4 sessions.

Nombre ideal de participants : 45

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte deteriorament cognitiu sever.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + observació participant+ imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ESCOLA PIA

Cada dilluns, 2 alumnes es desplaçaran fins al centre, durant els mesos lectius (d'octubre a maig), per dur a terme dita activitat.

Es tracta d'una activitat de gran grup on els alumnes duen a terme jocs motrius i cognitius (guiats per l'educadora social) per afavorir l'activació de les persones residents i la interrelació entre les persones grans i els joves.

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

Cada dilluns, de 16h a 17.15h al gimnàs

Alumnes: canviaran a cada sessió.

Nombre ideal de participants : 45

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte deteriorament cognitiu sever.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + observació participant+ imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ESCOLA: LA NOGUERA

Un dimarts al mes, un grup d'alumnes de 3r de primària, es desplaçaran fins al centre, durant els mesos lectius (d'octubre a maig), per dur a terme dita activitat.

Els alumnes realitzen activitats amb els residents del centre. Activitats com: jocs de taula, endevinalles, jocs motrius, activitat mediambiental...

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

Un dimarts al mes, de 11h a 12h.

Alumnes: seran els mateixos durant tot el curs i seran els alumnes de 3r de primària.

Nombre ideal de participants :

50 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte persones amb deteriorament cognitiu sever.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + observació participant+ imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ESCOLA MONTROIG

Amb motiu del **dia internacional de la Pau i la no violència escolar** (30 gener) es realitzarà una activitat amb un grup d' uns 30 alumnes de diverses edats de dita escola.

Els alumnes canten, ballen i exposen continguts relacionats amb el tema de la pau.

Al final de l' activitat té lloc un intercanvi de treballs manuals fets pels alumnes i pels avis, uns dies previs a l' activitat, de forma coordinada i relacionats amb la pau.

Data, lloc i horari : dia 30 gener a les 11h al saló.

Alumnes: 30 d' alumnes de diferents edats

Nombre ideal de participants :

50 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte residents amb demències severes o trastorns de conducta.

Responsable de l' activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s' han assolit els objectius previstos.

CENTRE D'EDUCACIÓ ESPECIAL ESTEL

Es duran a terme 3 activitats amb dita entitat:

- **“Taller de batuka” entre persones residents i alumnes de l’escola.**

La batuka és una activitat musical basada en la percussió corporal i instrumental, que combina ritme, música i moviment. Afavoreix l'expressió, la coordinació, la concentració i la cohesió de grup, adaptant-se fàcilment a diferents edats i capacitats. Per tant, és una activitat ideal per dur a terme entre persones grans i alumnes d'un centre d'educació especial.

En aquest taller residents i alumnes aprenen conjuntament a tocar instruments i interpretar diferents temes.

L'activitat culmina amb la realització d'un **concert de batuka compartit**, fomentant la participació activa, la cooperació i l'expressió musical.

Data, lloc i horari: 4 sessions (3 dimarts de febrer i un dimarts de març) de 11.30h a 12.30h al gimnàs.

Nombre ideal de participants : 10 residents

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

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

- **Concert de Batuka**

Data, lloc i horari: Divendres, 6 de març de 11 a 12h. a la plaça de Sant Domènec

Nombre ideal de participants : 80 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell, excepte demències severes o residents amb trastorns de conducta que interfereixen en l'activitat.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

- **Bingo intergeneracional:**

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

Es concretarà més endavant. Es farà un dimarts en que es faci bingo al saló.

Nombre ideal de participants : 50 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Sense deteriorament cognitiu o deteriorament lleu o moderat.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

LLAR D'INFANTS PATUFET

El grup d'alumnes més grans de la llar es desplaçaran fins al centre per oferir un espectacle de balls i cançons.

Data, lloc i horari :

*Taller de màscares de Carnestoles: 11 de febrer a les 10.45h al saló.

*Activitat de Sant Jordi: 20 d' abril a les 10.45h al saló.

Nombre ideal de participants : 60 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte residents que presentin trastorns de conducta o demències molt avançades i no responguin als estímuls.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s' han assolit els objectius previstos.

ESPLAI DE CREU ROJA

Amb motiu del dia internacional de les persones grans (1 d' octubre) es durà a terme un Joc de preguntes intergeneracional amb els alumnes de l' esplai.

Data, lloc i horari : 1 d' octubre a les 17.30h al saló.

Alumnes: 35 aprox.

Nombre ideal de participants :

70 residents

Nivell cognitiu dels participants :

Qualsevol nivell excepte demències severes.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

UEC DE CÀRITAS (UNITAT D'ESCOLARITZACIÓ COMPARTIDA)

Quan es duu a terme l'activitat de grup de passeig i/o sortides (abril, maig, juny i setembre), els alumnes de la UEC es desplacen fins al centre, acompanyats per un professor del centre i participen activament acompanyant a residents amb cadira de rodes durant les sortides o passejos.

Data, lloc i horari: dijous de 11.15h a 12.30h (abril, maig, juny i setembre).

Alumnes: seran estables al llarg de tot el curs.

Nombre ideal de participants:

Anirà en funció del nombre d'alumnes disponibles per l'activitat.
Màxim 6 alumnes.

Nivell cognitiu dels participants:

Qualsevol nivell excepte residents amb trastorns de conducta.

Responsable de l'activitat: Educadora social i fisioterapeuta.

Avaluació: registre de participants + entrevistes periòdiques amb els residents participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITATS DE MÚSICA I BALL AMB LA COL·LABORACIÓ DE DIFERENTS PERSONES O ENTITATS DE LA COMARCA / PROVINCIA

Durant tot l'any es duen a terme diverses activitats musicals gràcies a la col·laboració totalment altruïsta de diferents persones o entitats.

Segons la disponibilitat d'aquests col·laboradors es van concretant les dates i horaris de dites actuacions.

Els col·laboradors són: Escola de música de Balaguer, Grup d'havaneres "Vent de Ponent", Acordionik, "Las fiesteras", Colla Sardanista Santa Maria de les Franqueses, Coral "Veus canores", Coral rociera...

Objectius :

- 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.

Data, lloc i horari :

Durant tot l'any i es va acordant amb cada persona o entitat col·laboradora.

Nombre ideal de participants : 90 persones

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

Responsable de l'activitat: educadora social

Avaluació: registre de participants a cada sessió + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITAT AMB SALUT MENTAL (SRC)

Durant tot l'any un grup d'usaris del SRC o Servei de Rehabilitació Comunitària en Salut Mental es desplacen fins al centre per col·laborar com a voluntaris en l'activitat del Bingo. La seva tasca consisteix en donar un cop de mà en la preparació de l'activitat i sobretot donar suport als residents que tenen més dificultats per poder realitzar l'activitat.

Objectius :

- * Estimulació cognitiva.
- * Afavorir el benestar emocional dels residents i voluntaris.
- * Fomentar l'apertura del centre a entitats/persones de l'entorn.
- * Ocupar el temps lliure de forma constructiva.
- * Estimular les capacitats cognitives dels residents (atenció-concentració, reconeixement numèric...).
- * 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).

* Potenciar les relacions socials entre residents i voluntaris.

Destinatari : Tots els residents, especialment els que presenten demència lleu o moderada, ja que necessiten cert suport per seguir correctament l'activitat del bingo.

Data, lloc i horari :

Dimarts, de 11 a 12.45h.

Nombre ideal de participants : 70 persones

Nivell cognitiu dels participants : tots els residents excepte residents amb trastorns del comportament o demència avançada.

Responsable de l'activitat: educadora social

Avaluació: registre de participants a cada sessió + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ACTIVITAT AMB JOVES MIGRATS (PIL)

Durant els mesos d'octubre a juny es durà a terme una activitat mensual amb un grup de joves migrants que es troben ubicats als PIL (pisos d'inserció laboral) IZAR de Balaguer.

Es duran a terme diverses activitats per estimular les capacitats lúdiques i cognitives de les persones residents. Ex. Bingo de lletres, bingo d'animals, jocs psicomotrius...

Objectius :

- Potenciar el contacte intergeneracional (amb els beneficis que comporta per ambdues parts).

- Potenciar el contacte intercultural.
- Trencar estereotips sobre les persones grans i sobre els migrants.
- Potenciar les relacions socials.
- Obrir la residència a l'entorn.
- Estimular capacitats cognitives i lúdiques dels residents.
- Ocupar el temps lliure de forma constructiva.

Destinatari: Tots els residents, que gaudeixen compartint activitats amb joves.

Data, lloc i horari:

Un cop al mes (d'octubre a juny), de 4.15h a 18.15h. La data es concretarà cada mes amb el centre.

Joves: es procurarà que siguin els mateixos durant totes les sessions per poder afavorir la creació de vincles.

Nombre ideal de participants: 60 residents

Nivell cognitiu dels participants:

Sense deteriorament cognitiu o deteriorament cognitiu lleu o moderat.

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

TALLER DE GANXET AMB ASSOCIACIÓ DE GANXET DE BALAGUER

Es tracta d'un taller on les persones residents que gaudeixen fent l'activitat de ganxet poden practicar aquesta activitat en companyia de voluntàries de dita associació.

L'activitat es desenvolupa en un ambient tranquil i socialitzador, adaptant el ritme i el nivell a les capacitats de cada participant.

Objectius:

- * Estimular les capacitats cognitives i la concentració.
- * 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 la socialització i les relacions interpersonals.
- * Potenciar l'autoestima i el sentiment d'utilitat personal.
- * 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.

Data, lloc i horari :

Es duran a terme com a mínim dos tallers durant l'any.

Seràn en divendres de 16.30h a 18h. Les dates es concretaran més endavant amb l'associació.

Nombre ideal de participants : 6 residents

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

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

ALTRES

Donat que un dels valors de la residència Sant Domènec és l'apertura a l'entorn, si durant l'any sorgeix la possibilitat de dur a terme més activitats amb la comunitat, és a dir, amb altres entitats, aquestes s'implementaran i es registraran a l'IMP-149 i en la memòria d'activitats del centre.

6. ÀREA ESPIRITUAL

CELEBRACIONS RELIGIOSES: MISSA

La celebració de la missa a la residència és una activitat de caràcter espiritual i comunitari, amb un alt valor significatiu per a una part de les persones residents. Aquesta proposta s'inclou dins del model d'atenció integral del centre, tenint en compte no només les necessitats físiques, sinó també les emocionals i espirituals.

Per tal de garantir l'accessibilitat i la continuïtat d'aquest servei, un mossèn de la parròquia es desplaça periòdicament al centre per oficiar l'eucaristia a la capella de la residència. La celebració es desenvolupa en un ambient tranquil i respectuós, adaptat al ritme i a les capacitats dels residents, facilitant-ne la comprensió i la participació.

La missa està destinada als residents que desitgin participar-hi de manera voluntària i ofereix un espai de recolliment, pregària i reflexió, permetent mantenir els costums i creences religioses. Aquest fet contribueix a reforçar el sentiment de continuïtat, identitat personal i benestar emocional.

A més, l'activitat afavoreix la convivència i el sentiment de comunitat, proporcionant un moment de pau i consol dins l'entorn residencial. El personal del centre dona suport logístic quan és necessari, assegurant l'accessibilitat, el confort i el correcte desenvolupament de la celebració.

Objectiu

- Afavorir el benestar espiritual i emocional dels residents.
- Respectar i mantenir les creences religioses i valors personals de les persones residents.
- Oferir un espai de calma, recolliment i reflexió, contribuint a la tranquil·litat emocional.
- Fomentar el sentiment de comunitat i pertinença entre els residents.

- Afavorir la participació social mitjançant una activitat compartida.

Destinataris

Totes les persones residents interessades, excepte aquelles que presentin trastorns de conducta que puguin interferir en el desenvolupament adequat de l'activitat.

Data, lloc i horari

Dimecres i divendres a les 10:30 h, a la capella de la residència.

Nombre ideal de participants

Activitat sense límit establert, sempre que es respecti l'aforament i la capacitat física de la capella del centre.

Nivell cognitiu dels participants

Oberta a persones residents de qualsevol nivell cognitiu.

Responsable de l'activitat

Direcció del centre.

Avaluació

La direcció del centre realitza un seguiment periòdic del funcionament de l'activitat conjuntament amb la parròquia, valorant la continuïtat del servei i el seu adequat desenvolupament.

CELEBRACIONS RELIGIOSES: MISSA DEL GALL

OBERT A LES FAMÍLIES

La Missa del Gall a la residència és una celebració religiosa puntual vinculada a la festivitat de Nadal, amb un alt valor simbòlic, emocional i espiritual per a moltes persones residents. Aquesta activitat permet mantenir les tradicions i facilitar la vivència comunitària d'una data especialment significativa.

Per tal de garantir l'accessibilitat, un mossèn de la parròquia es desplaça fins al centre per oficiar la celebració al saló de la residència, en un entorn adaptat i segur.

A més, es tracta d'una activitat oberta a les famílies, fet que afavoreix el vincle afectiu, la participació comunitària i el benestar emocional de les persones residents en un context de celebració compartida.

Objectiu

- Afavorir el benestar espiritual i emocional dels residents en una data significativa com el Nadal.
- Mantenir i transmetre les tradicions religioses i culturals de la comunitat.
- Fomentar la participació activa dels residents i de les seves famílies, reforçant els vincles afectius.
- Crear un espai de convivència i comunitat, unint residents, familiars i personal de la residència.
- Proporcionar un moment de alegria, recolliment i celebració, contribuint al sentiment de pertinença.
- Donar suport emocional als residents, especialment a aquells que poden sentir-se sols durant les festes.

Destinataris

Persones residents interessades i les seves famílies. Queden excloses les persones residents que presentin trastorns de conducta que puguin interferir en el desenvolupament adequat de l'activitat.

Data, lloc i horari

23 de desembre, al saló de la residència, a les 11h. del matí.

Nombre ideal de participants

Activitat sense límit establert.

Nivell cognitiu dels participants

Oberta a persones residents de qualsevol nivell cognitiu.

Responsable de l'activitat

Direcció del centre.

Avaluació

La direcció del centre realitza un seguiment del desenvolupament de la celebració conjuntament amb la parròquia, valorant l'organització, la participació (residents i famílies) i l'adequació de l'activitat per mantenir-la en futures edicions.

ROSARI

OBERT A LES FAMÍLIES

A la residència es resa el rosari de dilluns a divendres a la tarda, a la capella del centre. Es tracta d'una activitat de caràcter espiritual i comunitari, guiada per un voluntari familiar, i adreçada a les persones residents que hi desitgin participar de manera voluntària.

Aquesta pràctica proporciona un espai estructurat de recolliment, calma i reflexió, contribuint al benestar emocional i espiritual dels

residents, així com al manteniment de les seves creences, pràctiques religioses i tradicions personals. L'activitat es desenvolupa en un entorn tranquil, respectuós i accessible, amb suport puntual del personal del centre quan es requereix per garantir el confort, la seguretat i la participació dels assistents.

Objectius :

- Afavorir el benestar espiritual i emocional dels residents.
- Mantenir i respectar les creences i tradicions religioses.
- Crear un espai de pau, recolliment i oració.
- Fomentar la participació voluntària i la convivència entre residents.

Destinatari : tots els residents que ho desitgin.

Data, lloc i horari : de dilluns a divendres a les 17h a la capella

*Nombre ideal de participants : 15 residents.

*Nivell cognitiu dels participants : independentment del nivell cognitiu

Responsable de l'activitat:

Educadora Social

Avaluació: L'activitat s'avaluarà mitjançant l'observació del grau de participació i del clima general durant la sessió. Es valorarà l'estat emocional dels residents (calma, benestar o inquietud) abans i després de l'activitat. També es comentaran possibles incidències i propostes de millora amb el voluntari responsable per ajustar l'activitat si cal.

GRUP DE BENESTAR ESPIRITUAL I EMOCIONAL

L'activitat és un espai grupal orientat a treballar el benestar emocional i espiritual dels residents mitjançant dinàmiques suaus i significatives.

Cada sessió combina moments de calma, reflexió i expressió personal.

Es tracta d'oferir un espai segur on cada participant pugui connectar amb el propi món interior, compartir vivències significatives i enfortir el sentiment de benestar i cohesió grupal.

Objectius :

- Fomentar l'expressió emocional i la reflexió personal.
- Potenciar el sentit de transcendència i de continuïtat vital.
- Treballar valors associats a la saviesa, la gratitud, la serenitat i l'esperança.
- Facilitar la connexió interior mitjançant tècniques de relaxació i respiració conscient.
- Promoure la cohesió grupal i el suport mutu entre residents.
- Oferir un espai segur i respectuós per compartir inquietuds profundes.

Destinataris : tots els residents interessats.

Nombre ideal de participants : 14 persones dividides en dos grups. Un grup amb cada psicòloga del centre.

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

Data, lloc i horari : dos cops al mes. Una sessió mensual amb cada psicòloga del centre.

- 1ª sessió amb Marta: últim divendres de mes, de 12.30h a 13.30h. a la sala polivalent del gimnàs.
- 2ª sessió amb Laia: últim dilluns de mes de 12.30h a 13.30h. a la sala polivalent del gimnàs.

Responsable de l'activitat: psicòlogues del centre.

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

CONFERÈNCIA ESPIRITUAL

OBERT A LES FAMÍLIES

Un cop l'any, la residència organitza una conferència de caràcter espiritual adreçada als residents i a les seves famílies.

Aquesta activitat ofereix un espai de formació, reflexió i diàleg, orientat al creixement personal i espiritual, amb continguts adaptats a les característiques i necessitats dels participants per afavorir-ne la comprensió i la participació activa.

La conferència es planifica i coordina prèviament i pot comptar amb la participació de diferents referents o agents externs segons la disponibilitat i l'enfocament de cada edició.

Aquest any, la sessió serà guiada pel Bisbe.

Objectius :

- Afavorir el benestar espiritual i emocional dels residents.
- Oferir formació i reflexió religiosa de qualitat.
- Reforçar el sentiment de comunitat i pertinença dins la residència.
- Fomentar la participació activa dels residents i famílies.

- Garantir la transmissió de valors i tradicions espirituals.

Destinatari : tots els residents que ho desitgin.

Data, lloc i horari : 1 conferència durant la primavera del 2026, la data i horari exacte es concretarà més endavant amb el Bisbat.

Nombre ideal de participants : 100 residents aproximadament.

Nivell cognitiu dels participants : qualsevol nivell excepte els que presentin trastorns de conducta que puguin interferir negativament en l'activitat.

Responsable de l'activitat: Educadora Social

Avaluació: registre mensual de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

7.ACTIVITATS AMB FAMÍLIES O ENTORN RELACIONAL PROPER.

A. AMB PERSONES RESIDENTS + FAMÍLIES /ENTORN RELACIONAL PROPER:

Les famílies / entorn relacional proper disposen d'un ventall ampli d'activitats en les quals poden participar conjuntament amb el seu familiar resident, afavorint la vinculació i l'acompanyament en el marc de la vida quotidiana del centre.

Es tracta d'activitats diversificades i planificades, orientades a l'estimulació integral de la persona i al manteniment de les seves capacitats. Inclouen propostes de caràcter cognitiu, motriu, emocional, comunitari i espiritual.

A continuació, es detalla el llistat d'activitats en les quals les famílies / entorn proper poden participar.

Cadascuna d'aquestes activitats es descriu de manera detallada en el present Pla d'activitats, dins l'àrea d'intervenció corresponent.

Cognitives:

- *Jocs de taula
- *Bingo
- *Conferències

Motores:

- *Olimpíades

Emocional:

- *Musicoteràpia
- *Aniversari residents
- *Visites

- *Projecció de fotos de totes les activitats de l'any
- *Exposicions per potenciar la identitat personal

Particip. comunitària:

- *Festa de la residència

- *Festa per a residents centenaris
- *Sortides / grup passeig
- *Col·laborem amb la marató de tv3
- *Dia internacional de les dones

Activ. espirituals:

- *Missa del gall (ob. famílies)
- *Rosari (ob. famílies)
- *Conferència espiritual (ob. famílies)

B. NOMÉS AMB FAMÍLIES / ENTORN RELACIONAL PROPER

A la residència, es desenvolupen actuacions específiques adreçades exclusivament a les famílies i a les persones de l'entorn relacional proper, amb l'objectiu de reforçar la comunicació, la vinculació i el suport durant el procés d'acompanyament al resident.

Aquestes accions contribueixen a millorar la coordinació amb el centre, facilitar l'accés a informació rellevant i promoure la participació activa i informada de les famílies en la vida residencial, afavorint una atenció més integral i centrada en la persona.

GRUP DE SUPORT A LES FAMÍLIES O ENTORN RELACIONAL PROPER.

Espai d'acollida i acompanyament adreçat a familiars i persones properes, orientat a compartir experiències, expressar necessitats i rebre orientació davant situacions vinculades al procés d'adaptació i convivència en l'àmbit residencial. Afavoreix la contenció emocional, el suport mutu i la coordinació amb l'equip professional.

Objectius:

- *Ofertir un espai d'acompanyament i contenció emocional a les famílies i entorn proper.
- *Facilitar l'intercanvi d'experiències i el suport mutu entre participants.

*Millorar la comprensió del procés d'adaptació del resident i de les situacions associades a l'envelliment i/o dependència.

*Reforçar la coordinació i la comunicació entre famílies i equip professional.

*Promoure estratègies d'afrontament i eines per a una participació més activa i positiva en l'acompanyament al resident.

Destinataris:

*Famílies dels residents (especialment familiars cuidadors principals).

*Persones de l'entorn relacional proper del resident (referents significatius).

Data, lloc i horari: Reunió mensual, de 11 a 12.30h a la sala de reunions del centre.

Responsable: Direcció i psicòloga del centre.

Avaluació:

- Registre mensual de participants
- Imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.
- Recollida qualitativa de necessitats, suggeriments i demandes emergents durant les sessions.
- Valoració qualitativa entre psicòloga i direcció de l'impacte en la comunicació i coordinació amb les famílies (abans/després).

ENVIAMENT DEL CALENDARI MENSUAL D' ACTIVITATS

Mensualment, el centre fa arribar a totes les famílies el calendari d'activitats mitjançant WhatsApp i/o correu electrònic.

En aquest document s'hi recullen les activitats programades per al mes en curs i s'hi indiquen de manera diferenciada aquelles propostes obertes a la participació de les famílies o de l'entorn relacional proper.

Aquest enviament facilita l'accés a informació actualitzada i contribueix a reforçar la comunicació amb les famílies, aportant transparència sobre la dinàmica i la planificació d'activitats del centre. Alhora, afavoreix que les famílies puguin anticipar-se i organitzar la seva participació, promovent una implicació activa en la vida residencial.

Objectius:

- Garantir una comunicació regular, clara i accessible amb les famílies.
- Informar de manera planificada sobre les activitats del centre i les opcions de participació familiar.
- Facilitar la implicació de l'entorn relacional i reforçar el vincle amb el resident.
- Promoure la participació comunitària i la continuïtat de les relacions significatives.
- Afavorir una atenció més coordinada i centrada en la persona, alineada amb el projecte de vida del resident.

8. SENSIBILITZACIÓ

SOCIAL:

A. SOBRE LA REALITAT DE LES PERSONES GRANS

XARXES SOCIALS

La residència desenvolupa una estratègia de comunicació digital a través de les xarxes socials, principalment mitjançant el perfil d'Instagram (<https://instagram.com/residenciasantdomenec>) i el web corporatiu (www.resi.cat), com a eines de sensibilització social, transparència institucional i projecció comunitària.

Aquests canals permeten la difusió periòdica i sistemàtica de continguts informatius, divulgatius i audiovisuals relacionats amb les activitats comunitàries, intergeneracionals, socioculturals i terapèutiques que es duen a terme al centre.

Les publicacions afavoreixen la interacció amb famílies, entitats del territori, professionals del sector socio sanitari i la ciutadania en general, contribuint a la construcció d'una xarxa relacional oberta i cohesionada.

Actualment, el perfil d'Instagram compta amb més de 1.000 seguidors i més de 500 publicacions.

Objectius :

- Visibilitzar les activitats comunitàries i intergeneracionals com a eina de participació i inclusió social.
- Combatre estereotips i prejudicis associats a la vellesa mitjançant una comunicació positiva i realista.
- Millorar la transparència i la comunicació institucional del centre amb les famílies i la comunitat.
- Facilitar l'accés a informació clara, rigorosa i actualitzada sobre els serveis i activitats del centre.
- Potenciar el sentiment de pertinença i vinculació de les persones residents amb l'entorn social i comunitari.

EXPOSICIÓ D'IMATGES DEL DIA A DIA AL CENTRE

El centre realitza una difusió visual periòdica d'imatges del dia a dia de les activitats socials, comunitàries i participatives que s'hi desenvolupen, mitjançant la seva exposició a les zones comunes. Aquesta acció comunicativa permet visibilitzar les experiències compartides, reforçar la comunicació interna i afavorir una percepció transparent del funcionament del centre.

A més, aquesta iniciativa té com a finalitat promoure la sensibilització sobre l'envelliment actiu, projectant una imatge positiva i realista de les persones grans com a participants actius en la vida comunitària. D'aquesta manera, es contribueix a combatre estereotips associats a la vellesa i a posar en valor les capacitats, el benestar i la participació social de les persones residents.

La publicació d'aquests continguts visuals fomenta la interacció entre les persones usuàries, les famílies, els professionals i les

persones visitants, contribuint a la cohesió i al sentiment de pertinença dins de la comunitat.

Objectius:

- Visibilitzar les activitats i experiències quotidianes que es desenvolupen al centre.
- Reforçar la comunicació interna i afavorir una percepció transparent del funcionament del servei.
- Fomentar la cohesió i el sentiment de pertinença dins la comunitat residencial.
- Promoure la interacció entre residents, famílies, professionals i persones visitants.
- Sensibilitzar sobre l'envelliment actiu i posar en valor la participació i el benestar de les persones grans.
- Contribuir a la reducció d'estereotips i prejudicis associats a la vellesa.

FESTA ANUAL DEL VOLUNTARIAT I ENTITATS COL·LABORADORES

La Festa Anual del Voluntariat i de les Entitats Col·laboradores és un acte institucional de caràcter comunitari destinat a reconèixer i visibilitzar la tasca del voluntariat i de les entitats que col·laboren de manera continuada amb la residència.

Té lloc anualment i compta amb una participació aproximada de 250 persones, entre residents, famílies, persones voluntàries, professionals del centre, representants de les entitats i de l'Ajuntament de Balaguer.

L'acte inclou la projecció d'un audiovisual amb les principals activitats de l'any, testimonis de persones residents i voluntariat, intervencions institucionals, actuacions musicals i un espai final de trobada amb un magnífic berenar, que afavoreix la relació interpersonal i el vincle comunitari.

Aquesta activitat s'inscriu dins l'eix de sensibilització social i té com a finalitat reforçar la connexió entre la residència i el seu entorn, promovent una imatge positiva de les persones grans i del paper del voluntariat com a element de cohesió social.

Objectius:

*Reconèixer públicament la tasca del voluntariat i de les entitats col·laboradores.

*Fomentar el sentiment de pertinença i implicació amb el projecte del centre.

*Visibilitzar la importància del treball en xarxa entre la residència i el teixit associatiu.

*Afavorir la cohesió entre residents, famílies, professionals, voluntariat i entitats.

*Promoure la sensibilització comunitària envers l'envelliment actiu i la participació social de les persones grans, contribuint a combatre estereotips i a projectar una imatge positiva de la vellesa.

PROJECCIÓ AUDIOVISUAL ANUAL OBERTA A LES FAMÍLIES

La descripció detallada d'aquesta activitat es troba recollida a l'àrea emocional del present Pla d'activitats.

CELEBRACIÓ DEL DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES GRANS AMB L'ESPLAI DE CREU ROJA

La descripció detallada d'aquesta activitat es troba recollida a l'àrea de Participació Comunitària (del present Pla d'activitats.

PUBLICACIONS EN MITJANS DE COMUNICACIÓ: LOCAL I COMARCAL

Acció de difusió externa mitjançant la publicació de notícies i informacions d'interès sobre actes rellevants organitzats pel centre a través de mitjans de comunicació locals i comarcals, com El Groc, Ràdio Balaguer, Balaguer Tv, Diari Segre i Diari La Mañana de Lleida.

Aquesta actuació contempla la redacció, elaboració i enviament de notes informatives, així com la coordinació amb els equips periodístics per facilitar una cobertura adequada, rigorosa i ajustada als diferents formats de publicació.

Entre les accions de major rellevància, es preveu la difusió de la festa anual de celebració de l'aniversari de l'Associació, que se celebra a l'església de Sant Domènec i al seu entorn, així com la comunicació d'altres actes significatius com les celebracions de

persones centenàries i la participació en trobades d'àmbit català d'associacions de residències.

Aquesta línia de treball contribueix a reforçar la presència pública del centre, promou el reconeixement social de les activitats que s'hi desenvolupen i afavoreix una imatge activa i integrada dins la comunitat i el territori.

Objectius:

- Donar visibilitat a les activitats i actes significatius del centre a través dels canals de comunicació del territori.
- Reforçar el vincle amb la comunitat local i comarcal, promovent el coneixement i la participació en les iniciatives del centre.
- Posicionar el centre com a referent actiu dins del sector, donant difusió a esdeveniments institucionals i trobades d'àmbit català.

B. ALTRES TEMÀTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ

A més de les actuacions orientades a la sensibilització sobre la realitat i el valor social de les persones grans, el centre impulsa accions de conscienciació vinculades a altres àmbits d'interès comunitari. En aquest marc, es promouen iniciatives específiques de sensibilització en matèria de violència de gènere i de sostenibilitat mediambiental, reforçant el compromís del centre amb una perspectiva socialment responsable i transversal.

VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Es durà a terme una conferència de sensibilització sobre les violències de gènere, programada per al 7 de març a les 11:15 h al saló del centre. Serà impartida per personal extern adaptant el llenguatge, el ritme i els recursos al perfil dels assistents.

MEDIAMBIENTAL

Activitat intergeneracional amb l'Escola La Noguera, adreçada a persones residents i a l'alumnat de 3r de primària, orientada a la sensibilització mediambiental.

L'actuació inclourà:

- una proposta pràctica de recollida selectiva i/o reciclatge.
- l'elaboració conjunta d'una manualitat amb materials reutilitzats.
- Realització de cartells de conscienciació per als espais comuns del centre, amb missatges i recordatoris per promoure conductes sostenibles en el dia a dia.

Objectius:

- Promoure hàbits sostenibles mitjançant la sensibilització i la pràctica de la recollida selectiva i el reciclatge.
- Afavorir la participació intergeneracional i la cooperació entre residents i alumnat.
- Estimular les capacitats creatives i manipulatives dels participants a través d'activitats amb materials reutilitzats.

- Generar materials de comunicació interna (cartells) que reforcin la conscienciació ambiental i la corresponsabilitat comunitària dins el centre.

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

Data, lloc i horari :

18 març a les 11h al saló.

Nombre ideal de participants : 40 persones residents

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

Responsable de l'activitat: Educadora social

Avaluació: registre de participants + imprès 149 mensual on avaluem si s'han assolit els objectius previstos.

9. ALTRES

ACTIVITATS

Aquest apartat recull aquelles activitats que poden incorporar-se al llarg de l'any i que no han estat previstes en la planificació inicial del Pla.

Es tracta de propostes que sorgeixen a partir de l'avaluació continuada del dia a dia al centre, de la detecció de noves necessitats, interessos o preferències de les persones residents, així com de l'aparició d'oportunitats comunitàries i de participació amb l'entorn.

La residència manté una actitud proactiva i oberta a la incorporació de noves activitats, especialment de caràcter comunitari, com a mostra d'un funcionament flexible i en constant evolució. Aquesta capacitat d'adaptació permet ajustar la programació per garantir una intervenció més actualitzada, significativa i centrada en la persona.

10. AVALUACIÓ DE LES ACTIVITATS:

L'avaluació del Pla d'activitats es realitza mitjançant tres nivells d'anàlisi: inicial, processual (continuada) i final, amb l'objectiu de garantir una programació adequada a les necessitats de les persones residents, assegurar la qualitat de les intervencions i introduir millores de manera sistemàtica.

1) Avaluació inicial

En el moment d'ingrés, la família complimenta el Qüestionari Social inicial (IMP-173), que permet recollir informació rellevant sobre la història de vida del resident, costums, preferències, interessos, gustos musicals i aficions, entre d'altres.

Aquesta informació es considera clau per orientar la planificació i el disseny de les activitats, assegurant que siguin significatives i adaptades a la persona.

2) Avaluació processual o continuada

Durant la implementació del Pla, es realitza un seguiment sistemàtic mitjançant diferents instruments i tècniques:

- Registre d'assistència a cada activitat per monitorar el nivell de participació dels residents.
- Entrevistes informals periòdiques per recollir informació sobre la satisfacció, l'impacte i la percepció de les activitats, adreçades a residents, familiars, professionals i persones voluntàries.
- Observació participant durant el desenvolupament de les activitats, amb l'objectiu d'avaluar aspectes com la implicació, el gaudi, la interacció social, l'actitud i el rendiment dels residents, permetent introduir ajustos i millores per mantenir un nivell òptim de participació i satisfacció (p. ex., en activitats com el bingo es valora tant la participació com la satisfacció i la interacció durant el joc).

Adicionalment, al final de cada mes es duu a terme una revisió específica dels següents indicadors i registres:

- Seguiment dels residents amb deteriorament cognitiu i la seva participació en sessions de psicoestimulació, per identificar necessitats i ajustar la intervenció (indicador ISO mensual 9.8).
- Identificació dels residents que no participen en activitats del centre, per analitzar causes i plantejar mesures de millora o alternatives (indicador ISO mensual 9.9).

- Recompte del nombre de participants per activitat, així com el grau d'assoliment d'objectius establerts (IMP-149: Registre mensual d'avaluació de les activitats grupals).
- Verificació del grau de compliment del calendari mensual d'activitats. En cas de no realització d'alguna activitat programada, es registra la incidència i el motiu corresponent (IMP-147: Incidències en les activitats grupals), permetent fer seguiment i establir mesures preventives davant incidències reiterades.

A més, amb periodicitat anual, es realitzen enquestes de satisfacció a residents i famílies o entorn relacional proper, per obtenir una valoració global de les activitats.

3) Avaluació final

Al final de l'any, es recopila la informació obtinguda mitjançant els registres, impresos i indicadors, i s'elabora una memòria anual d'activitats.

Paral·lelament, es completa l'apartat corresponent a la revisió per la Direcció (ISO 9001 / UNE 158101), on s'analitzen els resultats, es valoren els punts forts i les àrees de millora, i es defineixen propostes d'actuació per al següent Pla d'activitats Anual.

