

# **PROGRAMA DE ACTIVIDADES**

## **Residencia Templis Atlantis**

Educadora Social: Rosa Díaz Aragón

Terapeuta Ocupacional: Dolina del Amo Barceló

Psicóloga: Anna Barceló Prades

## ÍNDICE

I INTRODUCCIÓN.....	2
II OBJETIVOS GENERALES .....	3
III ÁREA DE ACTIVIDADES.....	3
Actividades de Estimulación.....	3
Creatividad .....	5
Estimulación Musical.....	5
Actividades socio-comunitarias.....	5
IV REGISTRO Y VALORACIÓN .....	6

## I INTRODUCCIÓN

Una actuación con mayores implica una interrelación entre el mayor, el medio en que se desenvuelve y las personas que intervienen en los diferentes procesos y actuaciones. La estimulación y las actividades adecuadas son elementos básicos a la hora de preservar y mejorar el bienestar integral de los mayores, con autonomía de cuál sea su estado físico, cognitivo y funcional. Esta interrelación se debe construir a partir de un análisis de la realidad, de una elección de fines y objetivos y de la puesta en marcha de un programa que cuente con la implicación de los destinatarios, a través del Plan Interdisciplinar de Atención Individual (PIAI). La estimulación afectiva, la comunicación y la escucha activa formarán parte integrante del proceso en todo momento. Siguiendo el Modelo de Atención entrada en la Persona, la persona mayor es la protagonista.

A través de este programa de actividades se pretende estimular a la persona y al grupo, trabajando las capacidades de cada uno, para optimizar en lo posible el deterioro.

Su finalidad es contribuir a la mejora de la calidad de vida de los residentes según sean sus necesidades individuales y colectivas.

Además de adaptable, el programa será también flexible y se actualizará cuando sea conveniente en función de las necesidades de los usuarios del centro.

## II OBJETIVOS GENERALES

- Fomentar la calidad de vida y el desenvolvimiento óptimo de la población destinataria.
- Promover las relaciones interpersonales entre los usuarios, haciéndolos conscientes de que forman parte de una colectividad.
- Lograr una mayor integración de los usuarios en la vida social del centro.
- Estimular y favorecer las capacidades cognitivas, socio-afectivas, perceptivas y relacionales.
- Ofrecer un conjunto amplio de actividades que permitan la inclusión de la mayoría de los usuarios en función de sus intereses, preferencias ocupacionales, sociales y grado de autonomía.
- Obtener la confianza y cooperación de la persona destinataria.
- Desarrollar o incrementar la volición, es decir la motivación por realizar actividades significativas.
- Ofrecer espacios y recursos para que puedan organizar su tiempo libre.

### III ÁREA DE ACTIVIDADES

Aunque el programa en general va destinado a todos los residentes del centro, las actividades propuestas se desarrollarán según las capacidades y tipología de cada usuario, en base a la información recogida y siempre de manera voluntaria.

#### Actividades de Estimulación

##### **Objetivos específicos:**

- Estimular funciones sensio-perceptivas
- Potenciar y mantener el ejercicio de las funciones cognitivas (memoria, atención, concentración, praxias, gnosias, resolución de problemas, lenguaje, pensamiento abstracto, funciones ejecutivas y cálculo)
- Fomentar la interacción e interrelación personal
- Mantener y mejorar las habilidades sociales de comunicación y expresión

##### **Actividades:**

##### Estimulación cognitiva

Se adapta la complejidad de las actividades al nivel de capacidad cognitivo de cada persona. Realizando tanto actividades grupales como individuales.

- **Orientación a la realidad.** Orientación de las tres esferas (persona, tiempo y espacio) teniendo en cuenta la situación de actualidad. De esta forma la persona se siente en contacto con el entorno y forma parte de él.
- **Bingo y juegos de mesa.** Se trabaja la atención, el cálculo, la concentración y la memoria. Es una actividad grupal donde se fortalece la relación entre los residentes.
- **Reminiscencia.** A través de los recuerdos y hechos del pasado se trabaja la memoria remota, compartiendo historias de vida y vivencias compartidas.
- **Conversación y tertulia.** Se generan espacios donde se tratan temas de interés para los participantes. Además, periódicamente se realiza una charla sobre aspectos a cambiar o mejorar percibidos por los residentes de los servicios que se realizan en el centro.
- **Taller de memoria.** Actividades en formato papel a nivel individual donde se trabaja la concentración, la atención, el cálculo, el lenguaje, las gnosias, la memoria y la caligrafía.

### Estimulación Sensorial/Basal

Este tipo de estimulación se utilizará con personas que presenten un grado de deterioro cognitivo muy severo y con las que no es efectiva la estimulación cognitiva habitual. La estimulación sensorial es la estimulación a través de los sentidos básicos (oído, tacto, olfato, vista).

- Actividades propioceptivas: Reconocimiento de las diferentes partes del cuerpo a través del tacto, el movimiento, entre otros, y localización del mismo respecto al entorno próximo.
- Estimulación multisensorial: Percibir sensaciones a través de los sentidos (vista, tacto, olfato, gusto y oído).
- Estimulación Basal: En los casos donde el deterioro sea más elevado se hace uso de esta técnica basada en promover el desarrollo y la integración de la comunicación, la percepción y el movimiento.

### Creatividad

Las actividades de creatividad están pensadas para trabajar la imaginación, la creación de ideas y el pensamiento divergente. Se trata de actividades integrales que engloban todas las áreas de la persona, tanto a nivel cognitivo como perceptivo y sensorial. Se hace uso de herramientas tales como la motricidad fina y gruesa, praxias y coordinación.

- Pintura: Pinceles, temperas, lápices de colores y cualquier otra herramienta que ayude a potenciar la imaginación.
- Manualidades: Cualquier actividad realizada con las manos que tengan como finalidad motivar la capacidad creativa y creación de objetos con finalidad terapéutica.

Estas actividades tienen como fin crear un producto con valor y sentido, para así fomentar el sentimiento de autoeficacia.

Objetivos específicos:

- Estimular capacidades imaginativas y espontáneas.
- Educar en el ocio.

### Estimulación Musical

La estimulación musical es la aplicación científica del arte musical con finalidad terapéutica y transmite mensajes al sujeto que favorecen el desbloqueo afectivo. Se aplicará mediante un proceso sistemático de intervención y regularidad para lograr que sea efectivo, en combinación con otras actividades. Se engloban actividades como escuchar música, cantar, bailar mediante actividades que favorezcan la cohesión de grupo.

## Actividades socio-comunitarias

En esta área se incluyen todas aquellas actividades que tienen como finalidad principal fomentar las relaciones inter e intra comunitarias del usuario y facilitar su participación en la vida diaria del centro y su entorno.

### **Objetivos específicos:**

- Mantener la integración y relación con el medio, evitando el aislamiento.
- Fomentar la participación en la vida comunitaria del centro.
- Desarrollar el interés para practicar actividades.
- Ocupación del tiempo libre.
- Implicar a la persona con el entorno residencial.
- Incrementar la relación intergeneracional

### **Actividades:**

#### Fiestas tradicionales

Con el fin de celebrar las fiestas tradicionales y comunitarias, se realizarán actividades manuales de dibujo y pintura que se utilizarán para decorar el centro. Así los residentes compartirán con sus familias y con el personal del mismo, los trabajos que han llevado a cabo.

Ésta es una actividad integradora y de identificación cuya principal finalidad es reforzar los vínculos entre los residentes, la comunidad y sus familias.

Se organizarán talleres durante las siguientes fiestas

- Fiestas de cumpleaños, Reyes, Carnaval, Día de la Mujer, Semana Santa, Sant Joan, Castanyada, San Jordi y Navidad.

#### Salidas fuera del centro

Con el fin de mantener la relación con el entorno y la comunidad se organizan, siempre que sea posible por la situación sanitaria, actividades como: salidas a la playa, paseos por el pueblo, visitas al mercadillo y a museos, participación en programas de la radio, encuentros intergeneracionales con escuelas y/o institutos de la comunidad, entre otras.

## IV REGISTRO Y VALORACIÓN

Se llevará a cabo un registro de cada residente relativo al grado de participación en las actividades del programa según estipula el calendario de actividades del centro. En él también se anotará las observaciones pertinentes, teniendo en cuenta que la participación en las distintas actividades es voluntaria. Este registro lo llevaran a cabo todas las técnicas del centro; educadora social, terapeuta ocupacional, psicóloga y fisioterapeuta.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES RESIDENCIA TEMPLIS ATLANTIS 2021

Horario		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Mañana	10,30-11,30	Estimulación cognitiva: Orientación a la realidad espacio-temporal	Estimulación sensorial: Actividades de creatividad y música	Actividades de creatividad grupal: Motricidad fina y praxias	Playa	Estimulación cognitiva: actividades de memoria y reminiscencia	Estimulación sensorial: Animación musical	Estimulación cognitiva: Juegos de mesa
	11,30-13,00	Caminata	Caminata	Caminata		Caminata		
	Comida							
Tarde	15,30-17,00	Estimulación sensorial: Actividades propioceptivas	Actividades de creatividad grupal: Motricidad fina y praxias	Estimulación cognitiva: Atención, gnosias y memoria (Bingo)	Estimulación cognitiva: Juegos de mesa	Actividades de creatividad grupal: Motricidad fina y praxias	Tarde de Cine y Tertulia	Tarde de Cine y Tertulia
	17,0-18,30	Estimulación cognitiva: Juegos de mesa	Estimulación cognitiva individual numérica, lenguaje y gnosias	Gerontogimnasia y relajación	Estimulación sensorial: Actividades de creatividad y música	Estimulación cognitiva: Conversación y tertulia		