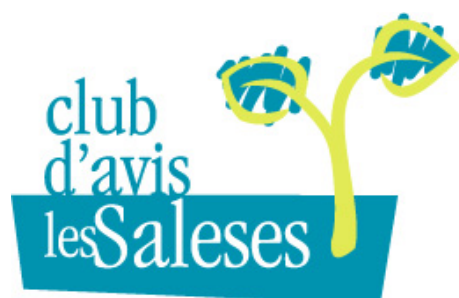


# PROGRAMA INTEGRAT PER FUNCIONS

Activitats que integren el Programa per l'envelliment actiu i la qualitat de vida



## ÍNDEX

INTRODUCCIÓ.....  
pàg 1

### **1.- ACTIVITATS SETMANALS:**

1.1.-Activitat d'estimulació ambiental.....pàg.3  
1.2.-Activitat d'estimulació basal.....pag.4  
1.3.- Activitat d'estimulació sensorial.....pàg.5  
1.4.- Activitat d'AVD's.....pàg.7  
1.5.- Activitat d'alimentació.....pàg.8  
1.6.- Activitat d'activació física.....pàg.9  
1.7.- Activitat de rehabilitació funcional.....pàg.11  
1.8.- Activitat de posicionament i control postural.....pàg.13  
1.9.- Activitat d'estimulació cognitiva.....pàg.14  
1.10.- Activitats d'animació setmanals.....pàg.15  
(Manualitats, bingo, música, jocs lúdics, lectura i comentari de premsa..)  
1.11.- Sortides pel barri i ciutat.....pàg.16  
1.12.- Sortides personalitzades pel barri.....pàg.18  
1.13.- Celebració de festes del calendari anual i aniversaris.....pàg.20

### **2.- ACTIVITATS EXTRAORDINÀRIES I FESTIVES**

2.1.-Calendari d'activitats extraordinàries i festives de l'any .....pàg .22

## **INTRODUCCIÓ**

El programa d'activitats interdisciplinar del nostre centre té en compte al nostra resident de forma global, i per aquest fet incideix en les següents àrees: física-funcional, cognitiva y emocional, lleure i relacional.

En la nostra actuació sempre partim de la voluntat, desitjos i interessos dels nostres residents, basant-nos en el model d'atenció centrada en la persona.

En primer lloc, en aquest programa es descriuen les activitats setmanals que desenvolupem els tècnics en la nostra tasca diària; al costat de cada activitat s'especifica l'àrea en la qual més incideix (física-funcional, cognitiva y emocional, lleure i relacional).

Tot i així en totes les activitats es tenen en compte i treballen les tres àrees en més o menys intensitat.

La majoria d'activitats van adreçades a tots els nostres residents que puguin seguir-les en major o menor grau , a excepció de l'activitat d'activació (1.1) i la d'estimulació basal (1.2) que van dirigides a les persones que pateixen demències més avançades.

En la darrera part del programa (Apartat 2), es descriuen les activitats extraordinàries i festives les quals també incideixen en l'àrea del lleure i relacional, i en les que es convida i fomenta la participació dels familiars i referents dels nostres residents.

En les activitats sortides pel barri i ciutat (1.10) i celebració de festes i aniversaris (1.12) també es convida a participar als familiars i referents.

## 1.- ACTIVITATS SETMANALS

### 1.1.- ACTIVITAT D' ESTIMULACIÓ AMBIENTAL (àrea emocional-cognitiva)

#### Objectiu general:

Afavorir el benestar i confort en un ambient estimulador i relaxant.

#### Objectius específics:

- Afavorir el confort i benestar del usuari.
- Garantir un bon posicionament de confort.
- Estimular els sentits bàsics preservats (vista, tacte, olfacte, gust i oïda).
- Afavorir el contacte amb la realitat.
- Afavorir una comunicació no verbal i/o verbal terapeuta-usuari.
- Afavorir la relaxació.
- Activar/Estimular les àrees cognitives preservades.

#### Estratègies d'intervenció:

- Posicionament proporcionant confort per l'usuari.
- Proporcionar escalfor. Ambient càlid.
- Disminuir la il·luminació. Proporcionar il·luminació estimulativa i relaxant (colors variats).
- Tractament a nivell sensorial (pentinar-los, massatge a les mans, etc.)
- Tractament a nivell sensorial (imatges, contacte, aromes, música,...)

#### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual o Grupal

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb un GDS 6 o superior i/o usuaris conductualment alterats (ansiosos, agitats, etc).

#### Calendari d'Activitats:

- **Horari:** En revisió
- **Freqüència:** 1 cop per setmana

#### Recursos

- **Professional:** Terapeuta Ocupacional
- **Espai:** Sala de fisioteràpia i/o habitació.
- **Material:** Butaques, recolza peus, coixins de colors, colònia (lavanda, afruitades, etc.), ambientador, plantes aromàtiques, ordinador portàtil, projector d'imatges boniques, powerpoint amb imatges estimulatives i relaxants, xupaxups sense sucre, crema hidratant, làmpada de lava, Minicadena, CDs de música relaxant terapèutica, mantes, etc.

#### Criteris d'avaluació:

- Registre d'assistència al grup i curs evolutiu

## 1.2 ACTIVITAT D'ESTIMULACIÓ BASAL (àrea emocional)

### Objectiu general:

Afavorir el benestar i confort de la persona.

### Objectius específics:

- Afavorir el confort i benestar del usuari.
- Garantir un bon posicionament de confort.
- Estimular els sentits bàsics preservats (vista, tacte, olfacte, gust i oïda).
- Afavorir el contacte amb la realitat.
- Afavorir una comunicació no verbal i/o verbal terapeuta-usuari.
- Afavorir la relaxació.
- Activar/Estimular les àrees cognitives preservades.

### Estratègies d'intervencions:

- Estimular els sentits bàsics.
- Establir comunicació verbal i/o no verbal.
- Posicionament proporcionant confort per l'usuari.
- Proporcionar escalfor. Ambient càlid.
- Proporcionar il·luminació estimulativa i relaxant (llum baixa i colors varis).
- Tractament a nivell senso perceptual: massatge relaxant (contracció-relaxació, etc.)
- Tractament a nivell sensorial (contacte, música, aromes, etc.).

### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual

**Criteri d'inclusió:** Usuaris enllitats la majoria del temps amb una severa dependència.

#### Calendari d'Activitats:

- **Horari:** Segons necessitats.
- **Freqüència:** 1 dia a la setmana per resident que requereixi la intervenció.

#### Recursos

- **Professional:** Terapeuta Ocupacional
- **Espai:** Habitació del resident.
- **Material:** música relaxant, lampada de lava, aromes (colònia, plantes aromàtiques, etc.), infusions, xupaxups sense sucre, crema de mans, coixins, mantes.

#### Critèris d'avaluació:

- registre control d'assistència i curs evolutiu.
- Observació del comportament i de la interacció amb els estímuls.

### 1.3 -ACTIVITAT D'ESTIMULACIÓ SENSORIAL

L'estimulació neurosensorial consisteix en una intervenció basada en la estimulació dels sentits de la vista, audició tacte, gust i olfacte amb l'objectiu de connectar a la persona amb l'entorn, ambient i/o realitat. Aquesta intervenció i/o activitat va dirigida a persones que tenen, dèficits sensorials, dificultats de comunicació greu i/o falta de relació amb l'entorn. "El concepte d'estimulació sensorial prové de la paraula "snoezelen", que és la unió de dos termes holandesos que signifiquen "impregnar-se" i "somiar".

#### **Objectiu general:**

Oferir un millor benestar i una major qualitat de vida a les persones afectades de demència avançada amb un GDS 6-7 i/o amb dèficits sensorials.

#### **Objectius específics:**

- Promoure la interacció i la comunicació del usuari amb l'entorn físic i social
- Estimular els sentits bàsics preservats (vista, tacte, olfacte, gust i oïda).
- Que el usuari connecti amb la realitat
- Estimular l'atenció i la concentració
- Afavorir la relaxació.
- Activar/Estimular les àrees cognitives preservades.
- Estimular i activar sentits i emocions
- Afavorir el confort i benestar del usuari.

#### **Estratègies d'intervencions:**

- Estimular els sentits bàsics.
- Establir comunicació verbal i/o no verbal.
- Posicionament proporcionant confort per l'usuari.
- Proporcionar escalfor. Ambient càlid.
- Proporcionar il·luminació estimulativa i relaxant (llum baixa i colors varis).
- Tractament a nivell sensoperceptual: massatge relaxant (contracció-relaxació, etc.)
- Tractament a nivell sensorial (contacte, música, aromes, etc.).

#### **Descripció de l'activitat:**

**Modalitat d'intervenció:** Individual

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb deteriorament cognitiu greu, dèficits sensorials (auditiu o visual), dificultats de comunicació greu (inhibició conductual, afàsia, hipoacúsia) o falta de relació amb l'entorn

**Calendari d'Activitats:**

- **Horari:** Segons necessitats.
- **Freqüència:** 1 dia a la setmana 20-30 minuts per resident.

**Recursos**

- **Professional:** Fisioterapeuta
- **Espai:** Habitació del resident/Sala de Fisioteràpia
- **Material:**
  - Estimulació visual: Llums de colors, llum solar, imatges.
  - Estimulació olfactiva: difusor d'aromes, conjunt d'aromes.
  - Estimulació tàctil: Pilotes, diferents textures, plomes, coixins, mantes i crema corporal
  - Estimulació auditiva: CDs amb música, maraques, campaneta.
  - Gustativa: Sucs, gelatines.

**Critèris d'avaluació:**

- registre control d'assistència i curs evolutiu.
- Observació del comportament i de la interacció amb els estímuls en les sessions

## 1.4.-ACTIVITAT d' AVDs (Activitats de la Vida Diària) (àrea funcional)

### Objectiu general:

Potenciar i/o Mantenir l'autonomia en les AVDB (activitats bàsiques de la vida diària).

### Objectius específics:

- Valorar l'autonomia del resident.
- Valorar i proporcionar las ajudes tècniques necessàries para millorar l'autonomia del resident.
- Eliminació de barreres arquitectòniques y adaptació del entorno.
- Entrenar les activitats de l'autocura (higiene personal, ús del wc. tranferències i vestit) per aconseguir la realització d'aquestes de manera independent o donar suports en cas necessari.
- Procurar la màxima mobilitat, independència y autonomia en las activitats de la vida diària.

### Estratègies d'intervencions:

- Valoració: A primera hora del matí realitzar la valoració del vestit, higiene, etc. Observar les seves limitacions i les seves capacitats, tan físiques com mentals, en totes les AVDs.
- Tècniques d'economització d'energia.
- Entrenament en ús d'ajudes tècniques en cas necessari.
- Oferir seguretat alhora de realitzar les AVDs, adaptant l'entorn i per mitjà d'ús d'ajudes tècniques.

### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual.

**Criteri d'inclusió:** Tots els usuaris.

### Calendari d'Activitats:

- **Horari:** En revisió
- **Freqüència:** 1 dia a la setmana per resident que requereixi la intervenció.

### Recursos

- **Professional:** Terapeuta Ocupacional
- **Espai:** habitació del usuari
- **Material:** Roba de la persona, utensilis d'higiene i d'autocura. Guants, palangana, esponges sabonoses, ajudes tècniques si s'escauen, etc.

### Critèris d'avaluació:

- Barthel
- Registre control de valoració, intervenció i seguiment.
- Observació i Informació per part d'auxiliars



## 1.5- ACTIVITAT D' ALIMENTACIÓ (àrea funcional)

### Objectiu general:

Potenciar i/o Mantenir l'autonomia en l'Alimentació

### Objectius específics:

- Valorar l'autonomia del resident en l'alimentació.
- Valorar i proporcionar las ajudes tècniques necessàries para millorar l'autonomia en l'alimentació.
- Entrenar les activitats de l'alimentació per aconseguir la realització d'aquestes de manera independent o donar suports en cas necessari.
- Procurar la màxima independència y autonomia en l'alimentació.
- Proporcionar ajudes tècniques en cas necessari per facilitar la seva autonomia.

### Estratègies d'intervencions:

- Valoració dels usuaris a la hora de l'alimentació
- Bon posicionament a la taula en alimentació.
- Reentrenament el l'ús del coberts i en moviments a realitzar.
- Tècniques d'economització d'energia.
- Entrenament en ús d'ajudes tècniques en cas necessari.

### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual.

**Criteri d'inclusió:** Tots els usuaris.

### Calendari d'Activitats:

- **Horari:** Variable segons usuari i segons residència.
- **Freqüència:** 1 dia a la setmana per resident que requereixi la intervenció.

### Recursos

- **Professional:** Terapeuta Ocupacional
- **Espai:** habitació del usuari
- **Material:** Roba de la persona, utensilis d'higiene i d'autocura. Guants, palangana, esponges sabonoses, ajudes tècniques si s'escauen, etc.

### Critèris d'avaluació:

- Observació basat en la FIM.
- Registre control de valoració, intervenció i seguiment.
- Informació per part d'auxiliars.

## 1.6.- ACTIVITAT D'ACTIVACIÓ FÍSICA (àrea física-funcional)

### Grup de psicomotricitat

#### Objectiu general:

Millorar i/o mantenir les capacitats físiques, cognitives, socials i/o emocionals dels residents.

#### Objectius específics:

- Millorar i/o mantenir l'amplitud de moviment articular.
- Millorar i/o mantenir la mobilitat activa.
- Millorar i/o mantenir la coordinació dinàmica general, bimanual.
- Millorar i/o mantenir l'equilibri, tant en sedestació com en bipedestació.
- Millorar i/o mantenir la tolerància a l'esforç.
- Potenciar les relacions interpersonals.
- Promoure la motivació dels residents.
- Estimular i mantenir les capacitats funcionals residuals.
- Prevenir el síndrome d'immobilitat.
- Prevenir caigudes.

#### Estratègies d'intervenció:

- Tractament a nivell sensorial.
- Tractament a nivell sensomotriu.
- Adaptació de l'activitat.
- Gradació de l'activitat.
- Adaptació de l'entorn.

#### Descripció de l'activitat:

**Modalitat de la intervenció:** Grupal

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb un GDS 5 o inferior. Capaçs d'entendre ordres simples.

#### Calendari d'activitats:

- **Horari:** 11 -11.45 hores Ricard Julià / 10.30-11.15 hores Ramon Sala / 11-11.45 hores Rosa Franch
- **Freqüència:** 1 cop per setmana

#### Recursos:

- **Professional:** Fisioterapeuta.
- **Espai:** Menjador o sala de fisioteràpia.
- **Material:** Cadires amb o sense recolza braços, pilotes, cercols, mocadors, aparell de música
- ...

#### Criteris d'avaluació:

- Observació de l'usuari de forma diària.

## Club d'Avis les Saleses

- Escala funcional de Tinetti.
- Registre de participació.
- Curs evolutiu.
- PIAI .
- Enquesta de satisfacció.
- Memòria anual.

## 1.7.-ACTIVITAT DE REHABILITACIÓ FUNCIONAL (àrea física-funcional)

### Objectiu general:

Rehabilitar dèficits específics que interfereixen en el desenvolupament de l'autonomia del resident.

### Objectius específics:

- Prevenir el deteriorament de les habilitats funcionals.
- Millorar les capacitats afectades.
- Mantenir les habilitats conservades.
- Compensar els dèficits establerts.
- Afavorir la mobilitat articular ( amplitud de moviment).
- Frenar l'atrofia muscular.
- Conservar la força muscular.
- Millorar la flexibilitat i el to muscular.
- Disminuir el dolor articular i muscular.
- Afavorir el retorn venós.
- Potenciar la resistència a la fatiga.
- Augmentar la capacitat respiratòria: garantir una millora en l'oxigenació de la sang.
- Potenciar la capacitat d'orientació en l' espai.
- Mantenir els reflexes, la coordinació i l'agilitat.
- Afavorir la vida de relació amb l'entorn
- Mantenir la capacitat d'atenció i concentració.
- Prevenir el síndrome d'immobilitat.

### Estratègies d'intervenció:

- Tractament de les extremitats superiors/Inferiors.
- Reeduació de l'equilibri i la marxa.

### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual.

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb qualsevol tipus de GDS (adaptació de l'activitat a les seves capacitats).

### Calendari d'activitats:

- **Horari:** en revisió
- **Freqüència:** Tres dies/setmana a cada residència.

### Recursos:

- **Professional:** Fisioterapeuta.
- **Espai:** Habitació del resident, sala de fisioteràpia.
- **Material:** Politges, cold-pack, pilotes, pedalier, hot-pack, infraroig, ajudes tècniques per les marxés, electroteràpia ...

**Criteris d'avaluació:**

- Observació de l'usuari de forma diària.
- Escala funcional de Tinetti.
- Registre de participació.
- Curs evolutiu.
- PIAI.
- Memòria anual.

## 1.8.- ACTIVITAT DE POSICIONAMENT I CONTROL POSTURAL (àrea física-funcional)

### Objectiu general:

Millorar el posicionament i control postural del resident.

### Objectius específics:

- Adaptar la sedestació a les necessitats del resident (cadira de rodes, accessoris, etc.).
- Facilitar l'activació del resident.
- Facilitar el confort.
- Prevenir complicacions secundàries al mal posicionament: nafres, deformitats, etc.
- Optimitzar les ajudes tècniques disponibles al centre.
- Control i seguiment del material disponible.

### Estratègia d'intervenció:

- Informar i orientar al personal per facilitar el bon posicionament en sedestació del resident.
- Assessorar al resident, família i/o persones de referència en l'adquisició i/o adaptació de cadira de rodes i dels accessoris necessaris.
- Realitzar informes tècnics d'assessorament per la sol·licitud de PAO i facilitar la comunicació amb el centre dispensador.
- Inventari de cadira de rodes, accessoris i coixins preventius.

### Descripció de l'activitat:

**Modalitat d'intervenció:** Individual.

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb qualsevol tipus de GDS i que requereixin aquesta intervenció.

### Calendari d'activitats:

- **Horari:** Segons les necessitats i/o demandes assistencials.
- **Freqüència:** Diària, fins assolir l'objectiu terapèutic.

### Recursos:

- **Professional:** Fisioterapeuta.
- **Espai:** Habitació del resident, sala de fisioteràpia.
- **Material:** Cadira de rodes del resident.

### Criteris d'avaluació:

- Observació de l'usuari de forma diària.
- Escala funcional de Tinetti.
- Registre de participació.
- Curs evolutiu.
- PIAI.
- Enquesta de satisfacció.
- Memòria anual.

## 1.9.-ACTIVITAT D'ACTIVACIÓ COGNITIVA (àrea cognitiva)

### Grup d'estimulació cognitiva

#### Objectiu general:

Millorar i/o mantenir les capacitats cognitives dels residents.

#### Objectius específics:

- Millorar i/o mantenir les funcions cognitives preservades.
- Millorar i/o mantenir la capacitat de relacionar-se amb l'entorn.
- Millorar i/o, mantenir les funcions lingüístiques preservades.
- Millorar i/o mantenir el vincle amb la realitat.
- Mantenir la identitat personal del resident.
- Potenciar les relacions interpersonals.
- Promoure la motivació dels residents.

#### Estratègies d'intervenció:

- Teràpia d'orientació a la realitat.
- Teràpia de la reminiscència.
- Estimulació cognitiva de funcions.
- Exercicis d'estimulació significatius.
- Adaptació de l'entorn.

#### Descripció de l'activitat:

**Modalitat de la intervenció:** Grupal

**Criteri d'inclusió:** Usuaris amb un GDS 6 o inferior. Capaçs d'entendre ordres simples.

#### Calendari d'activitats:

- **Horari:** En revisió
- **Freqüència:** mínim 2 cops per setmana

#### Recursos:

- **Professional:** Neuropsicòleg
- **Espai:** Sala polivalent
- **Material:** Cadires amb o sense recolza braços, material estimulació, fitxes estimulació, calendaris, tarjetes...

#### Criteris d'avaluació:

- Observació de l'usuari de forma diària
- Avaluació d'screening cognitiu i avaluació NPS
- Registre de participació
- Curs evolutiu
- PIAI

- Enquesta de satisfacció
- Memòria anual

### **1.10.-ACTIVITATS D'ANIMACIÓ SETMANALS (àrea de lleure-relacional) (Manualitats, bingo, música, jocs lúdics, lectura i comentari de premsa..)**

#### **Objectiu general:**

- Oferir distracció als nostres usuaris mitjançant activitats d'oci significatives.

#### **Objectius específics**

- Promoure l'actitud positiva, les il·lusions i les motivacions
- Motivar als usuaris donada la importància de la seva participació per a millorar la seva integració i relació positiva amb l'entorn.
- Prevenició de la pèrdua de capacitats mentals i motores, i de les habilitats personals del resident.
- Prevenició de la pèrdua de contacte amb la realitat i l'aïllament social.
- Mantenir una bona convivència, creant un vincle d'amistat, sociabilitat i companyonia, així com també afavorir el treball cooperatiu.
- Afavorir canvis d'actitud en favor d'una millor integració i socialització.
- Crear un vincle afectiu permanent, tranquil·litzador i orientador envers la persona gran.
- Treballar els aspectes més significatius per a cada persona (tractament individualitzat, detallista, incentivador... etc).

#### **Estratègies d'intervenció**

- Recollir informació sobre la història sociocultural de la persona gran
- Dinamització col·lectiva mitjançant l'animació sociocultural i estimulativa
- Informar , convidar i motivar als usuaris

#### **Descripció de l'activitat**

**Modalitat de la intervenció:** Grupal

**Criteris d'inclusió:** Tots els usuaris fins GDS 5 que es puguin beneficiar de l'objectiu principal del programa.

#### **Calendari d'activitats:**

- **Horari:** Segons planificació horaria setmanal
- **Freqüència:** setmanal

#### **Recursos:**

- **Professional:** Educadora social i Terapeuta ocupacional
- **Espai:** menjador del centre
- **Material:** En funció de l'activitat.

#### **Criteris d'avaluació:**



- Memòria anual, registre de participació
- Enquesta de satisfacció
- Espai de residents
- Valoració interdisciplinar
- PAI.

### 1.11.- SORTIDES PEL BARRI i CIUTAT (àrea de lleure-relacional)

#### Objectiu general:

Prevençió de la pèrdua de contacte amb la realitat i l'aïllament social.

#### Objectius específics

- Mantenir la integració amb el medi, evitant la segregació o marginació.
- Promoure la participació en la vida comunitària de l'entorn més pròxim
- Promoure l'actitud positiva, les il·lusions i les motivacions
- Proporcionar eines pròpies i de l'entorn perquè la persona s'adapti millor a la realitat amb la que es troba.
- Mantenir una bona convivència, creant un vincle d'amistat, sociabilitat i companyonia.
- Afavorir canvis d'actitud en favor d'una millor integració i socialització.
- Crear un vincle afectiu permanent, tranquil·litzador i orientador envers la persona gran .
- Promoure la participació i implicació dels familiars dels nostres residents.

#### Estratègies d'intervenció

- Recollir informació sobre la història sociocultural de la persona gran
- Proposar diferents modalitats de sortida , adaptades a les necessitats dels nostres usuaris.
- Informar , convidar i motivar als usuaris

#### Descripció de l'activitat

- A l'inici de cada mes es penjen cartells informatius de les sortides que es realitzaran a cada centre. Les dates també es publicaran en el noticiari informatiu de l'entitat.
- L'educadora social anuncia les sortides al grup de voluntàries propi del centre, a la parròquia St. Oleguer si es necessari. També truca als familiars que solen assistir a les sortides
- L'educadora social a Ramon Sala i Rosa Franch i la terapeuta ocupacional a Ricard Julià pregunten individualment a les persones que conviuen a l'entitat si desitgen assistir a les sortides mínim amb una setmana d'antelació.
- En cas de sortides a equipaments de la ciutat l'educadora gestiona la reserva i el transport adaptat, es passa el pressupost a direcció i es fan els pagaments.
- El dia de la sortida l'educadora i/o terapeuta, a primera hora recorden a les persones que es farà la sortida i gestiona petites modificacions de persones que no volen venir o a l'inrevés i no les teníem enllistades. En funció dels voluntaris que disposem es podran apuntar o no.

- Seguidament l'Educadora i/o terapeuta preparen les cadires de rodes de les persones que assistiran a la sortida i els seus corresponent pedals (en el cas del centre de Rosa Franch les baixem totes plegades a l'ascensor i les deixem obertes a l'entrada de l'edifici). A Ramon Sala i Ricard Julià baixem només les cadires de les persones que pujaran dretes a l'ascensor, la resta de persones es poden baixar directament per l'ascensor assegurades a la cadira de rodes. Abans de baixar ajudem a les persones a posar-se jaquetes, mocadors, barrets...etc.
- Un cop tenim a les persones preparades i van arribant els voluntaris es surt al carrer en cas de sortides pel barri o es puja al transport adaptat en el cas de les sortides interurbanes
- Durant la sortida es pot anar a fer un refrigeri i acompanyar al wc a les persones que ho demanin.
- Durant la sortida anem fent fotos
- Un cop acabada la sortida es torna a la residència i es puja a les persones amb ascensor dretes (en el cas de Rosa Franch) o amb cadira de rodes en els altres centres. Els voluntaris es van acomiadant. Un cop arribats a la residència s'acompanya a les persones al seu lloc habitual i es guarden les seves jaquetes (segons estació de l'any). Posteriorment es pugen les cadires de rodes que han quedat a l'entrada de l'edifici i es guarden als armaris corresponents
- Es registra l'assistència de les persones i les possibles incidències al programa informàtic aegerus.
- Es realitzen fotografies de l'acte, es porten a revelar , es penjen en els quadres fotogràfics de les residències. Les que no es penjen i son individuals s'entreguen a direcció.
- Es comparteixen les fotos mitjançant el programa informàtic google photos; es crea un àlbum de cada festivitat i es comparteix amb l'equip coordinador de l'ACP i direcció.
- S'envia un correu electrònic a direcció especificant les persones que han assistit a la sortida i la despesa econòmica d'aquesta.

**Modalitat de la intervenció:** Grupal

**Criteris d'inclusió:** Tots els usuaris

**Calendari d'activitats:**

- **Horari:** sortides pel barri i ciutat: matins de 10 a 13h. S'anuncien amb antelació
- **Freqüència:** sortides pel barri mensuals, sortides per la ciutat trimestrals.

**Recursos**

- **Professional:** Educadora social, terapeuta ocupacional, voluntaris i familiars que ens vulguin acompanyar.
- **Espai:** El nostre barri, ciutat

**Criteris d'avaluació:**

- Memòria anual
- Registre de participació
- Enquesta de satisfacció
- Espai de residents
- Valoració interdisciplinària PAI

## 1.12.-SORTIDES PERSONALITZADES PEL BARRI (àrea de lleure-relacional)

### Objectiu general

Promoció de l'autonomia en les activitats significatives dels nostres usuaris fora de la institució.

### Objectius específics

#### Objectius de fisioteràpia:

- Residents que mantenen deambulació:
  - Mantenir l'equilibri dinàmic.
  - Mantenir la tolerància a l'esforç ( ex. cardiovascular ).
  - Disminució de les al·lèrgies pròpies de períodes d'immobilitat perllongats.
  - Superació de barreres arquitectòniques en l'entorn extraresidencial.
- Residents que no deambulen:
  - Mantenir l'equilibri estàtic a la cadira de rodes.
  - Mantenir el control postural del tronc.

#### Objectius Educació social:

- Previsió de la pèrdua de contacte amb la realitat i l'aïllament social.
- Promoure la participació en la vida comunitària de l'entorn més pròxim.
- Afavorir canvis d'actitud en favor d'una millor integració i socialització.
- Crear un vincle afectiu permanent, tranquil·litzador i orientador envers la persona gran.
- Treballar els aspectes més significatius per a cada persona (tractament individualitzat, detallista, incentivador... etc).

#### Objectius Psicologia:

- Estimular i mantenir funcions cognitives superiors en un entorn extraresidencial.
- Pal·liar sentiments de tristesa, aïllament i desvinculació de l'entorn.
- Millorar l'autoestima i l'autoconcepte.

#### Objectius Teràpia Ocupacional:

- Potenciar l'autonomia de les Activitats Instrumentals de la Vida diària (compres de necessitats concretes, maneig de diners, etc.) en un entorn extraresidencial.
- Afavorir un bon posicionament a la cadira de rodes.
- Potenciar l'orientació espacial extraresidencial.

### Estratègies d'intervenció

- Detecció de les necessitats dels usuaris.

- Sortides a l'exterior personalitzades.
- Motivar.
- Informar i convidar.

### **Descripció de l'activitat**

L'activitat consisteix en realitzar sortides personalitzades pel barri atenent a les diferents necessitats significatives dels usuaris, detectades pels tècnics.

### **Modalitat de la intervenció:**

Individual o parelles acompanyades per un tècnic.

**Criteris d'inclusió:** Usuaris que es poden beneficiar del objectiu principal del programa:

- Usuaris amb falta de suport familiar o impossibilitat d'assistència familiar.
- Usuaris amb estat emocional: distímia, aïllament i sobrecàrrega emocional.
- Usuaris amb GDS inferior o igual a 5.

### **Calendari d'activitats:**

- **Horari:** Matí: de 10 a 13 segons necessitats del usuari i tècnic.
- **Freqüència:** Setmanal segons coordinació de tècnics.

### **Recursos**

- **Professional:** Educadora Social, Fisioterapeuta, Psicòleg, Treballadora social, Terapeuta Ocupacional.
- **Espai:** Eixample
- **Material:** Recursos de l'entorn.

### **Criteris d'avaluació:**

- Registre de participació
- Enquesta de satisfacció
- Memòria anual
- Valoracions dels tècnics.

### 1.13.-CELEBRACIÓ DE FESTES DEL CALENDARI ANUAL I ANIVERSARIS (àrea de lleure-relacional)

#### Objectiu general

Potenciar la dimensió relacional i lúdica

#### Objectius específics

- Promoure l'actitud positiva, les il·lusions i les motivacions
- Motivar als usuaris donada la importància de la seva participació per a millorar la seva integració i relació positiva amb l'entorn.
- Prevenció de la pèrdua de contacte amb la realitat i l'aïllament social.
- Mantenir una bona convivència, creant un vincle d'amistat, sociabilitat i companyonia, així com també afavorir el treball cooperatiu.
- Afavorir canvis d'actitud en favor d'una millor integració i socialització.
- Promoure la participació i implicació dels familiars dels nostres residents

#### Estratègies d'intervenció

- Detecció de les necessitats dels usuaris.
- Dinamització col·lectiva mitjançant l'animació sociocultural i estimulativa
- Motivar.
- Informar, convidar i motivar

#### Descripció de l'activitat

- A l'inici de cada mes es penjen cartells informatius de les festivitats que es celebraran. Les dates també es publicaran en el noticiari informatiu de l'entitat
- El dia de la festa una estona abans del berenar es preparen les taules del centre disposant-les de forma conjunta (en forma de L o U segons el menjador de cada centre). Es paren amb estovalles festives, gots i tovallons de paper.
- S'adorna el centre en motiu de la festivitat si s'escau.
- Es prepara música d'acord amb la festivitat celebrada i els gustos de les persones que conviuen al centre.
- Un cop van arribant les persones al menjador les anem ajudant a asseure's preferiblement al lloc que desitgin.
- Es serveix el berenar amb els aliments que s'haurà sol·licitat a la governanta amb antelació. En el cas de les festes d'aniversari es serveix el pastís en primer lloc a les persones homenatjades per tal que puguin bufar les espelmes.
- S'entrega una felicitació o petit detall a les persones que han complert anys.
- Un cop acabada la festa es recull l'àpat, es desfan les taules i s'acompanya a les persones a seure segons la seva disposició habitual
- Es registra l'assistència de les persones i les possibles incidències al programa informàtic aegerus.
- Es realitzen fotografies de l'acte, es porten a revelar, es penjen en els quadres fotogràfics de les residències. Les que no es penjen i són individuals s'entreguen a direcció.

- Es comparteixen les fotos mitjançant el programa informàtic google photos; es crea un àlbum de cada festivitat i es comparteix amb l'equip coordinador de l'ACP i direcció.

\* Si alguna persona de les que conviu al centre i els seus familiars desitgen celebrar l'aniversari d'una altra manera o en un dia fora de la festa estipulada pel calendari mensual que es posi en contacte amb l'educadora social.

\* Els aniversaris centenaris es celebren de manera especial

**Modalitat de la intervenció:** Grupal

**Criteris d'inclusió:** Tots els usuaris i els seus familiars

**Calendari d'activitats:**

- **Horari:** Tardes de 16'30 a 18'30h
- **Freqüència:** mensual i/o segons festivitats del calendari

**Recursos:**

- **Instal·lacions:** menjador del centre
- **Material necessari:** guarniments per a la festa, estovalles, tovallons, gots, aliments que es serviran, equip de música, càmera fotogràfica
- **Suport informàtic:** programa aegerus
- **Humans:** Educadora social , Terapeuta Ocupacional, governanta i gerocultores del torn

**Criteris d'avaluació:**

- Registre de participació i incidències al programa informàtic aegerus
- Enquesta de satisfacció
- Memòria anual
- Espai del resident

## 2.- CALENDARI D'ACTIVITATS EXTRAORDINÀRIES I/O FESTIVES ANUAL

- GENER

- **Any nou (1 de gener):** Dinar especial

- **Dia de reis (6 de gener):** Dinar especial i tortell de reis de postre.

- **Sant Francesc de Sales (24 de gener)** Patro de l'entitat. Celebras amb pastis de berenar.

- **Sortida pel barri:** passeig i café

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- FEBRER

- **Dimecres de Cendra:**( també conegut com el **dia de la sardina**). Berenar coca de recapte amb sardines.

- **Carnestoltes/dijous gras:** Aperitiu dinar: butifarra d'ou. Berenars: coca de llardons. Sopar: truita de mongetes

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- MARÇ

- **St Josep (19 de març):** es típic menjar crema catalana.

- **Quaresma:** es típic menjar bunyols de quaresma.

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- **Taller de cuina:** el·laboració de la mona.

- **Divendres sant :** Segon plat dinar bacallà amb cigrons, passes y ous durs.

- ABRIL

- **Dilluns de Pasqua:** mona de pasqua i figura de xocolata

- **Sant Jordi:** col.laboració amb les escoles i amb amics de la gent gran.

- **Sortida gran amb autocars Ravigo.**

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- MAIG

- **Participació a la Fira Modernista** del barri de l'eixample.

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- JUNY

-**St. Joan:** berenars de Sant Joan amb coques de crema, fruita i llardons i celebració d'aniversaris.

-**St. Pere:** berenar de Sant pere amb coques de crema, fruita i llardons

- **Diada de Germanor.**

- JULIOL

- Sortides a la Barceloneta: passeig i aperitiu amb autocar.

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- AGOST

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- SETEMBRE

- **Sortida pel barri:** passeig i café.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- OCTUBRE

-**Festes de la castanyada:** berenars de tots sants amb moniatos, castanyes, panallets i moscatel i celebració d'aniversaris

- **Sortida gran amb autocars Ravigó**

- **Taller cuina:** elaboració de panellets.

- NOVENBRE

- Preparació de les festes de Nadal.

- **Sortida pel barri:** passeig i cafè.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.

- DESEMBRE

- **Actes de Nadal** (col.laboracions escoles,etc...)

- Preparació Nadal (tallers, guarniments, etc...)

-**Santa Llúcia** ( 13 de desembre ) Patrona de las modistes . Pastis de postre per dinar.

-**Sopars especial:** 24 de Desembre

31 de Desembre (postre amb raïm, cava i cotillón)

-**Dinars especials de Nadal:** 25 i 26 i de Desembre . Postres de turrons, neules, polvorons i cava.

- **Festes d'aniversaris:** berenar dels aniversaris del mes.