

Activitats



DR_005 / 1a edició / 15_09_2011

L'objectiu d'aquest document és el de donar a conèixer, i fer més entenedores, la majoria de les activitats que es poden trobar en el Pla Interdisciplinari d'Atenció Individualitzada i Personalitzat(PIAIP) de les persones ateses en el servei.

RESIDÈNCIA

Av. Abat Marcet, 78 · 08225 Terrassa

Tel. 937 364 949
info@llarterrassa.cat

Residència
Fundació Torres Falguera

Activitat Física, Cinema, Conèixer la Música

Activitat Física Fisioteràpia.

Es treballa la condició física alternant exercicis aeròbics, de mobilitat articular, força muscular, elasticitat, coordinació i esquema corporal adaptats al perfil dels participants. L'objectiu és mantenir i potenciar aquestes capacitats físiques i promocionar així un envelliment saludable des de la prevenció.

Cinema

Un cop per setmana es projecta una pel·lícula al matí segons els interessos dels participants.

Conèixer la música Voluntaris, coordinació d'educació social.

Activitats basades en dinàmiques musicals de caràcter lúdic, orientada a aquelles persones, amb o sense deteriorament cognitiu, les quals tinguin un interès especial per la música i se sentin estimulades a l'escoltar i poder ballar aquelles cançons que sempre els hi ha agradat i tants records els hi porten.

Aspectes a destacar

- Algunes de les activitats lúdiques del centre estan dinamitzades per voluntaris, les educadores socials les coordinen oferint suport, orientacions i seguiment.
- Algunes de les activitats especificades anteriorment estan dirigides a grups reduïts segons les capacitats que es vulguin treballar. Serà el responsable de l'activitat qui decidirà quines persones poden participar.
- Degut al volum d'activitats extraordinàries del centre, ocasionalment les activitats setmanals es poden veure anul·lades. En els mesos d'estiu les activitats es redueixen, per vacances dels monitors i voluntaris.

Tada Musical, Voluntariat Intern

Tarda musical Monitora coordinació d'educació social.

A càrrec d'una monitora, es canten cançons populars i tradicionals, amb l'acompanyament d'una guitarra i el suport de cançoners amb les lletres de les cançons.

Voluntariat intern Coordinació d'educació social.

Són totes aquelles activitats que realitza la persona gran al centre de manera voluntària amb els objectius d'oferir una ocupació significativa del temps lliure, donar continuïtat a la història de vida de la persona i reforçar l'autoestima.

Algunes d'aquestes tasques són: Jardineria, cura dels animals, suport al servei de bugaderia, suport al cosidor, manteniment de la capella, suport al menjador, suplències a recepció, etc.

La persona ha de mostrar interès i està disposada a comprometre's amb el servei.

Grup de Conversa, Ioga, Jocs Esportius

Grup de conversa Educació social.

Està format per un nombre reduït de persones, amb el màxim de trets similars – factors personals, culturals, etc. – per tal d'assolir cert nivell de cohesió que permeti al grup treballar educativament. S'estimula la memòria remota, amb la finalitat de fer reviure la capacitat emotiva. El recordar els fets i la història de vida, ens permet treballar amb els diferents graus de significació dels membres del grup. També es revisen fets actuals, notícies, etc.

Ioga Monitora, coordinació d'educació social.

Amb la pràctica de certs exercicis i la regulació de la respiració el procés de ioga purifica la sang, els nervis i els diferents òrgans del nostre cos, relaxant, així, el cos i la ment. Afavorint la concentració de la nostra ment pel desenvolupament de qualsevol activitat.

Jocs esportius Educació social

Activitat lúdica relacionada amb els esports, de manera adaptada.

Consisteix en jocs per entrenar la punteria, l'atenció, la coordinació, la velocitat, ...ocasionalment es combinen amb exercicis de memòria. Exemple: bitlles, bàsquet, etc.

Labors, Psicomotricitat

Labors. Voluntària, coordinació d'educació social.

Activitat dirigida a les persones que manifestin inquietud per les labors. Es realitza selecció dels participants tenint present la seva història de vida.

Una voluntària, proporciona les indicacions i orientacions necessàries per que cada participant pugui realitzar una labor ajustada a les seves capacitats.

Els treballs poden ser exposats, un cop a l'any al centre.

Psicomotricitat Teràpia ocupacional

L'objectiu general és el de prevenir i/o alentir el deteriorament cognitiu associat a l'edat (a l'envelliment), mantenint, per tant el màxim grau d'independència funcional de la persona en aquesta etapa vital. Les sessions s'estructuren per tal fomentar tant l'activitat perceptual i motora com la capacitat relacional de la persona.

Així doncs, prevenim i/o disminuïm tant els hàbits motrius incorrectes, el deteriorament cognitiu, conceptual i perceptiu. Així com, es treballen els trastorns emocionals i afectius derivats de la pèrdua d'autoestima.

Taller de Patchwork, de Lectoescriptura/Alfabetització

Taller de Patchwork Monitora i coordinació d'educació social

Activitat dirigida a les persones que manifestin inquietud per les labors i la tècnica específica del Patchwork. Activitat dinamitzada per una monitora especialista, amb la finalitat de realitzar labors de Patchwork en grup. Cada persona realitzarà una labor ajustada a les seves capacitats preservades.

Els resultats dels treballs realitzats serviran per obsequiar a les persones que visitin el centre, per a les mateixes persones ateses i per exposar al centre durant el mes d'octubre.

Taller de lectoescriptura / alfabetització Voluntari i coordinació d'educació social.

Activitat dirigida a les persones que manifestin inquietuds per aprendre a llegir i a escriure, o per millorar la seva lectoescriptura.

El taller consisteix en realitzar exercicis per tal que la persona treballi de manera autònoma durant la resta de dies de la setmana.

Taller de Memòria, de Mandala

Taller de Memòria Educació social

A partir de diverses tècniques, es treballa la funció mnèsica i totes les funcions que estan relacionades en el procés de recepció, registre i emmagatzemament d'informació en el nostre cervell.

Activitat adreçada a persones amb dèficits de memòria associats a l'edat. Els materials utilitzats han estat dossiers i materials amb exercicis de treball mnèsic i creació pròpia de materials i exercicis específics.

Taller de Mandales Monitora i coordinació d'educació social.

Activitat dirigida a les persones que manifestin inquietuds, interessos artístics i interès per conèixer una nova manera d'expressió mitjançant l'art teràpia.

Els mandales o diagrames de coneixement han estat utilitzats en totes les cultures tradicionals amb fins mnemotècnics, didàctics, com instrument per la organització del pensament i l'autoconeixement, l'estímul de la creativitat, etc.

Les sessions són d'una hora un cop per setmana, s'estructuraran en: exercicis de relaxació amb música ambiental de fons, observació i pintura del mandala segons les emocions del moment.

Quinto, Reminiscència

Quinto Voluntaris, coordinació d'educació social.

Activitat lúdica. Cada participant disposa d'un cartró i de llegums per anar tapant els números indicats.

El clima ha de ser de silenci i els números s'aniran anunciant per megafonia a un ritme mig, en català i castellà.

La partida finalitza quan la primera persona fa quinto (tots els números tapats). En una sessió es fan tantes partides com doni temps en una hora.

Reminiscència Psicologia

Permet iniciar un recorregut per la història de vida dels participants, a partir dels objectes i la història aportada per ells i el psicòleg que porta el grup. En el transcurs de les diferents sessions es tracten temàtiques diverses: la família, el barri, el poble i la ciutat de la infància, l'escola, els amics, la primera feina, el primer sou, la vida familiar, el temps d'oci, etc.

És una eina útil que permet acompanyar en la revisió de la història de vida dels participants, reforçar la seva identitat personal, augmentar l'autoestima, fomentar els sentiments d'utilitat i la socialització entre els membres del grup, potenciar els sentiments de pertinença i estimular la memòria remota i/o biogràfica, a més d'altres funcions cognitives.

Repensem els contes, Tai-txi

Repensem els contes Educació social i psicologia

Pretén reflexionar i debatre sobre els valors de la societat actual mitjançant el contingut dels contes. Es presenten contes d'arreu del món i de totes les cultures. El taller dona a conèixer altra manera de viure i pensar, i reflexionar sobre les relacions interpersonals de les persones.

Es reparteixen fotocòpies de contes per poder facilitar la lectura e interioritzar els continguts d'aquests, mitjançant el debat i la reflexió.

Tai-txi Monitora , coordinació d'educació social.

Taller dirigit a aquelles persones que manifesten inquietuds per les tècniques de desenvolupament de l'energia interior mitjançant la suavitat i la intenció. És un mètode terapèutic xinès tradicional. El treball del tai-txi exercita conjuntament el cos, la ment i l'esperit. És una pràctica intensa i completa, beneficiosa a qualsevol edat.

Taller de Català, de Manualitats

Taller de català Educació social

Activitat dirigida a persones que manifestin inquietud i interès per millorar el seu nivell de lectoescriptura del català.

L'educadora, combinarà sessions teòric —pràctiques sobre la gramàtica i l'expressió verbal de la llengua catalana, mitjançant exercicis escrits i orals.

Les sessions, tot i està programades trimestralment, seran flexibles i s'adaptaran a les inquietuds dels participants.

Taller de manualitats Monitora coordinació d'educació social.

El monitor/a especialista treballarà diferents tècniques de manualitats, inicialment a partir d'uns exercicis senzills i pautats, que permetin la persona familiaritzar-se amb la tècnica. Passades les sessions inicials, quan la persona ja domini la tècnica, es potenciarà la creativitat, acompanyant-li en l'exploració de les possibilitats del material i ajudant-li a descobrir noves aplicacions.

Els resultats dels treballs realitzats durant tot el curs, s'exposaran al centre durant el mes d'octubre.