

Programación  
ANIMACIÓN  
SOCIO-CULTURAL  
2019

Residencia  
MIAL SALUD



## PROGRAMA DE ANIMACION SOCIOCULTURAL

### Los objetivos de este programa son:

- Lograr la participación de los residentes en actividades del centro, evitando situaciones de pasividad, inactividad y aburrimiento.
- Crear una amplia gama de actividades, atendiendo a la situación física y psíquica de los residentes.
- Conseguir la integración de los residentes en un grupo, evitando los problemas de convivencia y el aislamiento.
- Impulsar actividades o sugerencias propuestas por los mayores, para conseguir actividades adecuadas a sus gustos y hacer que participen en la planificación de su ocio.
- Ofrecer alternativas a la rutina diaria del centro.
- Programar contactos con el exterior y con personas ajenas a la residencia.
- Programar tiempo y espacio para la diversión y la ocupación en actividades lúdicas.
- Fomentar la participación de las familias y amistades en las actividades, así como en las sugerencias.
- Realizar actividades acordes con tradiciones o costumbres relacionadas con dada época del año y con el entorno comunitario.
- Responder a los gustos de los residentes, eliminando actividades no aceptadas y repitiendo las de gran aceptación.
- Mejorar o mantener capacidades físicas, cognitivas y sensoriales.
- Favorecer la creatividad de los residentes.
- Continuar recogiendo sugerencias de los residentes y familias, ampliando el abanico de ofertas.
- Aumentar la autoestima de los residentes.
- Aumentar el sentimiento de pertenencia a un grupo.

### Metodología.

#### 1. Estudio de residentes a los que puede ir dirigida.

Se realizará mediante el análisis de los datos obtenidos en cuanto a gustos y aficiones de cada residente, para crear actividades que les motiven. Se relacionará a su vez con el deterioro físico o psíquico, obtenido de la valoración integral, para no desencadenar situaciones de frustración.

Sobre la base de los resultados obtenidos se formarán distintos grupos de residentes, según sus gustos y capacidades para realizar cada actividad en concreto.

#### 2. Programación y planificación.

Se realizará una planificación anual con carácter general de las actividades previstas para cada mes del año. Esta planificación se concretará mensualmente, especificando la fecha y la duración exacta de las distintas actividades, residentes a quienes va dirigida, el lugar en el que se realizará, los medios necesarios para llevarla a cabo y la persona responsable de la actividad.

Se diseñará la actividad haciendo referencia a los objetivos que se pretenden conseguir con su realización.

### 3. Ejecución.

Puesta en marcha y realización de la actividad, de acuerdo con lo planificado y programado con anterioridad. Esta fase también implica el registro diario, al finalizar cada actividad, en la hoja de registro de actividades, así como de reflejar en ella las posibles incidencias surgidas durante su realización.

#### **Actividades programadas.**

Todas las actividades programadas tienen en común los aspectos que se detallan a continuación.

#### Estudio.

Se tendrán en cuenta las siguientes **variables:**

- Grupos de residentes a quien se dirige la actividad.
- Observación previa del lugar y entorno en el que se realiza la actividad: barreras arquitectónicas, baños adaptados, facilidad de acceso, etc.

Para cada actividad se realizará un análisis de los siguientes **datos:**

- Residentes que se benefician: por grado de discapacidad física o mental.
- Duración de la actividad: de horas determinadas a todo el día.
- Fecha programada.
- Autorización o información y/o participación de la familia.
- Se realizarán de forma voluntaria.
- Se recogerá el nombre y número de residentes y familiares participantes.
- Grado de aceptación de la actividad; según lo observado respecto a la satisfacción con la actividad, lo manifestado después de la actividad o lo expresado por los mayores.

#### Programación.

- Elaboración del listado de residentes, diferenciados en distintos grupos según la capacidad mental y/o física, a quienes va dirigida cada actividad.
- Información mensual al equipo de las distintas actividades que se van a realizar.
- Información mensual al consejo de mayores de las actividades planificadas y aprobación por dicho consejo de las actividades.
- Difusión de las distintas actividades mediante carteles en el tablón de información a residentes, de información a familiar y de información al personal del centro.
- Establecimiento de la duración de cada actividad.

#### Ejecución.

Realización de las actividades.

#### Evaluación.

Se evaluará preferentemente el grado de participación en la actividad y el grado de satisfacción con ésta. Dicha valoración se realizará mediante las hojas de registro de actividades.

#### **Listado de actividades.**

#### Salidas/excursiones/visitas.

#### Finalidades.

- Mantener el contacto de los residentes con el exterior del centro.
- Continuar integrados en el ambiente social, participando en éste.
- Recordar lugares de siempre.
- Conocer lugares nuevos.
- Disfrutar de actos sociales de actualidad.

Previamente a la actividad se considerará el lugar (libre de barreras arquitectónicas y de fácil acceso), el factor atmosférico, la duración (mañana-tarde-todo el día), la adecuación del transporte y la supervisión del departamento médico y enfermería en cuanto a dietas, medicación, botiquín, etc.

#### Actividades de salidas.

- Salidas al pueblo o centro comercial ,  
Todos los miércoles para los residentes válidos, sale el bus de la residencia a las 10,30h y se les recoge a las 13 h con el fin de que hagan compras, visiten centro de la tercera edad del pueblo, gestiones bancarias...
- Durante la primavera-otoño salida semanal de paseo por la zona.
- Visitas culturales:
  - A distintos monumentos o lugares emblemáticos de la ciudad o pueblo (catedral, casco antiguo, etc.)
  - A centros culturales: museos, teatros, etc.
  - A actos culturales: exposiciones, ferias, fiestas locales etc.
- Visitas de intercambio con la naturaleza y el aire libre: parques, jardines.
  - Dirigido a: residentes con nivel cognitivo bueno o deterioro cognitivo leve y discapacitados físicos. Con deterioro cognitivo moderado que no presenten problemas de comportamiento y relación.
  - Frecuencia: preferiblemente una visita por mes durante primavera y otoño. Si se tratara de un grupo grande, se dividirá en varios subgrupos y se realizará la misma visita en diferentes turnos.
  - Duración: una tarde o una mañana.

#### Actividades de carácter social/festivo.

##### **Cuenta Cuentos.**

Se realiza semanalmente. Su objetivo principal es desarrollar la escucha, la concentración, y la comprensión lingüística.

##### **Celebración de cumpleaños de residentes.**

Cada mes se celebrarán los cumpleaños de residentes que hayan cumplido años dicho mes. Se celebrará con merienda especial (tarta de cumpleaños) y posterior baile. Se obsequiará a los homenajeados con un regalo. Se invitará a las familias, especialmente a las de los homenajeados.

##### **Baile e intervención musical.**

Su objetivo es la participación y ocupación del tiempo libre de los residentes, no la perfección o competitividad. Se consigue integrar a residentes que puedan bailar con otros que no pueden hacerlo pero sí observarlo y animar al resto. El objetivo específico es el mantenimiento de las funciones físicas, la estimulación sensorial, el entretenimiento para

participación pasiva, la estimulación del recuerdo mediante la audición de música del pasado y creación de ambiente festivo.

- Dirigido a: todos los residentes, independientemente de su estado cognitivo y/o físico. Podrán participar como parte activa o como observadores.
- Frecuencia: una vez al mes coincidiendo con la celebración de cumpleaños. Una vez por semana con el grupo de demencias.
- Duración: una hora.

#### **Actuaciones.**

Se refiere a actuaciones de: colegios, centros de danza, rondallas, cantantes de música regional, grupos de teatro, fallas y asociaciones culturales, tunas, etc.

- Dirigido: a todos los residentes con independencia de su estado cognitivo y/o físico.
- Duración: una hora.

#### **Encuentro intergeneracional.**

Su finalidad principal es fomentar y/o mantener el contacto de los mayores con sectores de población más jóvenes. Se celebrarán mediante jornadas festivas o actos formales con grupos de distintas edades.

Con el día del nieto se pretenden fomentar las relaciones familiares, sobre todo entre abuelos y nietos. Se realizará una vez al año.

Encuentro con estudiantes, organizaciones de voluntariado, asociaciones de amas de casa etc.

- Dirigido a: todos los residentes que mantengan capacidad de respeto a las normas sociales y de convivencia.

#### **Coro.**

Su puesta en marcha se planteará como ensayo de villancicos de Navidad, y concurso entre diferentes grupos de residentes. Su continuidad dependerá del grado de aceptación que tenga la actividad y del deseo de los residentes de continuar con ella.

- Dirigido a: residentes independientemente de su estado cognitivo y/o físico, que mantengan capacidad para cantar o tocar cualquier instrumento.

### **Actividades de carácter cultural.**

#### Finalidad

- Mantener la orientación e información sobre la actualidad social y cultural.
- Fomentar la libertad de expresión y la diversidad, así como actitudes de comprensión, tolerancia y respeto a los demás.
- Propiciar la integración y participación de los residentes en su grupo de iguales.
- Favorecer la transmisión de valores, tradiciones y cultura a nueva generaciones.

#### **Actividades tipo cultural.**

##### **Tertulias / debates.**

Sobre temas concretos y de actualidad que resulten interesantes para los residentes.

Dirigido a: residentes con nivel cognitivo bueno o deterioro cognitivo leve.

Duración: 45-60 minutos.

##### **Ciclos de cine y/o temáticos.**

Películas de siempre o ciclos sobre toros, naturaleza, etc. Se completará la actividad con comentario posterior sobre la película, recordando el tema, los personajes principales, actores, expresando opiniones.

Dirigido a: residentes con nivel cognitivo bueno o deterioro leve.

### **Lectura guiada de periódico/revista.**

Se pretende integrar a residentes con déficit visual y sin alfabetizar con otros que saben leer o pueden hacerlo. Los mismos residentes con apoyo del equipo psicosocial, leen el periódico en voz alta para los mayores.

Dirigido a: residentes que mantienen capacidad de comprensión.

### **Exposiciones.**

Pueden exponerse manualidades realizadas por los residentes, fotografías, sellos, etc. Se fomentará la visita a ellas de familias y colectivos ajenos a la residencia. Dirigido a: todos los residentes.

### **Grupo de rezo.**

Dirigido a: residentes con capacidad de comprensión y que voluntariamente deseen participar en él.

### **Animación a la lectura.**

Se leerán fragmentos de libros y se potenciará la lectura de residentes que puedan leer a otros que no puedan o no sepan.

Dirigido a: residentes con buen nivel cognitivo y/o demencia en fase leve que mantengan la capacidad de comprensión.

## **Actividades de carácter educativo-terapéutico.**

### Finalidades.

- Aumentar el grado de información sobre temas concretos y concienciar sobre aspectos de relativa importancia.
- Incrementar la autoestima mediante la realización de actividades con un resultado concreto.
- Potenciar la creatividad y la imaginación
- Permanecer integrado en un grupo mediante la realización de una actividad concreta, evitando el aislamiento y la pasividad mediante la ocupación del tiempo libre.

## **TIPO DE ACTIVIDADES**

### **Charlas.**

Sobre temas de educación sanitaria, psicológicos y sociales. Serán realizadas por cada miembro del equipo a turnos rotativos.

Dirigido a: residentes con capacidad de comprensión.

### **Manualidades.**

Mensualmente se planificará un taller manual distinto para cada grupo de residentes según su capacidad física y mental. Habrá talleres con carácter fijo cada día de la semana.

- Dirigido a: todos los residentes que mantengan habilidad manual. Se diferenciarán dos talleres con distinto grado de complejidad.
- Laborterapia 1: manualidades que requieren mayor capacidad de atención y comprensión, destinado a personas sin deterioro cognitivo o deterioro leve.
- Laborterapia 2: manualidades de nivel muy sencillo y básico, dirigido a personas con demencia moderada o grave que mantengan un mínimo de destreza manual.
- Ejemplos de talleres:
  - Pintura.
  - Elaboración de calendario.

- Decoración de macetas.
- Flores de media.
- Muñecas de lana.
- Cestería.
- Pita.
- Modelado (miga de pan, pasta de sal, arcilla, escayola).
- Papel maché.
- Decoración (navidad, fallas, pascua, etc.)

### **Jardinería.**

Creación de un invernadero donde los residentes plantarán y cuidarán sus propias plantas.  
Dirigido a: residentes con capacidad de comprensión o deterioro cognitivo leve.

### **Aula de mayores.**

Mediante grupos de alfabetización y grupos de recopilación de cultura popular.  
Dirigido a: residentes con capacidad de comprensión y residentes con demencia capaces de comunicarse y recordar canciones, dichos, refranes, etc.

### **Audiciones musicales.**

Se pretende la estimulación sensorial mediante la audición de música de la época.  
Dirigido a: todos los residentes, especialmente personas con deterioro cognitivo moderado y grave que no puedan realizar otras actividades manuales e intelectuales.

### **Actividades de carácter lúdico.**

#### Finalidades.

Creación de grupos de aficiones y hábitos similares.

Mantener hábitos.

Mantener y/o mejorar la atención y el cálculo.

#### Actividades.

##### **Juegos de mesa.**

Parchís, dominó, cartas, bingo y la Wii.

Dirigido a: residentes que mantengan reconocimiento de números y con capacidad de comprensión.

### **Actividades de convivencia.**

#### Finalidades.

Fomentar la creación de lazos amistosos entre residentes.

Fomentar actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad.

Incrementar la participación y el sentimiento de pertenencia a un grupo.

##### **Facilitar contactos sociales entre residentes, familias y amistades.**

Mediante la organización de jornadas con un tema específico como "Premio al: Abuelo de la residencia", "Día de la Solidaridad", meriendas con familias, invitación a otros colectivos. Estas últimas detalladas en Programa de Familias y Programa de Puertas Abiertas, respectivamente.

Dirigido a: todos los residentes.

### **Actividades de estimulación física.**

#### Finalidades.

Colaborar con el equipo de rehabilitación, complementando sus actividades.

Favorecer actividades al aire libre.

## Actividades.

### **Grupos de paseo.**

Dirigido a: todos los residentes tanto los independientes para deambular como los que precisen ayuda de tercera persona.

### **Bolos y petanca.**

Dirigido a: todos los residentes que mantengan un mínimo de movilidad.

## Evaluación.

Consiste en el análisis de los resultados de las diferentes actividades, teniendo en cuenta las siguientes variables:

- Consecución de los objetivos planificados.
- Aceptación inicial de los residentes.
- Participación y asistencia a la actividad.
- Duración
- Repercusión del programa en los residentes.
- Ocupar el tiempo inactivo.
- Mejorar y/o mantener las capacidades físicas y/o cognitivas.
- Incrementar la percepción de su propio estado con el consecuente incremento de la autoestima.

Se utilizarán los siguientes instrumentos de evaluación de los resultados:

- Hoja de Registro Diario de Actividades en la que se refleja la participación y actitud de los residentes ante cada actividad en concreto, y las posibles incidencias u observaciones surgidas durante su desarrollo. Se cumplimenta diariamente al finalizar la actividad.
- Observación directa e indirecta durante el desarrollo de la actividad respecto a la satisfacción de los residentes durante su realización.
- Valoración de actividades en consejo de mayores. Se entiende la evaluación como un proceso continuo y circular, donde el análisis de los resultados obtenidos conducirá a replanificar e introducir las modificaciones oportunas, y así aproximar lo máximo posible las nuevas programaciones a los gustos y expectativas de los residentes.