

Las Violetas

**Apropant-nos a la natura
sense sortir de casa**

2020



Índex.

1. Tipus d'actuació
2. Destinatari
3. Objectius
4. El nostre espai
5. Les sessions
 - Estimulació sensorial
 - Reminiscència
6. Anàlisi i impacte de l'actuació i valoració final

1. Tipus d'actuació

Activitat lúdica i estimulativa

Apropar als nostres usuaris al món natural retirat de la COVID-19 mitjançant la relaxació i estimulació sensorial.

2. Destinataris

Tots els usuaris del nostre centre residencial.

L'activitat s'adapta als diferents factors condicionants de salut i es pot realitzar de forma individual o en petits grups.

3. Objectius

- Estimular de forma multisensorial i cognitiva els residents.
- Disminuir el possible impacte negatiu derivat de la situació d'aïllament dins del centre en els usuaris.
- Aconseguir un ambient de distracció i relaxació que trenqui amb la situació d'estrès derivada de la situació sanitària viscuda.

4. El nostre espai

- Espai dinàmic
- Apropament a la natura
- Treballs manuals
- Elements vius, jardineria
- Flaires



5. Les sessions



ESTIMULACIÓ SENSORIAL

- Reducció de l'ansietat
- Disminució del dolor
- Activació de diverses àrees cerebrals
- Relaxació
- Benestar
- Ubicació temporo-espacial



REMINISCÈNCIA

- Dinàmica guiada
- Espai per compartir experiències viscudes
- Records d'infància i joventut
- Reforç de vincles
- Orientació temporo-espacial

Anàlisi e impacte de l'actuació i valoració final

- Gran involucració per part dels residents.
- Sensació de calma i connexió amb l'ambient.
- Curiositat.
- Feedback positiu de les sessions:

“Siento que floto”. “Me he trasladado y he imaginado todo lo que habéis dicho” (J.R.V)

“Me he relajado mucho” “ pensaba que estaba en el Amazonas “(M.R.V)

“He estado muy tranquila y me he relajado mucho”(R.C.C i P.B.M).

Moltes gràcies
www.acra.cat

