

2021

L'ESSÈNCIA DE LES ACTIVITATS

21/09/2021

INDEX

INTRODUCCIÓ	3
OBJECTIUS	4
METODOLOGIA.....	5
RESULTATS	19
CONCLUSIONS	22
BIBLIOGRAFIA	22

INTRODUCCIÓ

Del 2018 fins al present any en el nostre centre hem viscut un constant de canvis. Inicialment, al 2018, ens trobàvem amb un centre que tenia dos sales d'estar per a 74 residents i que la oferta d'activitats era limitada doncs, a banda de tractaments individuals, oferia com a activitats grupals tallers de memòria per part de psicologia dos cops per setmana, manualitats un cop per setmana, bingo setmanal, jocs de pilota i cançons un cop per setmana i fisioteràpia grupal (gimnàstica) un cop per setmana. A nivell de festes, inicialment només es realitzaven dos durant l'any: una a l'estiu amb les famílies i una altre durant l'hivern on es duia a terme una sortida a dinar a una masia del poble.

En cap cas, les activitats eren proposades pels residents sinó que era el centre qui feia l'oferta segons considerava i els residents participaven o no de la mateixa.

Mica en mica s'ha adoptat el model de l'atenció centrada en la persona doncs teníem clar que aquest centre no era el què volien ni els nostres residents ni nosaltres.

Aquest canvi ha suposat trobar-nos en un constant moviment i amb molta diversitat, doncs entenem que aquí conviuen moltes persones amb unes característiques personals, socials i emocionals diferents i les hem de conèixer per saber intervenir-hi, adaptar-nos al què la persona vol i necessita i poder oferir-los-hi. Per aquest motiu les activitats i l'oferta que es fa actualment mai és estàtica sinó que es troba en constant canvi.

La millora de la qualitat, doncs, la volem basar en les activitats, aquestes són l'ocupació dels nostres residents en el dia a dia, les que a més de ser la base per al manteniment de capacitats físiques, cognitives i per a mantenir-se ocupats també, són les que els donen motivació, il·lusió i felicitat.

Per això pensem que són essencials la innovació, l'escolta i participació activa de les persones que viuen al centre, a més de l'originalitat i el manteniment de totes aquelles activitats que són significatives per a ells.

Amb la nostra experiència volem mostrar com un centre que ofereix multiplicitat d'activitats, variades, innovadores algunes, i altres més tradicionals, de forma diària, ajuda a totes les persones que hi viuen a ser més feliços, a tenir un propòsit, una il·lusió, a divertir-se i tenir motivacions.

OBJECTIUS

A través de les activitats que us mostrarem tenim els següents objectius generals:

1. Realitzar activitats significatives per a les persones que viuen al centre
2. Mantenir capacitats cognitives
3. Mantenir capacitats funcionals
4. Mantenir o restablir vincles socials
5. Mantenir o restablir rutines
6. Mantenir o restablir rols
7. Facilitar la participació comunitària
8. Reduir efectes de la immobilitat
9. Millorar qualitat de vida.
10. Millorar autoestima i benestar emocional.
11. Mantenir autonomia en activitats d'oci
12. Mantenir autonomia en AIVD
13. Mantenir l'arrelament a la societat i el sentiment de pertinença

METODOLOGIA

Partint del nostre model d'atenció centrada en la persona, és la persona qui decideix les activitats que es portaran a terme. Això es realitza de moltes maneres diferents:



En un primer moment quan la persona ingressa al centre elaborem la història de vida on és la persona (i quan aquesta no li és possible la família) qui comparteixen amb nosaltres tot allò que volen que coneguem, és a dir la seva història de vida: El què han viscut, el què els agrada i el què els disgusta, què els motiva i què els avorreix. Aquest és el primer punt per a conèixer què li agrada i què no li agrada a aquesta persona, què és important i què no ho és. Seguidament, i una vegada es troba al centre se li assigna un tècnic referent, aquest és qui manté un contacte més estret amb la persona vetllant per tal que la persona estigui a gust, escoltant-lo, acompanyant-lo i fent de vincle amb la família per tal que aquesta també es trobi implicada en la vida del seu familiar al centre.

També es selecciona una unitat de convivència, que, en funció de la història de vida i de la informació que tenim de la persona és on anirà inicialment. Les unitats de convivència estan formades per persones amb similitud de capacitats i afinitats però tampoc són estàtiques sinó que una vegada la persona es troba al centre pot decidir canviar d'unitat de convivència les vegades que ho

consideri oportú doncs lo important es que es trobi a gust i estableixi vincles que el facin sentir bé.

Les unitats de convivència en si mateixes estan en continu moviment doncs aquestes s'adapten constantment a les persones que conviuen en elles adaptant-les al què aquestes persones volen i necessiten.

A continuació i al cap d'unes dos setmanes que es trobi al centre i, posteriorment, de forma periòdica realitzem el què nosaltres anomenem reunions d'ACP. Aquí la persona i/o la família participen de forma activa indicant-nos què és el què vol i el què no vol treballar, què és important per ell/a, què vol que es vetlli per mantenir, què no li agrada o què cal canviar. L'equip tot el què fa és acompanyar a la persona en el seu dia a dia, dotant-lo d'eines perquè realitzi allò que vol realitzar de la manera que ho vol realitzar, però és la persona, en tot moment, qui decideix.

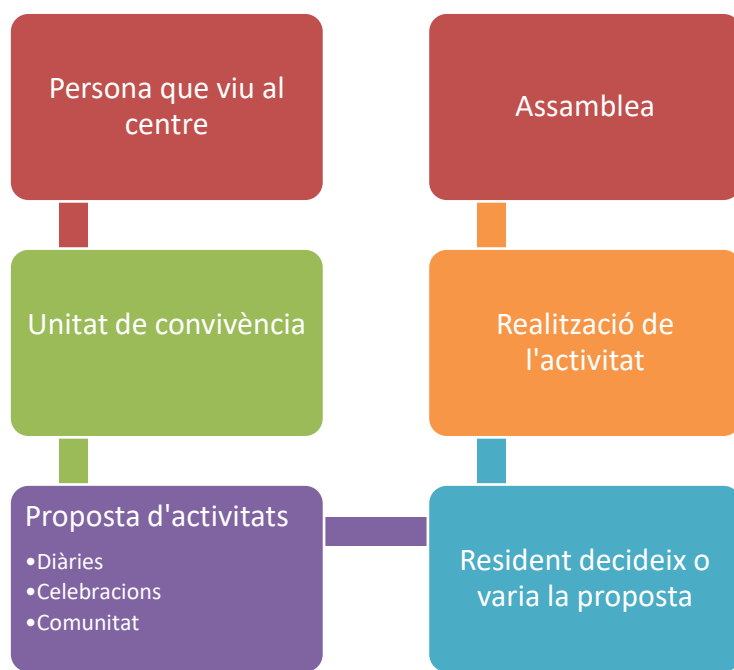
En el dia a dia, a través de l'escolta activa i l'observació per part de tot l'equip veiem allò que funciona, el què no, el què cal adaptar o canviar o fer de forma completament diferent.

Per últim i de forma mensual es realitzen assemblees amb les persones que viuen al centre on ells valoren activitats que s'han portat a terme, decideixen quines voldrien fer, com les voldrien fer, quines voldrien canviar o no voldrien fer.

A partir de tot aquest procés l'equip i els residents elaborem una proposta d'activitats.



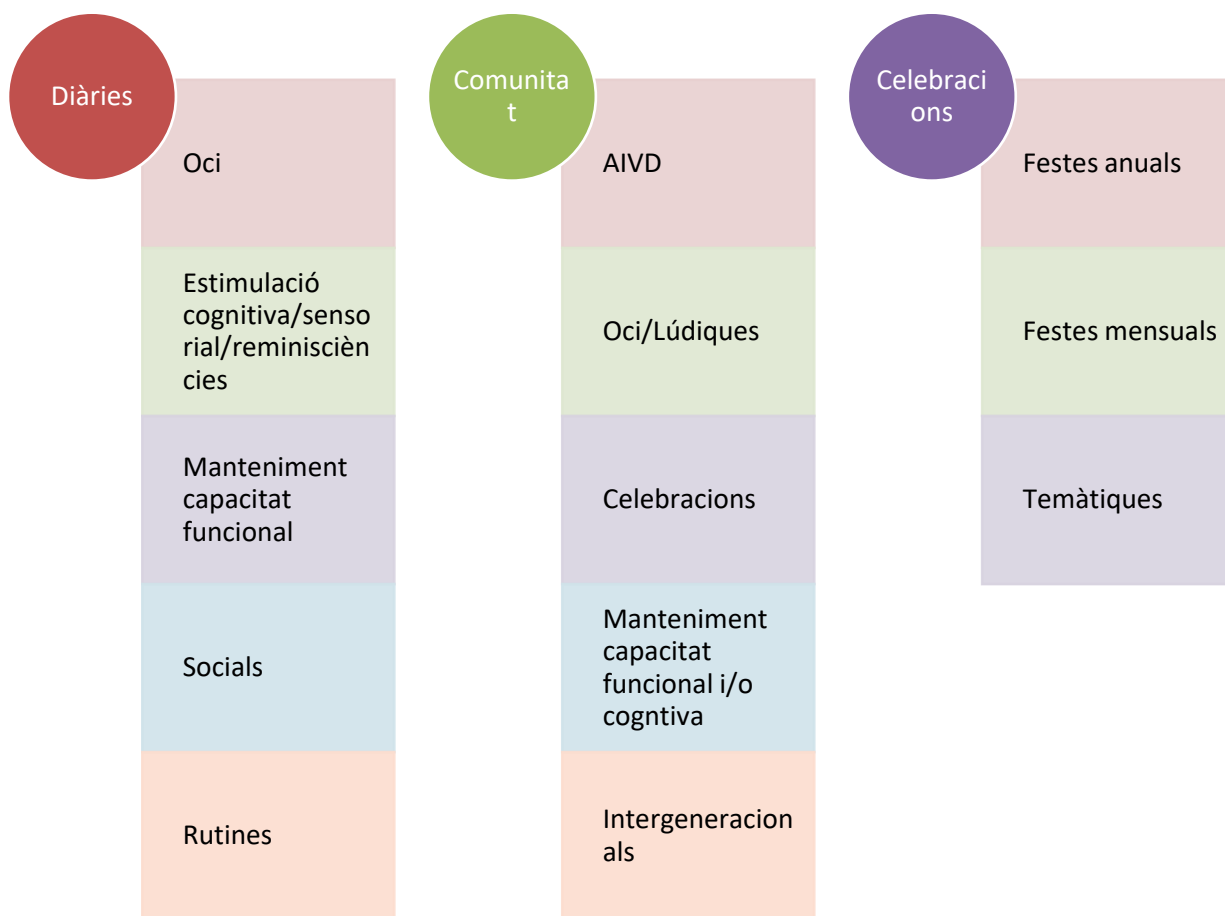
Tot i el procés inicial esmentat es manté mentre la persona viu al centre i es va repetint contínuament. Per aquest motiu, també, considerem que estem sempre amb continu moviment doncs entenem que les persones poden variar les seves necessitats o preferències.



A partir d'aquí es crea una proposta d'activitats, de les quals tenim 3 grans línies. La primera l'anomenem les activitats "diàries" que són aquelles activitats que es troben com a proposta diària emmarcades en un horari setmanal i que engloben activitats d'oci, de manteniment de capacitats cognitives i funcionals, i activitats de caire social.

En la línia d'activitats a la comunitat trobem activitats que es realitzen fora del centre i que corresponen a activitats per a mantenir activitats de la vida diària instrumentals, activitats d'oci/lúdiques, celebracions i festes que es realitzen al poble i activitats a la comunitat que ens ajuden a mantenir capacitats cognitives i/o funcionals.

També citar que avui en dia, tenim una línia que per les persones que viuen al nostre centre és molt important que són les celebracions. Com que es tracta d'activitats que els encanten i que alhora poden complir varies funcions realitzem tant les festes anuals pròpies de calendari (Nadal, Sant Joan, la Castanyada...), com celebracions mensuals, com festes temàtiques.



La proposta d'activitats es porta a terme a través de l'assemblea mensual de residents on ells proposen les activitats i celebracions que els agradaria realitzar i els nostres professionals, que també aporten idees, a partir de tot el procés anteriorment mencionat els transmeten aquestes idees per tal que ells valorin. D'aquesta manera els nostres residents es senten escoltats i valorats perquè la seva opinió o proposta s'ha dut a terme. Aquest petit gest, propicia que altres residents o en altres assemblees, les persones aportin més idees i per tant, la participació dins la mateixa unitat de convivència incrementa considerablement al mateix temps que la il·lusió i les ganes de fer dinàmiques augmenten.

L'essència de totes les activitats és oferir-les de dilluns a diumenge durant matí i tarda proposades amb la finalitat de que la persona pugui mantenir-se ocupat amb activitats o dinàmiques significatives per ell o ella.

Cada unitat de convivència realitza la seva proposta d'activitats de forma diària. A vegades, ens trobem que allò que teníem planificat en aquell dia en concret no els hi ve de gust fer-ho, o simplement tenen una proposta que els hi agradaria dur-la a terme, així que ens adaptem al que ells/es desitgen fer en el dia en concret.

També remarcuem que les activitats es duen a terme sota un propòsit. Per exemple, quan fem les festes mensuals, les manualitats van relacionades amb la temàtica en concret, això ens facilita anar-nos endinsant i treballant el tema. També, quan són festes populars, intentem participar activament a la comunitat, com per exemple, vendre roses per Sant Jordi i manualitats fetes per ells de Nadal. Altres activitats amb el mateix fil conductor seria, la creació de manualitats per poder vendre i així poder ajudar a recursos existents de la nostra comarca, com n'és el cas de la protectora d'animals, on primer ells creen unes manualitats, després les venen, van a comprar el què ells consideren que poden necessitar i els ho porten. En tot moment ells són els protagonistes i l'equip únicament els acompanya.

A continuació us mostrem les activitats de les diferents línees que es porten a terme avui en dia, que estan en constant moviment i poden variar completament segons lo esmentat anteriorment.

1. Activitats diàries:

- a. Oci:** Les activitats d'oci estan pensades principalment per passar una estona agradable i divertida amb activitats que els agraden. A més a més la majoria d'elles ajuden a preservar capacitats cognitives, a socialitzar, crear i mantenir vincles socials, a mantenir capacitats funcionals (coordinació oculomaneu, bimanual, psicomotricitat fina...). Per tant són activitats molt completes que permeten treballar molts aspectes.
 - i. Bingo musical:** Vam veure que a les persones que viuen al nostre centre els agrada molt el bingo i la música, i els vam proposar crear un bingo musical. És igual al bingo normal, però en comptes de nombres posem cançons.
 - ii. Bingo:** Als nostres residents els hi agrada molt fer el bingo, es una estona que es distreuen, tenen premis i sobretot els ajuda a mantenir o

millorar la concentració i a potenciar la resposta cognitiva ràpida entre altres.

- iii. **Manualitats significatives:** Cada mes de l'any tenim un tema que és el fil conductor del mes. A partir d'aquí, fem manualitats que tenen a veure amb la temàtica i que a més es duen a terme sota un propòsit com pot ser decorar el bosc de les estacions, vendre-les per anar a una excursió...
 - iv. **Dibuix i pintura:** A moltes persones els agrada dibuixar de manera que sempre proposem activitats de dibuix amb diferents materials ja sigui per fer una exposició o per crear postals de Nadal, etc.
 - v. **Pel·lícules:** Posem pel·lícules de la seva elecció amb un projector en una pantalla gegant que tenim.
 - vi. **Jocs de taula:** S'ofereixen jocs de taula variats al mateix temps que socialitzen i realitzen activitats d'oci.
 - vii. **Argila:** A través de l'argila modelen diferents activitats i fan creacions. Això els va molt bé per treballar a nivell funcional (mantenint coordinació bimanual, oculomaneig, motricitat fina...), cognitiu i obtenen un resultat que, de vegades es fa servir com a decoració, altres de regal ... per tant sempre té un propòsit
 - viii. **Polseres:** Mitjançant material per fer polseres i collarets fan les seves pròpies creacions sempre amb un cap que pot ser per a ells mateixos, per a regal ...
 - ix. **Gegants:** A Catalunya és tradició que hi hagi gegants a tots els pobles que surten a les festes i en dates assenyalades, des del centre estem creant uns propis on ells han triat els noms, les robes i s'elaboraran per ells.
- b. **Rutines:** Les rutines són activitats molt significatives per a ells doncs són activitats que han portat a terme tota la vida, que els agraden i en disfruten. A més a més són activitats que ajuden a mantenir capacitats funcionals alhora que socialitzen i creen vincles.
- i. **Horts:** L'activitat de l'hort (plantar enciams, tomàquets ...) és una activitat que moltes persones que viuen al nostre centre han fet i els agrada fer, així que, vam crear dos horts, un situat en un espai de terra

que és el nostre jardiner qui s'encarrega de la feina més física i supervisa i ajuda quan precisa; i un altre alçat que l'adaptem perquè, persones amb mobilitat reduïda, poguessin també gaudir d'aquesta activitat.

- ii. **Jardineria:** A molta gent els agrada la jardineria i sempre han tingut plantes a casa seva, doncs aquí és important que ho segueixin realitzant. A la jardineria reguem, agafem esqueixos de plantes i les trasplantem a altres testos que hem decorat primerament. Cada unitat té les plantes i els testos que vol i com vol i són ells qui en tenen cura.
 - iii. **Gallines:** Tenim dues gallines i els residents en tenen cura, recullen els ous i mantenen rutines que abans tenien.
 - iv. **Peixos:** tenim un estany de peixos, on ells els alimenten. Mantenen rutines que abans tenien
 - v. **Gos:** Tenim una gossa que vam adoptar de la protectora ja que molts d'ells havien tingut gossos i animals tota la vida. Amb el gos treballen a nivell afectiu, de rutines i, en cas de persones amb deteriorament cognitiu sever és una gran forma d'aconseguir un punt de connexió i estimulació.
 - vi. **Botigueta:** Hem creat una botigueta on ells mateixos i de forma autònoma poden anar a comprar. Això els ajuda a mantenir rutines i ser autònoms.
 - vii. **Cuina:** Abans de la COVID portàvem a terme un taller de cuina cada setmana on els residents triaven les receptes que volien fer i s'ho menjaven per dinar, berenar, postres... en funció del què haguessin triat. Actualment es realitza de forma menys freqüent i sempre amb la unitat de convivència però segueix sent una activitat molt significativa.
 - viii. **Rutines:** A través de rutines que ells volen realitzar (com pot ser doblegar mitjons, parar taula...) mantenen ocupacions que per a ells són significatives. En tot moment són ells que fan la demanda i des del centre s'adapta quan és necessari i se'ls facilita fer-ho.
- c. **Estimulació cognitiva/sensorial/reminiscències:** Aquest tipus d'activitats, com el seu nom indica, tenen per objectius mantenir capacitats cognitives, estimular records i vivències passades, activar

estímul sensorials, connectar amb el present, promoure la resposta ràpida, treballar la memòria... Lo important és trobar activitats que els agradin, que en disfrutin i permetin aquest treball tant necessari.

- i. **Musicoteràpia:** A través de la història de vida en la qual ells mateixos o, quan no és possible, la família ens transmet aquella cançó, aquell grup o aquell estil musical que els agrada treballem amb ells aquesta selecció per evocar records, treballar a nivell cognitiu i millorar el benestar.
- ii. **Camí de textures:** Hem preparat un camí de textures, com el seu nom indica, hi ha diverses fases amb diversos materials diferents per treballar l'estimulació sensitiva i alhora treballem a nivell funcional.
- iii. **Sala d'estimulació sensorial:** Hem creat una sala d'estimulació sensorial
- iv. **Teràpia amb nines:** A través de nines, algunes interactives i altres no, estimulem a nivell cognitiu, sensorial, evoquem records de quan eren cuidadors o quan eren petits.
- v. **Passaparaula:** hem creat un passaparaula amb preguntes de la seva època i modernes, és un joc en grup on treballen a nivell cognitiu.
- vi. **Massatge:** A través de l'estimulació tàctil es fan petits massatges que poden variar de professional a resident, de resident a resident (en mans i braços) .
- vii. **Taller dels 5 sentits:** Vam crear un taller dels 5 sentits: tacte, olfacte, vista, gust i audició. A través de diferents materials que estimulen diferents sentits es fa un joc en el qual han d'endevinar de què es tracta.
- viii. **Realitat virtual:** Amb les ulleres de realitat virtual realitzem estimulació sensorial amb resultats sorprenents.
- ix. **Plantes aromàtiques:** Al jardí disposem de diferents plantes aromàtiques on treballem estimulació sensorial a través de moltes activitats diferents. És una activitat que pot anar associada a jardineria, pot fer-se sola únicament o relacionada amb un passeig, amb el taller dels 5 sentits...

- x. **Teràpia d'orientació a la realitat:** Diàriament i, en totes les unitats es realitza la teràpia d'orientació a la realitat on es treballa l'orientació temporal, espacial i de persona.
 - xi. **Història de vida:** Juntament amb els nostres residents vam crear les històries de vida. En les quals ells trien fotografies i relats de la seva vida que volen compartir. Es prepara i el tenen a la seva habitació.
 - xii. **El bosc de les estacions:** Hem habilitat un passadís de la residència i cada estació de l'any, fem manualitats acord amb l'estació. L'essència amb aquest bosc és treballar l'orientació a la realitat ja sigui mentre es preparen les manualitats per decorar el bosc per l'estació com quan simplement es passa per aquí.
 - xiii. **Tallers de memòria:** Exercicis i activitats que ens permeten estimular i mantenir el funcionament de la memòria
 - xiv. **Activitats d'estimulació cognitiva:** Són recursos molt importants que ajuden al funcionament de la ment, milloren l'autoestima, la socialització i la participació comunitària. Poden ser a través de fitxes, de jocs...
 - xv. **Teràpia amb cavalls:** Iniciarem al mes d'Octubre les primeres sessions d'equinoteràpia, on, posarem en pràctica les cures cap als animals (pentinar-los, netejar-los, alimentar-los, acariciar-los...) per potenciar la interacció i els vincles.
- d. Manteniment funcional:** En les activitats de manteniment funcional l'objectiu principal és mantenir balanç muscular, articular, la coordinació, treballar la psicomotricitat... Tots sabem que és molt necessari per tal d'evitar efectes de la immobilitat però cal fer-ho de manera dinàmica i que ells vulguin i els agradi.
- i. **Gimnàstica musical:** A part de la gimnàstica grupal habitual fem també una gimnàstica musical en la qual, a través de la música es treballa a nivell funcional.
 - ii. **Jocs de gimnàstica:** A part de la gimnàstica habitual i la musical es treballen amb diferents materials (pilota, cistella, cèrcols, paracaigudes, a l'estiu piscines ...) a través de jocs variats (bàsquet, voleibol ...) per treballar i mantenir capacitats funcionals

iii. **Gimnàstica:** Es realitzen sessions grupals de gimnàstica. Poden ser tant exercicis amb repeticions per treballar musculatura i/o articulacions concretes com a través de material (aros, pilotes, conos, ...) per realitzar un treball més global (on es treballen cadenes musculars i coordinació extremitats, tant superiors com inferiors).

e. **Socials:** En les activitats de caire social l'objectiu és mantenir i crear vincles socials i el sentiment de pertinença al grup

i. **Club de teatre:** Tenim organitzat un grup de teatre que seleccionen una obra o fragment de la mateixa, la preparen i de forma periòdica, quan ells consideren ens l'exposen. L'essència d'aquest club és que són les persones que conviuen al centre els que porten l'activitat i només el professional els acompanya en el que ells necessiten.

ii. **Club lectura:** Tenim organitzat un club de lectura que un cop a la setmana es reuneix i llegeixen una part d'un llibre que ells mateixos han triat. Aquesta activitat és genial per a persones que els costa llegir (per temes de visió ...) però que els agrada, també és una manera de compartir la lectura i comentar-la en grup i fer una tertúlia.

iii. **Club actualitat:** A moltes persones que viuen al nostre centre els agrada molt l'actualitat, saber les notícies i el que passa al món però no poden llegir el diari perquè tenen dificultats per llegir-lo o per comprendre el que estan llegint, o simplement els agrada comentar les notícies que han llegit al diari o vist a la televisió així que ens ajuntem 1 cop a la setmana i comentem totes les notícies d'actualitat que hi ha o les que ells volen saber i fer comentaris.

iv. **Ball setmanal:** Molta gent anava al ball els diumenges i els agrada molt ballar, així que al menys un cop a la setmana, posem música i es fa un ball

v. **Coral:** Tenim un grup de residents que preparem cançons de coral i les cantem en algunes festes que fem.

vi. **Unitats de convivència temàtiques:** Cada unitat disposa d'una decoració diferent, per facilitar la seva orientació espacial i es decoren

en les dates assenyalades (Nadal ...) com a ells els agrada el que els ajuda a nivell d'orientació temporal.

- vii. **Karaoke:** Com que els agrada molt la música i les cançons, de forma periòdica (quan volen o consideren) fem un karaoke on canten cançons amb un micròfon que ells mateixos han seleccionat.
- viii. **Assemblees:** Mitjançant les assemblees mensuals nostres residents prenen les decisions d'activitats, festes etc. que ells volen realitzar o valoren les que han realitzat.

2. Activitats de la comunitat

a. AIVD

- i. **Compres:** Setmanalment els residents amb suport de professionals surten a comprar. Són compres amb un propòsit que pot ser un regal, un material necessari per a una activitat ... L'objectiu és que siguin ells els que facin tot el procés i els professionals només acompanyin i donin suport quan sigui necessari.

b. Oci/Lúdiques

- i. **Ràdio:** Un cop cada 15 dies anem a la ràdio. Hem creat un programa que es diu "Records de la nostra vida" (nom triat per ells) on ells són els protagonistes i transmeten a la comunitat vivències, experiències, coses d'abans i d'ara i tot allò que desitgen comunicar.
- ii. **Excursions:** A les assemblees dels residents ens expliquen el que els agradaria fer, on els agradaria anar i un cop a el mes duem a terme el seu desig (sempre que sigui viable).
- iii. **Cafè i vermut:** sortim a el poble a prendre cafè o vermut als bars doncs són activitats que sempre han realitzat i és important mantenir-les.
- iv. **Passejos al nostre entorn:** Sortim periòdicament a fer un passeig pel poble.

c. Celebracions (festes del Poble)

- i. **Festes de el Poble:** Procurem participar en totes les festes i actes que es fan al poble i que els nostres residents volen realitzar.

d. Manteniment capacitat funcional i/o cognitiva

- i. **Piscina:** A l'estiu anem un cop a la setmana amb els residents que ho desitgin a la piscina municipal del poble hi fan aquagym.

e. Intergeneracionals

- i. **Contes:** un cop cada 3 setmanes preparem contes, i anem a la llar d'infants a explicar-los-els als nens. Dins aquesta activitat pot ser una lectura simple, com una representació amb titelles... Intentem que siguin activitats que creïn una atenció positiva als nens
- ii. **Festes amb la llar d'infants:** Procurem celebrar totes les festes amb els nens de l'escola bressol ja que són activitats molt significatives on ells exerceixen antics rols i els nens associen a la gent gran de forma positiva, amb experiències positives.
- iii. **CRAE:** Estem desenvolupant un projecte amb un CRAE del poble del costat. L'objectiu és que puguin establir vincles entre ells.

3. Celebracions:

a. Festes anuals

- i. **Fira d'abril:** Juntament amb la llar d'infants, fem manualitats per decorar el jardí i es fan balls, àpats i menjars típics d'aquesta festa
- ii. **Festa major:** Anualment hi ha una setmana a l'estiu que fem diverses activitats de festa major. Les activitats les trien ells a les assemblees.

Per exemple aquest any vam fer:

1. **Dilluns:** pregó, missa, barbacoa
2. **Dimarts:** concurs de preguntes i ball
3. **Dimecres:** jocs olímpics i ball
4. **Dijous:** desfilada de models, ball, paella i a la tarda van venir els gegants de la vila
5. **Divendres:** espectacles, ball de fi de festa, vermut popular i a la tarda xocolatada.

- iii. **Castanyada:** Per la Castanyada fem panellets que és un menjar típic del dia de la castanyada, i fem una festa a la tarda on ens mengem els panellets, castanyes, moniatos i prenem moscatell. Ve la Castanyera i ens reparteix les castanyes. També podem vendre castanyes al poble.
- iv. **Nadal:** Per Nadal fem moltes festes, com les que fem a casa: menjars especials, el caga tió, ve el Pare Noel, els reis, el cap d'any etc.
- v. **Sant Jordi:** Fem moltes manualitats per vendre, preparem poemes, i venem roses a una parada que posem davant del centre.
- vi. **Carnestoltes:** Durant la setmana de carnestoltes, el rei carnestoltes ens va donant consignes de coses que hem de fer o portar. Exemple: pintar-nos la cara, vestir-nos amb pijama etc. L'últim dia és la festa que també juntament amb la llar d'infants ens disfressem tots amb disfresses que hem fet i fem una desfilada de models, lliurament de premis i festa!
- vii. **Pasqua:** Per Pasqua, fem la mona, manualitats relacionades amb la Pasqua etc.
- viii. **Dijous llarder:** Dijous llarder que és uns dies abans de setmana santa, és un dia que es menja botifarra d'ou i es fa un gran berenar i festa sempre que la pandèmia ho permet es fa al poble de forma conjunta amb tothom de la vila qui vol participar.
- ix. **Diada de Catalunya:** vam llegir poemes, cantem cançons catalanes ..

b. Festes Mensuals

- i. **Concerts en directe:** Amb els diners que guanyem de la venda de roses, de manualitats ..., els preguntem a les assemblees que els agradaria fer i de vegades trien concerts o espectacles en directe. En ocasions han vingut a fer espectacles de circ, de màgia, han vingut duos a cantar...
- ii. **Concurs de talents:** De tant en tant, quan els residents ho demanen, els treballadors muntem espectacles, on podem cantar, ballar, explicar coses etc. Ells són el públic i el jurat i també poden participar.
- iii. **Passi de models:** Ens agrada molt agafar robes que no són de ningú, disfressar-nos i fer desfilada de models.

- iv. **Missa:** Un cop a el mes ve el mossèn a fer la missa al jardí per a tots aquells que vulguin.
- v. **Menjars especials:** Ens agrada molt fer menjars especials, ja sigui una paella al jardí i dinar tots junts a fora, com fer un bermut, una xocolatada..

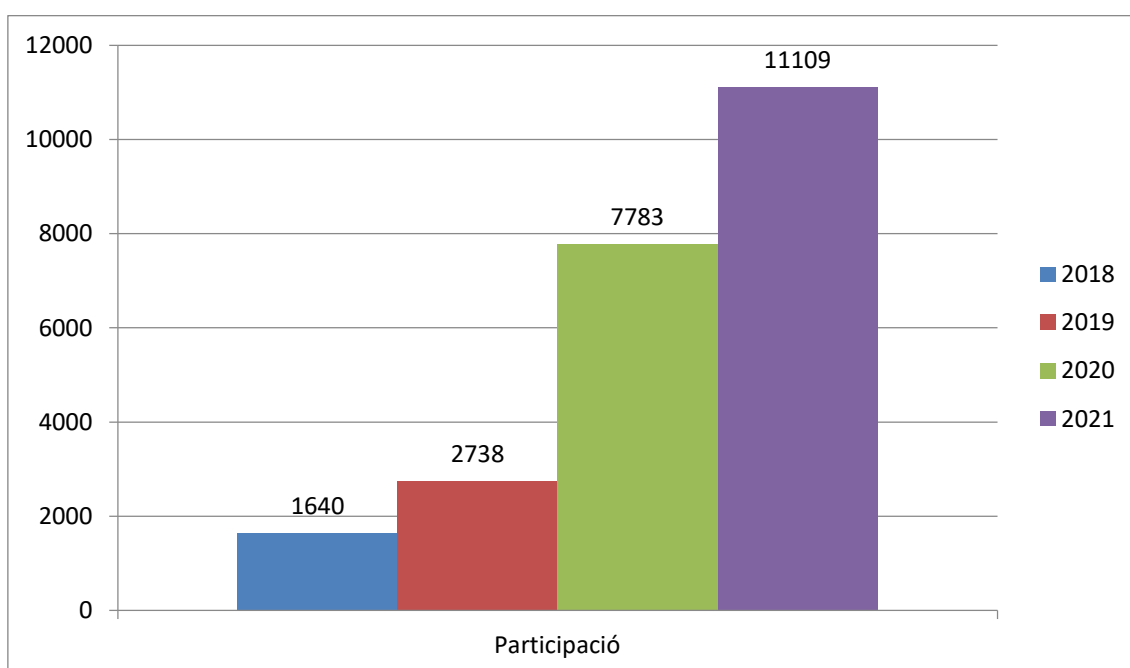
c. Festes temàtiques

- i. **Batucada:** Creem els nostres tambors amb llaunes i pots i sortim fora la residència a fer les cançons que triem i assagem.
- ii. **Jocs de fira:** una o dues vegades a l'any, preparem jocs de fira al jardí. Ells juguen a diferents activitats proposades, i se'ls dóna punts. Amb aquests punts poden comprar el que vulguin doncs també muntem una paradeta amb premis.
- iii. **Olimpíades:** Fem olimpíades un cop a l'any. De forma conjunta treballadors i residents creen equips i es donen premis.
- iv. **Festa de les famílies:** Un cop a l'any, fem la festa de les famílies (pel coronavirus és el segon any que no ho fem). En reunim famílies, residents i treballadors i passem tots un dia junts dinant, fent el vermut o sopant tot amenitzat amb un espectacle. Ho trobem molt important perquè d'aquesta manera també impliquem a les famílies en el centre.

RESULTATS

Per tal de valorar de forma quantitativa i qualitativa el canvi en la participació de les activitats en primer lloc oferim els resultats quantitatius on s'observa un increment anual en la participació a les activitats.

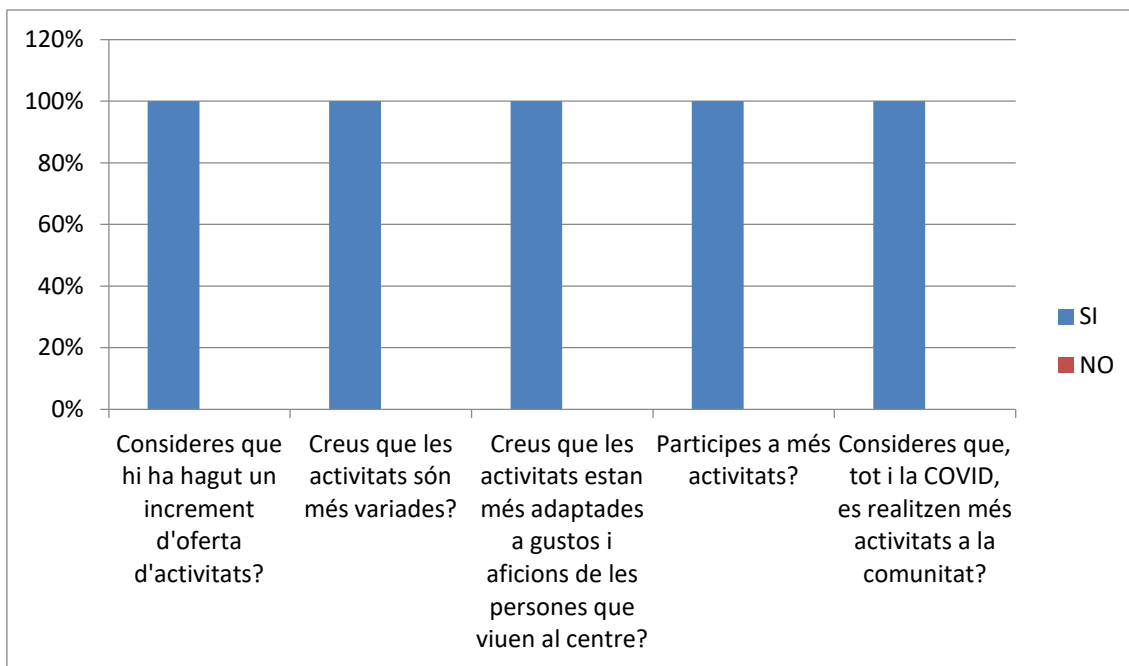
Des del 2018 fins al 2021 es pot observar un increment de la participació, ja sigui per una major oferta d'activitats com perquè al oferir activitats adaptades als seus gustos incrementa la participació, doncs ens trobem residents que abans no participaven a cap activitat i que actualment participen a diferents activitats que es porten a terme.



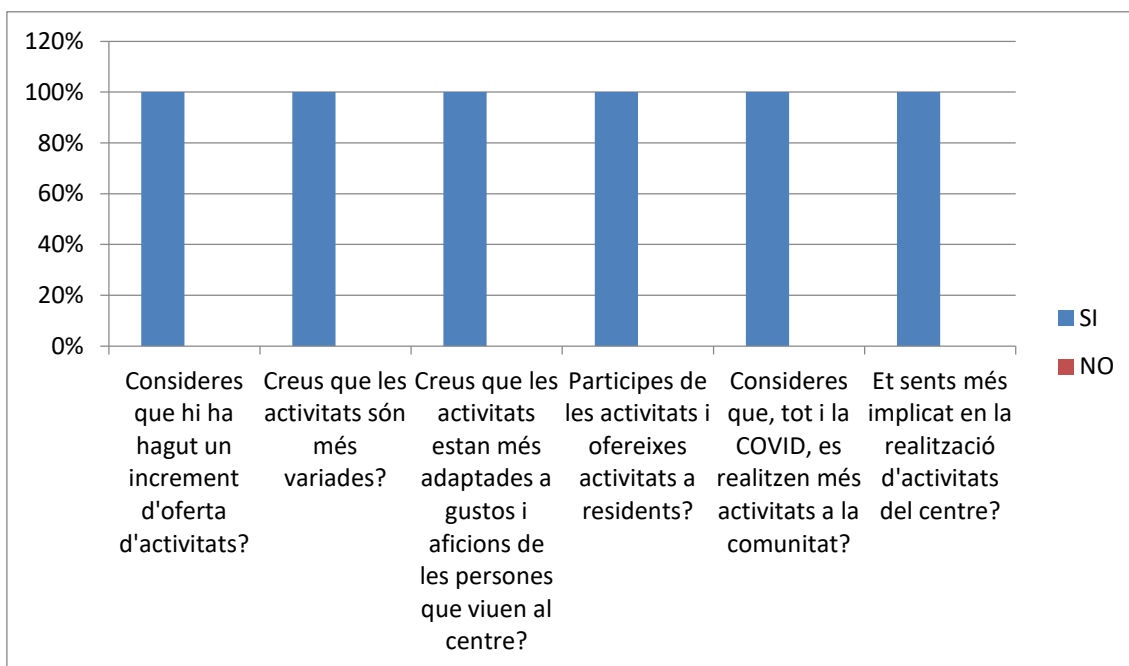
La participació del 2021 només contempla 8 mesos (de gener a agost), mentre que la resta d'anys contempla 12 mesos (de gener a desembre). Tot i així es pot observar com amb 8 mesos hi ha un increment exponencial de participació a les activitats a diferència de la resta de mesos.

A nivell qualitatiu dins les 3 grans àrees que es troben implicades en les activitats observem el següent:

En el cas dels residents vam optar per a fer una petita enquesta per valorar el procés de les activitats, l'evolució en el centre i el seu benestar amb els següents resultats:

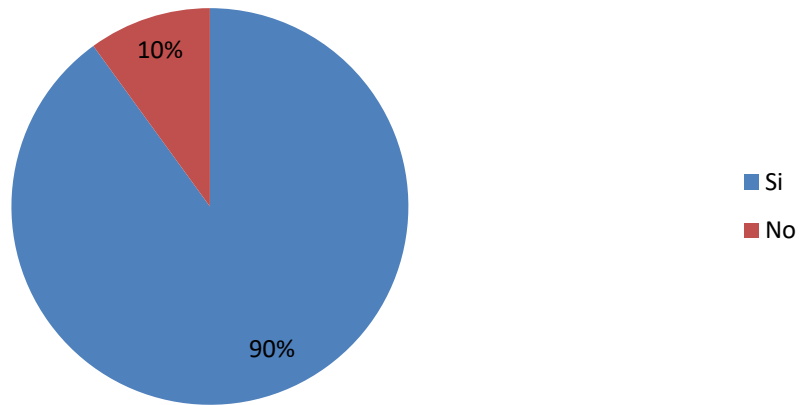


En el cas dels treballadors vam optar per a fer una petita enquesta per valorar el procés de les activitats, l'evolució en el centre i el seu benestar.

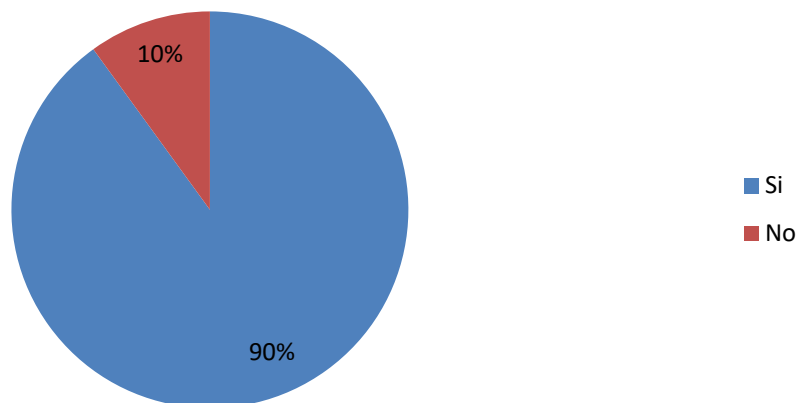


En el cas de les famílies vam aprofitar l'enquesta de satisfacció anual amb els resultats següents:

Considereu que hi ha suficient oferta d'activitats?



Creieu que la oferta d'activitats és adient i adequada al vostre familiar?



CONCLUSIONS

A través de la implantació (hem trigat uns 3 anys) i amb l'ajuda a més de la creació d'unitats de convivència observem que les persones que estan en el centre estan més ocupades (participen quan volen i en el que volen) , els dies i les hores passen més ràpid, tenen il·lusió (per una festa, una activitat, una excursió), a l'estar més ocupats no pensen tant en el que no tenen o en els dolors, el seu humor millora i amb això el seu benestar.

Les famílies, al seu torn, estan més contentes a el veure que el seu ésser estimat està bé, està actiu i fa coses.

Per si fos poc, això millora el clima laboral i la implicació dels treballadors que hi participen, sigui quin sigui el seu lloc de treball, en diferents activitats i festes.

Conseqüentment considerem que ha millorar l'eficàcia i l'eficiència i creiem que és una bonica experiència que pot millorar el benestar de moltes persones grans que viuen a centres residencials.

BIBLIOGRAFIA

No n'hi ha