**Lucía de Sousa Romero**

**Jéssica Fernández García**

**Maria Luisa Sánchez Martínez**

FUNDACIÓN LERDO DE TEJADA

PROGRAMACIÓN ANUAL DE ACTIVIDADES

TERAPIA OCUPACIONAL 2024

1. OBJETIVO GENERAL DE LA TERAPIA OCUPACIONAL EN RESIDENCIAS:

El objetivo principal que se persigue desde la Terapia Ocupacional consiste fundamentalmente en buscar, organizar y ejecutar actividades que por un lado despierten el interés de nuestros mayores adecuándose a sus características y sus capacidades, y que por otro lado tengan un fin terapéutico consiguiendo la mayor funcionalidad e independencia en las actividades de la vida diaria, proporcionando además una mayor calidad de vida a los residentes.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA TERAPIA OCUPACIONAL

1. Potenciar, estimular y mantener las capacidades necesarias para conseguir realizar las actividades de la vida diaria, básicas e instrumentales, como son la movilidad general, la marcha, el equilibrio y la psicomotricidad.
2. Mantener capacidades sensorio-motoras, psicológicas, cognitivas y psicosociales necesarias para alcanzar el mayor grado de independencia.
3. Estimular y mantener las capacidades cognitivas que se ven afectadas por el envejecimiento, memoria, atención, percepción, pensamiento lógico y abstracto, orientación temporal, espacial y personal, secuenciación, lenguaje y comunicación verbal y no verbal.
4. Realizar un programa de ocio y tiempo libre para evitar el sedentarismo, potenciar su autoestima e incentivar las relaciones sociales. Conseguir por medio de ocio establecer nuevas relaciones e intentar que el individuo tenga iniciativa propia para elegir en que gastar su tiempo libre.
5. Crear hábitos de higiene postural para evitar posibles deformaciones

3. METODOLOGÍA

La metodología que seguiremos en el presente ejercicio 2024 se resume en los siguientes puntos:

* Las actividades que se desarrollen en el **Taller Ocupacional** estarán orientadas, en la medida de lo posible, atendiendo a la fecha del año, y a los distintos acontecimientos sociales que puedan tener lugar a lo largo del año.
* Se establecerán grupos lo más homogéneos posible, ofreciendo una atención tanto individual como grupal.
* Se llevará a cabo un control de las Actividades grupales para poder repetir aquellas que más éxito hayan tenido, siempre a favor del bienestar del mayor.
* Se llevará un control diario de los asistentes, mediante una hoja de seguimiento.
* Se realizará una ficha de actividad que incluirá los recursos humanos y financieros, el responsable de la actividad, el horario y el lugar de ejecución, así como la valoración de la actividad.
* Se continuarán realizando al igual que todos los años las “salidas socioculturales” que consistirá en acompañar a los residentes, a sitios de interés.
* Los distintos talleres, así como las distintas salidas serán programadas en los primeros días de cada mes en lo que se conoce como “programación mensual” realizada por la terapeuta ocupacional junto con la psicóloga, educadora y trabajadora social.

4. ACTIVIDADES

A continuación, se resumirá brevemente las actividades que se llevarán a cabo durante el año 2024 desde el área de Terapia Ocupacional. Esta programación podrá ser modificada a lo largo del año dependiendo de la aceptación o no por parte de los residentes, así como de la consecución o no de los objetivos planteados. Además, también podrá ser modificada según vaya avanzando la situación (covid-19), adaptándonos a la circunstancia de cada momento.

* Diariamente (de lunes a sábados) se llevará a cabo el **seguimiento de AVDB (Actividades de la Vida Diaria Básicas)**, por parte de las terapeutas ocupacionales y educadora social.
* Se seguirá realizando semanalmente la **gimnasia de mantenimiento ( lunes y viernes) ,** mediante la cual los residentes realizarán una serie de ejercicios para potenciar sus capacidades físicas, con el objetivo de aumentar la independencia y autonomía personal.
* Seguiremos trabajando en diferentes **talleres ocupacionales** en los que se realizarán diferentes manualidades con las que se intentan potenciar las relaciones sociales entre residentes, mejorar el bienestar emocional y psicológico del paciente y sobretodo mantener o incrementar la capacidad funcional para un mejor desempeño de las actividades cotidianas. Además de realizar aquellas en función de la época del año en la que nos encontremos, como por ejemplo el disfraz de carnaval, la elaboración de la cruz de mayo, decoración para navidad…
* Para mantener o incrementar las capacidades mentales del residente se realizarán sesiones de **estimulación cognitiva**, principalmente de forma oral o mediante “juegos o fichas” en el que pueden desarrollarse habilidades como la atención, memoria, cálculo, etc. En este taller incluimos la **orientación a la realidad** (Antes de realizar cualquier actividad se informarán a los residentes de la fecha, hora y lugar en el que se encuentra). La estimulación cognitiva se llevará a cabo de manera individual o por grupo dependiendo del grado de demencia y de las necesidades de cada residente.
* Cada cierto tiempo se organizará un **taller de canto**, en fechas típicas como son la navidad o las cruces, para trabajar no sólo la atención, memoria y resto de habilidades cognitivas sino también el bienestar emocional y autoestima de los residentes.
* Se seguirá realizando dos veces al mes el **Taller de cocina**, ya que tiene una gran aceptación por parte de los residentes. En él se trabaja la movilidad de los miembros superiores, así como la motricidad de las manos.
* Se continuará con el **“Taller de Ludoterapia”** semanalmente debido a la gran aceptación que tiene entre los mayores. Y de manera esporádica se llevarán a cabo sesiones de juegos de mesa tales como el dominó, parchís, etc.
* También se continuará con la actividad **“Radio Ayamonte”**, donde los residentes charlan sobre temas de actualidad, eventos próximos o bien sobre actividades que realizan en el centro. Este año, intentaremos que en alguna ocasión acudan a la residencia a realizarlo, puesto que cada vez es más limitado el desplazamiento por las barreras arquitectónicas que existen y las limitaciones de los residentes.
* Se continuará con el **Taller de** **pintura sobre tela**, en donde los residentes pintarán diferentes láminas elegidas por ellos.
* Se seguirá haciendo el **Taller de repostería**, el último martes de cada mes, donde varios residentes elaboran una tarta, para comerla al día siguiente en la celebración de los cumpleaños.
* Se seguirá realizando las **felicitaciones de los cumpleaños** de todos los residentes, colocando la foto del residente que cumpla años en el tablón correspondiente. Así como el último jueves de cada mes se celebran todos los cumpleaños del mes en curso. Ese día los residentes **soplarán las velas y comerán tart**a para merendar.
* Una vez al mes se realizará un **taller de psicomotricidad lúdica**, que mejora y/o mantiene el estado físico del residente el mayor tiempo posible, restando el propio deterioro de la edad, esto se realizará de forma lúdica a través de juegos con pelotas, bolos, aros, etc.
* También se realizará mínimo una vez al mes, un **taller de belleza**, que ayudará a mejorar la autoestima de las residentes. En este taller incluimos el pintado de uñas que se realizará cuando el residente desee o necesite, se le hace la cera y se ponen mascarillas.
* Se realizará un taller utilizando el **método Montessori. Éste método utiliza en personas mayores con** demencias o en ancianos sanos para mantener el cerebro en forma, así como para potenciar las destrezas manuales practicando el uso de los materiales como una “gimnasia cerebral”.
* Se realizará dos veces al mes, siempre que sea posible, el **taller de mándalas**. En este taller los residentes trabajaran la creatividad, la concentración y la paciencia.
* Se continuarán realizando **actividades intergeneracionales**, en el que los residentes realizarán actividades con los niños del colegio. Este se realizará esporádicamente conforme vayan surgiendo las actividades con los niños.
* Además, también se incluirán en la medida de lo posible talleres nuevos como:
  + **Taller de Doblar ropa** (AVD’s instrumentales), que se realizará los miércoles por las tardes, alternando ambas zonas de la residencia. Se ha comenzado a realizar en verano, y se incluye como propuesta para seguir realizándolo, porque ha tenido una buena aceptación)
  + **Activa tu cuerpo**, para personas con deterioro cognitivo moderado-grave. En la medida de lo posible se realizará una vez en semana.
  + **Estimulación sensorial, en nueva Sala de Estimulación Multisensorial**, también para personas con deterioro cognitivo moderado-grave. En la medida de lo posible se realizará una vez en semana, y grupos muy reducidos, dos personas o a nivel individual.

También se realizan a lo largo del año diferentes actividades socioculturales. Algunas de estas actividades son las siguientes:

* **ENERO**
* Celebración del Día de los Reyes y entrega de regalos por sus majestades a los residentes.
* **FEBRERO**
* Celebración del Día de San Valentín.
* Día Mundial Contra el Cáncer
* Celebración del día de Andalucia.( 28 Febrero)
* Celebración de los Carnavales: decoración de la residencia, celebración del baile del carnaval con la famosa elección de nuestra Reina.
* **MARZO**
* Celebración día del Padre (19 de marzo)
* Celebración de semana santa: ambientación de la residencia y salidas
* Elaboración mural Primavera
* **ABRIL**
* Celebración día Internacional del Beso ( 13 Abril)
* Celebración día Mundial del Arte ( 15 Abril)
* **MAYO**
* Celebración día del Trabajador (1 de mayo).
* Instalación de la “Cruz de Mayo”.
* Eucaristía Romería de la Cruz de Mayo.
* **JUNIO**
* Elaboración de un mural para el verano.
* Fiesta de bienvenida al verano.
* **JULIO**
* Celebración del Día del Abuelo (26 de julio), menú especial, bailes y aperitivos.
* Salida a la playa
* **AGOSTO**
* Salida a la playa
* Se comenzará con los preparativos de las fiestas patronales.
* **SEPTIEMBRE**
* Celebración de fiestas patronales: salidas a las fiestas, decoración de la residencia, bailes y aperitivos.
* Elaboración de un mural por la llegada del otoño.
* Celebración día mundial del Alzheimer.
* **OCTUBRE**
* Salida Feria Portugal
* Fiesta por el día del Pilar.
* Celebración día mundial contra el Cáncer de mama ( 19 de octubre)
* Celebración mes del mayor.
* **NOVIEMBRE**
* Celebración día de todos los Santos: Misa en recuerdo de todos nuestros residentes fallecidos en el último año.
* Celebración Día Mundial de las personas cuidadoras.
* Celebración del aniversario de la Fundación Tejada de la Santa Caridad.
* Elaboración de los preparativos para la navidad.
* **DICIEMBRE**
* Puesta del Belén y elementos decorativos en residencia.
* Creación de elementos decorativos navidad en el taller ocupacional.
* Celebración de la Nochebuena y de la Nochevieja.
* Realización de actividades con motivo de las Navidades (bailes y aperitivos).
* Salidas durante las navidades.

Además de todas estas, mensualmente se realizan salidas desayuno, al menos una vez al mes.