Como todos los meses nuestros residentes han continuado con su programación habitual de actividades de Terapia Ocupacional encaminadas siempre hacia un mismo objetivo: la estimulación constante de sus habilidades residuales físicas, cognitivas y psico-sociales para favorecer la potenciación y mantenimiento de las mismas. Para ello, se utilizan como medio diferentes programas y actividades, la mayoría de carácter grupal y con adaptaciones del entorno, especialmente destinadas a la mejora de su orientación temporal, entre otras. Con todo ello se persigue un envejecimiento lo más activo posible, la mayor calidad de vida y autonomía personal que sea posible en el tiempo.

Entre todas estas actividades que siempre siguen una misma dinámica y metodología durante estos dos meses se destacan las siguientes actividades:

* **DÍA DE LA MUJER TRABAJADORA (8 DE MARZO)**: Se realizó una lectura oral de textos del día de la mujer trabajadora y su origen sobre el que se iban realizando simultáneamente diferentes preguntas acerca de lo leído o de experiencias propias relacionadas con la temática del día. Con estas preguntas se persigue reforzar el mantenimiento de la atención y seguimiento de la actividad, la reminiscencia, así como favorecer la comprensión y memorización de la información que se les estaba ofreciendo. Finalmente, la actividad concluyó con la realización de pinturas relacionadas con este día, con las que se decoró el comedor.
* **ELECCIÓN DE UN REPRESENTANTE Y SUPLENTE DE TODOS LOS RESIDENTES POR VOTACIÓN ENTRE LOS RESIDENTES.** Los residentes eligen a un representante de grupo por votación a mayoría para que represente a todo el grupo ante cualquier sugerencia, problemática, comunicación u otra circunstancia similar.
* **SESIÓN DE RELAJACIÓN.** Se ha iniciado esta actividad adaptada a la tercera edad con los principales grupos musculares, trabajando respiraciones y utilizando para ello música, pequeñas pelotas para proporcionar un estímulo con propiocepción a los residentes con mayor deterioro cognitivo y la evocación de los sentidos.
* **AVDS: COCINA.** Los postres elaborados durante estos dos meses han sido: “Quesada con mermelada de fresa” en el mes de marzo y “Torrijas de leche” en el mes de abril para celebrar la Semana Santa con los dulces típicos que la ocasión merece.
* **DESAYUNO “CHOCOLATE CON CHURROS” EN BAR EL PARQUE.** Los residentes acompañados de profesionales, y muchos de ellos además de sus familiares salen a desayunar fuera de la residencia en un bar integrado en la comunidad, y disfrutando de una agradable mañana.
* **ESTIMULACIÓN COGNITIVA ORAL Y ESCRITA/ ACTUALIDAD/ ORIENTACIÓN/ACTIVIDADES MANIPULATIVAS.** Algunos de los temas tratados a destacar en el desarrollo de estos programas han sido: San José, el inicio de la primavera, Semana Santa, la Fiesta del Olivo de Mora (pueblo vecino y conocida por la mayoría de residentes) y el Día del Trabajo.
* **SEPARA-PÁGINAS.** Con motivo del día del libro los residentes elaboran un separa-páginas para regalárselo a sus hijos, nietos o sobrinos. Se aprovecha la estación de la primavera para la decoración de los mismos como temática principal.
* **MEDALLAS CUMPLE MES.** Este último mes se ha añadido hacer una medalla a cada residente que cumple años. Esta medalla la lleva el residente durante todo su día con el objetivo de facilitar así el recuerdo de que es su cumpleaños así como que otras personas puedan así saber que cumplen años, cada uno en su respectivo día, y así sea más fácil que reciban un mayor número de felicitaciones.

Por lo demás, el resto de actividades son las habituales ya comentadas durante otros meses: gerontogimnasia, psicomotricidad, orientación a la realidad, actualidad, bingo, Pasapalabra, bolos, juegos de mesa (cartas, bingo, dominó), estimulación cognitiva mediante fichas (adaptadas propiamente todas por la terapeuta ocupacional), actividades manipulativas, intervenciones individuales principalmente de funcionalidad de miembro superior, entrenamiento en la marcha: deambulación (ABVD) y en AIVD: manejo de teléfono móvil. Así mismo, la realización de evaluaciones tanto iniciales como de seguimiento y la elaboración de los Planes de Atención Individualizados (PAI) de cada residente.

Terapeuta Ocupacional

Marta Portugués García