

# CALENDARI D'ACTIVITATS



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9 h	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
9:30 h	Psicoestimulació cognitiva escrita i personalitzada	Psicoestimulació cognitiva escrita i personalitzada	Psicoestimulació cognitiva escrita i personalitzada	Psicoestimulació cognitiva escrita i personalitzada	Psicoestimulació cognitiva escrita i personalitzada
11 h	Piscolabis	Piscolabis	Piscolabis	Piscolabis	Piscolabis
11:30 h	Act. significativa	Act. significativa	Act. significativa	Act. significativa	Act. significativa
	Circuit funcional		Circuit funcional		Circuit funcional
12:30 h	Teràpia d'Orientació a la Realitat / Notícies	Teràpia d'Orientació a la Realitat / Notícies	Teràpia d'Orientació a la Realitat / Notícies	Teràpia d'Orientació a la Realitat / Notícies	Teràpia d'Orientació a la Realitat / Notícies
14 h	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR
16 h	Passeig	Fisioteràpia grupal	Fisioteràpia grupal	Fisioteràpia grupal	Fisioteràpia grupal
17 h	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR
17:15 h	Estimulació cognitiva grupal	Estimulació cognitiva grupal	Estimulació cognitiva grupal	Estimulació cognitiva grupal	Fisioteràpia
	Fisioteràpia	Fisioteràpia	Fisioteràpia	Fisioteràpia	
18 - 19 h	Estimulació cognitiva grupal	Estimulació cognitiva grupal	Reminiscència	Taller de cuina/ Recital musical i de poesia	Art-Teràpia
	Fisioteràpia		Fisioteràpia		

Fisioterapeuta
Psicòlegs
Educador Social
Gerocultores

# CALENDARI D'ACTIVITATS

## LLEGENDA

---

**Psicoestimulació escrita i personalitzada:** Treball escrit individual a través de fitxes cognitives adaptades a les motivacions i preferències personals, i a les habilitats cognitives actuals. Activitat dirigida i supervisada per psicòlegs.

**Activitat significativa:** Teràpia ocupacional i activitats variades, dissenyades i estructurades segons la història de vida personal, capacitats i motivacions passades i actuals. Activitat dirigida i supervisada per psicòlegs.

**Circuit funcional:** Circuit d'exercicis de manteniment i estimulació de les capacitats físiques. Activitat supervisada i aplicada per fisioterapeuta i tècnics de suport.

**Teràpia d'Orientació a la Realitat:** Comentari i debat de notícies actuals. Orientació en temps i espai. Activitat dirigida per gerocultores.

**Fisioteràpia grupal:** Exercicis de fisioteràpia variats realitzats en grup. Activitat dirigida per fisioterapeuta.

**Fisioteràpia:** Programes específics i adaptats a cada persona. Manteniment, rehabilitació i potenciació de l'aparell múscul-esquelètic, respiratori i nerviós. Activitat dirigida per fisioterapeuta.

**Estimulació cognitiva grupal:** Exposició oral amb suport visual (pantalla, projector i pissarra) d'exercicis i jocs de temàtica variada. Activitat dirigida per educació social.

**Reminiscència:** Teràpia que consisteix en la recuperació de records autobiogràfics amb l'objectiu d'estimular les funcions cognitives i treballar aspectes emocionals i de socialització. Activitat dirigida per educació social.

**Taller de cuina:** Elaboració de receptes senzilles en grup. Activitat dirigida per educació social i voluntaris de suport.

**Recital musical i de poesia:** Activitat d'expressió musical i oral que utilitza la música, la poesia i els seus elements, per a promoure la comunicació i l'expressió satisfent les necessitats físiques, emocionals, mentals, socials i cognitives de les persones. Activitat aplicada per educació social i voluntaris.

**Passeig:** Passeig i activitats a l'exterior per l'entorn del centre. Activitat supervisada per fisioterapeuta i voluntaris de suport.

**Art-teràpia:** Activitats manuals i artístiques de temàtica variada. S'utilitza majoritàriament materials reciclats per a preservar el medi ambient. Activitat aplicada per educació social i voluntaris de suport.