

Programa semanal de actividades grupales

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo							
08:30h-09:30h	Bienvenida y desayuno													
09:30h-10:30h	Taller de prensa - Orientación a la realidad													
10:30h-11:30h	Actividad física grupal													
11:30h-12:00h	Debate diario						Taller de prensa - Orientación a la realidad							
12:00h-13:00h	Educación por la salud	Taller de memoria	Club de lectura	Taller de memoria	Viajando por el mundo	Taller de memoria	Coro	Taller de memoria	Escuela de idiomas	Taller de memoria	Ludoterapia	Risoterapia		
	Taller de teatro	RHB funcional	Ritmos musicales	Taller de lectoescritura	Ludoterapia	RHB funcional	Estimulación sensorial	RHB funcional	Taller cultural	RHB funcional	Expresionismo	Taller de relajación		
13:00h-14:00h	Comida													
14:00h-15:00h	Descanso													
15:00h-16:00h	RHB funcional	Ludoterapia	Taller de conversación	Ludoterapia	RHB funcional	Ludoterapia	Taller de conversación	Ludoterapia	RHB funcional	Ludoterapia	Actividad física grupal			
16:00h-16:50h	Expresionismo	Estimulación cognitiva	Taller de conversación	Estimulación cognitiva	Actividad musical	Estimulación cognitiva	Taller de relajación	Estimulación cognitiva	Taller de arte	Estimulación cognitiva	Taller de cocina	Taller de emociones	Taller de arte	Taller de reminiscencia
16:50h-17:00h	Merienda													
17:00h-17:30h	Psicomotricidad	Estimulación cognitiva	Psicomotricidad	Ludoterapia	Psicomotricidad	Estimulación cognitiva	Psicomotricidad	Ludoterapia	Psicomotricidad	Estimulación cognitiva	Ludoterapia			
17:30h-18:00h	T.O.R.		T.O.R.		T.O.R.		T.O.R.		T.O.R.		T.O.R.	T.O.R.	T.O.R.	
18:00h-19:30h	Estimulación cognitiva	Psicomotricidad	Ludoterapia	Psicomotricidad	Estimulación cognitiva	Psicomotricidad	Ludoterapia	Psicomotricidad	Estimulación cognitiva	Psicomotricidad	Salida exterior (paseo)	Cine	Salida exterior (paseo)	Musicoterapia
19:30h-20:00h	Cena													
20:00h-20:30h	T.O.R. (Técnica de Orientación a la Realidad)													

Servicios individuales complementarios

Día y hora a convenir	Sesión de Fisioterapia (osteopatía)	Sesión de Logopedia	Sesión de Psicología	Sesión de Terapia Ocupacional	Sesión de Nuevas Tecnologías	Servicios a domicilio	Transporte adaptado
	Exploración Neuropsicológica	T.A.R.	Peluquería (pedicura y manicura)	Nutricionista	Duchas	Servicio acompañamiento médico	Podología

Detalle de las actividades terapéuticas que se desarrollan en el Centro

Bienvenida y desayuno: recepción de los usuarios, desayunos e introducción a la dinámica del centro. En este espacio se ofrece material de lectura o de estimulación para los usuarios, conversación para fomentar la sociabilización.

Actividad individual: actividades lúdicas para iniciar el día.

Educación de la salud: exposición sobre consejos para su salud (alimentación, ergonomía, saber cuidarse, etc). Aprendemos curiosidades médicas que se aprenden en el día a día.

Taller de teatro: fomentamos la expresión verbal y corporal a través de dinámicas que estimulan la interpretación.

Expresionismo: desarrollamos el lenguaje no verbal y la representación e identificación de las emociones en diferentes contextos.

Taller de prensa: mediante técnicas de orientación a la realidad nos situamos en el presente y leemos noticias diarias de los periódicos, así como comentamos y debatimos la actualidad.

Taller cultural: sesión en la que se abordan temas como la arquitectura, ciencia, deportes, artistas de todos los tiempos, cine, historia y actualidad entre otros...

Actividad física grupal: nos movemos y mejoramos nuestra forma física realizando ejercicios corporales donde trabajamos aspectos psicomotrices.

Debate diario: potenciando la interacción, el diálogo y la participación con temas de actualidad. Espacio de protagonismo para celebrar eventos especiales de nuestros usuarios (aniversarios...).

Taller de memoria: mediante actividades de estimulación cognitiva trabajamos las funciones superiores como la atención, memoria, cálculo, etc.

Taller de relajación: sesión sensorial y de estimulación a través de los sentidos, favoreciendo la puesta a la calma y nuestra propiocepción.

Taller de reminiscencia: viajamos por las vivencias propias a través de los recuerdos, haciendo hincapié en los buenos momentos que evocan nuestras capacidades cognitivas.

Taller de lectoescritura: trabajamos la grafomotricidad, el dictado y la copia para mantener y/o mejorar nuestra motricidad fina, así como divertirnos en el arte de escribir.

Ritmos musicales: sesión de estimulación participativa a través de la música, los ritmos, la melodía y los instrumentos

Club de lectura: mediante textos, expresamente seleccionados, leemos, escribimos, debatimos y buscamos sentido a las lecturas, siempre con su moraleja. Lo hacemos desde diferentes géneros como novelas, poesías, ensayos, etc.

RHB funcional (rehabilitación funcional): trabajamos aspectos funcionales (motricidad fina, coordinación, pinzas, estereognosia, propiocepción, etc.) mediante actividades que promuevan el mantenimiento.

Ludoterapia: se establecen juegos grupales que fomentan el ocio y la interacción entre los usuarios. A su vez mejoran el desarrollo cognitivo y social.

Coro: en nuestro rincón musical realizamos ejercicios de calentamiento de las cuerdas vocales para después cantar diferentes piezas musicales, acompañados del sonido del piano.

Musicoterapia: actividad de estimulación musical para trabajar la atención y asociación a través de canciones y melodías.

Risoterapia: utilizamos la risa como medio terapéutico, a través de actividades que mejoran los beneficios mentales y reducen el estrés.

Viajando por el mundo: escogemos un destino y exploramos el lugar conociendo su geografía, cultura, historia, gastronomía, su gente, sus curiosidades y la propia experiencia de los que han estado en ese destino.

Escuela de salud: aprendemos curiosidades médicas y de salud para poderlas llevar a cabo y estar más saludables.

Escuela de idiomas: aprendemos o refrescamos idiomas olvidados mediante ejercicios con ayudas tecnológicas.

Estimulación cognitiva : ejercicios cognitivos que se realizan de forma oral con la dinamización de nuestros profesionales.

Estimulación sensorial: provocamos un despertar sensorial, favoreciendo la comprensión de los otros, del mundo y de sí mismos, a través de estímulos y actividades significativas que repasan los sentidos del tacto, olfato, visto, sabor, oída, etc.

Taller de conversación: realizamos ejercicios orales de estimulación cognitiva para promover el uso del lenguaje mediante imágenes, textos, sonidos, etc.

Taller de arte: espacio de expresión artística en el que trabajamos mediante el uso de dibujos, cuadros, mandalas, etc.

Salida al exterior: fomentamos la interacción con el entorno y la comunidad, paseando y visitando los espacios verdes contiguos al centro.

Taller de cocina: preparacón de un producto elaborado por los usuarios, que posteriormente se convierte en la merienda del día.

T. O.R. (Técnica de Orientación a la Realidad): destinado a hacer un resumen de las actividades realizadas en el día con el fin de orientarnos en el espacio y tiempo.

NOTA: este horario es dinámico, se modificará según el perfil de nuestros usuarios, adaptándose a sus necesidades e intereses.