



Diputación
de Salamanca

Bienestar Social



Cofinanciado por
la Unión Europea



MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



Fondos Europeos



Europa impulsa
nuestro crecimiento



SERVICIO PÚBLICO de EMPLEO
de CASTILLA Y LEÓN



Junta de
Castilla y León
Consejería de Industria,
Comercio y Empleo

INFORME FINAL

PRESTACIÓN DE SERVICIOS PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA JOVEL 2024



PROGRAMA JOVEL 2024

ELENA CARIDAD PICADO_MONITOR TIEMPO LIBRE

DIPUTACIÓN DE SALAMANCA

Residencia Mixta Ciudad Rodrigo y Residencia Asistida Provincial

Índice

1. Introducción	3
2. Finalidad de las actividades.....	3
3. Ámbito de actuación: lugar, público destinatario e instalaciones	4
4. Objetivos.....	7
5. Temporalización	7
6. Actividades generales y destacadas.....	9
7. Medidas de adaptación.....	29
8. Valoración crítica	31
9. Conclusión	32
10. Anexos	34

1. Introducción

La creación de este puesto de trabajo nace a través del **Plan nacional de garantía juvenil**, cuyo uno de sus objetivos principales es reducir el desempleo juvenil.

A través del programa **JOVEL 2024**, subvenciones para promover la contratación de jóvenes inscritos en el programa juvenil a municipios de más de 5.000 habitantes y a las diputaciones provinciales de Castilla y León, y al amparo de la Resolución de 8 de abril de 2024 del presidente del Servicio Público de Empleo de Castilla y León. La Diputación de Salamanca ha procedido a la contratación de 4 jóvenes para el desempeño de diversos puestos de trabajo con una duración de un año.

Concretamente, se ha contratado un Arquitecto Técnico destinado en la Unidad de Turismo y Patrimonio (Área de Cultura), un Técnico Medio de Gestión destinado en la Unidad de Turismo y Patrimonio (Área de Cultura), un Monitor de Educación y tiempo libre destinado al Área de Bienestar Social y un Técnico TIC destinado a la unidad de Innovación Administrativa (Área de Presidencia).

Esta memoria, abarcará la intervención como **monitora de tiempo libre** para la **Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo** y la **Residencia Asistida Provincial de Salamanca**.

La duración del programa es de un año con una estancia de 6 meses en cada centro de trabajo para atender a sus residentes.

Del **31/5/2024** hasta el **30/11/2024** el puesto de trabajo ha sido en la **Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo** y del **1/12/2024** hasta el **31/5/2025** en la **Residencia Asistida Provincial**.

2. Finalidad de las actividades

El propósito principal de las diversas actividades es dar un servicio al centro residencial y concretamente a los residentes proporcionándoles nuevas experiencias.

Las actividades contarán con un carácter principalmente lúdico, pero también se busca desarrollar las habilidades cognitivas, psicomotrices... De los asistentes.

Además, se destaca el componente social, puesto que supone un punto de encuentro tanto para los residentes como los familiares

Todo ello dará lugar a una experiencia enriquecedora a todos los niveles para los residentes que les hará salir de su rutina habitual, lo cual están deseando a nivel general.

En resumen, se puede decir que estas actividades se desarrollarán a partir de cuatro ejes de trabajo:

- **Eje lúdico.** Enfocado en crear y desarrollar actividades para el disfrute de los asistentes.

- **Eje cognitivo.** Enfocado en actividades que estimulen y mejoren las habilidades cognitivas de los usuarios.
- **Eje psicomotriz.** Enfocado en fortalecer las habilidades motoras.
- **Eje social.** Enfocado en trabajar las relaciones interpersonales.

A través de estos cuatro ejes. Se llevará a cabo la creación, planificación y desarrollo de las actividades durante el tiempo estipulado de duración del proyecto.

3. **Ámbito de actuación: lugar, público destinatario e instalaciones**

El **lugar de actuación** está compuesto por dos enclaves donde se llevarán a cabo las actividades. La residencia mixta de Ciudad Rodrigo (Salamanca) y la residencia asistida provincial.

Al ser dos centros diferentes con sus características únicas, se detallarán de manera individualizada.

Residencia mixta de Ciudad Rodrigo (Salamanca)

La residencia mixta de Ciudad Rodrigo se encuentra localizada dentro de la provincia de Salamanca, cerca de la frontera con Portugal, y limítrofe con la comunidad autónoma de Extremadura.

Se trata de una residencia de carácter público de la cual la Diputación de Salamanca es la administradora.

Público destinatario. El público objetivo de estas actividades son los residentes del centro. Tratándose de personas de tercera edad con características diversas.

Podemos englobarlos en cuatro tipos de perfiles según las características que presentan:

- **Personas con buenas capacidades cognitivas.** Entre los residentes, se encuentra gente que presenta un buen estado cognitivo. Pudiendo hacer diversas actividades como crucigramas, sopa de letras, sumas y resta e incluso algunos multiplicaciones y divisiones.
- **Personas con deterioro cognitivo leve o moderado.** Al contrario que el perfil anterior, nos encontramos con residentes que presentan cierto deterioro cognitivo costándole algún tipo de actividades como hacer secuencias, encontrar figuras...
- **Personas con movilidad reducida.** En este perfil nos encontramos a varios residentes que presentan movilidad reducida. La amplia mayoría de personas necesitan un andador para poder desplazarse o están en silla de ruedas, precisando muchos de ayuda para su desplazamiento.
- **Personas con perfil mixto.** Este es el tipo más común que encontramos en la residencia. Residentes que presentan problemas de movilidad y con un alto/bajo nivel cognitivo.

Todos estos perfiles, se tendrán en cuenta ahora para el desarrollo de las actividades. Siempre adaptándose de manera individual a cada una de las necesidades especiales que se puedan encontrar mientras se realiza esta labor.

Instalaciones. La Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo cuenta con un amplio espacio en cuanto a instalaciones. Tiene un espacio externo ocupado con jardines y césped bastante oportuno para los días de sol y de buenas temperaturas, que disfrutan los residentes de todas las edades y condiciones.

Las actividades impartidas de monitor de tiempo libre se realizan en aula terapeuta ocupacional. Siendo un espacio amplio, con buena temperatura, y que cuenta con multitud de materiales para llevar a cabo las actividades.

Algunos de los materiales a destacar:

- **Equipo electrónico.** La sala dispone de proyector y una pantalla gigante simulando un cine. Pudiéndose realizar diversos visionados de diversas películas. También, se dispone de un dispositivo para reproducir cd/dvd y que detecta pen drives, pudiéndose usar para escuchar música.
- **Materiales fungibles** Se disponen de acrílicos, pinturas de palos... para la realización de variadas actividades artísticas. Además de folios, pegamento, goma eva, cartulinas de colores...
- **Material de oficina.** Bolígrafos, pinturas de cera y palo, pinceles, brochas, grapadoras, celo...
- **Juegos de mesa.** Parchís, dominó, cartas, puzzles...
- **Material psicomotriz.** Cuerdas, aros, pelotas, bolos...

Residencia Asistida Provincial

La Residencia Asistida Provincial se encuentra localizada en Salamanca capital.

Al igual que la residencia de Ciudad Rodrigo se trata de una residencia de carácter público dirigida por la diputación de Salamanca.

Público destinatario. El público objetivo viene a ser el mismo que en la otra residencia, los residentes del centro.

Aquí encontramos a personas que podemos englobar en los siguientes perfiles:

- **Personas con buenas capacidades cognitivas.** Entre los residentes, se encuentra gente que presenta un buen estado cognitivo. Pudiendo hacer diversas actividades como crucigramas, sopa de letras, sumas y resta e incluso algunos multiplicaciones y divisiones.
- **Personas con deterioro cognitivo moderado o alto.** Este perfil nos encontramos a personas con cierto deterioro cognitivo que necesitan ayuda para las actividades de la vida diaria.

- **Personas con movilidad reducida.** En este perfil nos encontramos a residentes que presentan movilidad reducida.

En la residencia Asistida la amplia mayoría de residentes se encuentra en silla de ruedas, siendo una minoría que usa el andador o no necesitan de ninguna herramienta de apoyo para desplazarse.

- **Personas con perfil mixto.** Perfil en el cual presentan las personas que se engloban en varios de los perfiles expuestos anteriormente: buenas capacidades y movilidad reducida, deterioro cognitivo y mala movilidad....

De manera general, el público mayoritario se puede englobar en personas con un deterioro cognitivo moderado/alto y movilidad reducida.

Instalaciones. La residencia asistida cuenta con un espacio amplio, la sala terapéutica, para la realización de las actividades. Pudiéndose anexar otros espacios del centro si es necesario.

También, cuenta con una amplia selección de recursos/materiales para poder realizar multitud de tareas.

Algunos de los materiales a destacar son:

- **Equipo electrónico.** Se dispone de ordenador, proyector para visionado de películas, micrófono, equipo de sonido....
- **Materiales fungibles.** Acrílicos, pintura de témperas, goma eva, cartulinas, plastilina, goma eva...
- **Material de oficina.** Bolígrafos, pinturas de cera y palo, pinceles, brochas, grapadoras, celo...
- **Juegos de mesa.** Parchís, dominó, cartas, puzzles, tangram, juegos de memoria y asociación...
- **Material psicomotriz.** Pelotas, conos...

Comparación entre ambas residencias

A nivel de instalaciones, materiales... ambas residencias están a la par. No es de extrañar puesto que están administradas por la misma entidad (Diputación de Salamanca)

La gran diferencia entre ambas radica en sus residentes.

La residencia mixta de Ciudad Rodrigo el público objetivo está menos envejecido, presentando menos deterioro cognitivo y más movilidad en comparación con la Residencia Asistida Provincial.

Esto se debe, a que la Residencia Asistida, es la única residencia de Salamanca con el calificado de “*asistida*”. Es decir, que tratan a un público objetivo que presenta una dependencia elevada o que presentan un grado de deterioro elevado.

Estas dos realidades, marcarán el diseño de las actividades a realizar. Teniéndose que adaptar a las necesidades de los residentes de cada centro.

4. Objetivos

Con estas actividades se plantea una serie de objetivos generales y específicos que se desean lograr.

Objetivos generales

- Ofrecer diversas opciones de ocio y tiempo libre para los residentes.
- Crear un espacio en el que sientan seguridad y lúdico.
- Fomentar la relación e interacción social entre los residentes.
- Trabajar en una percepción positiva de cada participante (autoestima positiva).
- Estimular las capacidades de los asistentes.

Objetivos específicos

- Fomentar actitudes y valores cívicos entre los residentes.
- Promover el bienestar social y emocional.
- Animar a la participación de las actividades.
- Facilitar la adaptación a la residencia a los nuevos integrantes.
- Trabajar la autonomía y el desarrollo cognitivo adaptado al nivel de cada participante.
- Desarrollar la psicomotricidad fina y gruesa.
- Trabajar y desarrollar las habilidades cognitivas.

5. Temporalización

Aunque ambos centros de trabajo cuentan con similitudes, la organización espacio-temporal es diferente. Teniéndose que adaptar a las necesidades/horario... de cada centro de trabajo y por tanto se tratará de manera individualizada.

Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo (Salamanca)

La jornada laboral transcurre de 15:00 a las 22:00 de lunes a viernes. Organizado con el siguiente cuadrante:

		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
15:00 a 16:30	a	Preparación de las actividades				
16:30 a 19:00	a	Ejercitar mente	Juegos de mesa	Bingo	Sesión de cine	Actividad psicomotriz
19:00 a 19:30	a	Descanso				
19:30 a 22:00	a	Realización de la memoria y preparar las actividades del día posterior.				

Este cuadrante es orientativo y siempre puede haber variaciones debidos a diversos factores que se presenten en el día a día.

De manera general desde la entrada (**15:00**) hasta las **16:30** se empiezan a preparar las actividades, materiales... para la jornada. También coincide con el hecho que a partir de las 16:00 tienen la merienda, por lo que se decidió empezar las actividades al finalizarla.

De **16:30** a **19:00** se realizan los diferentes tipos de actividades, de manera orientativa cada día de la semana se realizan actividades de diversa índole. Sabiendo los participantes de antemano que se pueden encontrar. Este hecho se hizo a petición popular, sirviéndoles a ellos de manera orientativa que actividades se ofrecen para que decidan si desean asistir o no.

A las **19:00** se terminan las actividades por dos motivos: se acerca la hora de la cena de la residencia y vienen a limpiar el aula tras las actividades. Por lo que ese lapso de tiempo de una media hora se toma de descanso.

Por último, el tiempo restante hasta la hora de partida se emplea para la realización de esta memoria, y la organización de jornadas posteriores.

Residencia Asistida Provincial

La jornada laboral transcurre de 15:00 a las 22:00 de lunes a viernes.

Además de las actividades propios realizadas, el centro cuenta con un equipo de dinamizadores que viene de lunes a jueves, coincidiendo parte del horario, y por tanto se tendrá en cuenta en la organización espacio-temporal.

La jornada estará organizada en el siguiente cuadrante:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
15:00 a 17:00	Preparación de las actividades				
17: 00 a 19:00	Manualidades/ bolos	Música	Manicura	Película	Bingo
19:00 a 19:30	Descanso				
19:30 a 22:00	Realización de la memoria y preparar las actividades del día posterior				

Este cuadrante, al igual que el anterior expuesto, es de carácter orientativo y está sujeto a posibles cambios.

De manera general desde la entrada (**15:00**) hasta las **17:00** se empiezan a preparar las actividades, materiales... para la jornada. Los residentes en torno a las 17:00 terminan la merienda y es cuando bajan a las actividades.

De **17:00 a 19:00** se realizan las diversas actividades, se sigue un horario al que están habituado los residentes pudiendo participar en las actividades que se desean. El viernes no tiene una actividad fija en sí y dependiendo del día, momento... se puede realizar diversas actividades (manualidades, visionado de películas, actividades psicomotrices...).

De **19:00 a 19:30** se realiza un pequeño descanso coincidiendo con la salida de los participantes de las actividades.

Por último, el tiempo restante hasta la hora de partida se emplea para la realización de esta memoria, y la organización de jornadas posteriores.

6. Actividades generales y destacadas

Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo (Salamanca)

Cada día de la semana, de lunes a viernes, se realizan diferentes tipos de actividades. Se intenta seguir un cierto orden para que los residentes les sea más fácil orientarse.

Las actividades llevadas a cabo son:

- **Ejercicios para mejorar la mente.** El lunes se realiza diversas actividades para trabajar sus capacidades cognitivas con actividades como: puzzles, crucigramas, sopa de letras, escribir... todas adaptadas al nivel de cada participante.
- **Juegos de mesa.** El martes coincide con el día de misa por lo que la participación no suele ser muy elevada. Por ese motivo, se aprovecha para jugar a juegos de mesa con los residentes (parchís, dominó, juegos de memoria...) como forma de socialización del grupo.
- **Bingo.** Es una de las actividades más esperadas por los residentes, consiste en la realización de un bingo.
- **Sesión de cine.** Aprovechando que la sala cuenta con proyector se lleva a cabo diversas sesiones de cine, series... de su infancia/juventud.
- **Actividades psicomotrices.** El viernes se realizan actividades con el fin de mejorar su movilidad y trabajar los músculos.

De entre estas actividades generales, se destacan las siguientes:

Actividades plásticas (colorear)	
Materiales	- Dibujos variados (mandalas, animales, flores...)
	- Materiales plásticos (pinturas, pinceles, saca puntas, acuarelas...)
Objetivos	- Favorecer la motricidad fina.
	- Mejorar la concentración.

- Trabajar la autoestima positiva.
- Fomentar la creatividad

Desarrollo

Esta actividad, que sirve para el ejercicio de la psicomotricidad y la atención cognitiva, ha resultado ser de las preferidas entre los residentes.

Varios, se acercan todos los días de actividades para pedir dibujos para poder pintar. Ya sea en el espacio designado para estas como para pintar en otro momento en sus habitaciones o el fin de semana.

Por dicho motivo, se ha realizado actividades relacionadas con la pintura como pintar con acuarelas y temperas, siendo una nueva experiencia para los participantes.

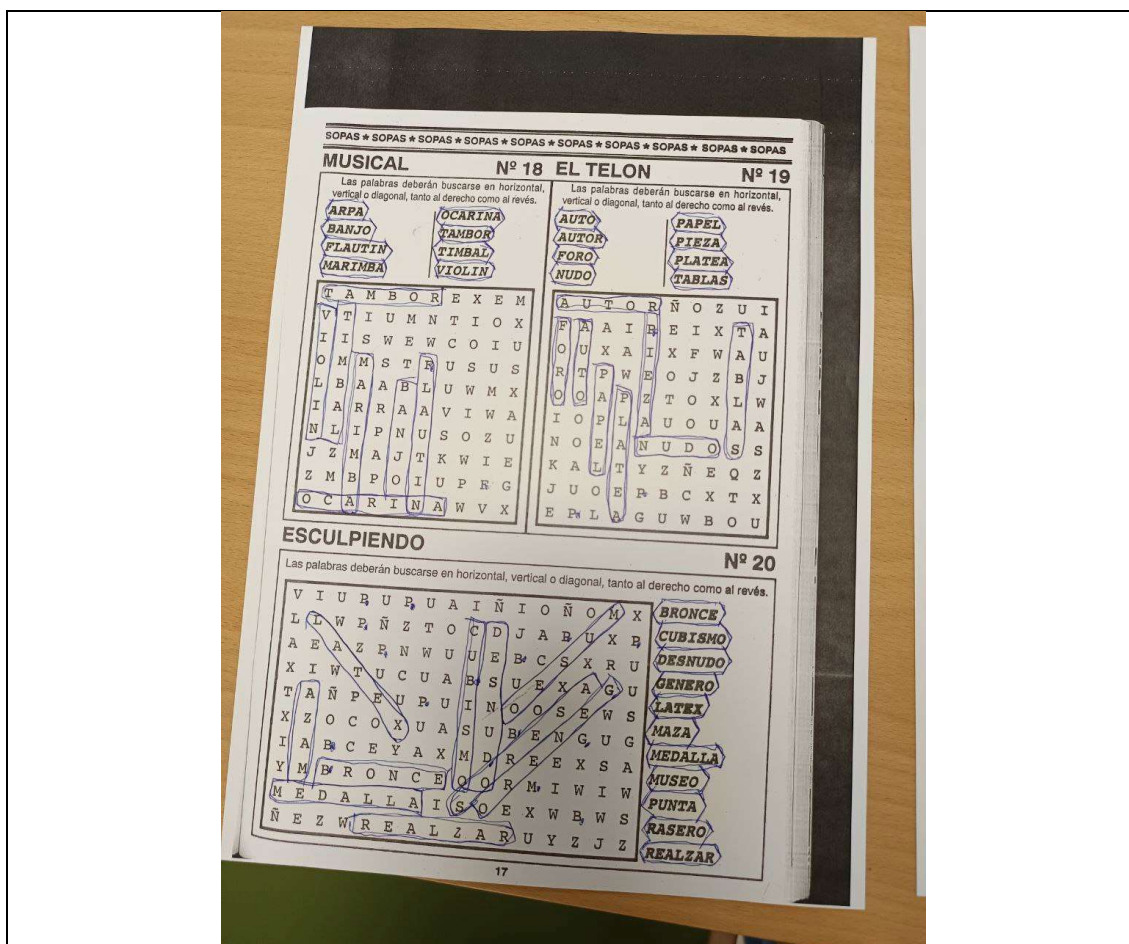
Observaciones

Ha resultado ser una actividad muy relajante para algunos participantes con signos de deterioro cognitivo. La actividad de pintar les relaja, fomentando su autoestima cuando observan que son capaces de hacerlo.

Se destaca que, a nivel general, muchos residentes piden consultas de como se debe pintar los dibujos, quedando patente sus inseguridades por “no hacerlo bien”. Cuando ha sucedido casos de este estilo, se les ha ayudado a decidir colores y se ha dejado patente que no existe forma correcta de pintar, que son ellos como los artistas quienes deciden cómo hacerlo.



Sopa de letras
Materiales - Sopa de letras. - Material de escritura (bolígrafo, lapiceros, goma de borrar...)
Objetivos - Favorecer la motricidad fina. - Mejorar la concentración. - Estimular y mejorar las habilidades cognitivas. - Aprender/reforzar el vocabulario.
Desarrollo La sopa de letras presenta la actividad cognitiva por excelencia. Suponiendo una forma de estimulación cognitiva para los residentes. Ayudándoles a desarrollar la capacidad de concentración y memoria. Ha sido una de las actividades preferidas de los residentes que presentaban un nivel cognitivo medio/alto que buscaban un reto.
Observaciones La sopa de letras es una actividad que ha sido bastante popular, los residentes que estaban habituados a ellas solían pedir casi todos los días que se le entregaran sopa de letras. Muchas veces, se los llevaban a sus habitaciones para terminarlás o para entretenerse el fin de semana. Además del público habitual de esta actividad, se ha logrado implementarla a residentes no habituados a estas que presentaban un nivel cognitivo alto, y a personas con un nivel cognitivo algo más bajo. Dicha actividad, se ha ido insertando gradualmente a los participantes no habituados, a través de sopa de letras adaptadas a su nivel que han ido aumentando en complejidad.



Crucigramas	
Materiales	- Crucigramas. - Material de escritura (bolígrafo, lapiceros, goma de borrar...)
Objetivos	- Favorecer la motricidad fina. - Mejorar la concentración. - Estimular y mejorar las habilidades cognitivas. - Aprender/reforzar el vocabulario. - Conocer nuevas actividades de ocio.
Desarrollo	Debido a la popularidad de la actividad anterior entre los residentes (sopa de letras). Se ha enseñado una nueva actividad cognitiva, crucigramas, a parte del público objetivo que disfruta de las sopas de letras y buscaba nuevos retos mentales.
Observaciones	

Esta actividad ha resultado ser compleja, al principio les ha costado entender el objetivo de la actividad, con refuerzo terminaron comprendiendo los pasos a seguir.

Incluso tras haberla entendido, han precisado de ayuda para la resolución de alguna de las palabras.

La actividad ha supuesto un reto, algo que se valora de manera positiva. Los residentes disfrutaban “dándole al coco” para averiguar cual era la palabra correcta. También, de manera indirecta, fomentó la interacción entre los participantes quienes al no encontrar la palabra correcta preguntaban a sus compañeros de mesa.

MI nombre: *Enrique Teo Crespo Jimale*
Fecha: *1 de octubre* Hora: *18*

Crucigrama

1) *SABIDURIA* 7 *LIBRERIA* 9 *COCINA*
2) *ABANICO* 8 *CHIMPANCE* 10 *DIEZ*
3) *ARTIFICIAL* 4 *ARTIFICIAL* 5 *NORDICO* 6 *SE APLICA A LA MADERA*

ecognitiva.com

HORIZONTAL

1. Gran conocimiento.
2. Se usa cuando hace calor.
3. Mono.
4. Que no es natural.
5. Del norte.

VERTICAL

6. Se aplica a la madera.
7. Lugar donde hay libros.
8. Se encuentra en el café.
9. Lugar de la casa.
10. Diez años.

Material gratuito de www.ecognitiva.com. Prohibida su venta.

Bingo de la baraja española	
Materiales	- Cartones de bingo. - Baraja española. - Micrófono. - Caramelos.
Objetivos	- Trabajar la escucha activa. - Fomentar la discriminación auditiva. - Reconocer las figuras de la baraja española. - Mejorar la concentración. - Fomentar las interacciones sociales.
Desarrollo	El bingo que se realiza es diferente al tradicional. Los cartones de juego en vez de ser número son las figuras de la baraja española. Dichas formas les resultan más sencilla de reconocer que los números. De manera general, los miércoles es el día asignado para esta actividad. Viniendo muchos residentes a pasar la tarde en compañía para jugar unas sesiones de bingo. Quién canta una línea se lleva 3 caramelos y quién cante bingo 5. Estos premios fomentan la participación del colectivo, siendo una excusa para acercarse a jugar con el resto de los residentes.
Observaciones	Es una de las actividades más populares del centro, viniendo personas únicas y exclusivamente para este tipo de actividades. Debido a la dificultad que supone para algunos residentes la escucha activa por problemas de audición, se ha usado un micrófono y se han colocado en las mesas en función si necesitaban más o menos ayuda para realizar la actividad.



Bolos
Materiales - Bolos. - Pelota de tenis. - Sillas.
Objetivos - Desarrollar la psicomotricidad fina y gruesa. - Fomentar las interacciones sociales.
Desarrollo Durante la jornada de la tarde, normalmente los viernes, se realiza una sesión de bolos con todos los participantes. Esta sesión de bolos está adaptada a las necesidades que presentan. Se juega sentado debido a que hay personas con baja movilidad y dependiendo de diversos factores (visión, fuerza...) se colocan a diferentes distancias para tirar la pelota.

La pelota consiste en una de tenis, porque no es muy pesada y no daña el suelo de la sala terapéutica y se juega a tres intentos por participante que van rotando, hasta terminar la ronda.

Se trabaja la psicomotricidad gruesa debido a que los residentes deben levantarse y sentarse durante toda la sesión cuando es su turno de tirar. Además del movimiento del brazo a la hora de tirar.

La sujeción de la pelota supone tener un cierto control de la psicomotricidad fina.

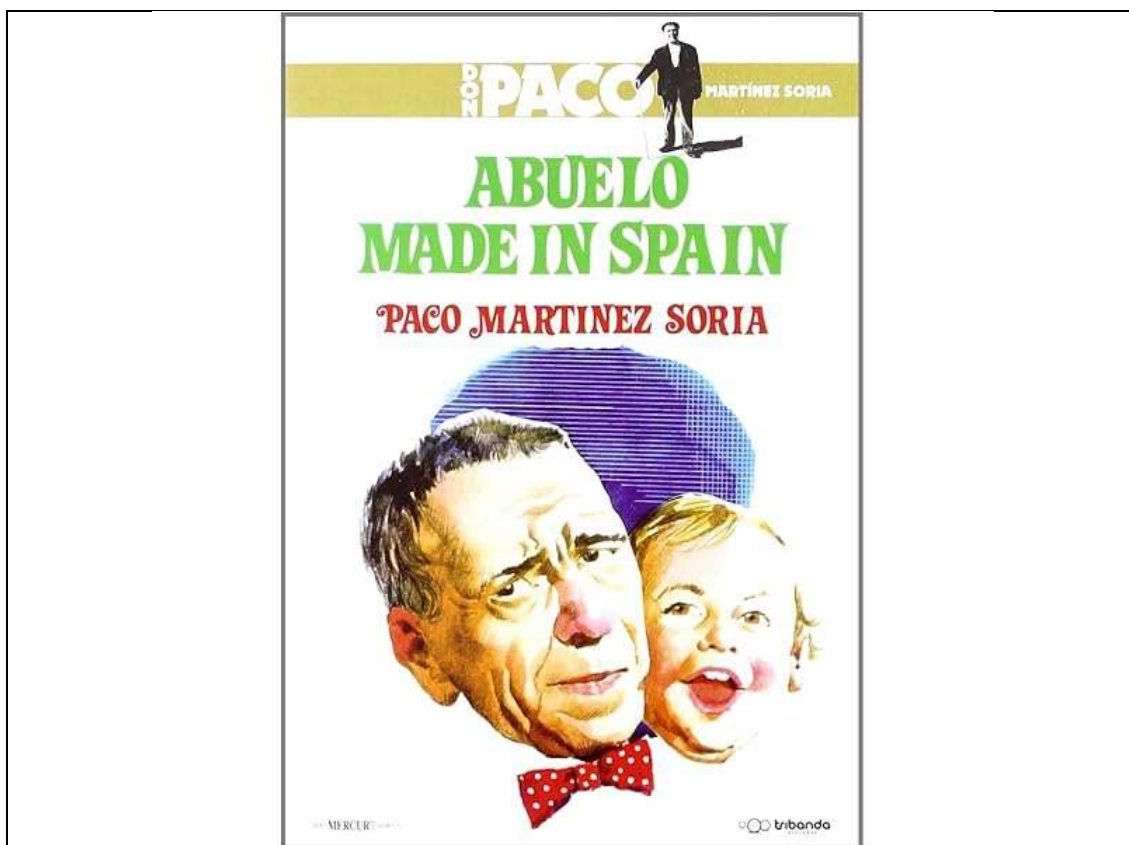
Observaciones

Entre las actividades de psicomotricidad, la sesión de bolos es la más destacada.

Los residentes se entretienen charlando/bromeando entre lo que dura la sesión creando un ambiente lúdico.

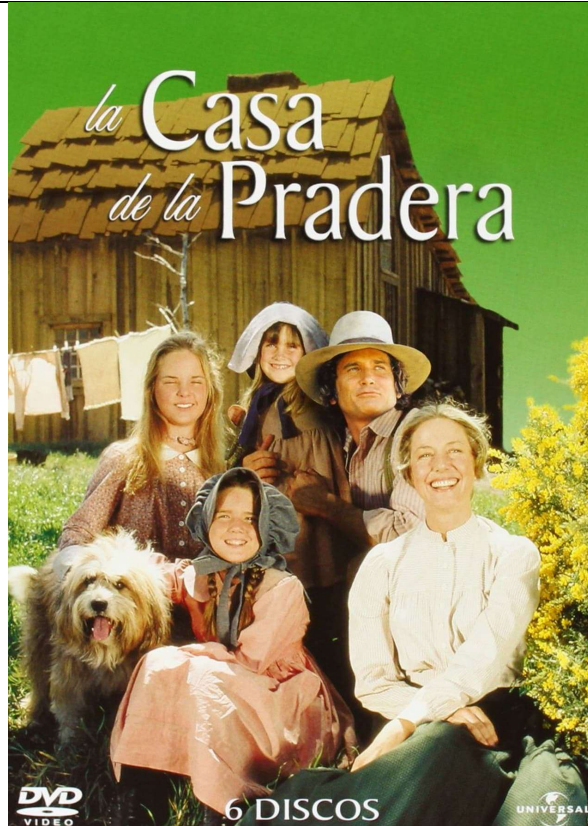


Día del abuelo
Materiales - Música. - Aperitivos. - Película “Abuelo made in spain”. - Sillas - Proyector y altavoces.
Objetivos - Mejorar la autoestima personal. - Dar valor a la figura de la persona mayor. - Trabajar la autoestima positiva. - Fomentar las interacciones sociales.
Desarrollo Por iniciativa de Jorge Olmo, terapeuta ocupacional de la residencia mixta de Ciudad Rodrigo, se llevó a cabo el 26 de julio el día del abuelo. Un día para celebrar la importancia de nuestros mayores y de los cuales participaron el personal de la residencia, en el que me incluyo. Por la mañana, se realizó el visionado de la película “Abuelo made in spain” de Paco Martínez Soria y por la tarde se llevó a cabo una pequeña fiesta en su honor con música y aperitivos, que sirvió para la socialización de todos los residentes. Para la realización de esta fiesta colaboró todo el personal del centro.
Observaciones Varios residentes expresaron su gratitud por la fiesta. Se sentían muy felices porque sentían que se les valoraba de manera positiva. Muchos de los residentes presentan una imagen negativa de sí mismo, con este tipo de actividades ayuda a fomentar una imagen positiva de ellos porque se sienten queridos e importantes.



La casa de la pradera
Materiales - Serie “La casa de la pradera” - Sillas. - Proyector y altavoces.
Objetivos - Mejorar la concentración y la escucha activa. - Conocer/Recordar series de nuestra infancia.
Desarrollo Las sesiones de cine fueron de las actividades con mayor popularidad en la residencia. Muchos de los participantes solo asistían a las actividades cuando se proyectaba alguna película. Por este motivo, y al percatarse de la inexistencia de series en la sala de terapia, se optó por ampliar el catálogo existente trayendo la serie titulada “La casa de la pradera”.
Observaciones La serie recibió una cálida acogida, a los participantes les gustaba los personajes y en varios capítulos se llegaban a emocionar por los sucesos que les ocurrían a los protagonistas.

Como detalle, se observó que les costaba comprender la diferencia entre “serie y película” diciendo de vez en cuando que ya habían visto esa película. En esos casos, se les hacía comprender que eran conceptos diferentes. El ejemplo más usado fue compararlo con las películas de Manolo Escobar, puesto que Manolo en cada película le pasaban cosas diferentes al igual que a los protagonistas de la serie.



Decoración navideña	
Materiales	- Dibujos. - Materiales plásticos. - Tijeras y celo.
Objetivos	- Trabajar la motricidad fina. - Lograr un sentimiento de cohesión con la residencia.
Desarrollo	Como forma de participar en la comunidad de la residencia. A lo largo del mes de octubre y noviembre se preparó decoración de navidad para adornar la zona donde se realizan las actividades. Así se logró que los participantes se sintieran partícipes de la residencia, además de animar a residentes que no suelen frecuentar la sala a colaborar con la actividad. Se destacan tres actividades:

- **Realización de un árbol de navidad.** La particularidad del árbol es que las “bolas de navidad” son los dedos de los residentes, de esta forma todos los participantes estaban presentes en la elaboración del árbol.
- **Creación muñeco de nieve.** Con bolas de algodón que se pegaron en una plantilla, planificada con antelación, creando un muñeco de nieve.
- **Decoración del pasillo.** Para decorar el pasillo de la sala de terapia los participantes pintaron a su gusto diversos adornos (estrellas y bolas de navidad) que se colgaron por el pasillo.

Observaciones

En la decoración navideña participaron residentes no habituales de las actividades poniendo así su granito de arena.

De manera general fue bien recogida las ideas para la elaboración de adornos de navidad. Se hizo de manera distendida durante octubre y noviembre para no “sobrecargar” a los participantes haciendo todo el día adornos.



Residencia Asistida Provincial

Actividades generales Cada día de la semana, de lunes a viernes, se realizan diferentes tipos de actividades. Se intenta seguir un cierto orden para que los residentes les sea más fácil orientarse.

De lunes a jueves a las actividades vienen voluntarios del centro para animar las tardes de los residentes.

Las actividades generales de lunes a viernes son:

- **Manualidades/bolos.** Los lunes se realizan pequeñas manualidades prácticas como pintar, recortar... Los días que no se realiza dichas actividades se dedica a trabajar la psicomotricidad con los bolos.
- **Música.** Los martes se realiza visionado de música variada para el disfrute de los participantes. Se escuchan canciones de todo tipo como: Manolo escolar, La Pantoja, Melendi...
- **Manicura.** Los miércoles se dedica a la manicura. Suelen ser días ajetreados donde van llegando las residentes deseosas de recibir su manicura/pedicura semanal.
- **Guitarra/serie.** Los jueves se dedica al coro. A modo de puntualizar, el voluntario del jueves encargado de usar la guitarra para cantar canciones se encuentra de baja. Por defecto, ese día se dedica a la visualización de series.
- **Bingo.** Los viernes se dedica al bingo. Este día de la semana es especial porque se cuenta con la alta participación activa de los familiares.

De entre estas actividades generales, se destacan las siguientes:

Árbol de navidad
Materiales - Dibujos. - Materiales plásticos. - Tijeras y pegamento.
Objetivos - Mejorar la psicomotricidad fina. - Colaborar en la decoración de navidad
Desarrollo Debido a la llegada al centro, pleno mes de diciembre, se realizó un sencillo árbol de navidad con los participantes. Se recortó una plantilla de un árbol, por parte de la monitora, y los residentes pintaron y coloraron en el árbol sencillos adornos de navidad.
Observaciones Hay algunas personas con dificultades psicomotrices, a dichas personas se les ayudó en la tarea de recortar y pintar.



Bolas de navidad
Materiales - Bolas de goma espuma. - Témperas y pinceles. - Lana - Pistola de silicona.
Objetivos - Mejorar la psicomotricidad fina. - Fomentar la creatividad. - Colaborar en la decoración de navidad.
Desarrollo A modo de decorar el árbol de navidad disponible en terapia se realizaron unas bolas de navidad. Los residentes pintaban con témperas una serie de bolas de goma espuma de los colores que desearan. Una vez terminados de colorear con la pistola de silicona se fijaba el hilo de lana para poder colgarse del árbol.
Observaciones Los residentes se han encargado de pintar las bolas de navidad. Al ser esféricas a algunos les ha costado pintarlas y se les ha ayudado sujetando las pelotas para que pudieran ser pintadas.



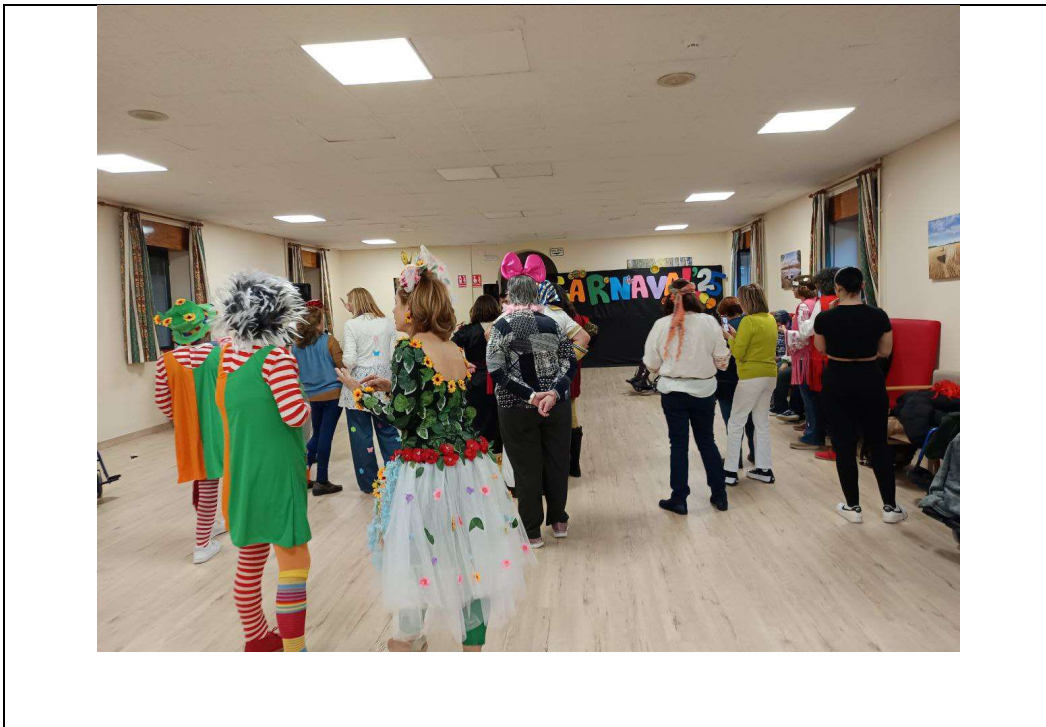
Roscón de reyes	
Materiales	- Cartulinas. - Témperas. - Cartulinas marrones y tijeras. - Folios con estampados.
Objetivos	- Mejorar la psicomotricidad fina. - Colaborar en la decoración de navidad.
Desarrollo	La primera semana de enero, coincidiendo con la llegada de los reyes magos y la tradicional degustación del postre conocido como roscón de reyes, se realizó en las actividades un roscón. La actividad consistía en recortar una cartulina marrón, marcada con antelación, en forma de círculo y
Observaciones	Los residentes se han encargado de pintar las bolas de navidad. Al ser esféricas a algunos les ha costado pintarlas y se les ha ayudado sujetando las pelotas para que pudieran ser pintadas.



Cuéntame cómo paso	
Materiales	- Serie “Cuéntame cómo paso” - Sillas. - Proyector y altavoces.
Objetivos	- Mejorar la concentración y la escucha activa. - Conocer/Recordar series de nuestra infancia.
Desarrollo	Teniendo la experiencia previa con la buena acogida de las series en la Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo. Se ha realizado la misma actividad en la residencia asistida incluyendo series de su juventud. Concretamente, se empezó a proyectar la famosa serie “Cuéntame cómo paso” para aumentar la variedad de opciones audiovisuales disponibles.
Observaciones	La serie recibió una cálida acogida, los participantes recordaban con cariño sucesos que han vivido en su juventud (la llegada de la televisión, ganar eurovisión...)



Fiesta Carnavales 2025	
Materiales	
	- Música. - Disfraces. - Comida
Objetivos	
	- Celebrar la festividad del Carnaval. - Participar activamente en la comunidad de la residencia. - Promover el componente social entre los residentes/trabajadores/familiares...
Desarrollo	
	Con motivo de la festividad del carnaval. En la residencia asistida se llevó a cabo una fiesta de disfraces promovida por la terapeuta ocupacional de la residencia (Laura) y el resto de trabajadores. Fui un apoyo más para la realización de la actividad. Ayudando a transportar residentes, hablando con las familias, animando a bailar...
Observaciones	
	Hubo muy buen ambiente a nivel general por parte de todos los grupos (trabajadores, residentes, familiares...). Fue también una jornada emotiva para los residentes. Disfrutando de un día diferente y especial en la residencia.



Flores San Valentín	
Materiales	- Dibujo flor para colorear. - Goma Eva con brillantina. - Pinturas.
Objetivos	- Mejorar la psicomotricidad fina. - Celebrar la fiesta de San Valentín
Desarrollo	Para conmemoración del día de los enamorados, los participantes han pintado y decorado diferentes flores con corazones para regalar a sus familiares/allegados... por el día de San Valentín. De esta forma, se celebra no solo el día de los enamorados, si no una forma de mostrar aprecio por las personas a las que queremos.
Observaciones	Quien ha necesitado ayuda a la hora de realizar la actividad, se ha dado el apoyo correspondiente.



La maceta de primavera
Materiales - Dibujos flores varias para colorear - Goma Eva, cartulina marrón... - Pinturas. - Material de oficina (tijeras, celo...)
Objetivos - Mejorar la psicomotricidad fina. - Decorar con motivos primaverales.
Desarrollo Para inaugurar la llegada del buen tiempo y la primavera, los participantes han coloreado y recortado diversas flores que se han pegado a la entrada de la sala donde se realizan las actividades normalmente (Terapia), en una maceta de cartulina marrón creada con antelación.
Observaciones Quien ha necesitado ayuda a la hora de realizar la actividad, se ha dado el apoyo correspondiente.



Encapuchados de Semana Santa

Materiales

- Rollo papel higiénico.
- Cartulinas y papel de colores.
- Material de oficina (tijeras, celo...)

Objetivos

- Mejorar la psicomotricidad fina.
- Celebrar la llegada de la semana Santa.

Desarrollo

Debido a la gran devoción de los participantes respecto a la llegada de la Semana Santa y sus procesiones. Se realizó una actividad sencilla acorde a estas fiestas venideras.

El papel higiénico se envolvió con papel de color, a elección de los participantes, y se decoró a su gusto, al igual que la capa que se colocó en la parte trasera del cuerpo. Con ayuda de familiares se realizaron los capuchones.

Para terminar con la actividad, se imprimió los símbolos de las diferentes hermandades de Salamanca, los participantes lo recortaron y se colocó en el encapuchado.

Observaciones

Quien ha necesitado ayuda a la hora de realizar la actividad, se ha dado el apoyo correspondiente.

La realización de esta actividad ha emocionado a las personas más devotas.
Agradeciendo que se llevará a cabo.



7. Medidas de adaptación

Como se estipuló en el apartado 3 de esta memoria, nos encontramos ante un público diverso con diferentes niveles cognitivos y psicomotrices.

Para que todos puedan realizar las actividades acordes a sus características especiales, se tiene las siguientes medidas de adaptación:

- **Diferentes niveles de dificultad.** Respecto a actividades como colorear, una de las más atractivas, donde se dispone de diferentes dibujos (mándalas, paisajes, animales...) adaptados a las necesidades de cada uno.

Por ejemplo, para personas con un nivel cognitivo bueno se les ofrece mándalas que contienen cantidad de pequeños detalles a colorear. Las personas con baja visibilidad se les ofrece dibujos con los contornos marcados que pueden ver con mayor facilidad.

Esto también ocurre en todo tipo de actividades como las sopas de letras, crucigramas, juegos de mesa... que hay diferentes dificultades para adaptarse a cada usuario.

- **Colocación a la hora de las actividades.** Donde posicionar a cada participante también es clave como medida de adaptación.

En actividades como visionado de películas/bingo... hay que cerciorarse de la ubicación. Las personas con baja visibilidad se sitúan delante para el visionado de películas, al igual que las personas con deficiencia auditiva se sitúan cerca de la monitora para que puedan escuchar mejor las cartas del bingo.

También es relevante colocar a personas con dificultades a la hora de realizar una tarea junto a personas que no. Con el fin de que se ayuden entre ellos y sirva para la socialización de ambos participantes.

- **Suplir dificultades.** Uno de los problemas más habituales que se ha encontrado en ambas residencias dificultades a la hora de escucha.

Muchos de los residentes tienen problemas leves/medio de audición, para suplirlo en actividades como el bingo se dispone de un micrófono. Gracias a este aparato, se facilita la tarea de escucha y la actividad en sí se vuelve más accesible a todos.

Otra dificultad diferente era la baja visibilidad. Para ello se imprimían dibujos con un borde grueso, que les fuera más fácil ver los trazados, y en el bingo se ha dispuesto de cartas gigantes que han ayudado a la visualización de estas y poder seguir el ritmo.

- **Adaptación de las actividades al grupo.** Hay actividades que por su naturaleza se hacen en gran grupo y deben de adaptarse para poder ser realizada por todos los participantes por igual.

Un claro ejemplo es la actividad psicomotriz de los bolos. Como existen personas con baja movilidad todos los participantes realizan la actividad sentados.

De esta forma, las personas de movilidad reducida como las que no, pueden disfrutar de la actividad en igualdad de condiciones.

Mientras que en la Residencia asistida se tuvo que bajar la dificultad empleando una pelota grande, puesto que muchos de los asistentes encontraban dificultades para agarrar pelotas de menor tamaño.

8. Valoración crítica

El trabajo con el colectivo adulto presenta una mayor complejidad de lo que se ve a simple vista.

Es un colectivo que normalmente se siente abandonado y tienden a tender una autoestima baja. Además, de haber un gran desnivel entre personas.

Esto supone un reto a la hora de programar las actividades, intentando encontrar un equilibrio entre las actividades propuestas y que todos puedan disfrutarlas.

La acogida, en general, de las sesiones por la tarde ha sido buena. En especial las actividades referentes al visionado de series/películas y actividades en gran grupo como puede ser el bingo o los bolos.

Los mayores están deseosos por salir de sus rutinas y aceptan diversos tipos de propuestas variadas a las que están acostumbrados.

Por otro lado, también se ha observado “resistencia” a propuestas nuevas. Esto es debido a que no se sienten seguros con cosas nuevas porque tienden a pensar que no son capaces.

Trabajando de manera más individualizada con ellos, las actividades que no creían poder realizar lograron hacerlas. De esta forma, se reforzó la autoestima de los participantes aprendiendo adquirir nuevas habilidades que potencian sus capacidades tanto cognitivas como físicas. Por ejemplo, hay residentes que nunca habían hecho sopa de letras y practicando ahora saben hacerlas. Al igual que los crucigramas, que con práctica ya son capaces de resolverlos.

Otro punto a destacar, es la importancia de las actividades físicas para los residentes. Como se ha destacado con anterioridad, muchos residentes tienen una movilidad reducida. Realizar actividades físicas ayuda al mantenimiento de su cuerpo, así como la mejora psicomotriz.

Una de las frases más recurrentes de los residentes es “*no nos movemos nada*”. Es justo a través de dichas actividades que se logra que hagan ejercicio de manera inconsciente y lo agradecen.

Uno de los puntos más destacables de estas actividades, es sin duda el componente social. Estas actividades al reunir a personas de toda la residencia sirven de lugar de encuentro.

Uno de los objetivos principales planteados a la hora de realizar las actividades de monitor de tiempo libre era la de fomentar la socialización. Debido a que las actividades propuestas al realizarse en una sala común han ayudado a lograr

este objetivo de manera indirecta. Puesto que la sala, ha logrado ser un punto de encuentro para los residentes de diferentes plantas.

Tras las actividades es común que los residentes de diferentes plantas se vayan juntos a dar paseos, charlar... en las múltiples estancias que dispone la Residencia Mixta de Ciudad Rodrigo.

En la Residencia Asistida de Salamanca, existe también este componente social, durante las sesiones o al acabar ellas es común ver a los familiares venir a por los residentes. Esto unido a las actividades especiales que hace el centro; conciertos, bingo especial... Fomenta esa relación interpersonal

Como colofón final a esta valoración crítica, sería interesante y beneficioso, tanto para las residencias como los usuarios, contar con una figura de monitor de tiempo libre o de animador sociocultural.

Dicha figura supone un alivio para los residentes, debido a que pasan muchas horas en el centro, los familiares están lejos... Ofrecer actividades en horario de tarde, cuando existe poca oferta, ayuda a paliar las “horas muertas” de la residencia, fomentar a su desarrollo a todos los niveles (cognitivo, físico, psicológico, social...). En resumidas cuentas, es una función de bienestar social imprescindible para la salud, a todos los niveles, de los residentes y una opción a tener en cuenta.

9. Conclusión

Me siento agradecida con la oportunidad brindada por la Diputación de Salamanca y el proyecto de garantía juvenil de poder trabajar con un colectivo tan importante para la sociedad como es el de las personas mayores.

Trabajar con ellos, me ha ayudado a mejorar tanto a nivel profesional como personal. Al igual que descubrir uno de los colectivos “invisible” haciéndome más consciente de la importancia que tienen.

Dicho colectivo, está deseoso de experiencias que le ayuden a salir de su monotonía y las actividades realizadas de monitor de tiempo libre han cumplido con su labor. A la vez, que presentan miedo e inseguridades respecto a sus capacidades para hacerla.

Si tuviera que definirlo, diría que es un colectivo complicado y con baja autoestima. Tienen ganas de experiencias, pero a la vez se sienten cohibidos porque se ven “torpes”. Con el paso de los meses, trabajando con su autoestima, se ha logrado introducir actividades que

Como opinión personal, creo que sería interesante implantar de manera permanente la figura de un monitor de tiempo libre o preferentemente un animador sociocultural.

Dicho profesional cumple diversas funciones clave para la residencia como acompañamiento, apoyo, entretenimiento lúdico, personal, social, educativo... y una rutina que se ha ido adquiriendo a lo largo de estos 6 meses.

Al disponer de un tiempo limitado, esas rutinas se acaban perdiendo en vez poder terminar de afianzarse.

Gran multitud de los residentes, tanto participantes como familiares, me han preguntado cuando iba a volver o si en mi lugar vendría otra persona para realizar mi labor. Dejando así patente el interés que hay por este tipo de personal en las residencias.

Cuando esta subvención termina los mayores se quedan sin un servicio que considero esencial porque al igual que muchos residentes tienen visitas a diario, pueden salir del recinto... También hay una inmensa mayoría que no cuentan con la suerte de tener visitas frecuentes de familiares/amigos o tener cierto grado de independencia para poder salir. Las tardes en las que se realizan las actividades es una forma de entretenerse, salir de la rutina y relacionarse con otras personas.

En resumidas cuentas, la figura de un monitor de tiempo libre o de un animador sociocultural supone una mejora de calidad de vida para las residencias. Ayuda a todos los niveles al colectivo de los adultos logrando mejorar su autoestima y trabajar sus habilidades psicomotrices, cognitivas y sociales.