



**ASOCIACIÓN CICERÓN**  
**VIVIENDA DE MAYORES CICERÓN**  
**PLAN DE ACTIVIDADES DEL CENTRO 2016**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8:00 h	<b>Independencia en ABVDs</b> <b>Acompañamiento en ABVDs:</b> Independientes/ Con supervisión/ Con apoyos (levantarse, aseo/baño, vestido y arreglo Medicación dispensada prescrita y tratamientos.						
11:00h	<b>Laborterapia de la vida cotidiana:</b> Cama, habitación, armario, ropa						
8 - 10 h	<b>DESAYUNO</b> Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.						
11:00h 13:00h	<b>Promoción de la actividad física:</b> gimnasio en Torrijos, paseos, psicomotricidad grupal (interior, patio, exterior), piscina municipal de Torrijos.						
11:00h 11:30h	<b>TOMA DE APORTE (zumo, caldo, infusión)</b>						
10:00h 13:00h	<b>Actividades de prevención y promoción de la salud. Enfermera. (Mensual)</b>						
11:00- 13:00h	<b>Laborterapia de la vida cotidiana:</b> regar las plantas, cartones, barrer patio, calle, arreglos de costura, doblado de ropa de cama y prendas de vestir. Pintura. Otras actividades: salidas, mercadillo, compras, ver TV,						
12:00-13:00	LUNES A VIERNES (previa cita): Reunión individual con familia. <b>Viernes: Grupo de Menú (Semanal)</b>						
11:40 h	<b>1º LUNES DE MES: Asamblea de Convivientes (mensual)</b>						
13 - 14:00 h	<b>COMIDA.</b> Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.						
14 – 16:30 h	<b>SIESTA</b> o actividades privadas en cuarto.						



15 - 16 h	Martes: <b>Reunión de Equipo de Valoración:</b> Elaboración/revisión de los Planes de Acompañamiento (semanal)
16 - 17:30 h	TERCER JUEVES DEL MES: <b>Asamblea de Trabajadores (mensual)</b>
16- 19:00h	EN PRIMERA SEMANA DE MES: <b>Reunión de Planificación y Coordinación de Centros Cicerón (mensual)</b>
Jornada	SEMANALMENTE: <b>Coordinación y seguimiento de la gestión del proyecto( Aspectos legales, Inversiones, recursos humanos, etc)</b>
16:30 - 17 h	<b>MERIENDA</b> Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.
17- 20 h	<b>Laborterapia de la vida cotidiana:</b> colocar armarios, arreglos de costura, etc Tareas comunales <b>Otras actividades:</b> salidas al exterior, compras, ver TV, conversar <b>Visitas o salidas con familiares</b>
17- 18:30 h	SÁBADO: <b>Asamblea de Familiares (Anual).</b>
18:30 h	<b>APORTE DE LÍQUIDOS</b>
18 - 19 h	LUNES A VIERNES (previa cita): <b>Reunión individual con familia</b>
17:00h-20:00h	<b>Supervisión, investigación y formación mensual sobre el proyecto.(Mensual)</b>
20 - 21 h	<b>CENA</b> Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.
21-22:30	<b>Acompañamiento en ABVDs:</b> Independientes/ Con supervisión/ Con apoyos <b>Laborterapia de la vida cotidiana.</b> Preparar cama, habitación, armario, ropa. Ver TV en habitación. <b>Actividad grupal:</b> Ver TV en salón, salida al exterior (bancos, charlas con vecinos y familiares)