



ASOCIACIÓN CICERÓN
RESIDENCIA MUNICIPAL DE MAYORES SAN MIGUEL.NOVES
PLAN DE ACTIVIDADES DEL CENTRO 2016

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7 - 9 h	Acompañamiento en ABVDs: Independientes/ Con supervisión/ Con apoyos (levantarse, aseo/baño, vestido y arreglo) Laborterapia de la vida cotidiana: Cama, habitación, armario, ropa						
9 - 10 h	DESAYUNO Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.						
10 - 11 h	Promoción de la actividad física: gimnasio, paseos, psicomotricidad grupal (interior, patio, exterior),						
10 - 13 h	Laborterapia de la vida cotidiana: regar las plantas, cartones, barrer patio, calle, arreglos de costura, doblado de ropa de cama y prendas de vestir. Otras actividades: salidas, mercadillo, compras, ver TV,						
11 - 12 h	LUNES A VIERNES (previa cita): Reunión individual con familia.						
11:30 h	TOMA DE APORTE (zumo, caldo, infusión)						
11:40 h	1º LUNES DE MES: Asamblea de Convivientes (mensual) 3º LUNES DE MES: Grupo de Menú (mensual)						
13 - 14:00 h	COMIDA. Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.						
14 - 16:30 h	SIESTA o actividades individuales en salones, dormitorio.						
15 - 16 h	Martes: Reunión de Equipo de Valoración: Elaboración/revisión de los Planes de Acompañamiento (semanal)						
16 - 17:30 h	TERCER MARTES DEL MES: Asamblea de Trabajadores (mensual)						
16-17:30	ACTIVIDAD FÍSICA IMPARTIDA POR MONITOR DEPORTIVO: PROGRAMA DIPUCAMINA (Martes)						
16- 19:00h	EN PRIMERA SEMANA DE MES: Reunión de Planificación y Coordinación de Centros Cicerón (mensual)						
16:30 - 17 h	MERIENDA Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida)						

	Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.		
17- 20 h	Actividades grupales (INTERIOR/EXTERIOR): Estim. Cog., reminiscencia, psicomotricidad, juegos grupales (bingo, ...) Lectura en voz alta, CINEFORUM.		
	Laborterapia de la vida cotidiana: colocar armarios, arreglos de costura, etc Otras actividades: salidas al exterior, compras, ver TV, conversar Visitas o salidas con familiares		
17- 18:30 h	SÁBADO: Asamblea de Familiares (Anual). 4ª Semana de Mayo, Ofrenda floral y adoración a la Virgen. Actividad organizada junto con la parroquia.		
18-19	VIERNES: SANTA MISA OFICIADA POR EL PÁRROCO DE LA LOCALIDAD		
18:30 h	APORTE DE LÍQUIDOS		
18 - 19 h	LUNES A VIERNES (previa cita): Reunión individual con familia		
17:00h- 20:00h	Supervisión, investigación y formación mensual sobre el proyecto.(Mensual)		
20 - 21 h	CENA Administración de medicación (toma independiente/supervisada/asistida) Tareas solidarias y domésticas: acompañar al comedor, recoger la mesa.		
21-22:30 (hasta 24 h en verano)	Acompañamiento en ABVDs: Independientes/ Con supervisión/ Con apoyos Laborterapia de la vida cotidiana. Preparar cama, habitación, armario, ropa. Ver TV en habitación. Actividad grupal: Ver TV en salón, salida al exterior (bancos, charlas con vecinos y familiares)		
22:30- 7 h	Actividades de gerocultoras: aporte nocturno, cambios de absorbentes, supervisión de habitaciones, cambios posturales, etc		