

PROPUESTA DE ANIMACION DE LA VIDA DIARIA DE UNA RESIDENCIA DE ANCIANOS

Rafael Mendia

ZERBITZUAN/Nro.6/1.988

En el número cuatro de "Zerbitzuan" presentábamos "Tres estrategias de cambio para la animación de la vida de una residencia de tercera edad" y ofrecíamos un instrumento de análisis para replantear los objetivos, las actividades y la organización en la vida de una residencia.

En esta ocasión queremos desarrollar en base a un supuesto concreto, aplicable a otros supuestos, que ayude a los responsables de la gestión de programas residenciales, a reordenar el propio sistema de la residencia en función del aumento de la calidad de vida de los ancianos residentes.

El marco conceptual lo reflejamos en nuestro artículo anterior, y a él remitimos al lector. Lo que recogemos en esta ocasión es un desarrollo práctico en base a aquellos supuestos y a aquellos instrumentos planificadores.

1. DISEÑO DEL PROGRAMA

OBJETO GENERAL:

Modificación del ambiente residencial en función de la mejora de la calidad de vida de los propios ancianos y sus intereses socioculturales.

Objetivo 1	Objetivo 2	Objetivo 3	Objetivo 4	Objetivo 5	Objlliva 6	Objlliva 7	Objlliva 8
Creación de un sistema de acomodación del ambiente residencial a las distintas fases del proceso de adaptación del anciano a la vida de la residencia	Creación de un sistema de vida residencial que potencie la autonomía del anciano y le propicie un entorno estimulante adecuado a su situación personal	Adecuación de diversidad de ambientes donde el anciano pueda ubicar en función de sus necesidades personales de cada momento	Propiciar situaciones relacionales que gratifiquen a las personas con quienes convive y con personas del mundo extrarresidencial	Propiciar experiencias de convivencia, culturales, etc., que ayuden al anciano a superar con éxito las dificultades de su estancia en la residencia	Adaptar las instalaciones interiores y exteriores, así como el mobiliario y los utensilios a la nueva situación de minusvalía del anciano	Desarrollo de un organigrama adecuado a los planteamientos de concepción de la Residencia como un sistema integrado	Definición de los procesos de adecuación de la plantilla a las necesidades del nuevo planteamiento

PROGRAMA GENERAL							
Subprograma Adaptación residencial	Subprograma Vida Diaria	Subprograma Adecuación ambientes	Subprograma Relacional	Subprograma Experiencial	Subprograma Modificación marco	Subprograma Organigrama Funciones.	Subprograma Adecuación personal
I.-Diseño de las iniciativas a emprender en las distintas fases de la adaptación a la vida residencial Ingreso Acomodación Estabilización Deterioro Muerte	I.-Programa de diversidad de iniciativas en el conjunto de la vida de la residencia II.-Programa de participación del anciano en las actividades III.-Programa de participación del anciano en los órganos de gestión	I.-Diseño de espacios diversos en el medio residencial que respondan a las necesidades de: -intimidad -paseo -aire libre -tertulia -convivencia -cultura -hobbys -gran grupo	I.-Creación de grupos de encuentro y conocimiento. II.-Fomento de actividades relacionales	I.-Creación de un repertorio de experiencias a potenciar de cara a un enriquecimiento de la vida personal y colectiva	I.-Detección de las necesidades de modificación del marco residencial a los niveles de: -mobiliario -instalaciones -jardines -utensilios	I.-Elaboración de nuevo Organigrama del funcionamiento desde una perspectiva total II.-Elaboración de un manual de funciones adecuado	I.-Definición de la plantilla adecuada para llevar adelante el Proyecto. II.-Diseño de un programa de formación inicial y continua de la plantilla a todos los niveles

ASIGNACION DE RESPONSABILIDADES							
METODOS y RECURSOS							
TEMPORALIZACION							
SUBPROGRAMA: "ADAPTACION RESIDENCIAL"							
FUNCION I							
Diseño de las iniciativas a emprender en las distintas fases de la adaptación a la vida residencial: Ingreso; Acomodación; Estabilización; Deterioro; Muerte.							
Momento del proceso	Qué	Quien	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde	Para qué
INGRESO-CHOQUE	Recibimiento acogedor Seguimiento los siete primeros días Simplificación trámites de ingreso	Trabajador Social Animador; Comité de Recepción de los Ancianos Auxiliares Equipo Médico	Entrevistas y con tactos afectivos Sesiones de grupo Compañía por parte del Comité Fiesta semanal de bienvenida	Previa En el momento de llegada La primera semana El primer mes si fuera preciso	Con la familia Con el anciano En pequeño Grupo	Sala pequeña Hogar-Club Sala de grupo	Amortiguar el trauma de entrada Familiarizar al anciano con su nueva vivienda
ADAPTACION	Asignarle una persona guía Grupo de Adaptación Asignarle un Auxiliar de referencia	Miembro del Comité de Recepción Trabajador social Auxiliar Animador	Compañía Orientación Seguimiento	Primer mes O más si se valora como necesario		En todos los lugares habituales y momentos El grupo en la sala de grupo	Una mejor adaptación
ESTABILIZACION	Integración y participación en toda la vida del centro	Animadores Trabajador Social Equipo Médico y terapéutico Cuidadores y Auxiliares. Ancianos responsables de distintas secciones	Motivación Ayudándole a definir sus preferencias Otorgándole alguna responsabilidad en la casa	En todo momento Especialmente en las actividades organizadas y en los momentos de intervención en la gestión	Con sus compañeros residentes y externos Con el personal		Hacerle agradable la vida Hacer de la Residencia algo personalizado
DETERIORO	Mayor atención médica y terapéutica. Adaptación en mobiliario y utensilios Actividades de Rehabilitación	Médicos Psicólogos Terapeuta Ocupacional Fisioterapeuta Animadores	Ejercicios Actividades Aproximación del anciano a la actividad. Aproximación de la actividad al anciano	En los momentos rehabilitadores En los momentos normalizadores	Con los compañeros y el personal especializado y el de atención directa	Salas de rehabilitación Salas comunes	Prevenir un mayor deterioro Paliar las consecuencias del sufrimiento
MUERTE	Ayuda Psicológica Acompañamiento en este momento	Agente religioso Familia Personal de enfermería	Diálogo personal Cercanía Compañía	Cuando lo solicite Cuando se detecte que lo precisa En momentos de depresión	Con quien lo solicite Con una persona cercana	En la habitación	Para morir con dignidad

SUBPROGRAMA "VIDA DIARIA"							
FUNCION 1	Programa de diversidad de iniciativas en el conjunto de la vida de la residencia						
SUBFUNCION 1	Actividades a lo largo del día						
Momento del proceso	Qué	Quién	Cómo	Cuándo	Con quien	Dónde	Para qué
LEVANTARSE	Despertar agradable sin ruido, sin prisa	Anciano Auxiliar Cuidadora	Ayuda a levantar se y vestirse Dar los buenos días Música por megafonía Felicitaciones Noticias del tiempo, etc	A primera hora, pero dando un margen Depende del horario del centro	Con el Auxiliar o Cuidadora o con la ayuda de otro anciano	Habitación	Inicio la jornada
ASEO PERSONAL	Aseo del cuerpo y cambio de ropa Baño	Cada cual Auxiliar	Con ayuda del Auxiliar Con ayuda de otros ancianos	Antes del Desayuno	Solo o con el auxiliar, dependiendo de si es válido o no Con otros compañeros	En los aseos	Aseo personal y bienestar
DESAYUNO	Acudir al comedor para desayunar En cama o en planta según minusvalía	Acompaña auxiliar si se precisa o bien otro anciano	Con o sin ayuda de las cuidadoras o de otros ancianos	En un horario de cierta amplitud (disponer de una cierta flexibilidad de horario)	Con los compañeros y con ayuda si es precisa	En el comedor, en la planta o en la casa	Desayunar
ACTIVIDADES MAÑANA	Paseo Consulta Rehabilitación Talleres ocupacionales Clubs Actividad de cooperación, ayuda mutua y participación vida residencia Nada	Médicos Terapeutas Trabajador Social Animador Auxiliares Ancianos	Solo o acompañado por los compañeros, auxiliar, dependiendo de la actividad y del grado de minusvalía	Hasta la hora de la comida	Con el auxiliar, Terapeuta, médico, Trabajador Social, Animador, Compañeros	En el jardín En el taller En el Club En la Sala rehabilitación En la consulta, etc.	Rehabilitación para mejora del estado físico Talleres para tener una actividad útil Otras actividades para participar
COMIDA	Acudir al comedor para desayunar En cama o en planta según minusvalía	Acompaña auxiliar si se precisa o bien otro anciano	Con o sin ayuda de las cuidadoras o de otros ancianos	En un horario de cierta amplitud (disponer de una cierta flexibilidad de horario)	Con los compañeros y con ayuda si es precisa	En el comedor, en la planta o en la casa	Comer
DESCANSO	Siesta Lectura Charta Juegos mesa TV Música	El anciano solo o en grupo con ayuda de auxiliar si es preciso		Horario de reposo con cierta autonomía y flexibilidad	Solo o con los demás compañeros	En la Cafetería, Sala de IV, Club, Jardín, etc.	Descanso Vida personal y de relación
ACTIVIDADES TARDE	Paseo Talleres Clubs TV Juegos sedentarios Visitas Biblioteca Otras Cine Fonoteca Videoteca	Los ancianos con ayuda de otros ancianos, de auxiliar si es preciso	Solo o acompañado	Hasta la hora de la cena	Con los compañeros Animador Auxiliares Familiares	En la sala En el jardín Biblioteca Cafetería, etc.	Desarrollo de la vida personal y social
CENA	Acudir al comedor para desayunar En cama o en planta según mi nusvalía	Acompaña auxiliar si es preciso o bien otro anciano	Con o sin ayuda de las cuidadoras o de otros ancianos	En un horario de cierta amplitud (disponer de una cierta flexibilidad de horario)	Con los compañeros y con ayuda si es preciso	En el comedor, en la planta o en la casa	Cenar
ACTIVIDADES NOCHE	Ver la TV, chaltar, jugar a cartas, leer	El anciano	Solo o ayudado por el auxiliar Con los compañeros	Flexible	Con los compañeros Solo o con ayuda SI se precisa	En las salas o en su habitación	Vida de hogar
ACOSTARSE	Cambiarse de ropa Asearse Relajarse	El anciano	Solo o con ayuda del auxiliar	Flexible		En su habitación	Descansar
NOCHE							

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"							
FUNCIÓN 1	Programa de diversidad de iniciativas en el conjunto de la vida de la residencia						
SUBFUNCIÓN 2	Actividades en momentos determinados						
Actividad mañana y tarde	Qué	Quién	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde	Para qué
PASEO	Pasear	Ancianos Auxiliar si fuere preciso Animador	Con avances Autonomía progresiva Con ayudas	En cualquier momento.	Con compañeros de dentro y fuera	Interior Jardines Alrededores	Mantenerse activo Distraerse
CONSULTA	Chequeos	Médico, ATS, Auxiliar Anciano	Individualizada	Mañana	Individual	Consulta	Seguimiento y Prevención
PRENSA	Información de actualidad	Ancianos Animador Auxiliar	Con ayudas a la lectura. Lupas y video lupas	Preferentemente a la mañana. Pero puede realizarse todo el día	Individual o grupo	Sala lectura	Mantener estímulo cultural
FONOTECA	Escuchar música e informaciones de actualidad	Ancianos Animador Auxiliar	Con auriculares	Puede ser todo el día	Individual o grupo	Sala música	Mantener estímulo cultural
VIDEOTECA	Visionado de películas Programadas por los residentes	Ancianos Animador Auxiliar	Programas seleccionados Funciona como videoclub	Tardes	Grupo	Sala Video	Mantener estímulo cultural
FISIOTERAPIA	Rehabilitación individual y gimnasia de grupo	Fisioterapeuta Ancianos Auxiliar	Individual Mantenimiento y rehabilitación	Mañanas	Individual	Sala Fisioterapia	Rehabilitación Mantenerse en forma.
TERAPIA OCUPACIONAL	Trabajo rehabilitador individual y de grupo	Terapeuta Ocupacional Auxiliar Ancianos	Individual Mantenimiento y rehabilitación ligado a las actividades de la vida diaria	Mañanas	Individual o grupo	Sala Terapia Ocupacional	Rehabilitación Mantenerse en forma Potenciar Salud
JARDINERÍA E INVERNADERO	Grupo de invernadero	Ancianos Animador Auxiliar	En macetas e invernadero adaptado	Preferentemente mañanas	Individual o grupo	Invernadero	Mantenerse activo
BIBLIOTECA	Lectura individual de libros y revistas También en grupo	Ancianos Animador Auxiliar	Libros adecuados y sistemas adaptados de lectura Lupas, telelupa, atriles, señaladores, sujeta libros y otras	Todo el día	Individual o grupo	Sala lectura	Mantener estímulo cultural
JUEGOS RECREATIVOS	Juegos de mesa y billares en Salas de estar y Cafetería También en txokos y hogar	Ancianos Auxiliar Animador	Salas adecuadas y ayudas para el juego	Todo el día	Individual o grupo	Cafetería Salas de Estar Clubs	Mantener capacidad intelectual y relacional
GRUPOS y CLUBS	Reuniones de actividades de participación y por centros de interés.	Ancianos Animador Trabajador Social Psicólogo Auxiliar	Actividades Relacionales Terapéuticas Con ayudas físicas, personales	Todo el día	Grupo con compañeros, residentes o no	Clubs Salas de grupos Txokos	Mantener capacidad relacional
COMPRAS	Compras	Ancianos Trabajador Social Auxiliar	Exteriores Interiores con ayudas	Todo el día	Individual o grupo	Tiendas del exterior Boutique interna	Mantener capacidad de iniciativa y relacional
VISITAS	Recibir y hacer	Ancianos Familias Trabajador Social Animador	Junto a las visitas recibidas, organizar visitas a otras instituciones, lugares culturales, etc.	Todo el día Las organizadas a la mañana	Individual o grupo		Mantener estímulo cultural, relacional y lazos afectivos

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"	
FUNCION 11	Programa de participación del anciano en las actividades
QUE	Desarrollo Cursos de sensibilización en actividades de la vida residencial
QUIEN	El Animador Sociocultural Trabajador Social Terapeuta Ocupacional Fisioterapeuta Médicos
COMO	Se recoge en el número 4 de Zerbitzuan

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"	
FUNCION III	Participación de los ancianos en los órganos de representación y gestión
SUBFUNCION 1	Crear círculos de calidad entre usuarios y trabajadores (de un tipo de componentes o mixtos)
QUE	Crear circulas de calidad
QUIEN	Animador Trabajador Social Ancianos
Constituyen "un grupo de personas implicadas en una tarea común, cuyo número no sobrepasa los diez, que realizan trabajos en la misma área y se reúnen periódicamente de forma voluntaria para identificar, analizar y resolver problemas relacionados con sus trabajos (Barra, 1985)	
COMO	Fases para la puesta en marcha de los circulas de Calidad
<p>1.ª FASE:</p> <p>Busca de apoyo y colaboración</p> <ul style="list-style-type: none"> - El Director reúne al Equipo Multidisciplinar y presenta el proyecto de experiencia. - Se expone con detalle el programa de la experiencia. - Se estudian las formas de apoyo y colaboración con los Círculos de Calidad que se constituyan. - Se informa a los usuarios y se les pide apoyo. <p>2.ª FASE:</p> <p>Puesta en marcha</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ª sesión: Presentación oficial de la experiencia a los trabajadores y usuarios. 2.ª sesión: Información técnica de los C.C. <ul style="list-style-type: none"> - Debate sobre problemas de la residencia, planta, etc. - Enumeración y ordenación de ellos. 3.ª sesión :En esta sesión se ha de conseguir que los participantes se vean envueltos en la necesidad de mejorar, después de reconocer la existencia de problemas y de posible solución a través de la participación. <p>3.ª FASE:</p> <p>Fase de entrenamiento</p> <p>Entrenamiento de las técnicas grupales, de la detección de problemas y de su estudio se hace por medio de juegos, dramatizaciones y cineforums con películas de vídeo.</p> <p>4.ª FASE:</p> <p>Fase de promoción</p> <p>A partir de este momento se promociona la formación de otros círculos. Esto se hace, al ver que el personal acepta las propuestas de mejora y también propagando los éxitos en los medios de comunicación interna.</p> <p>Definición de las funciones de los implicados.</p> <p>Evaluación.</p>	

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"	
FUNCION III	Participación de los ancianos en los órganos de representación y gestión
SUBFUNCION 1	Crear círculos de calidad entre usuarios y trabajadores (de un tipo de componentes o mixtos)
CUANDO	Una vez se haya desarrollado un proceso de fomento de la vida residencial a través de otro tipo de actividades.
CON QUIEN	Lo ideal son grupos voluntarios de usuarios y trabajadores.
DONDE	Salas de reuniones. salas de planta...
PARA QUE	Para que su acción sea eficaz es imprescindible:
	<p>1.º Participación voluntaria y compromiso con los objetivos.</p> <p>2.º Respeto a las características individuales.</p> <p>3.º Unidad del equipo respecto a los objetivos. tareas y control de resultados.</p> <p>Los objetivos básicos serían:</p> <p>1.º Efectuar más eficazmente su trabajo en función del servicio a la Tercera Edad. para el que se ha creado la Institución.</p> <p>2.º Facilitar las aportaciones individuales como base del trabajo de equipo.</p> <p>3.º Extraer todas las virtualidades de las energías personales y de los comportamientos individuales.</p>

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"	
FUNCION III	Participación de los ancianos en los órganos de representación y gestión
SUBFUNCION 2	Crear una Organización de AYUDA MUTUA ENTRE LOS RESIDENTES
QUE	A través de los Grupos y Clubs propiciar la organización de los residentes en orden a desarrollar solidariamente una organización interna de Ayuda mutua
QUIEN	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeuta Ocupacional
COMO	A través de grupos de trabajo y mediante representaciones se hace caer en la cuenta a los ancianos voluntarios de las ventajas de vivir solidariamente ante la adversidad. A partir de aquí se establece un sistema de cooperación de unos con otros tratando unos y otros de suplir las deficiencias de cada cual
CUANDO	Una vez iniciados procesos de actividades y puestos en marcha algunos círculos de calidad (1)
CON QUIEN	Con los ancianos voluntarios
DONDE	A través de los Clubs y en general en todas las actividades de la vida diaria
PARA QUE	Crear un ambiente residencial solidario
FUNCION 111	Participación de los ancianos en los órganos de representación y gestión
SUBFUNCION 3	Crear Organos de participación de los ancianos con alto grado de representatividad y efectividad
QUE	A través de los instrumentos anteriores decantar sistemas de representatividad de los ancianos en los órganos de gestión del centro. no sólo de forma simbólica sino lo más efectiva posible
QUIEN	Ancianos Animador Trabajador Social Dirección

SUBPROGRAMA: "VIDA DIARIA"	
FUNCION III	Participación de los ancianos en los órganos de representación y gestión
SUBFUN- CION 3	Crear Órganos de participación de los ancianos con alto grado de representatividad y efectividad
COMO	Se crean Comisiones de seguimiento y se distribuyen responsabilidades entre los miembros. Se definen los campos de decisión e intervención de los usuarios en el Consejo de Centro. Se dan sesiones informativas y formativas a los representantes y usuarios
CUANDO	Se consolida la existente y se va perfeccionando a través del Reglamento de Régimen Interior
CON QUIEN	Con los ancianos más animosos y con cierto grado de liderazgo
DONDE	En toda la vida residencial
PARA QUE	Para hacer de la Residencia un lugar vivo a la medida de los propios usuarios ancianos

SUBPROGRAMA: "ADECUACION AMBIENTES"							
FUNCION I	Diseño de espacios diversos en el medio residencial que respondan a las necesidades de: Intimidad, Paseo, Aire libre, Tertulia, Convivencia, Cultura, Hobbys, Gran Grupo...						
Especies	Oué	Ouién	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde,	Para qué
ESPACIO 1 HABITACION	Lugar de reposo e intimidad	Anciano residente	Dando oportunidad de incluir detalles personales		Individual Compartida Matrimonio		Mantener un espacio de intimidad
ESPACIO 2 SALA DE ESTAR	Lugar de Convivencia	Anciano residente	No espacio demasiado abierto. Dando un toque Personalizado de los ancianos que la utilizan : Plantas. Peces, pájaros Fotos de la vida de la Residencia Decoración cambiante		Con los compañeros de planta		Establecer una relación de convivencia Con los compañeros residentes
ESPACIO 3 JARDIN-HUERTA	Lugar de expansión	Anciano residente o no Visitas	Con diversas zonas. Pérgolas, invernaderos, caminos adaptados a sillas andadores, zonas cubiertas; Estanques o Pajareras		Individual Grupo		Espacio de aislamiento, conversación. Actividad al Aire libre
ESPACIO 4 TXOKO	Lugar de convivencia para pequeños grupos de amigos.	Anciano residente y amigos	Pequeño lugar adaptado a ancianos para organizar Meriendas o celebraciones. Se sustituye la cocina por microondas y se dispone de lavavajillas.		Pequeño grupo		Mantener relaciones de amistad
ESPACIO 5 CLUBS	Espacios de reunión y trabajo por centros de interés	Anciano residente y no residente	Pequeñas salas para grupos decoradas a gusto de los usuarios		Grupos de trabajo		Mantener la iniciativa de los ancianos
ESPACIO 6 SALONJ DE ACTOS	Lugar de gran grupo para actos culturales, asambleas, exposiciones...	Anciano residente o no Grupos del barrio; Actuaciones de dentro y de fuera	Adaptado a las condiciones de visibilidad y audición de los ancianos. Espacio debidamente practicable para sillas de ruedas. Anfiteatro.		Gran grupo		Desarrollo de sentimientos de pertenencia a la Residencia. Desarrollo de iniciativas culturales.

		SUBPROGRAMA	"ADECUACION	AMBIENTES"			
Función I	Diseño de espacios diversos en el medio residencial que respondan a las necesidades de Intimidad, Paseo, Aire Libre, Tertulia, Convivencia, Cultura, Hobbies, Gran Grupo						
Espacios	Qué	Quién	Cómo	Cuándo	Con quien	Dónde	Para qué
ESPACIO 7 BIBLIOTECA. SALA DE LECTURA FONOTECA	Lugar de tranquilidad para la lectura, escuchar música, leer revistas	Anciano residente y no residente	Espacio de medianas dimensiones en tres ambientes: zona de audición, con adaptación para silla de ruedas, zona de hemeroteca, zona de mesas de lectura		Individual		Fomento de intereses individuales por la cultura
ESPACIO 8 VIDEOTECAS	Pequeñas salas para visionar programas del video.	Anciano residente y no residente	Sala con pantalla grande de video, utilizable como plato de producción de TV Residencia y Radio Residencia		Individual Pequeño Grupo Mediano Grupo		Fomento de los intereses individuales por la cultura y entretenimiento
ESPACIO 9 TALLERES	Lugares para trabajos manuales y labores	Anciano residente y no residente	Sala con diversos ambientes: manuales, costurero, etc.		Individual Pequeño Grupo		Desarrollo de la capacidad de iniciativa
ESPACIO 10 SALA DE VISITAS	Espacio para recibir visitas de amigos y familiares	Anciano residente y familias y amigos	Salas acogedoras para recibir visitas		Pequeño grupo familiar		Desarrollo de los contactos afectivos.
ESPACIO 11 ESPACIO RELIGIOSO INTERCONFESIONAL	Lugar de celebraciones religiosas y de oración de carácter interconfesional	Ancianos residentes y no	Zona con diversos ambientes adaptables a diversas confesiones religiosas con dotación audiovisual.		Grupos religiosos		Atención a la dimensión religiosa
ESPACIO 12 HOGAR RECREATIVO CAFETERIA	Espacio para juegos de mesa	Ancianos residentes y no, familias, personal...	Cafetería. Mesas de juego, billares, adaptación a minusvalías, bolos, petanca		Individual Pequeño grupo		Desarrollo de las Relaciones de amistad e iniciativa

SUBPROGRAMA: "RELACIONAL"							
FUNCIÓN I	Creación de grupos de encuentro y conocimiento						
SUBFUNCIÓN I	Aprovechamiento de determinados espacios para el fomento de relaciones interprofesionales						
Espacios	Qué	Quién	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde	Para qué
SALA DE ESTAR	Conversar. Actividades recreativas y relacionales	Anciano. Grupo de ancianos. Personal Animador	Ambiente agradable, de confianza. Temas comunes. Vivencias, interés. Disposición espacial adecuadas Actividades organizadas continuadas, progresivas según posibilidades e intereses	A cualquier hora tranquila. Horas medias sin ocupación.	Anciano Personal Visitantes		Fomentar la relación y el sentimiento de utilidad y de ser querido. Fomentar sentimiento de integración en la vida de la residencia.
HABITACIONES	Descansar. Independizarse. Aislarse. Relación con compañero. Visitas	Anciano	Facilitando la soledad cuando sea necesaria Ambiente de confianza. Elementos facilitadores. Relación continuada.	Cuando el individuo lo necesite	Anciano. Persona indeterminada con la que se mantenga una relación.		Reafirmar la propia individualidad
PASILLOS	Relación con otras personas del centro.	Anciano. Grupos de ancianos. Personal.	Saludos. Preguntas cotidianas. Preparación de rincones donde sea posible el encuentro.	A cualquier hora	Para todas las personas poco conocidas o con las que se tenga poco trato		Inicio de nuevas relaciones y establecimiento de comunicación con otras.

SUBPROGRAMA: "RELACIONAL"							
FUNCION I	Creación de grupos de encuentro y conocimiento						
SUBFUN- CION 1	Aprovechamiento de determinados espacios para el fomento de relaciones interprofesionales						
COMEDORES	Favorecer grupos de cierta estabilidad pero cambiantes o no cerrados	Anciano Grupos de ancianos	Flexibilidad de horario y de lugar	En las comidas	Grupo de ancianos		Favorecer relaciones estables
CAFETERIA	Establecimiento de grupos de relación	Ancianos Grupos de ancianos	En espacios que faciliten la relación entre las personas	Según interés de los ancianos	Con todo tipo de personas		Afianzar sentimiento de pertenencia

SUBPROGRAMA "RELACIONAL"							
FUNCION I	Creación de grupos de encuentro y conocimiento						
SUBFUNCION 2	Creación de grupos de encuentro y relación						
Grupo de	Qué	Quié	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde	Para qué
ACOGIDA	Grupos que tratan de introducir a los residentes nuevos en la dinámica residencial	Ancianos antiguos residentes. Anciano nuevo. Trabajador Social, Animador	Grupo voluntario	Durante la primera semana o primeros quince días	Ancianos antiguos y nuevos	Clubs	Para facilitar la integración en la vida residencial.
EXPRESION	Su contenido es facilitar la expresión de sentimientos o ideas a las personas con alguna dificultad	Ancianos Animador Psicólogo	Grupo voluntario. Imprescindible motivación. Siguiendo las técnicas propias.	Cuando surja de común acuerdo	Grupo de ancianos	Salón de actos	Para facilitar la relación y la expresión.
REMEMORACION	Grupo de recuerdo y rememoración para personas con dificultades en su identidad	Ancianos	Grupo sugerido a aquellos ancianos que lo precisan. Abierto a todos los demás.	Cuando se detecte su necesidad	Grupo de ancianos	Clubs	Para facilitar la relación y la comunicación.
RELAJACION	Grupo que busca un espacio de relax para aquellos que buscan la paz interior y exterior	Ancianos Fisioterapeutas Psicólogo	Grupo voluntario siguiendo las técnicas propias.	Cuando surja de común acuerdo	Grupo de ancianos	Salón de actos	Para distensionar las relaciones personales.
DISCUSION	Grupo de debate de un tema de interés común o para buscar una solución a un problema común.	Ancianos Trabajador social	Grupo voluntario y ocasional o estable	Cuando surja de común acuerdo	Grupo de ancianos	Clubs	Para intercambiar puntos de vista y buscar soluciones a problemas
FUNCION 11	Fomento de las actividades habituales de la vida diaria						
QUE	A través de las actividades habituales de la vida diaria desarrollo de relaciones interpersonales.						
<p>Actividades en la Tercera Edad</p> <p>. Entre las actividades que desarrollan las personas de tercera edad se encuentran como las de más éxito y más frecuencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasear, tomar el sol - Descansar sin hacer nada - Entrenamiento con la familia - Actividades religiosas - Tertulia con los amigos - Jugar a las cartas - Ver TV, Oír la radio - Leer el periódico, revistas - Ayudar en casa - Acudir a Clubs de Jubilados. 							

SUBPROGRAMA: "RELACIONAL"	
FUNCION 11	Fomento de las actividades habituales de la vida diaria
<p>. Otras actividades con menos éxito son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Distintos trabajos manuales. - Trabajo o actividades remuneradas. - Ir al cine, a un concierto, etc. - Viajar. - Pescar y hacer deporte. - Ampliar conocimientos, hacer cursillos, etc. - Participar en el Club de Jubilados. <p>. Prácticamente iniciativas aisladas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jardinería. - Participar en actividades recreativas, bailes, etc. - Tener hobbies. - Participar en organizaciones comunales, amistosas o clubes no estrictamente de tercera edad. - Realizar algunos trabajos voluntarios. - Participar en actividades políticas. - Hacer algún deporte. 	
QUIEN	Ancianos, Grupos de ancianos Animador, Trabajador Social, Terapeuta Ocupacional, Médicos, Psicólogos, Auxiliares, Administración y en general todo el personal de atención directa en cualquier circunstancia
COMO	Si bien es difícil de definir el cómo se precisa desarrollar campañas periódicas relaciona les en las que fomenten los intercambios relaciona les entre los propios ancianos, entre los ancianos y trabajadores, de forma que tomen conciencia todos de que la riqueza relacional del ambiente es responsabilidad compartida por todos, y no es cuestión de Reglamentos, Convenios ni Manual de Funciones. Se medirá en las reuniones de contacto entre los distintos profesionales los niveles de comunicación entre ancianos y ancianos y trabajadores.
CUANDO	En cualquier momento de la vida residencial Es imprescindible fomentar los intercambios en las actividades de la Vida Diaria rompiendo la tendencia a la rutina entre los trabajadores (momentos de higiene personal de los ancianos dependientes) y de las actividades rutinizadas (comida, vestido, movimiento de sillas, cambio de ropa, etc.)
CON QUIEN	De forma individual o con grupos de ancianos según el caso. Solos los ancianos o ancianos y trabajadores
DONDE	En todo el ámbito residencial y en todas las actividades
PARA QUE	Fomento del ambiente residencial mediante el establecimiento de relaciones interpersonales Creación de un ambiente residencial rico en estímulos relacionales Fomento del bienestar y de la sensación de estar todavía vivos e importar a alguien

SUBPROGRAMA: "EXPERIENCIAL"							
FUNCION I	Creación de un repertorio de experiencias a potenciar de cara a un enriquecimiento de la vida personal y colectiva						
Repertorio básico de experiencias	Qué	Quién	Cómo	Cuándo	Con Quien	Dónde	Para qué
ACOGIDA Y CONVIVENCIA	Actividad de organización de la acogida de los nuevos residentes y desarrollo de iniciativas de convivencia	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeutas Personal de Atención Directa	Comité de Acogida Grupo de Iniciación de la vida residencial Fiestas y Celebraciones Ambientación de los espacios, etc.	Al inicio de la vida residencial. En el transcurso de la misma	Ancianos en grupo	Clubs y Txokos	Propiciar la adaptación al ambiente residencial y la consideración de la residencia como su casa

SUBPROGRAMA: "EXPERIENCIAL"							
FUNCIÓN I	Creación de un repertorio de experiencias a potenciar de cara a un enriquecimiento de la vida personal y colectiva						
Repertorio básico de experiencias	0u6	Quié	Cómo	Cuándo	Con quién	Dónde	Para qué
RELACIONES INTERPERSONALES Y CONFIANZA EN LOS COMPAÑEROS DE RESIDENCIA	Actividades relacionales en todas sus facetas.	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeutas Personal de Atención Directa	Grupos relacionales Fomento de relaciones en la vida diaria	En la fase de adecuación Al inicio de fases de deterioro	Ancianos en grupo	En toda la vida de la residencia. En los lugares relacionales	Fomentar estímulos relacionales enriquecedores para la vida personal y colectiva.
ADQUISICIÓN DE RESPONSABILIDADES Y AYUDA MUTUA	Fomento de la actividades de ayuda mutua y de participación en la vida residencial	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeutas Personal de Atención Directa	Organización de Ayuda Mutua	De forma permanente	Ancianos en grupo	En toda la vida de la Residencia sobre todo en las actividades de la vida diaria	Estimular la solidaridad
OCUPACIÓN ACTIVA DEL TIEMPO LIBRE	Fomento de todo tipo de actividades de tiempo libre	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeutas Personal de Atención Directa	Clubs. Txokos	De forma permanente.	Ancianos en grupo	Clubs, txokos, talleres, jardines etc.	Fomentar estímulos relacionales enriquecedores para la vida personal y colectiva..
CONTACTOS CON EL EXTERIOR	En la medida de lo posible, fomento de salidas de la residencia o apertura de la vida de la residencia al exterior.	Ancianos Animador Trabajador Social Terapeutas Personal de Atención Directa	Visitas, compras. Disposición de los locales residenciales al servicio de la Comunidad circundante para ensayos (coros, teatro, danzas, deporte etc.,)	De forma permanente	Ancianos en grupo	Interior y exterior de la residencia	Superar los inconvenientes de un ambiente cerrado y ampliar cúmulo de experiencias de los ancianos.

Otras propuestas, que desarrollen otras dimensiones de la gestión de la vida de una Residencia de Tercera Edad, pueden ser objeto de otro artículo en un futuro.

La experimentación de modos de gestión renovados en nuestras instituciones

caminan en la línea de mejora de Calidad de Vida de las personas residentes. Este debe ser un objetivo prioritario de las Redes de Servicios Sociales en nuestra Comunidad para que podamos hablar de un auténtico "Bienestar Social".

Rafael Mendia