

MEMORIA ANUAL

2022




Lembranças
CENTROS DE DÍA

Índice

- 01** Sobre nós
- 02** Servizos asistenciais
- 03** Servizos complementarios
- 04** Servizos terapéuticos
- 05** Adestramento físico
- 06** Terapias cognitivas
- 07** Terapias psicoafectivas
- 08** Terapias socializadoras



1. Sobre nós

Cambados e Vilagarcía de
Arousa



Misión

Construir un espacio seguro para o envellecemento, onde as persoas maiores poidan desenvolver os seus proxectos vitais a través dunha estimulación integral á vez que son acompañadas por profesionais cualificados.

*"Porque disfrutar da vida,
non é unha cuestión de idade"*

A nosa historia



2014

Primeiro centro do concello de Cambados cunha capacidade de 20 prazas

2019

O segundo centro aberto en Vilagarcía, con 56 prazas, continua coa mesma filosofía de que as persoas se sintan coma na casa

A nosa ubicación

Cambados

986 521 098 / 678 481 719
Rúa Sanxenxo nº8, 36634 Cambados
Lunes a viernes de 8.00 a 20.00
RUEPSS E-5935-C1






Vilagarcía de Arousa

986 189 102 / 604 098 991
Rúa Concha nº4, 36600 Vilagarcía de Arousa
Lunes a viernes de 8.00 a 20.00
RUEPSS E-5935-C2



centrodedia@lembranzas.es

As nosas especialidades

-  Envelhecimento activo.
-  AVC (isquémico e hemorráxico).
-  E. de Párkinson.
-  E. Alzheimer e outras demencias.
-  Depresión e ansiedade.


Lembranzas

Memoria anual 2022



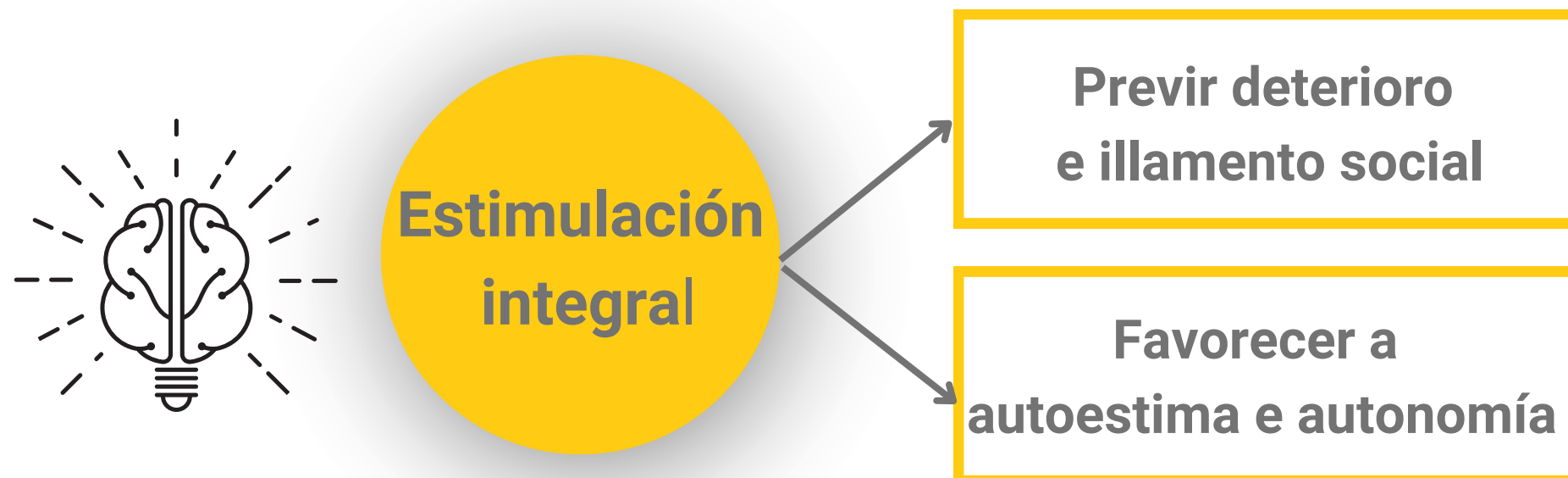
O noso equipo



¿En qué consiste o noso centro?

O Centro de Día Lembranzas é unha iniciativa privada con ánimo de lucro de atención diurna que ten como fin promover e manter un adecuado estado de **saúde, benestar e calidade de vida das persoas maiores** con distintos graos de dependencia física ou psíquica, limitacións no desempeño de actividades diarias e independentes.

MEDIANTE

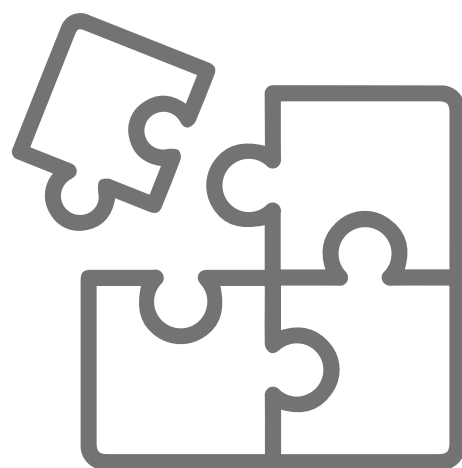




**Espazo adaptado
e acolledor**



**Equipo profesional
cualificado,
creativo e motivado**



**Estimulación integral e
atención personalizada**





**Apoio e
asistencia ás familias**


¿Qué ofrecemos?





Beneficios

 Mellora a calidade de vida.

 Potencia a independencia e autonomía persoal.

 Ralentiza o deterioro cognitivo e/ou físico.

 Promove a saúde e prevén a enfermidade.

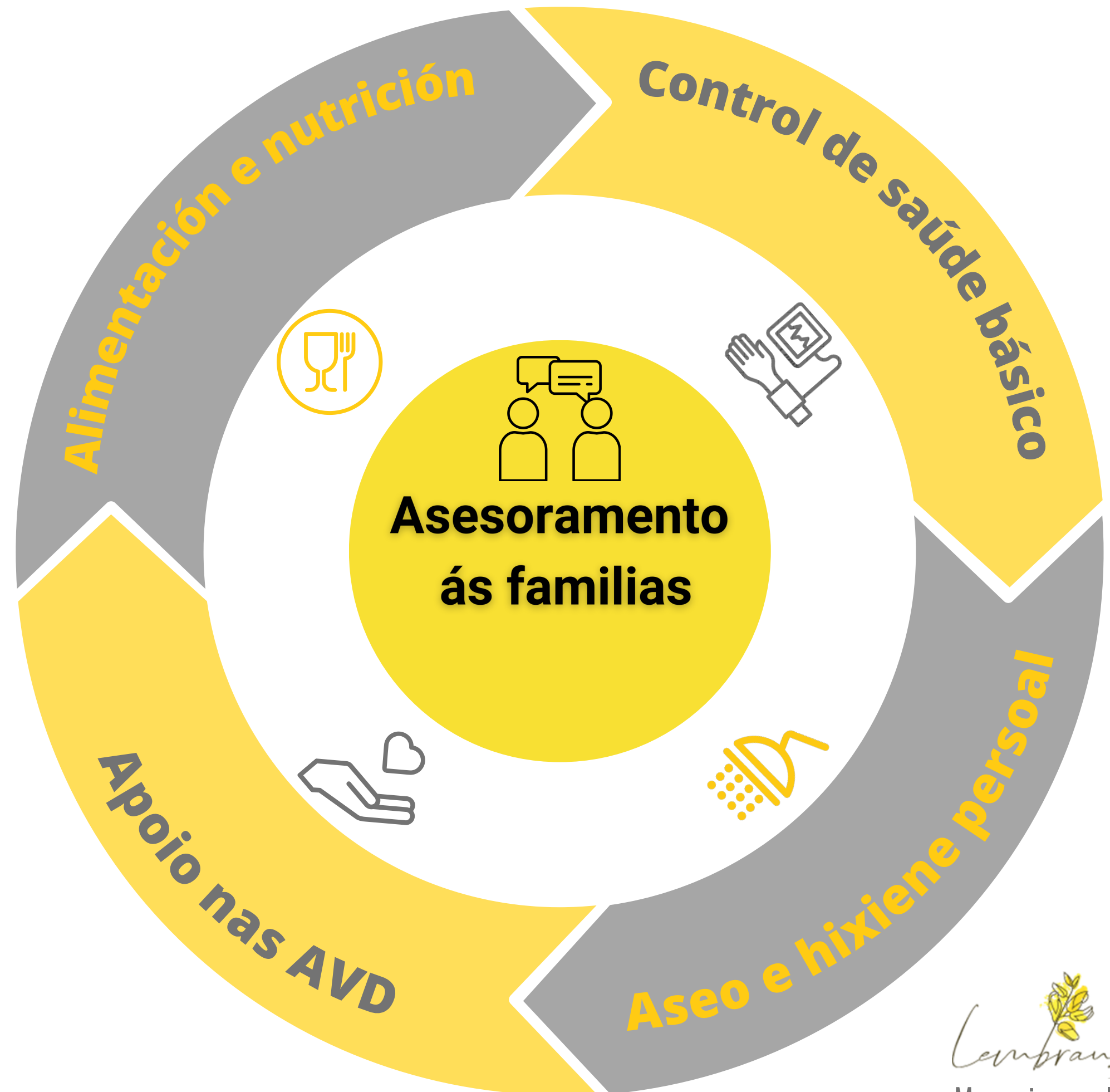
 Fomenta a interacción e integración social.

 Favorece a conciliación persoal, laboral e familiar.



2. Servicios asistenciais

Modelo de atención





3. Servicios complementarios

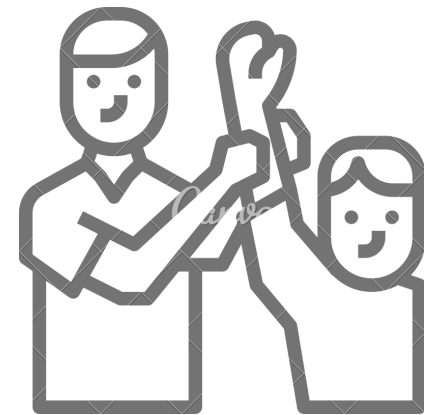
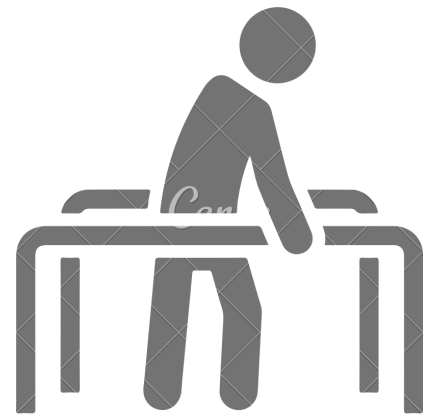
Perruquería



A person in a white lab coat is shown from the chest up, looking towards the right. The background is a blurred office setting. A large yellow rectangular overlay is positioned in the center of the image, containing the text '4. Servicios terapéuticos' in white. The text is split into two lines: '4. Servicios' on the top line and 'terapéuticos' on the bottom line. The font is a clean, sans-serif typeface.

4. Servicios terapéuticos

" Disciplina que se ocupa da promoción da saúde e benestar a través da ocupación co obxectivo de capacitar ás persoas para participar nas actividades da vida diaria e optimizar a súas capacidades"



Terapia Ocupacional



Compra e manexo de cartos



01

Adestramento AVD

Obxectivo: Manter e mellorar a independencia persoal.



Actividades Básicas da Vida Diaria



Actividades Instrumentais da Vida Diaria

Actividades Avanzadas da Vida Diaria



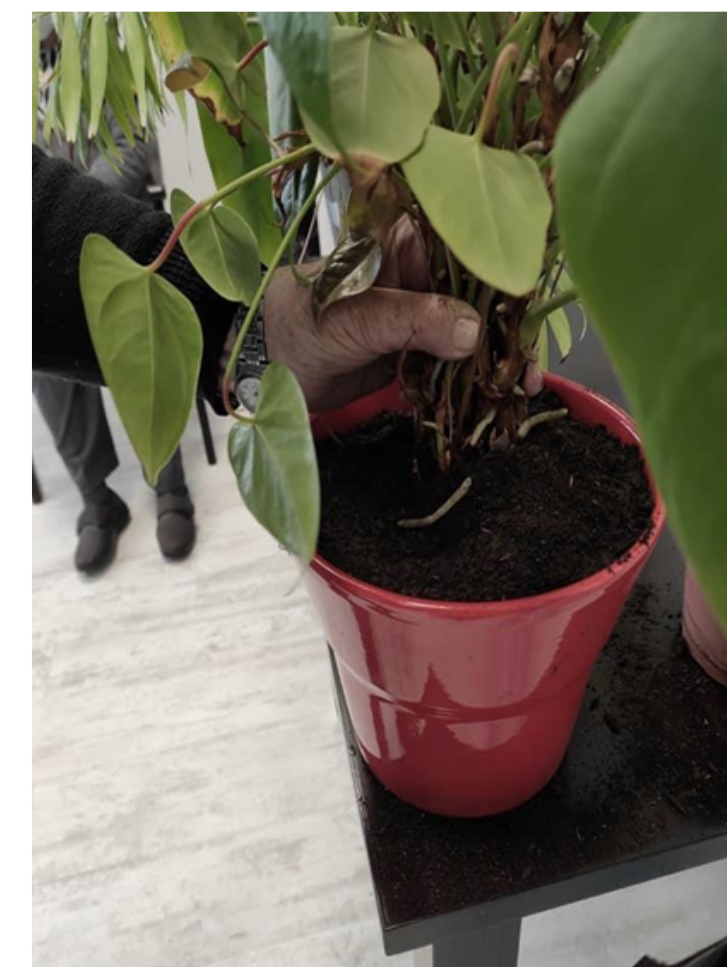
INTERVENCIÓN:

Actividades de capacitación nas AVD nas que existen dificultades, coa finalidade de potenciar a autonomía persoal e proporcionar apoio físico, verbal e modelado (imitación).





Taller de  arreglo persoal

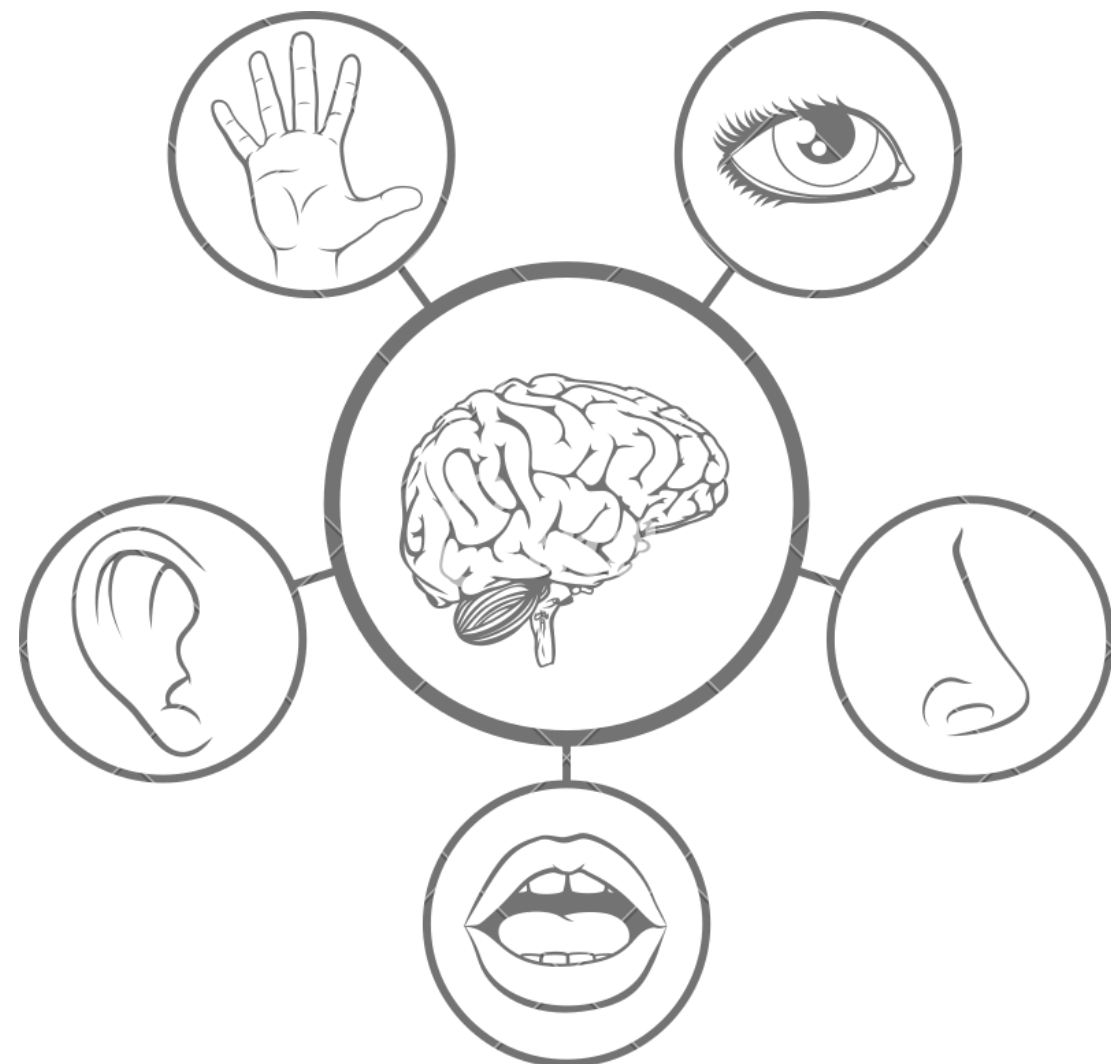


Taller de  xardinería

02

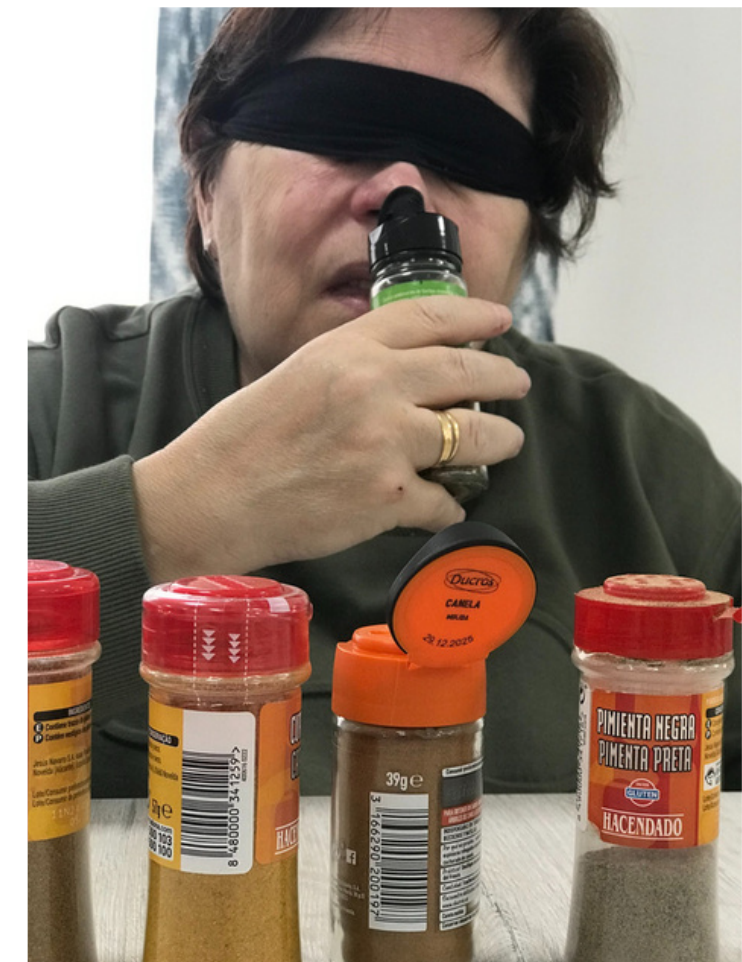
Estimulación multisensorial

Objetivo: provocar un despertar sensorial a través de estímulos significativos.



INTERVENCIÓN:

Ofrécense estímulos a nivel sensorial para traballar as sensacións e percepción das persoas coa finalidade de optimizar a relación co entorno e mellorar a calidade de vida.



03

Psicomotricidade

Obxectivo: promover o autodomínio do corpo, favorecer as relacións persoais e a comunicación, potenciar as habilidades manipulativas e mellorar a coordinación.

Lateraldade

Equilibrio

Esquema corporal

Espazo - Tempo



Actividades lúdicas, xogos populares e dinámicas



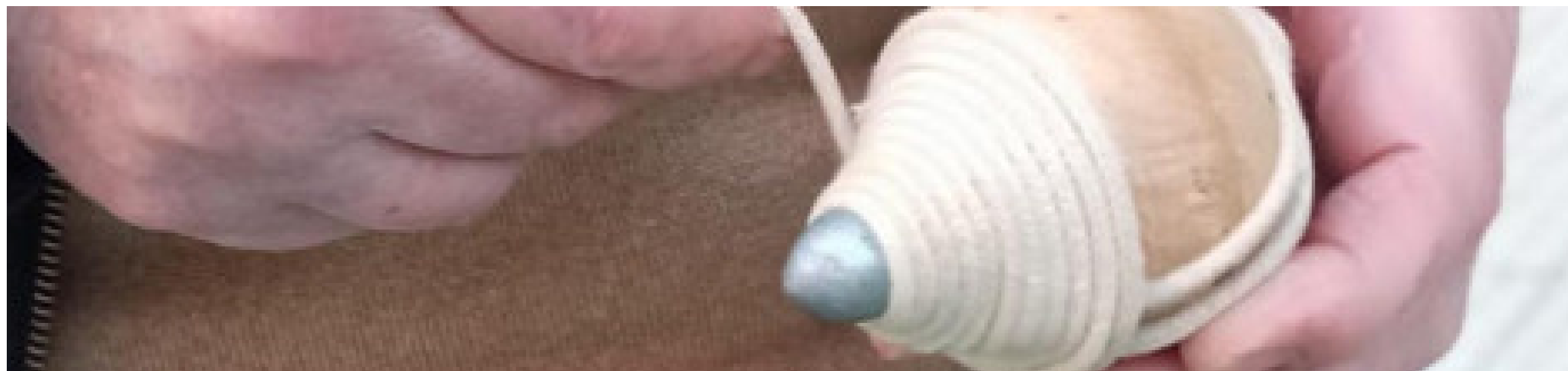
INTERVENCIÓN:

Actividades lúdicas, populares:

- Xogos de pelota.
- Xogos populares.
- Bolos.
- Golf.
- ...

Actividades manipulativas:

- Anelas, pinzas, tapóns.
- Xogos de asociación.
- Tarefas manuais.
- Laberinto motriz, torre de habilidades.
- Costura.



Actividades manipulativas



04

Asesoramiento de productos de apoyo

Objetivo: ofrecer información sobre productos de apoyo e adaptaciones, accesibilidad e barreras arquitectónicas.





5. Adiestramiento físico

"En *Lembranças* consideramos imprescindível manter as capacidades físicas das pessoas como un factor para aumentar a qualidade de vida ante o envelhecimento"



01

Xerontoximnasia

Exercicios físicos guiados e estiramientos asistidos onde se traballa:

- Relaxación física e benestar.
- Incremento da forza muscular.
- Mellora do rango e mobilidade articular.
- Mantemento da resistencia física.



Ximnasia no exterior

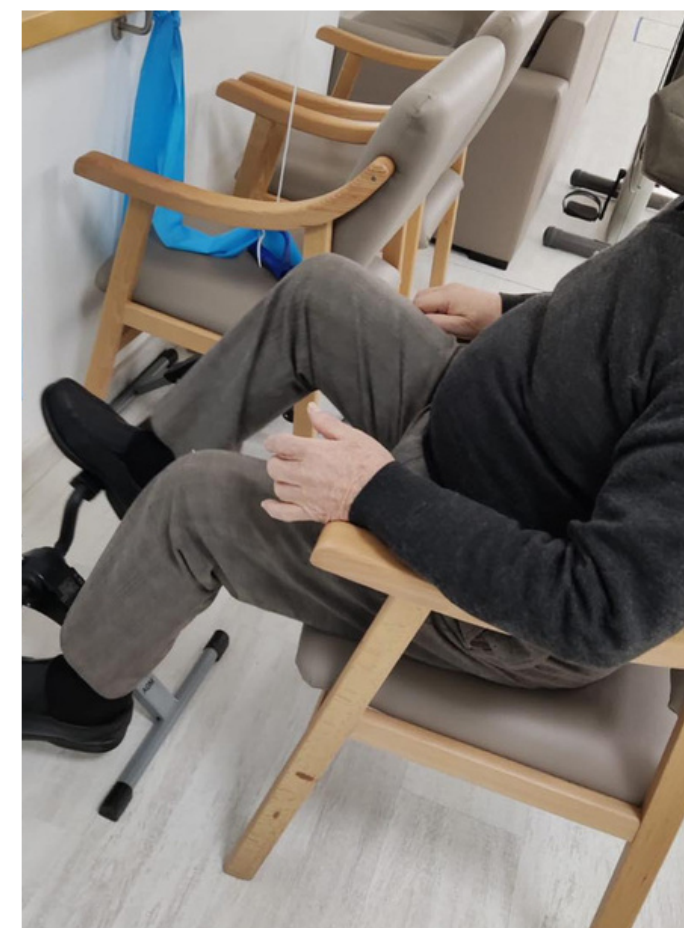


02

Adestramento da marcha

O **obxectivo** é favorecer unha deambulación autónoma e previr caídas mediante:

- Circuitos con distintos materiais e material de apoio (andador, muletas...)
- Área de rehabilitación con bicicleta estática, pedalier, barras paralelas e plataforma de escaleiras / rampa.



Movilizacións, rango articular, equilibrio e forza





03

Ergonomía postural

O **obxectivo** é malos hábitos posturais, meguar posibles riscos físicos na musculatura e ósos mediante:

- Pautas para evitar esforzos.
- Supervisión profesional.
- Espellos para visualizar de forma autónoma a postura.





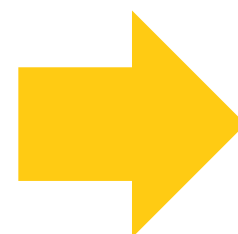
6. Terapias cognitivas



OBXECTIVOS



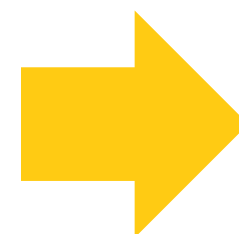
- Ralentizar o proceso de deterioro cognitivo.
- Activar as capacidades mentais de forma integral.



ORGANIZACIÓN



- Programas previamente diseñados por un profesional.
- Actividades estructuradas varias veces ao día.
- Duración de entre 45 - 60 minutos.



INTERVENCIÓN



- Apoio personalizado.
- Exercicios orais e de lectoescritura.
- Adaptación dos exercicios segundo o grado de deterioro cognitivo e o nivel de escolarización.

01

Orientación á realidade

Obxectivo: Promover/manter a orientación temporal, espacial e persoal do entorno próximo.



Celebración de festividades e a chegada das novas estacións



INTERVENCIÓN:

- Repaso diario da data, hora e momento no que se atopan.
- Lectura de prensa.
- Reminiscencias.
- Elaboración de historias de vida e árbores xenealóxicas.
- Celebración de días mundiais e festividades anuais.



Días especiais

- *VII Olimpíadas Intercentros*
- *Día das mulleres rurais*
- *Festa de San Roque*
- *Albariño*
- *Os maios*
- *San Xoan*
- *Día dos Avós*
- *Día do Can*
- *ClasClás 2022*
- ...



Actividades especiais



VIII Olimpiadas Intercentros

24 de Setembro 2022



Día Internacional das mulleres rurais

15 de Outubro do 2022



San Roque

14 de Agosto do 2022



Albariño

6 de Agosto 2022



Os Maios

29 de Maio do 2022



San Xoan

24 de Xuño do 2022



Día Internacional dos avós

26 de Xullo 2022



Día Mundial do Can

22 de Xullo do 2022



ClasClás 2022

29 de Xuño do 2022

02

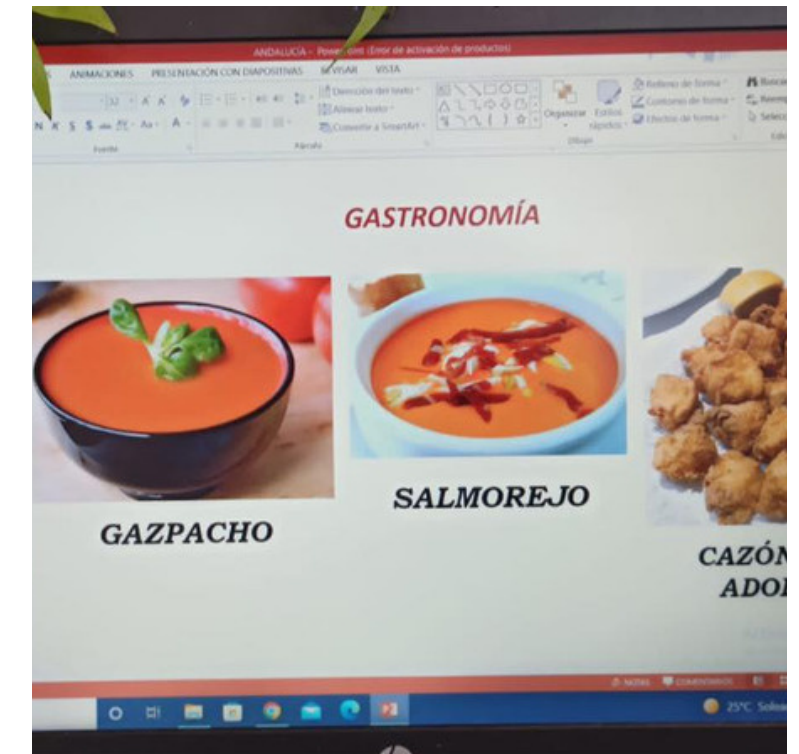
Memoria

Objetivo: Promover/manter a memoria a longo e curto prazo e de traballo.

Memoria sensorial

Memoria a curto prazo

Memoria a longo prazo



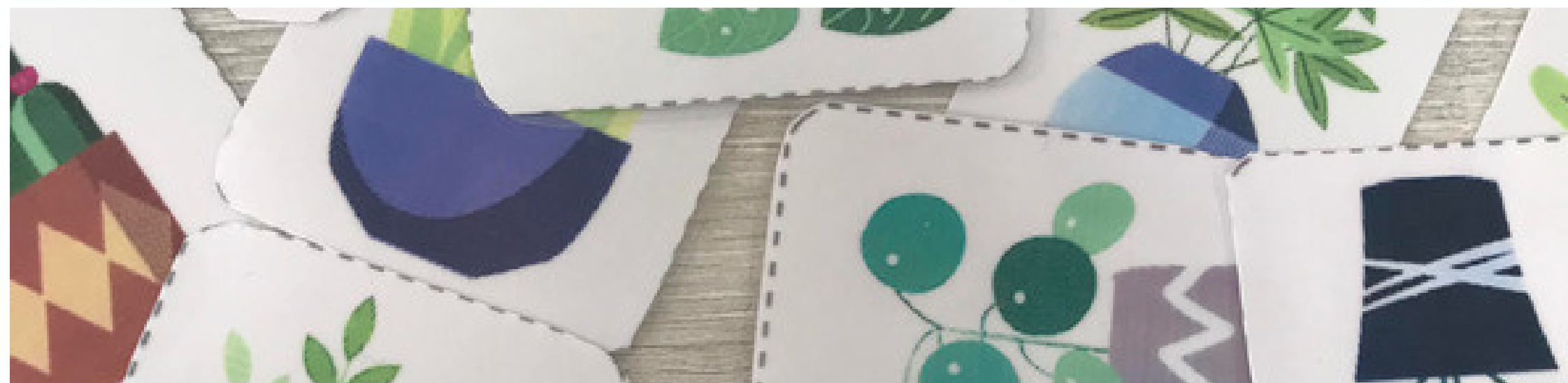
Taller temático de memoria



Remembranzas
Memoria anual 2022

INTERVENCIÓN:

- Preguntas sobre memoria reciente e longo prazo.
- Exercicios grupais.
- Refraneiro.
- Xogos individuais.
- Talleres temáticos.

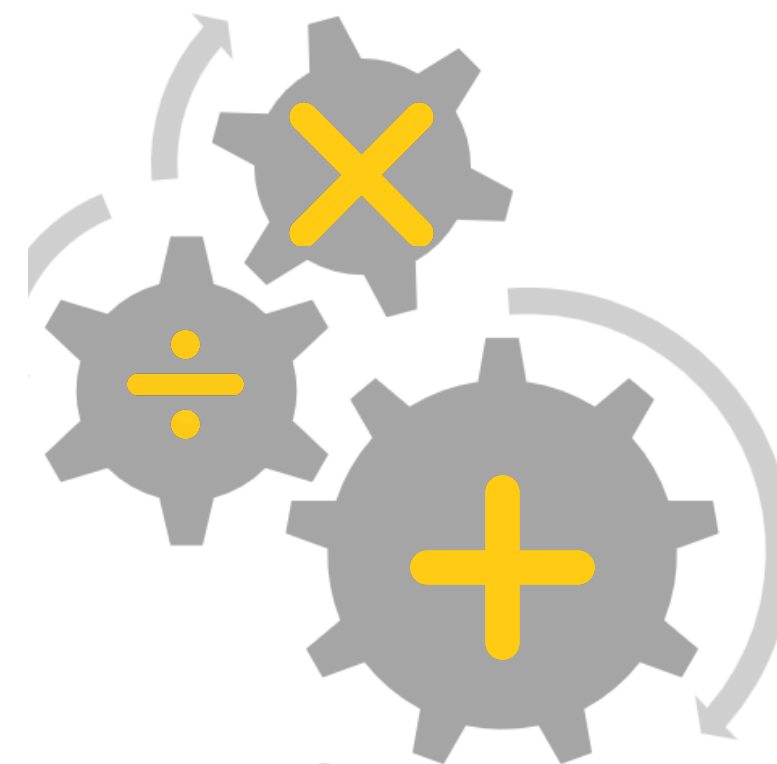
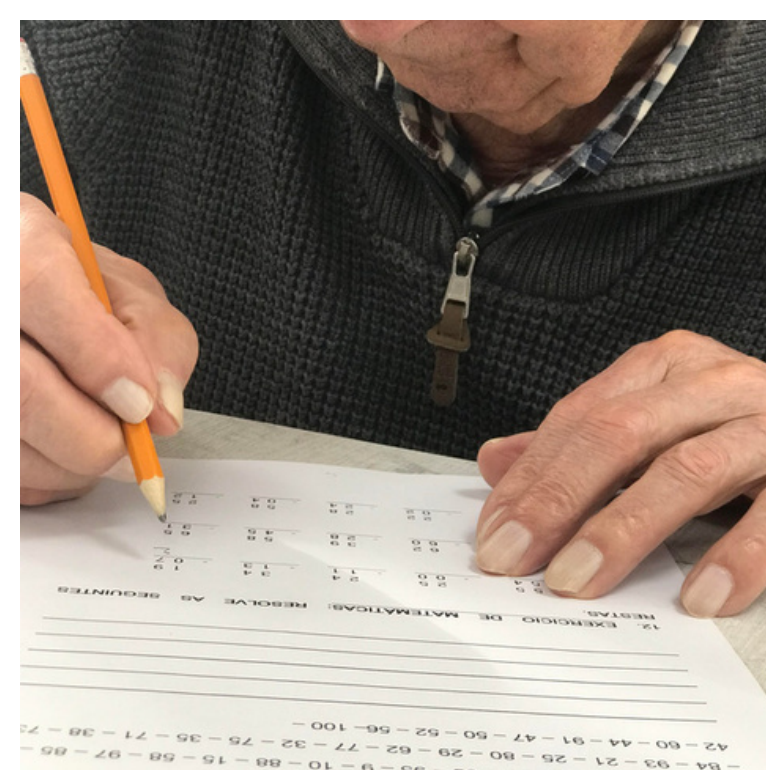
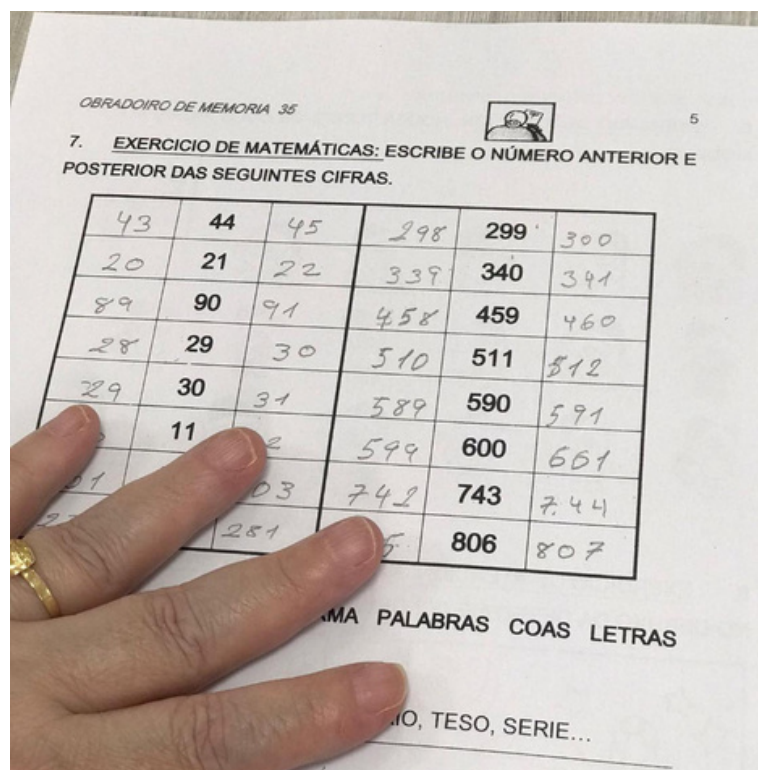


Reminiscencia, repaso noticias anuais...

03

Cálculo

Objetivo: Promover/manter o cálculo mental, identificar os números, optimizar as capacidades para resolver problemas matemáticos.



Estimulación individual con fichas

INTERVENCIÓN:

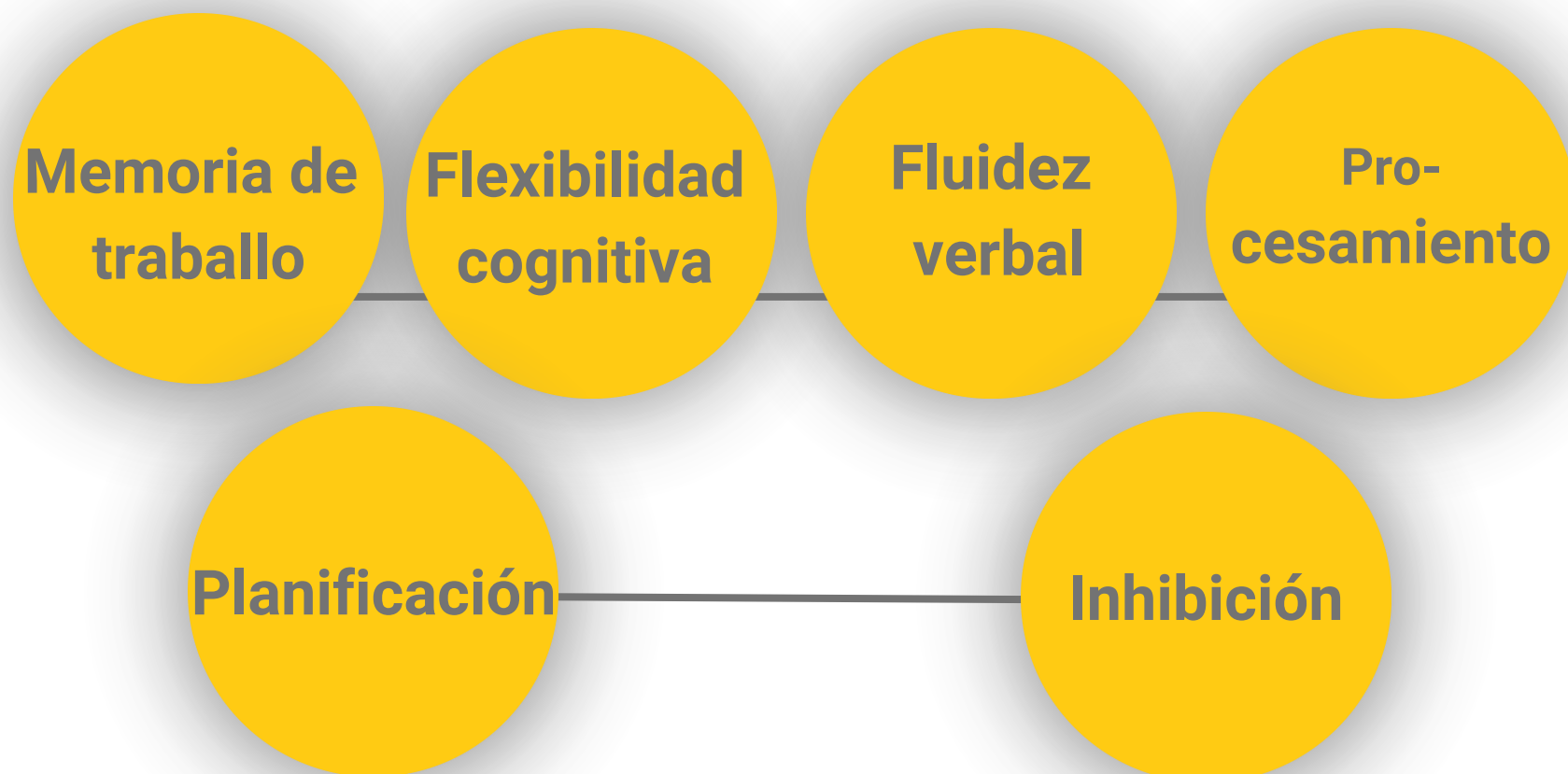
- Roleplaying de compra-venta con €.
- Xogos grupais.
- Lectoescritura de números.
- Resolución de operaciones matemáticas.



04

Funcións executivas

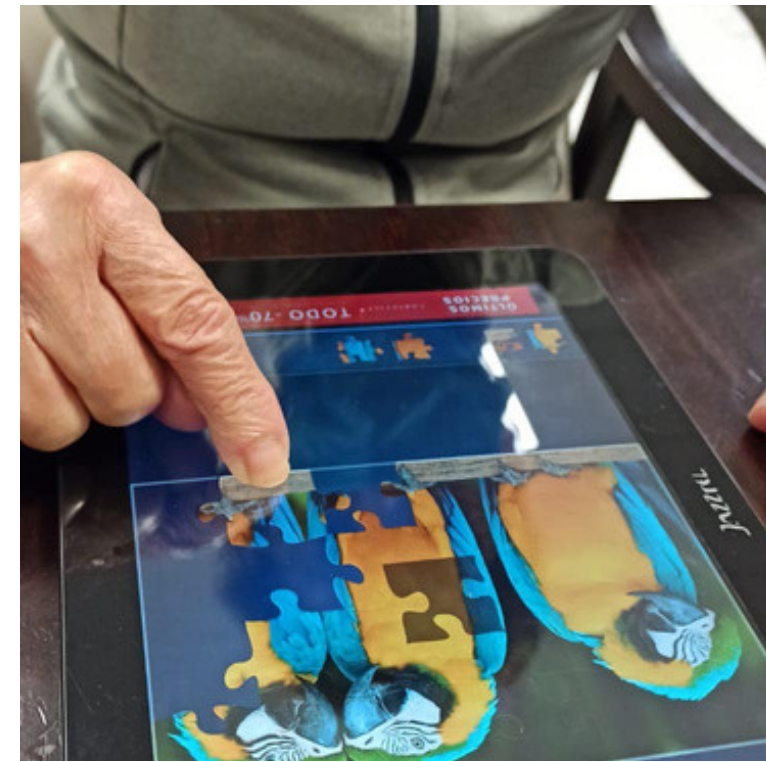
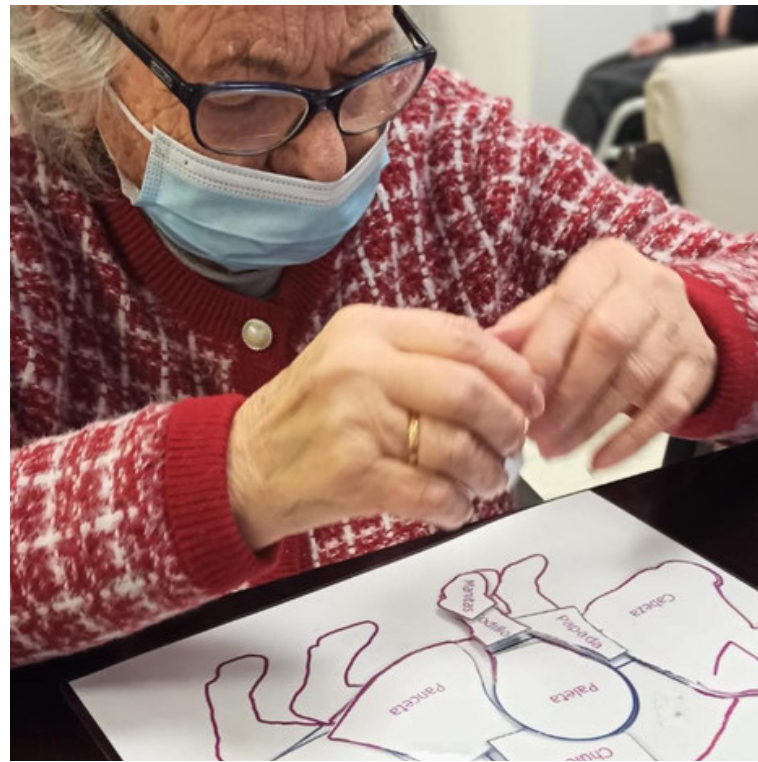
Objetivo: Resolver problemas, secuenciar e planificar tarefas.



05

Praxias

Objetivo: Mellorar a coordinación óculo-manual, optimizar a funcionalidade do aparato bucofonador.



Ideomotoras

Faciais

Ideatorias

Vestido

Visoconstructivas

INTERVENCIÓN:

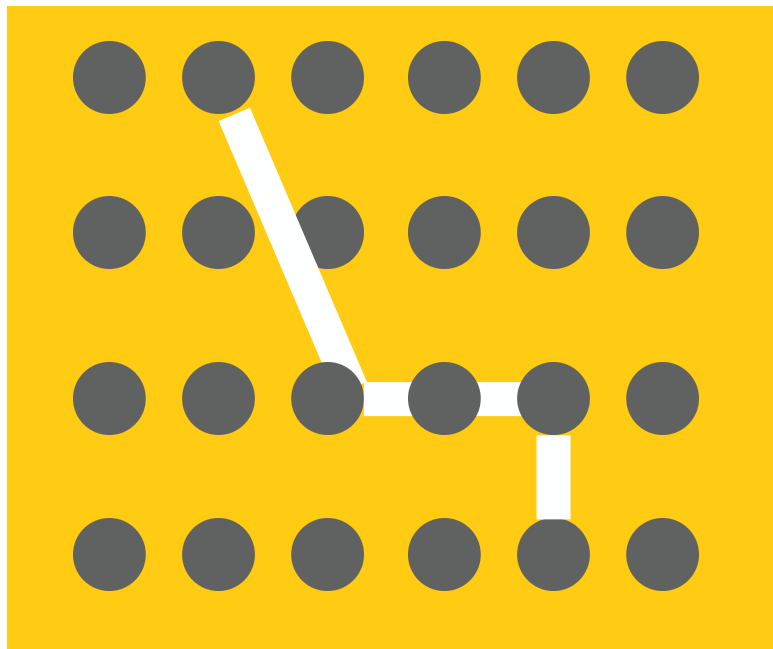
- Mímica.
- Rompecabezas
- Fichas de grafomotricidade.
- Ejercicios bucofonatorios (trabalenguas...).



06

Gnosias

Objetivo: Favorecer o reconhecimento de estímulos auditivos, olfativos, gustativos e táctiles.



INTERVENCIÓN:

- Xogos grupais.
- Fichas individuais.
- Identificación de sons, olores e sabores cotiás
- Recoñecemento táctil de distintos obxectos.



Atención e concentración

Obxectivo: Potenciar/manter o nivel de atención nunha actividade.



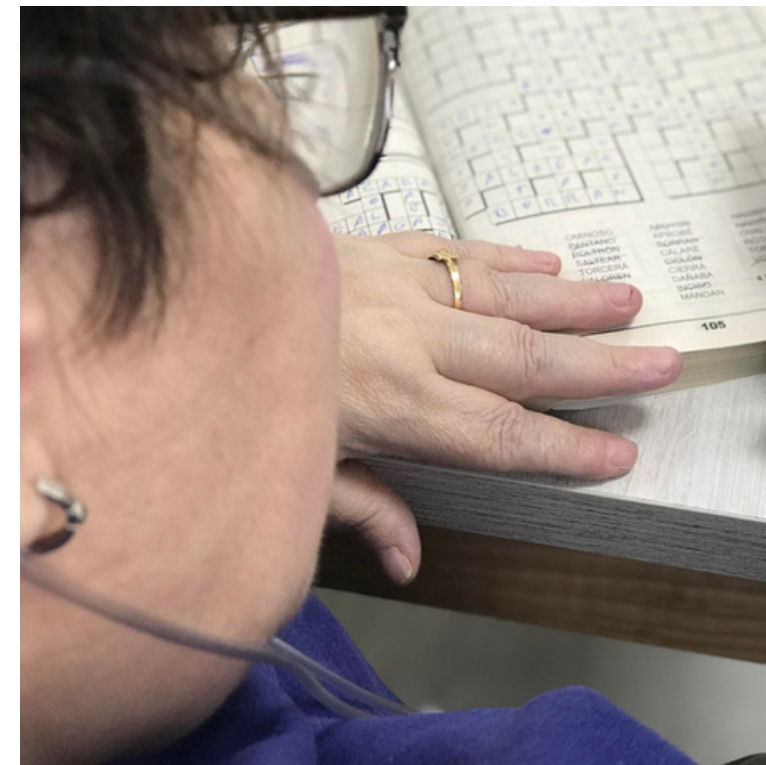
Selectiva

Alternante

Dividida

De participación

Sostida

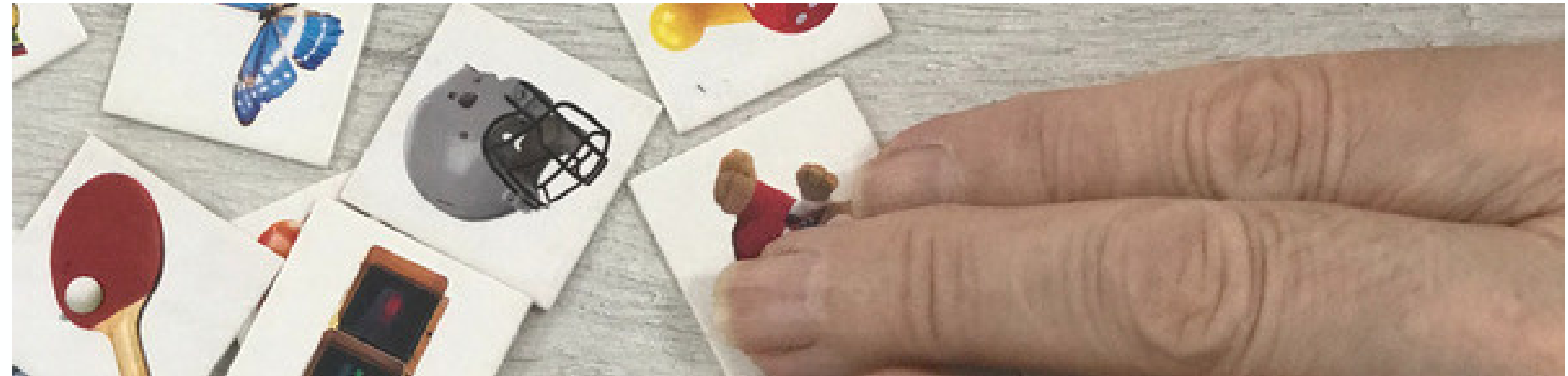


Pasatempos, discriminación de obxectos...



INTERVENCIÓN

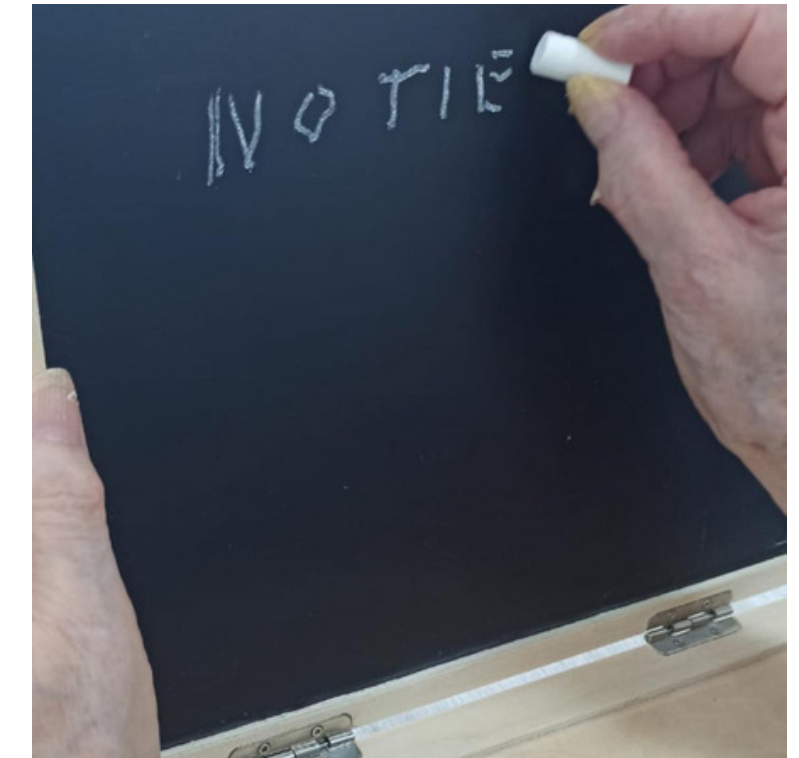
- Bingo.
- Ditados.
- Tres en raia.
- O xogo do lince.
- Pasatempos (Sudokus, sopas de letras...).



08

Linguaxe

Obxectivo: Fomentar a expresión verbal e non verbal, promover a denominación de palabras, manter a lectura e favorecer a categorización de obxectos.



INTERVENCIÓN:

- Taller de lectura.
- Ejercicios individuales (sinónimos, antónimos, definiciones...).
- Xogos grupais (Tabú, adiviñas, palabras encadeadas, aforcado...).
- Categorización de obxectos.





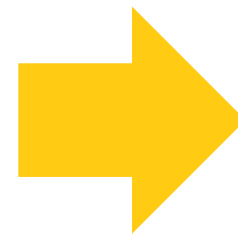
7. Terapias psicoafectivas



OBXECTIVOS



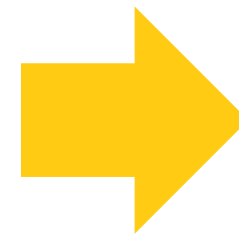
- Favorecer a evocación de recordos que teñan unha implicación emocional.
- Recoñecer e comprender as distintas emocións e sentimentos.



ORGANIZACIÓN



- Programas previamente diseñados por un profesional.
- Duración de entre 45 - 60 minutos.



INTERVENCIÓN



- Talleres de bienestar, coidado da imaxe e coidado corporal.
- Taller reminiscencia.
- Taller audiovisual.
- Sesión de grupos de apoio
- Actividades musicais.

01

Reminiscencia

Objetivos

- Activar os aspectos memorísticos e emocionais dos recordos.
- Potenciar a memoria autobiográfica e a autoestima.

Intervención:

Emprego de fotos, vídeos e música da súa época. Tamén mediante talleres de comunicación onde se comparten relatos persoais do pasado e talleres de folclore relacionados con Galicia.



02

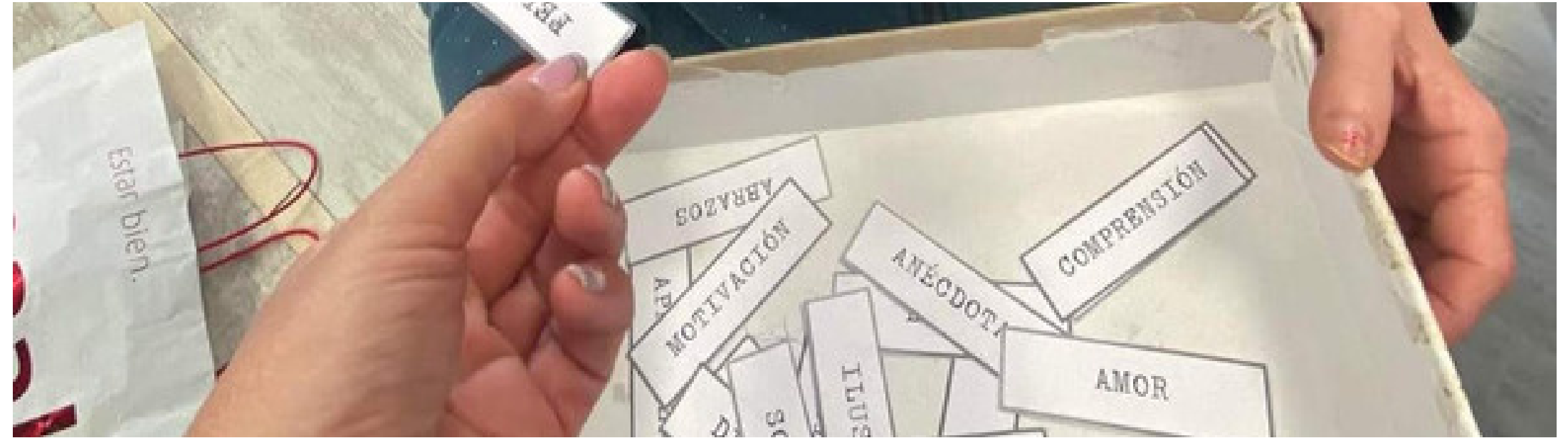
Grupo de apoio

Obxectivo:

- Adquirir benestar emocional e mellorar o estado de ánimo
- Favorecer o autocoñecemento

Intervención:

Grupos para conversar e expresar os sentimentos, mediante o intercambio de vivencias e a búsqueda de estratexias para facer fronte a un problema



03

Taller musicoafectivo

Objetivo:

- Potenciar funcións cognitivas implicadas na música.
- Favorecer a mobilidade e as relacións interpersoais.

Intervención:

Sesións grupais onde se motiva ás persoas para cantar e bailar empregando música significativa.



Concursos musicais

Memorias
Memoria anual 2022

04

Taller Audiovisual

Objetivo:

- Favorecer as relacións interpersoais e de comunicación.
- Potenciar as funcións cognitivas como a atención ou a linguaxe.

Intervención:

Video fórum de películas humorística, de cuestións sociais e programas de televisión para abrir un debate e contar anécdotas.





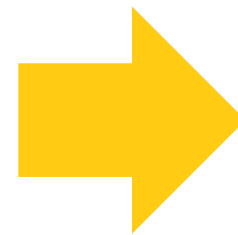
8. Terapias lúdicas e socializadoras



OBXECTIVOS



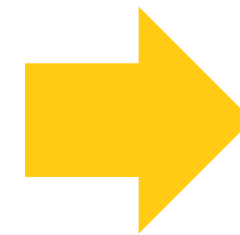
- Mellorar a expresión e comunicación entre as perosas maiores.
- Promover as relacións interpersoais.
- Desenvolver habilidades sociais.



ORGANIZACIÓN



- Programas previamente diseñados por un profesional.
- Duración de entre 45 - 60 minutos.



INTERVENCIÓN



- Xogos grupais.
- Taller de autocoidado.
- Manualidades.

01

Ergoterapia

Objetivos

- Incrementar a motivación nas tarefas terapéuticas mediante unha tarefa gratificante que favorezca a autovalía.
- Potenciar a atención e habilidades manipulativas.

Intervención:

- Traballos manuais de diferentes épocas do ano.
- Talleres de pintura.





Día da nai



Festividades de Samaín

02

Actividades grupais de interacción social

Obxectivo:

- Adquirir benestar emocional e mellorar o estado de ánimo.
- Favorecer o autoconocemento.

Intervención:

Grupos para conversar e expresar os sentimentos, mediante o intercambio de vivencias e a búsqueda de estratexias para facer frente a un problema.



Visitas de agrupacións e actividades interxeracionais





03

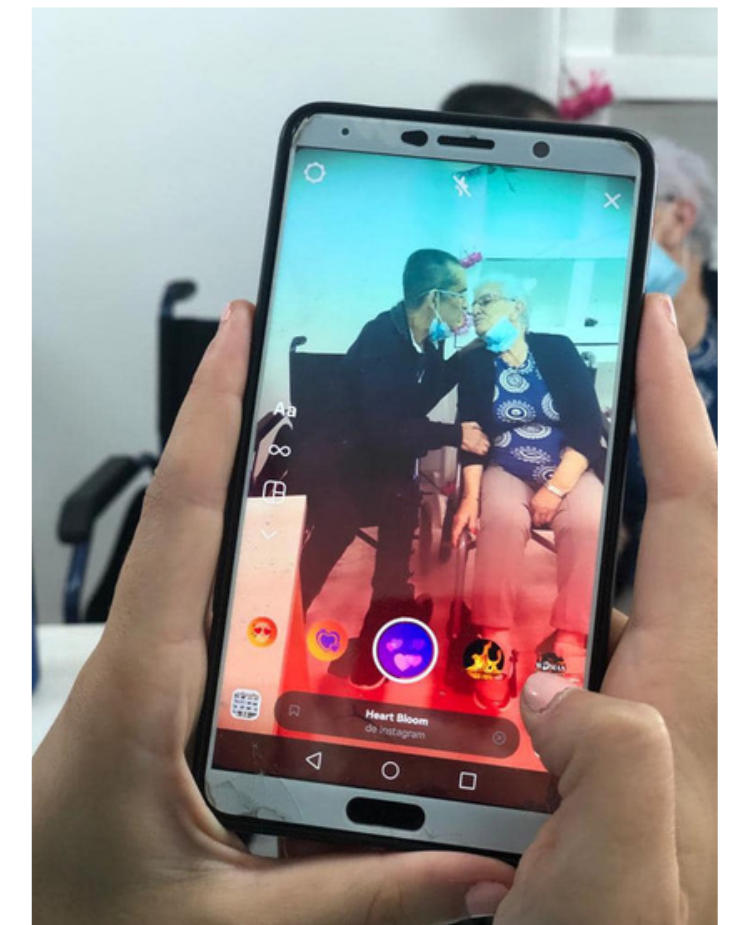
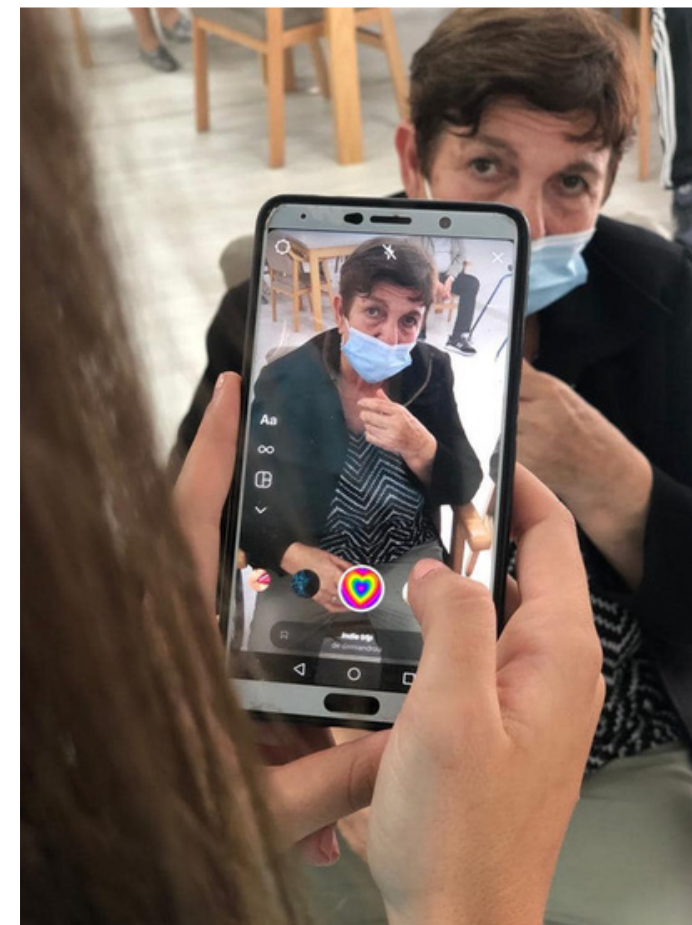
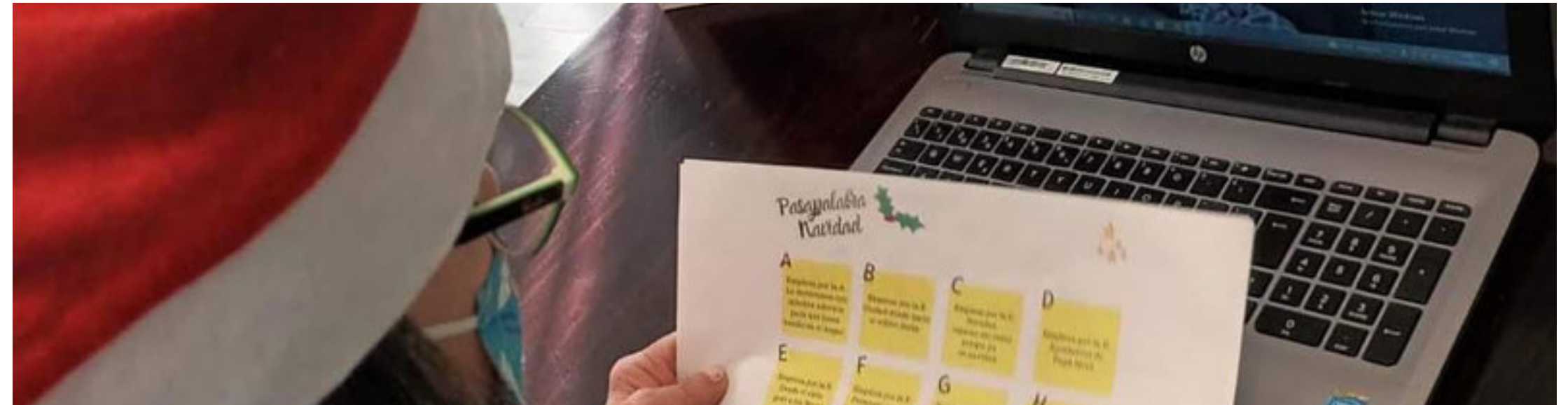
Taller de Tics

Objetivos

- Adquirir destrezas no mundo das tecnoloxías.
- Eliminar a brecha dixital.

Intervención:

Videochamadas para realizar xogos conxuntos e practicar a busca de información relevante, ademáis de incluír as TICS no seu día a día.



04

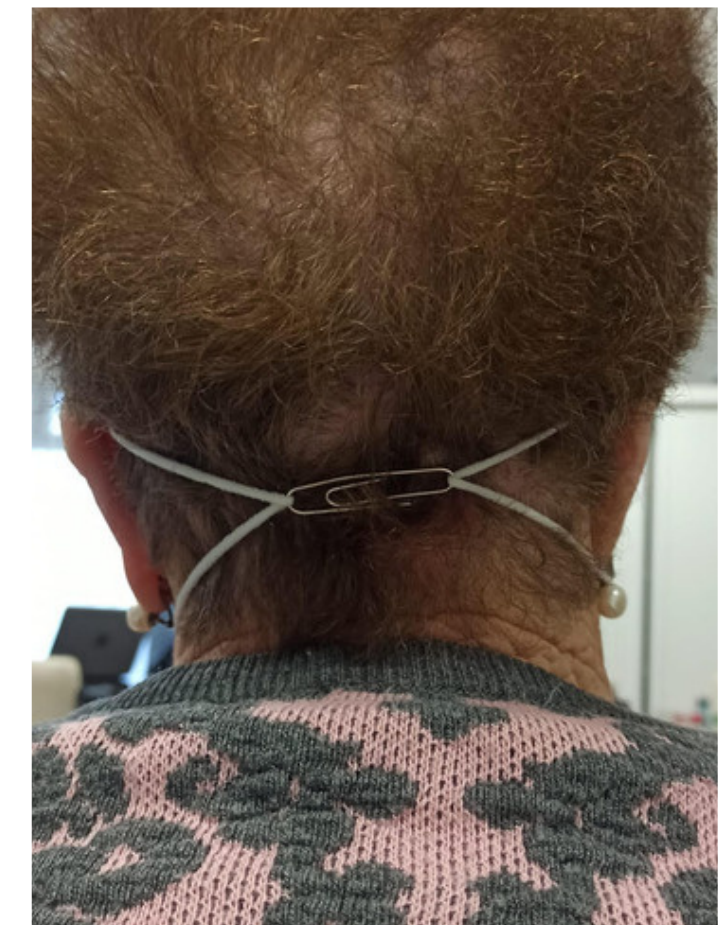
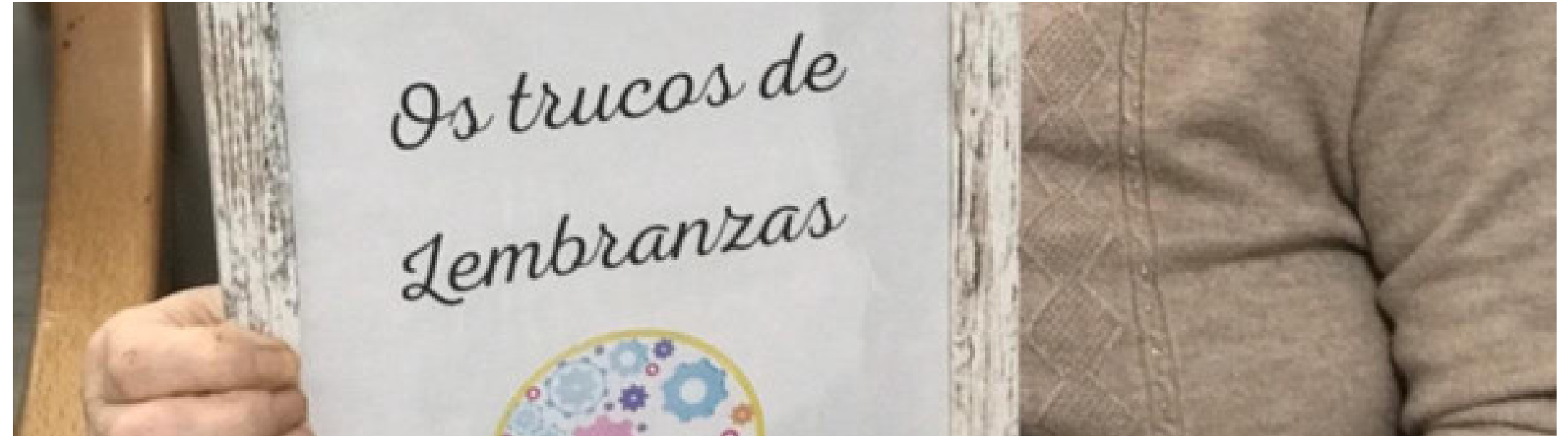
Trucos de Lembranzas

Obxectivo:

- Facilitar a consecución de actividades da vida diaria mediante estratexias e adaptacións.

Intervención:

Exposición participativa de trucos e ideas para a vida cotiá onde as persoas aportan solucións e aprenden.



05

Taller de experimentos

Objetivo:

- Fomentar a imaxinación e creatividade a través dun proceso de ensinanza-apredizaxe.

Intervención:

Posta en marcha de distintos experimentos que permitan coñecer a causa-efecto de distintos procesos físico-químicos.



04

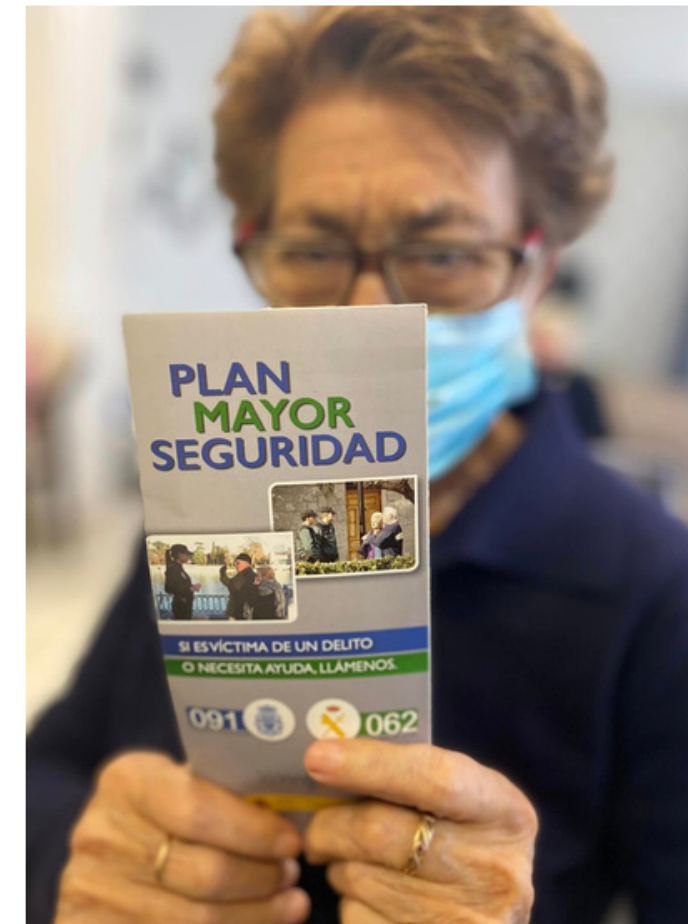
Taller de seguridade

Obxectivo:

- Aportar pautas e estratexias de intervención en casos de emerxencia e perigo.

Intervención:

Visitas de distintos corpos de seguridade onde as persoas poden participar e coñecer os primeiros auxilios e normas sociais.



Conclusión

En relación co exposto, a finalidade de Lembranzas Centros de Día é ofrecer oportunidades de mellora de calidade de vida e en consecuencia do benestar, a través de actividades terapéuticas significativas que logren suscitar interese e acordes a cada proxecto vital.

Polo tanto, é fundamental aclarar que os servicios ofrecidos por Lembranzas adáptanse de forma individualizada ás necesidades que demanda cada persoa e familiar, procurando que se cumpran os obxectivos marcados para cada un/unha, ralentizando así o deterioro derivado da idade. Neste sentido, o noso compromiso coa innovación promove a busca continua de melloras en todos os servizos ofrecidos a través das profesionais implicadas que forman o noso equipo.

"O único modo de facer un gran traballo é amar o que fas"



CENTROS DE DÍA