



Buenas Prácticas  
MODELO Y AMBIENTE

# Intercambio de Experiencias



SENIOR  
RESIDÈNCIES

Elena Badia Ribes  
Sonia Cruz Duocastella  
Residencia Senior

## Resumen

**Intercambio de experiencias, tiene como objetivo favorecer el intercambio de experiencias relacionales positivas de dos grupos de población, a través de actividades dinámicas planificadas conjuntamente entre nuestras personas usuarias y el grupo de voluntarios y voluntarias de llersis, haciéndoles protagonistas de sus realidades.**

**Se trata de una iniciativa que pretende crear lazos de unión entre los dos colectivos, superando sus individualidades y resaltando sus potencialidades complementarias, primeramente con actividades dirigidas a fomentar los lazos, mediante la emocionalidad, y en el segundo bloque, con actividades decididas por las y los participantes en el proyecto**

**FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:**  
31/08/2018

**Fecha de Última Actualización:**  
31/08/2018

**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:**  
Servicios o programas de atención e intervención

**LUGAR:**  
Residencia Senior de Bellvis

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:**  
Residentes de la residencia y un grupo de chicos/as de la Fundación llersis de Lleida, con discapacidad intelectual, de su servicio de Llar-residencia.

## Justificación

Actualmente en los servicios de atención gerontológica, en su gran mayoría, las actividades están totalmente planificadas por el equipo profesional de los centros, y en algunos casos sin tener en cuenta los intereses e inquietudes de las personas residentes. El mismo planteamiento suele ocurrir en los servicios de atención a personas con discapacidad intelectual.

Con el proyecto de Intercambio de experiencias se quiere que los principios rectores de la atención gerontológica se extiendan tanto a las personas residentes, como a las y los usuarios de la Fundación llersis. Este proyecto implica tomas decisiones de forma conjunta; fomentar la autonomía; compartir habilidades y conocimientos y experiencias, y empoderar tanto a las personas participantes para que tomen decisiones y planifiquen sus propias actividades.

## Objetivos

- Adoptar una actitud positiva hacia una creación del vínculo afectivo entre los dos grupos de población:
  - Expresar las emociones que generan las diversas situaciones actuales.
- Adquirir habilidades de transmisión de afectividad:
  - Adquirir herramientas y competencias para la creación de un ambiente favorable, facilitador del vínculo afectivo.
- Crear un espacio de intercambio para favorecer el crecimiento personal individual.
  - Fomentar la autonomía en la decisión de la planificación de sus actividades.

## Descripción, metodología y fases del proyecto

La esencia del proyecto es la de poner en contacto a dos grupos de población, la gente mayor y las personas con discapacidad intelectual; que comparten uno de los aspectos más importantes de sus vidas, el hecho de estar institucionalizados. En su normativa correspondiente, ambos servicios en sus definiciones utilizan términos limitantes; en ningún caso se habla de la autonomía como nosotros la entendemos; y en este punto se basa nuestro proyecto.

Después de ponernos en contacto con la Fundación Ilersis, establecimos que el grupo de la Fundación, vendría a nuestro centro acompañado de una monitora, y se encontrarían con nuestras y nuestros residentes acompañados por nuestra Trabajadora Social.

El proyecto se diferencia en dos partes, una en que se abordan los dos primeros objetivos planteados anteriormente; en el que se trabaja la parte más actitudinal de los dos grupos; y una segunda parte, en la que ya son los y las propias participantes quienes planifican las actividades a realizar.

### PRIMERA PARTE DEL PROYECTO

Esta primera parte del proyecto está dividida en tres bloques, en los que se trabajan diferentes aspectos de las competencias y de la creación del vínculo entre los dos grupos:

#### BLOQUE 1: Afectividad.

Ejemplo de actividades:

Titulo	Robin Hood
Descripción	En esta actividad se pretende que los grupos de residentes tomen consciencia de las propias emociones, y que interioricen maneras de expresarse afecto mutuo, y que entiendan la importancia de alcanzar un buen clima.
Objetivos	Expresar los sentimientos que generan las situaciones actuales
Desarrollo	Se entrega un globo a cada persona participantes de los grupos, donde tienen que escribir una emoción o una frase de afecto. Las personas residentes tienen que escoger un globo del grupo de Ilersis; y viceversa, y cuando todas las personas participantes hayan hecho su elección, se les entregará un dardo para que intenten pinchar el globo que han escogió; para introducir un carácter lúdico; y cuando lo consigan tendrán que expresar como responderían a esta emoción o frase. Las personas que conducen la actividad velan para que todas las participantes puedan expresarse libremente; y que sean escuchadas por las y los demás. Una vez finalizada la exposición se analizaran de forma grupal todas las aportaciones, y se reflexionara sobre la afectividad.
Destinatarios	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ilersis
Recursos	Recursos Materiales: -Fungibles: Globos -No fungibles: Papel, dardos y rotuladores  Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

<b>Título</b>	<b>Hablemos de emociones</b>
<b>Descripción</b>	En esta actividad se pretende que los grupos reflexionen sobre sus propias emociones y los sentimientos de los demás, para mejorar las relación afectiva
<b>Objetivos</b>	Identificar las emociones positivas a causa de la afectividad
<b>Desarrollo</b>	Se plantean una serie de situaciones que pasan en la vida diaria. Una vez leída la situación, se tendrán que situar en un mural, en la estado que creen que están respecto a la situación. En el mural se utilizan emoticonos de las emociones identificadas. Posteriormente se realiza una reflexión conjunta y un debate sobre cómo se han sentido y como han visto la dinámica, expresando el porqué de haber escogido su emoción.
<b>Destinatarios</b>	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ileris
<b>Recursos</b>	Recursos Materiales: -Fungibles: Papel del mural Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

## BLOQUE 2: Autonomía y límites. Situación

Ejemplo de actividades:

<b>Título</b>	<b>Creemos juntos</b>
<b>Descripción</b>	En esta actividad se tendrá que trabajar en equipo para plantar una semilla.
<b>Objetivos</b>	Concienciar que el trabajo en equipo fomenta un desarrollo positivo.
<b>Desarrollo</b>	Los dos grupos, formaran equipos mezclados, y se les proporcionara una semilla y el material necesario para su plantación. Una vez plantada la semilla se dejará en un sitio habilitado para ello, y la irán cuidando hasta que florezca. Ellos y ellas mismas establecerán un calendario para el cuidado de la planta.
<b>Destinatarios</b>	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ileris
<b>Recursos</b>	Recursos Materiales: - Papel, bolígrafos; semillas, tierra, Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

Titulo	¿Y tú qué harías?
Descripción	En esta actividad se visualizan diferentes vídeos sobre situaciones cotidianas de la vida diaria y como se resuelven
Objetivos	Marcar limites en situaciones conflictivas
Desarrollo	Las personas participantes se sientan en círculo y se proyectan tres vídeos con situaciones de la vida diaria, donde existe un conflicto, que se genera cuando una persona no respeta la libertad de la otra. Una vez vistos los vídeos, se pone en común la opinión y se plantean entre todas soluciones que sean justas y equitativas.
Destinatarios	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ilersis
Recursos	Recursos Materiales: - Sillas, ordenador, proyector, pantalla. Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

### BLOQUE 3: Resolución de conflictos

Ejemplo de actividades:

Titulo	¿Cómo resolvemos un problema?
Descripción	Se invita a pensar en una situación conflictiva, las personas implicadas y las reacciones que tuvieron. Se comparte con el grupo y se ven las diferentes visiones que se pueden plantear.
Objetivos	Definir los conflictos desde diferentes puntos de vista.
Desarrollo	La trabajadora social y la monitora dividirán el grupo en parejas mixtas (residentes y chicas y chicos de la Fundación Ilersis). Cada pareja escribe una situación de conflicto, las personas implicadas en él y como reaccionaron. Después hay una puesta en común y se realiza una reflexión sobre la mejor manera de solucionar dicho conflicto.
Destinatarios	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ilersis
Recursos	Recursos Materiales: - papel, bolígrafos, mesas, sillas. Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

Título	Puzle
Descripción	Resolver un puzle sin comunicación verbal.
Objetivos	Resolver los conflictos con eficacia. Adquirir herramientas y estrategias personales para resolver
Desarrollo	La trabajadora social repartirá tres o cuatro piezas del puzle a cada miembro del grupo. La finalidad es resolver el puzle sin comunicación verbal. Las y los miembros del grupo se pueden levantar y mirar las piezas de las otras personas, por si encajan. Finalmente se reflexiona sobre los sentimientos que se generan cuando se empieza a resolver el puzle.
Destinatarios	Residentes y las chicas y chicos de la Fundación Ilersis
Recursos	Recursos Materiales: - Mesas, puzle. Recursos Humanos: Profesionales Infraestructura: Sala de actividades de la residencia Senior

## SEGUNDA PARTE DEL PROYECTO

En esta segunda parte, una vez se han establecido vínculos relacionales; ya son nuestros residentes y los chicos y chicas de la fundación Ilersis quienes deciden qué actividades quieren realizar.

Algunas de las actividades que se han realizado a propuesta suya son:

- Carnaval
- El juego del ahorcado
- El pasa palabra
- Un bingo musical.
- Realizar una salida fuera del centro.

La estructura de las actividades a partir de este punto las marcan las personas participantes; y son ellas mismas quienes indican el calendario de ejecución.

## Temporalización

Este proyecto se inicia en el mes de febrero de 2018, como experiencia piloto. Se plantea como un proyecto anual, con un mes de vacaciones, el mes de Agosto, en el que la fundación hace sus vacaciones. En el mes de septiembre se volverá a iniciar la actividad, hasta el mes de Agosto del 2019.

Los encuentros se realizan cada miércoles desde las 17.30 hasta las 19.30 h.

## *Recursos*

**Recursos Humanos:**

Personal de la Fundación Ilersis y personal de la Residencia Senior.

**Recursos materiales:**

Los especificados en el planteamiento de las actividades.

## *Evaluación y Resultados*

La evaluación se realiza a partir de una encuesta suministrada en tres momentos diferenciados:

- Al inicio del proyecto, con los dos grupos de población,
- Al finalizar la primera parte del proyecto.
- A la finalización del primer año del proyecto.

En dichas encuestas se recogen componentes emocionales anteriores a la implantación del proyecto, en la parte del medio y al final, sobre aspectos que han cambiado de forma individual.

## *Financiación*

Los recursos para la realización de este proyecto son los propios de la residencia, ya que se realiza en horario laboral y no supone una partida presupuestaria aparte. En el caso de la Fundación Ilersis, ocurre lo mismo. Por tanto la financiación de la actividad se realiza con recursos propios.



## *Criterios destacados*

### CRITERIO DE PERTINENCIA

#### **Principio de Participación**

Esta experiencia se basa en el principio de participación, ya que lo que se busca es fomentar la implicación de las personas residentes de nuestro centro y de las y los chicos de la Fundación Ilersis, para que tomen sus propias decisiones respecto a las actividades que quieren realizar.

### CRITERIO DE TRABAJO EN RED

Se ha realizado un trabajo conjunto con entre la Residencia Senior y la Fundación Ilersis para definir el proyecto, establecer sus características así como marcar la primera parte del proyecto.

Para sucesivas ediciones se pretende conseguir la involucración de otros grupos y entidades, como la Asociación de la Gente Mayor de la localidad, que ya colabora en otros programas con el centro.

## *Enlaces y Anexos*

Enlace:

- [Web de Senior Residències](#)

Anexos:

- [Fotografías de la experiencia.](#)