



PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CAR PUERICULTORIO PEREZ ARANIBAR *			
CAR GG IGNACIA RODULFO VDA. DE CANEVARO	Lunes a sábados	09:00 a.m á 16:00 p.m	Venta de productos.- Importancia del uso del tiempo libre en el adulto mayor.- Lugar Cafetería Bazar "Gustitos"
	Lunes 30	10:00 a.m	Celebración de Cumpleaños de Residentes. - Celebración de los cumpleaños del mes de los residentes.- Fortalecer las relaciones interpersonales. - Lugar Pabellon 01.
CARG SAN VICENTE DE PAUL	27/	10.30 a.m.	Celebración de Cumpleaños Residentes. - Propiciar la Socialización, mantener adecuadas relaciones interpersonales y Elevar la autoestima de los residentes.- Lugar Comedor
CR GERONTOLOGICOS	Lunes 30 de noviembre 2015	11.30 am	Celebración cumpleaños.- Agasajar y celebrar que cumplen años en el mes.- Lugar centro "Sagrada Familia".
INSTITUTO SEVILLA	06 y 07	18:00	Obra Teatral " El Avaro " Autor Moliere.- Con la participación de las Alumnas de 1º,4º y 5º de Secundaria, dirigido a toda la Comunidad. - Lugar Teatrin
COMEDOR SANTA ROSA	26-Nov	8.00	Celebración de Cumpleaños - Promover la Integración y el Compañerismo entre los Adultos Mayores.
COMEDOR SANTA TERESITA	26 de noviembre	9:00 a.m. .	Taller de Chocolatería -CST. - Desarrollar actividades recreativas que promuevan la actividad social, mental y economica de los adultos mayores del CST.
	30 de noviembre	2:30 p.m.	Celebración de cumpleaños del personal del comedor Santa Teresita. - Fortalecer las relaciones interpersonales entre los usuarios del comedor.

* No envío su información.

CRC





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CAR PUERICULTORIO PEREZ ARANIBAR *			
CAR GG IGNACIA RODULFO VDA. DE CANEVARO	Todos los domingos	10.00 a.m.	Celebración Eucarística - Fortalecer la fe cristiana en nuestros residentes y participación grupal - Lugar Capilla
	Lunes a viernes	09.00 á 10.30 a.m.	Gimnasia Terapéutica -Programa de activación física - Actividad aeróbica para mantenimiento de la salud funcional - independiente por medio de un programa de ejercicios que combinan técnicas para optimizar la respiración, el estiramiento muscular, la concentración y relajación. - Lugar Gimnasio
	Lunes a sábados	08.00 a.m á 12.00 m	Bisutería y Manualidades - Importancia del uso del tiempo libre en el Adulto Mayor - Lugar Taller de Manualidades
	Lunes a sábados	09:00 a.m á 16:00 p.m	Venta de productos.- Importancia del uso del tiempo libre en el adulto mayor.- Lugar Cafetería Bazar "Gustitos"
	Lunes a sábados	10:00 a.m	Cultivo de plantas.- Importancia del uso del tiempo libre en el adulto mayor - Biohuerto
	Lunes a sábados	9.00am, -12.00 m	Juegos de Salón- Espacio de ocioactivo para la salud sociorecreacional y funcional del Adulto Mayor, por medio de juegos de salón, para la mejora cognitiva, activación funcional musculoesquelético social y psicológico.
	Martes y viernes	7.00-8.00 a.m.	EJERCICIOS FÍSICOS-FULBITO. - Actividad física deportiva al aire libre para el Adulto Mayor independiente, buscando mantener su capacidad física y aeróbica funcional. Optimizar los atributos de movimiento como la fuerza, coordinación, equilibrio, velocidad y favorecer su calidad de vida. -- Lugar Cancha de Fulbito.
	Lunes: 02; 09; 16; 23 y 30	10:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 05
	Lunes 02; miércoles 04 y 11	De 09:00 a.m á 13:00 p.m	Campaña RENIEC para residentes. - Brindar atención personalizada a residentes
	Martes: 03; 10; 17 y 24	09:30 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 07
		10:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 03
	Martes: 03 y 17	10:30 a.m	Taller de Autoestima.- Conocimiento de si mismo para fortalecer nuestra estima.- Pabellón 07
	Miércoles: 04; 11; 18 y 25	10:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 01.
		10:00 a.m	Módulo preventivo de Depresión.- Fortalecimiento del YO; como actividad Preventiva para evitar cuadros depresivos. - Pabellón 03
		14:00 p.m á 15:30 p.m	Taller Videoteca - Tardes de Cine.- Importancia de la ocupación del tiempo libre en el adulto mayor
		11:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 02.
	Jueves: 05 y 19	10:30 a.m	Taller de Autoestima.- Conocimiento de si mismo para fortalecer nuestra estima.- Pabellón 06
	Jueves: 05; 12; 19 y 26	09:30 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 06
	Viernes: 06; 13; 20 y 27	10:00 a.m	Taller de Autoestima.- Conocimiento de si mismo para fortalecer nuestra estima.- Pabellón 01
Viernes: 06; 13; 20 y 27	10:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón Central	





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CAR GG IGNACIA RODULFO VDA. DE CANEVARO	Viernes: 06; 13; 20 y 27	11:00 a.m	Taller de Autoestima.- Conocimiento de si mismo para fortalecer nuestra estima.- Pabellón 02
	Sábado: 07; 14; 21 y 28	10:00 a.m	Estimulación cognitiva.- Mantenimiento de funciones cognitivas.- Pabellón 04
	Semana del 09 al 13	Del 09:00 a.m á 12:00 m.	Producción de Manualidades y Chocolatería artesanal - Navidad 2015.- Importancia de la ocupación del tiempo libre en el adulto mayor
	Martes 10 y 24	10:30 a.m	Taller de relaciones interpersonales.- Sentirse bien consigo mismo y convivir en armonía con los demás.- Pabellón 07
	Jueves: 12 y 26.	10:30 a.m	Taller de relaciones interpersonales.- Fortalecimiento de técnicas para una mejor convivencia.- Pabellón 06
		09:30 a.m	Psicomotricidad. - Actividad psicomotriz y relajación.- Pabellón 01 y 02
	Viernes: 20 y sábado 21	De 09:00 a.m á 15:00 p.m	Día de Guapos IV Campaña. - Importancia del cuidado y arreglo personal. - Patio Central
	Martes 03	10:00 a.m	Charla: Estilos de vida saludables - Tópico 4C. - Incentivar a los residentes en el cuidado diario para tener una vida saludable.
		De 15:00 á 17:00 p.m	Charla: Autocuidado del Sistema Endocrino. - Orientar a los residentes sobre el autocuidado de su sistema endocrino
	Sábado 07	09:30 a.m	GIMKANA. - Actividad física recreativa al aire libre para el Adulto Mayor Independiente, buscando mantener su capacidad física y aeróbica funcional, para favorecer su calidad de vida.- Patio Central
		10:00 a.m	Charla: Síndrome geriátrico; inestabilidad y presencia de caídas.- Informar a los residentes en la importancia del cuidado al caminar para prevenir caídas.
	Lunes 09	12:00 m	Campaña "Abrazos gratis".- Brindar calidez y afecto para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y autoestima.
	Martes 10	10:00 a.m	Charla: Actividades físicas, aeróbicos y pupiletras.- Motivar a los residentes en la participación de ejercicios diarios e incentivar en la elaboración de Pupiletras, para mantener su memoria activa.
		De 15:00 á 17:00 p.m	Charla: Autocuidado del Sistema Osteoarticular.- Orientar a los residentes sobre el autocuidado de su sistema osteoarticular
	Sábado 14	10:00 a.m	KARAOKE.- Espacio de ocioactivo para la salud sociorecreacional y funcional del Adulto Mayor, por medio de juegos de salón, para la mejora cognitiva, activación funcional musculoesqueletico, social y psicologico.
		10:30 a.m	Charla: Síndrome de incontinencia urinaria y úlcera por presión.- Informar a la población residente sobre la importancia del control para la previsión de úlceras.
Martes 17	10:00 a.m	ORIGAMI.- Incentivar a los residentes a participar en sesiones de creatividad y beneficios de su salud.- Pabellón 10 y 04.	
	10:00 a.m	Taller Chocolatería Navideña. - Importancia de la ocupación del tiempo libre en el adulto mayor.	
	De 15:00 á 17:00 p.m	Charla: Autocuidado del Riñón y Vías Urinarias. - Orientar a los residentes sobre el autocuidado del riñón y vías urinarias	
Miércoles 18	10:00 a.m	Concurso Taller "Ejercitando nuestras capacidades". - Mantenimiento de funciones cognitivas (Atención, concentración y memoria).	





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CAR GG IGNACIA RODULFO VDA. DE CANEVARO	Viernes 20	10:00 a.m	Reunión con residentes.- Diversos temas en beneficio y de cumplimiento de los residentes.
	Sábado 21	09:30 a.m	Juegos recreativos "Bingo". - Crear motivación a la actividad física, al movimiento, favoreciendo al cuidado cardio respiratorio y músculo esquelético. También la interacción entre personas adultas mayores, así como la socialización.
		10:00 a.m	Depresión en el Adulto Mayor.- Informar a los residentes sobre la importancia de la recreación.- Tópico 04
	Martes 24	10:00 a.m	TAI CHI Y CLAUSURA.. - Arte marcial oriental basado en movimiento lentos y fluidos, buscando una interacción holística con actividades física espirituales, con objetivos preventivos en el mantenimiento general de la salud, sistema circulatorio, inmunitario, percepción del dolor, equilibrio, control corporal, movilidad y fuerza.- Lugar Tópico 04
		De 15:00 á 17:00 p.m	Charla: Autocuidado de la piel y anexos.- Orientar a los residentes sobre el autocuidado de la piel y anexos.
	Miércoles 25	10:00 a.m	Concurso Taller "Ejercitando nuestras capacidades".- Mantenimiento de funciones cognitivas (Atención, concentración y memoria).
	Jueves 26	10:30 a.m	Charlas de Podología.- Información a los residentes independientes sobre las características típicas de las patologías comunes y su abordaje fisioterapéutico.
	Sábado 28	09:30 a.m	Fiesta de remotivación. - Actividad social que favorece a la distracción, la alegría, el buen ánimo y el buen compartir, como alternativa para la mejora de la salud física y emocional por medio del baile y el compartir fraterno.
		10:00 a.m	Paseo de confraternidad - Personal Taller Gustitos.- Fortalecer las relaciones interpersonales de los residentes.
		10:00 a.m	Paraliturgia en honor a San Judas Tadeo.- Fortalecer la Fe cristiana en los residentes.
		10:00 a.m	Cuidados paliativos.- Informar a los residentes sobre la importancia del cuidado personal.
		12:00 m	Campaña "Abrazos gratis".- Brindar calidez y afecto para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y autoestima.
	Lunes 30	10:00 a.m	Celebración de Cumpleaños de Residentes. - Celebración de los cumpleaños del mes de los residentes.- Fortalecer las relaciones interpersonales. - Lugar Pabellon 01.
CARG SAN VICENTE DE PAUL	02/	10.30a.m.	Caminata.- Que los Adultos mayores y el personal eleven sus oraciones por los residentes fallecidos.- Cementerio Presbitero Maestro
	03/10/16/23	10.30 a.m.	Dinámicas Grupales. - Mantener adecuadas relaciones interpersonales.- Servicio Psicología.- Lugar Comedor
	04/21/	10.00 a.m.	Gimkana. - Preservar el estado de salud física, mental y social de los residentes.
	05/13/20/25	10.00a.m.	Taller de Mantenimiento de Funciones Cognitivas.- Mantener adecuadas relaciones interpersonales, preservar el estado de salud mental.- Lugar Comedor
	06/17/26/	10.00 a.m.	Ludoterapia. - Mejorar la atención, memoria, concentración y coordinación motora fina. Lugar Comedor
	07/	10.00 a.m.	Proyección de Video. - Mantener adecuadas relaciones interpersonales entre residentes/Ejercitar la memoria





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CARG SAN VICENTE DE PAUL	09/19/	10.00 a.m.	Actividad de Tiempo Libre.- Mejorar la capacidad cardio respiratoria, mejorar sistema muscular, mejorar la funcionalidad - movilidad y mejora de auto estima.
	11/	10.00 a.m.	Bingo. - Mantener la función viso motora, atención, concentración y adecuadas relaciones interpersonales.
	12/	10.00 a.m.	Capacitación a trabajadores:Cuidado Humanizado al Adulto Mayor.- Mantener actualizados e informados a los trabajadores en temas Geronto Geriátricos.
	14/24/	10:00 a.m.	Geronto Gimnasia.- Preservar el estado de salud física, mental y social de la PAM frágil.
	18/	10.00 a.m.	Capacitación a residentes:Aporte de grasas.- Mantener actualizados e informados a los residentes en temas Geronto Geriátricos.- Lugar Auditorio
	27/	10.30 a.m.	Celebración de Cumpleaños Residentes. - Propiciar la Socialización, mantener adecuadas relaciones interpersonales y Elevar la autoestima de los residentes.- Lugar Comedor
	28/	10.30 a.m.	Atención de Grupos Voluntarios. - Recibir a Grupos Visitantes que visitan el Centro, ofreciendo presentes a los residentes
	30/	10:00 a.m.	1ra Semana Adviento. - Preparar a los cristianos en la espera del Nacimiento de Jesús en nuestros corazones.
	Todos los días	Durante el día	Taller de biohuerto y cuidado de áreas verdes del CARGSVP. - Preservar el estado de salud física, mental y social. Elevar la autoestima de los residentes sintiéndose útiles.
	Todos los días	Durante el día	Taller de Apoyo en tareas culinarias. - Preservar el estado de salud física, mental y social. Elevar la autoestima del residente sintiéndose útil.
CR GERONTOLOGICOS	Viernes, 06 de noviembre 2015	09.00 am	Actividad -BINGO.- Preservar la funcionalidad mental y la socialización.- Lugar CRG "Sagrada Familia"
	viernes, 06, 13, 20, 27 de noviembre	09.00 pm y 02.30 pm	Actividad Gerontologica con los alumnos de la Universidad "Alas Peruanas".- realización de actividades físicas y mentales en beneficio del adulto mayor.- Lugar CRG "Sagrada Familia"
	Lunes 02, 09, 16, 23 y 30 de Noviembre	09.00 am	Sesión de TAICHI.- Preservar la salud física y mental a través de la práctica del taichi.- Lugar CRG "Sagrada Familia"
	Sabado 07 de noviembre	09.30 am	Visita del Colegio de Jesús.- Encuentro intergeneracional entre alumnos, profesores y residentes. - Lugar centro "Sagrada Familia".
	miércoles 11 de noviembre	9.30 am	Visita del Colegio SACANTAY.- Encuentro intergeneracional entre alumnos, profesores y residentes. - Lugar centro "Sagrada Familia".
	miércoles 04, 11, 18 y 25	10.00 am	Actividad -ejercicios físicos. - Ejercitar la funcionalidad física y psicomotora con ejercicios leves y de concentración. - Lugar centro "Sagrada Familia"
	miércoles 18 de noviembre 2015	09.30 am	Reunion con residentes y equipo multidisciplinario.- Dialogar con los residentes de cada Centro para informar e intercambiar ideas en relación a temas institucionales. - Lugar CRG. "Maria Castaño"
	jueves 05, 12, 19, 26	2.30pm	Actividad Alumnos de la Universidad Federico Villarreal. - Encuentro intergeneracional entre alumnos y residentes. - Lugar CRG "Sagrada Familia"





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
CR GERONTOLOGICOS	Jueves 12 de noviembre	9.30 am	Visita del Colegio SACANTAY.- Encuentro intergeneracional entre alumnos, profesores y residentes. - Lugar centro "Sagrada Familia".
	miercoles 25 de noviembre 2015	09.30 am	Reunion con residentes y equipo multidisciplinario.- Dialogar con los residentes de cada Centro para informar e intercambiar ideas en relación a temas institucionales. - Lugar CRG. "Sagrada Familia"
	Lunes 30 de noviembre 2015	11.30 am	Celebración cumpleaños.- Agasajar y celebrar que cumplen años en el mes.- Lugar centro "Sagrada Familia".
INSTITUTO SEVILLA	13, 20 y 27	5:00 A 6:30	Escuela de Padres. - Orientar a los Padres de Familia de 1º a 5º de Secundaria Tema "Hijos Triunfadores" y Buen uso de Energía Electrica y del Internet dirigido por el Grupo Renovación Familiar y estudiantes de la Universidad César Vallejo. - Lugar Auditorio
	06 y 07	18:00	Obra Teatral " El Avaro " Autor Molier.- Con la participación de las Alumnas de 1º,4º y 5º de Secundaria, dirigido a toda la Comunidad. - Lugar Teatrin
	11	08:00 A 12:00	Evaluación Censal 2º Grado de Primaria.- La aplicación de está evaluación lo realiza el Ministerio de Educación para el área de Comunicación Integral.
	12	08:00 A 12:00	Evaluación Censal 2º Grado de Primaria. - La aplicación de está evaluación lo realiza el Ministerio de Educación para el área de Matemática.
	23	08:00 A 12:00	Evaluación Censal 4º Grado de Primaria. - La aplicación de está evaluación lo realiza el Ministerio de Educación para el área de Comunicación Integral.
	24	08:00 A 12:00	Evaluación Censal 4º Grado de Primaria. - La aplicación de está evaluación lo realiza el Ministerio de Educación para el área de Matemática.
	20	1:30 A 3:30	Reunión Técnico Pedagógica-Primaria y Secundaria (sin asistencia de alumnas). - Se reúne el personal directivo de la institución con los docentes del niveles de primaria y secundaria, a fin de evaluar los aspectos técnico pedagógicos que se vienen desarrollando al estar próximos al cierre del año escolar.
COMEDOR SANTA ROSA	03,05,10,12, 17,19,24 y 26	8.00	Club del Adulto Mayor: Taller de Tai Chi,Taller de Memoria,Taller Juego de Campo,Taller Juego de Salon - Promover Estilos de Vida Saludables y el Autocuidado en el Adulto Mayor.
	05 Nov.	11.00	Sesión Educativa "Dinamica Familiar".- Desarrollar habilidades para la buena comunicación y relaciones saludables
	10 Nov.	11.:00	Sesión Educativa "Autoestima en el Adulto Mayor".- Promover comportamientos adecuados, respeto y cultura de paz.- C.S San Sebastián Area de Psicología
	11 Nov.	8.00	Campaña de Salud. Descarte de Presión Arterial, Glucosa y Anemia.- Promoción de la Salud en el Adulto Mayor.- C.S.San Sebastián
	11 y 25	1.00	Taller de Manualidades-Bijuteria. - Capacitación y Autogestionamiento en la elaboración de Manualidades en Perlería
	03 y 17	12.30a.m.	Corte de Cabello - Promover la buena presentacion y arreglo personal de la poblacion usuaria. - Servicio Social.-CEPTRO. Nstra. Sra. De Monserrat





PRINCIPALES ACTIVIDADES DE LOS CENTROS ASISTENCIALES

MES: NOVIEMBRE 2015

CENTRO ASISTENCIAL	DIA	HORA	ACTIVIDAD
COMEDOR SANTA ROSA	12 . Nov.	11.00	Sesión Educativa "Autocuidado del Sueño en las Personas Adultas Mayores".- Dar a conocer la importancia del Autocuidado y control del sueño en el Adulto Mayor
	13.Nov.	11:00 a.m.	Taller "Derechos Del Adulto Mayor".- Reconocimiento a los Adultos Mayores y sus derechos fundamentales que le asisten. - Administracion, Servicio Social y MML.
	20 - Nov.	11.00 a.m.	Sesion Educativa : Alimentación Saludable .- Realzar la importancia de una buena alimentación. Valores Nutricionales de los alimentos.- C. S. San Sebastian.
	24-Nov.	12.00 m.	Campaña de Salud .- Prevención de la Salud y Despistaje de TBC
	27 -Nov.	11.3	Oración de Adviento - 1ra. Semana. - Preparación Espiritual para El Nacimiento de Jesús
	26-Nov	8.00	Celebración de Cumpleaños - Promover la Integración y el Compañerismo entre los Adultos Mayores.
COMEDOR SANTA TERESITA	03 de noviembre	10:00 a.m.	Visita a la sala infantil de la Biblioteca Nacional .- sensibilizar a los usuarios infantes sobre la importancia de la lectura.
	05 de noviembre	11:00 a.m.	Charla espiritual - ESPERANZA URBANA.- Promover la paz consigo mismo de los adultos mayores a traves de la fe.
	11 de noviembre	1:00 p.m.	Campaña de corte de cabello -CETPRO MERCEDARIAS.- Contribuir con el cuidado personal y aseos del adulto mayor.
	12 de noviembre	9:00 a.m. .	Taller de Chocolatería -CST.- Desarrollar actividades recreativas que promuevan la actividad social, mental y economica de los adultos mayores del CST.
	19 de noviembre	11:00 a.m.	Charla espiritual - ESPERANZA URBANA.- Promover la paz consigo mismo de los adultos mayores a traves de la fe.
	20 de noviembre	11:00 a.m.	Charla sobre el buen trato- MML.- Sensibilizar a los usuarios del CST sobre el buen trato entre los comensales.
	23 de noviembre	11:00 a.m.	Campaña de salud: Cuidado del Adulto Mayor - Universidad Alas Peruanas.- Contribuir al cuidado de la salud y la prevención de enfermedades del adulto mayor.
	25 de noviembre	11:00 a.m.	Campaña informativa contra la violencia - CESVI.- Visibilizar la violencia hacia las mujeres que se da en familias.
	26 de noviembre	9:00 a.m. .	Taller de Chocolatería -CST.- Desarrollar actividades recreativas que promuevan la actividad social, mental y economica de los adultos mayores del CST.
	30 de noviembre	2:30 p.m.	Celebración de cumpleaños del personal del comedor Santa Teresita. - Fortalecer las relaciones interpersonales entre los usuarios del comedor.

CRC

 : ACTIVIDAD PRINCIPAL

