

Residencia Ozanam Santa Teresa

En las residencias de la Fundación Federico Ozanam trabajamos con un modelo de atención centrado en la persona. Esto implica respetar las preferencias, ritmos y decisiones de cada residente, favoreciendo que mantengan sus hábitos cotidianos y su propio estilo de vida.

Por ello, los horarios que se muestran a continuación no deben entenderse como un esquema cerrado, sino como una referencia general del funcionamiento diario de cada centro.

La organización de comidas, actividades, cuidados y espacios comunes se adapta a las necesidades y deseos de quienes viven con nosotros, priorizando siempre su bienestar, su autonomía y su participación en la vida del centro.

Nuestro objetivo es ofrecer un entorno seguro, flexible y cercano, en el que cada persona pueda sentirse en casa y disponer del acompañamiento profesional que necesite.



FUNDACIÓN FEDERICO
OZANAM

08:00-10:15

1

- Inicio de la mañana: despertarse y levantarse.
- Tiempo para el aseo, cuidado, autocuidado y chequeos analíticos.
- Disfrutamos de un desayuno equilibrado y variado.

- Actividades físicas, cognitivas y de estimulación para mantener y mejorar nuestro bienestar y seguir siendo lo más independientes posible en nuestro día a día (comer, vestirse, asearse, usar el teléfono, etc.)
- Podrás participar en actividades individuales y grupales, juegos para ejercitar la mente, cine-fórum, o propuestas más sociales y naturales como la jardinería terapéutica y social.
- Atención espiritual, si lo deseas, en nuestra capilla.
- Tareas cotidianas, donde puedes colaborar ordenando espacios, ayudando en pequeñas tareas del día o cuidando el entorno común.

2

10:15-13:15

13:15-16:30

3

- Nos preparamos para comer. Las personas que viven en el centro pueden colaborar en poner y quitar la mesa.
- Disfrutamos de un menú casero, equilibrado y variado.
- Tiempo de reposo para descansar en las zonas comunes o en la habitación.

- Merienda y tiempo para recibir visitas de familiares y amistades
- Actividades con voluntariado, donde podrás disfrutar de compañía, juegos y momentos de apoyo y buen ambiente.
- Servicio de peluquería, disponible según la programación semanal, para sentirse cuidado y a gusto.
- Actividades en grupo, como el coro, el cine, los talleres de lectura y otras propuestas para pasarlo bien y compartir tiempo con los demás.
- Visitas de familiares y amistades, en espacios preparados para que os sintáis cómodos y podáis disfrutar de un rato tranquilo juntos.

4

16:30-20:00

20:00-21:30

5

- Nos preparamos para cenar. Las personas que viven en el centro pueden colaborar en poner y quitar la mesa.
- Disfrutamos de una cena casera, equilibrada y variada.

- Tras la cena, tiempo libre en las zonas comunes o en la habitación para leer, charlar, escuchar la radio o ver la televisión.
- Preparación para dormir y rutinas de higiene nocturna.

6

NOCHE