

Activitats per a persones amb deteriorament cognitiu

DR_004 / 1a edició / 15_09_2011



L'objectiu d'aquest document és el de donar a conèixer, i fer més entenedores, la majoria de les activitats que es poden trobar en el Pla Interdisciplinari d'Atenció Individualitzada i Personalitzat(PIAIP) de les persones ateses en el servei.

RESIÈNCIA

Av. Abat Marcet, 78 · 08225 Terrassa

Tel.937 364 949
info@llarterrassa.cat

Residència
Fundació Torres Falguera

Activitats Ocupacionals, Activitat Física

Activitats ocupacionals Personal gerocultor , coordinació d'educació social.

Són totes aquelles activitats que realitza la persona al centre de manera no dirigida.

Algunes de les activitats que es fan són: dòmino, cartes, separació d'objectes en formes i/o colors, puzles, pintura, càlcul, cal·ligrafia, tasques domèstiques, etc.

Es treballa: l'atenció, la concentració, seguir unes pautes i consignes específiques, la memòria, ocupar el temps lliure, praxies, les relacions amb la resta de persones, el sentiment de ser útils i necessaris.

Activitat Física Fisioteràpia.

Es treballa la condició física alternant exercicis aeròbics, de mobilitat articular, força muscular, elasticitat, coordinació i esquema corporal adaptats al perfil dels participants. L'objectiu és mantenir i potenciar aquestes capacitats físiques i promocionar així un envelliment saludable des de la prevenció.

Aspectes a destacar

- Algunes de les activitats lúdiques del centre estan dinamitzades per voluntaris, les educadores socials les coordinen oferint suport, orientacions i seguiment.
- Les activitats especificades s'adapten segons el perfil grupal. Algunes es poden aplicar a tots els grups del centre, d'altres només són aplicables a un perfil en concret.
- Algunes de les activitats especificades anteriorment estan dirigides a grups reduïts segons les capacitats que es vulguin treballar. Serà el responsable de l'activitat qui decidirà quines persones poden participar.
- Degut al volum d'activitats extraordinàries del centre, ocasionalment les activitats setmanals es poden veure anul·lades. En els mesos d'estiu les activitats es redueixen, per vacances dels monitors i voluntaris.

Teràpia Multisensorial, Altres.

Teràpia Multisensorial Psicologia

S'utilitzen tècniques on es treballa la capacitat de connexió amb l'entorn i les persones, a través de l'estimulació de les cinc entrades sensorials (vista, oïda, tacte, olfacte i gust). És una activitat adreçada a persones en fases molt avançades del deteriorament cognitiu, GDS : 6 i 7.

S'utilitzen materials com: llums, sorres i pedres de colors, papers de diferents colors i textures, coixins, cotons, boles de polièxpan, boles de goma, pelutxos, ampolles d'olors, ampolla de bombolles de sabó, cremes hidratants, música enregistrada, etc.

Altres activitats a destacar: Activitats intergeneracionals, Conferències, Exposicions, Actuacions, Festes, Misses, etc.

Conèixer la música/Audicions musicals, Cafè Tertúlia.

Coneixer la música/ Audicions musicals Voluntaris, coordinació d'educació social.

Activitats basades en dinàmiques musicals de caràcter lúdic, orientada a aquelles persones, amb o sense deteriorament cognitiu, les quals tinguin un interès especial per la música i se sentin estimulades a l'escoltar i poder ballar aquelles cançons que sempre els hi ha agradat i tants records els hi porten.

Cafè tertúlia Educació social

Consisteix en llegir endevinalles, refranys... Aquesta activitat, però, està adreçada a les persones que no participarien de manera autònoma en una tertúlia.

Es potencien en especial: la comunicació i les relacions interpersonals. Així doncs, el cafè tertúlia és una proposta per afavorir la comunicació interpersonal i facilitar les relacions personals.

Grup de Conversa

Grup de conversa Educació social.

Està format per un nombre reduït de persones, amb el màxim de trets similars – factors personals, culturals, de capacitats, d’origen o d’idioma – per tal d’assolir cert nivell de cohesió que permeti al grup treballar educativament.

S’estimula la memòria remota, amb la finalitat de fer reviure la capacitat emotiva. El recordar els fets i la història de vida, permet treballar amb els diferents graus de significació dels membres del grup.

És important el treball en equip, el respecte al torn de paraula, etc.

Taller de Mandales, Teràpia Cognitiva

Taller de Mandales Monitora de mandales i coordinació d’educació social.

Activitat dirigida a les persones que manifestin inquietuds, interessos artístics i interès per conèixer una nova manera d’expressió mitjançant l’art teràpia.

Els mandales o diagrames de coneixement han estat utilitzats en totes les cultures tradicionals amb fins mnemotècnics, didàctics, com instrument per la organització del pensament i l’autoconeixement, l’estímul de la creativitat, etc.

Les sessions són d’una hora un cop per setmana, s’estructuraran en: exercicis de relaxació amb música ambiental de fons, observació i pintura del mandala segons les emocions del moment

Teràpia Cognitiva Psicologia

Són un conjunt de tècniques neuropsicològiques amb un objectiu rehabilitador o d’estimulació de les diferents funcions cognitives alterades a causa d’un deteriorament cognitiu o d’una demència. Aquesta activitat es dirigeix a persones amb GDS: 3, 4 i 5. Els materials utilitzats són dossiers i materials d’estimulació cognitiva ja existents en el mercat i creació pròpia de materials i exercicis específics.

Psicomotricitat, Quinto

Psicomotricitat Teràpia ocupacional

L'objectiu general és el de prevenir i/o alentir el deteriorament cognitiu associat a l'edat (a l'envelliment), mantenint, per tant el màxim grau d'independència funcional de la persona en aquesta etapa vital. Les sessions s'estructuren per tal de fomentar tant l'activitat perceptual i motora com la capacitat relacional de la persona.

Així doncs, prevenim i/o disminuïm tant els hàbits motrius incorrectes, el deteriorament cognitiu, conceptual i perceptiu. Així com, es treballen els trastorns emocionals i afectius derivats de la pèrdua d'autoestima.

Quinto Voluntaris i coordinació d'educació social.

Activitat lúdica. Cada participant disposa d'un cartró amb números i de llegums per anar tapant els números indicats.

El clima ha de ser de silenci i els números s'aniran anunciant per megafonia a un ritme mig, en català i castellà.

La partida finalitza quan la primera persona fa quinto (tots els números tapats). En una sessió es fan tantes partides com doni temps en una hora.

Hort, Jocs Esportius

Hort amb Fupar/ Taller d'hort Monitors i coordinació d'educació social.

Cultiu i manteniment d'un hort urbà amb un grup petit format per persones de la residència i persones amb discapacitat intel·lectual procedent d'un centre ocupacional (Fupar). Es realitza selecció de participants segons la seva història de vida.

Jocs esportius. Educació social, voluntaris .

Activitat lúdica relacionada amb els esports, de manera adaptada.

Consisteix en jocs per entrenar la punteria, l'atenció, la coordinació, la velocitat,...ocasionalment es combinen amb exercicis de memòria. Exemple: bitlles, bàsquet, etc.

Musicoteràpia, Passeig

Musicoteràpia Monitora de musicoteràpia i educació social.

És coneguda com la teràpia basada en la producció i audició de música escollida per les seves ressonàncies afectives i les possibilitats que ofereix a la persona d'expressar-se en l'àmbit individual i en el grup i reaccionar, alhora, segons la seva sensibilitat.

El musicoterapeuta a d'adaptar-se a les situacions que li sorgeixin per a poder iniciar i submergir a la persona en l'univers del so, de fenòmens auditius i rítmics, amb l'objectiu d'aconseguir desenvolupar en ell una consciència auditiva i musical.

Passeig Voluntaris, coordinació d'educació social.

L'entorn que ofereix la residència pot esdevenir molt estimulant per a les persones que habitualment no surten.

Amb el suport d'alguns professionals i voluntaris, les persones poden gaudir dels espais com: els jardins, els porxos, la capella, etc.

L'activitat està orientada a persones amb demències moderades i avançades amb dificultats per connectar - se amb l'entorn comunitari i els exteriors del centre.

Praxis, Psicomestimulació

Praxies Teràpia ocupacional

L'objectiu general és el de mantenir el grau de capacitats funcionals que la persona amb deteriorament físic i/o funcional presenta en una valoració inicial. En aquestes sessions es treballa amb material específic de teràpia ocupacional i encara que són sessions grupals, els participants treballen en activitats individualitzades i adaptades segons els dèficits detectats.

Psicoestimulació Psicologia o educació social

Incideixen sobre les següents capacitats: d'orientació a la persona, memòria, orientació tempspaial, llenguatge, percepció tàctil, auditiva, visual, atenció, concentració i raonament abstracte. Activitat orientada a persones amb demències lleus - moderades.

El professional fixarà els materials pertinents per a treballar amb cada persona cadascuna de les capacitats sobre les que es valori que cal incidir.