



FEDERACIÓ VALENCIANA D'ASSOCIACIONS DE
FAMILIARS DE PERSONES AMB
ALZHEIMER

TALLERS NOVEDOSOS

A les AFAS que pertanyen a FEVAFA

Document elaborat per les comissions de Treball de F.E.V.A.F.A, compostes per:

CT1	
COMPOSICIÓ	PROFESIONALES
AFA Castellón	Karina Rico (Directora Técnica)
AFA Requena	Trini Peris Cantos (Treballadora Social)
AFA Camp de Morvedre	Carmen Pitarch (Psicòloga) y Josep Ramón Aparici (Treb.Social)
CT2	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Benifaió	Gema Soria Urios (Neuropsicòloga) / Paz Grau Arcís (Neuropsicòloga)
AFA Guadassuar	Carol Gutiérrez Ferris (Psicòloga)
CT3	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Albaida	Montse Vidal Barrachina (Treballadora social)
AFA Bocairent	Mª Carmen Penadés Reig (Treballadora Social)/ Mª Teresa Insa Moya (Psicòloga)
AFA Cocentaina	Àngela Lucas Palaci (Treballadora social)
AFA Muro	Sussan Mollá Mira (Psicòloga)/ Mila Vilapalana Reig (Treballadora social)
AFA Canals	Begonya Faura (Secretaria JD)
AFA Ontinyent	Teresa Galiana Mora (Treballadora social)/ Mª José Pascual Beneyto (Psicòloga)
CT4	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Alcoy	Eva Beatriz Seguí Arévalo (Treb.Social)/Paula Gisbert Tecles (Treb.Social)/Encarnació Martínez Urios (Psicòloga)
AFA Banyeres de Mariola	Mª Nieves García Ferre (Treb.Social)
AFA Castalla	Celia Rodríguez (Psicòloga) y Natalia Tortosa (Treb. Social)
AFA Ibi	Laura González R-Manzanque (Treb.soc)/Beatriz Martínez García (Psicòloga)

CT5	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Elda	Cristina Gombao (Psicòloga)/ Ana (Treballadora social)
AFA Villena	Mª Isabel Pérez Ferriz (Treballadora social)/ Àngeles Ferrandiz López (Psicòloga y Neuropsicòloga)
AFA Marina Baixa	Beatriz Albaladejo Chevillard (Psicòloga)/ Susy Miralles Sánchez (Treballadora social)
AFA Novelda	Hector Díaz Ramón (Psicòloga)/ MªCarmen Martínez Escolano (Treballadora social)
CT6	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Bigastro	Maria José Moreno López (Fisioterapeuta)
AFA Elche	Carmen Alonso Martínez (Psicòloga) / Alba Vázquez Sagasta (Fisioterapeuta)
AFA Orihuela	Esther Riquelme Abad (Psicòloga)
AFA Torrevieja	Lidia Navarro Grau (Fisioterapeuta)
CT7	
COMPOSICIÓ	PROFESSIONALS
AFA Teulada	Aurora García (T.Social) / Carmen Mudarra (Psicòloga)
AFA La Safor	Maite Genís Carchano (Psicòloga)

Les comissions de Treball han sigut coordinades per Rosana Garrido Navarro de la Secretaria Tècnica de FEVAF.

ÍNDIX DE CONTINGUT

1. TERÀPIA DE REHABILITACIÓ COGNITIVA.....	4-11
2. TERÀPIA DE RECICLATGE.....	12-16
3. TALLER DE PREMSA.....	17-19
4. EIXIDES CULTURALS	20-21
5. TERÀPIA SOCIAL.....	22-26
6. TALLER DE CUINA.....	27-30
7. TALLER MURAL	31-35
8. LUDOTERÀPIA.....	36-41
9. DEBAT I CONVERSACIÓ	42-45
10. ACTIVITATS MÈTODE MONTESSORI	46-48
11. TALLER CANT I RELAXACIÓ	49-51
12. LABORTERÀPIA	52-55
13. NOVES TECNOLOGIES	56-58
14. RELACIONS AMB L'ENTORN	59-61
15. TALLER CINC SENTITS	62-67
16. TALLER HORTICULTURA I JARDINERIA	68-72
17. TALLER RISOTERÀPIA	73-78
18. L'HORT URBANÀ.....	79-84
19. CINEFORUM	85-88
20. ESTÈTICA	89-90
21. MUSICOTERÀPIA.....	91-98
22. PASAPARAULA	99-101
23. ESTIMULACIÓ AMB MANIQUÍ	102-105
24. TÈCNICA "PIP"	106-109
25. NAIPES GRANS	110-113
26. GALA O FESTIVAL FI DE CURS	114-117
27. HIDROTERÀPIA	118-135
28. TALLER D'INFORMÀTICA	136-139
29. TALLER DE TEATRE-REMINISCÈNCIA.....	140-146
30. TALLER INTERGENERACIONAL.....	147-151
31. TERÀPIA AMB ANIMALS.....	152-157
32. TALLER DE LECTURA.....	158-161
33. HUI EM SENT BÉ	162-165
34. TALLER DE PINTURA.....	166-169
35. TALLER ACTIVITATS RELIGIOSES	170-173
36. TALLER D'EXPRESSIÓ CORPORAL.....	174-193

Tots els tallers estan compostos de:

- NOM
- DESCRIPCIÓ
- JUSTIFICACIÓ
- ÀREA DE TREBALL
- OBJECTIUS
 - ✓ GENERAL
 - ✓ ESPECÍFICS
- METODOLOGIA
 - ✓ ACTIVITATS QUE HO COMPONEN
 - ✓ DURACIÓ
 - ✓ PERIODICITAT DE REALITZACIÓ (SETMANAL, DIARI, ETC)
 - ✓ ON ES REALITZA
 - ✓ COM ES REALITZA
- RECURSOS:
 - ✓ PROFESSIONALS
 - ✓ MATERIALS
 - ✓ ECONÒMICS
 - FITXES DE TREBALL
- DIFICULTATS
- AVALUACIÓ
- PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI
- FOTOS
- ADAPTACIÓ PER NIVELLS
- REGISTRES

1. TERÀPIA REHABILITACIÓ COGNITIVA

DESCRIPCIÓ

El taller d'Activitats de Rehabilitació/Estimulació Cognitiva està basat en l'estimulació de les funcions cognitives superiors de les persones amb demència en fase lleu-moderada.

ÀREA DE TREBALL

El taller de rehabilitació/estimulació cognitiva treballa amb les funcions cognitives superiors: l'atenció, la memòria, la percepció tant visual com auditiva, el raonament abstracte, el càlcul o el llenguatge tant verbal com escrit, així com l'expressió artística a través de la pintura o la psicomotricitat tant fina com grossa a través de la musicoteràpia.

OBJECTIUS

-Objectiu general:

- L'objectiu general del taller d'activitats de rehabilitació cognitiva és el de mantindre les capacitats preservades a nivell cognitiu.

-Objectius específics:

- Mantindre les coordenades temporo-espacials i personals.
- Mantindre les funcions mentals superiors (memòria, atenció, praxias, gnosias i percepció auditiva, llenguatge verbal i escrit, raonament abstracte, càlcul, així com les funcions executives) en el nivell actual d'exercici.
- Millorar la qualitat de vida de l'usuari.
- Recuperar la memòria a llarg termini a través de la pròpia autobiografia o episodis històrics anteriors comuns.
- Estimular les activitats significatives per a l'usuari, en les fases avançades de la malaltia.

METODOLOGIA

-Activitats que ho componen:

- Valoració Neuropsicològica de cada usuari. Establir una valoració ideogràfica de l'usuari en qüestió, amb la intenció d'arreglar totes les capacitats preservades i d'esta manera poder paular activitats d'estimulació cognitiva adequades per a este.
- Activitats d'estimulació cognitiva:
 - Teràpia d'Orientació a la Realitat, per a mantindre les coordenadestemporo-espacials i personals.
 - Teràpia Cognitiva: activitat de manteniment de les funcions mentals superiors (memòria, atenció, praxies, gnosies) en activitats programades de llapis i paper.

- Teràpia cognitiva per ordinador amb Programa Grador.
- Reminiscència, recuperació de la memòria a llarg termini a través de la pròpia autobiografia o episodis històrics comuns.

Temes Generals:

- ✓ La matança.
- ✓ Publicitat Antiga.
- ✓ Com eren les cases abans.
- ✓ La Magdalena.
- ✓ Personatges famosos i d'interés.
- ✓ Llocs de Castelló.
- ✓ Geografia Espanyola.
- ✓ Estacions de l'Any.
- ✓ Remeis Casolans.

Festes Tradicionals:

- ✓ Setmana Santa.
- ✓ El Nadal.
- ✓ Sant Antoni.
- ✓ Magdalena.

La Boda:

- ✓ Preparatiu.
- ✓ Celebració.
- ✓ Banquet.
- ✓ Lluna de Mel.

Història de Vida:

- ✓ Llibre de la Vida.
- ✓ Fotografies.
- ✓ Arbre Genealògic.

Oficis:

- ✓ Botiguers.
- ✓ Reformes i reparacions.
- ✓ Seguretat i orde ciutadà.
- ✓ Cuidem i ensenyem.
- ✓ Posar-nos guapos.
- ✓ Camp.
- ✓ Hostaleria.

Aficions:

- ✓ Jocs i Juguets.
- ✓ Cine i Música.
- ✓ Els Bous.

-Montessori, activitat i estimulació per a treballar les activitats significatives en fases avançades. Les activitats són de:

- ✓ Discriminació sensorial.
- ✓ Agafar.
- ✓ Abocar.
- ✓ Premsar.
- ✓ Motricitat fina.
- ✓ Atenció de l'entorn.
- ✓ Atenció personal.
- ✓ Classificació.
- ✓ Seriació.

-Duració: La duració d'esta planificació és anual i es dedica una hora al dia (com a mínim) a cada una de les teràpies, menys en el cas de la TOR i a la Rehabilitació cognitiva per mitjà de Grador a les que es dedica 15 i 20 minuts, respectivament.

-Periodicitat de realització: En el cas de la TOR i la Teràpia Cognitiva la periodicitat és diària. Mentre que la resta d'activitats: Reminiscència, Teràpia Assistida per Ordinador, Montessori i Teràpia Assistida amb Animals, se'ls dediquen dos sessions setmanals.

DIA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
TOR	9.15 – 9.30	9.15 – 9.30	9.15 – 9.30	9.15 – 9.30	9.15 – 9.30
TERÀPIA COGNITIVA	9.30 – 10.30	9.30 – 10.30	9.30 – 10.30	9.30 – 10.30	9.30 – 10.30
REMINISCÈNCIA	18:00-19.00		18:00-19.00		18:00-19.00
TERÀPIA COGNITIVA PER ORDINADOR	11:00-12.00	11:00-12.00	11:00-12.00	11:00-12.00	11:00-12.00
TERÀPIA ASISTIDA PER ANIMALS		12.00-13.00		12:00-13.00	

-On es realitza: La TOR, junt amb la Teràpia Cognitiva, la Reminiscència i Montessori es duen a terme en les sales de cada un dels grups, depenent del grau d'afectació dels usuaris.

La teràpia assistida per ordinador es realitza en el despatx del Psicòleg, el qual disposa d'un ordinador amb pantalla tàctil, i altaveus. Mentre que la Teràpia Assistida per animals es desenrotlla els dies que el temps ho permet en l'exterior del centre, i els dies de pluja o mal temps en l'interior, en la sala dedicada al taller lila.

-Com es realitza: Com ja s'havia comentat els usuaris es distribuïxen en dos Tallers o grups de treball a què li's adscriu depenent del seu nivell de deteriorament cognitiu:

- Taller Lila, per a aquells en GDS 3-4, o mínim deteriorament.
- Taller Verd, per a aquells amb un GDS entre 5-6.

La única diferència entre estos dos grups de treball és que els usuaris de Taller Verd no fan ús de la Teràpia Assistida per Ordinador ni de la Teràpia assistida per animals, al no poder accedir als beneficis d'estes activitats. Durant el desenrotllament d'estes activitats ells desenrotllen o la Teràpia Cognitiva o el Taller d'Ergoteràpia, amb un nivell adequat al seu deteriorament. La Resta d'activitats es realitzen de manera paral·lela en un o altre Taller.

La TOR consistix a repassar les coordenades temporal, personal, i de lloc amb cada un dels usuaris de manera verbalitzada. L'auxiliar encarregat del taller repassa amb cada un dels usuaris totes estes tates, arreplegats amb anterioritat en una fitxa personalitzada. Depenent del grau d'afectació, es realitzara de manera autònoma, amb claus semàntiques, o claus fonètiques. Registrant-se el resultat de la mateixa en una plantilla diària del taller.

A continuació es realitza la Teràpia Cognitiva. Cada un dels usuaris té programades una sèrie d'activitats que tenen com a objectiu treballar les principals funcions cognitives superiors basant-se en el seu grau de deteriorament/manteniment. Cada setmana està dedicada a un grup d'elles (1a setmana Llenguatge, Calcule i Raonament abstracte, 2a setmana Praxias Gnosias i activació, 3a setmana Memòria Atenció i Concentració), rotant-se al llarg de la planificació anual del centre.

L'auxiliar encarregat repartix el treball, mentres que un dels usuaris encarregat del material els fa arribar els llapis i colors necessaris. Els usuaris amb més autonomia comencen a realitzar les àrees, mentres que l'auxiliar encarregat atén els usuaris amb majors problemes a realitzar les activitats de manera guiada.

Quan han acabat l'activitat sempre han d'omplir dos camps, un amb el seu nom complet i un altre amb la data.

A mesura que van acabant les activitats, l'auxiliar comprova que han sigut realitzades satisfactòriament, i si no és així els mostra com deuria haver-se realitzat, instant a què tornen a ser acabades per l'usuari. Quan es finalitza satisfactòriament les activitats, i si sobra temps, abans de l'esmorzar, es dediquen a pintar dibuixos impresos, normalment dedicats a l'estació de l'any, o festes del moment. (primavera, flors, Pasqües,...).

De manera paral·lela, es du a terme la Teràpia Assistida per Ordinador per part d'aquells usuaris del taller lila més preservats, amb un GDS de 3-4.

La Teràpia Assistida per ordinador es du a terme en el despatx de la psicòloga, o per ella mateixa o per la Tècnica d'Inserció Social, per la qual cosa l'usuari objectiu és tret del taller i portat a este per les mateixes.

Quan l'ordinador està preparat i l'usuari està acomodat en una cadira adequada al seu nivell de mobilitat, s'inicia la sessió preestablerta pel programa. El terapeuta tan sols ha d'acompanyar en la

sessió, i intervindre quan l'usuari tinga algun dubte, o dificultat per a realitzar la tasca. El programa guia l'exercici de la sessió en tot moment.

Al finalitzar la sessió, el programa es despedix de l'usuari, i li acompanyem al taller Lila.

Les activitats de Montessori es duen a terme en el Taller Verd, durant els horaris de Teràpia Cognitiva dels dimarts i els dijous. Les activitats estan basades en el Mètode Montessori per a Persones amb Demència de Buiza, Etxeberria i Yanguas, i tracten diferents aspectes com són:

- La discriminació sensorial.
- D'agafar, per a promoure l'ús i desenrotllament de motricitat fina i grossa, activitat motora, mobilitat i coordinació visomotora.
- Les activitats d'abocar.
- Activitats de premsar, per a enfortir els músculs, la mobilitat i motricitat fina.
- Les activitats de motricitat fina, pròpiament dita.
- Les d'atenció de l'entorn, per a poder fer-se responsables de les coses que tenen en el seu entorn immediat.
- Les d'atenció personal, en les que s'intenta introduir l'autoatenció.
- Les activitats de classificació.
- I finalment, les de seriació, basant-se en un principi d'organització bàsica per a posar en orde en l'entorn de cada u.

En cada taller es realitzara una sola activitat, un a un els usuaris la dugueren a terme junt amb l'Auxiliar. En un primer moment la realitzarà l'auxiliar per a després demanar-li a l'usuari que la realitze junt amb la seua supervisió.

Les activitats de reminiscència estan dividides en:

- Temes Generals.
- Festes Tradicionals.
- La Boda.
- Història de Vida.
- Oficis.
- Aficions.

Estes activitats s'organitzen entorn d'esta temàtica amb l'objectiu de treballar la memòria autobiogràfica, incrementar la motivació cap al debat i la comunicació i fomentar la interacció social. S'usen els materials com a fotos, reportatges, per a treballar el tema i a partir d'estes s'introduïx el debat, per mitjà de preguntes.

RECURSOS

-Professionals: Es requeriran diferents professionals al llarg del desenrotllament d'este programa. En un primer moment, un Psicòleg a fi de: realitzar la valoració dels usuaris, i programació de l'activitat en funció de les seues capacitats i/o execució de la tasca. Un Tècnic d'Integració Social/TASOC posteriorment, serà l'encarregat de la programació d'activitats, i de la preparació de la tasca. I un equip

de Gerocultores que executaran les activitats junt amb els usuaris, variable en funció del nombre d'usuaris. Un Monitor especialitzada en desplegament de la Teràpia amb Animals.

-Materials:

- Material d'oficina: Llapis, ceres de colors, gomes d'esborrar, maquinetes de fer punta.
- Ofimàtica: un ordinador amb pantalla tàctil, amb unitat de cd i connectat a uns altaveus, més el Programa Grador en CD-ROM, i una fotocopidora.
- Entrenament animal: cons, barres, rampes, tubs, cercols, i aliment que servisca com a premi.

-Fitxes de treball: En el cas del Taller de Rehabilitació Cognitiva les fitxes de treball són de llapis i paper majoritàriament. És material adaptat a les característiques dels tallers lila i verd respectivament, i que es té registrat en un banc d'activitats del centre. En el cas del Taller de Montessori, les fitxes estan extretes del Programa de Buiza, Etxeberria i Yanguas, i el material s'ha elaborat per l'equip.

-Econòmics: La partida econòmica suposa el cost del personal, els materials i el manteniment de l'espai.

DIFICULTATS

En situacions d'interacció social poden donar-se problemes conductuals. Cal establir límits i explicar quan el comportament no és l'adequat. En línies generals les actuacions davant d'estos problemes seran:

- Escoltar i comprendre.
- Acceptar. No justificar o negar.
- Posar en pràctica un contracte que vincule a l'usuari, personal del centre i família.
- Oferir models de comportament adaptats.
- Reforçar comportaments adaptats.
- Extinció de comportaments desadaptats (cost de resposta, sobre correcció, economia de fitxes, temps fora, redirigir l'atenció).
- Utilitzar claus d'autocontrol.
- Interlocutòria instruccions per al personal.
- Anticipar canvis i factors d'estrés.
- Atribució justa a les dificultats.

Davant de situacions de dificultats d'adaptació als canvis, com a regla general intentarem anticipar i controlar l'ambient. Per a poder disminuir els nivells d'ansietat possibilitant a la persona d'un cert control davant dels canvis. Es tractaria tant d'eliminar factors d'estrés innecessaris que interferixen en la seua adaptació a les situacions, sorolls, conversacions amb molta gent al mateix temps, com d'anar establint avisadors cada un cert temps, que la situació a enfrontar o canvi ocorrerà en un període determinat.

A= L' ACTIVITAT LI RESULTA MASSA FÀCIL
B = LA ACTIVITAT LI RESULTA MASSA DIFÍCIL
C = ES POSSA NERVIÓS
D = LI COSTA ENTENDRE L' ACTIVITAT.
E = COL.LABORA PERÒ NO ÉS CAPAÇ DE REALITZAR L'ACTIVITAT.
F = DIU INCOHERÈNCIES
G = HI HA QUE INSISTIR PER A QUE REALITZE L'ACTIVITAT.
H = MOSTRA UN NIVELL ADEQUAT D'EXECUCIÓ.
I = S'OBLIDA FÀCILMENT DE L'ORDRE.

1 = NO REALITZA L'ACTIVITAT
2 = LA REALITZA PERÒ AMB DIFICULTAT
3 = LA REALITZA PERÒ AMB SUPORT DIRECTE
4 = SOLS NECESSITA SUPERVISIÓ
5 = LA REALITZA SENSE AJUDA.

AVALUACIÓ

Al finalitzar cada una de les sessions l'auxiliar/terapeuta/monitor registra en la fitxa del Taller l'exercici de cada un dels usuaris, amb una clau determinada, que es fixa en un número de l'1 al 5, i una lletra majúscula de la a a la H. Les claus utilitzades i les seues valoracions són:

Esta valoració de l'exercici de cada un dels usuaris s'avalua setmanalment per part de la Tècnic en Integració Social, a fi de poder intervenir en qualsevol dificultat que haja detectat, ja siga de manera conductual o d'accés cognitiu a les activitats. I posant-se en contacte amb la psicòloga i la resta de l'equip si fóra necessari en la intervenció, o només modificant les activitats adscrites a l'usuari en qüestió.

Semestralment, els usuaris són valorats per a un seguiment de les seues capacitats i modificar, en cas de ser necessari, els objectius terapèutics.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Com ja s'ha avançat el perfil dels dos tallers engloba a persones usuàries del centre de dia amb un grau de deteriorament (GDS) entre 3 i 6: separant-se en dos Tallers, denominats per dos colors, per a evitar denominacions amb connotacions negatives. El taller verd, està compost per persones amb una afectació més severa, amb 5-6 GDS, i que no supera de 6 usuàries, el Taller Lila, està compost de persones amb nivell de GDS 3-4, i amb un grandària major, d'unes 10 persones.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

- Ràtio d'usuari/auxiliar, podem utilitzar la disminució de la ràtio usuari/auxiliar com a mètode per a adaptar les activitats a la capacitat d'un Taller com a major deteriorament, facilitant l'ajuda o modelatge pel monitor/auxiliar.
- Nivellació Dificultat Activitats, en la fitxa de cada activitat podem fer prèviament adaptacions que faciliten l'exercici dels usuaris de major GDS. Per exemple: en un taller amb un GDS menor podem demanar-li a l'usuari que siga ell mateix el que Llija l'activitat, mentres que la mateixa activitat en un taller amb GDS major serà el monitor el que Llija l'activitat, la realitze en un primer moment com a modelatge, i demanant-li a l'usuari que la repetisca ell.

2. TERÀPIA DE RECICLATGE

DESCRIPCIÓ

El taller consistix a transformar càpsules de Nespresso usades en articles de decoració.

AREA DE TREBALL

Amb esta activitat es treballa la motricitat fina i grossa, identificació de colors i unió de peces.

OBJECTIUS

- Desenrotllar la imaginació i creativitat.
- Estimular el treball en equip.
- Ser conscients del procés de l'activitat i elaboració del producte.
- Conscienciar de la importància del treball realitzat.
- Millorar l'autoestima de la persona davant d'un treball realitzat.

METODOLOGIA

-Activitats:

- 1- Es recopilen les càpsules. Molts familiars i usuaris utilitzaran estes càpsules, (són comuns en centres de salut i hospitals per al personal). (Primera càpsula foto)
- 2- Procés de neteja de càpsules: s'arreglen les càpsules de diversos colors, es buida el café usat amb una cullereta o un palet de fusta. Una vegada buides les càpsules es llaven amb sabó i aigua per a retirar les restes de café ja que si queden restes poden fer florir el metall, per a la seua neteja en profunditat pot utilitzar-se un raspall xicotet, pot servir un de les dents. Una vegada llavades les càpsules s'escorren, s'estenen i es deixen assecar, per a finalitzar s'acaben d'assecar amb un tovalló de paper perquè queden brillants i sense restes.
- 3- Una vegada finalitzat el procés de neteja hem de xafar les càpsules fins que queden planes completament. Per a això podem utilitzar dos taules grosses de fusta col·locant la càpsula entremig o un corró de fusta encara que el procés és més laborios".



(Resultat final dels tres processos per orde de esquerra a dreta)

Una vegada preparem la càpsula per a treballar amb ella hi ha diverses activitats que poden realitzar-se:

PENDENTS:

Per a l'elaboració de pendents estimulem la motricitat fina i s'aconseguixen bons resultats en nivells lleus.



En primer lloc s'apeguen les càpsules de dos en dos per la part de dins (on estava el café) amb pegament de contacte. El resultat d'esta unió serà el penjoll del pendent. Poden apegar-se del mateix color o de diferents colors, però sempre quedant parelles de dos iguals (ja que necessitem dos pendents). Es realitza un forat amb una agulla grossa o una imperdible que travesse les dos càpsules apegades. Pel forat s'introdueix la volandera del pendent i al mateix temps l'enganxall del pendent, tancant la volandera amb l'entaullelle de punta redona.

Jugant amb els diferents colors de les càpsules podem crear molts models de pendents, inclús unir més d'un penjoll de pendent per a fer-los dobles, més llargs o amples. A més de pendents i usant la imaginació poden fer-se adorns de penjolls i polseres unint penjolls de diversos colors de diferents maneres. Per a la unió podem usar tant fil d'aram fi com a volanderes xicotetes.

PORTAFOTOS:

Esta manualitat requerix menys destresa i força que l'anterior. Està dissenyada per a treballar amb un nivell d'afectació moderat, en el que és necessari major suport en motricitat fina.

Es realitza un marc amb cartó, es dibuixa en un cartó amb la forma desitjada, es retalla, es pinta del color desitjat (és recomanable que siguin colors metal·litzats per a donar un aspecte més resistent). S'adorna apegant les càpsules xafades al voltant del marc, poden realitzar-se els models que es vullguen, combinar colors, utilitzar un sol to, la qual cosa l'usuari preferisca.



Per a realitzar el marc de la imatge s'han retallat dos peces redones, una d'elles tipus rosca i una allargada que apegada fa que es mantinga de peu.

La duració de l'activitat serà aproximadament d'1 hora a hora i mitja, per a evitar que se saturen amb el procés, l'avantatge d'esta activitat és que té moltes activitats diferents el que evita que es senten bloquejats en algun punt del procés ja que poden realitzar una altra activitat, podent treballar en cadena.

És una activitat que no requerix una concentració excessiva pel que pot realitzar-se després d'haver realitzat una activitat amb major nivell d'atenció i concentració, com a estimulació cognitiva amb fitxes, entre altres."

RECURSOS

-Professionals:

- Una Integradora Social o una Animadora Sociocultural.
- El nº de profesionales variará en función de los usuarios.
- Habrá mínimo 1 monitora por cada 10 personas aproximadament.

-Materials:

Càpsules Nespresso.

- ❖ Per a la neteja de càpsules:
 - Cullereta de café o palet de fusta.
 - Recipient amb aigua.
 - Sabó.
 - Baieta gran per a estendre les càpsules.
 - Paper d'assecar.
 - 2 fustes grosses o corró per a aplanar les càpsules.
- ❖ Per als pendants:
 - Volanderes i engaches de pendants.
 - Pegament de contacte.
 - Imperdible o agulla gran.
 - Alicates de punta redona.
- ❖ Per als portafotos
 - Cartó.
 - Pegament de contacte.
 - Temperes de colors (preferentment metal·litzades).

-Econòmics: no requerix inversió.

DIFICULTATS

- Problemes amb les volanderes, que siguen massa dures i no es puga treballar amb elles.
- Que el fil d'Aram que s'utilitze siga massa dur.
- A causa de la forta olor del café potser algun usuari en nivell moderat es porte la càpsula a la boca, per la qual cosa haurem de tindre especial atenció en el procés de neteja.

AVALUACIÓ

Es revisarà el procés i s'avaluarà la facilitat de realització de les diferents activitats del procés.

PERFIL DE L'USUARI

Esta activitat s'exercirà principalment amb usuaris que estiguen en la Fase lleu de la malaltia.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Pendants: només recomanat en nivells lleus ja que les peces són xicotetes i el nivell de psicomotricitat fina necessari per a manejar el fil d'Aram, les volanderes i els enganxalls.

Procés de llavat: es recomana que es realitze pels usuaris amb nivell moderat, ja que les activitats no requereixen una destresa manual elevada.

Marc de fotos: poden ser realitzats per tots els grups de treball degut a la seua senzillesa, poden variar-se els materials del marc sent més durs o blans, també pot forrar-se amb tela o cobrir-los amb gases o paper i cua blanca per a donar-los diferents textures.

3. TALLER DE PREMSA

DESCRIPCIÓ

Seleccionarem una notícia d'actualitat d'un periòdic o revista, llegir-la, comentar-la i arran d'ací traure un debat sobre la mateixa en què tots participen.

ÀREA DE TREBALL

Amb esta activitat es treballa principalment l'orientació a la realitat, l'atenció-concentració i el llenguatge.

OBJECTIUS

- Estimular el llenguatge, el vocabulari i la comprensió verbal.
- Entrenar les habilitats de comunicació: respectar el torn de paraula, escoltar els companys.
- Mantindre les capacitats cognitives més bàsiques: atenció i concentració, raonament, percepció, coordinació aparença-motora.
- Facilitar la ubicació en la realitat dels usuaris.
- Controlar conductes inadequades: agressivitat, interrupcions en el discurs, etc.
- Millorar l'autoestima de la persona.

METODOLOGIA

La persona responsable de l'activitat en primer lloc recordarà el dia en què estan, el mes, l'estació de l'any o informació semblant, per a així ubicar en temps als usuaris i poder anar introduint-los en l'activitat. A continuació seleccionarà una notícia d'actualitat d'un periòdic o revista, la qual llegirà i a continuació es comentarà entre tots i cada un donarà la seua opinió personal sobre la mateixa, formant-se així un debat en què s'intentarà que tots participen. Podria ser positiu que algun dels usuaris la llegira a la resta.

Quant a aspectes a desenrotllar en el debat, es preguntaria en quin mig de comunicació ve la notícia (televisió, premsa, ràdio), de què tracta (societat, esport, política...), quina és la seua opinió sobre la mateixa i quines diferències o comparacions troben respecte a èpoques passades (per a treballar així també la memòria remota).

Podem anar formulant preguntes o realitzar comentaris que permeten aprofundir en el tema. No es tracta que recorden la notícia, podem consultar-la tantes vegades com siga necessari.

L'activitat es realitzarà tots els dies de la setmana, amb una duració de 20/30 minuts.

La sala ha d'estar ben il·luminada i ha de tindre espai suficient perquè els usuaris estiguen còmodes, ja siguen butaques o cadires. Per al bon desenrotllament de l'exercici seria preferible que estigueren tots assentats al voltant d'una taula o fora d'ella formant un cercle per a afavorir la comunicació i

participació. Així mateix es realitzarà l'activitat a una hora en què els usuaris estiguen aclarits i no molt cansats, ja que es requereix d'un cert nivell d'atenció i concentració, per exemple a mitat de matí, després de l'esmorzar.

Quant al nombre d'usuaris seria de 10/15 persones.

RECURSOS

-Professionals:El perfil professional variarà en funció del nombre d'usuaris. (Psicòleg, Animador Sociocultural, Treballador Social, Auxiliar geriàtric).

-Materials:

- Periòdics o revistes.
- Retalls de premsa.
- Fotografies.
- Notícies de televisió o ràdio.

-Econòmics: Cap.

DIFICULTATS

Les dificultats que podem trobar a l'hora de realitzar l'activitat són principalment el dèficit auditiu o visual dels usuaris, igual que la dificultat per a la comunicació verbal dels mateixos.

- Si la notícia fora a ser llegida per un dels usuaris caldria assegurar-se que la grandària de la lletra és el prou perceptible per a ells.
- Les persones amb dèficit auditiu caldria col·locar-les prop de la persona que fóra a llegir la notícia, o si no n'hi ha alçar més la veu a l'hora de dirigir-nos cap a elles.
- Quant a les persones que tingueren dificultat per a la comunicació verbal, caldria adaptar l'activitat de manera visual, amb fotos, i responent a preguntes, assentint amb el cap, si o no.

AVALUACIÓ

El tipus d'avaluació serà quantitativa.

Grup de 10/15 usuaris en fase lleu/moderada. Es portarà un registre de l'activitat de cada usuari.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Usuaris que estiguen en la fase lleu/moderada de la malaltia.

4. EIXIDES CULTURALS

DESCRIPCIÓ

Visites hi ha aquells centres d'interés del nostre entorn que per la seua rellevància pugen resultar atractius als nostres usuaris.

ÀREA DE TREBALL

Amb esta activitat es treballa principalment la memòria, estimulació física i gnosies.

OBJECTIUS

- Integració social/comunitària.
- Foment de les relacions amb el nostre entorn més pròxim.
- Millorar les relacions interpersonals.
- Conèixer i visitar els recursos culturals del nostre entorn.
- Exercitar la capacitat física per al desplaçament.

METODOLOGIA

Prèvia a l'eixida es deu comunicar a les famílies de la realització de l'activitat amb la suficient antelació, organitzar el grup per a l'eixida, preparar cadires de rodes per a aquells usuaris amb mobilitat reduïda, preparar bolquers i productes de neteja personal, recordar als usuaris la utilització de roba adequada i calçat, en funció de l'estació de l'any en què ens trobem. A la volta de l'eixida comentar l'activitat.

RECURSOS

- **Professionals:** Psicòleg, Treballador Social, Auxiliars i Voluntaris.
- **Materials:** vehicle adaptat, cadires de rodes, bolquers, aigua, gorres.
- **Econòmics:** gasoil, esmorzar.

DIFICULTATS

L'esdeveniment o activitat a visitar haurà d'estar adaptat a les característiques del grup, per això prioritzarem aquells espais que faciliten la mobilitat (pocs escalons, rampes, ascensor, banys adaptats, cadires-bancs).

PERFIL DE L'USUARI

Tots els usuaris de la unitat que desitgen participar.

AVALUACIÓ

Grau de satisfacció amb l'activitat exercida, quantitativa.

5. TERÀPIA SOCIAL

DESCRIPCIÓ

El taller d'atenció social està compost al seu torn, per tres tipus d'activitats: activitats d'integració social-animació sociocultural, activitats d'atenció social i comunitària, i finalment les activitats d'atenció social familiar. El primer està dirigit a tots els nostres usuaris, mentre que el segon és un programa molt més ampli, que engloba a tota la nostra comunitat, a tot el nostre entorn directe. Finalment, no hem d'oblidar que AFA és una associació formada per familiars de persones que patixen demència, i este últim programa és el destinat a dotar de majors recursos a les famílies de l'afectat ant la malaltia.

ÀREA DE TREBALL

El programa d'atenció social treballa amb la integració social tant dels nostres usuaris en el centre com en la mateixa societat a què pertanyen. Açò fa que el grup objectiu a què va dirigit este programa no sols comprega els mateixos usuaris, sinó també a les seues famílies, com primer referent social de les persones i a la comunitat més extensa en la que viuen.

OBJECTIUS

-Objectiu general:

- L'objectiu general del programa d'atenció social és el de facilitar la integració social de les persones afectades per la Malaltia d'Alzheimer.

-Objectius específics:

- Mantindre i desenrotllar les habilitats socials bàsiques necessàries per a la interacció i la comunicació amb els altres.
- Informar i assessorar sobre els recursos més adequats i poder així afavorir la integració de l'usuari en la dinàmica general de la Comunitat.
- Disposar d'un mitjà per a atendre les necessitats les famílies directes de les persones afectades, i a la figura del cuitador.

METODOLOGIA

-Activitats:

- Joc social, activitats de contingut lúdic que implica la interacció d'uns usuaris amb altres a través del joc com a instrument terapèutic.
- Activitats lúdiques i d'interacció amb altres col·lectius: consistent en la participació en la tradició de les festes locals, i trobades amb altres col·lectius de la comunitat, a més d'activitats pròpies obertes a les famílies i a la població en general.
 - Carnestoltes.
 - Olimpíada al setembre.
 - Festes locals.

- Activitats de difusió del recurs:
 - Xarrades.
 - Jornades de Portes Obertes.
 - Activitats Soci-benèfiques.
 - Atenció i intervenció en els mitjans de comunicació.
 - Participació en congressos, jornades o altres esdeveniments científicoprofessionals.
 - Supervisió d'estudiants en practiques.
 - Cursos de voluntariat.
 - Voluntariat.
- Activitats d'Atenció social familiar:
 - Informació i assessorament general.
 - Escoles de Famílies.
 - Activitats Intergeneracionals i de Convivència: El Talent del meu iaio.
 - Suport i Orientació psicològica (familiar).
 - Suport i Orientació psicològica (individual).

-Com es realitza: Les Activitats d'integració social-animació sociocultural suposen un palmito variat d'accions, per la qual cosa cada una deu tindre un enfocament diferent.

En les activitats de joc social, els usuaris tenen a la seua disposició jocs de taula (cartes, dòmino,...) i un temps després de l'esmorzar o del menjar on se'ls permet realitzar estes activitats, entre ells i acompanyats d'un gerocultor o voluntari que animarà als usuaris a participar.

Les activitats lúdiques i d'interacció amb altres col·lectius, es planifiquen amb la suficient antelació per a permetre la coordinació amb altres centres de la comunitat, i consistixen en visites per part d'estos col·lectius o assistència a esdeveniments com la Presentació d'una Gaiata.

Les activitats intergeneracionals s'organitzen junt amb els membres més jòvens de les famílies dels usuaris, a qui acompanyen en les seues activitats durant una jornada en el taller.

L'atenció social grupal i comunitària és duta a terme principalment per la Direcció del taller, la Direcció Tècnica, Infermeria i Fisioteràpia. Es programa anualment i s'adscriu cada activitat a un d'estos professionals que serà l'encarregat de dur-ho a terme; preparant les ponències i assistint a estes en representació del centre, o fent-se càrrec de l'alumnat en practiques, responsabilitzant-se de l'aprenentatge de les distintes tasques, i desenrotllament de les diferents competències adscrites al lloc en dubte.

L'activitat de voluntariat es coordina per la Direcció del taller, que es responsabilitza de la seua formació i supervisió.

L'atenció social i familiar es realitza de manera transversal i a través de les distintes actuacions puntuals per part de psicòleg, treballador social Tècnic d'Integració i resta de l'equip interdisciplinari.

Donar la informació i l'assessorament general als familiars, així com l'organització de Sessions d'Escola de Família, on s'involucren els diferents professionals de l'equip, com donar suport i orientació psicològica tant de manera familiar com individual en el cas dels cuitadors, són les principals activitats.

El suport i orientació psicològica donat per l'equip de psicòlogues comprén des de la psi coeducació a intervencions de caràcter psicoterapèutic amb els familiars que així ho requerisquen.

RECURSOS

-Professionals: En el desenrotllament d'este programa intervenen tots els professionals de l'equip del centre: Treballador Social, Psicòleg, Tècnic d'Integració Social/ TASOC, Infermeria, Fisioteràpia, i Gerocultores.

-Materials:

- Material d'oficina: Llapis, ceres de colors, gomes d'esborrar, esmola llapis.
- Ofimàtic: equip informàtic, projector, fotocopiadora.
- Recursos tècnics: material de valoració de sobrecàrrega i de l'estat d'ànim, material pedagògic divers, material de difusió.
- Vehicle de transport.
- Provisions per a esdeveniments especials.

-Econòmics: La partida econòmica suposa el cost del personal, els materials i el manteniment de l'espai.

DIFICULTATS

La ruptura de la rutina per a una persona amb Alzheimer pot generar-li prou confusió. És possible, per tant que, si retirem del seu entorn previsible a l'usuari apareguen problemes conductuals o situacions en què es vegen desorientats. Així, doncs, la planificació amb suficient anterioritat de les visites, i la preparació d'estes junt amb els usuaris es fa imprescindible.

Adaptació del material de difusió a persones amb distint nivell cultural. Si tant hem d'utilitzar-ho en el cas d'una ponència davant d'un públic especialitzat i format, com davant dels familiars, devem tindre preparat i accessible material de difusió adaptat a estos diferents públics objectius a què ens anem a enfrontar en les nostres tasques de difusió.

AVALUACIÓ

Per a les activitats en què participen els usuaris, es realitza un seguiment semestral inclòs en la revisió de plans terapèutics que elabora el centre dins de la seua rutina de treball. A més d'arreglar en el seu corresponent registre l'execució personal de casa usuari o usuària en cada una de les activitats programades i realitzades pel corresponent personal.

A = LA ACTIVITAT LI RESULTA MASSA FACIL
B = LA ACTIVITAT LI RESULTA MASSA DIFICIL
C = ES POSSA NERVIÓS
D = LI COSTA ENTENDRE L' ACTIVITAT.
E = COL.LABORA PERÒ NO ÉS CAPAÇ DE REALITZAR L'ACTIVITAT.
F = DIU INCOHERÈNCIES
G = HI HA QUE INSISTIR PER A QUE REALITZE L'ACTIVITAT.
H = MOSTRA UN NIVELL ADEQUAT D'EXECUCIÓ.
I = S'OBLIDA FÀCILMENT DE L'ORDRE
1 = NO REALITZA L'ACTIVITAT
2 = LA REALITZA PERÒ AMB DIFICULTAD
3 = LA REALITZA PERÒ AMB SUPORT DIRECTE
4 = SOLS NECESSITA SUPERVISIÓ
5 = LA REALITZA SENSE AJUDA.

Les activitats d'atenció social i comunitària es valoren a través de les entrevistes realitzades i les activitats de difusió arreplegues en la memòria mensual, així com, els qüestionaris de valoració de pràctiques i accions formatives.

L'atenció social familiar es valorara en funció dels resultats obtinguts per mitjà d'enquestes de satisfacció generals anuals i específiques de cada activitat.

PERFIL DE L'USUARI

Com ja s'ha avançat, els beneficiaris d'este programa inclouen tots els usuaris del taller, a les famílies d'estos, així com per extensió a tota la comunitat de la localitat i a totes les entitats a què l'AFA estiga vinculada.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

En el cas del grup usuaris amb major deteriorament s'incrementarà la ràtio d'usuari/auxiliar.

6. TALLER DE CUINA

DESCRIPCIÓ

El taller de cuina consisteix en elaborar algun plat específic, relacionat amb la temàtica que s'estiga treballant o amb alguna festivitat concreta.

JUSTIFICACIÓ

La cuina ha sigut un àmbit habitual de la majoria dels usuaris i usuàries del Centre d'Estimulació, seguint una de les principals Activitats de la Vida Diària (AVD). A més a més, les persones celebrem les tates especials mitjançant la gastronomia, existeixen plats típics per a determinades èpoques de l'any i celebracions, el que fa que la realització d'aquests plats ens resulte útil per a treballar l'orientació espai-temps i totes les àrees cognitives implicades en l'activitat: funcions executives, pràxies i llenguatge.

ÀREES DE TREBALL

Desenvolupar-se en la cuina implica un ample ventall de funcions cognitives i és una part important de les AVD.

- Funcions Executives: planificació de la elaboració del plat, organització dels passos a seguir.
- Activitats de la vida diària.
- Memòria: reminiscències relacionades amb la cuina i amb el plat en concret en que anem a treballar.
- Pràxies: control motor voluntari per a realitzar els moviments i accions necessàries per a dur a terme l'activitat.
- Llenguatge: comprensió de les instruccions del monitor.
- Orientació a la realitat.



OBJECTIUS

-General: Millorar la qualitat de vida de la persona amb demència i la seua família.

-Específics:

- Promocionar l'orientació espai-temps.
- Treballar les Activitats de la Vida Diària.
- Activar las funcions executives, la memòria, les pràxies i el llenguatge durant l'elaboració de las receptes.

METODOLOGIA

-Activitats que el componen:

- Orientació espai-temps (en cas de que es tracte d'una recepta lligada a un event específic de l'època de l'any).

- Conversació guiada sobre la recepta: de quina època de l'any és típica, ¿d'alguna zona en concret?, quins ingredients du, com es realitza, ¿evoca algun record en especial?
- Lectura de la recepta: ingredients i modo d'elaboració.
- Elaboració de la recepta.
- La cocció (en cas de que siga necessària) és realitzada pel personal del Centre, les persones usuàries es limiten al preparat.



-Duració: Les sessions del taller de cuina solen durar, de manera aproximada, entre 30-60 minuts, depenent de la recepta que es realitze. És un taller adequat per a les vesprades i en cas de que siga possible, allò que han cuinat es pren per a berenar o s'endú a casa per a que ho disfruten amb la família.

-Periodicitat de realització: El taller es realitza una vegada al mes aproximadament, podent variar i realitzar-se de manera extraordinària degut a alguna festivitat o event especial.

-On es realitza: Es realitza en el Centre d'Estimulació, en l'àrea de la cuina.

-Com es realitza: Consisteix en la elaboració d'un plat determinat, els ingredients ja han sigut comprats pel monitor prèviament. Les persones usuàries del centre seguiran els passos indicats pel monitor per a la realització del plat en concret, sempre es tracta de plats simples, de fàcil elaboració i que no requereixen l'ús de una cuina pròpiament dita (ús de forn o microones, nevera).

RECURSOS

-Professionals: La persona encarregada de la realització d'este taller és el monitor/animador o la TASOC, els quals es veuen recolzats per l'auxiliar ocupacional.

-Materials:

- Aliments necessaris per a la realització dels plats.
- Utensilis de cuina.
- Forn.
- Microones.
- Nevera.

-Fitxes de treball: les receptes explicatives dels passos a seguir.

-Econòmics: Les despeses econòmiques del present taller consisteixen en les despeses de personal i en el cost dels aliments que utilitzem.

DIFICULTATS

Dificultats pròpies de la malaltia:

- Alteracions en la comprensió verbal.
- Alteracions en les funcions executives (planificació).
- Alteracions pràxiques que impedeixen la correcta realització de la activitat.
- Alteracions conductuals que alteren el transcurs de l'activitat.



AVALUACIÓ

Es valora l'activitat després de la seua realització, en la qual se té en compte com s'ha desenvolupat, si alguns materials no han resultat els adequats i si ha hagut dificultats específiques en algunes persones.

PERFIL DEL USUARI/BENEFICIARI



El taller està destinat a persones amb Alzheimer i altres demències que formen part del Centre d'Estimulació. Es tracta de persones entre fases inicials i moderades de la malaltia.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

En la elaboració d'un plat determinat poden existir diferents passos o tasques, siguent uns més complicats que altres. Intentarem que tots participen en tot el procés però si açò no és possible en aquelles persones que tenen major dificultat s'encarregaran de realitzar parts més senzilles.

REGISTRES

No es realitzen registres en este taller.

7. TALLER MURAL

DESCRIPCIÓ

Els murals són realitzats en el context de l'estimulació cognitiva resultant molt útils per a mantindre la connexió amb la realitat, amb la qual cosa s'està treballant o amb un tema en concret que es vullga plasmar.

JUSTIFICACIÓ

La realització d'un mural que quede exposat a tots fa que d'alguna forma es foment el record diari. Estos tallers solen tindre una duració de més d'un dia permetent treballar la memòria d'accions realitzades dies anteriors. El material final es col·loca en una zona visible per als usuaris i per als familiars i sol tindre molt bona acollida entre estos últims.

ÀREA DE TREBALL

Amb els murals es treballen totes les àrees cognitives ja que impliquen, depenent del mural que es tracte i de com estiga realitzat, la posada en marxa d'una combinació de funcions concretes:

- Orientació espai-temporal.
- Funcions Executives:
 - o Atenció.
 - o Concentració.
 - o Càlcul.
- Memòria.
- Llenguatge.
- Gnosias.
- Praxias.
- Activitats de la Vida Diària.
- Relacions socials.



OBJECTIUS

-General: L'objectiu principal és realitzar una estimulació cognitiva per mitjà d'una activitat nova i que produïska una certa motivació/expectatives en el malalt i una recompensa final per a ell/ella i per als seus familiars i cuitadors.

-Específics:

- Exercitar la psicomotricitat.
- Afavorir l'atenció sostinguda.
- Afavorir la memòria, sobretot la procedimental.
- Afavorir la gnosi tàctil.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar la interacció social.

METODOLOGIA

-Activitats que ho componen:

- Determinar la temàtica del mural: Tema concret relacionat amb festes pròximes, estació de l'any, poesia, refranys, etc. o un dibuix a elaborar amb diversos materials.
- Establir el material necessari i la seua ubicació final.
- Preparar els usuaris segons les seues habilitats.
- Pautar la temporalitat del taller.
- Execució de les accions en si.

-Duració: Els murals són realitzats de forma puntual, segons la programació d'estimulació cognitiva. La seua duració dependrà de com estiga programat, podent ser una activitat concreta per a un dia o una activitat a realitzar durant tota una setmana, treballant un tema concret.

El taller s'ha d'integrar en les activitats diàries del centre, és a dir, pot integrar-se en l'estimulació cognitiva, en l'ergoteràpia,... Però es recomana que siga una activitat amb inici i final, pautat i que la seua duració al dia no siga més de 45'- 1 hora.

-Periodicitat de realització: Es pot pautar la realització d'un mural al mes segons diferents temàtiques.

-On es realitza: S'ha de realitzar en una sala on es puga treballar amb un paper continu gran i que els materials siguen de fàcil accés a més de poder controlar la higiene dels usuaris i la seguretat dels materials i del mobiliari.

-Com es realitza: Els objectius dependran de la finalitat del mural. Es pot realitzar un mural sobre l'estació de l'any, amb la qual cosa estarem promocionant l'orientació temporal i les AVD, per exemple. Si es tracta d'un mural sobre la temàtica que s'està tractant eixa setmana, ens servirà com a orientació sobre el que s'està treballant i cada part del mural en concret anirà destinada a una funció cognitiva específica.

L'elaboració d'un mural implica diversos factors:

- La temàtica a treballar. El mural pot ser una via de suport per a treballar un determinat tema o pot ser la via de treball en si.
- Els materials i tècniques a utilitzar. Podem realitzar murals senzills en què simplement apeguem fotos i escrivem la informació, o per un altre costat podem realitzar murals molt elaborats amb diversos materials, de manera que estiguem treballant també el component pràctic..

Abans de l'inici del mural s'ha de treballar per mitjà de preguntes la reminiscència del treball elaborat, la seua relació amb la temàtica a nivell temporo-espacial, la seua relació personal amb el tema tractat i les expectatives que tenen.

Els usuaris-as poden treballar per grups xicotets o cada un realitzant una part puntual del mural, tot açò adaptat a les seues capacitats.

Quan es finalitza cal implicar-los emocionalment i que els seus familiars ho valoren davant d'ells per a augmentar la seua autoestima.

RECURSOS



-Professionals: Aquells professionals implicats en l'estimulació cognitiva i/o animació sempre recolzats per les auxiliars. Tot l'equip implicat ha de tindre nocions de les característiques dels usuaris, de la malaltia i de les capacitats preservades i alterades de cada un en relació a la patologia patida.

-Materials: Per a realitzar un mural servixen tants tipus de materials com se'ns ocórrega. Podem utilitzar diversos tipus de paper, com el paper Pinotxo, de seda, cel-lofana... paper continu per a realitzar el mural. Diversos tipus de pintura i colors... revistes, -te-les... Depenent de què estiguem treballant necessitem uns materials o altres.

-Econòmics: Els costos de la realització del mural són els gastos de personal i el cost dels materials que utilitzem en la realització del mateix.

DIFICULTATS

Dificultats pròpies de la malaltia:

- Alteracions en la comprensió verbal.
- Alteracions pràxiques que impedisquen la correcta realització de l'activitat.
- Alteracions conductuals que alteren el transcurs de l'activitat.
- Alteracions puntuals que impedisquen la implicació en l'activitat.

AVALUACIÓ

Amb la realització del mural es valorarà com ha anat l'exercici de l'activitat; quines persones han participat de manera activa i amb menor dificultat; quins materials resulten més útils i satisfactoris per a les persones usuàries.

Es pot registrar: els participants, valorar la motivació general, incidències amb els materials o amb la disposició del grup, etc.

PERFIL DE L'USUARI

El taller és destinat a persones amb Alzheimer i altres demències que formen part de Centre d'Estimulació. Es tracta de persones entre fases inicials i moderades de la malaltia. Les persones en fases avançades poden interaccionar amb les activitats per mitjà de tasques de suport simples i adequades a

les seues circumstàncies: passar material, doblegar, agrupar, seleccionar, etc. Però no per açò han de ser exclosos del grup.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

En la realització del mural hi ha diferents tasques, unes més complicades que altres. Per tant, s'intentarà que aquelles persones que estiguen millor cognitivament siguen les encarregades de realitzar les parts que suposen una més dificultat.

S'adaptaran els materials segons el GDS amb materials més complicats en el seu ús per a GDS 3-4 i s'anirà reduint la complicació a mesura que augmenta el GDS. El mateix es farà amb les ordes de més complexes a més senzilles.



REGISTRES

- Murals realitzats a l'any.
- Registre d'activitats realitzades, nombre d'usuaris, valoració, etc.

8. LUDOTERÀPIA

DESCRIPCIÓ

El taller de ludoteràpia s'emmarca dins de les activitats destinades a l'animació com un taller de psicoestimulació més. Consistix a fer ús de jocs de taula en què ells participen formant xicotets grups o en gran grup.

Amb esta activitat s'aconsegueix un important treball d'estimulació, però d'una manera molt lúdica i divertida, trencant amb l'estructura habitual de les activitats exercides en els Tallers d'estimulació cognitiva habituals.



JUSTIFICACIÓ

Són nombrosos els estudis que confirmen que aquelles persones que mantenen la seua ment activa estan més preparats per a afrontar el deteriorament cognitiu causat per la demència. No cal desenrotllar *arrels quadrades* sinó que per mitjà d'un xicotet esforç diari es treballa a nivell mental àrees molt importants per a fa front a la demència. Tots calculem diàriament, pensem, llegim, etc. però per mitjà del joc ho connectem tot i açò és el principal benefici del treball dirigit produït pels jocs de taula. Les connexions entre àrees són les que ens permeten mantindre l'autonomia en les activitats de la vida diària, sé menjar, sé beure però i si no sé utilitzar una cullera?... Les demències causen desconexions entre àrees i la nostra labor és potenciar les xarxes neuronals i activar-les més del normal.

ÀREA DE TREBALL

Amb els jocs de taula es treballen quasi totes les àrees cognitives ja que impliquen, depenent del joc que es tracte, la posada en marxa d'una combinació de funcions concretes:

- Funcions Executives:
 - Atenció.
 - Concentració.
 - Càlcul.
- Memòria.
- Llenguatge.
- Gnosias.
- Praxias.
- Psicomotricitat fina.
- Relació social.

OBJECTIUS

-Objectiu general: Fomentar la *ment activa*, estimulants les diferents àrees cognitives per mitjà d'activitats agradables com són els jocs de taula. Així podem incidir en el desenrotllament de la malaltia, promovent l'autonomia i incrementant la salut i benestar de la persona afectada i de la seua família.

-Objectius específics:

- Afavorir la comunicació entre les persones assistents al taller.
- Proporcionar grats moments d'interrelació.
- Activar sentiments i emocions que potencien el treball mental.
- Augmentar la participació en el grup.
- Estimular el malalt mentalment per mitjà d'un mitjà conegut per ell/ella.



METODOLOGIA

El taller té nombroses possibilitats que poden adaptar-se a les circumstàncies de cada entitat. S'intentarà integrar-les totes.

-Activitats que ho componen:

- Determinar les activitats a realitzar durant la setmana i com van a desenrotllar-se/programar de forma fixa una activitat en temps i espai.
- En usuaris de nivells més inicials se'ls pot suggerir una activitat o poden manifestar ells mateixos quina volen realitzar. Se separaria l'activitat en grups segons nivell i estat augmentant la supervisió amb GDS més elevats i proporcionant una certa autonomia en GDS més baixos.
- En cada grup i activitat cal reforçar inicialment les regles del joc, el temps, etc.
- Pot realitzar-se una activitat conjunta final (ex. BINGO) o poden realitzar-se diferents accions tots junts que impliquen cartes, dòmino, memory, etc.

-Duració:El taller pot tindre una durabilitat de 45'a 1 hora aproximadament.

-Periodicitat de realització:En este cas s'aconsella que es realitze una vegada a la setmana perquè així s'arriba a crear una rutina que ells van adquirint amb el temps per a produir un record, a més este record es referma en la memòria degut a les emocions i sentiments positius i agradables que produïx el joc. També es pot fer ús d'un reforç que encara potenciarà més els resultats esperats.

-On es realitza:En una sala on es puga disposar de taules separades o zona per a treballar en grup i que la sonoritat no impedisca entendre's adequadament.

-Com es realitza:Un exemple podria ser: Realitzar el taller una sola vegada a la setmana, com ja s'ha dit anteriorment, i amb una duració aproxima d'una hora. Millor realitzar-lo a les vesprades emmarcat en un ambient d'animació i on l'estat anímic de les persones es troba en decaïment i una estimulació cognitiva pura i dura pot no resultar-los positiva i a més les conductes intrusives afloren amb la caiguda del dia. Depenent del joc que siga s'utilitzarà una disposició en gran grup o es durà a terme en taules més xicotetes amb xicotets grups independents o dependents segons l'activitat.

A continuació es detallen alguns exemples de jocs i característiques particulars:

- Bingo. Utilitzar cartons plastificats als que s'apeguen adhesius grans i de lleva i posa així s'evita que toquen el cartó i es moguen les fitxes. A més, com a element motivador i potenciador dels resultats es poden entregar reforços en forma de xicotets regals diferenciant un regal a la persona guanyadora de la línia i un altre per a la persona guanyadora del bingo (servixen objectes que donen en el periòdic, detalls de boda, etc.)
- Escacs. Al ser un joc més complicat es requerix que de forma premòrbida les persones ja saberen jugar, a més de requerir trobar-se en fases prou inicials de la malaltia per a no crear sentiments de frustració.
- Parxís. Es pot jugar amb taulers normals per a xicotets grups o realitzar un tauler gran per a jugar en gran grup.
- Dòmino. Per mitjà d'un dòmino normal o amb un de textures que també és molt útil ja que eliminem el component numèric i es guien pels colors i textures.
- Joc de l'oca. Igual que el parxís. Encara que en este cas es recomana este joc en gran grup perquè és molt divertit.
- Ludomemo. Consistix en un joc que tot el món es pot elaborar en el seu propi centre. Consistix en un feltre amb butxaquets, enumerats de la a a la E horitzontalment i de l'1 al 6 verticalment. Dins de cada butxaca hi ha una prova a realitzar, per exemple, cantar una cançó determinada, escriure una cosa en un paper o fer una mímica.
- Memory. Per mitjà del típic joc de memory, el qual és molt adaptable a les necessitats cada usuari, ja que podem posar més fitxes o menys, segons el seu nivell de deteriorament. A part del memory normal també hi ha un material tàctil que resulta molt atractiu i útil.

RECURSOS

-Professionals:

- Un monitor/animador o la TASOC.
- Educadora social.
- Terapeuta ocupacional.
- Psicòleg-a.
- Recolzats per les auxiliars o altres perfils professionals d'atenció directa.

-Materials:

- Jocs de taula.
- Memory.
- Tangram.
- Parxís gegant/Oca gegant.
- Bingo.
- Dòmino (punts, figures, textures,etc.)
-



-Econòmics: Si es té personal que atén els usuaris pot fer-se ús d'este, no requerix de la contractació específica. Quant als materials poden comprar-se o dissenyar-se en el propi centre per tant el gasto seria el derivat de la compra directa o del material necessari per a dissenyar-los que també té un cost. Amb aproximadament 200 € a l'any (este cost disminuirà anualment per l'adquisició de materials perdurables) pot preparar-se una taller en condicions.

DIFICULTATS

- Dificultats pròpies del deteriorament cognitiu de cada persona que dificulta el bon desenrotllament d'alguns jocs.
- Dificultat d'adaptar segons el nivell.
- Alteracions conductuals que impedisquen la integració d'algun usuari en el taller.
- Què afloren sentiments negatius (enfadaments).
- Que no es programe adequadament l'activitat i hi haja alguns factors no previstos en l'exercici de l'activitat.
- Necessitat supervisar el joc: *No cal jugar per què si, sinó cal fer-ho bé.*
- Ús de materials no adaptats.



AVALUACIÓ

Principalment s'avalua l'estat anímic de cada usuari que es pot fer per mitjà d'una escala observacional mesurant les interaccions, mirades, intents comunicatius, expressions, etc.

L'avaluació requereix d'una programació prèvia de les activitats realitzant un treball de memòria inicial i així valorar si s'està creant una rutina:

"Quin dia és hui" I els.....que ens toca.....voleu que hui no realitzem esta activitat?...

Recordeu que qui guanya que té.....

Els jocs es classificaran prèviament segons GDS i es valorarà el resultat individual en cada joc i les apreciacions dels professionals implicats perquè per mitjà d'esta avaluació podem anticipar-nos a avanços de la malaltia.

PERFIL DE L'USUARI

El taller és destinat a persones amb Alzheimer i altres demències que formen part del Centre d'Estimulació. Es tracta de persones entre fases inicials i moderades de la malaltia que puguin accedir als jocs totalment o parcialment.



ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Resulta complicat adaptar alguns jocs de taula, però alguns altres sí que admeten adaptacions. Com s'ha comentat es poden adaptar les grandàries, es poden fer més senzilles les seriacions, es pot fer una

activitat dirigida per mitjà de l'actuació d'un professional, es poden utilitzar un altre tipus de conceptes (textures, colors, etc.)

REGISTRES

- o Escala d'observació directa.
- o Registre d'intrusions.
- o Valoració prèvia de l'estat de cada usuari per a cada taller en concret.
- o Es poden utilitzar panells de registre visuals on s'observa l'evolució dels usuaris.

9. DEBAT I CONVERSACIÓ

DESCRIPCIÓ

Els debats i conversacions respecte a determinats temes d'actualitat s'utilitzen en el marc de l'orientació a la realitat, de manera que aconseguim que les persones usuàries del Centre es mantinguen orientades a nivell espai-temporal, així com mantrindre activat el llenguatge a nivell oral.

JUSTIFICACIÓ

La comunicació és molt important per a l'ésser humà ja que ens permet interactuar amb el nostre entorn i amb els demés. En les demències, la comunicació es veu afectada degut a les alteracions del llenguatge que comencen a aparèixer en fases inicials de la malaltia junt a altres alteracions cognitives, les quals aniran progressant amb el transcurs d'aquesta. Entre les alteracions que presenta una persona amb demència en fase lleu-moderada podem trobar: pèrdua de la iniciativa per a la conversa, reducció del vocabulari i dificultat per a recordar noms o per a trobar les paraules adequades, enlentiment en la comprensió, llenguatge espontani pobre, dificultat per a seguir el fil de la conversa, tendència a divagar i a la mescla d'idees. Per tant, resultarà molt important promocionar la comunicació i adaptar-se a les necessitats de la persona per a evitar al màxim l'aïllament.

Les activitats de debat i conversa són molt interessants per a promocionar la comunicació, ens permetran treballar tant l'expressió oral com la recepció d'informació, a més a més de que se tracta d'una ferramenta útil per a treballar temes d'actualitat i d'aquesta manera mantindrà orientada a la persona en la realitat que li envolta.

ÀREES DE TREBALL

- Orientació espai-temps-persona.
- Llenguatge.
- Memòria de treball.
- Memòria episòdica.
- Atenció i concentració.
- Raonament.
- Relacions socials.

OBJECTIUS

-Objectiu General: Millorar la qualitat de vida de la persona amb demència i la seua família.

-Objectius Específics:

- Promocionar el ús del llenguatge oral, estimulació de la expressió, la comprensió i el vocabulari.
- Estimular l'orientació espai-temps-persona.
- Promoure la relació amb altres persones.

METODOLOGIA

-Activitats que el componen:

- Lectura de la premsa diària. Es llegeixen els titulars i les notícies més destacats, que són comentats entre tots i intentem que siguin emmarcats en el context actual, així com relacionar-ho amb events del passat que hagen pogut ocórrer.
- Commemoració de festivitats o dies específics. Es tenen en compte les festivitats i commemoracions de dies com el Dia de la Pau, el Dia de Euroba... etc. i s'aprofita per a tractar estos temes, tant per a promoure el debat i la conversa com per a treballar amb estos temes en l'estimulació cognitiva.
- Lectura de relats curts, després de la lectura es pregunta respecte al text, s'estableix conversa relacionada amb el tema.

-Duració:El taller té una duració de mitja hora habitualment, podent allargar-se fins a una hora, depenent del tema que es tracte i de la participació que estiga fent el grup.

-Periodicitat de realització:Aquest taller es realitza a diari, a primera hora del matí i a primera hora de la vesprada.

-On es realitza:Es realitza al Centre d'Estimulació, en la sala destinada a la estimulació cognitiva.

-Com es realitza:La persona encarregada de realitzar el taller s'encarrega d'iniciar la conversa, ja siga mitjançant un text, una notícia o un fet concret, intentant promocionar la participació de tots els usuaris de manera que l'activitat siga profitosa per a tots. Per a promoure la intervenció de tots els usuaris es dirigirà el debat, fent preguntes sobre el text i sobre les opinions que vagin sorgint.

RECURSOS

-Professionals: Tècnica d'Animació Sociocultural i Monitor animador, en col·laboració amb la neuropsicòloga.

-Materials: Premsa del dia. Informació obtinguda mitjançant internet.

-Fitxes de treball:No són necessàries en este taller.

-Econòmics:Despeses de personal i la premsa diària.

DIFICULTATS

- Dificultats pròpies de la malaltia:
 - Alteracions en la comprensió verbal.
 - Alteracions conductuals que alteren el transcurs de la activitat.
 - Alteracions atencionals.
- Limitacions sensorials (sordesa).
- Desinterès pel tema en concret que s'està treballant.

AVALUACIÓ

Degut a la senzillesa del present taller no es realitza cap tipis d'avaluació de l'activitat. En els casos dels usuaris que vegem que poc a poc van participant menys en l'activitat, continuen participant igualment encara que siga de manera passiva.

PERFIL DEL USUARI/BENEFICIARI

El taller es destinat a persones amb Alzheimer i altres demències que formen part del Centre d'Estimulació. Es tracta de persones entre fases inicials i moderades de la malaltia.



ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Al tractar-se d'una activitat en gran grup, hi haurà persones que participen de manera més activa que altres. En el cas de les persones amb tendència a no intervindre intentarem dirigir-nos a ells, preguntar-los directament per a que participen de la activitat, participant de manera més passiva, escoltant la lectura i les opinions dels seus companys i companyes, i responent a preguntes més simples.

Depenent del nivell global del grup, podrem tractar temes més complexes o més senzills.

REGISTRES

El present taller no requereix el registre de cap tipus de dades.

10. ACTIVITATS MÈTODE MONTESSORI

DESCRIPCIÓ

Este taller es basa en activitats útils per a la vida diària amb elements presents en el dia a dia amb la intenció que els siguen familiars als que els manipulen. Es tracta que el nivell de dificultat s'adapte a cada usuari. Són exercicis centrats en cada àrea cognitiva, en general podríem definir-los com a jocs d'atenció, motricitat fina i discriminació de formes i colors. Són, en resum, exercicis senzills que s'han intentat adaptar al nivell de control cognitiu dels/s'usuaris/es. Dins d'este mètode podem classificar diferents tipus d'activitat:

- Discriminació sensorial.
- Abocar.
- Agafar.
- Premsar.
- Motricitat fina.
- Atenció de l'entorn.
- Atenció personal.
- De classificació.
- De seriació.

JUSTIFICACIÓ

Proporciona a les persones amb deteriorament cognitiu greu tasques que els permeten mantindre o millorar les habilitats necessàries per a la realització d'Activitats Bàsiques de Vida Diària (ABVD), proporcionant estimulació cognitiva amb un cert grau de dificultat mentres siguen capaços de realitzar-la, per mitjà d'activitats que tinguen significat per a l'usuari/a i disminuir les alteracions de conducta i millorar la qualitat de vida dels pacients i dels seus cuitadors.

ÀREA DE TREBALL

Àrea terapèutica.

OBJECTIUS

-L'objectiu general d'este programa era potenciar de manera adaptada i molt estructurada per a cada estadi de la malaltia les capacitats cognitives residuals dels pacients amb demència en fases avançades, per mitjà d'activitats d'estimulació controlades, a fi de disminuir les seues alteracions conductuals, maximitzar la seua capacitat d'interacció amb el mig, el seu funcionament en les activitats de la vida diària i millorar per tant la seua qualitat de vida i la de les persones del seu entorn.

-Objectius específics:

- Fomentar l'autonomia, la iniciativa, la capacitat de triar.
- Desenrotllar habilitats útils en el dia a dia.
- Desenrotllar habilitats motores i manipulatives.
- Millorar les alteracions de la conducta i el funcionament cognitiu.

METODOLOGIA

Esta activitat es realitza amb un suport constant a l'usuari/a, reforçant cada actuació i indicant en cas necessari, què s'està fent i com ha de fer-se. A l'hora de realitzar l'activitat, es repartix a cada participant un exercici amb una dificultat el més adaptada possible a les seues possibilitats. És molt important el suport i reforç en cas necessari.

Les sessions es duen a terme en una sala espaiosa amb molta llum natural i en la que es respire calma. Els participants es disposen els més separats possible uns d'altres per a centrar-se al màxim en la seua activitat concreta. Cada sessió dura 1 hora aproximadament, i es realitzen 3 sessions a la setmana.

RECURSOS

-Professionals: Per a realitzar este taller comptem amb la coordinació i execució de la TASOC i la participació i suport de 3 Auxiliars d'Infermeria.

-Materials: Tot el material relacionat amb les activitats bàsiques del Mètode Montessori: activitats d'agafar, abocar, premsar, de discriminació sensorial, de motricitat fina, d'atenció de l'entorn, d'atenció personal, de classificar i de seriació.

DIFICULTATS

Normalment no apareixen dificultats a l'hora de realitzar este taller, excepte alguna actitud puntual de desgana o apatia d'algun usuari.

AVALUACIÓ

Es pot avaluar este taller com molt terapèutic i beneficiós per als malalts.

PERFIL DE L'USUARI/ BENEFICIARI

Són usuaris amb un deteriorament cognitiu moderat i greu. Encara que moltes de les activitats que engloba el mètode Montessori també són aplicades en teràpia amb un grup lleu.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Este mètode permet plantejar una mateixa activitat de forma més o menys complexa, depenent del perfil de l'usuari a qui va dirigida. Així, doncs cada nivell realitza unes activitats de complexitat distinta.

REGISTRES

S'utilitza un registre en què es reflectix cada activitat i la resposta de cada usuari/a davant d'ella: Si la completa sense dificultat, si li costa molt, si no aconsegueix resoldre-la, si li és impossible, si necessita suports i que tipus...

11. TALLER CANT I RELAXACIÓ

DESCRIPCIÓ

És un taller basat, com el seu nom indica en el cant. Per mitjà de cançons elaborats amb lletra gran i clara, es canten cançons conegudes per tots/es, normalment de l'època dels usuaris/es. Uns minuts abans de finalitzar, 10 aproximadament, es realitza una senzilla relaxació perquè tots els participants en l'activitat es tranquil·litzen, ja que és un taller prou excitant.

JUSTIFICACIÓ

La música té la capacitat d'estimular al ser humà tant en l'àmbit físic com en el psíquic i mental. En este taller a part de la part lúdica i divertida, la música i el cant s'utilitzen en la consecució d'objectius terapèutics, mantenint, millorant i restaurant el funcionament físic, cognitiu, emocional i social de les persones. Així, doncs, este taller, compta amb factors que el fan divertit, terapèutic i agradable per a les persones que participen en ell.

ÀREA DE TREBALL

Àrea terapèutica.

OBJECTIUS:

-General: Desenvolupar l'expressió verbal i corporal, reforçar la memòria, promoure les emocions i sentiments i compartir un ambient festiu i agradable.

-Específics:

- Millorar la qualitat de vida dels pacients.
- Afavorir el desenrotllament emocional i afectiu.
- Potenciar les relacions socials.
- Millorar la comunicació verbal.
- Millorar l'autoestima.
- Estimular l'activitat i la memòria i millorar la coordinació motriu.
- Crear un ambient relaxat al finalitzar el taller de cant.

METODOLOGIA

El taller es realitza 2 vegades per setmana, amb una duració de 1h cada sessió. Cada sessió esta dividida en una part de 45 minuts aproximadament, que esta basada en el cant i l'expressió oral i corporal per mitjà de cançons, i una segona part final d'altres 15 minuts en què es tracta de relaxar als/s'usuaris/es.

Les sessions es duen a terme en una sala amb molta llum, i els participants s'acomoden en cadires o butaques, que col·loquem en circule per a poder veure'ns els uns als altres i agrupar bé les veus.

Comencem explicant què és el que farem a continuació i a continuació es repartixen els cançons (no sempre és el mateix, hi ha diversos, cada un amb 6-8 cançons). Sempre es posa de fons la cançó que s'està cantant per a centrar més als participants en el ritme i la lletra i que no “es perden”.

Al finalitzar la part de cant, procedim a fer una relaxació senzilla amb música molt relaxant i tranquil·la.

RECURSOS

-Professionals: Per a realitzar este taller comptem amb la coordinació i execució de la TASOC i la participació i suport a l'hora d'executar-ho 3 Auxiliars d'Infermeria.

-Materials: Equip de música, CDS de música i cançons, cadires i butaques, cançoners...

DIFICULTATS

Normalment no apareixen dificultats a l'hora de realitzar este taller, excepte alguna actitud puntual de desgana o apatia d'algun usuari, que no solen donar-se ben sovint.

AVALUACIÓ

Es pot avaluar esta activitat com molt positiva i enriquidora per a tots els participants.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARIS

Els participants d'este taller solen ser usuaris/es poc avançats en la malaltia i que tenen ganes de participar i disfrutar de les activitats i tallers que es realitzen en el centre.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

El taller es realitza sempre amb el mateix grup de persones pel que el nivell a l'hora d'executar-la és sempre el mateix.

REGISTRES

No s'utilitza cap registre específic.

12. LABORTERÀPIA

DESCRIPCIÓ

Este taller tracta de fer recordar a les persones participants activitats com la costura, punt de mitja, ganxet, punt de creu etc, que han realitzat durant la seua vida, i d'esta manera sentir-se útil novament.

JUSTIFICACIÓ

La realització d'este taller es justifica en la importància que té per a les persones amb Alzheimer realitzar activitats en què es treballa la memòria i les reminiscències, a més d'activitats significatives. Moltes de les dones majors han dut a terme estes labors al llarg de les seues vides, i per tant els resulta molt gratificant continuar desenrotllar-les.



ÀREES DE TREBALL

- Psicomotricitat fina.
- Destresa manual.
- Memòria.
- Relació social.



OBJECTIUS

-Objectiu general: Obtindre els beneficis de realitzar una activitat plaent que han realitzat en el passat, que coneixien i dominaven.

-Objectius específics:

- Treballar les reminiscències.
- Realitzar activitats manuals.
- Millorar l'autoestima.
- Millorar la relació social.

METODOLOGIA

-Activitats:

- El professional encarregat prepara amb antelació el material a utilitzar.

- Els participants del taller s'assenten en grups, per a poder ajudar-se mútuament, veure el treball que estan realitzant els companys, i mantindre conversacions.
- Utilitzar l'activitat per a establir conversacions sobre temes relacionats: quines coses han fet elles mateixes en el passat, qui li les va ensenyar, etc.

-Duració: La duració del taller ha de ser d'aproximadament una hora.

-Periodicitat de la realització: Es realitzarà en l'hora estipulada del taller que es realitza a les vesprades, una sessió per setmana.

-On es realitza: Es realitzarà en la sala d'activitats, amb les taules en disposició grupal.

-Com es realitza:

- El/la Tasoc repartix el material a cada participant.
- A cada participant se li demanarà que realitze unes tasques o altres en funció del grau d'afectació de la malaltia i de les aptituds prèvies.
- Es pot encarregar a cada persona que realitze la mateixa tasca diverses vegades: p. ex. enfilar l'agulla per a tots els participants, o que cada un realitze tots els passos de l'activitat.
- S'aprofitaran les aptituds prèvies dels participants. Per exemple, si una persona dibuixa bé perquè ha sigut modista en la seua vida laboral, pot copiar els patrons per a totes.

RECURSOS

-Professionals:

- El/l'encarregat/a de la programació, realització i avaluació del taller serà el/la Tasoc.
- Intervindran en la realització altres professionals com els gerocultors o sociosanitaris.

-Materials: Costura: Tela, agulla, fil, didal, dibuixos o patrons, paper de calc o llapis de marcar -te-la, tisores punt de mitja: agulles, llana ganxet: agulles, fil.

-Fitxes de Treball: Com a fitxes de treball s'utilitzaran dibuixos en paper que es calcaran en teles perquè es puga cosir seguint la línia. També s'utilitzaran revistes dedicades a punt de creu, punt de mitja i ganxet, i patrons dibuixats pel/la tasoc de qualsevol objecte que es puga realitzar cosint en tela.



-Econòmics:

- Cost econòmic reduït.
- A la posada en marxa del taller s'adquirixen els materials necessaris (agulles, tisores...) i posteriorment cal adquirir el material que es consumix com tela, fil, llana, etc conforme es necessita.

DIFICULTATS

S'ha de tindre en compte que si el resultat final és molt inferior al nivell a què la persona estava acostumada, pot negar-se a continuar realitzant l'activitat.

El/la participant en el taller ha de trobar una utilitat a l'activitat que realitza.

AVALUACIÓ

Al final de l'activitat, el/la tasoc avaluarà els resultats, tenint en compte aspectes com a nivell de dificultat, adequació al nivell de dificultat, resultat, necessitat ajuda, actitud.

PERFIL DE L'USUARI / BENEFICIARIS

- Persona que han realitzat estes activitats amb anterioritat, normalment dones.
- Grau d'afectació de la malaltia: usuaris lleus i moderats.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS



En funció del grau d'afectació de la malaltia, cal modificar les tasques, ampliant o reduint la dificultat.

REGISTRES

No hi ha registres.

13. NOVES TECNOLOGIES

DESCRIPCIÓ

El Taller pretén revolucionar la relació tecnologia-salut dels que menys exerciten el seu físic: les persones majors. Es tracta d'un programa d'oci per a integrar als majors en la vida activa.

ÀREA DE TREBALL

Estimulació cognitiva, rehabilitació, etc...



OBJECTIUS

- Acostament de la persona major a les noves tecnologies.
- Integració de la persona major en la vida activa
- Millorar la qualitat de vida de les persones majors.
- Aconseguir resultats de rehabilitació i educació a través de l'oci i el joc.
- Millorar les aptituds físiques.
- Millorar les capacitats cognitives.
- Disminuir el sedentarisme.
- Aconseguir l'autosatisfacció de la persona major, sentiment de sentir-se útil i amb possibilitat de fer coses.
- Augmentar les relacions socials.
- Vèncer els perjuís i estereotips sobre les persones majors.
- Aprendre l'ús de la consola i dels canals d'entreteniment, informació i internet.

METODOLOGIA

El Taller es realitza setmanalment (una sessió). Es realitza un seguiment de totes les activitats tant del canal d'oci i entreteniment com dels jocs físics i cognitius. Es registren setmanalment els èxits i no èxits aconseguits i els avanços i no avanços obtinguts modificant el tractament adaptant-lo al pacient per a aconseguir els objectius marcats. També es registren setmanalment els rècords aconseguits en els diferents jocs observant-se d'esta manera l'evolució del pacient.

RECURSOS

- **Professionals:** Fisioterapeuta i Auxiliars Ocupacionals.
- **Materials:** Wii, comandaments i TV.
- **Econòmics:** Honoraris dels professionals i adquisició del material.

DIFICULTATS

Hi ha alguns pacients que a causa de les seues característiques físiques requereixen de l'ajuda del professional per a participar als jocs. També tenim dos pacients que presenten problemes de visió que els impedis participar en l'activitat.

AVALUACIÓ

Considerem que el taller està sent ben acceptat pel grup. S'ha aconseguit la participació de la majoria dels pacients, observant que es divertixen i milloren la seua autoestima. Introduïrem la participació d'altres grups (menors, adolescents,...) per a poder realitzar activitats intergeneracionals.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Usuaris de la Unitat de Respir Familiar, amb GDS %.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

No hi ha hagut cap tipus d'adaptació.



14. RELACIONS AMB L'ENTORN

DESCRIPCIÓ/JUSTIFICACIÓ

Amb l'objectiu de facilitar i mantindre la relació dels i les usuàries dels tallers amb l'entorn, aprofitarem activitats culturals o festives que se celebren en la localitat per a programar diferents eixides al llarg de l'any. Una altra opció pot ser programar, sobretot en els mesos de bon temps, un passeig o visita mensual pels carrers del poble o paratges del voltant. Segons la duració de l'eixida els diferents professionals (fisioterapeuta, psicòleg i TASOC) podran programar i disenrotllar activitats per a realitzar-les a l'aire lliure.

ÀREA DE TREBALL

Es treballarà la reminiscència, la memòria, l'orientació espacial i temporal, la motricitat, ...etc

OBJECTIUS

-Objectiu General:

- Millorar la qualitat de vida de les persones afectades per qualsevol tipus de demència.

-Objectius específics:

- Potenciar l'orientació temporal i espacial.
- Previndre la desconexió amb l'entorn.
- Incentivar les relacions socials.
- Incrementar l'autoestima personal.

METODOLOGIA

-Activitats: Les eixides que es poden realitzar són:

- Aprofitar les festes locals, visitar les esglésies o monestirs on estan els patrons i patrones de cada localitat, edificis emblemàtics, etc.
- Visitar exposicions que el professional encarregat considere que poden ser interessants per als/les usuaris/es.
- Programar diferents passejos pel poble, passant per exemple pels carrers i cases on van viure els/les usuaris/es quan eren menuts, llavadors, mercat, ...
- Realitzar alguna excursió a paratges pròxims i esmorzar.

-Duració:

- La duració d'este taller variarà segons l'eixida realitzada. Si es tracta d'un passeig la duració adequada serà d'uns 45 minuts amb un descans cada 15 minuts.
- Si es tracta d'una eixida o excursió més llarga podrà durar fins 4-5 hores, sempre que es tinguen en compte les necessitats les persones, hidratació, alimentació, eliminacions, medicació...

-Periodicitat:

- Es recomanable realitzar les eixides al bon temps, sobretot les de duració més llarga. Ni molt de fred ni molta calor, es a dir a maig i juny i a setembre, octubre i novembre.
- Una periodicitat adequada seria realitzar una eixida cada dos mesos aproximadament.

-On es realitza: L'eixida es podrà realitzar on es vullga programar, sempre tenint en compte les característiques i necessitats dels usuaris.

-Com es realitza: El professional encarregat programarà l'eixida informant sempre els familiars i demanant la participació de la resta de professionals, dels familiars i de voluntaris/es.

RECURSOS

-Humans / professionals: Seria interessant que un grup de 10 usuaris/es anara acompanyat del menys 4 persones. Sempre dependrà de la funcionalitat a l'hora de desplaçar-se. En el cas de persones que utilitzen cadira de rodes necessitem un acompanyant per cadira.

-Materials:

- Cadira de rodes, caminadors o bastons per a la gent que necessita alguna ajuda tècnica per a desplaçar-se.
- Barrets per evitar insolació en els dies de sol.
- Aigua.
- Relació de telèfons de contacte de cada usuari/a i d'emergències.
- Per a eixides a llocs llunyans necessitem transport adaptat.

-Econòmics: Cost econòmic reduït.

DIFICULTATS

- L'eixida sempre s'ha de programar en anterioritat per poder comptar amb el personal necessari.
- Si el dia de l'eixida fa temps molt roïn s'haurà d'anul·lar i posposar.
- Cal estar molt atents perquè cap persona es perdi.
- S'haurà de triar un lloc adaptat a persones amb mobilitat limitada.

AVALUACIÓ

Quan finalitzi l'activitat el professional responsable realitzarà la pertinent avaluació.

PERFIL DE L'USUARI /BENEFICIARI

Persones afectades per demència en fase lleu o moderada amb independència en la deambulació o dotat del material tècnic necessari per poder desplaçar-se.

15. TALLER CINC SENTITS

DESCRIPCIÓ

El taller es planteja per a sis sessions de treball, durant dies alterns en què en cada sessió es treballen cada un dels cinc sentits: vista, oïda, olfacte, gust i tacte. Les activitats les dirigirem al reconeixement, observació i desenrotllament, o explicació, de cadascuna de les característiques que es puguin reconèixer dels diferents objectes, i percepcions que proposem.

Dedicarem dos sessions a la **vista**, durant la primera d'elles s'experimenta què succeïx quan ens falta el sentit de la vista, utilitzant la caixa fosca han de reconèixer tots els objectes que pertanyen a un tret Donat i quants no. Per exemple totes les fitxes hi que ha rugoses i, quantes no, quants quadrats hi ha i quants cercles dins de la caixa, quants utensilis de taula i quants de bany...

En la segona sessió es presentaran imatges distorsionades, o bé que els falte alguna característica, per exemple: en una bicicleta li falta una roda, o bé reconèixer alguna casa emblemàtica de la població. S'ha de potenciar la participació de tots els usuaris d'acord amb les seues capacitats preservades.

Sessió oïda. Es treballa este sentit potenciant les gnosies auditives per mitjà del reconeixement dels diferents sons que poden rodejar-nos com el clàxon d'un cotxe, una moto, la pluja, un esternut... Es reconeix l'objecte i es caracteritza, és a dir, s'anomenen les distintes qualitats: per a què, servix, com funciona...

Sessió olfacte: durant esta sessió s'utilitzen diversos materials que es col·loquen dins de recipients tancats xicotets, per exemple tupers o gots de yogurt buits, en la tapa els realitzarem uns xicotets forats perquè puga escapar per allí el que fa olor dels diferents objectes. Els recipients han de ser opacs per a no veure el que s'amaga en el seu interior, on prèviament haurem posat materials, aliments o objectes, com a alls, café, colònia, llima o flors. A través de l'olfacte han de reconèixer de què es tracta, què és el que estan olent i, explicar-nos les seues impressions com, si és agradable o no, si els agrada, com ho han utilitzat, etc.

Sessió gust. En esta sessió es reconeixen i proven diferents sabors que trobem comunament, dolç com pastís o sucre, salat com a salades, àcid com la llima... estos sabors es mesclen amb altres que poden reconèixer com el sabor de la melmelada, del formatge, del pernil, les pomes... es comenten durant la sessió les preferències de cada participant, quins són les menjars que més els agraden, si han cuinat, o qui cuinava per a ells...

Sessió de tacte. A través del reconeixement tàctil dels diferents objectes, s'intenten verbalitzar les distintes característiques dels objectes que estan tocant i es verbalitzen les diferents sensacions que els produïx tocar-los. A partir d'estes tates es dedueix de quin objecte es tracta. L'objectiu és endevinar qual és l'objecte que no estan veient però estan tocant. Per a realitzar esta sessió, es necessita una caixa o bé una bossa gran, tancada, on no es vegen els objectes que es guarden i així poder descobrir-los per mitjà de les seues propietats.

JUSTIFICACIÓ

Pels sentits rebem informació de l'entorn que ens rodeja, elaborant-se sensacions i percepcions a l'experimentar amb ells. A través d'estos exercicis de reconeixement es treballen funcions com el

llenguatge, la reminiscència, les gnosies... Tot això es fonamenta en la capacitat de neuroplasticitat que els usuaris/es conserven.

ÀREA DE TREBALL

L'àrea de treball en este taller és global, dins de les diferents sessions es potencien i treballen aspectes com les gnosies, el reconeixement, a través dels distints sentits, dels objectes i sensacions que experimentem diàriament. Sorgixen conversacions que, dirigides, fomenten la reminiscència de temps i llocs, junt amb percepcions personals en els propis usuaris. Tant la memòria procedimental com la memòria episòdica es veuen reforçades amb este tipus d'exercicis i activitats, així com fomenta la utilització del llenguatge i la denominació de les diferents sensacions que els produïx el taller.

OBJECTIUS

-Objectiu general:

- Millorar l'autoestima i qualitat de vida de l'usuari/a a través d'activitats agradables.

-Objectius específics:

- Estimular i potenciar al màxim les capacitats residuals que el malalt encara conserva.
- Donar seguretat i incrementar l'autonomia personal de l'usuari.
- Millorar el rendiment cognitiu.
- Millorar el rendiment funcional.
- Incrementar l'autoestima.

METODOLOGIA

Serà activa i participativa, es potenciarà la participació de tots els usuaris, adaptant l'activitat a cada tipus d'usuari, amb les seues característiques pròpies i preferències, necessitats, gustos, aficions, interessos i capacitats. Es pretén aconseguir en l'activitat una atenció mantinguda i un clima de bon humor, que faciliten la relació entre els participants. És important que el monitor utilitze la validació dels usuaris, dels seus èxits i capacitats, reforçant i animant a la participació. La metodologia girarà entorn del treball dels diferents sentits i a la percepció que a través d'ells els nostres usuaris tenen del seu entorn.

-Activitats que ho componen:

Sessió vista:

- Reconéixer formes i classificar-les.
- Endevinar parts que falten en una figura incompleta
- Endevinar què ens mostra una fotografia distorsionada.

Sessió oïda:

- Reconéixer sons quotidians.

Sessió tacte:

- Reconéixer objectes.
- Manipulació d'objectes el més variat possible i posteriorment classificar-los segons una qualitat donada.

Sessió gust i olfacte:

- Assaborir i oldre diferents aliments, reconéixer-los i explicar les seues característiques.
- Distingir entre sabors semblants.

-Duració: Les sessions es realitzaren en dies alterns, durant sis sessions treballant de forma global tots els aspectes relacionats amb els sentits, el seu coneixement, percepció i reconeixement. La duració programada per a cada sessió és de 50 minuts per exercitar cada sentit proposat de la forma anteriorment indicada, cada sessió descrita correspon a un dia en la seua execució.

-Periodicitat de realització: El taller té una duració de sis sessions, executant-se els dimarts i dijous, és a dir, en dies alterns. Dins de la programació anual del centre correspondria al treball estimulatiu d'un mes. Cada sessió té una duració de 50 minuts que es farà dins del treball del matí, on es troben més participatius.

-On es realitza: El taller s'ha de realitzar en un espai ampli i tranquil, acollidor, on els majors estiguen a gust, o que ja coneguen prèviament. La sala ha d'estar disposada per a permetre la major mobilitat dels usuaris/es, així com, ha d'estar prèviament ordenada amb els materials necessaris per a la sessió a treballar, no hem de tindre materials d'altres sessions ja que així no es produïxen interferències en el treball. És convenient que no troben objectes voluminosos entorpint el pas, per les possibles necessitats que poden tindre els usuaris/es.

-Com es realitza: Totes les sessions comencen amb la presentació del treball que realitzarem per part del monitor/ora. En esta presentació s'explica el procediment que seguirem, es presenten els materials i s'incita a la col·laboració de tot el grup.

A continuació es passa a la intervenció amb els usuaris/es, se'ls explica breument en què consistix l'activitat, per exemple en la sessió d'olfacte es procedix a donar a olorar els diferents aliments o materials, li'ls oferix de forma individual, encara que per les característiques que han de verbalitzar del que estan olorant, es pot demanar la deducció de tots per a esbrinar de què es tracta. Al reconéixer quin material estem investigant, passem al següent participant. Quan acabem la intervenció, que durarà mes o menys 30 minuts, es realitza un repàs al que realitza anteriorment, comentant si han sorgit anècdotes i es presentarà breument la pròxima sessió. Ens despedim fins a la següent intervenció.

El professional encarregat de la direcció del taller és el monitor, que facilitarà la comunicació entre els propis usuaris/s'i els professionals. És important usar la validació de les accions i també s'ha de tindre la capacitat d'improvisació necessària davant de qualsevol dificultat. El monitor i els auxiliars han d'escoltar i observar permanentment als usuaris/es, sentir empatia amb ells i manifestar interès pel treball que estan realitzant.

RECURSOS

-Professionals: Els professionals necessaris depenen de la grandària del grup d'estimulació, com a mínim són necessaris un monitor que conduïska la sessió, com un TASOC o Educador Social, així com dos auxiliars per a eventuals necessitats dels usuaris i també per a poder ajudar al tasoc.

-Materials: Per a dur a terme les diferents sessions necessitem:

- ✓ Sessió de vista, és necessària una caixa de cartó (caixa fosca), que estarà decorada o empaquetada amb un forat lateral per a contindre els objectes que han de reconèixer. Per a la segona sessió es necessitarà un projector, una paret o bé una pantalla, on projectar les imatges que s'han de treballar...
- ✓ Sessió d'oïda, es necessita un ordinador, uns altaveus i una selecció de sons que reconèixer, estos sons poden aconseguir-se a través de pàgines de Web com <http://recursostic.Educació.Es/bancoimagenes/web/>
- ✓ Sessió d'olfacte, necessitem per a dur a terme la sessió diferents recipients tancats, poden servir pots com de quallada, coberts per un paper de cuina (tancats per una goma elàstica) i amb forats per a poder olorar els diferents objectes i materials.
- ✓ Sessió de gust, es necessiten plats, culleretes, tenidors... i realitzar una selecció d'aliments que volem que proven, s'utilitzen els plats per a oferir als usuaris l'aliment que comentarem les diferents característiques.
- ✓ Sessió de tacte, és necessària una caixa fosca, com la utilitzada en la primera sessió vista, o bé una bossa de tela gran, per a introduir dins els diferents objectes que han de distingir, també és necessari realitzar una selecció d'objectes que introduïrem, per exemple unes claus, llapis, gots de plàstic, tenidors de plàstic, calcetins...

-Econòmics: Es necessita adquirir els productes peribles (aliments), cada vegada que realitzen les sessions de gust i olfacte. A més haurem d'adquirir objectes per a la sessió tacte i vista, i imatges per a la sessió vista.

DIFICULTATS

Les dificultats que podem trobar giren entorn del nombre de participants de la sessió, així com a la motivació dels propis participants. El nombre ideal de participants per sessió no sol excedir 12 persones, ja que així els temps d'intervenció dels usuaris no s'allarguen innecessàriament i es manté l'atenció cap als altres participants.

L'apatia és una altra de les dificultats amb què es poden enfrontar els monitors, esta apatia s'ha de transformar en motivació al facilitar la participació, per la teràpia de validació i per individualitzar el treball realitzat a les distintes característiques dels usuaris.

AVALUACIÓ

Es realitza una avaluació inicial per a saber les característiques dels usuaris/es, així com del material disponible. L'avaluació contínua es basa en els registres, que ens servixen per a detectar possibles

fallades i, amb els usuaris/es, s'avalua el grau de participació o la realització de l'activitat. S'utilitzen tècniques com l'observació participant o l'arregla d'informació a través dels propis usuaris.

Durant totes les sessions es realitzen registres del grau de participació o no en l'activitat, així com si ha sigut agradable i satisfactòria per als usuaris. Estos registres es transcriuen en taules generals que ens proporcionen informació sobre l'activitat.

L'avaluació final s'efectua sobre les avaluacions precedents, ens proporciona informació sobre el grau d'acceptació del taller, així com, de la participació dels usuaris/es. També és necessària una avaluació de les sessions, on a més d'estes tates es reflectix l'adequació de la intervenció a les seues capacitats sensorials i l'adequació dels diversos materials proposats en l'activitat.

PERFIL DE L'USUARI/A O BENEFICIARI/A

El taller esta indicat per a usuaris en fase lleu i moderada. Són aquells usuaris amb què és convenient exercitar les àrees de treball anteriorment citades: reminiscència, gnosies, memòria, atenció... ja que per les característiques de l'evolució de la malaltia encara es conserven capacitats necessàries per a no crear frustració en els participants i d'esta manera motivar-los per a experimentar amb les sensacions que ens produïxen els sentits.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

El taller està indicat, com ja s'ha descrit anteriorment, per a usuaris/s'en fase lleu o moderada. En ell es treballen les sensacions i percepcions que s'obtenen a través de l'experimentació amb els sentits, este treball es graduarà en funció de les característiques de cada participant. Hi ha usuaris/s'als que és més convenient oferir-los "pistes". A més sempre s'han de tindre en compte les indicacions per a la correcta comunicació amb el participant com, per exemple, no donar-los l'esquena al parlar, repetir les informacions de forma clara i senzilla, mantindre el tema de conversació o utilitzar el llenguatge no verbal convenientment. La intervenció es realitza de forma grupal, és per esta raó que és convenient minimitzar qualsevol situació de frustració o fracàs que es puga plantejar.

REGISTRES

Els registres utilitzats estan inserits dins dels generals de cada usuari, dins d'estos trobem un apartat on es realitza l'avaluació del grau de participació en l'activitat i el grat d'esta. Estos registres es poden completar amb observacions escrites al final, on es descriuen les percepcions que el monitor observa en cada participant.

16. TALLER HORTICULTURA I JARDINERIA

DESCRIPCIÓ

Cultivar plantes, flors, fruites i verdures.

JUSTIFICACIÓ



Cultivar plantes en l'hort o en els jardins ajuda a augmentar l'autoestima de les persones en general, i d'estos malalts en particular, pel fet que se senten responsables i útils, a més de la satisfacció i el plaer que suposa veure créixer i transformar-se les diferents plantes i els seus productes.

Totes les funcions cognitives: memòria, llenguatge, atenció, concentració, etc., són exercitades amb major intensitat amb la utilització dels objectes reals que s'usen en estes activitats, que si són presentats en làmines o fitxes de treball.

Per a realitzar este taller, hem de comptar amb un espai exterior adaptat per a poder desenrotllar les diferents activitats relacionades amb la jardineria i l'horticultura, i així tindre un espai idoni per a poder passar entre les plantes per a observar-les i treballar sense obstacles, aconseguint així que les tasques que li presentem no suposen un gran esforç físic, ni cap perill, tenint sempre supervisió i suport continu dels professionals.

La pèrdua d'activitats quotidianes que caracteritza a les demències suposa una baixada en l'autoestima i un augment dels sentiments negatius en la persona, amb este taller contribuïm a la millora de la qualitat de vida d'estes persones, ja que intentem retardar els problemes derivats de la malaltia duent a terme una activitat plaent i profitosa.

ÀREA DE TREBALL

Este taller ens permet treballar totes les funcions cognitives: memòria, llenguatge, atenció, concentració, etc...

Els continguts estan centrats a ajudar a preparar la terra o bé observar com és fa, segons les capacitats i gustos de cada usuari, sembrar les diferents plantes, observar el seu creixement i evolució, reconèixer les diferents plantes, denominar-les, observar les fases d'evolució dels productes i collir-los, tot açò amb el suport i acompanyament dels professionals.

OBJECTIUS

-L'**objectiu general** d'este programa es que, supervisats i orientats pels monitors, puguen dedicar-se a cultivar i cuidar plantes, arbres fruiters i el seu propi hort aprofitant-se de la diversitat de colors, textures, aromes, verdures, hortalisses.... per a aconseguir la màxima efectivitat en esta estimulació i així treballar les màximes àrees cognitives possibles.

-Els **objectius específics**:

- Potenciar l'autonomia personal i el sentiment de validesa.
- Mantindre les activitats del camp i jardí.
- Potenciar i/o mantindre l'orientació temporal i espacial.
- Mantindre la denominació.
- Potenciar la discriminació olfactiva i visual.
- Mantindre la capacitat d'atenció i concentració.
- Treballar els diferents tipus de memòria.
- Experimentar sensacions agradables.
- Exercitar el cos, mantenint en tant que siga possible la consciència del mateix.
- Treballar llenguatge i comunicació.
- Potenciar la socialització.

METODOLOGIA

En els tallers es treballen diverses activitats:

- Planificació del treball: esta activitat és recomanable que es treballa primer en classe, d'esta manera podem planificar pas a pas un organigrama i després seguir-ho.
- Plantar, regar.
- Llevar males herbes.
- Collir fruits, verdures, hortalisses,...
- Orientació temporal i espacial, depenent de l'estació en què es trobem, podem plantar, arreplegar,... unes plantes o altres.
- Denominació: de les plantes, flors, fruits, verdures,... que tenim en l'hort.
- Estimulació olfactiva i visual: de les flors, plantes,... que tenim.

La **periodicitat** d'este taller és setmanal, realitzant **una sessió d'una hora**, un dia a la setmana amb grups reduïts de 6 persones i amb un GDS del 3 al 5.

El **lloc de realització** és el pati del centre on està ubicat l'hort i els hivernacles.

Cal tindre en compte que per a realitzar esta activitat adequadament cal adaptar sempre les activitats a cada usuari, depenent de les seues característiques individuals.

RECURSOS

-Recursos professionals: El Tasoc o terapeuta del centre.

-Recursos materials: Hem de disposar d'un terreny prou ampli i preparat per al cultiu de fruites i verdures. Utensilis:

- Pales.
- Aixades.
- granera de jardí.
- Poals.
- etc.

Productes imprescindibles: abonament, insecticides adequats, llavors per a la sembra pròpia de cada estació de l'any, etc.

Altres: tanques per a delimitar l'hort, taulers per a delimitar camins al voltant de l'hort, canyes per a determinats cultius (com les tomaques), plàstics negres per a evitar que sorgisquen roïnes bulles i protegir les plantes, etc.



Fitxes de treball per a saber quins són els objectius concrets de cada activitat i qual és la metodologia que s'ha de seguir en cada una.

DIFICULTATS

Les principals dificultats amb què ens podem trobar vénen donades de la climatologia, és a dir, temperatures baixes, o massa altes, vent fort, pluja, etc. Estes situacions fan que la programació de l'activitat es veja alterada o patisca modificacions.

Altres dificultats que poden aparéixer són les derivades de les característiques físiques dels usuaris (no poden caminar, no es poden acatxar, etc.)

En totes estes situacions adaptem les activitats a les diverses dificultats que se'ns presenten (s'ajorna el dia de l'activitat si fa mal temps o la persona que té dificultats físiques no realitzarà activitats que impliquen un esforç físic, es realitzarien activitats de denominació, reconeixement, supervisió de tasques, etc.)

AVALUACIÓ

L'avaluació es realitza per mitjà de registres individuals, on es valora si s'han aconseguit els objectius plantejats en cada activitat.

En cada registre esta reflectida cada activitat i s'avalua amb una escala de Bé, Regular i Mal, en funció de si és adequada o no realitzar-la amb eixe usuari:

- Si no requerix ajuda i completa l'activitat de manera adequada, es puntuara com Bé.
- Si necessita ajuda o una guia per a indicar-li els passos, la puntuarem com Regular. Sempre tenint en compte que la pròxima vegada que la programem l'hauriem d'adaptar.
- I si no sap realitzar l'activitat ni amb ajuda, la puntuarem com a Mal i no es tornaria a programar amb este usuari.

PERFIL DE L'USUARI

Persona amb diagnòstic de demència, amb un GDS entre el 3 i el 5. Les dificultats físiques no impedeixen la realització de les activitats pel fet que s'adapten de manera individualitzada.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Les diferents activitats les adaptarem depenent del GDS de cada usuari i de les condicions físiques.

REGISTRES

ACTIVITAT	NOM USUARI	DATA	VALORACIÓ
Planificació tasca			
Regar			
Plantar			
Agranar			
Recolectar			
Arrancar males herbes			
Recollir herbes			
Aclarir			
Denominació: formes, colors, olors,...			
Adobar olives			

17. TALLER RISOTERÀPIA

DESCRIPCIÓ

“La risoTERÀPIA és una teràpia de suport a través de la rialla i el bon humor com a eix principal, que en alguna ocasions pot ella sola i per si mateixa ajudar en l'aplicació d'altres teràpies reforçant la seua efectivitat i pal·liant els símptomes d'una malaltia. Almenys millora l'estat anímic d'una persona, i la seua capacitat d'afrontar els esdeveniments vitals, enfortint-se a nivell psíquic i físic. És per això que es considera una de les millors medicines preventives”.

La risoTERÀPIA pot aplicar-se de forma individual o grupal sent esta ultima la més demantada i efectiva. En moltes persones la rialla no aflora de forma natural i espontània, sinó que cal induir-la. La millor forma de provocar-la és a través de processos dinàmics i lúdics de participació i de treball de grup, sent una bona ferramenta de desenrotllament personal a través de la interacció grupal.

L'individu pot treballar la seua capacitat de riure, gaudir, disfrutar la seua capacitat de creativitat, d'autoestima, d'afrontament de l'estrés, de millora del sentit de l'humor,... a través de dinàmiques lúdiques psicogrups en un ambient de treball individual i grupal que es denomina DINÀMICA I TERÀPIA DE LA RIALLA.

JUSTIFICACIÓ

- Augmenta l'autoestima, la vitalitat i l'alegria.
- Fomenta l'expressió, l'extraversió i la relació interpersonal.
- Potència la creativitat, l'espontaneïtat i l'expressió constructiva de les nostres potencialitats.
- Facilita la gestió del bon humor i la consciència en el present.
- Augmenta l'oxigenació, i estimula l'eliminació de toxines.
- Augmenta les defenses del cos i la resistència al dolor.
- Tonifica músculs i teixits d'òrgans interns, millora així la freqüència cardíaca, la tensió arterial i les digestions.
- Induïx a la relaxació i millora el son.

ÀREA DE TREBALL

Es treballen les àrees següents:

- Atenció i concentració.
- Sociabilitat.
- Interaccions socials.
- Coordinació i exercici físic.
- Llenguatge: comunicació verbal i no verbal.
- Gnosias (imatges i objectes).
- Memòria.
- Esquema corporal i lateralitat.

OBJECTIUS

-Objectiu general: Estimular l'àrea cognitiva, social i sensorial.

-Objectius específics:

- Millorar les relacions socials entre els usuaris.
- Augmentar el nivell d'endorfines per mitjà de les activitats de risoteràpia.
- Disminuir les alteracions del son.
- Millorar la psicomotricitat.
- Millorar l'estat d'ànim.

METODOLOGIA

-Activitats:

- ✓ **RELAXACIÓ:**
 - Teràpia de la música- respiració cel·lular.
 - Alliberar el negatiu: eliminar el negatiu.
- ✓ **ESTIMULACIÓ SENSORIAL**
 - La suau ploma.
- ✓ **RISOTERÀPIA**
 - Els animals.
 - La rialla fonadora.
- ✓ **INTERACCIÓ**
 - L'embaràs simbòlic.
 - Jo et vull, tu em vols.
 - Les cosquerelles.
 - L'abraç.

Les activitats serien alterades en el seu orde i contingut segons els recursos espacials, el nombre d'usuaris i l'estat fisicocognitiu dels usuaris a participar en cada taller.

-Duració: Una hora aproximadament.

-Periodicitat: Anual.

-On es realitza: En les instal·lacions de l'Associació.

-Com es realitza: Es disposen als usuaris assentats en cercle amb el tècnic corresponent al centre. El tècnic va proposant dinàmiques adaptant-les al nivell cognitiu i de participació del grup d'usuaris. La

dinàmica s'estructura amb una primera part destinada a l'estimulació i participació de l'usuari i una segona la finalitat de la qual és buscar la relaxació del grup.

RECURSOS

- Professionals:** un tècnic extern a l'Associació.
- Materials:** globus, plomes, barrets, peces de roba de disfressa, mascare, maquillatge, paper, retoladors, equip de música i música, pilotes,....
- Econòmics:** cap.

DIFICULTATS

- Que el tècnic que impartix el taller siga capaç d'adaptar-se a nivell de deteriorament cognitiu i físic que presenta l'usuari.
- Trobar un tècnic que impartisca el taller de forma gratuïta o el tindre els suficients recursos econòmics per a poder finançar eixe tipus de tallers, bé siga que l'entitat pugui formar a algú o que siga un recurs extern.
- Problemes d'espai.

AVALUACIÓ

Una vegada impartit el taller, es passarà un qüestionari per observar els resultats obtinguts amb els usuaris. Es valora:

- Ingesta d'aliments.
- Estat anímic.
- Alteracions de conducta.
- Com han dormit.

PERFIL D L'USUARI / BENEFICIARI

Pacients amb deteriorament cognitiu en qualsevol de les seues fases.

ADAPTACIO PER NIVELLS

Les adaptacions no són individuals sinó que es realitzen a nivell grupal.

REGISTRES

- Fitxa activitat (s'adjunta modelo Annex 1).
- Avaluació del taller (s'adjunta modelo Annex 2).

No s'empleen fitxes de treball en el desenvolupament d'aquest taller.

Annex 1

LOGO ENTITAT	FITXA ACTIVITAT	Cod: Rev: Pag:	P G
--------------	-----------------	----------------------	--------

TITUL DE L' ACTIVITAT	
"TALLER DE RISOTERÀPIA"	
DESCRIPCIO DE L' ACTIVITAT	
Objectius: - Estimular l'àrea cognitiva, social i sensorial - Millorar les relacions socials entre els usuaris - Augmentar el nivell d'endorfinas per mitjà de les activitats de risoTERÀPIA - Disminuir les alteracions del son - Millorar la psicomotricitat - Millorar l'estat d'ànim A qui va dirigit: Malalts d'Alzheimer i altres demències en qualsevol de les seues fases Personal d'AFA responsable de l'activitat: TASOC Freqüència estimada de repeticció: Anual Detalls de l'activitat: - Dinàmiques destinades a esbossar un somriure - Activitats de contacte que provoquen rialles	
OBSERVACIONS:	
PROPOSAT PER: Aprovat per Direcció:	
Data i firma:	Data i firma:

Annex 2

LOGO ENTITAT

Des d'AFA_____ s'ha dut a terme el taller de risoTERÀPIA. Ens seria de gran ajuda, que per a observar resultats aconseguits amb els usuaris, i poder valorar pels nostres professionals, omplira estes qüestions:

A omplir pel Centre:

Com ha sopat?

- ☐ Regular
- ☐ Mal
- ☐ Observacions.....

Com és el seu estat? (anímico, alteracions, conducta...)

- ☐ Tranquil
- ☐ Nerviós
- ☐ Observaciones.....

Com ha dormit? Ha tingut alteracions del son?"

.....
.....

Els agrairíem que el qüestionari, fóra tornat al Centre. Moltes gràcies per la seua col·laboració

18. L' HORT URBÀ

DESCRIPCIÓ

A partir d'una parcel·la de terra cedida per l'Ajuntament de la localitat, ens disposem a realitzar tot el que és necessari per a tirar endavant un Hort Urbà.

Per a l'adequada gestió del mateix, el propi Ajuntament s'ha preocupat de la formació específica del personal responsable de l'hort, ha cedit les ferramentes necessàries per al cultiu i anirà orientant en tot moment dels períodes més adequats per a realitzar les tasques necessàries per al cultiu de productes.



Amb tot això, l'Associació únicament atendrà a les instruccions donades per part dels tècnics responsables, orientant en tot moment als usuaris i atenent a les necessitats dels mateixos, vetllant per la bona gestió de l'hort.

JUSTIFICACIÓ

Com en la resta d'activitats exercides amb els usuaris dels Tallers de Psico-estimulació de la nostra entitat, tractem d'oferir-los una activitat a través de la qual volem reconèixer la vàlua personal de cada un dels nostres beneficiaris, brindant-los la possibilitat de participar activament en tasques per ells conegudes i sobre les quals senten un alt grau de seguretat. Molts dels nostres usuaris han treballat/viscut en i pel camp, per la qual cosa el cultiu d'una xicoteta parcel·la de terra els pot fer recordar moments agradables de la seua infància i joventut, aportant-los una gran satisfacció al comprovar que encara poden dur a terme gran part de les activitats per ells de sobra conegudes.

ÀREA DE TREBALL

- Llenguatge.
- Orientació.
- Atenció-Concentració.
- Memòria.
- Funcions executives.
- Praxi.
- Lectura.
- Escriptura.
- Estimulació Sensorial.



OBJECTIUS

-Objectiu General: Elevar i/o mantindre la salut física, cognitiva i emocional dels usuaris dels tallers.

-Objectius Específics:

- Fomentar la relació social amb el seu grup d'iguals.
- Disminuir alteracions comportamentals/conductuals a través del contacte amb el medi ambient i la ruptura amb la rutina diària.
- Preservar l'autonomia del malalt el màxim temps possible per mitjà de la realització d'activitats adequades a les seues capacitats.
- Fomentar la seua autoestima.
- Realitzar exercici físic saludable en contacte amb la naturalesa.
- Fomentar les reminiscències, a través d'activitats conegudes i habituals per a ells.



METODOLOGIA

-Activitats:

- Formació dels professionals responsables en les tasques relacionades amb el cultiu i l'horta.
- Preparació de la parcel·la per a procedir al seu cultiu.
- Explicar als usuaris la realització de la nova activitat.
- Visitar l'hort de manera periòdica, realitzant un breu passeig per la zona i reconeixent l'entorn.
- Atendre les necessitats de l'hort fins que arribe el moment del cultiu.
- Portar un seguiment de les activitats realitzades en l'hort en funció de les diferents estacions de l'any.
- Sembrar, atenció, cultiu i arplega de productes amb la col·laboració dels usuaris més entesos en cada una de les activitats (remoure la terra, eliminar males herbes, reg,...)
- Denominació de productes cultivats.
- Evocació categorial (Escriure o anomenar noms de... verdures, fruites,...).
- Conversació: treballar un tema relacionat amb el camp.
- Orientació temporal: Tasques a desenrotllar en funció de l'època de l'any.
- Comptar històries personals dels seus anteriors contactes amb el camp (com ho feien, quins instruments utilitzaven,...)

- Treball de refranys relacionats amb el tema que ens ocupa.
- Llegir notícies, documents, textos o paraules relacionats amb l'hort.
- Escriure o copiar documents, textos o paraules relacionades.
- Presentar productes arreplegats en l'hort i reconèixer-los pels seus olors, sabors i textures
- Al final de cada estació, organitzar un berenar tractant d'utilitzar el màxim de productes obtinguts a través del cultiu de l'hort.



-Duració:La duració de l'activitat serà de tres hores aproximadament, incloent el temps que s'invertix a acudir a l'hort, treballar en ell, i després de tornar al centre realitzar les activitats pertinents en relació amb el treball realitzat en la parcel·la.

-Periodicitat de realització:La periodicitat varia en funció de l'època de l'any en què ens trobem, i les tasques

que s'hagen de realitzar en l'hort (sembrar, atenció, cultiu o arrebrega). Hi ha temporades que l'activitat es realitza tres vegades per setmana i altres una vegada a la setmana. Els tècnics de l'Ajuntament responsables de la formació dels treballadors, ens orientaven sobre el temps de dedicació òptim en funció de l'època.

-On es realitza:En la parcel·la de terra que l'Ajuntament ens va proporcionar per a dur a terme el projecte.

-Com es realitza:Estos tallers desenrotllen al llarg de tot l'any, atenent als canvis propis de les estacions meteorològiques, per la qual cosa serà necessari realitzar adaptacions de les activitats en funció de l'estació en què ens trobem. Està clar que en ple hivern, serà difícil que els usuaris atenguen directament l'hort, ja que podem ocasionar-los problemes de salut, però sí que tractarem de realitzar un seguiment adequat perquè en tot moment siguin participants de les activitats que en el mateix s'estiguen desenrotllant, informant-los de les tasques a desenrotllar, preparant en el Centre les llavors a plantar, oferint-los fotografies sobre les activitats/canvis realitzats, duent a terme en el centre activitats relacionades...

RECURSOS

-Professionals: El propi equip d'atenció directa dels Tallers (dos auxiliars i un psicòleg).

-Materials:

- Parcel·la adequada.
- Llavors per a la sembra.
- Ferraments de cultiu.



-Econòmics: En el nostre cas, no va suposar desembossament econòmic, al ser una activitat organitzada en coordinació amb l'Excm. Ajuntament d'Ibì, que es va ocupar del finançament de tot el que és necessari per a la seua posada en funcionament.

DIFICULTATS

Al tractar-se d'una activitat a desenrotllar a l'aire lliure, les més dificultats vénen derivades d'esta situació, ja que la climatologia adversa ens feia abandonar ben sovint les tasques pròpies que afavorien el bon manteniment de l'hort.

La relativa llunyania de l'hort al Centre on estem ubicats, que feia difícil de vegades, el desplaçament de la totalitat dels usuaris.

AVALUACIÓ

Es realitzaran reunions de l'equip tècnic per a valorar l'activitat en funció dels resultats obtinguts en una plantilla de registre. En la dita plantilla s'inclourà:

- Nombre d'usuaris participants.
- Motivació dels usuaris.
- Interés mostrat.
- Participació dels usuaris.
- ...



PERFIL DE L'USUARI

Usuaris dels Tallers de Psico-estimulació, són 20 persones afectades per una demència (sigui o no tipus Alzheimer) que es troben tipificats en la 1a i 2a fase de la malaltia. Estes persones presenten símptomes com a pèrdua progressiva de la memòria, dificultats per a halar, per a entendre el que se'ls diu, amb una gran desorientació en l'àmbit domèstic. Presenten disminució progressiva de les facultats físiques i alteracions de la personalitat com per exemple irritabilitat, eufòries injustificades, depressió, agressivitat.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

S'ha de valorar la situació cognitiva dels usuaris i adaptar les activitats a desenrotllar en l'hort a les possibilitats de cada un d'ells.

REGISTRES

S'adjunta el full de registre que s'ompli després de realitzar una sessió d'horticultura.

**SESSIÓ D'HORTICULTURA**

-DATA: _____

-ACTIVITATS REALITZADES EN 'HORT: _____

_____ -ACTIVITATS REALITZADES
AL CENTRE: _____

PARTICIPANTS	MOTIVACIÓ	VALORACIÓ ACTIVITAT HORT	VALORACIÓ ACTIVITAT CENTRE	OBSERVACIONS

-NOTA: La valoració de les activitats realitzades a l'hort i al centre es puntúen de l'1 al 10.

19. CINEFORUM

DESCRIPCIÓ

El cine forum és una activitat grupal en què a través d'una dinàmica interactiva o de comunicació es pretén arribar al descobriment, interiorització o vivència d'unes realitats.

JUSTIFICACIÓ

Esta activitat està pensada per a estimular les funcions perceptives i cognitives dels malalts d'Alzheimer. Ajuda a la comprensió dels continguts i anima a la discussió.

ÀREA DE TREBALL

Durant el transcurs de l'activitat treballem, l'atenció, la memòria (memòria immediata, ja siga auditiva, fotogràfica i associativa, la memòria semàntica a través de la reflexió i la definició, i la memòria de reminiscència per mitjà de la tertúlia) el llenguatge (expressió i comprensió verbal) i el raonament.



OBJECTIUS

-Objectiu General:

- Oferir la possibilitat, a partir d'imatges, de vivenciar situacions de la vida real.

-Objectius Específics:

- Estimular els sentits (vista i oïda).
- Intentar millorar les habilitats comunicatives.
- Estimular l'expressió de les emocions.

METODOLOGIA

El Cine Forum és molt més que assentar-se i veure una pel·lícula, comporta una sèrie de passos:

-Activitats que ho componen:

- Programació: a l'hora de programar hem de formular-nos una sèrie de preguntes, quin és l'objectiu i la finalitat que perseguim? I qui són els destinataris?
- Selecció de la pel·lícula: hem de triar una pel·lícula o documental apropiada als nostres usuaris/malalts a fi que puga donar-se el grau de comprensió adequat. Cal tindre en compte també la duració de la pel·lícula, ja que una pel·lícula molt llarga, resta temps per al debat posterior, cansa la gent i hi ha vegades que resta

importància a l'essencial. També s'ha tindre en consideració el criteri de qualitat: una pel·lícula roïna produïx rebuig i en canvi una bona, estimula i motiva.

- Presentació de la pel·lícula: Es fa una xicoteta introducció o explicació sobre el contingut, argument i tot allò que facilite la comprensió.
- Visualitzar la pel·lícula, documental o notícia.
- Comentar la dita visualització: Ací el Terapeuta animarà als usuaris a participar en el debat i per a aconseguir-ho, farà una xicoteta reflexió sobre la pel·lícula o documental i una sèrie de preguntes relacionades amb el que han vist.

-Duració:

- El temps que dure la pel·lícula, documental o notícia.
- 30 de minuts dedicats al comentari.

-Periodicitat de realització: Dos vegades per setmana

-On es realitza: Esta activitat es realitza en la seu de la nostra Associació, en concret en l'espai reservat per a la sala de televisió.

-Com es realitza: En un primer moment, es visualitza la pel·lícula, documental o notícies en silenci. Posteriorment es plantegen diverses preguntes associades a sensacions, sentiment i emocions relacionats amb la pel·lícula, documental o notícia visualitzada.

És convenient que conceben la tasca com quelcom divertit. S'ha de crear un ambient dinàmic perquè estiguen atents als estímuls visuals i auditius.

RECURSOS

-Professionals: Comptem amb el terapeuta ocupacional que és l'encarregat de desenrotllar la dita activitat.

-Materials:

- FITXES DE TREBALL (no es realitzen). Es realitza de manera oral
- Els materials utilitzats són sala de televisió, butaques, televisió, vídeo, dvd i pel·lícules.

DIFICULTATS

- Limitació visual i auditiva d'alguns dels usuaris.
- Falta d'atenció en fases avançades.

AVALUACIÓ

Se li va a preguntant a cada usuari quelcom relacionat amb lo vist i així podem comprovar el grau de coneixement, d'atenció, de raonament etc.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Tots els assistents al centre.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Es dividixen en dos grups, un grup de deteriorament de lleu-moderats i un altre grup de deteriorament dels avançats (al grup més avançat se'ls passen imatges més sensorials, concerts de música, curtmétratges etc.)

REGISTRES

- Pel·lícules o documentals visualitzades (dia, mes i grup), amb això es pretén portar un control sobre la pel·lícula visualitzada i els usuaris que l'han vist.

PELICULA O DOCUMENTAL VISUALITZAT	DATA	GRUP		Nº ASISTENTS
		LLEUS- MODERATS	AVANZATS	

20. ESTÈTICA

DESCRIPCIÓ

Un/a esteticien s'encarrega de maquillar les usuàries del centre.

AREA DE TREBALL

- Comunicació.
- Reconeixement.
- Memòria.
- Comunicació verbal i no-verbal.
- Llenguatge.
- Esquema corporal.
- Atenció.
- Concentració.

OBJECTIUS

Fomentar l'autoestima de les usuàries, la comunicació i la sociabilització.

METODOLOGIA

L'esteticien encarregada de maquillar les nostres usuàries pot desplaçar-se al centre o podem seleccionar a un grup d'usuàries perquè siguin elles les que vagin (amb supervisió) fins al centre d'estètica. La visita durarà 2 o 3 hores, depèn de qui faci el desplaçament. Este taller es pot realitzar 1 o 2 vegades a l'any.

RECURSOS

- **Professionals:** Professionals de l'estètica i personal del centre.
- **Materials:** Maquillatge (aportat per la professional) i instal·lacions del centre.
- **Econòmics:** Cap

DIFICULTATS

Trobar a una esteticien que realitzi esta labor sense cap cost per a l'associació i el deteriorament dels usuaris i oferir una gran varietat de productes per a adaptar-se a les preferències de les usuàries.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Dones en qualsevol de les fases que no presenten conductes d'agitació.

21. MUSICOTERÀPIA

DESCRIPCIÓ

La musicoteràpia és una especialitat més dins de les psicoteràpies, amb la particularitat que s'empra com a suport un llenguatge artístic com és la música. Els musicoterapeutes utilitzen les experiències musicals estratègicament dissenyades per a atendre les necessitats prioritàries de les persones que participen en les sessions, per a ajudar-les que desenrotllen una millor integració personal i social. Les sessions de musicoteràpia consisteixen a fer música amb ells, i que la música siga el mig, el vehicle que facilite el coneixement personal i l'obertura cap als altres.

Les sessions de musicoteràpia consisteixen a fer música amb ells, i que la música siga el mig, el vehicle que facilite el coneixement personal i l'obertura cap als altres.

És una disciplina nova al nostre país però amb molt fonament i una llarga història. La musicoteràpia no capella la malaltia, però si ajuda a superar dificultats, i per això és un complement en el tractament de moltes alteracions, malalties o discapacitats.



La música té tres components fonamentals: melodia, ritme i harmonia. Cada un d'ells connecten més amb alguns dels components essencials del ser humà: el component afectiu, físic i psicològic, i cal conèixer tant uns com els altres per a fer de la música un element terapèutic.

Els beneficis són múltiples com per exemple: estimulació de la memòria i de la reminiscència gràcies als records promoguts per la música, com a activitat creativa fomenta l'autoestima, i fa prendre consciència de les capacitats i potencialitats vigents, millora les funcions motores i senso-perceptives, fomenta les relacions interpersonals.

JUSTIFICACIÓ

Les persones amb l'EA i altres demències poden emprar la música per a activar el record d'esdeveniments importants viscuts en la seua vida. Ben sovint estos records de vivències i sensacions podria paréixer que ja hagueren desaparegut d'estes persones, però no és així. La música pot reactualitzar-les i tornar a portar-les amb suavitat a la seua consciència. Esta possibilitat pot ser molt interessant ja que escoltar cançons de la seua vida, cantar-les i inclús ballar-les, quan poden fer-ho, són activitats que activen de forma natural l'atenció auditiva, el llenguatge comprensiu i expressiu, la memòria, el moviment conscient i l'afectivitat vinculada a les dites cançons.

La música a més pot proporcionar a les persones amb l'EA i altres demències afins molta qualitat de vida en l'aspecte emocional perquè, si és del seu gust estètic, els pot calmar, activar, donar benestar i sentiments positius en la relació amb els altres. Tot això desperta el sentiment de ser capaços de fer coses, de compartir, i de que l'esforç val la pena.

Se sap que les habilitats musicals se solen conservar en les persones amb EA, encara que els nivells de deteriorament en la memòria i en el llenguatge van sent cada vegada més accentuats. Este fet constatat ho aprofiten els musicoterapeutes per a obtindre la màxima motivació i activació possible per a estes persona alhora que els proporciona equilibri, perquè la música es pot convertir en un suport o estructura important per a l'expressió i comunicació de la seua afectivitat en la vida diària, alhora que es frena el deteriorament del llenguatge i la memòria. A més, la música pot disminuir les alteracions emocionals i de conductes que sovint es presenten, especialment en les fases més avançades de la malaltia.

ÀREES DE TREBALL

En l'aplicació de la musicoteràpia amb malalts d'alzheimer les àrees a treballar són molt àmplies:

- llenguatge comprensiu i expressiu.
- atenció auditiva.
- Memòria.
- raonament intel·lectual.
- orientació espai-temporal.
- identitat personal.
- Reminiscència.
- Motricitat.
- Lateralitat.
- Equilibri.
- coordinació motora.
- moviment conscient.



OBJECTIUS

Les sessions pretenen 'facilitar i promoure la comunicació, la relació, la motricitat, l'expressió, a fi de satisfer les necessitats físiques, emocionals, mentals, socials i cognitives de la persona afectada per la malaltia d'Alzheimer.

La musicoteràpia brinda una oportunitat per al desenvolupament de diferents objectius, com ara:

- Desenvolupar la capacitat de comunicació a través de diferents vies d'expressió (musical, verbal, corporal,...)
- Desenvolupar la imaginació i creativitat.
- Expressar sentiments i emocions canalitzant-les en el marc musical.
- -Fomentar l'autoestima a fi d'afavorir la qualitat de vida de les persones.
- Augmentar la consciència de si mateixos, dels altres i de l'entorn.
- -Treballar la motricitat fina/gruesa, el control del moviment i el desenvolupament del llenguatge.
- Afavorir la millora de capacitats cognitives primàries com l'atenció, la memòria, el llenguatge, associació, assimilació, concentració, ubicació temporal- espacial.
- Desenvolupar habilitats socials.

METODOLOGIA

Com a comú denominador a cada una de les activitats realitzades en el taller de musicoteràpia, cabria destacar la importància de deixar sonar música de l'època dels pacients, que els estimule els sentiments i el record, i per descomptat els proporcione un espai de distracció i entreteniment, on es potencie la comunicació.

Per a participar, els pacients no han de saber música ni haver tingut una educació musical, perquè la música i els elements musicals són utilitzats com a mitjà per a aconseguir uns objectius terapèutics, no amb una finalitat estètica.

-Activitats: Les activitats a desenrotllar en els tallers de Música teràpia, anirien en funció de huit àrees de treball on es desenrotllen diferents aspectes que inclouen la musicoteràpia:

- ❖ **Activitats d'identificació:** Implica la identificació en diverses matèries, com poden ser fotografies d'intèrprets, estils musicals o sentiments, que s'evoquen a través de cançons del record dels pacients. Pretén l'esforç del record i de la identificació de targetes, aquells que per raons culturals o cognitives no puguin llegir les targetes li'ls facilitarà l'activitat amb targetes de diferent color i grandària.
- ❖ **Activitats de ritme:** Amb esta activitat, els pacients hauran de comprendre, recordar i realitzar una seqüència rítmica de menor a major grau de dificultat, repetint la instrucció amb el maneig de senzills instruments musicals.
- ❖ **Activitats d'Atenció i concentració:** En la realització d'este tipus d'activitats, els pacients hauran de discriminar, potenciant així la facultat de discriminació, en les cançons presentades, paraules, i per un altre costat es treballarà l'atenció relacionant color-instrument.
- ❖ **Activitats de Discriminació auditiva:** Les activitats impliquen la identificació de silencis en les cançons, i ressaltar-los fent sonar xiulets que com a complement millora el to respiratori dels pacients. Per un altre costat han d'identificar silencis de determinades paraules en les cançons presentades, identificant-los i respectant-los.
- ❖ **Activitats de llenguatge:** En esta àrea es treballarà de forma intensiva l'evocació i el record de títols, intèrprets, lletres de cançons, evocar cançons a partir d'un objecte o una paraula. En este tipus d'activitats es valorarà: la capacitat de memorització, els reflexos dels participants, el grau de participació, i la capacitat d'evocar i recordar.
- ❖ **Activitats de memòria de treball:** L'objectiu d'este tipus d'activitats és la potenciació de la memòria de treball, exposant sèries de tres cançons repetides durant dos vegades, després de la qual cosa el pacient haurà de recordar la seqüència escoltada.
- ❖ **Aspectes lúdics:** els aspectes lúdics en el Taller de Musique teràpia aniran en relació de la posada en marxa d'un grup coral , així com de balls de diferents estils musicals."
- ❖ **Activitat de salutació:** La salutació serà una activitat fixa que es realitzarà al començament del taller on els pacients recordaran el seu nom i la resta li saludarà amb una senzilla i rítmica cançó.

- ❖ **Improvisacions musicals:** en les que tant els pacients com el terapeuta prenen part activament. Són una de les parts més importants de la sessió i perseguixen indagar en l'estat emocional del pacient i reflectir les dites emocions en la música.

Les improvisacions poden ser lliures, donant la possibilitat que cada u actue lliurement, o dirigides, bé siga pel terapeuta o per algun dels pacients. Estes improvisacions poden així mateix estar enfocades en un tema concret, com pot ser una emoció, una paraula, una imatge....



- ❖ **Audicions musicals:** escolta activa o receptiva de música pregravada, seleccionada pels pacients o pel terapeuta.

Estes audicions poden ajudar a aprofundir en el sentiment d'experiències viscudes anteriorment. Altres vegades, poden ser una via de fuga a través de què relaxar la tensió.

- ❖ **Balls i Danses:** es poden fer balls en individual, per parelles o grupals, en els que els pacients poden moure el cos lliurement.
- ❖ **Conjunt Coral:** És una activitat la qual desenrotlla l'oïda, ment, veu, els ajuda a saber fer una activitat en conjunt, la qual és bonica i interessant.
- ❖ **Expressió Corporal:** La musicoteràpia i l'expressió corporals la utilització de la música per a aconseguir objectius terapèutics. Totes les sessions van acompanyades de música de relaxació, clàssiques, d'interiorització, amb pulsacions determinades... i de moviments corporals lliures o dirigits. L'àrea d'expressió corporal estarà composta per dinàmiques com ara: **L'espill del ritme**, moviments rítmics per parelles on un dels participants imitarà els moviments rítmics de l'altre participant al ritme de música melòdica amb pujades i baixades rítmiques que potencien el moviment, expressió artística lliure, els pacients pintaran sobre una aquarel·la de forma manual, amb moviments al ritme d'una música clàssica de caràcter expressiu, on la base fonamental d'estes són les seues melodies clares, ritmes marcats i de fàcil captació, temps moderats aconseguint una millora en l'àmbit de l'expressió corporal. **Gestos Sonors**, l'activitat consisteix a reproduir gestos d'accions de la vida diària, amb la complexitat de simular el so onomatopèic de l'acció. L'activitat té com a objectius, l'evocació d'activitats de la vida diària i una part d'expressivitat i desinhibició dins del grup al màxim la teràpia sense que provoqe un cansament excessiu.

-Duració: El temps de les sessions pot ser flexible. Una estimació orientativa pot ser 50 minuts per a sessions de grup, i 30 per a sessions individuals. Però el musicoterapeuta, amb la resta de l'equip interdisciplinari, determinarà el temps més adequat per a aprofitar al màxim la teràpia sense que provoqe un cansament excessiu. En gran manera els temps assignats dependran de l'estat general de l'usuari.

-Periodicitat: El taller de musicoteràpia ho podem desenrotllar amb una periodicitat anual La periodicitat del taller de musicoteràpia en la nostra associació és de 2 dies per setmana.

-On es realitza: Es desenrotllarà en la pròpia associació utilitzant per a això una sala amb bona il·luminació i que permeta el treball en grup.

-Com es realitza: Per a dur a terme una sessió de musicoteràpia, és interessant iniciar amb una activitat lúdica que ajude a socialitzar-se i a calfar el grup per a predisposar-lo a la sessió. Posteriorment se selecciona una dinàmica alternant les diferents àrees treballar. I s'acaba la sessió amb una dinàmica de relaxació que ajude a asserenar els usuaris.

RECURSOS

-Professionals: Segons l'Associació Espanyola de Musicoterapeutas Professionals (AEMP) musicoterapeuta és aquella persona en possessió del Títol Universitari de Postgrau en Musicoterapia.

No obstant això i sent que moltes vegades les associacions compten amb dificultats per a contractar a un musicoterapeuta, hi ha l'opció que personal habitual de l'Associació, com són terapeutes, psicòlegs i educadors es formen en la matèria a fi de dur a terme un taller terapèutic basat en la música.

-Materials: Per al desenrotllament dels Tallers i al llarg dels mateix s'utilitzen distints recursos materials. Entre ells es poden significar: discos, gravacions, equip de música, partitures, cds. Cintes de tela, aros, pilotes, bastons. La veu, el propi cos com a instrument de percussió. Caixes, panderos, panderetes, claus, xim-xims, triangles, maraques, caixes xineses, sonalls, carabasses, xilòfons, metalófonos. Un altre piano, flauta dolça, etcètera.

També podem elaborar instruments a partir del reciclatge de certs elements com són pals de granera per a ritmes, maraques amb botelles i llegums.

-Econòmics: Econòmicament, fa falta dels recursos necessaris per a costejar el salari del musicoterapeuta, que en cas de no estar en nòmina oscil·la entre 20-25EUR/hora, o en cas contrari el de la persona encarregada de l'execució del taller.

Si precisa d'una aportació inicial per a costejar el material necessari.

DIFICULTATS

Entre les principals dificultats per a l'execució del taller es troben a nivell econòmic i professional, ja que no sempre es disposa de la partida pressupostària necessària per a fer el reembossament inicial de material així com per a costejar al tècnic musicoterapeuta. I per un altre costat les associacions no sempre compten entre el seu personal amb una persona formada en este tipus de disciplines, caient únicament en l'aspecte lúdic de la musicoteràpia.



AVALUACIÓ

A l'iniciar el tractament es va omplint un Qüestionari d'avaluació de preferències musicals de cada persona amb EA, quan açò siga possible, quedant com a part de l'anamnesi del pacient. Les tates més rellevants s'ordenen en la Història Musico-terapèutica. Es tindran en compte també les informacions que puguen aportar els familiars així com altres professionals que conviuen amb estes persones. La informació obtinguda serà de molta utilitat a l'hora de triar i dur a terme les diferents activitats musicals estratègicament dissenyades per a les persones concretes que participen en cada sessió de musicoteràpia.

Cada sessió s'avalua per mitjà d'una fitxa individual en què es registren les conductes més significatives.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

-Perfil idoni: El perfil idoni d'usuari de sessions de musicoteràpia és aquella persona amb EA que més necessita suport socioemocional per a afrontar les dificultats inherents a la seua malaltia. I en general, qualsevol persona amb alteracions en l'atenció, la memòria, el llenguatge i la motricitat poden beneficiar-se d'esta teràpia.

-Altres perfils possibles: Igualment és molt recomanable que puguen participar en els programes de musicoteràpia aquelles persones que es troben en les primeres fases de la malaltia.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Uns dels avantatges de la musicoteràpia és que és una teràpia apta i recomanada per a tots els nivells, ja que com bé és sabut la sensibilitat i el gust musical no es perden mai, inclús en les últimes fases de la malaltia.

No obstant això si cal fer una selecció de dinàmiques acords a la capacitat cognitiva dels usuaris podent ser de major o menor complexitat.



REGISTRES

REGISTRE DIARI

TALLER DE MUSICO-TERAPIA

□ Nom

DATA	Activitats - identificació	A	I	R	C
	» Identificar foto intèrpret				
	» Identificar estils musicals				
	» Identificar sentiments				
	» Ritmes				
	» Donar un ritme				
	» Melodías silencioses				
	» Estructures musicals				
	» fons rítmics instrumentals				
	» Fons rítmics corals				
	» Ritmes amb pals				
	» Discriminació auditiva				
	» Cançó intrusa				
	» Tons musicals				
	» Llandes musicals				
	» Silbats (silencis)				
	» despertar els sentits				
	» Silenci en cançons				
	» Atenció-Concentració				
	» Lletres temàtiques				
	» Concurs musical				
	» Discriminar colors				
	» Concurs musical - paraules				
	» Discriminar paraules				
	» Marcar les paraules				

	Onomatopéyiques				
	» Expressió corporal				
	» El espill del ritme				
	» Gestos sonoros				
	» Expressió artística lliure				
	» Ball manual				
	» gestos musicals				
	» La batuta				

	» Reminiscencia	A	I	R	C
	» Reminiscencia Musical				
	» Relaxació				
	» Las quatre estacions				
	» Salutació				
	» Actividades lúdicas				
	» Grup coral				
	»				
	»				
	»				

1=res 2=Poc 3= Normal 4= Prau
5= Molt

Adaptació= de la tasca a les necessitats del cas i als objectius del programa.

Interés = Si la Tasca resulta atractiva per a l'usuari Realització = Grau d'execució de l'activitat

Comprensió= Grau en què la comprensió de l'activitat ha influït directament sobre la realització.

OBSERVACIONS:

	Llenguatge	A	I	R	C
	» Evocar lletres				
	» Evocar intèrpretes				
	» Evocar títols				
	» Evocar cançons per objectes				
	» Crear una veu				
	» Roda pilota -cançó				
	» Memòria de Treball				
	» Serie de cançons				
	» Expressió no verbal				
	» Imitació de sons				
	» Creació musical				
	» Histories				

22. PASAPARAULA

DESCRIPCIÓ

Igual que el programa de televisió, es necessita un tauler amb les lletres de l'abecedari, de la a a la Z. Es realitza una pregunta on la resposta és una paraula que coincidix amb la lletra on ha caigut la fletxa de la ruleta.



JUSTIFICACIÓ

Aconseguir crear un ambient grupal de diversió on l'esforç per aconseguir la resposta adequada siga l'objectiu principal de la motivació.

ÀREA DE TREBALL

Llenguatge

OBJECTIUS

-Objectiu General:

- Fomentar la participació en el grup.

-Objectius Específics:

- Augmentar l'atenció i la concentració.
- Afavorir la comunicació verbal.
- Afavorir l'evocació directa.



METODOLOGIA

-Duració: Taller de 45 a 60 minuts.

-Activitats: Girar una fletxa en la ruleta per a fer-la coincidir amb una lletra de la a a la Z.

-Què: Una ruleta.

-Com: Es passa la ruleta d'un en un seguint el seu torn. Es respon i si s'encerta se li dóna una peça per a recordar que ha encertat i al final de la sessió es realitza el recompte.

-On: En una sala, assentats al voltant d'una taula.

-Quan: Es realitza els divendres que és el dia que es dedica a activitats més lúdiques.

RECURSOS

-Professionals: 1 tècnic o un auxiliar d'infermeria.

-Materials: Preguntes les respostes del qual siguen paraules que comencen per les lletres de la a a la Z. Prèviament estes preguntes es trauen de les definicions del diccionari i s'organitzen en fitxes assenyalades amb gomets, segons el grau de dificultat (roig, groc i verd).

-Econòmics: Cartó per a fer la ruleta i targetes per a escriure definicions.



DIFICULTATS

No presenta moltes dificultats si no existixen massa problemes amb el llenguatge. A l'estar les targetes senyalitzades segons la dificultat, a cada pacient, se li realitza una o altra pregunta depenent del seu nivell.

AVALUACIÓ

Que disfruten de l'activitat respectant les intervencions dels seus companys.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Tots els usuaris ja que nosaltres podem adaptar les preguntes.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Es preparen targetes diferents amb definicions més o menys senzilles.

REGISTRES

	SI	NO
DISFRUTA AMB L'ACTIVITAT		

23. ESTIMULACIÓ AMB MANIQUÍ

DESCRIPCIÓ

Es tracta d'usar un maniquí com a mitjà per a estimular l'esquema corporal, la lateralitat i dur a terme activitats de la vida diària (vestido i complementos).

JUSTIFICACIÓ

Dins de l'estimulació cognitiva és important estimular i mantindre el coneixement de l'esquema corporal, de les peces de roba així com un aspecte fonamental en les activitats bàsiques de la vida diària, el vestit. I la nostra intenció és usar un maniquí com a suport instrumental per a dur a terme este fi d'una manera didàctica i específica.

ÀREES DE TREBALL

Esquema corporal i AVD's.

OBJECTIUS

-Objectiu general: estimular i mantindre la percepció de l'esquema corporal.

-Objectius específics:

- Estimular el reconeixement i la nominació de les parts del cos humà i de les peces de roba.
- Exercitar la lateralitat (simple, creuada, espill).
- Practicar les activitats bàsiques del vestit (vestuari i complementos).



METODOLOGIA

El taller es realitza en grup de 9 usuaris/as aproximadament, encara que pot ser més reduït o més ampli. La sala s'organitza de manera que vegem el maniquí de front correctament. Realitzem una sessió de 45 minuts aproximadament cada 15 dies. La primera cosa que fem és presentar la maniquí, expliquem que farem, i a continuació li demanem a un usuari/a que isca i que li passada el vestit per a canviar-la (el maniquí es queda en biquini) I comencem a preguntar en roda (ellos/as sentados) que denominen les parts del cos que assenyalen, els donem ordres de lateralitat simple i croada i després li preguntem la lateralitat espill assenyalant el maniquí. Després de fer una roda de parts del cos i "lateralitat fem una segona roda de peces de roba i de complementos (associant-lo a l'estació de l'any i a l'ús de cada situació segons el tipus de roba). Per a finalitzar, un altre usuari/a diferent del primer ix a vestir el maniquí amb ajuda d'algun companyero/a, si és necessari, per a col·locar també els complementos En cada sessió ens preocuparem de que isquen usuaris/as diferents perquè ho porten tots a cap, sempre que siga possible.

RECURSOS

-Professionals: un professional, encara que és recomanable dos professionals a partir de fases moderades (ya que en alguns casos ja presenten dificultats de mobilització necessitant una altra persona que agilitze el ritme del taller.

-Materials: un maniquí, roba de vestir variada i complements (polseres, pendents, ulleres, collars, barrets, etc)

-Econòmics: cap, el maniquí ho demanem a una fàbrica d'Ibiza que ens ho va donar i la roba l'arreglem de casa

DIFICULTATS

1. El maniquí al ser rígid presenta dificultats a l'hora de vestir-lo i desvestir-lo, hi ha peces de roba que són difícils de posar (pantalones, alguns vestits), per tant cal seleccionar les enamors més adequades.
2. És un taller on és molt important explicar la importància que té el mateix, així com dirigir-lo amb una actitud tal. En este taller és molt important la càrrega del professional que ho dirigix, bo en tots, però pensem que en este de forma especial .
3. És molt important en este taller el ritme del procés perquè no siga ni molt ràpid ni molt lent i avorrit. En funció del nombre d'integrants del grup i de l'actitud del grup en si, valorar quantes persones eixiran, així com el temps i intensitat de preguntes per cada usuari.



AVALUACIÓ

Suggerim valorar els següents punts en cada sessió: participació, reconeixement peces de roba, col·locació, reconeixement parts del cos, denominació, lateralitat simple, lateralitat encreuada i lateralitat espill.

PERFIL DE L'USUARI

Recomanem dur-ho a terme en fases moderades i avançades. GDS 5 i 6.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

- o GDS 5: ritme serà més ràpid i possiblement podran eixir més usuaris/as a treballar amb el maniquí, depenent del nombre d'integrants i del moment del grup. Amb els usuaris/as que no té problemes de nominació, li assenyalarem les parts del cos. Amb este GDS les preguntes poden ser més difícils (nombre dels dits, músculs més específics, etc), amb aquells usuaris/as que tinguen problemes de nominació importants li diem el que ha d'assenyalar i ells ho assenyalen. En el vestit necessitaran supervisió, i en algun cas xicotetes ajudes.
- o GDS 6: ritme més lent sense arribar a l'avorrimient jugant molt amb les modalitats individual/grupal. En este cas les preguntes seran sobre parts del cos més generals, les enambres vestir a col·locar seran més senzilles, necessitant ajuda en molts dels moments de la col·locació.
- o GDS 6-7: en estos casos es requerix molta implicació per part del professional, assenyalarem les parts del cos preguntant i ells respondran si o no, i a l'hora del vestit usarem complements més que peces de roba, perquè els usuaris/as els col·loquen (pulseras, bosses de mà, collares) necessitant que els motiven molt perquè duguen a terme el gest. Després els professionals ho poden vestir i comentar les enambres que estan col·locant

REGISTRES

FUNCIÓ A EVALUAR	NOM	NOM	NOM
Participació			
Rcto. Enambres vestit			
Colocació			
Rcto. Parts cos			
Denominació			
Lateralitat simple			
Lateralitat encreuada			
Lateralitat espill			

24. TÈCNICA “PIP”

DESCRIPCIÓ

No és un taller, sinó una tècnica que utilitzem sobretot quan treballem les funcions executives de forma oral. Es tracta en primer terme d'explicar clarament les regles del joc, es realitza una pregunta a un usuari i s'advertix que han d'estar tots molt atents perquè si este usuari no respon correctament o tarda molt de temps a contestar el professional responsable dirà: 'pip' i passarà al companyer del costat de forma automàtica sense repetir la pregunta, i així constantment fins que la resposta siga la correcta. En el cas que ningú diga la resposta correcta, quan haja passat per tots els usuaris serà el professional el que la diga.

JUSTIFICACIÓ

Dins de l'estimulació cognitiva, els professionals sabem que dur-ho a terme d'una manera lúdica i motivadora ajuda augmentar el rendiment dels seus participants. Amb esta tècnica es busca treballar la funció desitjada de forma grupal i oral amb un format divertit, dinàmic i estimulant para ells.

ÀREA DE TREBALL

Atenció, memòria i comprensió verbal, a més de la funció que es vullga treballar amb esta tècnica.

OBJECTIUS

-Objectiu general:

- Potenciar el rendiment per mitjà d'una metodologia lúdica.

-Objectiu específics:

- Motivar els usuaris en la realització de l'exercici específic.
- Promoure l'acceptació de les regles de joc .
- Estimular l'atenció.
- Estimular la memòria de treball verbal.
- Exercitar la inhibició de resposta (Funció ejecutiva).
- Promoure un ambient lúdic en l'estimulació cognitiva.

METODOLOGIA

L'estratègia la solem utilitzar en tallers de modalitat oral d'uns 30 minuts de duració en què solem estimular les funcions executives (categorías, abstracció, sinònims-antònims, paraules amb relació, razonamiento...). Esta estratègia la usem l'última mitja hora del taller sentats en una taula en cercle,explicant les regles del joc i seguint el procediment descrit anteriorment en la descripció, emfatitzant prou en què és important que presten atenció a la pregunta i que respecten les regles del joc.

RECURSOS

- Professionals:** el professional responsable del taller específic a treballar.
- Materials:** taula i/o cadires.
- Econòmics:** cap.

DIFICULTATS

Requerix un gran nivell d'atenció, de comprensió de les regles del joc, així com de capacitat tant de desinhibició de resposta, com de retenció mnésica suficient. En les primeres sessions presenten un poc de dificultat a integrar la dinàmica havent de repetir diverses vegades les regles del joc, però a poc a poc els usuaris es van familiaritzant amb la tècnica de manera satisfactòria. És important observar que si esta tècnica produïx frustració, adaptar-la (a les necessitats de l'usuari) o no portar-la a cap.

AVALUACIÓ

S'avalua més la funció específica a treballar, que la tècnica en si mateixa. Quant a l'avaluació de la tècnica en si, es pot observar si comprén i executa correctament la tècnica o si necessita algun tipus d'ajuda (major temps de resposta, ajudes de crida d'atenció, repetició de l'enunciat, encapçalament).

PERFIL DE L'USUARI

Sobretot dirigit a usuaris amb Deteriorament Cognitiu Lleuger-Demència en fase lleu (GDS 3-4).

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

- o GDS 3- 4: en aquelles persones que presenten més dificultats de memòria és necessari repetir-los les preguntes, així com aquelles que tenen més dificultats d'atenció és necessari cridar-se-la en algun moment (comunicació no verbal o dient el seu nom si no n'hi ha, perquè sàpien que els toca).
- o GDS 5: és necessari deixar major latència de resposta, usar comunicació no verbal, si és possible, per a indicar que li toca contestar i si no n'hi ha anomenar, i repetir les preguntes cada vegada que es diu 'pip' .
- o Segons la nostra opinió no aconsellat per a fases més avançades.

REGISTRES

FUNCIO A EVALUAR	NOM	NOM	NOM
Participació			
Respecte torn			
Retenció pregunta			
Atenció ritme joc			
Denominació			
<i>F(X) evaluada</i> raonament, categoríes, antónims...			

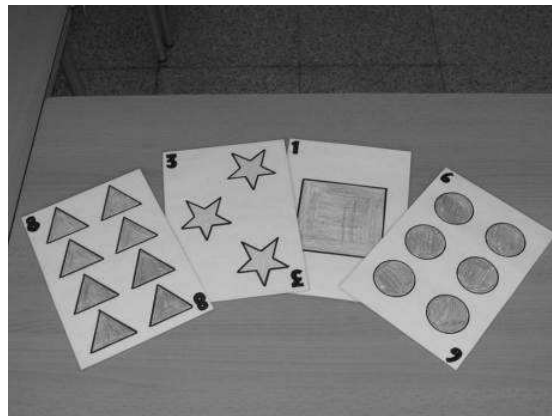
25. NAIPES GRANS

DESCRIPCIÓ

Es tracta de 'jugar' a les cartes seguint més o menys les regles de l'ú.

JUSTIFICACIÓ

Useu estos naipes a fi d'estimular la percepció visual usant unisquen metodologia lúdica i motivadora amb l'objectiu d'augmentar el rendiment.



ÀREES DE TREBALL

Reconeixement visual (sobretot), atenció, funcions executives.

OBJECTIUS

-Objectiu general: estimular la percepció visual.

-Objectius específics:

- Estimular la percepció visual (forma/color/número) i l'atenció visual.
- Motivar la dita estimulació creant un ambient lúdic.
- Fomentar l'execució de l'exercici atenent a les normes del joc.
- Fomentar l'autoestima i la relació amb el grup.

METODOLOGIA

Les cartes són amb una grandària de quartilla i els pals es componen de quatre formes i quatre colors: cercle verd; quadrat blau, triangle roig i estrella groga, i col·locant un número en cada carta en els extrems oposats de manera que el número es veja correctament estant la carta tant al dret com al revés (igual que en les remenes reals de cartes), el nostre cas només hem numerat de l'1 al 8 en cada pal, en total 32 cartes per baralla, i hem confeccionat 2 remenes (para treballar amb dos subgrups de 5/6 participants de forma simultània, el monitor també participa en el joc). En la creació d'estes cartes poden participar els propis usuaris (nosotros ho vam fer en horari de manualitades) adaptant els exercicis segons els grups (es cert que és necessari que els professionals corresponents (responsable del taller de manualitades) s'impliquen en la creació de les mateixes sent aconsellable que es plastifiquen. La duració de la sessió sol ser de 30-40 minuts una vegada cada tres setmanes coincidint amb el taller de gnosias, no obstant seria convenient sobre les últimes hores de la vesprada per la seua característica lúdica. Es realitza en xicotets grups de 5/6 persones aproximadament assentats al voltant d'una taula.

La posada en marxa és la següent: es repartixen les cartes, 3 o 4 cartes, o més en cas de voler augmentar la dificultat, com hem mencionat anteriorment, de forma vista deixant-les sobre la taula (en cas de fases més lleus veure adaptacions), i en el centre de la taula es col·loca la carta mostra i un muntó a mà amb què han sobrat. Els usuaris han de col·locar damunt de la mostra la carta que tinga del mateix pal (color/forma) o del mateix número en el cas que no tinguin robaran carta del muntó, si al robar agafen una carta del mateix pal o del mateix número podrà tirar-la en eixe moment sobre la mostra, en el cas que no siga així passarà torn, tocant-li al seu company del costat. El guanyador serà l'usuari que es quede primer sense cartes sobre la taula. Intentarem que cada vegada remene y/o que repartisca un usuari distint, sent una cosa o un altra depenent de les capacitats de cada u. Se solen dur a terme diverses jugades en una mateixa sessió, ja que cada jugada variarà segons el bon fer de l'usuari/a i de l'atzar.

RECURSOS

-Professionals: un professional per cada subgrup de 5/6 persones aproximadament. I en la creació un professional.

-Materials: 32 fulls grandària quartilla (per baralla), si és possible cartolina. Un compàs, una regla i colors. Així com una plastificadora i 32 fundes grandària quartilla, en cas de voler plastificar-les (cosa que suggerim per a garantir el seu conservació) I altres materials segons l'adaptació que es du a terme per a la creació dels naipes.

-Econòmics: és material que se sol tindre en l'associació.

DIFICULTATS

Que en determinats grups y/o amb determinats usuaris/as amb major dèficit d'atenció i de percepció visual necessiten pautes per a dur-ho a terme i major supervisió. Un altre detall a tindre en compte és formar els subgrups de manera que siga amena per a ells (ja que hauran usuaris que tinguin major afectació que altres dins del mateix nivell i que no permeten un joc fluit), nosaltres suggerim en este cas repartir en els subgrups als usuaris/as amb més dificultat perquè el ritme del procés no siga molt lent per a la resta de companys, sempre que no siga contraproductiu.

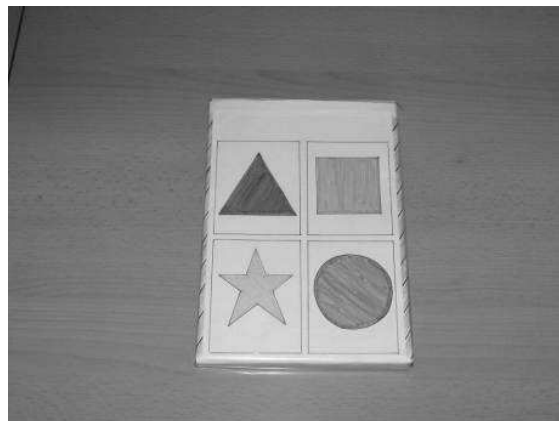
AVALUACIÓ

S'observarà si reté les regles del joc, si discrimina correctament les cartes (forma/color/número) i la relació d'ajuda que necessita per part del professional.

PERFIL DE L'USUARI/A I ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Es pot realitzar amb els diferents nivells duent a terme les adaptacions oportunes.

- GDS 3 i 4: en estes fases es poden utilitzar inclús cartes de baralla espanyola, seguint les mateixes regles explicades anteriorment. I es pot augmentar en nombre de cartes i que les cartes no les tinguen vistes (en el cas de que algun usuari tinga més dificultat d'atenció y/o percepció es poden fer vistas). En esta fase suggerim no pautar ni donar pistes llevat que siga necessari.
- GDS 5 i 6: utilització cartes grans, controlant el nombre de cartes repartides segons dificultat, sent estes vistes. En estos casos si que necessitem realitzar una major supervisió i pautar amb els usuaris/as que ho necessiten, intentant jugar amb els estímuls que sí que reconeixen (si no reconeixen la forma, pautar pel color, o que es guie. En el cas d'una major afectació, preguntar-los de manera que ens responguen sí o no i pautar tant verbalment com amb comunicació no verbal.



REGISTRES

FUNCIÓ A EVALUAR	NOM	NOM	NOM
Participació			
Execució regles joc			
Rcto. Formes			
Rcto. colors			
Rcto. números			

26. GALA O FESTIVAL FI DE CURS

DESCRIPCIÓ

Actuació que es realitza pujats en un escenari, en els jardins de l'associació, amb les portes obertes a la població. En ella participen els pacients de forma directa en diferents modalitats: cantant en directe, en *playback*, de presentadors, ballant coreografies, llegint o interpretant poesies, tocant instruments... altres pacients intervenen realitzant el decorat així com la decoració del jardí o confeccionant complements per als trages.



JUSTIFICACIÓ

Sorgix per la demanda dels propis pacients de sentir-se reconeguts pel treball ben fet així com l'esforç lloc a adaptar-se inclús grup i al compliment dels tallers, principalment al de musicoteràpia.

ÀREA DE TREBALL

Musicoteràpia, lúdica.

OBJECTIUS

-General:

- Crear un ambient de convivència entre familiars, pacients i treballadors així com aconseguir que els pacients s'assenten protagonistes per un dia. És el resultat de moltes hores de treball i de de convivència que es plasma durant uns minuts damunt d'un escenari i que és capaç de transmetre tot un cúmul d'emocions.



-Específics:

- Fomentar i enfortir la participació grupal.
- Augmentar l'autoestima del pacient.
- Treballar la memòria remota i la reminiscència de les cançons.
- Estimular la improvisació i l'espontaneïtat.
- Treballar l'expressió corporal per mitjà de coreografies.

METODOLOGIA

-**Duració:** 2 hores aproximadament.

-**Activitats:** Posada en escena de cançons, davant d'un gran públic.

-Què: Coreografies, poesia, música,...

-Com: Es busquen cançons tenint en compte els gustos i preferències musicals dels pacients junt amb els ritmes més o menys ballables. Es localitzen les lletres de les cançons per a assajar-les. Es realitzen, duos o trios i es preparen les coreografies. Es prepara l'orde de les actuacions així com la seua deguda presentació. Es busquen els vestuaris i complements necessaris. Es grava un CD amb totes les actuacions en orde. Es prepara el decorat i adorns per a la posada en escena.

-On: En els jardins de l'associació.

-Quan: Amb uns dos mesos d'antelació les Tasocs comencen a preparar en les hores estipulades per a això, ja que els tallers no perden el seu funcionament habitual. Les últimes setmanes el tècnic va traient-se als participants de les seues classes per a realitzar els assajos. La posada en escena es realitza el divendres anterior que finalitze juliol i es prenguen les vacances d'agost. El no realitzar-la l'últim dia és perquè és interessant comentar amb els pacients el resultat de la mateixa així com veure el vídeo i les fotos de la mateixa, ja que després de les vacances el record no és tan real.

RECURSOS

-Professionals: El Tasoc prepara i el dia de la gala tots els treballadors i junta directiva col·laboren en la posada en marxa.

-Materials: Equip de música, escenari, cadires, taules, barres, cambres frigorífiques, cambres de fotos i vídeo, complements per al vestuari. Aquells que no té l'associació se sol·liciten a l'ajuntament.

-Econòmics: Es venen begudes, gelats, aperitius i/o entrepans, tots ells donats.



DIFICULTATS

En principi no es presenta cap dificultat ja que no es força a ningú i és una activitat que es realitza en el dia a dia sense suposar cap canvi per a ells.

AVALUACIÓ



L'important és que ho disfruten.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Qualsevol usuari que assistisca a l'associació podrà participar en el festival, siga de la fase que siga, lleu, moderada i avançada. Tria lliurement participar i es tria junt amb ells cançons, coreografies, poesia etc.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS



La coreografia i la posada en escena es prepara de forma més complexa o senzilla depenent de l'estat dels pacients. S'oferixen suport d'acompanyament.

REGISTRES

No es realitza ja que és una activitat que es realitza anualment, en col·laboració amb tots els membres de l'associació.

27. HIDROTERÀPIA

DESCRIPCIÓ

L'aigua és una font de salut i com a tal, ajuda a millorar la qualitat de vida de qualsevol persona, ja que és beneficiosa tant en l'aspecte físic com mental.

La hidroteràpia ofereix una sèrie d'avantatges que ajudaran a pal·liar la clínica que presenten els afectats/des d'Alzheimer o altres demències. Estos afectats/des solen presentar dolors crònics, deficiència i lentitud de moviments, problemes en la deambulació i també en la realització de les activitats de la vida diària.

Este programa utilitza com a mitjà per a realitzar la teràpia i com a teràpia pròpiament dita l'aigua. Es pretén concebre el moviment com a font de benestar.



JUSTIFICACIÓ

El medi aquàtic permet treballar amb nivells de resistència i gravetat menors als del mitjà terrestre, i la baixa intensitat dels exercicis i alt nombre de repeticions aconsegueix enfortir la musculatura i evita rigideses, retardant l'empitjorament articular. El treball en bipedestació dins de l'aigua permet millorar la marxa dels usuaris/s'i la coordinació entre el treball muscular i el respiratori millora la funció pulmonar i la relaxació. D'altra banda, la relació que s'estableix entre els usuaris/s'amb característiques semblants, els permet ampliar el seu entorn social.

Són molts els beneficis que obtenim al realitzar les sessions en el medi aquàtic, i entre altres trobem:

- ✓ Enfortiment muscular d'esquena, cames i braços.
- ✓ Millora de la circulació sanguínia.
- ✓ Calma els dolors físics i cuida les articulacions.
- ✓ Relaxació dels usuaris/es.
- ✓ Ajuda a mantindre les capacitats físiques i mentals de l'afectat/da més enllà de l'aigua, un exemple d'això és que, l'usuari/a està treballant també les activitats de la vida diària des del moment que se li implica per a preparar-se la motxilla (ficar banyador, xancletes, tovalla, preparar bossa de neteja, etc...).

ÀREA DE TREBALL

Este programa va destinat principalment als usuaris/es que presenten malaltia d'Alzheimer o altres demències en una fase lleu o moderada. També als familiars o cuitadors/es principals d'estos afectats/des, bé perquè siguin participants de les sessions que reben estos afectats/des o com a tractament específic per a ells.

Este programa es durà a terme en piscina climatitzada d'aigües poc profundes i amb una temperatura aproximada de 30 graus centígrads.

OBJECTIUS

Els objectius **generals** plantejats amb este programa seran:

- Millorar la qualitat de vida de l'usuari/a afectat/da i la seua independència funcional, normalitzant les seues funcions sensomotores, prevenint complicacions del desenrotllament de la demència i optimitzant les seues capacitats físiques.
- Afavorir la relació entre els usuaris/es, per a ampliar les relacions entre ells i també amb l'entorn.
- Millorar la qualitat de vida del familiar i/o cuitador/a principal, prevenint o cuidant les complicacions físiques derivades de la tensió prolongada i crònica.
- Millorar la higiene postural del cuitador/a que intervé de manera directe en l'atenció diària de l'afectat/da, cuidant i prevenint conseqüències patològiques derivades de les inadequades mobilitzacions i transferències.

Els objectius **específics** són:

- Tractar les malalties o malalties derivades de la demència i de l'edat.
- Tractar complicacions en els cuitadors/s'inherents a cura d'un afectat/da de demència amb la seua mobilitat minvada en major o menor mesura.
- Mantindre i/o millorar la deambulació i marxa en els usuaris/es que presenten complicacions en la mateixa.
- Mantindre i/o millorar la flexibilitat corporal.
- Mantindre i reforçar reaccions d'equilibri per a disminuir el risc de caigudes.
- Mantindre i/o millorar la coordinació oculo-motora.
- Entrenament de les AVD(des del moment de preparar la motxilla en el domicili fins que arriben al vestuari amb el vestit, dutxa, neteja personal, etc).



METODOLOGIA

Les **activitats** que es realitzen en estes sessions són:

- ✚ Acol·lida dels usuaris/s'i familiar o cuitador/a principal.
- ✚ Calfament muscular fora de l'aigua.
- ✚ Presa de contacte amb el medi aquàtic.
- ✚ Activitats i exercicis adequats a les característiques tant físiques com cognitives de l'usuari/a. Es realitzaran exercicis com ara:
 - Exercicis específics d'enfortiment muscular(esquena, braços, cames, etc..).
 - Exercicis de coordinació, equilibri, reconeixement de l'esquema corporal, lateralitat, propiocepció, etc...
 - Treball en bipedestació i entrenament i millora de la deambulació.
 - Jocs (ex: bàsquet on es treballa la coordinació oculo-manual i al mateix temps afavorix la relació entre els usuaris).
 - Relaxació i volta a la calma.

-Duració: Este programa té una duració aproximada de **deu mesos**, compresos de març a desembre. Cada sessió tindrà una duració de 45 a 50 minuts.

-Periodicitat: Els usuaris realitzaran este programa una vegada per setmana.

-On es realitza: Es du a terme en piscines climatitzades les aigües de la qual estiguen a una temperatura aproximada de 29-30 graus centígrads.

RECURSOS

-Professionals: Per a realitzar estes sessions es necessiten dos tècnics, un/a fisioterapeuta i un/a auxiliar d'infermeria. El/la fisioterapeuta serà qui realitzi i programe les sessions, havent realitzat una valoració prèvia de cada un dels usuaris/es, per a conèixer tant les característiques físiques com cognitives de cada un d'ells.

El/l'auxiliar d'infermeria rebrà als usuaris/s'i cuitadors/s'a l'arribada a les instal·lacions i estarà amb ells en els vestuaris per a ajudar a la col·locació dels banyadors, gorros i prepararà a l'usuari/a per a l'inici de la sessió. Durant el tractament en la piscina el/l'auxiliar també estarà present com a suport al/la fisioterapeuta. Al finalitzar la sessió el/l'auxiliar d'infermeria ajudarà als cuitadors/s'en el vestuari per a la dutxa, canvi de bolquers, etc..d'aquells usuaris/es que ho necessiten, sempre intentant fomentar la més autonomia dels usuaris/es per a estes activitats de la vida diària.

-Materials:

- Instal·lacions amb piscina climatitzada per a poder realitzar les sessions. També serà necessari que haja instal·lada una cadira hidràulica per a poder accedir a l'aigua amb els usuaris/es més dependents.



- Furgoneta adaptada per a transport d'aquells usuaris/es que no es puguin traslladar a les instal·lacions.
- Per a les sessions dins de la piscina serà necessari:
 - Banyador, gorro, xancletes, tovalla, i ulleres.
 - Material de flotació estàndard: cilindres, fideus, pales, pilotes, maneguins, pulls, taules, llastos per a nines i turmells, etc,...

-Econòmics:

- Subvenció d'entitats privades: CAM INTEGRAL 2010(AFA Bigastro va rebre suport econòmic per a dur a terme este projecte).
- Fons propis de l'associació.

DIFICULTATS

Una de les principals dificultats que es presenten per al desenrotllament d'este programa és la negativa inicial per part de molts dels usuaris/es, sobretot dels d'edat més avançada, ja que durant tota la seua vida molts d'ells no han anat a la platja, a la piscina perquè no han pogut o perquè els fa por. Per això és complicat iniciar-los en estes sessions quan anteriorment no els ha agradat el medi aquàtic.

El fred és un altre factor que dificulta l'assistència dels usuaris/s'a realitzar les sessions, ja que, encara que les instal·lacions siguen cobertes en els mesos de més fred els dona més peresa desplaçar-se.

AVALUACIÓ

Es realitzarà una **valoració inicial** en què s'avaluaran:

- Fase de la demència en què es troba l'usuari/a. Escala GDS.
- **Annex 1.**
- Força muscular. Escala Lovett/Kendall. **Annex 2.**
- Balanç articular (per mitjà de goniòmetre i observació).
- Equilibri i marxa. Escala de Tinetti. **Annex 3.**
- Coordinació oculo-motora. Test de coordinació. **Annex 4.**
- Flexibilitat. Test de flexibilitat. **Annex 5.**
- Activitats bàsiques de la vida diària. Índex de Barthel. **Annex 6.**
- Història de fisioteràpia. **Annex 7.**



Amb esta valoració inicial es realitzarà una història de fisioteràpia de cada un dels usuaris/es.

Una vegada començat el programa es realitzaran **avaluacions** de l'usuari/a de forma **trimestral**.

Al finalitzar el programa es realitzarà una **avaluació final** per a veure si s'han aconseguit els objectius plantejats inicialment.

PERFIL DE L'USUARI



Participaran aquells usuaris/es que es troben en una **fase inicial/lleu/o mitja/moderada** de la demència, que reaccionen bé i els agrada el medi aquàtic. També aquells usuaris/es que tinguen minvades capacitats físiques i es troben en cadira de rodes si, després de l'avaluació inicial s'estima que este programa els aportarà beneficis.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Depenent de les característiques tant físiques com cognitives que presente cada un dels usuaris/es participants en este programa, se'ls realitzarà un tipus de tractament o un altre.

Els usuaris/es que presenten més autonomia funcional i es troben en una fase inicial/lleu de la demència realitzaran sessions grupals dirigides pel/la fisioterapeuta i amb suport del/l'auxiliar d'infermeria. Es realitzen activitats més dinàmiques, amb taules de gimnàstica, exercicis d'enfortiment muscular, articular, treball de marxa, jocs, relaxació, etc...

Els usuaris/es que presenten major nivell de dependència i es troben en una fase mitjana/moderada de la demència rebran un tractament més individualitzat dirigit cap a les diferents característiques físiques i cognitives de cada un/a.

Els familiars i/o cuitadors/es principals tenen la possibilitat de participar en les sessions amb l'afectat/da i també en sessions grupals específiques per a ells, dirigides a alleujar i previndre les malalties sorgides per la sobrecàrrega física i mental que comporta l'atenció de l'afectat/da.

REGISTRES

Nom i cognoms usuari/a:
Mes:

Día	Asistencia	Cuidador/familia	Tipo de sesión	Actividades realizadas	Observaciones	Incidencias
	Sí ☐ No ☐	Participa en la sesión ☐ No participa en las sesión ☐	Individual ☐ Grupal ☐			
	Sí ☐ No ☐	Participa en la sesión ☐ No participa en las sesión ☐	Individual ☐ Grupal ☐			

ESCALES DE VALORACIÓ

Annex 1.

Global Deterioration Scale de Reisberg (Escala de deteriorament global) de Reisberg)

- **GDS-1, absència de alteració cognitiva**
 - (Miniexamen cognoscitiu -MEC- de Llop entre 30 i 35 punts). Es correspon amb l'individu normal:
 - Absència de queixes subjectives.
 - Absència de trastorns evidents de la memòria en l'entrevista clínica.
- **GDS-2, disminució cognitiva molt lleu**
 - (MEC de Llop entre 25 i 30 punts). Es correspon amb el deteriorament de memòria associat a l'edat
 - Queixes subjectives de defectes de memòria, sobretot en:
 - Oblit d'on ha col·locat objectes familiars.
 - Oblit de noms prèviament ben coneguts.
 - No hi ha evidència objectiva de defectes de memòria en l'examen clínic.
 - No hi ha defectes objectius en el treball o en situacions socials.
 - Hi ha ple coneixement i valoració de la simptomatologia.
- **GDS-3, defecte cognitiu lleu**
 - (MEC de Llop entre 20 i 27 punts). Es correspon amb el deteriorament cognitiu lleu:
 - Primers defectes clars: manifestacions en una o més d'estes àrees:
 - a) El pacient pot haver-se perdut en un lloc no familiar.
 - b) Els companys detecten rendiment laboral pobre.
 - c) Les persones més pròximes detecten defectes en l'evocació de paraules i noms.
 - d) al llegir un paràgraf d'un llibre reté molt poc material.
 - e) Pot mostrar una capacitat molt disminuïda en el record de les persones noves que ha conegut.
 - f) Pot haver perdut o col·locat en un lloc erroni un objecte de valor.
 - g) En l'exploració clínica pot fer-se evident un defecte de concentració.
 - Un defecte objectiu de memòria únicament s'observa amb una entrevista intensiva.
 - Apareix un disminució dels rendiments en situacions laborals o socials exigents.
 - La negació o desconeixement dels defectes es fa manifesta en el pacient.
 - Els símptomes s'acompanyen d'ansietat discreta-moderada

- **GDS-4, defecte cognitiu moderat**

- (MEC de Llop entre 16 i 23 punts). Es correspon amb una demència en estadi lleu:
 - Defectes clarament definits en una entrevista clínica cuitatosa en les àrees següents:
 - ✓ a) Coneixement disminuït dels acontecimientosactuales i recents.
 - ✓ b) El pacient pot presentar un cert dèficit en el record de la seua pròpia història personal.
 - ✓ c) Defecte de concentració lloc de manifest en la sostracció seriada de setes.
 - ✓ d) Capacitat disminuïda per a viatges, finances, etc.
 - Sovint no hi ha defectes en les àrees següents:
 - ✓ a) Orientació en temps i persona.
 - ✓ b) Reconeixement de persones i cares familiars.
 - ✓ c) Capacitat de desplaçar-se a llocs familiars.
 - Incapacitat per a realitzar tasques complexes.
 - La negació és el mecanisme de defensa dominant.
 - Disminució de l'afecte i abandó en les situacions més exigents.

- **GDS-5, defecte cognitiu moderat-greu**

- (MEC de Llop entre 10 i 19 punts). Es correspon amb una demència en estadi moderat:
 - El pacient no pot sobreviure molt de temps sense alguna assistència.
 - No recorda tates rellevants de la seua vida actual: la seua direcció o telèfon de molts anys, els noms de familiars pròxims (com els néts), el nom de l'escola, etc.
 - És freqüent una certa desorientació en temps (data, dia de la setmana, estació, etc.) o en lloc.
 - Una persona amb educació formal pot tindre dificultat comptant cap arrere des de 40 de quatre en quatre, o des de 20 de dos en dos.
 - Manté el coneixement de molts dels fets de major interès concernents a si mateix i a altres.
 - Invariablement sap el seu nom, i generalment el de la seua esposa i fills.
 - No requerix assistència en la neteja ni en el menjar, però pot tindre una certa dificultat en l'elecció dels vestits adequats.

- **GDS-6, defecte cognitiu greu**

- (MEC de Llop entre 0 i 12 punts). Es correspon amb una demència en estadi moderadament greu:
 - Ocasionalment pot oblidar el nom de l'esposa, de la que, d'altra banda, depén totalment per a sobreviure.
 - Desconeix els esdeveniments i experiències recents de la seua vida.
 - Manté un cert coneixement de la seua vida passada, però molt fragmentari.
 - Generalment desconeix el seu entorn, l'any, l'estació, etc.
 - Pot ser incapaç de comptar des de 10 cap arrere, i a vegades cap avant.
 - Requerix una certa assistència en les activitats quotidianes.
 - Pot tindre incontinència o requerir ajuda per a desplaçar-se, però pot anar a llocs familiars.

- El ritme diürn està sovint alterat.
- Quasi sempre recorda el seu nom.
- Sovint continua sent capaç de distingir entre les persones familiars i no familiars del seu entorn.
- Canvis emocionals i de personalitat prou variables, com:
 - a) Conducta delirant: pot acusar d'impostora a la seua esposa, o parlar amb persones inexistents, o amb la seua imatge en l'espill.
 - b) Síntomes obsessius, com a activitats repetitives de neteja.
 - c) Síntomes d'ansietat, agitació i inclús conducta violenta, prèviament inexistent.
 - d) Abúlia cognitiva, pèrdua de desitjos, falta d'elaboració d'un pensament per a determinar un curs d'acció propositiu.
- **GDS-7, defecte cognitiu molt greu**
 - o (MEC de Llop = 0 punts, impracticable). Es correspon amb una demència en estadi greu:
 - Pèrdua progressiva de les capacitats verbals. Inicialment es poden verbalitzar paraules i frases molt circumscrites; en les últimes fases no hi ha llenguatge, únicament grunyits.
 - Incontinència d'orina. Requerix assistència en la neteja i en l'alimentació.
 - Es van perdent les habilitats psicomotores bàsiques, com la deambulació.
 - El cervell és incapaç de dir al cos el que ha de fer.
 - Sovint apareixen signes i símptomes neurològicogeneralizados i corticals.

Annex 2.

Escala de Robert Lovett, M.D./ Kendall:

Graus	Terme	Descripció
5	Normal	Aconsegueix l'amplitud total disponible de moviment contra la gravetat i és capaç de mantindre una resistència màxima .
4	Bona	Aconsegueix l'amplitud total disponible de moviment contra la gravetat i és capaç de mantindre una resistència moderada .
3	Regular	Aconsegueix l'amplitud total disponible de moviment només contra la gravetat a l'eliminar la resistència .
2	Pobre	Aconsegueix l'amplitud total de moviment a l'eliminar la gravetat .
1	Vestigis	Contracció visible o palpable sense moviment muscular significatiu.
0	Nul·la	No s'observa ni se sent contracció .

Annex 3.

ESCALA DE TINETTI

1. MARXA

Instruccions: El pacient Roman de peu amb l'examinador, camina pel corredor o per l'habitació (uns 8 metres) a «pas normal», després torna a «pas ràpid però segur».

- **Iniciació de la marxa (immediatament després de dir que camine)**
 - Algunes vacil·lacions o múltiples intents per començar=0
 - No vacil·la =1
- **Longitud i altura de pas**
 - a) Moviment del peu dret:
 - No sobrepassa al peu esquerre amb el pas..... =0
 - Sobrepassa al peu esquerre..... =1
 - b) Moviment del peu esquerre
 - No sobrepassa al peu dret, amb el pas =0
 - Sobrepassa al peu dret =1
 - El peu esquerre, no se separa completament del sòl amb el pes =1
 - El peu esquerre, se separa completament del sòl =1
- **Simetria del pas**
 - La longitud dels passos amb els peus esquerre i dret, no és igual..... =0
 - La longitud pareix igual..... =1
- **Fluïdesa del pas**
 - Parades entre els passos =0
 - Els passos pareixen continus =1
- **Trajectòria (observar el traçat que realitza un dels peus durant uns 3 metres)**
 - Desviació greu de la trajectòria =0
 - Lleu/moderada desviació o usa ajudes per a mantindre la trajectòria ... =1
 - Sense desviació o ajudes =2
- **Tronc**
 - Balanceig marcat o usa ajudes =0
 - No balanceja però flexiona els genolls o l'esquena o separa els braços al caminar=1
 - No es balanceja, no reflexiona, ni altres ajudes =2
- **Postura al caminar**
 - Talons separats =0
 - Talons quasi junts al caminar =1

PUNTUACIÓ MARXA: 12

PUNTUACIÓ TOTAL: 28

2. EQUILIBRI

Instruccions: El pacient està assentat en una cadira dura sense apoyabrazos. Es realitzen les maniobres següents:

- **Equilibri assentat**
 - S'inclina o llisca en la cadira=0
 - Es manté segur =1
- **Alçar-se**
 - Impossible sense ajuda..... =0
 - Capaç, però usa els braços per a ajudar-se =1
 - Capaç sense usar els braços..... =2
- **Intents per a alçar-se**
 - Incapaç sense ajuda..... =0
 - Capaç, però necessita més d'un intent..... =1
 - Capaç d'alçar-se amb només un intent..... =2
- **Equilibri en bipedestació immediata (els primers 5 segons)**
 - Inestable (es trontolla, mou els peus), marcat balanceig del tronc..... =0
 - Estable però usa el caminador, bastó o s'agafa a un altre objecte per a mantindre's..... =1
 - Estable sense caminador, bastó o altres suports..... =2
- **Equilibri en bipedestació**
 - Inestable..... =0
 - Estable, però amb suport ampli (talons separats més de 10 cm)..... =1
 - Estable amb un bastó o un altre suport =2
- **Espentar** (el pacient en bipedestació amb el tronc erecte i els peus tan junts com siga possible). L'examinador espenta suaument en l'estèrnum del pacient amb la palma de la mano, tres vegades.
 - Comença a caure..... =0
 - Es trontolla, s'agafa, però es manté..... =1
 - Estable..... =2
- **Ulls tancats (en la posició de 6)**
 - Inestable..... =0
 - Estable..... =1
- **Volta de 360 graus**
 - Passos discontinus..... =0
 - Continus..... =1
 - Inestable (es trontolla, s'agafa)..... =0
 - Estable..... =1



- **Assentar-se**
 - Insegur, calcula malament la distància, cau en la cadira..... =0
 - Usa els braços o el moviment és brusc..... =1
 - Segur, moviment =2

PUNTUACIÓ EQUILIBRI: 16

Annex 4.

TEST DE COORDINACIÓ OCULO-MOTORA:

Coordinació: Valorada per mitjà de l'execució de llançaments i replegades d'un baló de goma, que pot ser realitzat estant dret o assentat.

Annex 5.

TEST DE FLEXIBILITAT:

Estant dret se li sol·licita tocar el sòl amb els dits de la mà. Puntuar segons l'altura en què es queda:

1. Genoll.
2. Mitja cama.
3. Turmell.
4. Sòl.

Estant assentat se li sol·licita tocar-se la punta dels peus amb les dos mans. Puntuar segons l'altura en què es queda el cap:

1. Pit.
2. Melic.
3. Genolls.
4. Sobrepassa les genolls.

Estant assentat, en cadira sense respatler, se li sol·licita ajuntar els punys tancats a nivell interescapular (vèrtex inferior). Puntuar segons l'altura aconseguida:

1. No junta els punys darrere.
2. Amb els punys junts aconseguix la zona sacra.
3. Amb els punys junts aconseguix la cintura.
4. Amb els punys junts arriba al vèrtex inferior de l'escàpula.

Estant assentat se li sol·licita alçar el braç dret i tocar-se l'orella esquerra passant el braç per damunt del cap. Puntuar segons l'altura aconseguida:

1. Orella del mateix costat.
2. Hemicràni del mateix costat.
3. Hemicràni del costat contrari.
4. Orella del costat contrari.

Estant assentat se li sol·licita alçar el braç esquerre i tocar-se l'orella dreta passant el braç per damunt del cap. Puntuar segons l'altura aconseguida:

1. Orella del mateix costat.
2. Hemicràni del mateix costat.
3. Hemicràni del costat contrari.
4. Orella del costat contrari.

PUNTUACIÓ ALTA: MÉS FLEXIBILITAT

PUNTUACIÓ BAIXA: POCA FLEXIBILITAT

Annex 6.

ÍNDEX DE BARTHEL: Anotar, amb l'ajuda del cuitador principal, qual és la situació personal del pacient, respecte a estes 10 preguntes d'activitat bàsica de la vida diària.

ÍtemAVD	Punts	
Menjar	Totalment independent	10
	Necessita ajuda per a tallar carn, el pa, etc.	5
	Dependent	0
Llavar-se	Independent. Entra i ix només del bany.	5
	Dependent	0

Vestir-se	Independent. Capaç de posar-se i llevar-se la roba, 10 Botonar-se, lligar-se les sabates. Necessita ajuda.5 Dependent 0	
Arreglar-se	Independent per a llavar-se la cara, mans, pentinar-se, Afaitar-se, maquillar-se, etc. Dependent 0	5
Deposicions	Continent Ocasionalment, algun episodi d'incontinència o necessita Ajuda per a administrar-se supositoris o lavatives. Incontinent 0	15 10 5
Micció	Continent o és capaç de cuidar-se de la sonda Ocasionalment, màxim un episodi d'incontinència En 24 h, necessita ajuda per a cuidar de la sonda Incontinent	15 10 5 0
Usar l'excusat	Independent per a anar al wc, llevar-se i posar-se la roba Necessita ajuda per a anar al wc, però es neteja només Dependent 0	10 5
Traslladar-se	Independent per a anar de la butaca al llit Mínima ajuda física o supervisió Gran ajuda però és capaç de mantindre's assentat sense ajuda Dependent 0	15 10 5
Deambular	Independent, camina només 50m. Necessita ajuda física o supervisió per a caminar 50m Independent en cadira de rodes sense ajuda Dependent	15 10 5 0



Escalons	Independent per a pujar i baixar escales	10
	Necessita ajuda física o supervisió	5
	Dependent	0

Total:

Micció i deposició: valorar la setmana prèvia.

Màxima puntuació: 100 punts(90 en cas d'anar en cadira de rodes).

Resultat:<20 dependent total.

20-35 Dependent greu.

40-55 Dependent moderat.

<-60 Dependent lleu.

100= Independent

Annex 7.

HISTORIA DE FISIOTERÀPIA

TATES PERSONALS

Cognoms: _____

Nom: _____

Sexe: _____

Data de naixement: _____

Direcció: _____

Telèfon: _____

TATES MÈDIQUES

Diagnòstic mèdic: _____

Enfermetats previes: _____

Intervencions quirúrgiques: _____

Llistat medicació:

Alergies conegudes:

EXPLORACIÓ FÍSICA:

Pes: _____

Talla: _____

Movilitat articular:

- Membres superiors:

- Membres inferiors:

- Tronc:

-
-
- Dolor?:
-
-
-
-

ESCALES UTILITZADES:

- Escala GDS:
-
-
-

- Goniómetre i observació. Balanç articular:
-
-
-
-

- Escala de Lovett/Kendall. Balanç muscular:
-
-
-
-

- Escala de Tinetti. Valoració de l'equilibri i la marxa:
-
-
-
-

- Test de coordinació oculo-motora:
-
-
-
-

- Test de Flexibilitat:
-
-

- Index de Barthel. Valoració de les activitats bàsiques de la vida diària:

TOTAL PUNTUACIÓ:

OBJECTIUS FISIOTERÀPIA:

TRACTAMENT FISIOTERÀPIA:

AVALUACIÓ TRACTAMENT:

28. TALLER D'INFORMÀTICA

DESCRIPCIÓ I JUSTIFICACIÓ



Per mitjà del maneig de l'ordinador nostres usuaris poden sentir-se més integrats en la societat actual. A més de desenrotllar habilitats socials compartint experiències entre ells, i estimular els seus components cognitius.

Consistix en un taller en què els usuaris s'acosten a les noves tecnologies, comprenent el seu maneig i descobrint les opcions que els pot permetre.

És un taller que requereix d'un bon nivell de concentració, atenció, i raonament, per la qual cosa el grup d'usuaris sol ser reduït i en un estat de la malaltia inicial.

Durant este taller s'ensenya a l'usuari sobre el maneig de l'ordinador i internet, es realitzen activitats predissenyades de memòria, llenguatge, càlcul. Internet és un bon recurs que permet donar major variabilitat als tallers i així eixir de la rutina dels tallers convencionals.

ÀREA DE TREBALL

A nivell cognitiu, físic, manipulatiu, psicomotricitat fina...

OBJECTIUS

-General:

- Ampliar el treball d'estimulació amb els nostres pacients en estadis inicials de la seua malaltia.

-Específics:

- Millorar la qualitat de vida dels usuaris.
- Integrar el maneig de les tecnologies en la població de majors de 65 anys.
- Estimular a nivell cognitiu.
- Estimular l'oci.
- Fomentar les relacions socials.

METODOLOGIA

-Activitats que ho componen:

- Ús d'Internet.
- Aplicacions Ofimàtiques (Word, Excel, Acces...
- Activitats d'orientació oci actiu per mitjà de la informàtica.

- Iniciació a l'ordinador, maneig i presa de contacte.

-Duració: Aproximadament una hora.

-Periodicitat de realització: Setmanal.

-On es realitza: En la sala d'ordinadors de la seu de l'Associació.

-Com es realitza: Un grup reduït de persones, aproximadament 4 -6 persones, 1-2 persones per ordinador, els dilluns a la vesprada, de duració una hora aproximadament, en el taller d'informàtica bàsica es realitza les sessions. El terapeuta té el suport d'un auxiliar en este programa.

RECURSOS

-Professionals: El taller és coordinat pel terapeuta ocupacional del Centre.

-Materials: Equips informàtics de l'Associació donats per la Fundació BIP BIP.



DIFICULTATS

Fonamentalment les dificultats que ens trobem són de tipus econòmic per la necessitat actualitzar i modernitzar els nostres equips i els programes que utilitzem amb els nostres usuaris.

AVALUACIÓ

Mesurem el grau de satisfacció i l'avanç en els coneixements segons les devolucions que ens fan nostres pacients.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Els beneficiaris són els nostres usuaris del Centre de dia que es troben en estats inicials del seu procés de malaltia.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

El grup que s'ha compost és homogeni i resulta més o menys senzill el treball amb ells en general així que s'adapten els continguts i la metodologia al ritme grupal.

REGISTRES

Realitzem registre d'assistència a la sessió setmanal que s'impartix en el Centre.

PLA D'ATENCIÓ INDIVIDUALITZAT

Nom:
Grup:
Data d'elaboració:
Activitat:
Valoració-Resultats:

ÀREA SOCIAL

Objectius	Activitats	Professional

ÀREA SANITÀRIA

Objectius	Activitats	Professional

ÀREA PSICOLÒGICA

Objectius	Activitats	Professional

ÀREA TERAPEÚTICA➤ **TERÀPIA COGNITIVA**

Objectius	Activitats	Professional

➤ **TERÀPIA OCUPACIONAL**

Objectius	Activitats	Professional

➤ **FISIOTERÀPIA**

Objectius	Activitats	Professional

CONCLUSIONS/OBSERVACIONS:

--

29. TALLER DE TEATRE- REMINISCÈNCIA

DESCRIPCIÓ

El taller de teatre i reminiscència es desenvolupa a partir de dues línies de treball. Per un lloc es treballa la part d'expressió teatral amb exercicis d'expressió corporal, memòria emotiva, expressió verbal... i per altra banda la reminiscència a través del record del propi taller de teatre. Per això hem enregistrat totes les sessions en format vídeo i fotogràfic i així poder estimular l'evocació de records dels exercicis realitzats durant les sessions de teatre. El fil conductor del taller és la pròpia vida de cada afectat/da. En aquest cas ens em centrat en l'experiència laboral malgrat que es poden treballar altres aspectes de l'experiència de vida. Com a resultat final d'aquest treball es pot filmar un curtmetratge o realitzar una funció teatral. La nostra associació va decidir gravar un curtmetratge on el tema principal era els oficis desenvolupats durant l'etapa laboral.

JUSTIFICACIÓ

Les teràpies no farmacològiques són un recurs imprescindible per al afectat/da d'Alzheimer. Els seus beneficis a nivell cognitiu, físic i emocional estan comprovats. El taller de Teatre i reminiscència es basa en aquests principis de benefici així com la idea de l'expressió i la reminiscència a través de l'art. L'idea de llevar a terme un taller d'estes característiques surxix del coneiximent d'un projecte ja realitzat per la Fundació "La Caixa" i que nosaltres hem adaptat a les nostres inquietuts i necessitats.

La idea de dur a terme un taller amb aquestes característiques sorgeix a partir del coneixement d'un projecte ja realitzat per a la Fundació "La caixa" i que nosaltres hem adaptat a les nostres inquietuts i necessitats.

ÀREES DE TREBALL

Les àrees de treball són principalment l'àrea cognitiva, física i la emocional.

OBJECTIUS

-General:

- Potenciar l'estimulació de la persona afectada.
- Crear un sentiment de pertinença a un grup de afins.
- Fomentar l'autoestima.
- Estimular la participació en el grup.
- Fomentar les habilitats socials.
- Fomentar la independència i/o la ruptura del vincle de dependència amb el cuitador/cuitadora.

-Específics:

- Fomentar l'autoestima.
- Estimular la creativitat.
- Millorar l'estat anímic de l'afectat/ada.

- Relaxar.
- Canalitzar els sentiments a través de l'expressió verbal i no verbal.
- Acostar els records i vivències a partir de la imatge.
- Orientar a la persona en la seva vida i en la realitat que li rodeja.
- Estimular la reminiscència.

METODOLOGIA

-Activitats que el componen:

- Realització de jocs teatrals per crear confiança en el grup, treballar l'expressió corporal-gestual i verbal, evocar a través de la memòria emotiva, fomentar la atenció i el respecte.
- Creació conjunta (afectats/as, famílies i terapeutes) per a la selecció d'atretzo i la creació d'escenografies a partir de un mural.
- Registrar les sessions de teatre i realitzar sessions de reminiscència de aquestes sessions.
- Creació d'un mural de totes les fases del taller amb les fotografies captades per al treball de reminiscència.
- Visionat del curtmetratge.
- Valoració del taller per part de tots els participants.

-Duració:La duració del taller es d'un curs lectiu, malgrat que es pot adaptar a les necessitats del centre i/o grup.

-Periodicitat de realització:Una sessió de 1 hora a la setmana.

-On es realitza: Les sessions tenen diferents ubicacions segons l'àrea que s'estigui treballant: la part de teatre es realitza en una sala ampla sense obstacles arquitectònics i amb unes cadires. La part de reminiscència serà en una sala on es disposi d'una taula on els/les afectats/ades es puguin seure al voltant i tinguin bona visibilitat per al visionat de les imatges que es projectin. En el cas que es realitzi la gravació d'un curtmetratge escollir l'escenari adequat.

-Cóm es realitza: L'equip tècnic realitza una planificació de les sessions així com els objectius a aconseguir. Seguidament es fa una selecció dels i les afectats/ades en fase lleu i lleu-moderada. En aquest grup se'ls hi fa una introducció del que serà el taller de teatre. També es el moment de parlar amb els/les cuitadors/ores de cada component del taller perquè durant el seu desenvolupament es veuran implicats. Els/les familiars i el centre col·laboren en la recopilació de material per la selecció del atretzo. Entre les parts es contrasten algunes informacions i se'ls hi pregunta pels possibles comentaris i/o actituds que manifestin els participants després de les sessions i/o al llarg del taller.

A totes les sessions haurà dues terapeutes; una dirigirà la sessió i l'altra farà el registre visual.

Les sessions de teatre: Es començarà amb un escalfament físic i a continuació comencem introduint els diferents exercicis de teatre, com és el cas d'exercicis de presentació, exercicis de observació-repetició, exercicis d'entonació, exercicis de relaxació, improvisacions,...i per acabar realitzem un exercici de participació grupal on cada un explica les sensacions que ha experimentat i com ho ha viscut.

Les sessions de reminiscència: Per a aquestes sessions el suport el rebem del material gràfic tant en format fotogràfic com en vídeo de les sessions de teatre, dels murals realitzats per als decorats per al curt, de la selecció d'atretzo i del mateix curtmétratge.

L'última sessió de reminiscència es dedica a la realització d'un mural de fotografies que col·loquen segons l'etapa o parts de realització del taller: taller de teatre – creació de decorats i atretzo – recordant el taller – gravació del curtmétratge – visionat del curt.

RECURSOS

-Professionals: Per a la realització d'aquest taller està implicat tot l'equip tècnic però el desenvolupament i seguiment de les sessions es du a terme per una terapeuta formada en teatre i una psicòloga. També es necessari el treball d'un tècnic en imatge i so que realitzarà el muntatge del material gràfic.

-Materials: Càmera de vídeo, càmera fotogràfica, ordinador o projector, material de atretzo necessari per a cada activitat, les fotografies en format paper,...

-Econòmics: Els recursos econòmics es calcularan en raó del preu que estigui estipulat per l'hora de treball dels/les professionals que duen a terme el desenvolupament del taller i de les hores que li dediquen al mateix. A més d'això hem de sumar-li els honoraris del montador/a del suport de vídeo.

DIFICULTATS

L'estat anímic dels/les participants determina el desenvolupament de les sessions, per això, el alguns moments és necessari modifica alguns dels exercicis programats per adaptar-los a l'estat del grup.

Per a la bona evolució del taller és necessari que l'equip tècnic multidisciplinar es reuneixi de manera continuada per a la posada en comú dels objectius i les valoracions de les sessions que es vagin desenvolupant així com les possibles adaptacions que s'hagin de fer al llarg del taller.

Les possibles dificultats tècniques que puguin sorgir i que en alguns moments poden determinar considerablement l'execució de les sessions.

La no continuïtat del alguns/nes participants en el programa del centre així con les noves incorporacions distorsionen el sentiment de grup que s'hagi pogut crear amés del desenvolupament del propi taller.

AVALUACIÓ

L'avaluació del taller per part de l'equip de treball ha segut molt positiva. S'ha observat que els participants en un primer moment manifestaven poca motivació a la seva participació però al llarg del taller la desinhibició s'ha potenciat fins al punt de observar com gaudien del que estaven fent. Això es

S'ha estimulat al/la afectat/ada creant espais d'expressió verbal i gestual molt lliures obtenint uns resultats molt positius al aconseguir trencar la introversió que en moltes ocasions crea la pròpia infermetat. La estimulació a través d'exercicis de memòria emotiva ajuden a evocar records personals que son claus per al desenvolupament del treball col·lectiu.

L'avaluació del taller es realitza mitjançant dos punts molt diferenciats; un és el que fa referència al efecte que el taller produeix en els /les participants i l'altre es centra en els recursos utilitzats per al desenvolupament del taller. En aquesta primera part es realitza una avaluació subjectiva en la qual el terapeuta avalua l'estat emocional, la participació en el taller, tant de manera individual com de forma grupal. Per altra banda s'avalua el material seleccionat per a la realització del taller, les dinàmiques de treball que es porten a termini així com el seguiment i el compliment dels objectius marcats.

Afectats d'Alzheimer en fases lleus i lleus – moderades.



Pàgina | 144



ATRETZZO

IMATGES DEL CURTMETRATGE:



LA PASTISSERA



EL CARNISSE



EL POLICIA



GAUDINT DE LES VACANÇES

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

El/la terapeuta s'adaptarà a les necessitats de cada afectat/da de manera que es sentin còmodes amb el treball que es dugui a terme evitant sentiments negatius. D'aquesta manera també adaptarà la seva participació més o menys directa a la direcció de les sessions tant de teatre com de reminiscència.

També haurà una adaptació dels exercicis de teatre fent que siguin més o menys dinàmics, amb pautes on es treballa de manera més o menys abstracta, més o menys lliure. A les sessions de reminiscència es realitzaran més o menys preguntes directes també en funció del grup així com també s'adaptarà el temps que pugui transcórrer entre una sessió i un altra.

REGISTRES

Els registres es faran en format vídeo i fotogràfic.

A les reunions dels/les tècnics/ques també es registrarà el seguiment dels participants anotant els comentaris en el seu quadern de seguiment.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

Alfonso, Jose F.; Expresión y creatividad corporal. Grup Dissabte. 1985

Motos, Tomas.; Tejedo, Francisco: Prácticas de dramatización. Ed. La avispa. 1999

Rey, Ana. Canales, Inma.; Memoria en movimiento. Programa de estimulación cognitiva a través de la motricidad para personas mayores. Vol.2 Obra Social Caixa Galicia.

Fundació "La Caixa" Teatro de la Reminiscencia. Vídeo

30. TALLER INTERGENERACIONAL

DESCRIPCIÓ

El taller intergeneracional realitza activitats que incrementen la cooperació, la interacció i l'intercanvi entre persones de diferents generacions. Impliquen compartir habilitats, coneixements i experiències entre persones de diverses edats.

Els programes intergeneracionals servixen per a compartir experiències que beneficien a tots los/as usuaris/as. Estan dissenyats perquè participen persones de diverses edats sense llaços biològics s'impliquen en interaccions que promouen els llaços afectius entre les generacions i l'intercanvi cultural i que proporcionen sistemes de suport positiu que ajuden a mantindre el benestar i qualitat de vida.

JUSTIFICACIÓ

El programa intergeneracional és el vehicle per a l'intercanvi determinat i continuat de recursos i aprenentatge entre les persones de diverses edats a fi d'aconseguir beneficis individuals i socials. La raó per la qual es realitza este programa és per a oferir oportunitats de benefici mutu i simultani i per a l'acostament de les relacions socials, amb este programa el que volem és reforçar la trobada entre persones de distintes generacions.



ÀREA DE TREBALL

El programa va dirigit a persones amb Alzheimer i altres demències en fase inicial o moderada que formen part de l'associació, a familiars i voluntaris de l'associació.

El programa es realitza en la sala de teràpia ocupacional amb un grup de 4 a 6 participants, de diferents edats i generacions. Este taller es realitza durant tres mesos, una vegada a la setmana amb sessions d'una hora.

OBJECTIUS

-General: Mantindre el benestar i qualitat de vida.

-Específics:

- Millorar relacions socials.
- Generar autoestima i sentit d'utilitat entre els participants.
- Fomentar l'intercanvi de coneixements i experiències entre diverses edats.
- Treballar la capacitat de memòria.

METODOLOGIA

Este programa es basa en la utilització dels coneixements i experiències dels participants com a tema principal del taller. Té una duració de 3 mesos, inici 15 de Julio del 2011 i finalitze el 14 d'Octubre del 2011, este taller es realitza una vegada a la setmana (Divendres), en una sessió d'una hora."

Les activitats que es realitzen en estes sessions són:

- Recepcions dels distints participants al taller.
- Elecció del tema que se'n va a treballar en el programa. Els temes estan dividits en tres blocs:
 - o Infància: Col·legi i jocs o hobbies.
 - o Joventut: Treball, relacions socials i temps lliure.
 - o Maduresa: Família, esdeveniments importants i oci.
- Cada participant comenta la seua experiència i escolta les experiències dels altres.
- Debat sobre similituds i diferències de les vivències i coneixements dels participants del tema triat en el taller.
- Conclusions generals.

El taller es realitza en la sala de teràpia ocupacional, disposem d'una taula llarga, on els participants agafen assentisc al voltant de la taula, el terapeuta presidix la taula donant instruccions i orientacions als participants. Els temes de debat són distribuïts per mesos: En el primer mes 'Infància', en el segon mes 'Joventut' i en el tercer mes 'Maduresa', tots els/as usuaris/es participen en l'activitat, exposant les seues experiències i coneixements del tema.

RECURSOS

-Professionals: Un Terapeuta Ocupacional .

-Materials: fitxa d'assistència, guió de temes a treballar, avaluació diària, taula de treball, cadires i pissarra per a anotacions.

-Econòmics: No es pot reflectir el gasto econòmic ja que el material és cedit per l'Associació.

DIFICULTATS

Una de les principals dificultats va ser trobar participants jóvens, el taller va haver de ser en els mesos d'estiu per a poder aconseguir nombre més gran de jóvens. A més també se'ns presente la dificultat de recordar experiències o vivències en usuaris/as que presenten un deteriorament cognitiu a nivell memòria.

AVALUACIÓ



Es realitza una valoració inicial de l'usuari/a a través del familiar responent a preguntes personals que posteriorment treballarem al taller. Una vegada iniciat el programa es realitza un seguiment d'assistència, llistat de temes a tractar i avaluació diària (comprobació de veracitat, raonament, capacitat de discurs, comunicació...).

Per últim en l'avaluació final es realitza la comprovació dels objectius plantejats anteriorment.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Participen tots els usuaris que acudixen regularment al centre, que presenten una fase inicial o moderada de deteriorament cognitiu. A més de voluntaris i familiars de diverses edats.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

El programa intergeneracional és un taller a nivell grupal. Per això, no hi ha hagut adaptacions per nivell, sinó que modificacions o repartiment de temes depenen del nivell cognitiu de l'usuari/a.

REGISTRES

- Fitxa D'Assistència: Annex 1
- Avaluació diària: Annex 2

ANNEX 1: EXEMPLE DE FITXA D'ASSISTÈNCIA

NOM	JULIOL 2011					OBSERVACIONS
	Divendres 1	Divendres 8	Divendres 15	Divendres 22	Divendres 29	

ANNEX 2: EXEMPLE D'AVUACIÓ SETMANAL

NOM:		MES:				
-------------	--	-------------	--	--	--	--

FUNCIONS COGNITIVES		SESIÓ 1	SESIÓ 2	SESIÓ 3	SESIÓ 4	SESIÓ 5
LLENGUATGE	FONOLOGIA					
	SINTAXI					
	COMUNICACIÓ					
MEMÒRIA	M. RECENT					
	M. DE TREBALL					
	M. CURT TERMINI					
	M. LLARG TERMINI					
ATENCIÓ	ATENCIÓ SELECTIVA					
	ATENCIÓ SOSTINGUDA					

NOTA: ES PUNTUA - : MAL, +-: REGULAR, +: BÉ I ++: MOLT BÉ

OBSERVACIONS:

31. TERÀPIA AMB ANIMALS

DESCRIPCIÓ



El projecte es du a terme amb un gos i amb els usuaris de l'Associació d'Alzheimer de Torrevieja, realitzant activitats grupals i individuals en les que es pretén afavorir la interacció entre ells, expressant les seues emocions i estimulant a través de l'entreteniment i l'oci tots els components tant sensoriomotrices, cognitius i psicoafectius.

ÀREA DE TREBALL

El treball amb animals comprén l'àrea psicològica, emocional, física i conductual.

OBJECTIUS

-Objectiu General:

- Aconseguir l'estimulació amb els nostres usuaris millorant al seu torn la seua qualitat de vida.

-Objectius Específics:

- Fomentar l'empatia, tant amb els companys com amb l'animal, a través de la interacció individual i grupal.
- Aconseguir un major enfocament exterior, cobra especial importància en el treball d'estimulació cognitiva amb malalts que està en un estadi avançat de la malaltia, aconseguint una major capacitat d'obertura i receptivitat ambiental.
- Possibilitar les relacions interpersonals i intrapersonals.
- Afavorir l'acceptació personal.
- Entretindre i aconseguir el gaudi en l'espai d'interacció que es crega amb l'animal.
- Facilitar la socialització dels usuaris@s.
- Estimular cognitivament.
- Recuperar el sentit de la responsabilitat, al sentir-se a cura d'un animal que depén d'un mateix.
- Estimular la iniciativa.



METODOLOGIA

Sessions	Duració	Valoració prèvia al treball	Distribució dels grups	Treball individual	Treball grupal
1ª Sessió setmanal	1 hora	Valoració dels casos a tractar entre l'equip tècnic i el cuitador responsable del projecte, tenint en compte les necessitats i limitacions dels usuaris.	Grup en fase 1 de la malaltia.	Treball de passeig amb el gos. Treball d'interacció directa amb l'animal treballant recompenses i castics.	Reeducació i adaptació de les Activitats Bàsiques de la Vida Diària. Activitats de cohesió i interacció grupal.
2ª Sessió setmanal	1 hora	Valoració dels casos a tractar entre l'equip tècnic i el cuitador responsable del projecte, tenint en compte les necessitats i limitacions dels usuaris.	Grups de fases més avançades.	Treball de passeig amb el gos. Treball d'estimulació sensorial.	Reeducació i adaptació de les Activitats Bàsiques de la Vida Diària. Activitats de cohesió i interacció grupal

RECURSOS**-Professionals:**

LLOC / CÀRREC	PERFIL / TITULACIÓ	Nº	DEDICACIÓ ESTIMADA A ESTE PROJECTE	RESPONSABILITATS / FUNCIONS
Terapeuta de Edy	Terapeuta	1	Total	Realitza activitats amb Edy Sessions individuals i grupals
Personal especialitzat	Cuitador	1	96 hores	Coordina, supervisa el programa. És responsable de les teràpies amb l'animal
Auxiliar	Cuitador	2	96 hores	Tasques específiques d'Auxiliar i acompanyament durant el projecte
NÚM. TOTAL DE PERSONES:		4		

-Materials: Els materials d'estimulació i de cura dels animals per a la interacció entre els usuaris i l'animal.

FITXES DE TREBALL

- o Parts de seguiment i de registre de les activitats que es realitzen amb els grups i a nivell individual amb els usuaris en la teràpia amb animals.

-Econòmics: Recursos propis.

DIFICULTATS

Només les relacionades amb el finançament del projecte.

AVALUACIÓ

L'equip tècnic de l'Associació avalua el projecte en funció de la consecució d'objectius a nivell observacional. Prenent com a referència la intervenció del centre dins d'una metodologia holística, el projecte se suma com un mètode d'estimulació que crega beneficis positius en els nostres usuaris complementant la resta del treball diari que amb ells i les seues famílies es realitzen.



No obstant per al seguiment i avaluació posterior hem creat una fitxa de seguiment de les sessions amb l'objectiu de valorar:

- Efectes positius concrets en usuaris.
- Modificacions que es poden incorporar al llarg del projecte.
- Possibles incidències durant les sessions.
- Registre de les activitats exercides.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Tots els usuari@s que assistixen al Centre de l'Associació d'Alzheimer de Torrevieja, distribuïts en grups segons el seu grau de deteriorament (GDS) , aproximadament 46 usuari@s.



ADAPTACIÓ PER NIVELLS



Depenent dels resultats de les valoracions tant físiques com cognitives que presente cada un dels usuaris que realitzen este programa, se'ls realitzarà un tipus de tractament grupal o individual. Els usuaris que presenten més autonomia funcional i es troben en una fase lleu realitzaran sessions grupals dirigides pel terapeuta d'Edy sempre amb el suport d'un tècnic de l'associació i un auxiliar. Els usuaris que presenten major nivell de dependència i es troben en una fase moderada de la malaltia



rebran un tractament més individualitzat amb Edy, terapeuta d'este i tècnic de l'associació. Les activitats en este cas serien passejos, pentinar, llançaments de joguets d'Edy, acariciar, posar corretja.

REGISTRES

PLA D'ATENCIÓ INDIVIDUALITZAT

Nom:
Grup:
Data d'elaboració:
Activitat:
Valoració-Resultats:

● ÀREA SOCIAL

Objectius	Activitats	Professional

● ÀREA SANITARIA

Objectius	Activitats	Professional

● ÀREA PSICOLÓGICA

Objectius	Activitats	Professional

--	--	--

● ÀREA TERAPEÚTICA

● → TERÀPIA COGNITIVA

Objectius	Activitats	Professional

● → TERÀPIA OCUPACIONAL

Objectius	Activitats	Professional

● → FISIOTERÀPIA

Objectius	Activitats	Professional

CONCLUSIONS/OBSERVACIONS:

--

32. TALLER DE LECTURA

DESCRIPCIÓ

Per a la realització d'este taller podem dur a terme distintes activitats, depenent de les característiques del grup, del seu nivell de deteriorament, dels seus interessos i del seu nivell cultural.

Dins d'estes activitats, podem destacar la lectura del periòdic, amb la qual cosa es propicia la integració social dels usuaris i l'orientació a la realitat, lectura de contes i relats amb moralitat, relats sobre històries de la localitat, lectura de poesies, lectura de lletres de cançons, endevinalles i refranys.

Les lectures han de ser triades pels/s'usuaris/es, evitarem els típics contes infantils, i procurarem que no siguin massa llargues, perquè no perden el fil i que estiguen acompanyades d'imatges, sobretot en els relats d'històries de la localitat, monuments i tradicions.

Les lectures es realitzaran en veu alta i amb l'entonació adequada, posterior a elles es farà un comentari del que llig.

JUSTIFICACIÓ



La lectura pot ser un excel·lent exercici per a estimular la ment, i frenar el deteriorament cognitiu en persones amb Alzheimer, augmenta la capacitat de concentració, promou l'empatia i evita la pèrdua de funcions cognitives.

En persones amb Alzheimer, generalment, l'escriptura apareix afectada en l'inici de la malaltia, mentres que la lectura roman més preservada, encara que en la segona etapa, es transforma en una lectura

mecànica amb dificultats en la comprensió.

Practicant la lectura en veu alta es pot millorar l'expressió oral i retardar el deteriorament del llenguatge, al mateix temps que es millora la capacitat d'observació i l'atenció.

ÀREA DE TREBALL

- Llenguatge oral.
- Comprensió lectora.
- Atenció.
- Orientació espacial.

OBJECTIUS

L'objectiu **general** d'este taller, és estimular de forma adaptada les capacitats cognitives superiors, relacionades amb les àrees de treball implicades, per a frenar el deteriorament cognitiu i millorar la qualitat de vida de les persones afectades per la malaltia.

-Objectius específics:

- Fomentar la lectura.
- Treballar l'atenció sostinguda.
- Millorar l'autoestima.
- Afavorir la interacció entre els membres del grup.

METODOLOGIA

El taller de lectura tindrà una duració aproximada de 45 minuts, els quals es distribuïran entre: l'elecció d'una lectura per part de cada membre del grup, la lectura del text triat i comentari de cada un d'ells.

Una vegada acabades totes les lectures es pot fer una elecció del poema o el lector que més haja agradat al grup, per a afavorir l'interés en la bona entonació.

Les lectures poden buscar-se en llibres de poemes o cançons conegudes per ells. Cada membre del grup pot tindre una còpia del text que es llig per a major comprensió d'este. També podem copiar poemes o versos populars que conega algun participant del taller.

Si algun membre del grup coneix l'autor/a, també es pot fer comentaris sobre la seua vida o les seues obres per a treballar la memòria i així, enriquir la cultura dels altres membres.

RECURSOS

- **Professionals:** Per a realitzar este taller es necessita un/a psicòleg/a, un/a terapeuta ocupacional o un/a auxiliar expert.
- **Materials:** Podem aconseguir les lectures d'Internet buscant per autors coneguts o per temes.
- **Econòmics:** Es poden comprar els llibres de poesia que es desitgen en qualsevol llibreria.

DIFICULTATS

L'única dificultat que puga tindre este taller, és que alguna persona siga analfabeta, li coste molt llegir, o tinga dèficit sensorial que li afecte la visió o a l'orella. En estos casos, si a pesar d'això segueixen interessats a participar en el taller, es pot adaptar acurtant la lectura o ajudant-li quan siga necessari.

És interessant que el/la professional, conega les capacitats de cada participant per a treballar-les el màxim possible durant el taller.

AVALUACIÓ

Per a l'avaluació d'este taller, utilitzarem un full de registre on constarà: nom del participant i grau de deteriorament, les lectures realitzades, la data, el grau de participació, l'actitud, i les possibles incidències que poden haver sorgit durant l'activitat.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Esta activitat pot ser realitzada per persones de qualsevol sexe i edat, amb deteriorament cognitiu lleu o moderat amb alt nivell cultural.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Nivell de deteriorament lleu (GDS 3-4): Les persones amb este nivell, hauran de ser capaços de triar una lectura, llegir-la en veu alta i comentar-la. Si el nivell cultural d'algun membre del grup és baix o té escassa la fluïdesa lectora, el/la professional pot ajudar-li.

Nivell de deteriorament moderat (GDS-5): Les persones amb este nivell, hauran de tindre un nivell educatiu premòbid prou alt per a poder realitzar l'activitat, encara que esta es limitarà a la lectura del text sense el posterior comentari, i havent-ho triat abans el professional que vaja a dirigir el taller.

Les lectures estaran adaptades segons el grau cultural dels participants, per a evitar que ells puguin triar algun text amb massa dificultat.

33. HUI EM SENT BÉ

DESCRIPCIÓ

Es tracta d'un taller en què es realitzen activitats que tenen a veure amb l'atenció de la imatge personal, està enfocat tant a hòmens com a dones, encara que tradicionalment eren elles, i no els hòmens, les que cuidaven i hidrataven la seua pell i utilitzaven maquillatge i altres cosmètics per a millorar la seua imatge, hem intentat adaptar-lo perquè puguen participar també ells.

En el taller es realitzen activitats com ara netetja de cutis, massatge facial, manicura, afaitat (en hòmens), depilació facial i maquillatge.

En fases avançades de deteriorament donarem més importància al massatge facial, a l'estimulació de l'esquema corporal i al contacte físic amb el malalt.

JUSTIFICACIÓ

L'atenció de la nostra imatge contribuïx a configurar la nostra identitat. En les persones amb Alzheimer, s'observa un deteriorament de la identitat social pel fet que esta, depén de la relació que es manté amb l'entorn, cosa distinta succeïx amb la identitat personal, la qual pot romandre intacta fins ben avançada la malaltia.

Per tot això, considerem beneficis que, en la mesura que siga possible, les persones afectades per malaltia d'Alzheimer o qualsevol altre tipus de demència, continuen realitzant activitats relacionades amb el seu atenció personal i amb la millora de la seua imatge, seguisquen sentint-se bé amb la sensació d'estar endreçades, i ben arreglades i d'ajudar a altres a què ho estiguen.

ÀREA DE TREBALL



- Funcions executives.
- Memòria procedimental.
- Reminiscències.
- Estimulació sensorial.
- Esquema corporal.

OBJECTIUS

L'objectiu **general** d'este taller, és millorar l'estat de benestar de la persona, com resultat de sentir-se a gust amb la seua imatge i al mateix temps contribuir a la millora de la seua autoestima.

-Objectius específics:

- Estimular la percepció per mitjà del tacte.
- Estimular l'esquema corporal i la denominació i reconeixement de les distintes parts del cos (cara i mans).

- Reforçar la identitat.
- Fomentar la comunicació i la interacció del grup.
- Afavorir el manteniment de les capacitats físiques.
- Millorar la imatge personal i amb això l'autoestima.

METODOLOGIA

El taller tindrà una duració aproximada de 60 minuts, durant els quals, es prepararan els materials necessaris per a la realització de les diferents activitats de què es compon. Es dividirà el grup en parelles, i cada una d'elles haurà de portar endavant les distintes activitats que s'aniran proposant. Tots els passos es realitzaran davall la supervisió del monitor.

El taller comença amb la depilació, amb unes pinces de depilar, del berrissol sobrant en la zona del llavi superior i en el mentó, esta operació la realitza un/a auxiliar expert, a continuació es prepara la mescla dels ingredients per a les màscares i les/els usuaries/s se les apliquen per mitjà d'un suau massatge. El següent pas serà retirar la màscara amb ajuda de tovalletes humides, i aplicar una crema hidratant al mateix temps que es realitza un massatge per cara i coll, intentant que la persona nomene les zones de la cara sobre les quals s'està realitzant el massatge. Després, es procedix a l'aplicació del maquillatge, utilitzant ombres, coloret, barra de llavis. És recomanable que la persona participe en l'elecció dels colors a utilitzar, tant en el maquillatge com en la laca d'ungles, perquè d'esta manera li fem partícip i respectem els seus gustos.

Una altra activitat que es realitza dins d'este taller és la manicura. Per a portar-la a cap, comencem posant les mans a remulla, (en eixe moment podem preguntar sobre la temperatura de l'aigua per a treballar l'estimulació sensorial) a continuació, el/la monitor talla i lima les ungles. A continuació, es realitza la hidratació de mans i ungles per mitjà d'un massatge relaxant, i s'aplica una laca d'ungles amb brillantor o amb el color que la persona trie. Si la persona es mossega les ungles no hem d'aplicar esmalt, també hem d'estar pendents d'eliminar la laca d'ungles quan esta comence a espatllar-se, perquè les ungles a mig pintar donen mala imatge.

Podem fer una adaptació d'estos tallers, per a portar-los a cap amb hòmens sense que experimentn rebuig. Consistiria a realitzar amb ells alguns dels passos i substituir altres, per exemple, podríem afaitar-los i després realitzar el massatge relaxant amb crema al mateix temps que anomenem les parts de la cara, la manicura podríem realitzar-la amb ells, seguint els passos de remull de mans, tallar, limar ungles i massatge de mans.

RECURSOS

- **Professionals:** per a la realització del taller es necessita un monitor/Ra que pot ser un/a psicòleg/a, un/a terapeuta ocupacional, un/a TASOC o un/a auxiliar de gerontologia.
- **Materials:** els ingredients necessaris per a l'elaboració de la màscara, cotons, tovalletes, crema facial, crema de mans, esmalt d'ungles, pinces de depilar, palangana, lima d'ungles, tisores, maquillatge.
- **Econòmics:** els materials necessaris per a la realització de les activitats, es poden comprar en el supermercat, en qualsevol cas el cost dels mateixos no serà massa elevat.

DIFICULTATS

És necessari que el monitor de les instruccions de forma clara i precisa, i tantes vegades com considere necessari per a la realització de cada pas, així com l'adaptació de cada tasca a les capacitats dels usuaris. Cal tindre en compte, el grau de deteriorament a l'hora d'establir les parelles, i, en cas de no poder realitzar l'activitat de forma autònoma, el monitor podrà guiar-los o formar part de l'activitat, i inclús realitzar el mateix la tasca, sent l'usuari el receptor. En els casos en què el deteriorament estiga més avançat, és recomanable explicar primer el que els farem abans de procedir a la seua realització, per a evitar que la persona s'espante i no vulla participar.

Pot existir rebuig en els hòmens degut a condicionaments socials i culturals, per la qual cosa seria convenient fer un taller enfocat a l'atenció i neteja masculina, amb les adaptacions comentades amb anterioritat.

AVALUACIÓ

Per a l'avaluació de l'activitat, utilitzarem un full de registre en què s'arreglarà: nom i cognoms de l'usuari, data, grau de deteriorament cognitiu, activitats realitzades, grau de participació, actitud i possibles incidències que poden haver sorgit durant l'activitat.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

L'activitat la podran realitzar tant dones com hòmens amb un nivell de deteriorament lleu i moderat. Per a les persones en fase greu, podríem realitzar una adaptació basant-nos en l'estimulació sensorial i l'estimulació amb massatges.



ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Nivell de deteriorament lleu (GDS 3-4): les persones amb este nivell podran realitzar la mescla dels ingredients necessaris, anar a comprar-los amb el monitor en el cas en què es precise, preparar les quantitats, aplicar les màscares, maquillar, hidratar i també ser receptors de l'activitat, davall la supervisió contínua del monitor.

Nivell de deteriorament moderat (GDS 5-6): en este estadi seran receptors/es, majoritàriament, sent el monitor o altres usuaris/s'els que realitzen les màscares i els massatges.

Nivell de deteriorament greu (GDS 7): en este estadi resulta beneficiosa l'aportació d'estímul propioceptius, perquè el/la malalt/a no perda la percepció del seu propi cos, per esta raó resultarà beneficiós realitzar el taller enfocant-ho a la percepció per mitjà del tacte, estimulació de l'esquema i la imatge corporal, afavorir el vincle entre malalt i cuitador i facilitar la relaxació.

34. TALLER DE PINTURA

DESCRIPCIÓ

El taller de pintura, consisteix a realitzar activitats de pintura en les seues distintes categories, des de la pintura amb ceres i folis, fins a la realització d'una falla. Per a això utilitzem distintes tècniques, com el punteig, pintura amb pinzells, acrílics, aquarel·les, retoladors, pintura per a dits.

Per a realitzar el taller de forma satisfactòria, hem d'adaptar-lo al nivell de deteriorament dels/les participants, i intentar que cada activitat, estiga encaminada a un fi i que tinga sentit per a ells/elles, d'esta manera, programarem activitats de pintura relacionades amb l'època de l'any i amb les festivitats, com són les falles, el Nadal, les estacions de l'any, etc., realitzant murals amb les distintes estacions, targetes de Nadal i de Sant Valentí, pintant ous de Pasqua, fent adorns de Nadal per a decorar l'arbre, pintant elements decoratius per a les festes d'aniversari, o les distintes manualitats realitzades amb paper maché, figures del betlem, marcs de fotos, màndales.

JUSTIFICACIÓ



El treball artístic amb pacients que patixen Alzheimer, contribuïx a l'augment de la concentració, fomenta la imaginació, genera satisfacció, disminuïx l'agressivitat i l'estrés, millorant l'estat d'ànim. És una forma eficaç de teràpia, perquè contribuïx a enriquir la capacitat d'iniciativa i de comunicació, proporciona una oportunitat per a expressar-se, inclús després d'haver perdut algunes de les habilitats de comunicació.

Així mateix, la participació en activitats artístiques de forma grupal, fomenta la interacció social, permet elevar sentiments d'autoestima, utilitat i autonomia i ajuda a què la persona descobreisca els seus potencials artístics.

ÀREA DE TREBALL

- Praxies.
- Atenció.
- Memòria procedimental.

OBJECTIUS

L'**objectiu general** dels tallers de pintura, és millorar la qualitat de vida del malalt/a i dels seus familiars, facilitant l'estimulació de les capacitats per a així millorar el seu estat cognitiu, i disminuir les alteracions emocionals i conductuals

-Objectius específics:

- ☐ Exercitar la motricitat.
- ☐ Afavorir l'atenció sostinguda.
- ☐ Afavorir la creativitat.
- ☐ Afavorir la memòria procedimental.
- ☐ Millorar l'autoestima.
- ☐ Fomentar la relació entre els membres del grup.

METODOLOGIA

Els tallers de pintura tindran una duració aproximada de 45 minuts, perquè el deteriorament cognitiu dels/les participants, els impedeixi mantindre l'atenció durant molt de temps sense cansar-se. És millor que la persona acabi l'activitat amb ganes de continuar, que es cansi i no vulgui participar més abans d'acabar. Es realitzaran dos sessions per setmana.

El taller consisteix a pintar objectes o làmines, utilitzant pintures i pinzells. Intentarem que siguin els/les usuaris/es els que trien els colors per a pintar, i que siguin els més creatius possibles a l'hora de decorar els objectes que pinten.

El lloc de realització serà una sala espaiosa i amb prou llum natural, en les taules, ha d'haver-hi espai suficient per a col·locar els materials i poder treballar sense obstacles.

Sempre que fem el taller, serà necessari col·locar un tovalles per a cobrir les taules, i si als/les participants els molesta molt embrutar-se les mans de pintura, podem cobrir les mans amb guants d'usar i tirar de làtex i posar-los davantals de plàstic.

Una vegada acabada la sessió, es netejarà tot el material i la zona utilitzada, s'hauran de guardar i cuidar tots els utensilis perquè la pròxima sessió, estigui tot disponible.

RECURSOS



- **Professionals:** Per a la realització d'este taller és necessari un/a psicòleg/a, un/a terapeuta ocupacional i/o auxiliars experts.
- **Materials:** Pintures de tots els colors, cartolines, objectes diversos per a decorar, pinzells, tovalles, guants i davantals.
- **Econòmics:** Utilitzar pots grans de pintures, i dosificadors individuals per a cada usuari per a rendibilitzar els recursos. Molts dels materials són reutilitzables per a altres ocasions.

DIFICULTATS

Molts usuaris/es són poc inclinats a embrutar-se les mans, i com tenen disminuïdes les seues funcions executives, cal proposar-los alternatives per a triar els colors o decorar.

AVALUACIÓ

Per a l'avaluació de l'activitat, utilitzarem un full de registre on constarà: el nom del participant i grau de deteriorament, l'activitat realitzada, la data, el grau de participació, l'actitud i les possibles incidències que poden haver sorgit durant l'activitat.

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

Si adaptem l'activitat als/les usuaris/es, poden participar persones de qualsevol sexe i edat amb deteriorament cognitiu lleu o moderat.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Nivell de deteriorament lleu (GDS 3-4): Poden utilitzar múltiples dibuixos, tant amb motles com els realitzats per ells/elles mateixos/ o pel personal. Poden ser de grans mides i pintar-los en diverses sessions. Solen preguntar si els colors són els adequats i també poden ser creatius per a decidir les tonalitats.

Nivell de deteriorament moderat (GDS 5-6): Utilitzaran dibuixos més senzills, més xicotets, i és preferible que ho acaben en una sessió, perquè no oposen resistència a acabar-lo en una altra ocasió. És aconsellable que s'utilitzen els colors que més els agraden.

35. TALLER ACTIVITATS RELIGIOSES

DESCRIPCIÓ

Este taller té com a finalitat el que els usuaris/es, continuen exercint les activitats religioses que han realitzat al llarg de la seua vida.

Consistirà en activitats com resar el Rosari, prendre la Comunió, assistència del Retor al centre per a la celebració de l'Eucaristia, resar el Viacrucis els divendres de Quaresma previs a la Setmana Santa, xarrades de caràcter religiós, programes religiosos emesos per televisió i qualsevol altra activitat o lectura, que tinga a veure amb la pràctica religiosa, atenent sempre i en la mesura que siga possible, a les creences de cada usuari/a.

JUSTIFICACIÓ

El sentiment religiós en les persones majors, es troba profundament arrelat. Ho han viscut amb intensitat en la seua infància dins de la seua família, en l'escola, en la parròquia, en la seua vida quotidiana i en festivitats concretes com la Setmana Santa, el Nadal, el patró o patrona del poble.

És per això que qualsevol activitat religiosa que es realitze amb persones afectades per la malaltia d'Alzheimer, tindrà una bona acollida inclús en les fases més avançades de la malaltia, proporcionant-los calma i serenitat.



ÀREA DE TREBALL

- Reminiscències.
- Memòria.
- Llenguatge.
- Atenció.
- Orientació temporal.

OBJECTIUS

L'objectiu **general** d'estos tallers de caràcter religiós, és que les persones afectades per la malaltia d'Alzheimer o qualsevol altra demència, puguen continuar exercint activitats que els ajuden a mantindre viu el sentiment religiós, i així afavorir el seu benestar i amb això la seua qualitat de vida.

-Objectius específics:

- Evocar reminiscències.
- Fomentar comunicació i interacció del grup.
- Mantindre costums i estil de vida.

- Afavorir orientació temporal.

METODOLOGIA

Les activitats que componen estos tallers tenen a veure amb la religió que la persona professe, en este cas ens hem basat en la religió catòlica perquè és la que practiquen la gran majoria dels nostres usuaris/es.

L'activitat de resar el Rosari es pot realitzar diverses vegades per setmana, encara que és suficient amb una. L'ideal és que siguen els usuaris/s els que dirigisquen l'activitat, i que el monitor ajude en els moments en què es considere necessari. Seria desitjable que cada dia siga una persona distinta la que dirigisca el Rosari.

L'activitat es durà a terme en una sala espaiosa, on es puguem assentar tots els/les participants, és preferible que es senten en cercle, entorn d'una imatge de la Mare de Déu perquè tots es puguem veure i escoltar. La persona que dirigix el Rosari, necessitarà un devocionari on puga llegir els misteris i les lletanies, i un rosari per a comptar les oracions de cada misteri. L'activitat dura mitja hora aproximadament, i es pot finalitzar amb un càntic a la Mare de Déu.

Les activitats de donar la Comunió i celebració de l'Eucaristia, les duren a terme persones alienes al Centre, la Comunió es dona un dia per setmana a tots els usuaris/es que ho desitgen. En el cas de la celebració de missa, és el Rector del poble el que ve al Centre, habilitant un espai per a la celebració de l'Eucaristia i per a acomodar a tots els/les usuaris/s i els familiars que desitgen assistir.

RECURSOS

- **Professionals:** per a la realització del taller del Rosari es necessita un monitor/a, que pot ser auxiliar, TASOC o terapeuta ocupacional. Per a donar la comunió una persona voluntària (monja, catequista, etc). Per a la celebració de la missa el Retor.
- **Materials:** taules, cadires, un rosari, una imatge de la Mare de Déu, una vela, un llibre amb els misteris.
- **Econòmics:** la majoria dels materials es troben disponibles en el centre, els específics els portaran les persones encarregades de la realització de l'activitat.

DIFICULTATS

La principal dificultat a l'hora d'aconseguir que siguen els/les usuaris/es els que dirigisquen el Rosari, és que solen negar-se per por d'equivocar-se, la majoria de les vegades és la mateixa persona la que dirigix l'activitat.

D'un altre, costat hem de tindre en compte les preferències religioses dels/les usuaris/es, i realitzar l'activitat només amb les persones que professen la religió Catòlica, buscant alternatives en el cas que altres usuaris/es, professen altres religions.

AVALUACIÓ

Per a l'avaluació de l'activitat, utilitzarem un full de registre en què s'arreglarà: nom i cognoms de l'usuari, data, grau de deteriorament cognitiu, activitats realitzades, participació i resultats obtinguts (tenint en compte el grau d'adequació de les activitats al nivell de deteriorament de l'usuari).

PERFIL DE L'USUARI/BENEFICIARI

L'activitat la podran realitzar tant dones com hòmens amb un nivell de deteriorament lleu i moderat. Encara que algunes activitats que impliquen repetir oracions i càntics, les poden realitzar persones en fase greu.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Nivell de deteriorament lleu (GDS 3-4): les persones amb este nivell podran dirigir el Rosari, resar correctament totes les oracions, prendre la Comunió i participar en la celebració de l'Eucaristia.

Nivell de deteriorament moderat (GDS 5-6): en este estadi podran resar encara que a vegades s'equivoquen a l'hora de seguir el Rosari, i no podran dirigir-lo, podran prendre la Comunió i participar en la celebració de l'Eucaristia.



En ambdós nivells, s'observa en els usuaris/s'un grau alt de participació i una actitud tranquil·la i relaxada durant l'activitat, en persones amb nivells de deteriorament avançat, hem observat com són capaços de repetir les oracions i els resulta gratificant la realització d'esta activitat.

TALLER D'EXPRESSIÓ CORPORAL

DESCRIPCIÓ



L'expressió corporal prové del concepte “dansa lliure”, amb això es pretén organitzar el moviment de manera personal i creativa, constituint-se en una forma de llenguatge no verbal.

El cos en este sentit és tingut en compte de forma “global”, ja que cada moviment té el seu sentit, cap moviment o expressió és considerat de forma independent. El significat de cada moviment i expressió realitzada li la dóna el propi subjecte que la realitza.

La ferramenta que s'utilitza en este cas per a comunicar-nos és el cos, en ell es depositen les emocions, i a través del mateix s'expressen emocions, idees, pensaments, sensacions, sentiments i vivències. Sent tota forma d'expressió fluida. Podem en algunes activitats acompanyar-lo amb materials (música, instruments, etc..) que afavorisquen el curs d'eixa expressió.

Què pretenem amb l'expressió del moviment? A través d'esta manera d'expressió volem donar-li un ús psicoterapèutic al moviment dins d'un procés creatiu perseguint la integració entre cos, ment i emoció.

JUSTIFICACIÓ

La realització d'este taller té una funció primordial que consistix en la necessitat expressar-nos i comunicar-nos amb els altres. Esta necessitat al ser coberta permetrà que el malalt augment el grau de benestar amb si mateix/a.

Tots necessitem expressar les nostres emocions, netejar-nos interiorment de tot allò que necessita ser expulsat. El compartir esta parcel·la amb els altres ens fa sentir-nos escoltats, acompanyats, recolzats, alliberats i reconfortats per l'altre independentment de la situació que estiguem vivint.

Qualsevol persona hui en dia té la difícil tasca de gestionar estes emocions de manera que no li afecten i impedisquen seguir amb la seua vida. No és una tasca fàcil de fet mantenint totes les nostres facultats psíquiques i físiques moltes vegades se'ns fa difícil. Ara pensem en una persona diagnosticada d'Alzheimer, esta persona experimentarà una pèrdua en les seues capacitats cognitives, traduïdes en canvis de conducta que interferiran en el seu grau d'autonomia, la qual cosa els va a fer dependents del seu entorn.

Després d'este diagnòstic hi ha un abans i un després en la vida del malalt en totes les parcel·les de la seua vida per les pròpies limitacions de la malaltia. Veient-se afectada:

- L'expressió de les seues emocions.
- La interacció amb els altres, el malalt tendix a l'aïllament i a la soledat.
- Dificultat per a desenrotllar i mantindre les habilitats socials.
- L'autoestima.
- Poden mostrar signes relacionats amb l'humor i l'ànim: ansietat, tristesa, abúlia, irritabilitat.

Este taller permet una via per a la canalització d'estes emocions que moltes vegades queden reprimides.

Per això pretenem que el malalt d'Alzheimer utilitze este taller com a ferramenta per a comunicar i expressar totes les sensacions que els sorgisca en eixe moment. És una forma d'exterioritzar sentiments i emocions que per múltiples motius no aconsegueixen aflorar. Estos motius poden ser:

- Les pròpies dificultats que genera la malaltia d'Alzheimer com per exemple dificultats en l'expressió verbal (afàsia).
- Dificultats en el reconeixement i identificació de les emocions viscudes.
- Limitacions per a la ventilació de sentiments per por i/o vergonya a les opinions que puguen sorgir en els altres components del grup.
- Educació emocional rebuda: consideren que no cal expressar les emocions per múltiples motius (no fer mal als altres, és símptoma de debilitat, ningú em va a comprendre, no preocupar innecessàriament a l'altre, etc...).

ÀREA DE TREBALL

A. Exploració de les diferents emocions:

-Emocions bàsiques i universals: Alegria, tristesa, por, disgust, sorpresa i ira.

B. Socialització dels components del grup.

C. Aprenentatge i desenrotllament d'habilitats socials: empatia, respecte, asertivitat, manejar la ira, maneig de l'ànima i ansietat, desenrotllar el sentit de l'humor.

D. Desenrotllament i utilitat del llenguatge no verbal a través de: l'expressió corporal, la mirada, expressió facial, el contacte físic, el to de veu, gestos, carícies, etc...

E. Desenrotllament de la consciència corporal: coneixement del propi cos, maneig de la respiració, coordinació, equilibri, lateralitat, etc...

OBJECTIUS

-General: Desenrotllar l'expressió corporal dels usuaris a fi d'augmentar el seu benestar psíquic, físic i social.

-Específics:

- ✓ Afavorir l'expressió, reconeixement i ventilació de sentiments i emocions.
- ✓ Fomentar l'acceptació d'un mateix/a i la dels membres del grup.
- ✓ Augmentar el nivell d'autoestima dels usuaris.
- ✓ Potenciar la creació de llaços afectius entre els components del grup.
- ✓ Descendir els nivells d'ansietat i estrés del malalt.
- ✓ Afavorir la creativitat, imaginació i espontaneïtat dels usuaris.
- ✓ Desenrotllar i potenciar el sentit de l'humor.
- ✓ Reforçar el grau de proximitat i intimitat entre els membres del grup.
- ✓ Facilitar al malalt la focalització de l'atenció en el moment present.
- ✓ Desenrotllar el llenguatge no verbal i integrar-ho com un altre canal de comunicació.
- ✓ Atenuar la timidesa, facilitant la desinhibició dels usuaris.
- ✓ Afavorir la interrelació entre cos, espai i persones.
- ✓ Prendre consciència, reconèixer i valorar la pròpia imatge corporal.
- ✓ Estimulació de les capacitats físiques: mobilitat, coordinació, equilibri, lateralitat, reflexos, atenció, consciència corporal,...
- ✓ Aprenentatge i incorporació de tècniques de relaxació.

METODOLOGIA

-Activitats: Les activitats es distribuïxen per sessions, abans de començar qualsevol sessió cal plantejar els objectius que se'n van treballar en les mateixes. Estos han d'estar sempre enfocats a les necessitats terapèutiques de cada persona i en el general dels membres del grup. Una vegada proposada l'activitat els usuaris no tindran un treball dirigit sinó que cada un d'ells la realitzara segons la seua necessitat. Actuant cada membre de forma espontània, fent el que li sorgisca en cada moment. Els professionals en este cas actuem com facilitadors, supervisant les accions de cada membre, però sempre

a través del deixar que sorgisca qualsevol necessitat dels usuaris. No es tracta d'ensenyar coreografies, moviments o expressions determinades, sinó de motivar el participant per a expressar-se.

-Com es realitzen: En una sessió tot allò que s'ha mencionat s'incorpora seguint les següents tècniques:

- Calfament progressiu del cos, activant cames, tronc, braços i cap treballat a partir de la consciència corporal, que estarà present al llarg de tota la sessió.
- Afavorir el contacte entre els participants: caminar de la mà, sostindre junts un ritme, realitzar una dinàmica a través d'un objecte, permetent donar i rebre, sentint-se tots actius en el procés.
- Utilització d'objectes que ajuden a centrar a la persona, amb l'objectiu d'estimular als participants facilitant la interacció del grup i permetent el desenrotllament del sentit de l'humor.
- Activitats que permeten incorporar el moviment individual al grupal, de manera que allò que s'ha expressat per cada un siga arreplegat corporalment pels altres, afavorint la retroalimentació.
- Incorporació de altres elements d'expressió, com la utilització de la veu per a reafirmar i donar sentit a les expressions corporals.
- Realització d'un cercle amb tots els membres per a afavorir la comunicació i la idea de grup. D'esta manera tots es poden veure, i a més creguen un espai tancat on se senten una part important. D'esta manera es desenrotlla la seguretat, el suport i el sentir-se protegit.
- Despedida, tancament i realització d'alguna tècnica de relaxació.

-Duració, periodicitat, on es realitza: La duració de les sessions oscil·la entre 45-60 minuts, depenent dels components que assistisquen eixe dia al taller, del grau de deteriorament que cada un d'ells, i del cansament que puguem presentar els participants. Sempre es respecten les necessitats dels usuaris/es.



La periodicitat de les sessions seran una vegada a la setmana, respectant el dia, l'hora i la duració. Amb això pretenem generar un hàbit en els usuaris, és molt important per a generar estabilitat en el grup i en la persona. D'esta manera es proporciona consciència de ritme intern.

-On es realitza: El lloc en què es realitza este taller és en el centre on realitzem els tallers de psicoestimulació. Situat en un entorn rural, comptem amb un parc que està just davant, no és molt transitable, permetent que el soroll no obstaculitze el benestar dels usuaris, i no afecte la bona realització dels tallers. La sala en què es realitza el taller té estes característiques:

- És un espai que els resulta familiar: Acudixen tots els dies excepte els dilluns en horari de 9,30 a 13,30. L'espai per a realitzar esta activitat ha de permetre la desinhibició de tots els usuaris/es.
- És un espai demarcat: El centre té l'estructura en forma de casa, no posseïx parets que obstaculitzen la visió, és un espai diàfan de 90 metres quadrats.
- Espai lliure d'obstacles: comptem amb una sala gran de parquet, tenint l'amplitud suficient per a poder realitzar qualsevol activitat.
- Amplitud: L'espai de la sala és molt ampli, per la qual cosa utilitzem la mitat de la sala fent ús del mobiliari a fi de no crear sensació d'inseguretat.
- Llumínos: El centre compta amb sis finestres que donen a l'exterior, per la qual cosa la sala es veu perfectament, fent poc ús de la llum artificial.
- Temperatura confortable: La temperatura ha d'estar adaptada a la necessitat dels participants, permetent que puguin treballar sense jaquetes o abrics per a facilitar els moviments. El material del centre és de fusta actuant com a aïllant del fred i de la calor.
- Sense espills: De vegades l'espill pot ajudar a un treball de reconeixement corporal, però en este cas actua com a element de distracció i pot ser perillós en la realització d'algunes activitats.

RECURSOS



música triada perquè provocarà sensacions a nivell emocional en els participants.

Quant a altres instruments que podem utilitzar es trobarien els següents:

- Instruments musicals: tambor, flauta, castanyoles, pandereta, cròtals, cascavells, carabassa, pandero, claus, triangle, congues, platets, lira, gong, etc..

-Professionals: Psicòloga i Auxiliar d'Infermeria.

-Materials: La utilització d'objectes i materials diversos no és estrictament necessària, es pot treballar sense ells, però ajuden molt a centrar al grup, i també augmenta la varietat d'activitats que es poden realitzar.

Com a instrument més important cabria assenyalar la música, acompanya a la realització de moviments, també produeix la ventilació de sentiments. Per això és molt important la



- Teles elàstiques.
 - Mocadors de diferents colors.
 - Pilotes de totes les grandàries.
 - Vels.
 - Màscares venecianes.
 - Disfresses, peluques, barrets, palmitos.
 - Globus de diferents formes, textures i colors.
 - Paper Pinotxo i de seda.
 - Pompero: per a fer pompes amb aigua.
 - Música variada: àrab, oriental, africana, instrumental, cançons que per als usuaris siguin conegudes, etc..
 - Objectes que estimulen la capacitat sensorial: llanternes, llum giratori amb llums de diversos colors, etc..
 - Nines amb indumentària, i instruments necessaris per al seu atenció personal.
 - Equip de so.
 - Equip de gravació.
 - Càmera de fotos.
- Les fitxes de treball es troba en l'apartat de registres 12.1.

-Econòmics:

- Professionals: incloent preparació i execució del taller.
- Psicòloga: 3 hores setmanals (210 euros).A
- Auxiliar d'infermeria: 1 hora setmanal (37 euros).

- **Materials:** depenent dels materials utilitzats en cada sessió. Ja que en cada sessió no s'utilitzarien tots.

DIFICULTATS

Tots els usuaris i participants d'estes sessions no són iguals, ni responen de la mateixa manera a les activitats proposades perquè cada un d'ells té la seua personalitat, caràcter i es troben en un estadi diferent de la malaltia. Per això les dificultats que podem trobar són variades:

- Impossibilitat de realitzar l'activitat proposada perquè l'usuari/a no comprén les instruccions per pròpies limitacions de la malaltia, per tindre una incapacitat física (estar en cadira de rodes) o per alteracions en el comportament (deambulació)
- Negació a realitzar l'activitat per timidesa i per falta de confiança en el grup.
- Cansament en la realització d'alguna activitat per part d'un participant, contagiand el rebuig dels altres companys/es.
- Que existisca mala relació entre alguns dels participants.
- Interrupcions en la realització d'alguna activitat per algun component del grup i afecte el treball personal del company/a.
- Incorporació d'un nou membre del grup, pot generar al principi rebuig en els altres companys i inhibició de l'incorporat/da.
- Reiterades absències d'algun component del grup.
- Possibilitat d'aparició d'algun conflicte entre els mateixos participants o amb el professional que esta realitzant l'activitat.

PERFIL DE L'USUARI / BENEFICIARI

Els usuaris beneficiaris d'este taller es troben en l'Escala de deteriorament global de Reisberg , GDS-4 i GDS-5.

Les puntuacions en l'escala MEC de Lobo oscil·len entre 23 i 10.

Les característiques dels usuaris es corresponen amb:

- ✓ Demència en estadi lleu (GDS-4, MEC entre 16 i 23 punts) amb defecte cognitiu moderat:

- a) Coneixement disminuït dels esdeveniments actuals i recents.



- b) El pacient pot presentar un cert dèficit en el record de la seua pròpia història personal.
- c) Defecte de concentració lloc de manifest en la sostracció seriada de setes.
- d) Capacitat disminuïda per a viatges, finances, etc..
- e) Sovint no hi ha defectes en les àrees següents:

- Orientació en temps i persona.
- Reconeixement de persones i cares familiars
- Capacitat per a desplaçar-se a llocs familiars



- f) Incapacitat per a realitzar tasques complexes.
- g) La negació és el mecanisme de defensa dominant.
- h) Disminució de l'afecte i abandó en les situacions més exigents.

✓ *Demència en estadi moderat (GDS-5, MEC entre 10 i 19 punts), amb defecte cognitiu moderat-greu:*

- a) El pacient no pot sobreviure molt de temps sense alguna assistència.
- b) No recorda tates rellevants de la seua vida actual: la seua direcció, telèfon, els noms de familiars pròxims (com els néts), el nom de l'escola, etc.
- c) És freqüent una certa desorientació en temps (data, dia de la setmana, estació, etc..) o en lloc.
- d) Dificultats en la realització d'operacions aritmètiques.
- e) Manté el coneixement de molts dels fets de major interès concernents a si mateix i a altres.
- f) Invariablement sap el seu nom, i generalment el de la seua esposa i fills.
- g) No requerix assistència en la neteja i en el menjar, però pot tindre una certa dificultat en l'elecció dels vestits.

ADAPTACIÓ PER NIVELLS

Qualsevol persona és susceptible de beneficiar-se d'este espai. Exceptuant aquelles que posseïxen trastorns del comportament (idees delirants persistents, conducta violenta o agressiva) sense possibilitat de ser controlades pel fet que les seues capacitats mentals estan molt alterades, impossibilitant un adequat contacte amb el pacient i la seua adaptació a l'entorn.

El professional ha de realitzar i preparar les activitats tenint en compte les característiques del grup i de cada persona. Per això independentment del deteriorament cognitiu que posseïsca l'usuari/a haurà de tindre sempre en compte els següents aspectes;

- En el cas d'una pèrdua total o parcial de les capacitats verbals de l'usuari/a, el professional adaptarà les activitats sent estes més corporals.
- Si l'usuari/a posseïx algun tipus d'incapacitat física (per exemple estar en cadira de rodes) plantejarà les activitats de manera que esta persona puga participar i no es senta exclòs/a de l'activitat. El propi professional pot ajudar a realitzar l'activitat integrant-la en ell mateix i interactuant amb l'usuari/a.
- Donar sempre les instruccions de forma concreta, clara, i senzilla eliminant les opcions múltiples.
- Mantindre un contacte visual quan es parla, acompanyant amb gestos la paraula, si fóra necessari per a una millor comprensió.
- Tindre sempre en compte les característiques i interessos de cada persona.
- Dirigir-se a cada integrant del taller pel seu nom i amb respecte.
- Fer notar de manera clara els èxits i l'esforç realitzat per cada un d'ells a través del reforç positiu.
- No jutjar cap actitud o conducta que sorgisca en els components del grup, sempre que no cause un conflicte o dany als companys/es.
- El professional que dirigeixca l'activitat haurà de participar i implicar-se com un integrant més en el grup.

AVALUACIÓ

Per a saber si l'usuari és susceptible per a la realització d'este taller i per a la realització del seu historial, fitxa es realitza una primera avaluació individual tenint en compte els aspectes següents:

1. Entrevista personal.
2. Valoració conductual: A través de l'Inventari Neuropsiquiàtric de Cummings.
3. Valoració cognitiva: A través del qüestionari MEC i Escala de deteriorament global de Reisberg.
4. Valoració funcional: Utilitzant la prova de Barthel i Lawton.
5. Valoració física: Escala de Tinetti.
- 6 Valoració social: A través de preguntes realitzades en l'entrevista inicial.



Per a l'avaluació i seguiment de les sessions realitzades en el taller d'expressió corporal la fitxa es troba en l'apartat de registres 12.2.

REGISTRES

12.1. FITXA DE TREBALL

Data:	Hora:	Nº de sessió:
Participants: Absències: Causes de les absències:		
Objectius de la sessió:		
Activitats plantejades:		
Recursos materials necessaris:		
Incidències ocorregudes durant la sessió - Participants implicats: - Situació acontesa: - Context en què ha ocorregut: - Mesures adoptades: - Pla d'intervenció per a pròximes sessions:		
Observacions:		

12.2. FITXA D'EVALUACIÓ DE LES SESSIONS

DATA:	HORA:	Nº DE SESSIÓ:
NOM DE L'USUARI:		
Relació amb els components del grup: • Interacció amb la resta d'usuaris: Adequada ☐ Inadequada ☐ • Interacció amb el professional: Adequada ☐ Inadequada ☐ • Participació en les activitats: ☐ Espontània ☐ A petició No ho fa ☐ • Nivell d'integració en la dinàmica: -Alt -Mitjà -Bix -Inexistent		
Exploració de les emocions: • Emocions expresades: - Positives: - Negatives: • Direcció i maneig de l'emoció:		
Habilitats socials desenrotllades:		
Expressions /actituds corporals desenrotllades: - Moviments integrats: - Consciència Kinestesica: - Bloquejos corporals:		
Anàlisi de la sessió: - Objectius aconseguits: - Objectius a desesentrollar:		
Dificultats encontrades: -Situació succeïda: -Context de la situació: -Intervenció actual i posterior:		
Observacions:		

ANEXES

NEUROPSYCHIATRIC INVENTORY QUESTIONNAIRE						
Nombre:				Puntuació:		
Fecha:						
Nombre del explorador:						
Responga al següent questionari basat en canvis ocorreguts des que ell/ella començà a experimentar problemes de memòria: Marque amb un cercle "SÍ" soles si els símptomes ocorren en l'actualitat Marque "NO" soles si els símptomes no ocorren en l'actualitat Per a cada ítem marcat amb "SÍ": a. Relació de GRAVETAT/SEVERITAT amb el símptoma o símptomes (com afecten al pacient): Lleu (canvi evident, però no significatiu, fàcil maneig de la situació). Moderada (canvi significatiu, però no dràstic, es fa més difícil controlar la situació) Greu (canvi dràstic, molt marcat, no es pot dur la situació) b. Relació de la seua AFECTACIÓ amb el símptoma o símptomes (com li afecta a Vosté): No existix afectació Mínima (poca afectació, no em representa un problema) Lleu (sense massa afectació, me les arregle fàcilment) Moderada (prou afectació, no sempre puc arreglameles) Greu (molta afectació, dificultats para arreglarmeles) Molt greu (afectació extrema, el problema em venç)						
Conteste amb franqueza les següents preguntes. Consulti si té algún dubte o precisa ajuda.						
DELIRIS ¿Creu el pacient en coses que no son certes com per exemple que altres persones volen robar-li o volen fer-li mal, o inclus, que membres de la seua familia no son qui diuen ser, o que sa casa no és sa casa? GRAVETAT: AFECTACIÓ:				SI	NO	
				1	2	3
				0	1	2 3 4 5
AL.LUCINACIONS ¿El pacient veu coses o persones inexistents o diu que escolta veus o sorolls inexistents? ¿Parla amb persones no presents? GRAVETAT: AFECTACIÓ:				SI	NO	
				1	2	3
				0	1	2 3 4 5
AGITACIÓ / AGRESSIÓ ¿El pacient no vol cooperar o rebre ajuda? ¿Insulta o es molesta amb el seu cuitador amb facilitat? GRAVETAT: AFECTACIÓ:				SI	NO	
				1	2	3
				0	1	2 3 4 5
DEPRESIÓ / DISFÒRIA ¿El pacient está trist o baix de moral? Plora? GRAVETAT: AFECTACIÓ:				SI	NO	
				1	2	3 4
				0	1	2 3 4 5

ANSIETAT ¿El pacient s'inquieta quan es separa de Vosté? ¿Està nerviós, inquiet, no pot relaxar-se, o està excessivament tens? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
REGOCIJO / EUFÒRIA ¿Pareix el pacient estar massa alegre? Es referix a una alegría anormal, excesiva, diferent e a cm ha sigut sempre. <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
APATÍA / INDIFÈRENCIA ¿El pacient pareix poc interesat, poc motivat per fer les coses, menys actiu que de costum, inclús parla menys? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
DESINHIBICIÓ ¿El pacient actúa impulsivament, diu coses que normalment no es diuen o fan en públic? Coses que inclús poden fer-lo sentir vergonya . <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
IRRITABILITAT / LABILITAT ¿Està irritable o es molesta amb facilitat? ¿Té arrancades repentines de furia? ¿Está impacient? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
ALTERACIÓ MOTORA ¿El pacient es dedica a repetir actes com donar voltes per la casa, obrir caixons o armaris, o fer altres coses repetitivament amb la roba o amb altres objectes? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
ALTERACIÓ DEL SOMNI ¿Té dificultats per conciliar el somni, es desperta durant la nit (no tindre en compte si s'alça per anar al bany i es torna a dormir) o s'alça massa prompte? ¿Açó li du a dormir excessivament durant el día? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5
GANA / ALIMENTACIÓ ¿El pacient ha perdut o guanyat gana i/ o pes, o ha canviat de gustos en els menjars? <u>GRAVETAT:</u> AFFECTACIÓ:	SI NO 1 2 3 2 3 4 5

MINIEXAMEN COGNITIU DE LOBO

ORIENTACIÓ	
– A quin any estem?	
– A quina estació de l'any estem?	
– A quin dia de la setmana estem?	
– Quin dia (número) es hui?	
– A quin mes estem?	
– A quina província estem?	
– A quin país estem?	
– A quin poble o ciutat estem?	
– A quin lloc estem en este moment?	
MEMÒRIA DE FIXACIÓ	
– Repetisca estes 3 paraules: “Peseta, caball, poma” (1 punt per cada resposta correcta). Una vegada puntuat, si no ho ha dit bé, se li repetirà amb un límit de 6 intents fins que els aprenga. “Enrecorde's d'elles perquè li les preguntaré dins d'una estona”	
ATENCIÓ I CÀLCUL	
– Si té 30 monedes i en dona 3 quantes li queden, si en dona 3 ... (fins 5 restes)	
– Repetisca estos números “5-9-2” (repetir fins que els aprenga). “Ara, repítals del revés. (es puntuà l'acert el n° de orde)”	
MEMÒRIA A CURT TERMINI	
– Recorde els 3 objectes que li he dit abans?	
LLENGUATGE I CONSTRUCCIÓ	
– Mostrar un bolígraf: Què es açó?	
– Mostrar un rellotge. Què es açó?	
– Repetisca esta frase: “A UN TRIGAL HI HAVÍA CINCO GOSSOS”	
– Una poma i una pera son fruits, veritat? ¿qué son un gat i un gos?	
– ¿l el roig i el verd?	
– Ara faça el que li diga: AGAFE ESTE PAPER AMB LA MÀ DRETA, DÓBLE'L PER LA MEITAT I POSE'L DAMUNT LA TAULA (1 punt per cada acció correcta)	
– Faça el que açí li escric (en un paper i amb majúscules escrivim: “TANQUE ELS ULLS”)	
– Ara escriba una frase, la que vullga en este paper (se li dona una paper i un boli)	
– Copiar el dibuix (puntuar 1 si els ànguls es mantenen i s'entrellaçen en un polígon de 4 costats)	
TOTAL	

ÍNDEX DE BARTHEL			
Nom: Data: Nom de l'explorador:			Puntuació Final
ACTIVITATS			PUNTUACIÓ
<u>ALIMENTACIÓ</u>			
Independent. Capaç d'utilitzar qualsevol instrument, desmenuzar el menjar, menja en un temps raonable, utilitza condiments, exten la mantequilla. El menjar pot situar-se al seu alcanç.			10
Necessita ajuda. Tallar- extendre la mantequilla.			5
Dependent. Necessita ser alimentat.			0
<u>LLAVAT (BANY)</u>			
Independent. Capaç de llavar-se sencer; utilitzant la dutxa, la banyera o estant de peu, passant l'esponja sobre tot el cos. Inclou entrar i eixir del bany. Pot realitzar-lo tot sense estar una persona present.			5
Dependent. Necessita alguna ajuda			0
<u>VESTIR-SE</u>			
Independent. Capaç de posar-se, llevar-se i fixar la roba. S'anuga les sabates, abrotxa els botons. Es col·loca el bràgier o el corsé, si precisa.			10
Necessita ajuda. Però fa almenys la meitat de les tasques en un temps raonable.			5
Dependent. Necessita alguna ajuda			0
<u>ARREGLAR-SE</u>			
Independent. Realitza totes les activitats personals (llavar-se les mans, la cara, pentinar-se). Inclou afaitar-se i llavar-se les dents. No necessita ninguna ajuda. Inclou enxufar la maquineta elèctrica.			5
Dependent. Necessita alguna ajuda.			0
<u>DEPOSICIÓ</u>			
Conté/ningún accident. Amb enema o supositoris s'arregla per sí mateix.			10
Accident ocasional. Poc freqüent (menys d'1 vegada per setmana) o necessita ajuda per a l'enema o supositoris.			5
Incontinent.			0
<u>MICCIÓ</u>			
Conté/ningún accident. Sec dia i nit. Capaç d'usar qualsevol dispositiu (Catéter) si és necessari, es capaç de canviar la borsa.			10
Accident ocasional. Menys d'una vegada per setmana; necessita ajuda amb els instruments.			5
Incontinent.			0
<u>RETRETE</u>			
Independent. Entra i eix soles. Capaç de llevar-se i posar-se la roba, netejar-se, previndre les taques i alçar-se sense ajuda. Pot utilitzar barres.			10

Necessita ajuda. Capaç de manejar-se amb xicoteta ajuda en l'equilibri, llevar-se i posar-se la roba o utilitzar el paper de bany. Es capaç de utilitzar el water. Dependent	0	5		
<u>TRASLLAT SILLÓ A LLIT</u>				
Independent. Senseajuda en totes les fases; s'aproxima al llit, frena i tanca la cadira de rodes si és necessari; desplaça els recolzapeus, s'adinsa i tomba al llit, es col·loca sentat a un costat del llit i torna a la cadira. Ajuda mínima. Inclou supervisió verbal i xicoteta ajuda física tal com l'oferta per un cònjuge no molt fort. Gran ajuda. Capaç d'estar sentat senseajuda, necessita molta assistència per eixir del llit o desplaçar-se. Dependent. Necessita grua o complement alçament per 2 persones. Incapaç de romandre sentat.				1 5
			10	
	5			
	0			
<u>DEAMBULACIÓ</u>				
Independent. Pot utilitzar qualsevol ajuda (pròtesi, bastó, mulettes,...), exceptuant caminador; la velocitat no és important. Pot caminar 50 m. o el seu equivalent en casa senseajuda o supervisió. Necessita ajuda. Supervisió física o verbal, inclou instruments u altres ajudes per romandre de peu. Deambula 50 m Independent en cadira de rodes. En 50 m. Deu ser capaç de girar cantons soles. Inmòvil. Inclou ser esportat per altre.				1 5
			10	
	5			
	0			
<u>ESCALONS</u>				
Independent. Capaç de pujar i baixar un pis d'escaleres sense ajuda o supervisió. Pot utilitzar el recolçament que precisa per caminar (bastó, mulettes,...) i el pasamans. Necessita ajuda. Supervisió física o verbal. Incapaç. Necessita alçament (ascensor), o no pot salvar escalons.			10	
		5		
	0			

Resultat i grau de dependència:

- | | |
|----------------|---------|
| 0. Independent | (100) |
| 1. Lleu | (≥60) |
| 2. Moderat | (40-55) |
| 3. Greu | (20-35) |
| 4. Total | (<20) |

Nota: Puntuació màxima 100 punts i 90 si va en cadira de rodes.

ESCALA DE LAWTON I BRODIE	
Nom: _____	Data: _____
Puntuació Final	
Nom de l'explorador: _____	
ACTIVITATS	PUNTUACIÓN
A. CAPACITAT PER UTILITZAR EL TELÈFON	
1. Utilitza el telèfon per iniciativa pròpia	1
2. Capaç de marcar bé alguns números coneguts	1
3. Capaç de contestar el telèfon però no de marcar	1
4. No utilitza telèfon en absolut	0
B. COMPRES	
1. Realitza totes las compres necessàries independentement	1
2. Realitza independentement xicotetes compres	0
3. Necessita anar acompanyat per realitzar qualsevol compra	0
4. Totalment incapaç de comprar	0
C. PREPARACIÓ DEL MENJAR	
1. Organitza, prepara i servix el menjar adequat amb indepedència	1
2. Prepara adequadament menjar si se li proporcionen els ingredients	0
3. Prepara, calenta i servix menjars, però no seguix una dieta adequada	0
4. Necessita que li preparen i servisquen els menjars	0
D. CUIDAT DE LA CASA	
1. Manté la casa soles o amb ajuda ocasional (ej. ajuda domèstica per al treball pesat)	1
2. Realitza tarees lleugeres, tal com llavar els plats, fer el llit,...	1
3. Realitza tarees lleugeres, però no pot mantindre un nivel de neteja acceptable	1
4. Necessita ajuda amb totes les tarees de la casa	0
5. No participa en ninguna tarea domèstica	0
E. LLAVAT DE LA ROBA	
1. Llava per sí mateix tota la seua roba	1
2. Llava per sí mateix xicotetes peces	1
3. Tot el llavat de la roba deu ser realitzat per altres	0
F. MITJANS DE TRANSPORT	
1. Viatja amb independència en transport públic o conduix el seu propi cotxe	1
2. Es capaç d'agafar un taxi, però no utilitza altre tipus de transport públic	1
3. Viatja en transport públic quan va acompanyat d'altra persona	1
4. Utilitza únicament el taxi o el automòvil amb ajuda d'altres	0
5. No viatja en absolut	0
G. RESPONSABILITAT RESPECTE A LA SEUA MEDICACIÓ	
1. Es capaç de prendre la medicació a l'hora i dòsi correcta	1
2. Pren la seua medicació si la dòsi és preparada previament	0
3. No es capaç d'administrarse la seua medicació	0

H. CAPACITAT PER MANEJAR ELS ASSUMPTES ECONÒMICS

- | | |
|---|----------|
| 1. Capaç de encarregar-se dels seus assumptes econòmics amb independència (pressupostos, exten xecs, paga la renda, va al banc) | 1 |
| 2. Maneja els gastos quotidians però necessita ajuda en el banc | 1 |
| 3. Incapaç per manejar diners | 0 |

©Texto: Comisión de trabajo de FEVAFA

©Edición: OBRAPROPIA, S.L.

C/ Puerto Rico, 40-bajo
46006 VALENCIA

ISBN: 978-84-16048-16-8

Depósito legal: V-3016-2013

Impreso en España por: Diazotec, S.A.

Primera edición: Noviembre 2013

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de un delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. Del Código Penal)

www.obrapropia.com

TALLERS NOVEDOSOS

Les Teràpies no farmacològiques (TNF) milloren la qualitat de vida de les persones que pateixen la malaltia d'Alzheimer (EA) i dels seus cuidadors. Hi ha estudis que demostren que les TNF:

- 1.- Retarden la institucionalització de l'EA.
- 2.- Milloren la cognició de l'EA.
- 3.- Milloren en les Activitats de la Vida Diària (AVDs)
- 4.- Minoren els problemes conductuals.
- 5.- Milloren l'estat d'ànim.
- 6.- Milloren la qualitat de vida.
- 7.- Milloren el benestar psicològic del cuidador.
- 8.- Milloren la qualitat de vida del cuidador.
- 9.- Redueixen les subjeccions.

El conjunt d'associacions que formen la xarxa assistencial de FEVafa han arreglat en aquest document els tallers més novedosos d'estimulació cognitiva que desenvolupen a la seua intervenció diària amb persones que pateixen la malaltia d'Alzheimer o altres demències.

