

**PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB
DEPENDÈNCIES I A LES SEVES FAMÍLIES**



Ajuntament
Palafolls

SERVEI DE RESPIR



Què és el Servei de Respir?

El Servei de Respir és un servei d'atenció especialitzada de l'Ajuntament de Palafolls. Es tracta d'un servei d'atenció diürna, destinat a persones grans que necessiten suport, acompanyament i/o realitzar activitats d'estimulació cognitiva i entreteniment. Persones grans que viuen soles o en el nucli familiar.

El servei també vol donar suport, amb un temps de descans, a les famílies d'aquestes persones que actuen com a cuidadors.

El servei de respir actua com a centre de dia on es prioritza l'atenció individual i estimulació en les àrees cognitiva, física, afectiva i social de la persona gran.

El centre es troba situat en la primera planta del Casal d'Avis de Palafolls i després de la recent reforma disposa de dues sales per activitats i gimnàstica, d'uns banys adaptats on podrem realitzar dutxes a aquelles persones que al domicili tinguin dificultats, servei d'infermeria i cuina.

Dins l'equipament del Servei de Respir, disposem del projecte Dinem Plegats. Dinem Plegats és un servei de menjador per a persones grans que per comoditat o d'altres motius vulguin dinar acompanyats.

Servei de menjador. Dinem Plegats

Dins el Servei de Respir però en espais diferents s'inicia el projecte Dinem Plegats, un servei de menjador obert, independent del centre de dia per a persones grans que per diversos motius necessitin suport per a fer l'àpat del dinar, o que simplement vulguin dinar acompanyats.

Els nostres objectius

Servei de Respir

Donar una atenció i assistència individual.

Oferir a la persona gran activitats de manteniment i estimulació de les capacitats personals conservades.

Donar als familiars la possibilitat de gaudir d'un temps personal.

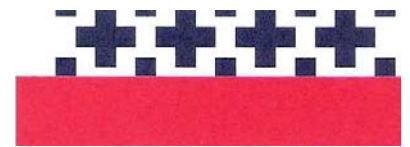
Dinem Plegats

Donar una alternativa a la tasca de fer el dinar a casa.

Fer l'àpat principal del dia acompanyats.

Proporcionar una dieta adaptada i equilibrada a la persona gran.

Supervisar la presa de medicació en l'horari de migdia.



Horaris

L'horari del centre és de 9 a 17:30 hores. Cada persona o família pot realitzar l'horari que mes s'ajusti a les seves necessitats ja sigui matins, migdies, tardes, tot el dia o també estades temporals per motius diversos (ingrés o malaltia d'un familiar, vacances...)

Horari de matins de 9 a 13h.

Horari de menjador de 13 a 15h.

Horari de tardes de 15 a 17:30h.

Estades temporals en tots els horaris per necessitats familiars

Horari Servei de Menjador. Dinem Plegats

De dilluns a divendres

De 13:30 a 15:30

Servei 14:00

Preus

Segons servei i horari escollit. Cal consultar les taxes a l'ordenança municipal

Serveis i Activitats

Dinem Plegats. Servei de menjador independent del centre de dia.

Menjador. Control de dietes, administració de medicació, higiene i descans.

Gimnàstica adaptada. Programes individuals amb supervisió fisioterapèutica

Teràpia ocupacional. Proporcionar ocupacions perquè la persona pugui sentir-se útil

Estimulació cognitiva.

Manteniment de les funcions cognitives Memòria, raonament, càlcul, percepció, atenció, orientació i llenguatge

Animació estimulativa

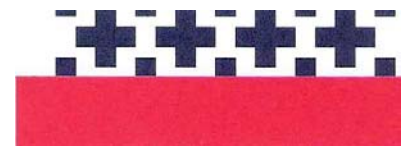
Assessorament i suport psicològic. La família com a principal cuidador

Activitats lúdiques/recreatives. Manteniment d'interessos, aficions i relacions socials

Bany geriàtric setmanal. Higiene com a benestar personal

Servei de consultes d'infermeria. Suport a la família en qüestions sanitàries, control de cures i tractaments, gtràmits i derivacions, ajudes tècniques.

Relació permanent amb l'Àrea de Serveis Socials



Equipaments

Noves instal·lacions, en el primer pis del casal de Jubilats i pensionistes de Palafolls.

Actualment l'equipament disposa de

Sala Principal polivalent

Sala de gimnàstica i per petits grups

Banys adaptats

Infermeria

Menjador i office

Serveis opcionals

Servei de podologia. Tots els primers dimarts de mes.

Contacte

PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I A LES SEVES FAMÍLIES

SERVEI DE RESPIR

C/ Joaquim Ruyra, s/n
08389 Palafolls
Edifici del Casal d'Avis de Palafolls

Per rebre més informació podeu adreçar-vos directament al servei de respir

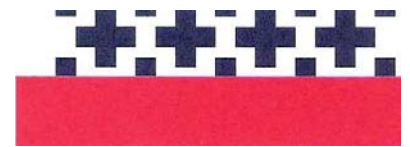
Dimecres i divendres de 9 a 13h

Dimecres de 15 a 17:30h

TELÈFONS D'INFORMACIÓ

Servei de Respir 93 765 28 99 - 606 419 216, Iolanda Teixidó. Educadora Social

Àrea de Serveis Socials 937 620 043 Ext. 200, Xesca Torres. Treballadora Social



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



SERVEI DE MENJADOR Dinem Plegats

El servei de menjador municipal atèn a persones grans que precisen una atenció especialitzada, persones amb algun tipus de dependència que els dificulta la tasca de preparar i administrar l'àpat, persones que necessiten d'una supervisió en l'àpat tant pel que fa a la dieta com en la presa de medicació, persones que precisen d'un reforçament durant l'hora de l'àpat degut a una situació de dificultat ; ja siguin de salut, econòmica, familiar i/o socials. Persones que viuen soles i volen dinar acompanyades.

Horari i espai

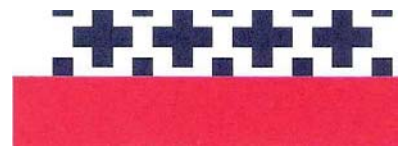
L'horari del servei de menjador és de 13:30 a 15:30 de dilluns a divendres a excepció dels dies festius assenyalats al calendari municipal de l'any en curs.

L'àpat es servirà a les 14:00 hores a la sala petita del Servei de Respir. Edifici Casal d'Avis

Que inclou

L'espai de menjador del servei de respir inclou:

- Rebuda i acomodació dels usuaris
- Atenció personalitzada de l'usuari en tota la franja horària
- Higiene abans i després de dinar, inclosa l'higiene bucal
- Administració de medicació diària en cas necessari
- Administració d'aliments i/o control de d'ingesta.



- Control de dieta: es facilitarà calendari mensual amb el menú detallat (aliments, valor energètic, i valor nutritiu dels aliments que es consumeixi diàriament).
- Entreteniment i descans.

Qui dona servei

Els menús són confeccionats per una empresa de catering i servits per treballadores familiars.

Els menús són elaborats en funció de les necessitats dietètiques pròpies de l'edat dels usuaris del servei i supervisats per professionals de l'Àrea Bàsica de salut. Es procura una alimentació variada.

L'àpat arriba al servei de forma diària i en calent, és a dir, a punt per posar al plat i menjar.

Qui hi pot accedir

Persones grans que per comoditat, necessitat de companyia i/o d'altres motius vulguin dinar acompanyats.

L'edat mínima de la persona sol·licitant dels serveis s'estableix als 65 anys. No obstant, aquest requisit no s'exigirà quan el perfil de l'estat de necessitat de la persona faci necessari el Server a la vista d'informes mèdic i social, i sempre que no existeixi un Server específic més adient, existeixin places vacants i no hi hagi en aquell moment demanda d'accés al centre de persones majors de 65 anys.

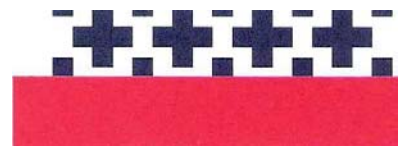
En cas que els servei no disposi de places lliures, tindran preferència en la llista d'espera les persones que reunint els requisits sol·licitats, estiguin empadronades al municipi.

Cost i forma de pagament

Consultar taxes de l'ordenança municipal preus del menú

Informació i reserves

Per realitzar la comanda de l'àpat, cal trucar al telèfon: 93.765.28.99 (de 9 a 17.30h)



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



SERVEI DE PODOLOGIA

Donar importància a la cura del cos, és donar qualitat de vida. Amb el servei de podologia, el Respir pretén oferir una atenció de qualitat per a les persones que periòdicament necessiten una cura especial dels peus.

Horari i espai

El servei de Podologia, funciona els primers dimarts de cada mes a partir de les 15h i fins les 17h.

El servei és dóna a la sala de Podologia del Casal de Jubilats i Pensionistes de Palafolls

Per concertar les visites cal, demanar hora a través del personal del servei de Respir o

directament durant tot el mes a la junta del Casal d'Avis.

Què inclou

Cura i manteniment de les malalties i alteracions que afecten al peu del pacient.

Qui dóna el servei

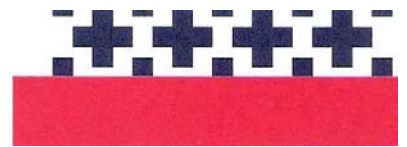
La persona responsable del servei és la Sra. Carolina Salor, podòloga geriàtrica.

Qui hi pot accedir

Donat que el servei de podologia, és una activitat opcional del respir, hi poden accedir totes aquelles persones que ho necessitin previ pagament de l'import de la visita.

Tots els usuaris del Servei de Respir i del Menjador Dinem Plegats

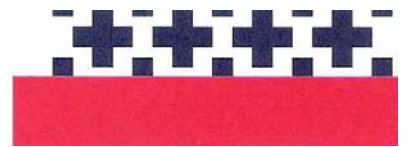
606.41.92.16



93.765.28.99

Cost i forma de pagament

El preu per visita és de 12 euros. Aquest import es pot fer efectiu al personal del servei de respiració, directament a la Sra. Carolina Salor.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



SERVEI DE MENJADOR del centre de dia

En l'espai del menjador, del Servei de Respir ens ocuparem d'atendre als vostres familiars donant-los el dinar i realitzant les totes les activitats que envolten un dels àpats més importants del dia: higiene bucal, descans,...

Els diferents moments destinats a l'alimentació no són entesos sols com una necessitat biològica sinó també com una activitat rehabilitadora on el personal d'atenció directa aprofita per treballar de forma terapèutica els objectius marcats.

Horari i espai

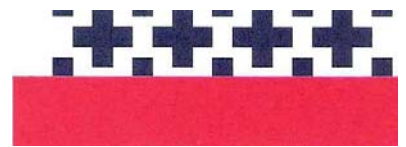
El menjador del Servei de Respir, funciona de dilluns a divendres i de 13 a 15h.

Aquest servei, es dóna a la sala polivalent del Servei de Respir i és d'us exclusiu per als usuaris del centre de dia.

Que inclou

L'espai de menjador del servei de respir inclou:

- Rebuda i acomodació dels usuaris
- Atenció personalitzada de l'usuari en tota la franja horària
- Higiene abans i després de dinar, inclosa d'higiene bucal
- Administració de medicació diària
- Administració d'aliments i/o control de d'ingesta.
- Control de dieta: es facilitarà calendari mensual amb el menú detallat (aliments, valor energètic, i valor nutritiu dels aliments que el postres familiar consumeixi diàriament).



- Entreteniment i descans.

Qui dona servei

L'àpat que es serveix en el menjador del Respir, el proporciona una empresa de càtering.

L'àpat arriba al servei de forma diària i en calent, és a dir, a punt per posar al plat i menjar.

L'atenció individual i les activitats complementaries al voltant de l'àpat les dóna el personal d'atenció directe del Servei de Respir.

Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir de forma habitual o esporàdica.

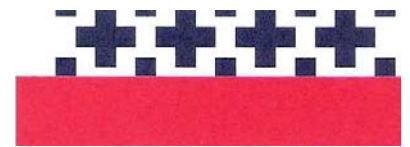
Per fer us del servei de menjador de forma esporàdica, cal avisar com a mínim amb un dia d'antel.lació o fins a les 9:30h del mateix dia a la persona responsable en els telèfons:

606.41.92.16

93.765.28.99

Cost i forma de pagament

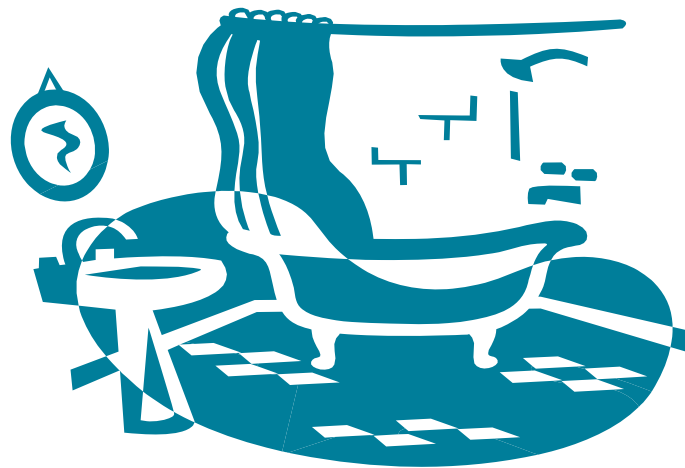
Preus del Servei de Respir. Consultar taxes de l'ordenança municipal preus del menú i de l'atenció en horari de migdia.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



SERVEI DE BANY

Des del servei de Respir, volem treballar també per garantir l'higiene personal de la nostra gent gran. Pensem que garantir l'agençament personal, tenir una bona imatge, etc... millora l'autoestima i l'autoconcepte. Dins el servei de respir, el bany és una activitat important, ja que dóna a l'usuari un benestar que li permet afrontar molt millor el dia .

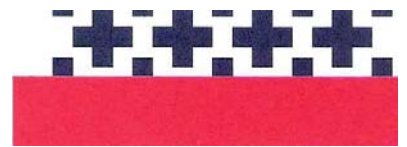
Horari i espai

Els banys dins el Servei de Respir, s'organitzen segons la demanda del servei en horaris de matí i tarda.

Que inclou

El bany del servei de respir inclou:

- Un bany complet a la setmana, en horari a concretar.
- Rebuda i acomodació dels usuaris en un espai idoni per al bany
- Atenció personalitzada de l'usuari durant tot el bany (dedicació exclusiva del personal d'atenció directa)
- Garantir la preservació de l'intimitat en l'espai i durant tot el bany
- Manteniment de l'autonomia en les accions de rentar-se, vestir-se...



- Manteniment de l'imatge corporal. L'aspecte extern ha d'estar en harmonia a l'edat.
- Higiene del cos i cabell.
- Cura de la pell. Hidratació
- Afaitat
- Tallat de les ungles de les mans i dels peus (no en persones diabètiques)
- Raspallat de dents
- Pentinat i assecat del cabell
- Detecció i control de possibles alteracions en el cos (pell...)
- Aplicació de tractament prescrits per el metge.
- Cura del material ortopèdic i pròtesis

Qui dona servei

El bany es realitzarà amb la supervisió i el suport durant tota l'activitat de la treballadora familiar o l'auxiliar d'infermeria del servei de Respir.

Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir

Per fer us del servei de bany, cal avisar com a mínim amb una setmana d'antel.lació directament al servei de Respir o en els telèfons:

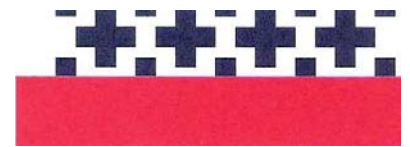
606.41.92.16

93.765.28.99

Cost i forma de pagament

El servei de bany no té cap cost addicional per a l'usuari, ja que és una activitat que s'inclou en el servei que es dona habitualment.

Preus del Servei de Respir, segons servei i horari escollit. Consultar taxes de l'ordenança municipal.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



GIMNÀSTICA ADAPTADA

L'activitat de gimnàs a l'espai de Respir, vol cobrir la necessitat de moviment que tenen la gent gran als que atenem. En la majoria d'ocasions i a mesura que es van fent més grans, la inactivitat i les comoditats van reduint l'activitat física dels nostres avis. Aquesta falta de moviment genera, problemes importants com poden ser: dificultats en la marxa, caigudes,

Una bona forma d'evitar aquests problemes és crear l'hàbit de fer diverses vegades durant la setmana exercici físic, ja sigui a través de jocs, passeig o exercicis amb material específic.

Horari i espai

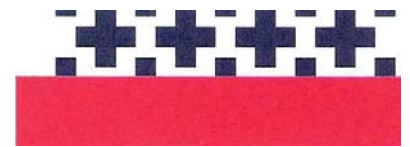
L'activitat de gimnàstica adaptada es realitza dos dies a la setmana en horari de matí i un dia setmanal en horari de tarda.

L'activitat de gimnàstica adaptada es realitza durant mesos d'estiu i primavera, al parc i al carrer i, durant els mesos de fred, al servei de Respir

Que inclou

L'activitat física adaptada la servei de Respir, s'estructura amb diferents exercicis:

- Exercici cardiorespiratòri: passeig...
- Exercicis de flexibilitat i mobilitat articular
- Exercicis de coordinació i equilibri
- Treballar la capacitat de reacció
- Exercicis de relaxació i respiració
- Exercicis per treballar la premsibilitat. Treball articular de mans i dits.



- Esquema corporal
- Exercicis d'orientació espai-temporal

L'activitat física adaptada sol anar acompanyada de música i, per la seva realització s'utilitza diferents espais i materials:

- Sala del servei de Respir
- Passeig al parc i per al poble (fins a buscar el diari...)
- Al parc en l'espai lúdic per la gent gran (circuit de gimnàstica).
- Material específic de gimnàstica: pilotes medicinals, anelles, piques....
- Material d'ús quotidià que coneixen i que els és més senzill de dominar: envasos, mocadors, papers, pilotes, cintes, cordes i gomes elàstiques

Objectius

- Prevenció del sedentarisme, estimulants i mantenint la funció motora el màxim temps possible.
- Manteniment de les funcions motores que faciliten les activitats de la vida quotidiana donant autonomia personal: vestir-se, pentinar-se, escombrar, treure la pols....
- Prevenció del risc de caigudes i accidents.

Qui dona el servei

Les activitats de gimnàstica adaptada, són dirigides per una professional fisioterapeuta i portades a terme, tant per aquesta professional com per el personal del servei de respir.

L'atenció en fisioteràpia també es dona de forma individualitzada segons les necessitats de les persones ateses.

Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir

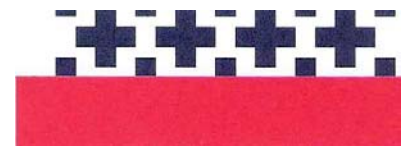
606.41.92.16

93.765.28.99

Cost i forma de pagament

Aquesta activitat no té cap cost addicional per a l'usuari, ja que és una activitat que s'inclou en el servei que es dona habitualment.

Preus del Servei de Respir, segons servei i horari escollit. Consultar taxes de l'ordenança municipal.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



ANIMACIÓ ESTIMULATIVA i OCUPACIONAL

És el treball específic sobre l'àrea de la capacitat emocional i psicosocial. En aquesta àrea, és treballa sobre l'objectiu de prevenir i superar la fase d'aïllament i inactivitat personal.

Es treballen dinàmiques d'ocupació significativa, entre d'altres de manera que la persona gran pugui experimentar el sentiment d'utilitat. En aquest espai es dóna importància a les habilitats conservades i la creativitat. També es treballa sobre el calendari anual a través d'activitats de reminiscència

Horari i espai

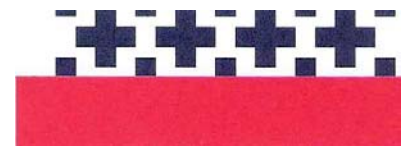
Les activitats de l'àrea d'animació es porten a terme dins el calendari de cada curs. Les activitats de teràpia ocupacional es realitzen diàriament i en horari de matí i tarda.

Que inclou

Es realitza un ventall ampli de diferents activitats amb l'objectiu de que cada persona trobi aquella amb la que més còmode es trobi i pugui desenvolupar. Es tracta de remotivar la persona gran amb el desenvolupament d'activitats que havia deixat de fer.

El més important a l'inici d'aquesta activitat és crear un espai segur i tranquil·litzador per l'usuari, un bon ambient relacional.

- Taller de lectura
- Taller de costura decorativa
- Tallers de cuina
- Jocs de taula
- Expressió manual



- Cura de plantes i flors
- Activitats diverses com: sortides al parc, anar a prendre un cafè al poble...
- Activitats de reminiscència
- Grups de conversa
- Cinema
- Música
- Tradició oral: dites, refranys, endevinalles

Objectius de treball

- Fomentar la relació social i la col.laboració intergrupals
- Recuperar tradicions i tasques de la història de vida de cada persona
- Desenvolupar activitats que contemplin alhora les dimensions lúdiques i terapèutiques.
- Recuperar la tradició oral dels usuaris
- Millorar la motivació i participació en la resta d'activitats
- Aconseguir i mantenir la màxima independència en les activitats de la vida diària.
- Identificar dèficits funcionals i/o enlentir l'aparició de la dependència en la mesura del possible.
- Recuperar i/o millorar les habilitats perdudes.
- Optimitzar les habilitats residuals.
- Assessorar en les adaptacions o modificacions que es van fent necessàries en l'entorn de la persona per tal de facilitar-li autonomia, seguretat i confort.

Qui dona servei

Les activitats ocupacionals es realitzen amb la supervisió de l'educadora social i el suport de les treballadores familiars del servei de Respir.

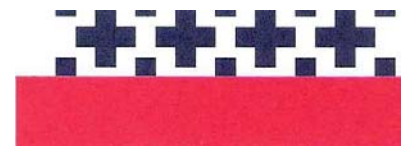
Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir

Cost i forma de pagament

Les activitats de teràpia ocupacional no tenen cap cost addicional per a l'usuari, ja que és una activitat que s'inclou en el servei que es dona habitualment.

Preus del Servei de Respir, segons servei i horari escollit. Consultar taxes de l'ordenança municipal.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



ESTIMULACIÓ COGNITIVA

L'estimulació cognitiva s'entén com a conjunt de tècniques ambientals i terapèutiques, pretenen mantenir i potenciar les funcions cognitives bàsiques que en la persona gran amb dependència i/o demència estan deteriorades.

L'objectiu principal és promoure l'activitat mental, perquè la persona gran pugui, a través de les seves conductes, anar-se adaptant a la situació que se li presenta de la forma menys traumàtica i més autònoma possible.

Les funcions cognitives bàsiques sobre les que treballem són:

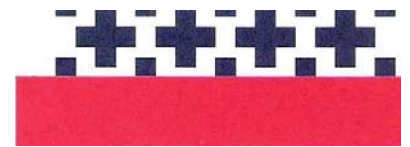
La memòria: entenent el procés d'envelliment i el deteriorament que en aquest fa la memòria, dins el servei de respir es treballa sobre tres dimensions: codificació, emmagatzematge i evocació o record.

Memòria sensorial

Es troba en el primer estadi del processament de la informació.

Memòria a curt termini (immediata) i memòria de treball

Ens permet retenir la informació un temps determinat, just per poder realitzar varies tasques a la vegada. Utilitzem la memòria alhora que actuem. El baix rendiment d'aquesta memòria de treball, té a veure amb el dèficit de les capacitats d'atenció i de concentració, que també haurem de treballar.



Memòria a llarg plaç

Ens permet retenir la informació Durant llargs períodes de temps, a través d'aquest tipus de memòria adquirim coneixements, vivències I fabriquem records.

Dins d'aquesta treballem la memòria remota, recent, semàntica I episòdica.

L'orientació: orientació en tres aspectes de la realitat o dimensions. Orientació en el temps: capacitat que ens permet localitzar situacions I fets que han passat o passaran en un temps determinat.

Orientació en l'espai: capacitat que permet reconèixer el lloc físic I els objectes.

Orientació com a persona: capacitat que ens permet mantenir la consciència de la pròpia identitat.

Raonament I càlcul: la capacitat per explicar el que passa al nostre voltant, predir I resoldre problemes, s'altera en el procés d'envelliment I presenta serioses dificultats en les persones amb demència. Aquesta capacitat es relaciona molt estretament amb el llenguatge I la memòria.

Des del servei de respir Treballem sobre les funcions del raonament deductiu I inductiu a nivell verbal, numèric, visioespacial I social.

Atenció: el sistema atencional I de concentració controla el funcionament de la memòria I és transversal a la resta de funcions cognitives. En el procés d'envelliment I en les persones amb demència, aquest sistema disminueix el seu rendiment. Des del servei de respir es desenvolupen treballs per exercitar, segons les capacitats de la persona gran, els diferents tipus d'atenció: atenció dividida, alternància atencional, atenció selectiva I atenció sostinguda.

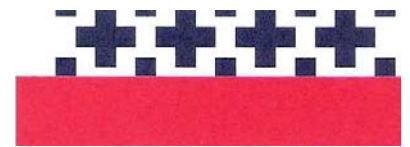
Llenguatge: Enten el llenguatge com a sistema de comunicació, dóna cabuda tant als signes, sons I senyals o gestos que la persona gran utilitza per a manifestar el que pensa I sent. Per tant, dins el servei de respir treballarem sobre el llenguatge oral, escrit I corporal.

En les persones amb demència, la disfunció del llenguatge, és un dels primers símptomes que detecta la família. Els trastorns en el llenguatge poden anar des de la dificultat per recordar un nom fins al mutisme en les últimes fases.

Què no és l'estimulació cognitiva. Tòpics

Al contrari del que es pot pensar, l'estimulació cognitiva no cura la malaltia, sinó que pot prevenir alguns símptomes secundaris com poden ser la depressió, l'ansietat I fins I tot l'agressivitat.

L'estimulació cognitiva no és efectiva si s'exigeix a la persona més del que aquesta pot I vol donar.



No és pot realitzar aquest tipus d'activitat de forma constant, cal buscar el millor moment perquè la persona pugui disfrutar-la. Es tracta de ser regular i aprofitar les petites coses quotidianes per estimular.

L'estimulació cognitiva no busca el bon resultat de les activitats, l'estimulació és efectiva quan donem importància al procés i a l'activitat mateixa independentment del rendiment i dels resultats.

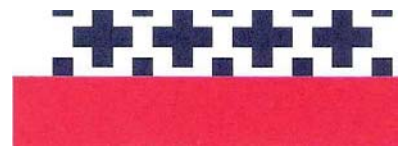
Encara que els actes i la forma d'expressar-se d'una persona amb demència semblin els d'un nen petit, se l'ha de tractar com el que és: una persona adulta.

Horari i espai

Les activitats de l'àrea d'estimulació cognitiva es porten a terme dins el calendari de cada curs. Les activitats d'estimulació cognitiva es realitzen diàriament i en horari de matí i de tarda

Objectius

- Entenir el desenvolupament de la demència
- Disminuir l'ansietat/estrés que suposa a la persona gran perdre facultats.
- Exercitar les capacitats lingüístiques preservades.
- Practicar la lectura i l'escriptura.
- Reforçar informació bàsica respecte a l'ubicació temporal, espacial i personal.
- Promoure hàbits i rutines que afavoreixin l'orientació
- Detectar possibles necessitats d'adaptació de l'entorn per facilitar l'orientació.
- Estimular els diferents tipus de memòria d'acord amb les capacitats alterades i conservades.
- Reconèixer i compensar la pèrdua de memòria amb diferents estratègies i recursos d'afrontament.
- Mantenir records personals, familiars i socials.
- Donar recursos per fer front a les dificultats de raonament que al llarg de la malaltia es van presentant.
- Propiciar l'aplicació de coneixements, judici, raonament, opinió en els actes i converses quotidianes.



Les activitats es realitzen a través de diferents tècniques i recursos que estimulen les funcions cognitives de la persona amb dependència segons les seves capacitats conservades. Es realitzen activitats grupals i individuals que s'adapten a l'evolució de la persona gran. Exemples d'aquestes tècniques són:

- Fitxes de llenguatge, memòria, raonament i càlcul, orientació i, atenció i percepció.
- Jocs específics per a persones grans: memòria, supercheff....
- Activitats de reminiscència a través de fotografies i objectes de la vida quotidiana.
- Grups de conversa.
- Orientació en el temps. Establiment del calendari diari, setmanal, mensual i anual.
- Lectura del Diari.
- Exercicis d'orientació a la realitat.
- Exercicis d'estimulació dels sentits a través d'elements quotidians

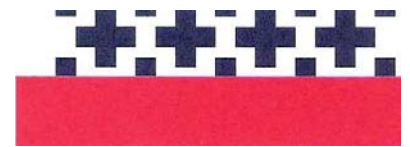
Què inclou

En l'àrea d'estimulació cognitiva es treballa sobre les funcions cognitives bàsiques:

- Memòria
- Atenció i percepció
- Raonament i càlcul
- orientació
- llenguatge

Les activitats es realitzen a través de diferents tècniques i recursos que estimulen les funcions cognitives de la persona amb dependència segons les seves capacitats conservades. Es realitzen activitats grupals i individuals que s'adapten a l'evolució de la persona gran. Exemples d'aquestes tècniques són:

- Fitxes de llenguatge, memòria, raonament i càlcul, orientació i, atenció i percepció.
- Jocs específics per a persones grans: memòria, supercheff....
- Activitats de reminiscència a través de fotografies i objectes de la vida quotidiana.
- Grups de conversa.
- Orientació en el temps. Establiment del calendari diari, setmanal, mensual i anual.
- Lectura del Diari.
- Exercicis d'orientació a la realitat.
- Exercicis d'estimulació dels sentits a través d'elements quotidians



Qui dona servei

Les activitat d'estimulació cognitiva es realitzen amb la supervisió de l'educadora social i el suport de les treballadores familiars del servei de Respir.

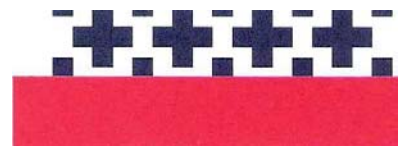
Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir

Cost i forma de pagament

Les activitat d'estimulació cognitiva no tenen cap cost addicional per a l'usuari, ja que és una activitat que s'inclou en el servei que es dona habitualment.

Preus del Servei de Respir, segons servei i horari escollit. Consultar taxes de l'ordenança municipal.



PROGRAMA DE SUPORT A LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIES I

LES SEVES FAMÍLIES:

SERVEI DE RESPIR



ASSESSORAMENT I SUPORT PSICOLÒGIC

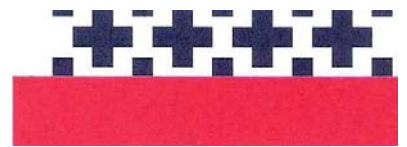
La família cuidador principal

No tan sols, la persona gran pateix la malaltia, el cuidador o cuidadors principals també. Les demències, generen canvis constants i tant la persona gran com la família els van descobrint a mesura que s'esdevenen. Al servei de respir tenim per objectiu acompanyar en aquest procés d'aprenentatge. Tota la informació que ens puguin adelantar, sobre el que li està passant i li pot passar al nostre familiar, ens ajuda a comprendre la malaltia i a atendre'l millor.

Tenir a la llar una persona estimada amb demència i, tenir-ne cura les 24 hores del dia, és molt complicat i afecta a tota la família. Aquesta situació genera canvis tant en la família com en el cuidador, tot un seguit de sentiments, inevitables: soledat, esgotament físic i mental, tristesa, temor, frustració, sentiment de culpa, vergonya, preocupació per el familiar i per el futur i molta confusió. Tots aquests sentiments, cal elaborar-los i transformar-los en positiu perquè no ens destrueixin, destrueixin la nostra família i ens permetin tenir cura de la persona estimada com desitgem. Compartir l'experiència amb altres famílies i poder explicar allò que ens passa pel cap i pel cor, ens pot servir per gestionar aquest estrés.

Cura del cuidador

El cuidador principal, sovint es troba desbordat per la situació i això fa que tant la seva qualitat de vida com l'atenció que dóna al seu familiar, es vegi ressentida. Per evitar això el cuidador pot prendre un seguit de mesures, que, tot i que d'entrada no li semblin fàcils a llarg termini



resultaran un benefici per tothom: ell mateix, la persona gran i la família. Aquestes mesures poden ser, entre d'altres:

- Descansar tot el que es pugui.
- Reservar-se temps per un mateix.
- No perdre el contacte i la relació amb amistats, altres familiars... és a dir l'entorn social.
- Mantenir activitats lúdiques.
- Demanar suport a la resta de la família.
- Cercar algún recurs on puguin tenir cura de la persona estimada unes hores al dia o períodes determinats.
- Consultar dubtes per menors que semblin al metge, al centre de dia, a l'especialista...

Objectius

- Oferir assessorament sobre la malaltia i aspectes concrets.
- Mantenir-los informats sobre canvis de comportaments.
- Oferir recursos per afrontar comportaments que s'esdevenen dels canvis de la malaltia: agitació, negativisme, actituds desafiants...
- Procurar que el cuidador es senti acompanyat i comprés en el servei.
- Donar temps lliure i personal al cuidador.
- Contactar amb especialista en psicologia per atendre peticions determinades.

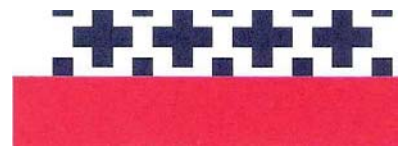
Accions

- Xerrades informatives amb professionals especialistes, sobre temes d'interès per les famílies de les persones ateses.
- Trobades entre familiars i persones ateses al respir, realitzant celebracions conjuntes.
- Elaboració d'informes per especialistes mèdics.

Qui dona servei

El suport psicològic, es dona per part de les treballadores familiars i l'educadora social del servei de respir.

Per a les Xerrades que es realitzen durant l'any es conta amb el suport de professionals especialistes en àrees determinades: metges, infermeres, psicòlegs...



Qui hi pot accedir

Tots els usuaris del Servei de Respir

Cost i forma de pagament

No tenen cap cost addicional per a l'usuari, ja que les activitats que es programen s'inclouen en el servei que es dona habitualment.

Preus del Servei de Respir, segons servei i horari escollit. Consultar taxes de l'ordenança municipal.

Exercitar continuament la nostra ment, enfrontar-la a nous desafiaments, retrasa el seu envelliment.

Us proposem alguns jocs, semblants als que fem al respir, us hi atreviu?

Un joc: les imatges amagades?

Podries trobar la imatge que amaga cadascun d'aquests quadres de Salvador Dalí? Fixa-t'hi bé

Un exemple: Al Respir, treballen les gnosies visuals, l'atenció, la percepció amb exercicis similars als que has vist

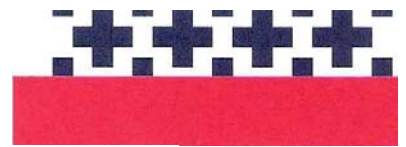


Gala desnuda mirando al mar que a 18 metros aparece el presidente Lincoln



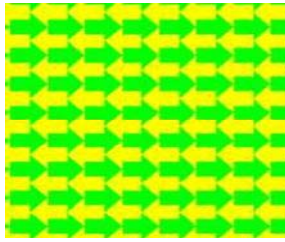
Desapareciendo busto de Voltaire






Un joc: coneix el teu hemisferi dominant

Fixa't quines fletxes veus primer, les verdes o les grogues?



Si has vist primer les fletxes verdes, vol dir que el teu hemisferi dominant es l'esquerra i a l'inrevés

Coneixes les Funcions dels hemisferis?

Esquerra		Dret
Escritura		Percepció
Parlat		Perspiciacia
Numèric		Sentit artístic
Raonament		Inspiració
Científic		Sentit musical
Mà dreta		Mà esquerra

Un joc: paraules de colors

AZUL AMARILLO NEGRO
ROJO AZUL NARANJO
VERDE PURPURA ROJO
NEGRO ROJO NARANJO
VERDE AZUL NEGRO
ROJO VERDE AMARILLO

Intenta dir tant ràpid com puguis el color de les següents paraules

En aquest exercici practiquem amb els dos hemisferis, l'esquerra interpreta la paraula i la vol dir, i el dret s'encarrega de reconèixer el color