

TIPUS D'ACTUACIÓ

ACTIVITATS D'ESTIMULACIÓ ON-LINE EN PERÍODE DE CONFINAMENT

OBJECTIUS

Fer un nou CD a distància per a afavorir i mantenir, una bona qualitat de vida de les persones ateses, els dies que el Centre ha estat tancat, mesura Covit-19.

Sabem de la importància de seguir unes rutines i bons hàbits en el dia a dia per les persones amb deteriorament cognitiu. Aquest nou format ens ha permès treballar les capacitats cognitives, físiques i creatives de les persones, amb el suport del cuidador/a principal; contribuint al seu benestar emocional i a la seva autonomia.

ACCIONS REALITZADES

- **Trucades dels professionals del Centre.** Atenció directa i contínua a persones ateses i a familiars. Tècnics, personal d'administració i personal gerocultor han tingut cura d'aquesta tasca. L'hem realitzat un cop per setmana a totes les persones ateses.
- **Tenir un número de telèfon disponible per a respondre** a les dificultats derivades de la solitud, l'aïllament i la impossibilitat de sortir del domicili, facilitant recomanacions i pautes per atenuar-les. El telèfon de Recepció ha estat operatiu en tot moment.
- **Activació cognitiva, física i social.** Enviament de materials amb exercicis i accés a sessions d'estimulació cognitiva, física, i musicals a les xarxes.
- **Suport i seguiment emocional.**
- **Manteniment de rutines i vida activa.**
- **Recomanacions i pautes de comunicació i relació,** per fer front a les simptomatologies associades a la malaltia base.

Què hem fet a través de les xarxes?

- Estimulació cognitiva: La psicòloga els hi ha anant donant pautes per fer front a la nova realitat.
- Física: El fisioterapeuta ha realitzat diferents sessions d'exercicis destinats al manteniment de les capacitats físiques, la prevenció de les seqüeles pròpies del sedentarisme i la disminució del risc de caigudes.
- Creatives: L'educadora social ha donat pautes amb propostes literàries, lúdiques, artístiques o el cinematogràfiques, entre altres.

- Musicals: El musicoterapeuta ha divulgat propostes musicals creades específicament per ser escoltades i treballades des de casa.
- Emocionals: Exercicis per a conèixer i millorar les nostres fortaleses i habilitats personals.

DESTINATARIS

Persones ateses i familiars del Centre de Dia.

DURADA DE L'ACTUACIÓ

Del 15 de març a 29 de juny. Període qual el Centre de Dia ha estat tancat.

ANALISI I IMPACTE DE L'ACTUACIÓ

És ben sabut que el context actual de pandèmia genera situacions d'angoixa, incertesa i desgast en la població en general, sentiments que poden accentuar-se en l'entorn del col·lectiu de persones grans que assisteixen a centres de dia degut a la dificultat afegida que suposa haver d'assumir la cura dels seus familiars al domicili durant els períodes de confinament o tancament dels centres i que veuen com aquesta situació repercuteix directament en la seva salut física, emocional i cognitiva.

Disposar d'un recurs on-line on compartir amb altres familiars en la mateixa situació aquests sentiments és de gran ajuda en la gestió emocional. Poder resoldre dubtes o conèixer millor les mesures de prevenció que s'apliquen per protegir al seu familiar també és de gran ajuda per disminuir l'angoixa.

Molts participants han expressat que l'únic contacte amb l'exterior eren les converses amb els professionals del Centre de dia. Verbalitzen haver après a cuidar-se millor i a la vegada que han pogut sostenir millor la situació, sovint extrema, de tantes hores "tancats a casa" tenint cura d'una persona gran amb demència.