

**Fundació
Catalunya
La Pedrera**



Programa REMS

**Refuerzo y Estimulación
de la Memoria y la Salud**

Programa de prevención y atención de la salud cognitiva de las personas mayores.

El programa REMS de la Fundación Catalunya La Pedrera tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de personas con deterioro cognitivo leve y moderado y mantener sus capacidades y autonomía el mayor tiempo posible. También ofrece apoyo e información a sus familias.

Aplica una metodología participativa que favorece las relaciones sociales, basada en la atención centrada en la persona, un modelo que se fundamenta en el principio del respeto a las personas.

Se trata de un servicio integral, efectivo y basado en terapias no farmacológicas, que incide positivamente en el estado de ánimo.

¿A quién nos dirigimos?

A personas mayores con deterioro cognitivo leve y moderado:

- En fases iniciales de Alzheimer y otras demencias.
- Con déficits de memoria propios del proceso de envejecimiento.
- Debido a un daño cerebral adquirido sea de tipo isquémico o hemorrágico (Ictus).
- Ligado a enfermedades sistémicas (epilepsia, diabetes) o procesos oncológicos.
- Con Parkinson u otros trastornos del movimiento.

A sus familiares, cuidadores/as no profesionales, ofreciéndoles formación, asesoramiento y soporte emocional.



¿Qué hacemos?

Acompañamos a los participantes a:

- Mantener, durante el mayor tiempo posible, las capacidades cognitivas, las capacidades físicas y el grado de autonomía.
- Mejorar el bienestar emocional y relacional.
- Crear nuevas relaciones y contactos sociales, y prevenir o revertir sentimientos de soledad.

Nos ponemos a disposición de los familiares, cuidadores/ras no profesionales para:

- Acompañarles y apoyarles en el proceso del familiar.
- Facilitarles herramientas y estrategias para afrontarlo.

Elaboramos un plan de atención individualizado.

La psicóloga recoge las preferencias de la persona, su historia de vida y, conjuntamente, consensúan un itinerario de actividades.

En este plan individualizado se tiene en cuenta el diagnóstico y las posibilidades de recuperación de capacidades cognitivas y/o motrices.

Enfoque

- Participativo y socializador, **no farmacológico.**
- Las actividades son **grupales**, por los beneficios contrastados de la relación social y el sentimiento de pertenencia en la evolución de la enfermedad.
- Dinámicas pensadas para crear un espacio de confianza en el que se incorporan elementos de **bienestar emocional**.
- Propuesta individualizada de actividades a partir de los intereses y preferencias, según el modelo de **atención centrada en la persona**.
- Incide en el **estado de ánimo** y disminuye la hiperfrecuentación en la atención primaria.

Nuestro equipo

Profesionales de la psicología y neuropsicología, fisioterapia, de expresión y creatividad y de trabajo comunitario especializados en enfermedades neurodegenerativas.



Servicios para los participantes



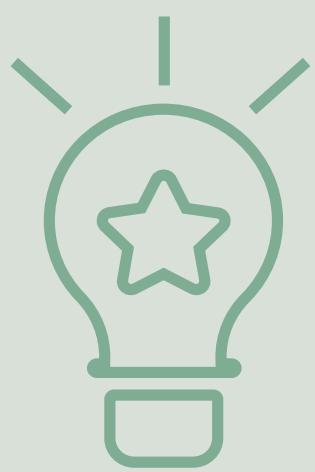
Actividad cognitiva:

Favorece la estimulación de la memoria y el mantenimiento de las funciones cognitivas relacionadas (atención sostenida y selectiva, cálculo, lenguaje, reminiscencia, orientación).



Actividad física:

Tiene por objetivo mejorar la motricidad general, mantener un grado óptimo de movilidad y autonomía, así como la coordinación y confianza en uno mismo.



Actividad “plus” de expresión y creatividad:

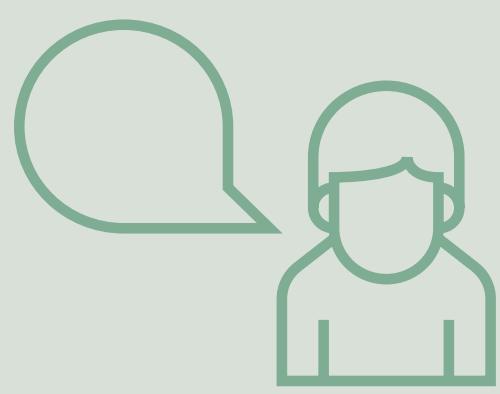
En un formato más lúdico, recuperando las aficiones o descubriendo nuevas. Promueve las relaciones interpersonales, mejora el estado de ánimo y la autoestima y fomenta su autonomía.



Apoyo y asesoramiento:

Mediante el plan de atención individual (PAI), el participante y la psicóloga analizan cuáles son sus necesidades, y establecen unos objetivos que se revisan periódicamente.

Servicios para los familiares y cuidadores/as



Apoyo y acompañamiento:

Acompañamiento durante toda la estancia en el programa REMS sobre la evolución de la enfermedad, ofreciendo herramientas y estrategias para afrontarla.



Café tertulia:

Espacio de encuentro abierto a la comunidad donde los participantes del programa REMS son los protagonistas de un rato distendido de conversación.



Grupo de Ayuda Terapéutica (GAT):

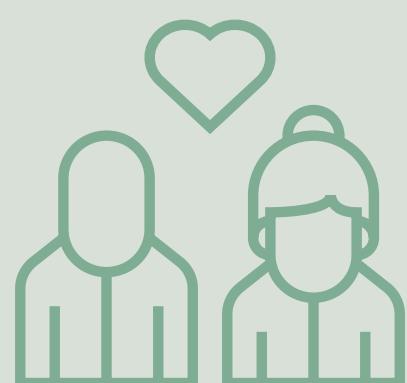
Conducido por una psicóloga, tiene por objetivo compartir con otros cuidadores la experiencia y las emociones que comporta cuidar a una persona con demencia. Se proponen dinámicas que contribuyen a comprender la enfermedad, a gestionar las emociones y a mejorar la comunicación.

Servicios complementarios para participantes y cuidadores/as



Come en Compañía:

Comidas equilibradas y saludables para personas mayores que quieren relacionarse y sentirse acompañadas.



Apoyo psicológico individual.
Fisioterapia individual.
Estimulación cognitiva individual.

¿Dónde?

En los espaiSocials de la Fundación Catalunya La Pedrera, unos equipamientos seguros, amplios y acogedores.

20

espaiSocials

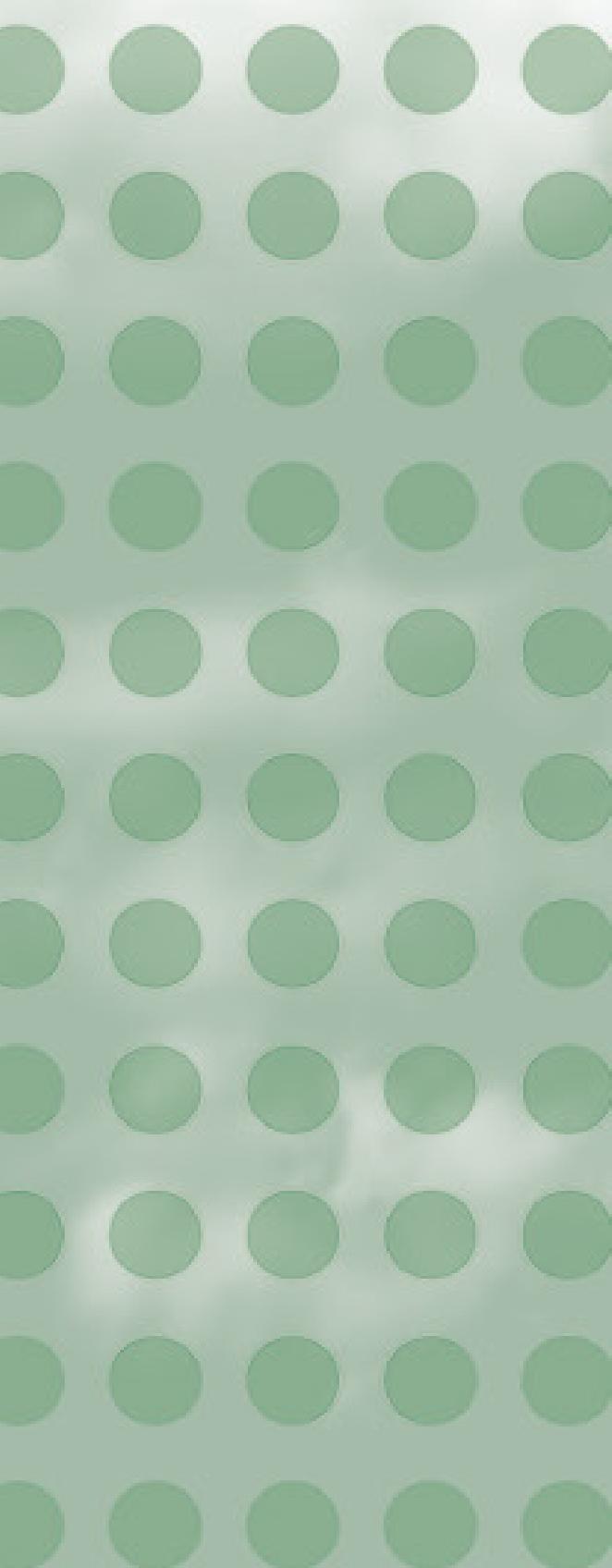


? Dd

Más información

www.fundaciocatalunya-lapedrera.com

impuls.social@fcatalunyalapadrera.com



**Fundació
Catalunya
La Pedrera**

Nuestro compromiso con la sociedad

Trabajamos para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, impulsando programas para la prevención y el cuidado de su salud cognitiva.