

**Fundació  
Catalunya  
La Pedrera**



? Dd

Rr

1942

44

Tt

**La Fundación Catalunya La Pedrera,  
por un envejecimiento digno.**

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

Programa REMS

# **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 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.

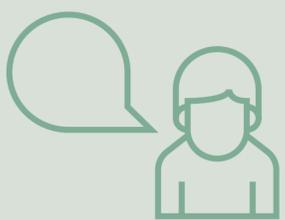


## **Apoyo y asesoramiento:**

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.**

---

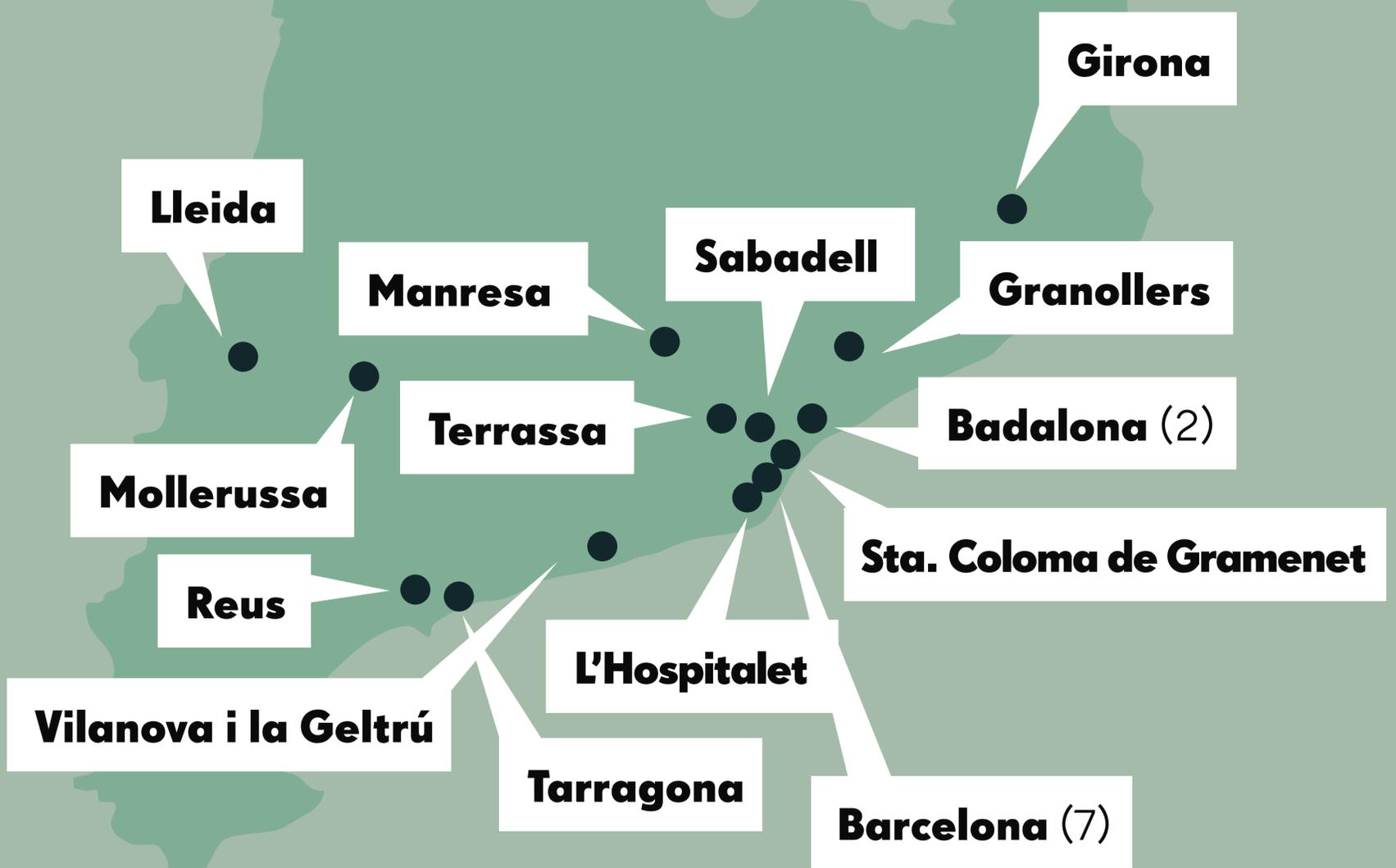
# ¿Dónde?

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

---

# 21

## espaiSocials



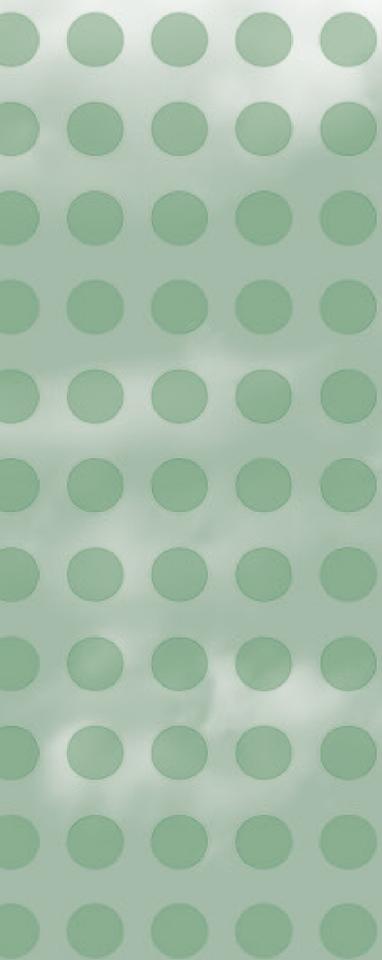
? Dd

---

## Más información

[www.fundaciocatalunya-lapedrera.com](http://www.fundaciocatalunya-lapedrera.com)

[impuls.social@fcatalunyalapedrera.com](mailto:impuls.social@fcatalunyalapedrera.com)



---

**Fundació**

---

**Catalunya**

---

**La Pedrera**

---