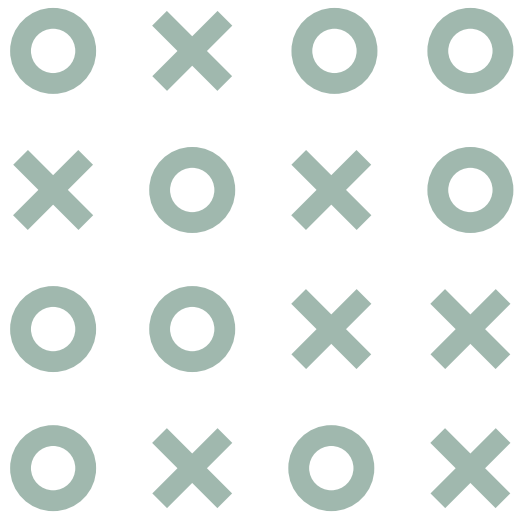


Programa de **Reforç de la Memòria**

**La Fundació Catalunya La Pedrera,
per un envelliment digne**



**Fundació
Catalunya
La Pedrera**

A la **Fundació Catalunya La Pedrera** tenim com a objectiu **millorar la qualitat de vida i el benestar emocional de persones grans amb deteriorament cognitiu lleu i moderat**, perquè mantinguin les capacitats i l'autonomia el màxim de temps possible. També oferim suport i informació a les famílies.

Un servei integral, efectiu i basat en **teràpies no farmacològiques** destinades a estimular i mantenir les capacitats cognitives i físiques.

Apliquem una metodologia participativa que afavoreix les relacions socials i que incideix de manera positiva en l'**estat d'ànim** de la persona.



A qui ens dirigim?

A persones grans amb **deteriorament cognitiu lleu i moderat**:

- En fases inicials d'Alzheimer i altres demències.
- Amb Parkinson o altres trastorns del moviment.
- Amb un dany cerebral causat per un ictus.
- Amb dèficits de memòria propis del procés d'envelliment.

I també a les seves famílies, de manera que les acompanyem i els oferim assessorament i suport emocional.

On?

Als espais que la Fundació Catalunya La Pedrera té distribuïts arreu de Catalunya.



Què fem?

Acompanyem les persones grans a mantenir, durant el màxim temps possible, les capacitats cognitives i físiques, així com l'autonomia.

Ens posem a la disposició de les **famílies**, cuidadores no professionals, per orientar-les i donar-los suport.

Com ho fem?

Elaborem un **pla d'atenció individualitzat** a partir del diagnòstic, els interessos i la història de vida de la persona, que s'incorpora al grup més adient segons el seu perfil i les seves necessitats.

Tot i que l'atenció és individualitzada, les activitats són **grupals**, perquè les relacions socials i el sentiment de pertinença tenen beneficis contrastats en l'evolució de la malaltia.

El suport mutu entre les persones que formen part de cada grup és molt valuós i terapèutic.



El nostre equip

Professionals de psicologia i neuropsicologia, de fisioteràpia, d'expressió i creativitat, i de treball comunitari especialitzats en malalties neurodegeneratives.

Enfocament

Participatiu i socialitzador, **no farmacològic**.

Dinàmiques que incorporen **teràpies per a millorar la salut cerebral**.

Avalat pels **darrers descobriments** en el camp de la neurociència, que demostren que la plasticitat del cervell es pot treballar amb estimulació cognitiva, amb activitat física moderada i amb elements que millorin l'estat d'ànim, com ara la socialització, el vincle emocional, el somriure, la música o la son.

Proposta individualitzada d'activitats a partir de necessitats i interessos, segons el model d'**atenció centrada en la persona**.

Oferim

Activitats d'estimulació

Estimulació cognitiva

Reforça i manté la memòria i les funcions cognitives relacionades (atenció, càlcul, llenguatge, orientació).

Estimulació física

Millora la motricitat general. Ajuda a mantenir la mobilitat, l'autonomia, la coordinació i la confiança en un mateix o una mateixa.

Activitat d'expressió i creativitat

En un format lúdic, inclou activitats artístiques, plàstiques o musicals. Promou les relacions interpersonals, millora l'estat d'ànim i l'autoestima, i fomenta l'autonomia.

Participació i socialització

Afavorim la pràctica d'activitats que trenquen la rutina –visites a exposicions, museus o espectacles, sortides a la natura–, perquè interessar-se per coses noves afecta de manera positiva el cervell.

Segons el calendari i els interessos de les persones participants, s'organitzen festes a què es conviden les famílies i les amistats.



Famílies i persones cuidadores

Assessorament i suport

Informació sobre l'evolució de la malaltia, amb eines i estratègies per a afrontar-la.

Participació en grups d'ajuda terapèutica

Grups conduïts per professionals de la psicologia que tenen per objectiu compartir amb altres persones cuidadores l'experiència que comporta tenir cura d'un familiar amb demència. Es proposen dinàmiques que contribueixen a comprendre la malaltia, a gestionar les emocions i a millorar la comunicació amb la persona que la pateix.

Serveis complementaris

Servei de dinars

Àpats equilibrats i saludables per a persones que tenen dificultat per a gestionar-los.

Serveis individuals

Suport psicològic.
Estimulació cognitiva.
Estimulació física.



Badalona

Centre: Pl. de la Vila, 4 — 933 843 824 / 679 965 726

Llefià: Av. de Sant Salvador, 51-59 — 933 873 292 / 639 489 432

Barcelona

Borrell: C. del Comte Borrell, 110 — 934 540 337 / 699 627 682

Dreta de l'Eixample: C. d'Aragó, 518 — 932 324 008 / 646 275 817

Gràcia Ramón y Cajal: C. de Ramón y Cajal, 14

— 937 945 217 / 636 352 986

Gràcia Travessera: Travessera de Gràcia, 175

— 932 175 392 / 638 188 837

La Verneda: C. del Treball, 213 — 933 051 703 / 636 807 862

Montbau: C. d'Àngel Marquès, 14-18 — 934 280 577 / 608 539 806

Prosperitat: C. de Pablo Iglesias, 102 — 933 599 168 / 608 382 878

Sants: C. de Sants, 339-343 — 934 320 189 / 648 615 013

Girona C. de Santa Eugènia, 189 — 972 696 651 / 619 989 004

Granollers C. de Joan Prim, 204-206 — 938 495 239 / 618 605 171

L'Hospitalet de Llobregat C. de Prat de la Riba, 227

— 933 381 675 / 696 493 279

Lleida C. de Riquer, 1 — 973 243 019 / 649 110 999

Manresa C. de la Caritat, 14 — 938 744 740 / 638 612 706

Mataró: C. d'en Pujol, 19-25 — 937 865 024 / 650 964 839

Mollerussa Av. del Canal, s/n — 973 602 323 / 629 878 461

Reus C. de Sant Joan, 34 — 977 312 212 / 689 640 899

Sabadell Pl. de Rogelio Soto, 14 — 937 111 582 / 680 208 579

Santa Coloma de Gramenet Av. dels Banús, 110

— 933 868 246 / 648 973 709

Sant Feliu de Guíxols Ctra. de Palamós, 277 (Edifici Creu Roja)

— 972 696 651 / 619 989 004

Tarragona Av. de Ramón y Cajal, 40 — 977 230 046 / 628 855 940

Terrassa C. d'Antoni Maura, 2 — 935 236 031 / 629 338 229

Vilanova i la Geltrú Rbla. de Salvador Samà, 18

— 938 937 653 / 679 671 949

Fundació

Catalunya

La Pedrera

Més informació:

fclp.cat

envellimentfclp@fclp.cat