



AÇÃO DE FORMAÇÃO

»» "ESTIMULAR A MENTE NO ENVELHECIMENTO: EXERCÍCIOS PRÁTICOS"

Ao longo da vida devemos cuidar da mente e do corpo. No entanto, no processo de envelhecimento, torna-se fundamental cuidar da mente, de forma a atrasar a progressão do deterioro cognitivo e a promover o rendimento funcional, a autonomia pessoal nas atividades de vida diária, assim como melhorar a qualidade de vida do idoso e dos seus familiares e/ou cuidadores. Na presente formação pretende-se adquirir conhecimentos acerca das diferentes formas de estimular a mente no envelhecimento, através da realização de atividades práticas que resultarão num manual, elaborado por todos.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. Alterações cognitivas no Envelhecimento;
2. A Importância da memória nas outras funções cognitivas;
3. Considerações gerais e estratégias para estimular a memória, atenção, perceção, linguagem, praxias e funções executivas no envelhecimento.

OBJETIVO GERAL

- Conhecer as diferentes funções cognitivas e estratégias para as estimular no processo de envelhecimento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Saber identificar os fundamentos básicos do funcionamento cerebral e suas funções cognitivas.
- Compilar exemplos de exercícios de estimulação das diversas funções cognitivas.

METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO E AVALIAÇÃO

Metodologias expositivas e ativas, dinamizadas por grupos de trabalho e a metodologia de avaliação será através da observação e do trabalho de grupo.

DIAS 29 e 30 de outubro de 2014

HORÁRIO 9h30 às 12h30 e das 14h00 às 17h00

DURAÇÃO 12h

LOCAL Sala 66 da Escola Superior de Tecnologia e Gestão do Instituto Politécnico da Guarda

INSCRIÇÃO Associados/as da EAPN Portugal: 30€ // Não associados/as: 50€

PÚBLICO-ALVO Técnicos, Diretores Técnicos, Colaboradores, Dirigentes e Voluntários das Instituições de solidariedade social com respostas sociais para idosos.

ÁREA DE FORMAÇÃO 762 – Trabalho Social e Orientação

MODALIDADE DE FORMAÇÃO Formação contínua de atualização

FORMA DE ORGANIZAÇÃO Formação presencial

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO Prioridade a associados/as da EAPN Portugal // Número de ordem de receção da inscrição

CERTIFICADO DE FORMAÇÃO Presença obrigatória em pelo menos 80% do total da duração da ação e aproveitamento no final da formação

FORMADOR/A Elna Duarte: Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde pela Universidade da Beira Interior com a tese: “Estudo quase experimental de aplicação de um Programa de Reminiscências com idosos residentes em instituição de saúde mental”. Exerceu funções como Psicóloga Clínica na Casa de Saúde Bento Menni, sendo uma das técnicas responsáveis pelo Treino de Memória (sessões de estimulação cognitiva).

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES Ficha de Inscrição em anexo // A Ficha de Inscrição pode ser fotocopiada

Após confirmação da sua inscrição, o pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária, numerário ou cheque (à ordem de EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza/Portugal, Associação).

As inscrições são limitadas a 20 participantes e devem ser realizadas até ao próximo dia 27 de outubro para:

EAPN Portugal / Núcleo Distrital da Guarda

telefone 271 227 506 | telemóvel 964 764 067 | fax 271 227 507 | e-mail: guarda@eapn.pt