



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

# WP3 - Program Comun de Formare pentru Sectoarele Social, Cultural și de Sănătate -Activitate de învățare activă modul 2 #2

DOCUMENT ELABORAT DE: ASOCIAȚIA HABILITAS



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRESATE APARTIN, ÎNSĂ, EXCLUSIV AUTORULUI (AUTORILOR) ȘI NU REFLECTĂ NEAPARAT PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENȚIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ ȘI NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RĂSPUNZĂTOARE PENTRU ACESTEA.



## Activitate de învățare activă 2- descriere

Modul 2	Principalele tulburări de sănătate mintală la vârsta înaintată: schimbări de comportament, schimbări în viața de zi cu zi și abordări non-farmacologice
Capitol	2 - Schimbări în viața de zi cu zi pentru persoanele diagnosticate cu tulburări neuro-degenerative și pentru partenerii lor de îngrijire
Denumirea activității	Cum pot persoanele cu tulburări neuro-degenerative și îngrijitorii familiari să facă față schimbărilor din viața de zi cu zi?
OBIECTIV(E)	Scopul acestei activități este de a dezvolta abilitățile cursanților de a identifica schimbările din viața de zi cu zi pentru persoanele cu tulburări neuro-degenerative și pentru partenerii lor și abilitățile de a propune strategii pentru a face față.
METODE	Lucru în grupuri mici.  Activitatea se poate desfășura față în față sau online.
TIMP ALOCAT	40 de minute
RESURSE NECESARE	Fișă de lucru (Anexa 1) sau un document Word dacă activitatea se desfășoară online.  Cursanții vor lucra în grupuri mici în abordarea față în față și în sălile de discuție în versiunea online.
INSTRUCȚIUNI*	Participanții vor fi împărțiți în grupuri mici (3-4 participanți în fiecare grup).  Fiecare grup va discuta și dezbate despre schimbările din viața de zi cu zi cu care se confruntă persoanele cu tulburări neuro-degenerative împreună cu partenerii lor de îngrijire, în stadii moderate de demență, și va găsi strategii de adaptare.



# “Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

	<p>Grupurile vor răspunde la următoarele întrebări:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Care sunt schimbările din viața de zi cu zi pentru persoanele cu tulburări neuro-degenerative în stadii moderate și pentru îngrijitorii lor familiari, în ceea ce privește:<ul style="list-style-type: none"><li>– somnul</li><li>– comunicarea</li><li>– alimentația</li><li>– activitățile?</li></ul></li><li>• Cum sunt afectați îngrijitorii familiari de aceste schimbări în viața de zi cu zi, în ceea ce privește:<ul style="list-style-type: none"><li>– bunăstarea</li><li>– stresul</li><li>– sănătatea personală?</li></ul></li><li>• Ce strategii de coping ar putea folosi îngrijitorii de familie pentru schimbările din viața de zi cu zi în:<ul style="list-style-type: none"><li>– comunicare</li><li>– somn</li><li>– alimentație</li><li>– activități?</li></ul></li><li>• Ce strategii de coping ar putea folosi îngrijitorii de familie pentru a-și proteja propria bunăstare și sănătate?</li></ul> <p>După finalizarea acestei activități, fiecare grup își va prezenta rezultatele pentru întreaga audiență, oferind oportunitatea dezbaterilor și discuțiilor.</p>
REFERINȚE	–
Fișă de lucru	ANEXA 1 – Fișă de lucru



## FIȘĂ DE LUCRU

În grupuri mici, vă rugăm să vă gândiți la schimbările din viața de zi cu zi cu care se confruntă persoanele cu tulburări neuro-degenerative, împreună cu partenerii lor de îngrijire, în stadii moderate de demență, și să răspundeți la următoarele întrebări:

• Care sunt schimbările din viața de zi cu zi pentru persoanele cu tulburări neuro-degenerative în stadii moderate și pentru îngrijitorii lor familiari, în ceea ce privește:

somnul

comunicarea

alimentația

activitățile?

• Cum sunt afectați îngrijitorii familiari de aceste schimbări din viața de zi cu zi, în ceea ce privește:

bunăstarea

stresul

sănătatea personală?

• Ce strategii de coping ar putea folosi îngrijitorii de familie pentru schimbările din viața de zi cu zi ale celor dragi cu tulburări neuro-degenerative în:

somn

comunicare

alimentație

activități?

• Ce strategii de coping ar putea folosi îngrijitorii de familie pentru a-și proteja propria bunăstare și sănătate?



## “ON STAGE IN THE GOLDEN AGE: THEATRE FOR HEALTHY AGEING”

PROJECT NUMBER: 2023 - 1 - RO01 - KA220 - ADU - 000160973

WEBSITE: <https://age-thea.eu/>

FACEBOOK: [On Stage on the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing](#)

INSTAGRAM: [age.thea2023](#)



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRESATE APARTIN, ÎNSĂ, EXCLUSIV AUTORULUI (AUTORILOR) ȘI NU REFLECTĂ NEAPĂRAT PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENȚIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ ȘI NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RĂSPUNZĂTOARE PENTRU ACESTEA.