



"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 Planul modulului 1

**DOCUMENT PRODUS DE:
SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER**



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRIMATE 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.



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

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

Planul Modulului – Modulul 1

Numele Modulului: Principalele tulburări de sănătate mintală la persoanele de vârstă înaintată (declin cognitiv, demență și boala Alzheimer, alte tulburări neurologice – ex. scleroza multiplă, boala Parkinson): simptome, semne de avertizare, stadii.

Sesiune	Timp (Total: 4 ore)	Activități / sarcini	Resurse necesare
Introducere în modulul 1	10 Min	În această activitate introductivă de 10 minute, participanții vor revizui cuprinsul, obținând o imagine de ansamblu a principalelor subiecte, precum semnele timpurii de avertizare, stadiile demenței și strategiile de prevenție. Această prezentare generală constituie baza pentru discuții aprofundate despre promovarea sănătății cognitive și sprijinirea persoanelor vârstnice.	Prezentare PPT
Capitolul I: Introducere în Sănătatea Mintală la Vârsta Înaintată	15 Min.	Partea introductivă a modulului pregătește cadrul prin evidențierea prevalenței și impactului tulburărilor de sănătate mintală la persoanele vârstnice, cu un accent deosebit pe declinul cognitiv, demență și boala Alzheimer. Aceasta subliniază modul în care aceste afecțiuni se manifestă diferit la populațiile vârstnice comparativ cu cele mai tinere, evidențiind simptomele fizice și provocările emoționale unice. Secțiunea pune accent pe importanța detectării timpurii și a gestionării proactive pentru a sprijini o îmbătrânire sănătoasă, a reduce stigma și a îmbunătăți calitatea vieții persoanelor care se confruntă cu aceste afecțiuni.	Prezentare PPT
Video 1: Demență vs Depresie	10 Min.	În această activitate, participanții vor viziona un scurt videoclip care compară	Echipament video: laptop, proiector sau



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

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

		demența și depresia la adulții vârstnici, concentrându-se pe diferențele dintre simptome. După vizionarea videoclipului, va urma o discuție ghidată care va încuraja participanții să reflecte asupra acestor distincții, să împărtășească informații și să ia în considerare abordări practice pentru identificarea și sprijinirea persoanelor cu fiecare dintre aceste condiții.	ecran Fișier video sau link. Tablă albă sau flipchart (opțional)
h5p 1. Costurile anuale ale demenței	5 Min.	În această activitate de tip drag-and-drop, participanții vor compara costurile anuale ale demenței cu cele ale altor boli. Vor asocia cifrele costurilor cu condiții specifice, obținând informații despre povara financiară a demenței în raport cu alte afecțiuni. Această activitate încurajează alocarea resurselor și impactul economic al îngrijirii demenței.	Cod QR/link Telefoane personale/laptopuri/tablete Proiector (opțional): pentru participarea în grup
Activitatea 1: Joc de societate: Navigarea sănătății cognitive - O călătorie prin riscuri și prevenție	45 Min.	Participanții vor naviga pe tabla de joc, întâlnind spații cu „Factori de risc” și „Oportunități de prevenție.” Scopul este să ajungă la finalul traseului cu cât mai multe puncte pozitive, acumulând „Oportunități de prevenție” și evitând „Factorii de risc.”	Tabla de joc (tipărită în format mare) Zaruri (unul pentru fiecare echipă) Pioni de joc (unul pentru fiecare echipă) Cartonașe cu Factori de risc (20) și cartonașe cu Oportunități de prevenție (20) Cronometru pentru a urmări timpul Spațiu pentru mișcare
Capitolul II: Tulburări neurocognitive: simptome, semne de avertizare, stadii.	20 Min.	Partea introductivă a modului pregătește cadrul prin evidențierea prevalenței și impactului tulburărilor de sănătate mintală la persoanele vârstnice, cu un accent special pe declinul cognitiv, demență și boala Alzheimer. Aceasta subliniază modul în care aceste afecțiuni se manifestă diferit la populațiile vârstnice comparativ cu cele mai tinere, evidențiind simptomele fizice și provocările emoționale unice. Secțiunea pune accent pe importanța detectării	Prezentare PPT



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

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

		timpurii și a gestionării proactive pentru a sprijini o îmbătrânire sănătoasă, a reduce stigma și a îmbunătăți calitatea vieții persoanelor care se confruntă cu aceste afecțiuni.	
Video 2: Reducerea factorilor de risc	10 Min.	Acest videoclip explorează 14 factori de risc care pot fi modificați pentru a reduce riscul de a dezvolta demență. Acoperind aspecte precum activitatea fizică, dieta, stimularea mentală și implicarea socială, videoclipul oferă sfaturi practice și strategii bazate pe dovezi pentru susținerea sănătății creierului. Privitorii vor descoperi cum alegerile de stil de viață și măsurile de prevenție pot ajuta la întârzierea sau reducerea apariției demenței.	Echipament video: laptop, proiector sau ecran Fișier video sau link Tablă albă sau flipchart (opțional)
h5p2. Localizarea determină tabloul clinic.	5 Min.	În această activitate, participanții vor explora cum diferite zone ale creierului, atunci când sunt afectate, duc la simptome distincte ale demenței. Folosind un format interactiv de tip drag-and-drop sau hotspot, vor asocia anumite regiuni ale creierului cu simptomele clinice asociate. Această exercițiu ajută la aprofundarea înțelegerii modului în care localizarea influențează prezentarea clinică a demenței.	Cod QR/link Telefoane personale/laptopuri/tablete Proiector (opțional): pentru participarea în grup
h5p 3. Joc drag-and-drop: Tratament	5 Min.	În acest joc drag-and-drop, participanții vor categorisi opțiunile de tratament pentru demență în abordări farmacologice și non-farmacologice. Aceștia vor asocia tratamente specifice, cum ar fi medicamentele, terapiile cognitive și intervențiile de stil de viață, cu categoria corespunzătoare. Această activitate interactivă ajută la consolidarea înțelegerii diferitelor tipuri de tratamente și a rolului lor în îngrijirea demenței.	Cod QR/link Telefoane personale/laptopuri/tablete Proiector (opțional): pentru participarea în grup
Activitatea 2: Subiect de dezbateri: "Ar	45 Min.	Într-o dezbatere structurată, atribuirea unor roluri clare participanților ajută la asigurarea unei discuții organizate și	Spațiu pentru mișcare Hârtie, pixuri, coș pentru depozitarea



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

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

trebui ca pacienții cu demență să fie lăsați să trăiască singuri în stadiile incipiente?"		dinamice. Prin definirea acestor roluri, dezbateră devine mai structurată, interactivă și productivă, permițând participanților să exploreze problema complexă a demenței și a traiului independent din multiple perspective. O discuție ghidată este importantă pentru o înțelegere mai bună a activității și a emoțiilor implicate.	hârtiei Cronometru Platforme de webinar (ex. Microsoft Teams, Zoom, Google Meet) Prezentare PowerPoint Ghidul instructorului - document Word Cercetări și teme cheie de explorat - broșura ghid pentru participanți
Capitolul III: Tulburări neurologice - ex. scleroza multiplă, boala Parkinson: simptome, semne de avertizare, stadii.	10 Min.	În această prezentare de 10 minute, participanții vor primi o prezentare generală a sclerozei multiple (SM) și a bolii Parkinson, concentrându-se pe simptomele lor, semnele timpurii de avertizare și etapele de progresie. Sesiunea va începe cu o scurtă explicație a fiecărei afecțiuni, subliniind diferențele cheie și caracteristicile unice. Ulterior, prezentarea va acoperi semnele timpurii de avertizare, inclusiv schimbările subtile motorii și senzoriale, și simptomele comune pe măsură ce fiecare boală progresează. Secțiunea finală va contura etapele tipice ale progresiei, discutând despre modul în care aceste tulburări influențează funcționarea zilnică și calitatea vieții. Această prezentare are scopul de a spori conștientizarea participanților și capacitatea acestora de a recunoaște aceste tulburări neurologice în populațiile vârstnice.	Prezentare PPT
h5p. Schimbări structurale în creier	5 Min.	În această activitate cu flash-carduri, participanții vor explora modificările structurale ale creierului asociate cu diverse tulburări neurologice, inclusiv boala Alzheimer, demența frontotemporală, boala cu corpi Lewy și boala Parkinson, precum și bolile cerebrovasculare. Fiecare card va afișa numele unei tulburări; răsucirea cardului va dezvălui o prezentare generală a modificărilor cerebrale asociate și impactul acestora asupra funcției cognitive. Această exercițiu interactiv	Cod QR/link Telefoane personale/laptopuri/tablete Proiector (opțional): pentru participarea în grup





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

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

		consolidează înțelegerea modului în care anumite alterări cerebrale determină progresia acestor afecțiuni și influențează simptomele.	
Activitatea 3: Îmbunătățirea empatiei pentru depășirea barierelor de comunicare și susținerea exprimării emoționale la pacienții cu afecțiuni neurologice precum boala Parkinson și scleroza multiplă.	40 Min.	Atelierul utilizează pantomima, comunicarea nonverbală și discuții ghidate pentru a spori înțelegerea participanților privind empatia și strategiile de comunicare atunci când interacționează cu persoane care au boala Parkinson sau scleroză multiplă. Această metodologie este concepută pentru a fi flexibilă și adaptabilă atât pentru formate online, cât și pentru cele în persoană, asigurând accesibilitate și implicare pentru toți participanții.	Spațiu pentru mișcare Carduri cu emoții (carduri cu diferite emoții scrise pe ele) Cronometru Scenarii de joc de rol Platforme de webinar (ex. Microsoft Teams, Zoom, Google Meet) Caiete sau flipchart pentru observațiile și concluziile grupului
Test	15 Min.	În această activitate, participanții își vor consolida înțelegerea conceptelor cheie ale modului printr-o varietate de tipuri de întrebări. Activitatea include: Drag and Drop Răspuns unic Răspunsuri multiple Adevărat/Fals	Format deschis Sondaj online



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

Numărul proiectului: 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.