



GRUPOS DE AYUDA MUTUA

ADABA

COMARCA ANDORRA SIERRA DE ARCOS



UN POCO DE HISTORIA

- DESDE 1999
- UN PROGRAMA DE ACTIVACIÓN DE MAYORES COMARCAL DESDE LA TERAPIA OCUPACIONAL: ¿Y SUS CUIDADORES?



- DE LAS PRIMERAS “REUNIONES DE CUIDADORES” A FUNDAR LA ASOCIACIÓN ADABA. DE REUNIÓN A GRUPO DE AYUDA MUTUA
- EN LA RAPPS DESDE 2001



SENSIBILIZACIÓN

ACTIVIDADES DE OCIO

**SERVICIOS:
ASESORAMIENTO,
TERAPIA OCUPACIONAL
DOMICILIO, PROGRAMA
DE PREVENCIÓN....**

**G
A
M**



SED.

SAD

**PROGRAMA DE APOYO
CUIDADOR:**

- **ATENCIÓN
PSICOLÓGICA**
- **TERAPIA OCUPACIONAL
(ADAPTACIÓN DEL
HOGAR/ AVD)**

**FORMACIÓN INICIAL
CENTRO DE SALUD**



GRUPO DE AYUDA MUTUA

1. DIRIGIDO ESPECÍFICAMENTE A PERSONAS CUIDADORAS DE PERSONAS CON **DEMENCIA** (OTROS CUIDADORES DERIVADOS AL GRUPO CUIDARTE –HOGAR DE PERSONAS MAYORES).
2. ANTES DEL GRUPO: FORMACIÓN INICIAL/ENTREVISTA CON PSICÓLOGA.
3. EL GRUPO TIENE **CONTINUIDAD** (CADA CUIDADOR ELIGE CUANDO DEJA EL GRUPO).
4. COORDINADOS POR : PSICÓLOGA Y TERAPEUTA OCUPACIONAL.
5. OBJETIVOS:
 1. PROPORCIONAR APOYO
 2. EVITAR EL AISLAMIENTO
 3. FORMAR Y ASESORAR





SESIONES

- ▶ QUINCENALES
- ▶ ESTRUCTURA:
 - ▶ RONDA ¿CÓMO ESTAMOS?
 - ▶ DINÁMICA GRUPAL.
 - ▶ FRASE FINAL ¿QUÉ ME LLEVO?
- ▶ ADAPTACIÓN CONTINUA A LAS NECESIDADES DEL GRUPO, 3 IDEAS CLAVE:
 - ▶ Descarga
 - ▶ Intercambio de experiencias
 - ▶ Aprendizaje de habilidades de cuidado

JUNTEMOS A LA GENTE...PASAN COSAS



adabā
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y
ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS
DEMENCIAS DEL BAJO ARAGÓN

Comarca
Andorra
Sierra de Arcos