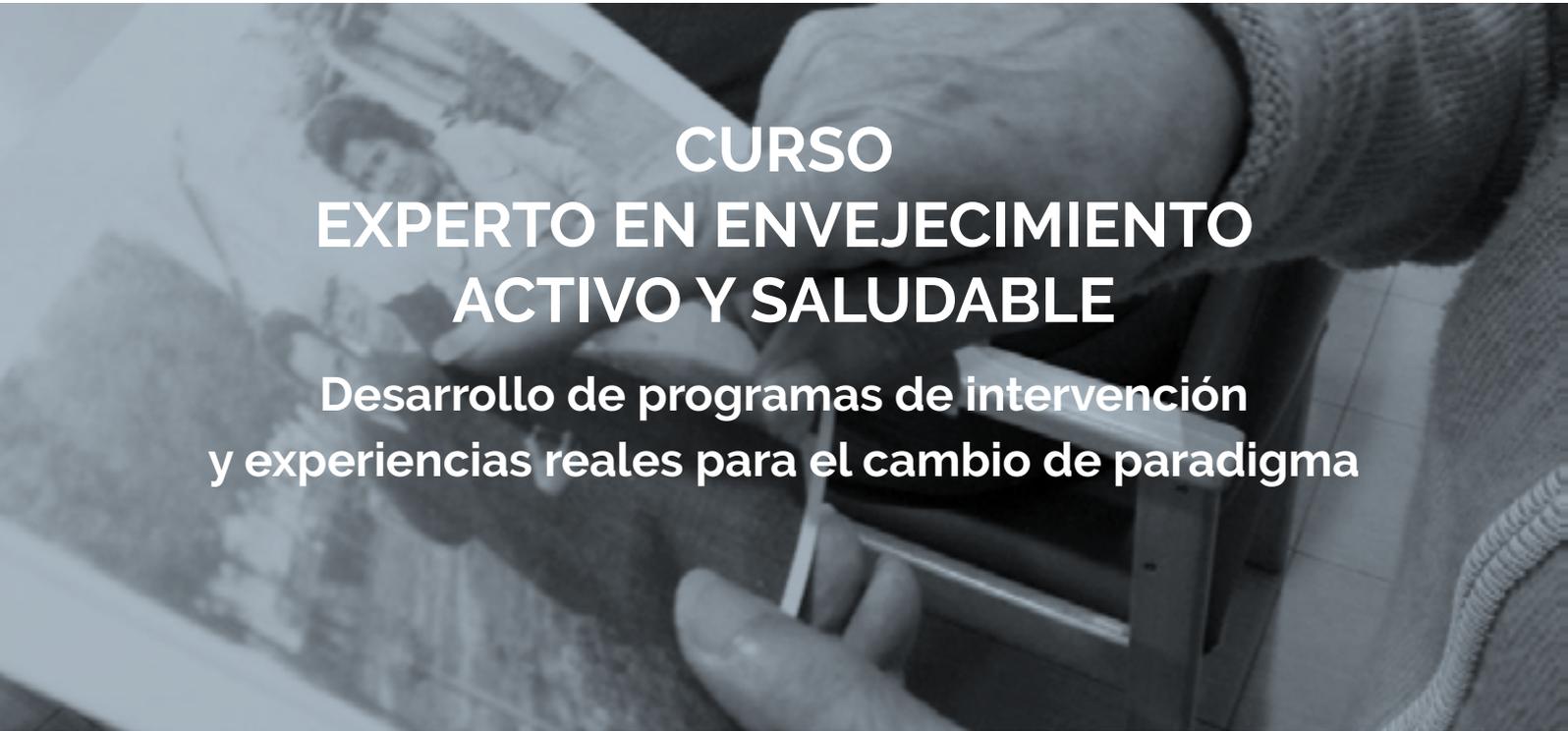


activiza!



**CURSO
EXPERTO EN ENVEJECIMIENTO
ACTIVO Y SALUDABLE**

**Desarrollo de programas de intervención
y experiencias reales para el cambio de paradigma**

1. DESCRIPCIÓN

Nos encontramos ante un cambio de paradigma, pues asistimos a un fenómeno poblacional que está trastocando las estructuras demográficas europeas “la revolución de la longevidad”. Todo un triunfo de la sociedad del bienestar con amplia repercusión social, económica y cultural. Una revolución silenciosa que demanda de cambios importantes en la sociedad respecto a los retos que supone vivir más y vivir mejor, así como un profundo cambio del sector de atención y acompañamiento a las personas mayores.

Esta actividad formativa nos aporta una introducción al modelo de envejecimiento activo y salud y el modelo de atención centrado en la persona desde un abordaje teórico-práctico y de la mano de profesionales expertos en el campo de la gerontología, psicología, intervención terapéutica, modelo de atención centrado en la persona y coaching personal/ y de equipos.



2. OBJETIVOS

- Aproximarnos a la base teórica del concepto “envejecimiento activo”, así como los retos/oportunidades que nos brinda la denominada “revolución de la longevidad”.
- Conocer las diferentes modalidades de intervención en este ámbito y el rol del terapeuta/dinamizador.
- Revisar elementos de aplicación del modelo de Atención Centrada en la Persona en el ámbito del envejecimiento activo.
- Desarrollar programas de envejecimiento activo y saludable a través de la metodología de Design Thinking.
- Conocer de primera mano una experiencia real. El caso los espacios +60 de Afundación (Obra social ABANCA).

3. DESTINATARIOS

- Profesionales del ámbito socio-sanitario que quieran desarrollar su carrera profesional en el ámbito de las personas mayores y el envejecimiento activo.
- Profesionales del ámbito socio-sanitario que ya lleven a cabo programas de intervención o actividades en el campo del envejecimiento activo y quieran reciclarse y/o incorporar nuevas herramientas de trabajo.
- Cualquier tipo de profesional que ofrezca servicios al público sénior o quiera reenfocar sus servicios profesionales hacia este público.
- Estudiantes y/o emprendedores que quieran orientar su carrera profesional en el campo del envejecimiento activo.



4. CONTENIDOS

Módulo 1: Base conceptual (4 h).

- ¿Qué es ser mayor?: Modelo de curso de vida.
- Radiografía de las personas de 55 y más años en Galicia: estereotipos, nuevos perfiles, nuevas necesidades.
- El ABC del envejecimiento activo: definición, determinantes, áreas y evolución.
- El estado del arte en nuestra comunidad: la ESGAEN
- Retos y oportunidades de la revolución de la longevidad: ¿qué es la silver economy?

Módulo 2: La detección precoz (4 h).

- Los síntomas de alarma
- Herramientas e instrumentos para la valoración de capacidades
- Actividades integrales e integradoras

Módulo 5: Experiencias reales (4 horas).

- Referentes en EA: el modelo de ciudades amigables.
- El caso "A Fundación".
- Visita al centro de actividades de envejecimiento activo A Fundación en Pontevedra.

Módulo 3: Modalidades de intervención (4 horas).

- Tipos de actividades con personas de 55 y más años: estimulación cognitiva, actividad física, inteligencia emocional, uso de las TIC.
- Nuevas tendencias y buenas práctica en EA: "serious games".
- Cómo diseñar actividades individuales/ grupales.
- El rol del terapeuta/ dinamizador.

Módulo 4: De la intervención al acompañamiento (4 horas).

- Procesos de acompañamiento desde la metodología del Proyecto de vida (Atención Centrada en la Persona).
- Herramientas para la elaboración del proyecto vital: "Sénior coaching".
- La importancia de la solidaridad intergeneracional y de los proyectos intergeneracionales en el ámbito del EA.

Módulo 6: Desarrollo de proyecto final.

- Desarrollo de un programa de intervención en EA.
- Desarrollo de un proceso de sénior coaching.

Módulo 7: Evaluación y feedback.

Duración Total



20 horas presenciales
3 horas de proyecto
1 evaluación



24 h.

5. METODOLOGÍA

Nuestra metodología es participativa. Partimos de una exposición de contenidos teóricos para su posterior aplicación a través de dinámicas experienciales por parte de los/as asistentes.

Combinamos los siguientes elementos en nuestra metodología formativa:

- Formación orientada al contenido (qué hay hacer): transmisión de conocimientos e información a través de la exposición teórica de conceptos.
- Formación orientada a la experiencia (cómo lo hay que hacer): dirigida a la reflexión individual, al debate grupal y a la aplicación práctica a través de dinámicas y resolución de ejercicios / casos.
- Formación en habilidades (para qué hay que hacerlo): trabajando sobre los contenidos (la propia tarea) se desarrollan otras cuestiones intrínsecas y transversales al desarrollo del trabajo: la motivación, la comunicación, la escucha activa, la empatía, el trabajo en equipo, la resolución del conflicto.

7. DOCENTES



Raquel Leirós

Gerontóloga y Directora del Centro de día Saraiva Marín

Tras finalizar la formación en educación social, Raquel decide especializarse en el ámbito de las personas mayores realizando un máster en gerontología social. Desde ese momento ha estado vinculada al sector, iniciando su experiencia profesional como animadora en el Centro de día Saraiva de Marín en el año 2009. A partir de ahí comenzó su inquietud por seguir avanzando en el sector.

6. MATERIALES

Se hará entrega de un manual impreso con la copia de las diapositivas presentadas en la formación, así como un listado de recursos y bibliografía de interés.

A su vez se entregará un diploma acreditativo de la formación.

Actualmente es directora del centro de día Saraiva Marín y forma parte del equipo de intervención terapéutica de Saraiva coordinando el mismo y realizando terapias cognitivas, emocionales y personalizadas con diversos perfiles (deterioro cognitivo leve, demencia frontotemporal, ictus, etc.). Como docente tiene experiencia desde el año 2012 impartiendo formación del ámbito sociosanitario.

Formación universitaria

- Máster en Gerontología Social. Universidad de Santiago de Compostela.
- Diplomatura en Educación Social. Universidad de Vigo.
- Certificado de aptitud pedagógica. Universidad de Vigo.

Formación complementaria

- Gestión por procesos.
- Sistemas de gestión de calidad.
- Programa de actualización gerencial III
- Mindfulness nivel básico.
- Dementia care mapping.



María José Fares Varela

Consultora en Servicios Sociales. Psicóloga especializada en Gerontología Clínica.

A lo largo de 15 años, he estado trabajando como terapeuta en el sector gerontológico, desde la institución con personas afectadas de enfermedades neurodegenerativas, como docente en la formación reglada y no reglada del ámbito sociosanitario y de atención a la dependencia, como consultora en la gestión de proyectos sociales, formando parte de un grupo de investigación en gerontología y principalmente como terapeuta en el área del envejecimiento activo.



Noelia López

Consultora y socia fundadora de Activiza

Tras una experiencia profesional en el ámbito internacional en las áreas de Marketing y Desarrollo de Negocio en empresas como J. Walter Thompson, Electrolux Home Products ou Miele, Noelia inicia una nueva trayectoria profesional en el sector de la innovación y el emprendimiento social en el año 2013 uniéndose al equipo de Saraiva como Directora Adjunta y creando la consultora de proyectos y formación en el campo de las personas mayores ACTIVIZA.

Con SARAIVA forma parte de la III Edición del Programa de Emprendimiento Social Momentum Project de ESADE y actualmente participa con ACTIVIZA en la VI Edición del Programa de Aceleración de Empresas Sociales Momentum de IE (Instituto de Empresa).

Competencias:

- Master en Gerontología Clínica. Universidad de A Coruña (UDC). 600 h. 2000-02.
- Licenciada en Psicología Clínica. Universidad de Santiago de Compostela (USC). 1993/99.

Certificaciones oficiales:

- Animación sociocultural para la tercera edad. Plan F.I.P. Quavitae. Instituto de Mujer. Santiago de Compostela (A Coruña). 250 h. 2001.
- Monitora de tiempo libre. Escuela de tiempo libre Fesan. Santiago de Compostela (A Coruña). 350 horas. 2007.

Otra formación:

- La Escuela Inclusiva, Down Compostela.
- Expresión artística como forma de intervención social. Expresión a través del color y la pintura.
- Actualización en diagnóstico e intervención en demencias neurodegenerativas.
- Formación en Neuropsicología: Demencias.
- Nueva tecnología en la evaluación de la personalidad: el DP-TC. Aplicación práctica. Alfabetización emocional.
- La intervención social en el tercer sector.
- Curso de especialización de valoración de la Dependencia.

Desde ACTIVIZA, Noelia colabora habitualmente en diversos proyectos con administraciones públicas y entidades privadas que quieren ser agentes activos en el cambio de paradigma del sector de las personas mayores a través de los modelos de atención centrada en las personas y envejecimiento activo.

Formación universitaria

- Master de Atención Integral y Centrada en la Persona en el ámbito gerontológico por la Universidad de Vic y la Universidade de Deusto.
- Master en Responsabilidad Social Empresarial por la USC
- Master en Dirección Comercial y Marketing por ESIC Business School
- Programa de Emprendimiento Social y Escalado por IE (Instituto de Empresa)
- Programa de Emprendimiento e Innovación Social por ESADE

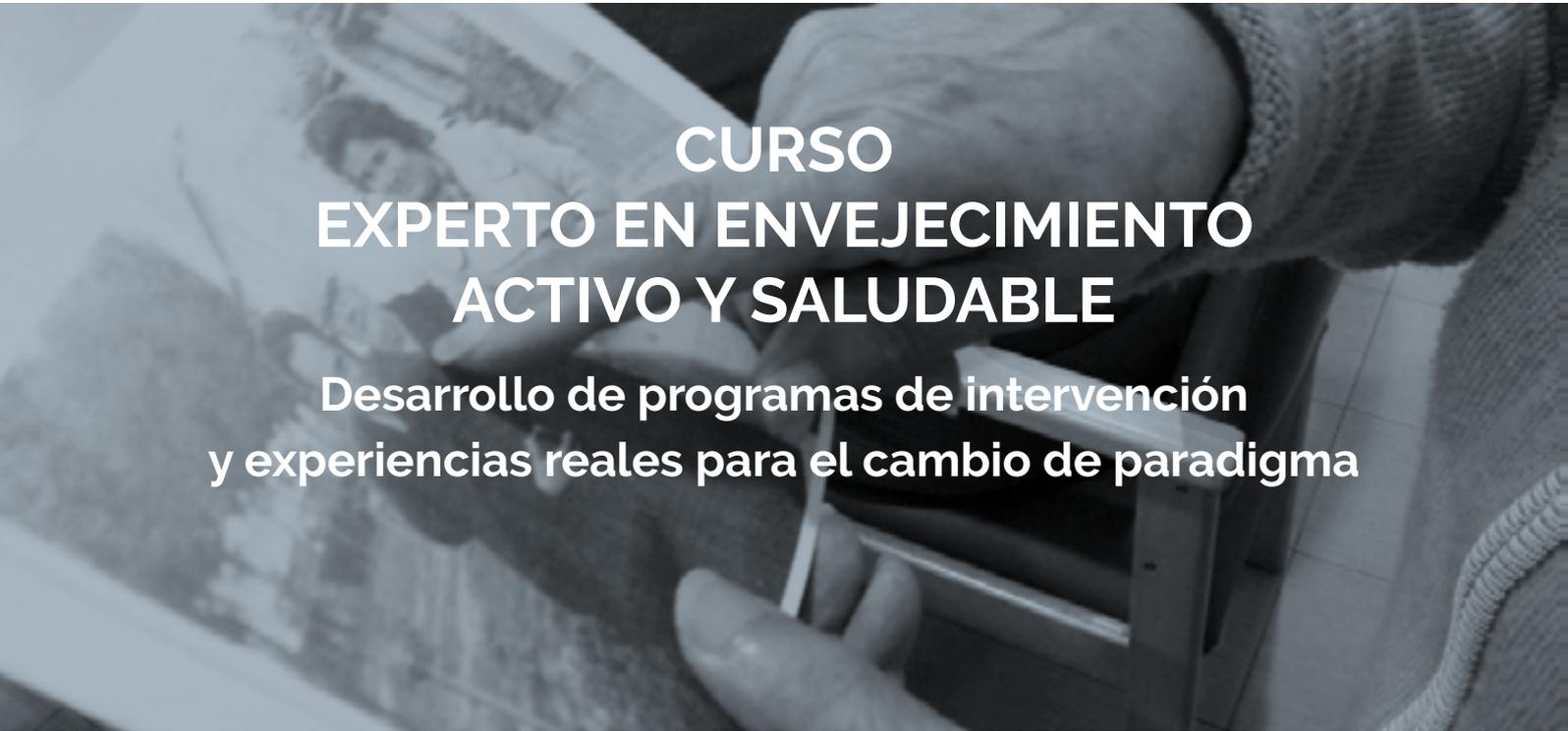
Certificaciones internacionales

- Certificación Internacional ICC en Coaching Individual Ejecutivo.
- Certificación Internacional ICC en Coaching de Equipos
- Certificación de Coaching para el Desarrollo Personal

Otros cursos

- Mindfulness Nivel Avanzado
- Liderazgo Femenino Ejecutivas
- Metodología Design Thinkin por EOÍ

activiza!



**CURSO
EXPERTO EN ENVEJECIMIENTO
ACTIVO Y SALUDABLE**

**Desarrollo de programas de intervención
y experiencias reales para el cambio de paradigma**