Newsletter
61| Agosto 20 / Setembro 20

A importância do Snozelen na área Sénior

O Snoezelen surgiu na Holanda, nos anos 70, e vem da junção de duas palavras, SNUFFELEN = cheirar e DOEZELEN = relaxar. Esta terapia surgiu inicialmente para pessoas com deficiência, no entanto ao longo dos anos foi sendo transversal a todo o tipo de pessoas. Na nossa ERPI utilizamos o snoezelen para pessoas com problemas demenciais, alterações do comportamento, entre outros exemplos.

Este tipo de actividade sensorial trás muitos benefícios aos nossos clientes, promovendo o relaxamento, a estimulação sensorial bem como o desenvolvimento de competências cognitivas e motoras. Através destas sessões de relaxamento estamos também a promover as actividades lúdicas e de lazer, diminuindo/ controlando a ansiedade e o stress. Estas sessões poderão ser feitas em grupo ou individualmente

A Sala Snoezelen promove o conforto através do uso de estímulos controlados, oferecendo uma vasta quantidade de estímulos sensoriais: a estimulação auditiva (efeitos da música), a estimulação visual (luz, cor), a estimulação tátil (colchão de água, texturas diferentes) e a estimulação olfativa (aromas).

Assim, o Snoezelen é um instrumento bastante positivo na área sénior, uma vez melhora os comportamentos mais desajustados e/ou agressivos, questões relacionadas com depressão, melhora a postura individual de cada cliente na relação com os outros e o meio envolvente. Conclui-se também que o Snoezelen tem efeitos muito benéficos no humor, comunicação e comportamento de pessoas com demência.

Newsletter
61| Agosto 20 / Setembro 20

EM REVISTA

O Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) em parceria com outras entidades, desenvolvem todos os anos iniciativas que incentivam os cidadãos a serem mais activos durante o ano.

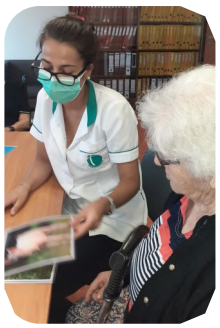
Este ano por razões relacionadas com o COVID, não foi de todo possível comemorar o ***Dia dedicado ao desporto Sénior***, junto da comunidade e das organizações que gostariam de participar como é o caso da AFID.

Assim, o Conselho Diretivo do IPDJ, decidiu produzir um conjunto de Kits de apoio ao desporto sénior destinado às várias instituições que intervêm nesta área, à qual temos de agradecer a generosidade . Aqui ficam algumas fotografias dos nossos clientes a usar o Kit que nos foi oferecido.

Os nossos idosos têm se encantando com um Portugal virtual. Como não possível viajar fisicamente, mas e o sonho de viajar não morreu, em Setembro fizemos uma viagem virtual ao Porto. Sem filas, sem pressas, sem horários limitados, sem sair da cadeira e sem pagar bilhete. Recorremos ao portal 360portugal que oferece perspectivas belíssimas de Portugal. Sabemos que Portugal é um país lindíssimo, de Norte a Sul.

No dia 22 de Setembro de 2020 começou o outono. Uma das principais características é a mudança e queda das folhas das árvores, já se preparando para o inverno. Para comemorar esta nova fase elaborámos com os nossos clientes uma árvore alusiva a esta estação com folhas coloridas e frutos característicos do outono.

o envelhecimento é um processo involutivo caracterizado pela perda das competências que foram adquiridas ao longo do processo de desenvolvimento humano. A cognição é uma das principais áreas afectadas neste processo, sendo por isso um domínio primordial na intervenção com os idosos. Na AFID, este trabalho é assegurado por profissionais especializados que, em contexto individual ou em grupo, promovem actividades dirigidas às funções executivas, atenção, memória, linguagem, cálculo, entre outros.



Esta intervenção deve ser iniciada numa fase precoce do envelhecimento, de modo a minimizar e a retardar a perda destas competências.

Testemunho

A Fisioterapia é muito importante na área de Geriatria, sendo um grande contributo para o envelhecimento saudável. Diariamente luto para melhorar a qualidade de vida dos nossos idosos, de forma a mantê-los ativos e independentes. Em troca recebo muito carinho e sorrisos sinceros de gratidão. Trabalhar na ERPI é muito gratificante, muitas vezes um pequeno passo é uma grande conquista!

Vanessa Antunes, Fisioterapeuta

Newsletter

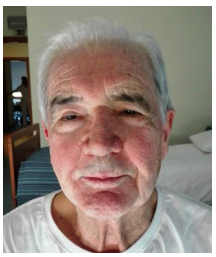
61| Agosto 20 / Setembro 20

Aniversários Clientes ERPI e Clientes da Unidade de Neuro-Estimulação

Eugénia Martins
Dia 01/08

Armando Oliveira
Dia 05/08

Mário Repas
Dia 10/08



Mª Georgina Maia
Dia 13/08

Ana Maria Fonseca
Dia 14/08

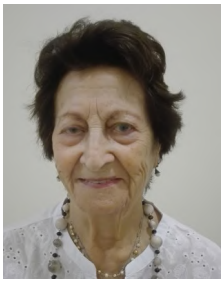
Lígia Marmelo
Dia 16/08

Mª de Lourdes
Dia 23/08

José Vicente
Dia 04/09

Augusto Domingos
Dia 06/09

Mª Júlia Silva
Dia 06/09

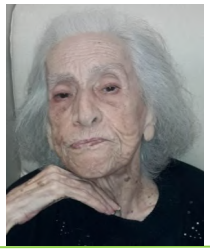


Maria Pilar Russo
10/09

Paulo Fonseca
Dia 12/09

Fernando Marmelo
20/09

Isabel Estevinho
25/09



Mª Fernanda Silva
29/09