

## Proyecto Centro de Encuentro Clínica de Memoria Fundación INTRAS, Zamora

### ¿A quién va dirigido?

El proyecto está dirigido a personas adultas mayores que presentan problemas de memoria o viven con deterioro cognitivo o demencia y a sus familiares y/o cuidadores.

### ¿En qué consiste?

El proyecto consiste en una intervención social comunitaria que se divide en tres aristas:

- a) Un Centro de Encuentro para personas que viven con problemas de memoria, deterioro cognitivo o demencia, con el objetivo de asistir y apoyar la adaptación y afrontamiento de las consecuencias generadas por estas dificultades, conservar y mejorar la calidad de vida, ofrecer apoyo emocional y ampliar las redes sociales;
- b) Un grupo de apoyo para cuidadores informales y/o familiares con el objetivo de informar al cuidador sobre las características de la demencia y estrategias de afrontamiento, facilitar al cuidador un tiempo de descanso (respiro), y amplia sus redes sociales; y
- c) Horas de consulta para las personas con demencia y sus cuidadores informales con el objetivo de expresar problemas individuales y ofrecer consejos prácticos.

### ¿Qué actividades se hacen y en qué horarios?

Se realizan actividades sociales con énfasis en la terapia psicomotriz, la estimulación cognitiva y la psicoeducación.

El Centro de Encuentro se realiza **tres días a la semana (lunes, miércoles y viernes) de 9:30 a 12:00**. El grupo de apoyo para familiares se llevará a cabo una vez al mes.

### ¿Qué beneficios se han demostrado?

En varios países europeos se han identificado mejoras en la calidad de vida y la salud mental de las personas que viven con demencia y sus familiares/cuidadores, además de una disminución del nivel de la sobrecarga de los cuidadores.

### ¿Interesado en más información?