

BIENVENIDO/A A ESTA GUÍA PARA EL CUIDADOR/A

¿QUÉ OFRECE ESTA GUÍA BÁSICA?

**CONOCIMIENTO SOBRE LOS
MITOS EN LA VEJEZ**

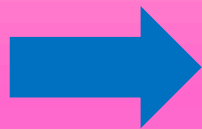
**PAUTAS Y CONSEJOS PARA LA
COMUNICACIÓN**

**HERRAMIENTA PARA FOMENTAR
EL ENVEJECER ACTIVO**



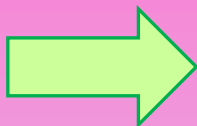
MITOS Y ESTEREOTIPOS ASOCIADOS A LA VEJEZ

1. Todas las personas mayores son iguales



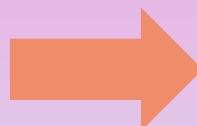
2. Las personas mayores tienen problemas de memoria

3. Los mayores están solos y aislados



4. Las personas mayores no pueden aprender cosas nuevas

5. Las personas mayores no saben adaptarse a los cambios



6. Las personas mayores no tienen relaciones sexuales

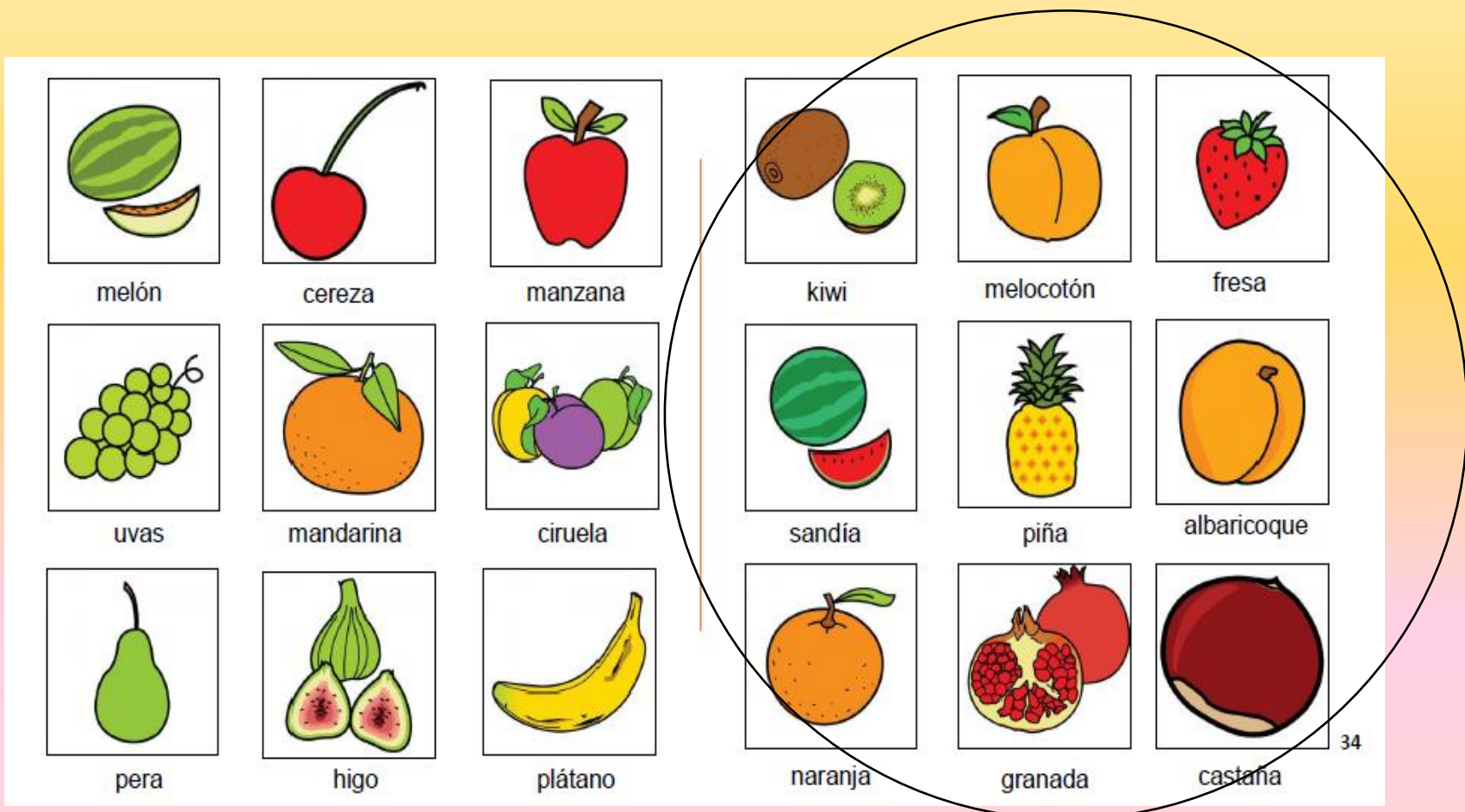
PERJUDICA LA CALIDAD DE VIDA

FOMENTA EL EDADISMO (DISCRIMINACIÓN POR LA EDAD)

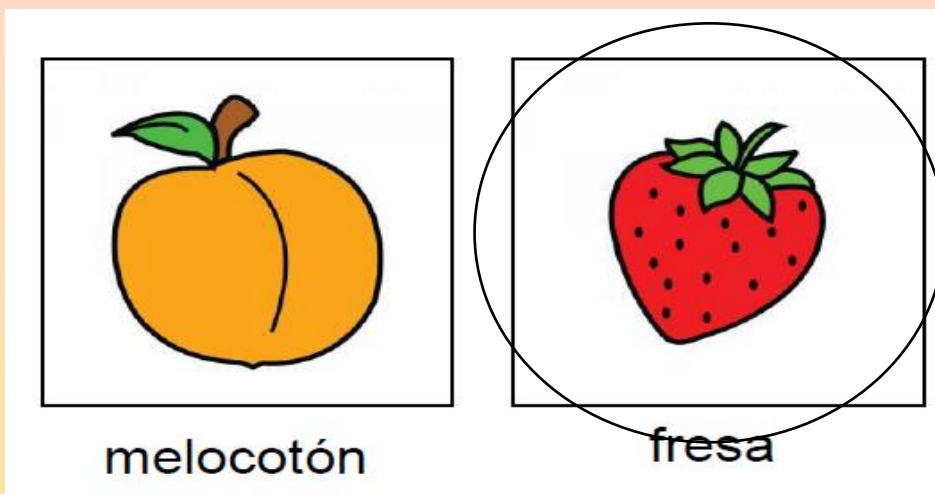
ES UNA BARRERA PARA EL ENVEJECIMIENTO

¿QUÉ LE APETECE COMER MÁS HOY??

PASO 1. ¿A QUE ZONA MIRA LA PERSONA?



PASO 2. SEÑALAMOS LA FILA QUE OBSERVA Y NOS ASEGURAMOS DE SU RESPUESTA



PASO 3. SE SEÑALAN LOS PICTOGRAMAS MÁS CONCRETOS Y SE CONFIRMA EL MENSAJE. ¿QUIERES FRESAS?

HERRAMIENTA PARA FOMENTAR EL ENVEJECER ACTIVO

AUTONOMÍA = PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO

1

3

DIVERSIDAD= RECONOCIMIENTO Y DIGNIDAD

2

IGUALDAD= SEGURIDAD Y BIENESTAR

PASOS A TENER EN CUENTA EN LA TAREA DE CUIDAR

SOLUCIONES DE HERRAMIENTA PARA FOMENTAR EL ENVEJECER ACTIVO

EJERCICIO GRUPAL CON LA HERRAMIENTA JAMBOARD

PROPÓN UNA ACCIÓN COMO CUIDADOR/A QUE FOMENTE ESTOS ASPECTOS



12/04/21

PASOS A TENER EN CUENTA EN LA TAREA DE CUIDAR