



PRÉMIO DE BOAS PRÁTICAS DE ENVELHECIMENTO ATIVO e SAUDÁVEL

na Região Centro

EDIÇÃO 2018



MIND & GAIT

PROMOÇÃO DA VIDA INDEPENDENTE DA PESSOA IDOSA COM FRAGILIDADE ATRAVÉS DA MELHORIA DA COGNIÇÃO E DA CAPACIDADE DE MARCHA UTILIZANDO EQUIPAMENTO ESPECÍFICO



OBJETIVO DA BOA PRÁTICA

Promover a vida independente da população idosa com fragilidade através da melhoria da cognição e melhoria da capacidade da marcha com utilização de equipamento específico

A BOA PRÁTICA: IMPLEMENTAÇÃO DE UMA INTERVENÇÃO COMBINADA PARA A FRAGILIDADE

PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA



Sessões de estimulação cognitiva em grupo



Atividades Assistidas por Animais



Intervenção Combinada

PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO



Sessões de exercício físico de acordo com o nível de fragilidade do idoso



SOLUÇÕES DIGITAIS



Programa digital de estimulação cognitiva



Ebook do Programa de exercício físico



Plataforma Web



Andarilho com sensores de pressão para boqueio e luzes led educativas

DIGI & MIND

ENVELHECIMENTO ATIVO E PARTICIPATIVO

Project AAC in 02 / SAICT / 2016 Reference Number 023822



PREVINE O DECLÍNIO FÍSICO E COGNITIVO

PREVINE AS QUEDAS



MENOS SINTOMAS DEPRESSIVA

PROMOVE A VIDA INDEPENDENTE

Para extensão do projeto ou para mais informações: apostolo@esenfc.pt



Cofinanciado por:

