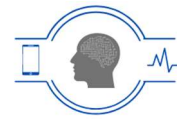


mHEALTH-AD

Hafif demans hastası kişiler tarafından mobil  
sağlık teknolojilerinin benimsenmesini  
arttırmaya yönelik eğitim programı

## DETA 4 Modül 4: mHealth (mSağlık) ile İletişim ve Planlama



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

### Telif Hakkı Beyanı:

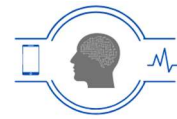


Bu eser Creative Commons Attribution – Non Commercial – Share Alike 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. Şunları yapmakta özgürsünüz:

- Paylaş — Materyali herhangi bir ortamda veya formatta kopyalayın ve yeniden dağıtın
- Uyarlayın — Malzemeyi yeniden düzenleyin, dönüştürün ve üzerine inşa edin

aşağıdaki şartlar altında:

- Atıf — Uygun krediyi vermeniz, lisansa bir bağlantı sağlamanız ve değişiklik yapıp yapılmadığını belirtmeniz gerekir. Bunu makul bir şekilde yapabilirsiniz, ancak lisans verenin sizi veya kullanımınızı onayladığını ima eden herhangi bir şekilde yapamazsınız.
- Ticari Olmayan — Materyali ticari amaçlarla kullanamazsınız.
- Share Alike — Materyali yeniden düzenler, dönüştürür veya üzerine inşa ederseniz, katkılarınızı orijinaliyle aynı lisans altında dağıtmanız gerekir.



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

## **TASARLANMIŞ DENEYSEL EĞİTİM FAALİYETİ 1\_ Sağlık Göstergelerini İzlemek için mHealth (mSağlık)**

### **Amaçlar:**

DETA 4 "İletişim ve planlama için mHealth (mSağlık)", demansı olan kişilerin (PwD) diğer kişilerle (bakımverenler, sağlık profesyonelleri, vb.) iletişimini kolaylaştırmak yanı sıra günlük ve/veya bakım faaliyetlerinin planlanmasını geliştirmek için mobil sağlık çözümlerine odaklanır.

Yaşlıların ve/veya PwD'lerin bakımıyla ilgili iletişim ve planlama faaliyetlerini desteklemek için en önemli ve uygulanabilir çözümleri özetlemelidir.

Özellikle, yaşlılara ve bakımverenlere mHealth teknolojilerini günlük yaşamlarında uygulamakla ilgili güçlükleri azaltmaya yönelik fırsatların pratik uygulamalarla anlaşılmasını teşvik etmek üzerinde durulmaktadır.

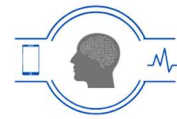
Bu DETA'nın bir diğer amacı, katılımcılara iletişimlerini ve planlama faaliyetlerini yaşlılara veya demansın ilk aşamasında olan bireylerin bireysel özelliklerine göre uyarlamalarını sağlayacak ve bu bireylere bakımverenlerin bireysel özelliklerine destek verecek şekilde içerik sunmaktır.

### **Katılımcılar ve Roller:**

- PWD: 10 kişi
- Bakım verenler:
  - 5 resmi bakım veren
  - 5 resmi olmayan bakım veren

### **Yetkinlikler:**

- Demans ile ilgili iletişim zorlukları ve iletişim ve planlama ile ilgili mevcut mobil sağlık çözümleri hakkında artan bilgi.
- Bu teknolojileri günlük yaşam aktiviteleri ve bakım prosedürlerine uygulama yeteneği.
- mHealth teknolojileriyle bakım planlamasını genişletme anlayışı.
- Alzheimer'a bağlı olarak gelecekte ortaya çıkabilecek senaryolar için planlama yapma.



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

### **Eğitimin İçeriği:**

- İletişim ve planlama için farklı Mobil Sağlık çözümlerini tanımak.
- Yaşlı bireylerin günlük yaşam aktiviteleri ve/veya (resmi olmayan) bakımverenlerin bakım prosedürlerini desteklemek için aktiviteleri planlamaya öngörü sağlamak.
- Doğru rehberlik ile geliştirilebilecek iletişim yönlerini belirlemek ve böylece yaşam kalitesini arttırmak.
- Yardımcı fonksiyonları ve gereksiz olanları ayırt etmek ve önceden seçilmiş uygulamaları sunmak.
- Sağlıkla ilgili faaliyetleri düzenleme ve planlama konusunda beceriler kazanmak.

### **Seansın Süresi: 5.5 saat**

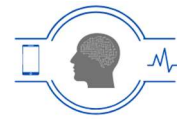
- Yüz yüze seanslar : 4.5 saat (farklı seanslara ayrılmalı 45-90 dakika)
- Online seans: 1 saat

### **Paralel Eğitim:**

- Dijital beceriler
- Sosyal beceriler
- Dil becerileri
- Takım çalışması yeteneği
- Uygulamalı teorik içeriği uygulama becerisi
- Ek araçlarla iletişim becerileri (dijital/ müzikal/sanatsal)

### **Metodoloji:Aktif ve katılımcı**

- Aktif ve katılımcı
- Yüz yüze eğitim :
  - Diyalog
  - Takım çalışması
  - Pratik aktiviteler (mHealth teknolojisinin farklı kullanımları)
  - PPT sunumu: İletişim ve planlamaya giriş



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

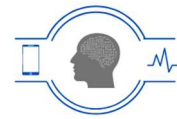
- Online eğitim:
  - Videolar
  - mHealth teknolojisinin farklı kullanımları
  - Katılımcıların kullanacağı dijital materyaller (oyunlar, belgeler, kılavuzlar)

### **Eğitim Materyelleri:**

- Yüz yüze seanslar:
  - PowerPoint sunumları
  - Word veya PPT belgeleri. Temel kavramları açıklamak
  - Anket
  - mHealth teknolojileri
  - Videolar
- Online seanslar:
  - Videolar
  - mHealth teknolojileri (örnek: Akıllı saat)

### **Organizasyonel ve Teknik Gereksinim:**

- Bilgisayar
- Projektör
- mHealth teknolojileri
- Oda
- Belgeler/ eğitim materyalleri
- Ses sistemi



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

## Eylem tablosu:

### 1 Giriş

#### 1.1 Açılış

1.2 mhealth teknolojileriyle iletişim ve aktivite planlamaları ile fizyolojik ve psikolojik parametreler

#### 1.3 mHealth ile aktivite planlama

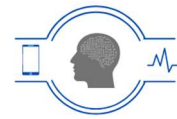
### 2 Öz-Yönetim ve Güçlenme

### 3 mHealth ile iletişim aktiviteleri

### 4 Kapanış

### 5 Ev Egzersizleri

### 6 Eğitimciler için Öneriler



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

## **YÜZ YÜZE 1.1 SEANS: KILAVUZLAR, SÜRE VE ARAÇLAR**

### **1. GİRİŞ**

#### **1.1 Açılış**

- Hoşgeldin diyerek birbirinizi tanıyın!
- Bireysel beklentilerin belirlenmesi
- Seansın hedeflerini, aktivitelerini ve planlamalarının öğrenilmesi

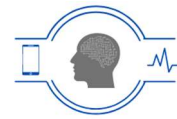
Bu seansın temel hedefi grup içinde olumlu ve rahat bir ortam yaratmaktır. Eğitimci kendini tanıtarak ve katılımcılarla tanışarak seansa başlamalıdır. Oturma planı bu üçlü grubun ayrı ayrı oturmasını (Yaşlı, gayriresmi bakım verenler ve bakım verenler) önlemek için oturma düzeni rastgele olmalıdır. Odaya girerken her katılımcıya bir isim etiketi verilerek kendileri arasındaki iletişimi sağlamak gerekir. Eğitimci her zaman, eğitimlerini katılımcıların ihtiyaçlarına uygun hale getirerek katılımcıların eğitim ritmine göre uyarlamalıdır. Katılımcıları tanımak için eğitimci sırayla herkese hoş geldin dedikten sonra eğitim için kayıt verilerinden yararlanıp ek bilgi vermelidir. Giriş turunu tamamlarken, eğitimci gruba onların beklentilerini ve umutlarını sormalıdır. Tek bir katılımcıya sorulması onların cevabı vermelerini zorunlu hissetireceği için bu soru bütün gruba sorulmalıdır. Cevabı aldıktan sonra eğitimci, bu beklentiyi grubun geri kalanına tekrarlamalıdır.(ör. .... hakkında bilgi edinmeyi dileyen var mı?). Beklentiler belirlendikten sonra eğitimci resmi hedefleri, öğrenme hedeflerini ve planlanan etkinlikleri sunmaya başlamalıdır. Bu sunum önceden hazırlanan PowerPoint sunumuyla gerçekleştirilmelidir.

**Süre:** 20 minutes

**Araçlar:** PPT\_1.1\_ DETA 4 e Giriş– Giriş ve Öğrenme Hedefleri

1.2 GİRİŞ oturumları- mhealth teknolojileriyle iletişim ve aktivite planlamaları ve fizyolojik ve psikolojik parametreler

DETA 1 mhealth teknolojilerin genel bir girişini sağlar, katılımcılar eğer eğitimde hatırlamıyorlarsa eğitimin bu evresinde bu bilgi tekrar edilmelidir. Aksi takdirde bu bölüm bir PwD'nin iletişim ve planlama faaliyetleriyle ilgili mHealth teknolojileri için sahip olabileceği özel ihtiyaçlarla ilgili olmalıdır.



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

Uygulamalı Aktivite:

Katılımcılara iletişimde yaşadıkları engelleri sormakla başlamak güzel bir giriş olacaktır.

Eğitimci bu geri bildirimleri liste haline getirerek önemli iletişimsel ve planlama aktiviteleri ile ilgili psikolojik ve fizyolojik parametreler oluşturulmalıdır. Ayrıca katılımcılara iletişim ve planlamaya yönelik teknolojik çözümleri kullanma deneyimleri ve girişimleri sorulacaktır. Sonra eğitimci katılımcılara günlük hayatlarındaki teknoloji kullanım deneyimlerini tartışmaya davet ederek onların yaklaşımlarını keşfetmelidir. Bu bilgi bütün katılımcılar arasında paylaşılmalı ve iyileştirmek için farklı stratejiler ele alınmalıdır. Sonrasında eğitimci deneyimlenen engelleri tespit ederek yardımcı olabilecek uygulamalar ve cihazlar sunulmalıdır. Katılımcılara potansiyel faydasının değerlendirilmesi istenmeli ve/veya sunulan çözümlerin taşıdığı risk değerlendirilmelidir. Eğitimci mHealth'in iletişim ve planlama çözümlerinin önemini sunmaya devam etmelidir. Uygulanabilirliği ve önemini göstermek için eğitimci birkaç video örneği kullanılabilir. Bunun bir örneği ilaç kullanımını hatılatma uygulamaları olabilir.

İletişim becerilerinde bozulma demansın ilk belirtilerindedir. Demansı olan bireyler genellikle doğru kelimeyi bulmak için daha fazla zamana ihtiyaç duyarlar veya bir anda karşısındakilere ne söylemek istediklerini hatırlamayabilirler. Ayrıca bazen bir kelimenin anlamını anlamazlar, ancak bu kelimeyi daha önce sıklıkla kullanmış olabilirler veya uzun sohbetlerde veya grup sohbetlerinde konsantre olamazlar. Tüm bu etkiler göz önüne alındığında, iletişim becerilerinin azalmasının, Demans hastası birey ve bakımveren için yorucu bir deneyim olması şaşırtıcı değildir.

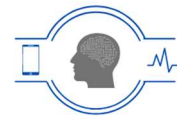
Oturum, mHealth teknolojilerinden fayda sağlayabilecek fizyolojik ve psikolojik durumlar için iki ek kullanım senaryosunun sunulmasıyla sonlandırılmalıdır.

Süre: 45 minutes

Araçlar: PPT\_1.2\_Giriş Oturumu\_ - İletişim ve Planlama aktiviteleri için tasarlanan mHealth teknolojileri için fizyolojik and psikolojik parametreler

**10-15 DAKİKA ARA**





**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

### 1.3 mHealth ile aktivite planlama

Bu oturum, katılımcıları iletişim ve planlama için mHealth çözümlerinin kullanımına engel olan faktörleri belirlemek ve bu engelleri aşmak için stratejiler sunmayı amaçlamaktadır. Oturum, iletişim ve planlama faaliyetleri için mevcut mHealth teknolojilerini tanıtmalı ve bu teknolojilerin kullanım senaryolarını göstermelidir.

Engeller:

Yaşlı bireyler arasındaki genel olarak düşük teknoloji okuryazarlığı, iletişim ve planlama için mHealth çözümlerinin başarılı bir şekilde kullanılmasının önündeki başlıca engellerden biridir. Başka bir dezavantaj ise akıllı telefonların mevcudiyeti ve mHealth çözümlerinin potansiyel faydaları konusundaki bilgisizliktir.

Eğitimci, mHealth çözümlerinin kullanımı konusunda yaşanan yaygın engelleri sunar. Ayrıca, grup üyelerinin bu çözümleri yaşamlarına dahil etmeyi düşünürken karşılaştıkları engelleri, korkuları ve şüpheleri keşfetmelidir. Eğitimci, bir liste yapmalı ve teknolojiyi günlük iletişim ve planlama süreçlerinde kullanmanın faydalarını vurgulayarak bu engellerden bazılarını ele almalıdır.

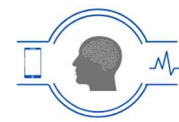
Engelleri aşma stratejileri:

Bireyleri kişisel verilerine ve bu verilere erişimi olan kişilere dair endişeleri konusunda bilgilendirmek, bu engelleri aşmak için bir yol bulunabilir. Ayrıca, gerçek hayat ile öğrenilebilir beceriler arasında bir bağlantı kurmaya çalışmak da önemlidir. Katılımcılara yardımcı olmak için eğitimci, öğrenmeyi kolaylaştırmak için aşağıdaki strateji planını sunabilir:

1. Kazanım
2. Uygulama
3. Uyarılama

Eğitimci, yukarıda bahsedilen planı uygulayabilir ve ardından bazı kullanım senaryolarını sunabilir. Örnek olarak, Demans/Dijital Günlük/saat hakkında bir uygulama indirmek ve yapılması gereken adımları sunmaktır.

Ayrıca, MyMedSchedule Plus uygulaması da sunulabilir. Bu uygulama, hastaların ve bakıcıların ilaç takvimlerini takip etmelerine yardımcı olmak için kullanılır. Her aile üyesi için ayrı bir liste oluşturulabilir. Eğitimci, kullanım adımlarını ve kullanışlarını sunabilir.



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

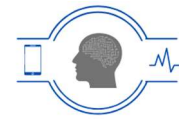
Oturum, Dijital Günlük üzerine uygulamalı bir etkinlikle sona ermelidir. Katılımcılar, uygulamayı haftalık hatırlatmalı bir program oluşturmak için kullanılmalıdır. İlk olarak, günlük planlarını bir kağıda yazmaları istenir. İkinci adımda, günlük planlarını dijital hale getirirler.

Son olarak, tüm katılımcılara deneyimleri hakkında sorular yöneltilmeli ve uygulamayı kullanmaya yönelik görüşlerinin değişip değişmediği veya deneyiminin faydalı olup olmadığı sorulmalıdır. Eğitimci, bu oturumu kapatırken, katılımcılara ikinci gün için öngörülen tarih ve saatte tekrar bir araya gelmelerini hatırlatmalıdır. Ayrıca, modülün herhangi bir bölümünün bu ilk oturumda uygulandığından farklı bir şekilde yürütülmesini isteyip istemediklerini sormalıdır.

**Süre:** 45 dakika

**Araçlar:** PPT\_1.3. – mHealth (mSağlık) ile İletişim ve Planlama

## İLK GÜNÜN SONU



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

## İKİNCİ GÜN

Birinci günkü gibi ilerleyin, örneğin kısa bir merhabalaşma, birinci günün özetlenmesi ve sonraki adımlarla devam edin.

### 2: Öz-Yönetim ve Güçlenme

Demans erken aşamalarında bile günlük yaşamda değişikliklere neden olabilir ve ilerledikçe birey sağlık ve bireysel bağımsızlık konusunda daha fazla zorlukla karşılaşır. Bu bağlamda, yaşlı birey, yakınları ve bakımverenleri için Öz-Yönetim ve yararlı rutinler oluşturma konusu önemlidir. Burada, mHealth çözümleri, fiziksel ve zihinsel sağlığı güçlendirmek için destekleyici olabilir.

Bu etkinliğin amacı, mHealth çözümleri bağlamında Öz-Yönetim kavramını teorik ve pratik yollarla keşfetmektir. Hastalar ve yakınları günlük yaşamda farklı zorluklarla karşılaştıklarından, her ikisi de bu konuya dahil olmalıdır. Oturum üç farklı bölümden oluşacaktır:

#### 1. Öz-Yönetim Kavramı

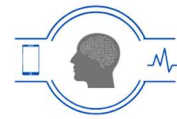
İlk olarak, eğitmenin sağlık hizmetleriyle ilgili Öz-Yönetim konusunda kısa bir teorik giriş yaptıktan sonra, katılımcılara Öz-Yönetim konusunda herhangi bir bilgiye sahip olup olmadıklarını ve kısaca açıklamalarını ister (beyin fırtınası). Fiziksel ve zihinsel sağlık hizmeti alanlarından örnekler grup içinde sunulur ve tartışılır, böylece pratik bir içgörü sağlanır.

Günlük rutinler konusu Öz-Yönetim ile yakından ilişkilidir ve yaşlı bireylerin ve yakınlarının hayatında oldukça önemli olabilir, bu yüzden bu konu da açıklanmalıdır. Eğitmenin teorik açıklamayı mümkün olduğunca anlaşılabilir ve basit bir düzeyde tutmalıdır.

### 10-15 DAKİKA ARA

#### 2. Mevcut Durum: Öz-Yönetim PWD / Yakınları

İlk bölümde, eğitmen tarafından Öz-Yönetimin "En İyi Uygulama" örnekleri verilmişti ve konu katılımcılarla tartışılmıştı. Bu etkinliğin ikinci bölümünde eğitmen, Öz-Yönetim günlük yaşamla ilişkilendirilerek yaşlı bireylerin ve yakınlarının sağlık bakımında mevcut rutinlerini, ihtiyaçlarını ve kaynaklarını düşünmeleri için katılımcılara rehberlik eder. Demansın fiziksel ve zihinsel



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

değişikliklerinden dolayı hem PWD hem de yakınları zorluklarla karşılaştığından, bu konuyu birlikte tartışmaları önemlidir.

### 10-15 DAKİKA ARA

#### 3. Sağlık Göstergelerini İzlemek için Bireysel Öz Yönetim Rutini Oluşturma (Uygulamalı bölüm)

Son bölümde, katılımcılar günlük yaşamlarında gerçekten uygulayabilecekleri belirli bir içeriği hazırlayacaklardır (örneğin, tansiyon, uyku kalitesi, ruh hali, aktivite, kan şekeri düzeyi, kalp atış hızı, oksijen seviyesi vb.). Bu, yakınlarının yardımcı olabileceği bir şey olabilir veya yakınlarının yeni bir rutin olarak benimsemek isteyebileceği bir şey olabilir. Eğitimci, somut bir hedef belirlemelerine yardımcı olacaktır (örnek: "Her akşam o günü bir uygulama içinde kısa bir günlük notuyla özetleyeceğim"). Ek olarak, eğitimci kendi cihazında bir örnek gösterecektir. Daha sonra, katılımcılara bireysel hedefleri üzerinde çalışmak için yeterli süre verilecektir. Eğitimci, süre boyunca sorular için hazır bulunacaktır. Son olarak, katılımcılar bireysel hedeflerini tüm gruba sunabilirler. Mümkünse, katılımcılar belirledikleri eylemi oturum sırasında cihazlarında gerçekleştirmeyi deneyebilirler. Eğitimci, oturum boyunca her zaman sorular ve endişelere açık olacaktır.

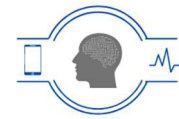
Oturumun sonunda, eğitimci tarafından bir başka kısa özet sunulacaktır.

**Süre:** 50 dakika

**Araçlar:** PPT\_1.1\_Modül 1\_ Sağlık Göstergelerini izlemek için mHealth (Slide xx – xx), Beyaz Tahta, Kağıt ve Kalem

### 3 mHealth ile iletişim aktiviteleri

*"Birçok araştırma, evde birlikte yaşayan hastalarla sağlık profesyonelleri arasındaki iletişimin, çeşitli BIT uygulamalarının kullanımıyla iyileştirildiğini ve günlük yaşamda semptom yönetiminde bir gelişme olduğunu göstermektedir." [i]*



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

Bu bölümün amacı, mHealth çözümleri bağlamında iletişim kavramını teorik ve pratik yollarla incelemektir. Hastalar ve yakınları günlük yaşamda farklı zorluklarla karşılaştıklarından, her iki grup da bu çalışmaya dahil olmalıdır. Uygulama iki farklı bölümden oluşacaktır:

**1. İletişim Kavramı**

Eğitmen, iletişim konusunda kısa bir teorik açıklama yapar, odak noktası mhealth çözümleriyle ilgili iletişim olacaktır. Eğitmen, katılımcılara daha önce iletişim uygulamaları veya cihazlarıyla deneyimlerini sorgulayacaktır. Örnekler sunulmalı ve kazanımları tartışılmalıdır.

Eğitmenin teorik açıklamaları mümkün olduğunca basit ve uygulanabilir tutması önemlidir.

**2. Uygulamalı aktivite**

Son bölümde, katılımcılar günlük yaşamlarında gerçekten uygulayabilecekleri belirli bir içerik hazırlarlar. Eğitimci, bir uygulama aracılığıyla gerçek iletişimi kurmalarına yardımcı olacaktır. Bu noktada, yakınları bu bölümü gerçekleştirmelerine yardımcı olabilirler.

**Süre:** 45 minutes

**Araçlar:** PPT\_1.1\_Modül 1\_ Sağlık Göstergelerini izlemek için mHealth (Slide xx – xx),

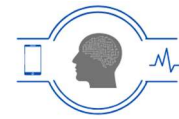
**10-15 DAKİKA ARA**

Eğitimci, iletişim ve planlama için kullanılabilir çeşitli araçları, uygulamaları veya cihazları sergileyerek bu etkinliği tamamlamalıdır. Mevcut çözümlerin genel bir özeti tablo halinde sunulabilir. Çözümün kendisi, uygulaması ve avantajları tanıtılmalı, ayrıca bunları nasıl bulabileceklerine dair kolaylıklardan bahsedilmelidir.

Eğer mevcutsa, yerinde bazı cihazlar birlikte denenebilir. Ayrıca, bazı mHealth çözümleri hakkında videolar gösterilerek bazı cihazlar tanıtılabilir.

**Online etkinlik:**

Aşağıda, günlükler ve ilaç hatırlatıcıları gösteren özellikle belirli uygulamaları açıklayan videolara yönelik bazı öneriler (bağlantılar) bulabilirsiniz. Aşağıda, günlükler ve ilaç hatırlatıcılarını gösteren çeşitli uygulamaları tanımlayan videolar için bazı öneriler (bağlantılar) bulunmaktadır:



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

<https://www.youtube.com/watch?v=ZZQd9R9IN54>

<https://www.youtube.com/watch?v=RigLlaoBXsA>

<https://www.youtube.com/watch?v=d-1K3HUjqDY>

**Süre:** 45 minutes

**Araçlar:** PPT\_1.1\_Modül 1\_ Sağlık Göstergelerini izlemek için mHealth (Slide xx – xx),

#### **4 Kapanış**

Eğitimci, oturumun içeriğini özetler ve olası şüpheleri ve soruları açıklamaya çalışır. Bundan sonra, eğitim programının kısa bir özeti sunulur. Her eğitimci, eğitim programına yönelik geri bildirimleri, örneğin Kahoot! gibi bir uygulama veya değerlendirme için anketlerle talep eder. Geri bildirimlerin sonuçları kapanışta sunulur.

**Süre:** 10-15 minutes

**Araçlar:** PPT

#### **5 Ev Egzersizleri**

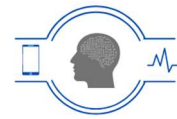
#### **6 Eğitimciler için Öneriler**

Olumlu ve eğlenceli bir öğrenme deneyimi sağlamaya yardımcı olacak önemli unsurlar:

- Etkinliği neşeli hale getirmeye çalışın.
- Katılımcılara hedefleri ve potansiyel faydaları açıkça açıklayın.
- Katılımcıları beyin fırtınasına dahil olmaları için motive edin.
- Farklı perspektifler veya senaryolar sunun.
- Katılımcıların düşünme, tartışma ve güçlenme imkanı sağlayan iletişim için zaman ayırın.

#### **Demans hastası bireylerle grup dinamik etkinlikleri nasıl yapılır ?**

Etkinliği planlarken, etkinliğin basit, ilgi çekici olmasına ve toplamda 30 dakikadan daha uzun sürmemesine dikkat edin, çünkü demansı olan bireyler daha uzun süren etkinliklerde huzursuz olabilirler. Etkinliğe günlük yaşam nesnelere (saat, fincan, ayna vb.) eklemek, demanslı bireylerin onlarla ilişki kurabilmesine yardımcı olur. Etkinliğin odak noktası, rekabetçi olmak yerine işbirlikçi



**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**

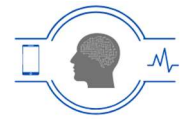
olmaktır ve hayal kırıklığına uğramayı önlemek hedeflenmelidir. Etkinliği güvenli bir ortamda gerçekleştirin ve hızlı hareketler, küçük nesnelere veya makas gibi unsurlardan uzak durun. Grubu oluştururken, katılımcıların benzer demans evrelerinde ve benzer bilişsel ve fiziksel yeteneklere sahip olduğundan emin olun.

Etkinliği gerçekleştirirken, uygulamada esnek olun ve içerik ve materyallerde katılımcıların kapasitesine bağlı olarak değişikliklere izin verin. Mümkün olduğunca basit bir şekilde başlayın, böylece demansı olan birey olumlu bir deneyim yaşar ve bu tür etkinlikleri gerçekleştirmek için kendini hazır hisseder. Katılımcılara eğitim etkinliği için kısa vadeli ve uzun vadeli hedefler belirlemelerine yardımcı olun.

Katılımcıların etkinlikleri beklenenden daha uzun sürdürebildiğini görürseniz, odaklanma becerileri için onları tebrik edin ve etkinliğin süresini biraz daha uzatın.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



mHEALTH-AD

**Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337**