

STIMOLAZIONE COGNITIVA NEGLI ANZIANI: IDEE PRATICHE, STRUMENTI E ATTUAZIONE QUOTIDIANA

Formazione destinata ai professionisti dell'accompagnamento degli anziani e ai caregiver familiari

Padroneggiare la stimolazione cognitiva quotidiana con metodi concreti e strumenti DYNSEO

Durata : 5 ore	Moduli : 4 moduli
Lezioni : 16 lezioni	Destinatari : Operatori sanitari, animatori, assistenti alla vita, famiglie e caregiver
Formato : 100 % online, asincrono	Organismo : N° 11757351875
Certificazione : Qualiopi	Tariffa : Su preventivo

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrizione della formazione

Questa formazione di 5 ore offre una base solida sul funzionamento cognitivo dell'invecchiamento e fornisce idee concrete immediatamente applicabili. I partecipanti impareranno a stimolare memoria, attenzione, linguaggio e funzioni esecutive nella vita quotidiana. La formazione copre attività pratiche senza materiale specializzato, laboratori collettivi e l'uso degli strumenti digitali DYNSEO (EDITH e JOE). Al termine, ogni partecipante disporrà di un repertorio ricco di attività e saprà scegliere lo strumento giusto in base al profilo della persona assistita.

Sommario dei moduli

MODULE 1	Comprendere l'invecchiamento cognitivo per stimolare meglio	4 lezioni
MODULE 2	Stimolare quotidianamente — idee pratico-pratiche senza materiale specializzato	4 lezioni
MODULE 3	Atelier collettivo e animazioni cognitive — idee e formati	4 lezioni
MODULE 4	Mettere in pratica con gli strumenti DYNSEO	4 lezioni

Obiettivi pedagogici

Obiettivi pedagogici

- Comprendere il funzionamento cognitivo dell'invecchiamento normale e patologico
- Identificare le diverse funzioni cognitive e come stimolarle nella vita quotidiana
- Applicare attività di stimolazione concrete senza materiale specializzato
- Organizzare e animare laboratori collettivi di stimolazione cognitiva
- Utilizzare efficacemente gli strumenti DYNSEO EDITH e JOE secondo i profili
- Costruire programmi di stimolazione personalizzati e adattati

Informazioni generali

Durata	5 ore
Pubblico interessato	Professionisti dell'accompagnamento degli anziani (operatori sanitari, animatori, assistenti alla vita), famiglie e caregiver
Prerequisiti	Nessuno, formazione accessibile a tutti gli adulti
Tariffa	Sur devis - TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certificazione	Qualiopi - Attestation de fin de formation
Organismo	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

Lezione 1 - Il cervello che invecchia — ciò che cambia e ciò che rimane intatto

- Rallentamento normale e progressivo del trattamento delle informazioni
- Funzioni che declinano: memoria di lavoro, velocità, flessibilità
- Funzioni preservate: memoria semantica, saggezza, vocabolario, memoria procedurale
- Plasticità cerebrale per tutta la vita: il cervello si rimodella dopo 80 anni

Lezione 2 - I diversi tipi di memoria e come stimolarli

- Memoria episodica: ricordi personali datati, fragile ma stimolabile con reminiscenza
- Memoria semantica: conoscenze generali ben preservate, leva di fiducia
- Memoria procedurale: gesti appresi molto resistenti, supporto per attività manuali
- Memoria di lavoro: mantenere più informazioni simultaneamente, allenabile

Lezione 3 - Le funzioni cognitive oltre la memoria

- Attenzione sostenuta, selettiva e divisa: come ogni tipo si indebolisce
- Funzioni esecutive: pianificazione, organizzazione, inibizione, flessibilità
- Linguaggio: mancanza della parola, comprensione rallentata
- Cognizione sociale: riconoscere emozioni, comprendere intenzioni, benessere relazionale

Lezione 4 - Invecchiamento normale, MCI e demenza — riferimenti per orientare la stimolazione

- Invecchiamento normale: rallentamento senza impatto sull'autonomia
- MCI: lamentele cognitive con lieve riduzione misurabile, stadio intermedio
- Demenze: Alzheimer, Lewy, vascolare, funzioni colpite secondo il tipo
- La stimolazione resta pertinente a tutti i livelli: riserva cognitiva e qualità di vita

Lezione 1 - Stimolazione cognitiva nei gesti quotidiani

- La toilette: nominare oggetti, sequenziare fasi, incoraggiare iniziativa
- Il pasto: riconoscere cibi, evocare ricordi gustativi, contare
- Gli spostamenti: orientarsi, memorizzare percorsi, nominare luoghi
- Coinvolgere nelle faccende: piegare bucato, apparecchiare, annaffiare piante

Lezione 2 - Attività di stimolazione della memoria — idee concrete

- Gioco delle 7 differenze, labirinti, parole mescolate: accessibili e adattabili
- Giochi di carte: memory, domino, associazione di immagini o parole
- Diario del giorno: raccontare cosa fatto ieri, cosa mangiato, chi visto
- Lettura ad alta voce seguita da domande aperte e scambio

Lezione 3 - Attività di stimolazione del linguaggio e della comunicazione

- Indovinelli e scioglilingua: ricerca della parola, ragionamento per indizi
- Proverbi da completare: memoria semantica, cultura condivisa, innesco di ricordi
- Conversazione guidata: un tema al giorno, strutturare senza forzare
- Lettura di immagini: descrivere foto, identificare personaggi, immaginare storia

Lezione 4 - Attività di stimolazione delle funzioni esecutive e dell'attenzione

- Ricette semplificate: pianificare fasi, seguire lista, verificare risultato
- Riordino e classificazione: per colore, dimensione, categoria
- Giochi di strategia accessibili: domino, dadi, battaglia per pianificazione
- Copia di disegni, colorare guidato: attenzione sostenuta, coordinazione

Lezione 1 - Organizzare un laboratorio di stimolazione cognitiva di gruppo

- Dimensione ideale: da 4 a 8 persone per mantenere attenzione e interazioni
- Durata ottimale: 30-45 minuti secondo profili, con pausa se necessario

- Alternanza dei registri: motorio, cognitivo, sensoriale, emotivo
- Il piacere come motore: laboratorio riuscito quando chiedono di tornare

Lezione 2 - Atelier di cultura e conoscenze generali

- Quiz culturale adattato: domande per tema e decennio, formato squadra
- Laboratorio geografia: nominare capitali, regioni, monumenti su mappe
- Laboratorio storia: riconoscere personaggi, datare eventi, cronologie semplici
- Laboratorio musica: riconoscere melodie, cantare, associare canzone a epoca

Lezione 3 - Laboratori creativi e sensoriali ad alto potenziale cognitivo

- Atelier pittura: scelta colori, riproduzione modello, creazione commentata
- Atelier giardinaggio: nominare piante, pianificare cure, osservare cambiamenti
- Atelier cucina: misurare, mescolare, seguire ricetta, stimolazione multisensoriale
- Atelier sensoriale: scatole misteriose al tatto, olfatto, gusto

Lezione 4 - Adattare l'animazione cognitiva ai disturbi cognitivi moderati a severi

- Semplificare senza infantilizzare: rispettare dignità e competenze preservate
- Valorizzare memoria procedurale: gesti che il corpo non dimentica
- Attività piacere come obiettivo primario: benessere prima di efficacia
- Gestire eterogeneità: sottogruppi, livelli diversi nella stessa attività

MODULE 4

Mettere in pratica con gli strumenti DYNSEO

4 lezioni

Lezione 1 - EDITH — stimolazione cognitiva per anziani autonomi e in prevenzione attiva

- 30 giochi per memoria, attenzione, linguaggio, calcolo, funzioni esecutive
- Giochi per senior validi: livelli intermedi e avanzati, progressione personalizzata
- Uso individuale: durata, frequenza, monitoraggio progressi, incoraggiamenti
- Uso di gruppo: proiezione, modalità competizione leggera, animazione squadra

Lezione 2 - EDITH — adattamento per anziani con disturbi cognitivi lievi a moderati

- Giochi per MCI e demenza iniziale: livelli accessibili, senza timer stressante
- Riconoscimento visivo, accoppiamento, categorizzazione: pertinenti e tollerati
- Calibrare difficoltà seduta dopo seduta secondo stato del giorno
- Gestire fallimento: dedrammatizzare, riportare attenzione sul gioco non performance

Lezione 3 - JOE — prevenzione cognitiva per gli anziani attivi e autonomi

- Programma per adulti attivi e anziani in buona salute
- Moduli prevenzione: memoria lavoro, attenzione, velocità, ragionamento
- Uso autonomo: installare app, creare profilo, comprendere risultati
- In struttura: sessioni collettive, sfide tra residenti, monitoraggio gruppo

Lezione 4 - Costruire un programma di stimolazione cognitiva personalizzato con gli strumenti DYNSEO

- Valutare profilo cognitivo: quale strumento, livello, frequenza
- Programma settimanale tipo: EDITH 2 volte + attività manuali + animazione
- Combinare digitale e analogico per variare registri di stimolazione
- Tracciare e condividere: annotare sedute, reazioni, progressi per adattare

Modalità pedagogiche

- Formazione online in modalità sincrona (videoconferenza in diretta) o asincrona (accesso piattaforma)
- Alternanza di apporti teorici, dimostrazioni pratiche e sessioni di manipolazione degli strumenti
- Supporto pedagogico digitale: schede riassuntive, esempi di attività, guide d'uso DYNSEO
- Accesso a EDITH e JOE per sperimentare i giochi durante e dopo la formazione
- Sessioni di domande-risposte e scambi di pratiche tra partecipanti
- Valutazione delle conoscenze acquisite e attestazione di fine formazione