



**Comissió de Fisioteràpia en GERIATRIA**

**Núm. d'acta: 02/09**

**Hora d'inici: 20.30 h**

**Data: 10/02/09**

**Assistents:**

Coordinador:	<input checked="" type="checkbox"/> Col. Beni Martínez		
Membres:	<input checked="" type="checkbox"/> Col. Carme Macià	<input type="checkbox"/> Col. Núria Torrents	<input checked="" type="checkbox"/> Col. Joan Torras
	<input type="checkbox"/> Col. Montserrat Mas	<input checked="" type="checkbox"/> Col. Verònica Gutierrez	<input type="checkbox"/> Col. Anna Barrios
Convidat/s	<input type="checkbox"/> Col. Gabriel Liesa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Ordre del dia**

1. Lectura de l'acta anterior.
2. Tiquets i certificats de participació.
3. Articles 'Temps de viure'.
4. Preparació d'activitats FATEC.
5. Cicle de xerrades.
6. Projecte per al Consell Comarcal del Maresme.
7. Proposta de treball amb la web [www.todoalzheimer.com](http://www.todoalzheimer.com)
8. Conclusions.
9. Següent reunió de la Comissió.

**1. Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta anterior**

La lectura es fa a casa i s'aprova al començament de la reunió si no hi ha cap canvi.

**2. Tiquets i certificats de participació**

No en tenim cap aquest mes.

**3. Articles 'Temps de viure'**

La Núria entrega l'article *Economia articular petites articulacions*. El proper article el farà la Verònica Gutiérrez, però ha d'acabar de decidir la temàtica.

**4. Preparació d'activitats FATEC**

Les dates que per a les presentacions dels tallers als fisioterapeutes de cada Secció són:

**Lleida: dissabte, 21 de febrer a les 11 h.** Hi aniran la **Verónica Gutierrez i la Beni Martínez.**

**Tarragona: falta confirmar data.** Hi anirà l'**Ana Barrios, Joan Torras, Beni Martínez segons disponibilitat.**

**Girona: dissabte, 28 de febrer a les 11h.** Hi aniran la **Verónica Gutierrez, la Núria Torrents i la Beni Martínez.**

La presentació que es va dur a terme a Barcelona va discórrer sense incidents.



### 5. Cicle de xerrades

El dijous de la setmana que ve, a les 18.00, tindrà lloc la xerrada que organitza l'ONCE. La Beni Martínez realitzarà la presentació de la sessió. La propera xerrada serà a Tarragona i la donarà la Comissió de Respiratori i parlaran sobre Fisioteràpia respiratòria en geriatria; ja té data, el dia 7 de març. Caldrà començar a comunicar-se amb *Karinter* per er la propera xerrada (se n'encarrega la Carme Macià).

### 6. Projecte per al Consell Comarcal del Maresme

Avui hem fet puntualitzacions sobre els diferents tallers. Encara estem treballant en aquest tema.

#### Programa d'activitats dirigit a gent gran: *Cuidar-te és a les teves mans*

- Taller d'osteoporosi: *Osteoporosi: A part dels fàrmacs...què puc fer? fet*
- Taller de tècniques de relaxació: *Respira fons i relaxa't Carme i Joan*
- Taller d'automassatge: *Reconeixent el propi cos fet*
- Taller d'exercici contra el dolor: *Mou-te contra el dolor Beni*
- Taller d'higiene postural a la llar: *Evita males postures a casa fet*
- Taller d'entrenament en l'equilibri estàtic: *A la corda fluixa I fet*
- Taller d'entrenament en l'equilibri dinàmic: *A la corda fluixa II fet*
- Taller d'entrenament a l'esforç: *Allunya l'esgotament fet*

D'aquests tallers faltarà modificar el títol per posar els logos adequats, ja que son els mateixos que estem utilitzant per a la Fatec.

#### **Com cuido el meu familiar?..... 15**

- Tècniques i mitjans per a una bona mobilització de les persones dependents Ana Barrios + Montse Mas
- Tècniques i mitjans per fer un bon acompanyament de la marxa Nuria Torrents
- Exercicis per activar les persones en situació de dependència Beni Martínez
- Tècniques de massatge Verónica Gutierrez
- Mesures i exercicis per a la prevenció del mal d'esquena Joan Torras
- Activitat física a casa: Carme Macià

### 7. Proposta de treball amb la web [www.todoalzheimer.com](http://www.todoalzheimer.com)

Ens hem posat en contacte amb la web [www.todoalzheimer.com](http://www.todoalzheimer.com) gràcies al Dp. Comunicació del Col·legi. A la Comissió hem decidit fer algun tipus d'aportació de cara al més d'abril. Cal comunicar-ho per correu electrònic a les persones encarregades del web. Com sempre, farem arribar primer al Col·legi tot allò que enviem



## 8. Conclusions

## 9. Data propera reunió

Finalitza la reunió a les 21.30 h. i es convoca la següent per al dia 3 de març del 2009 a les 20.30 h, a la seu Col·legial a Barcelona.

Coordinador