



Coro "Sonidos de la memoria"



Dementia
in Cultural Mediation



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union

La actividad



Nombre de la actividad

Coro "Sonidos de la Memoria". Un coro para personas con demencia.

Resumen

El Coro "Sonidos de la memoria" se creó en febrero de 2019, en Vigo, gracias a la alianza entre "AFAGA Alzheimer" y la "Fundación Coral Casablanca", un coro local. Se trata de un coro formado por personas con demencia. Sus integrantes son 26 personas con Alzheimer u otras demencias y sus cuidadores y familiares, además de algunos voluntarios. Está bajo la dirección de Óscar Villar, un famoso director de coro, que está acompañado por diferentes músicos.

Contenido



Grupo destinatario

Los participantes del coro son personas con demencia leve y moderada que aman la música y el canto. Además, deben ser personas sin alteraciones graves de comportamiento acompañadas por cuidadores y voluntarios.

Objetivo

Los objetivos de este proyecto son

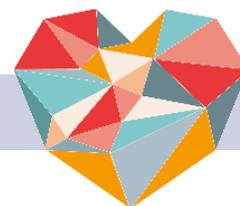
1. En primer lugar, evitar la exclusión social.
2. En segundo lugar, promover la inclusión social de las personas con demencia en las actividades comunitarias.
3. En tercer lugar, mejorar la calidad de vida de las personas con demencia y sus familiares.
4. Además, la estimulación cognitiva de las personas con demencia.
5. Y por último, la reminiscencia para evocar recuerdos.

Colaboradores

Para desarrollar este proyecto es necesaria la unión entre una institución o entidad que atienda a personas con demencia y un coro local. Por un lado, la institución realizaría la inscripción y valoración de los usuarios que reúnen las características para participar y beneficiarse de la actividad. Por otro lado, el coro local dirigiría los aspectos puramente musicales como los ensayos, la selección de las canciones a interpretar, etc.

Es importante mencionar que, a la hora de seleccionar las canciones a ensayar, los profesionales de la institución de atención a personas con demencia pueden colaborar, ya que conocen mejor las preferencias musicales y aficiones de los usuarios.

Práctica



Espacio

La actividad se realiza en las instalaciones del coro local, pero en caso de que no se pueda realizar por falta de instalaciones, sería recomendable realizar la actividad en un centro cultural o teatro. Es importante que las instalaciones tengan un acceso libre de barreras arquitectónicas y cuenten con asientos suficientes para todos los usuarios en caso de que tengamos algún participante con problemas de movilidad o cansancio.

Día, hora y duración

Los ensayos del coro tienen lugar un día a la semana y duran una hora. Puedes unirme al coro cuando quieras, el grupo está abierto todo el año. En julio y agosto los ensayos se detienen por vacaciones.

Tamaño del grupo

El número de personas que pueden participar en el coro está limitado por la capacidad de las instalaciones. No hay límite de capacidad.

Supervisores y anfitriones

Cada persona con demencia debe estar acompañada por un familiar o persona de referencia. Además, hay voluntarios del propio coro, como cantantes, músicos y algunos empleados de la asociación de Alzheimer para ayudar a dirigir el grupo. El número de voluntarios depende del número de participantes. La situación ideal es un voluntario con una persona con demencia.

Materiales e instalaciones

Las personas con demencia y sus familiares no necesitan llevar ningún material a los ensayos del coro.

Es importante que las instalaciones de ensayo sean accesibles para las personas con demencia y que cuenten con aseos adaptados.

Además, las instalaciones deben tener asientos para todas las personas con demencia y disponer de instrumentos para los músicos.

Costes

Las personas con demencia y sus familiares no tienen que pagar nada para participar en el coro. Tienen que organizar su propio transporte para ir a los ensayos y actuaciones del coro.

Etiquetas con los nombres

No será necesario poner etiquetas con el nombre, ya que el grupo no es demasiado grande y las personas con demencia no están solas, sino que están acompañadas por familiares y voluntarios.

Recuerdos

Los participantes del coro no reciben ningún regalo por participar, sin embargo, se realizan dos actuaciones públicas durante el año, una en Navidad y otra en verano.

Estas actuaciones se graban y se difunden en las redes sociales y en los medios de comunicación con el consentimiento de la familia. De este modo, pueden verse cantando en el escenario, lo que para la mayoría de ellos es un sueño hecho realidad.

Después

Tras los ensayos, se realizan dos actuaciones públicas en un teatro de la localidad, con el resto de coros de la "Fundación Coral Casablanca" abiertos al público.



Comunicación

El proyecto del coro para personas con demencia se difunde de diversas formas para llegar al mayor número posible de familias de personas con demencia que estén interesadas en participar:

General:

- Se colocan carteles del programa en diferentes puntos de la ciudad.
- Se reparten folletos a las familias y usuarios que acuden a la asociación.
- Se anuncia el inicio del proyecto en medios de comunicación locales como periódicos, revistas, radios, etc.

Online:

- La actividad se anunciará en las redes sociales de la asociación de Alzheimer y en las redes sociales del coro. Además, los medios locales difunden la noticia en sus formatos digitales.

Registro

Las personas interesadas en formar parte del coro deben ponerse en contacto con AFAGA para realizar una evaluación antes de incorporarse al programa.

En la entrevista inicial del terapeuta ocupacional con la familia, el terapeuta recoge información sobre el usuario que va a participar en el coro, como: edad, diagnóstico (es imprescindible tener un diagnóstico de demencia para poder participar en este coro), grado de movilidad, si tiene trastornos de conducta importantes, preferencias musicales, si ha participado alguna vez en un coro, etc.

Información básica para saber si la persona puede beneficiarse de la actividad o no.

Descripción y programa



Preparación del ensayo

Unas semanas antes de que comiencen los ensayos, el director se reúne con nosotros para conocer las características del grupo: número de participantes, nombres de las personas con demencia y de sus familiares, edad media, gustos musicales, etc.

La asociación envía una lista de todos los participantes y sus familiares al director del coro.

Para ello, las familias deben firmar un documento de protección de datos para autorizar que se compartan sus datos personales, números de teléfono, imágenes, etc. con los miembros del coro.

Esta información es necesaria para llevar un control de asistencia al coro, por si fuera necesario informarles de algún tipo de información como cambio de fecha de ensayo, cancelación, retraso, etc. Una vez que conocemos la edad media y los gustos musicales de los participantes, seleccionamos las posibles canciones a ensayar.

El ensayo

El día del ensayo recibimos a los participantes en la entrada. Una vez allí, los voluntarios del coro acompañan a la persona con demencia y a su familiar hasta el lugar donde se sentarán.

Cuando estamos todos allí, el director del coro da la bienvenida a todos y explica los temas musicales que vamos a ensayar.

Se reparten las letras de las canciones que vamos a cantar. De este modo, todos conoceremos las canciones sin problemas.

Los voluntarios del coro se sitúan detrás de las personas con demencia y de sus familias, de esta forma pueden guiarles.

El director del coro nos dice la canción que vamos a cantar para que cojamos la letra de la canción y nos marque el comienzo.

El director da pautas y aspectos importantes para cada canción como cuándo subir el volumen, repetir la estrofa, etc.

Normalmente ensayamos entre cuatro y cinco canciones y repetimos cada una un par de veces. Las canciones que ensayamos se cantan en las actuaciones públicas de Navidad y verano.

El final del ensayo

El director nos despide hasta la próxima semana con un aplauso de todos los participantes.

Al final del ensayo, los participantes se llevan una copia de las canciones para tenerlas en casa y practicarlas.

Los voluntarios acompañan a las personas con demencia y a su familiar a la salida.

Día de la actuación

En el último ensayo antes de la actuación, el director dará las pautas para la actuación a las familias de las personas con demencia y a los voluntarios: lugar, vestimenta, hora de llegada, horario de actuación, punto de encuentro, etc.

A la hora de actuar, es normal que algunos usuarios estén nerviosos o no recuerden que hoy tienen una actuación pública. Por ello, es importante hacerles saber que todos vamos a subir al escenario para cantar algunas canciones al público y si se ponen muy nerviosos o se alteran, no se obliga a subir a cantar.

Evaluación



Actualmente no se evalúa la iniciativa. El coro no se desarrolla actualmente debido a las restricciones impuestas para evitar la propagación del COVID-19. Desde el estallido de la pandemia, los ensayos y actuaciones del coro se han interrumpido. Esperamos que en unos meses podamos reanudar la actividad tomando las medidas necesarias para minimizar el riesgo de contagio, por ejemplo: con más distancia social, reduciendo el número de participantes, ensayando en un espacio exterior, etc.

Lista de verificación, cuándo hacer qué



Un mes antes de la actividad

- Celebramos una reunión entre el Coro de Casablanca y la Asociación de Alzheimer para elegir el lugar y la hora de los ensayos.
- La puesta en marcha del coro se está dando a conocer entre los usuarios de la Asociación de Alzheimer y los voluntarios del Coro de Casablanca.
- Comienza la difusión en nuestras redes sociales: Instagram, Facebook, Twitter, etc.

Dos semanas antes de la actividad

- Se inician las entrevistas con las familias y usuarios que quieran participar.
- Se empieza a completar la lista de participantes y voluntarios.
- Reunión con el director del coro para hablar de la edad media de los participantes y sus características.
- Hay que ir a las instalaciones de ensayo para ver que es totalmente accesible para personas con problemas de movilidad: rampas, aseos, asientos, etc.
- Continuar con la difusión en las redes sociales: Instagram, Facebook, Twitter, etc.
- Se empiezan a pegar algunos carteles por la ciudad o pueblo.

La semana anterior a la actividad

- Se convoca a todos los participantes y voluntarios para confirmar el lugar y la hora de los ensayos.
- Nos reunimos con el director del coro para ver el número de participantes hasta la fecha y sus gustos musicales y edades medias para empezar a elegir posibles canciones para los ensayos.
- Deberíamos invitar a los medios de comunicación locales a que acudan al primer ensayo para tener más cobertura.
- El inicio del coro se publica en los medios locales.
- Continuar la difusión en las redes sociales: Instagram, Facebook, Twitter, etc.

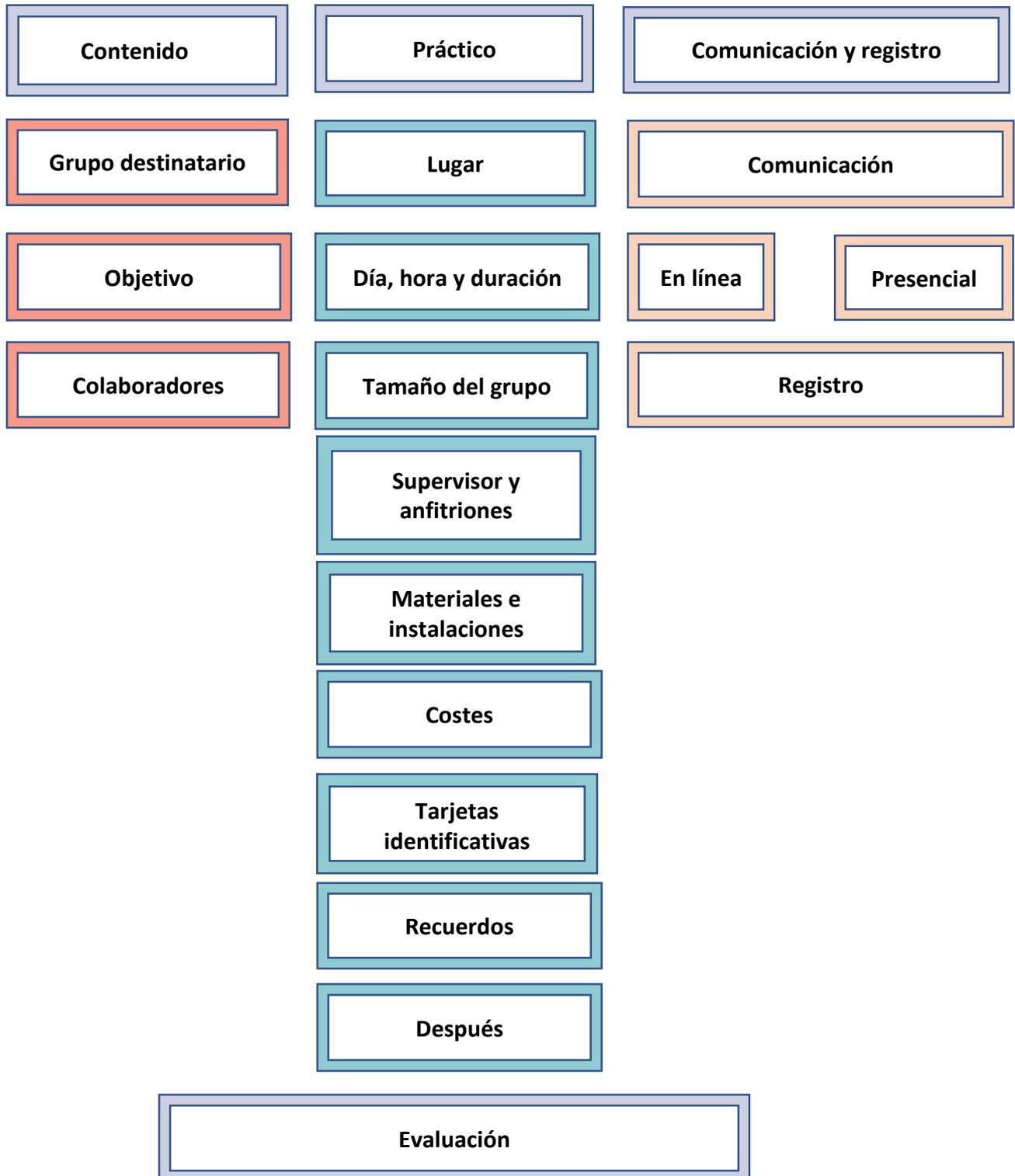
El día antes de la actividad

- Se habla con el director del coro para enviarle la lista de todos los participantes.
- Debemos tener preparado el material necesario para los ensayos: imprimir las letras, las sillas, etc.

Día de la actividad

- Se recibe a los voluntarios una hora antes para dar alguna explicación extra e información adicional sobre la actividad y las personas con demencia.
- Estaremos en la entrada dando la bienvenida a los voluntarios, a las personas con demencia y a sus familias.

Puntos de atención



CHOIR: SONIDOS DE LA MEMORIA



Cognitive stimulation of the people with dementia.



A CHOIR FOR PEOPLE WITH DEMENTIA



Reminiscence to evoke memories.

To avoid social exclusion



To promote social inclusion of people with dementia in community activities.

