



Mente lúdica



hannn.eu



Fitter Brein



Dementia
in Cultural Mediation



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

La actividad



Nombre de la actividad

El título de la actividad es "**Mente lúdica**".

Durante esta actividad utilizamos el juego de las damas. Las damas se consideran como patrimonio cultural en los Países Bajos, y todos tienen experiencia con ellas de una forma u otra. Lo han jugado de niño o de adulto.

Es un juego recomendado a personas mayores para entrenar su memoria y mantener su cerebro sano y en forma durante el mayor tiempo posible.

Sumario

Es una actividad en la que los participantes juegan al juego de las damas. Los participantes seguramente lo han jugado en su pasado o lo han visto jugar, ya que es un juego de mesa muy popular y sencillo de jugar.

La actividad comienza con la historia de las damas. Se muestra un breve vídeo y algunas fotos de jugadores conocidos y famosos del pasado.

Para los participantes que quieran jugar de verdad, se ofrece una breve introducción del juego y de las reglas junto con algunos trucos divertidos. Para los que quieren jugar pero no saben cómo, se explican las reglas y se juega con el anfitrión o un voluntario. El énfasis se pone en recordar y socializar.

Si los participantes recuerdan el juego y se animan a jugarlo de forma competitiva, por supuesto que es posible. Para otros participantes puede ser suficiente con jugar con las piezas o mirar las imágenes.

Contenido



Grupo destinatario

Esta actividad es adecuada para personas con una etapa temprana o media de demencia. Es accesible para una persona con demencia que todavía vive en casa, pero también para alguien que ya vive en una residencia.

No es realmente el más indicado para alguien con diversidad funcional visual, pero con ayuda casi todo es posible, por supuesto.

Objetivo

El objetivo de esta actividad es (re)introducir a los participantes en el juego de las damas.

Si lo han jugado en el pasado, les traerá recuerdos y les dará la oportunidad de hablar de esos recuerdos. Cómo solían jugar a las damas o incluso con quién o dónde. Además, jugar a las damas aporta relajación y diversión.

Colaboradores

Dependiendo del lugar donde se organice la actividad, se necesitarán más socios u organizaciones. En general, es importante colaborar con las residencias u organizaciones sanitarias en las que viven y pasan sus días. También es bueno involucrar a otras iniciativas (sociales) en las que las personas con demencia reciben atención de día, o pueden disfrutar de otras actividades.

Práctica



Lugar

"Mente lúdica" es una actividad de interior y se organiza preferentemente en una residencia u otra organización (social) de fácil acceso y con algunas instalaciones específicas:

El lugar donde realizarlo debe poder acoger a unos 15 participantes.

Al menos 7 mesas pequeñas (para 2 personas y un tablero de damas) o 4 mesas grandes (para 4 personas y 2 tableros de damas).

Espacio para aparcar en los alrededores.

El lugar debe ser accesible para las personas con diversidad funcional y/o que utilizan un andador y/o sillas de ruedas.

Hay que disponer de una sala con pantalla, proyector y equipo de audio.

Día, hora y duración

Por supuesto, la actividad puede organizarse en cualquier momento y en multitud de lugares. Sin embargo, una hora frecuente en un lugar fijo suele ser aconsejable.

Un ejemplo puede ser todos los jueves por la tarde de 15:30 a 16:30. La duración de la actividad es de aproximadamente una hora.

Tamaño del grupo

Sería preferible contar con al menos dos participantes.

El tamaño máximo del grupo es de 15 personas, pero esto también puede depender del espacio disponible.

Supervisores y Anfitriones

Para esta actividad se necesita el acceso de uno o dos empleados, o voluntarios. Puede ser útil que las personas que organizan esta actividad y las que ayudan, tengan alguna experiencia jugando a las damas. Sin embargo, esto no es necesario. Cualquiera puede entender rápidamente los fundamentos y ser instruido para impartir el taller.

Hay incluso un curso de formación en línea disponible en el sitio web de la organización *Fitter Brein*.

Sería bueno contar con la presencia de trabajadores de la residencia para hacer el seguimiento de los participantes.



Materiales e Instalaciones

Hay algunos materiales e instalaciones necesarios para "Mente lúcida", como:

- Un ordenador o portátil con conexión HDMI.
- Un proyector para mostrar la presentación, el vídeo y las imágenes.
- Algún tipo de equipo de audio, ya que el vídeo contiene sonido.
- Tablero de damas de 7/8 y cajas de 7/8 con piezas de damas.

Se ofrece té/café y algunos dulces. Cada participante puede recibir una consumición, pero una segunda taza no debería suponer ningún problema.

Costes

No hay costes para los participantes.

Tarjetas identificativas

El anfitrión y los empleados o voluntarios que le ayuden llevarán una etiqueta con su nombre para que los participantes no tengan que recordar estos nombres.
Los participantes no tienen por que llevar.

Recuerdos

Los participantes recibirán su propio tablero de damas magnético como recuerdo después de la actividad. Así podrán llevarse algo a casa y volver a jugar con su pariente, familiar o amigo.

Después

Durante el evento, se tomarán fotografías (tras pedir el consentimiento) y se publicarán en el sitio web de www.fitterbrein.nl, y/o se compartirán en cualquier otra plataforma pertinente y redes sociales.

Comunicación y registro



Comunicación

¡Corre la voz sobre esta actividad!

La comunicación para llegar a las personas adecuadas será a través de medios de difusión más tradicionales (carteles...), y online a través de las redes sociales.

Se utiliza un lenguaje sencillo y se emplean imágenes para que la comunicación sea fácil de leer.

Presencialmente:

Se contacta con una organización sanitaria de otra iniciativa (social). Junto con esta organización, se entusiasma a los participantes para que participen en la actividad. Como el grupo objetivo está presente en la mayoría de las organizaciones sanitarias, será fácil llegar a ellos.

Se elaboran carteles y folletos para colgar o repartir dentro de la organización y/o a los visitantes.

En línea:

La actividad se promociona a través de las redes sociales (Facebook / Instagram / LinkedIn). Esto para no solo llegar e invitar a los participantes, sino quizás también conseguir el interés de otras organizaciones potenciales para futuros momentos y colaboraciones para organizar esta actividad.

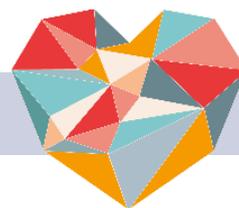
Unas tres semanas antes, se inicia la promoción de la actividad para llegar al grupo objetivo y a los posibles participantes.

Registro

Los interesados pueden inscribirse en "Mente lúcida" enviando un correo electrónico a info@fitterbrein.nl

Pero también inscribiéndose en la casa de acogida u otra organización (social) con la que se colabora.

Descripción y programa



Preparación

La organización (personas que acogen y presentan la actividad) y el responsable del local (donde se desarrolla la actividad) despliegan juntos la sala. Coloca las mesas, para dos participantes o para cuatro.

Los participantes se colocan en una silla en una mesa. En cada mesa hay uno o dos tableros de damas (dependiendo de una mesa para dos o cuatro participantes). La presentación tiene lugar en una pantalla (de proyección). Los participantes se sientan de forma que todos puedan ver la presentación y el vídeo.

Bienvenida

Se da la bienvenida a los participantes. Se les pide que tomen asiento (o se les guía hacia un asiento) en la disposición de la sala. Cuando todos están sentados, la actividad puede comenzar.

Se ofrece café/té y algo dulce.

Introducción

El anfitrión o anfitriones de la actividad se presentan (quiénes son, por qué lo hacen, etc) y también explican en qué consiste la actividad: recordar, compartir sus historias sobre las damas, crear nuevas experiencias, socializar entre ellos, aprender a jugar a las damas y alguna información nueva sobre el juego -para ayudar a mantener el cerebro en forma-.

Una sugerencia de introducción puede ser:

“Bienvenidos todos. Es un placer veros y que estéis presentes esta tarde y que asistáis a nuestra actividad "Mente lúdica". Les daremos un breve repaso a la historia de las damas y también abordaremos las diferencias entre las reglas informales y las reglas oficiales. Juntos veremos un breve pero bonito vídeo del difunto Jannes van der Wal, campeón del mundo de damas ¡probablemente te resulte familiar!

A continuación, jugaremos todos juntos y contra todos. Si no tienes ganas de jugar, no hay problema. Somos suficientes para hablar y recordar, además, siempre es agradable simplemente ver jugar a los demás. ¡Estoy seguro de que pasaremos una tarde muy agradable y placentera juntos!”

Todo esto se cuenta con mucho entusiasmo y energía. El tono y la atmósfera deben ser "cálidos" y "acogedores".

Programa

- Un breve vídeo de Jannes van der Wal (5 minutos)
- Recordar el vídeo (5 minutos)
- Explicación de las reglas de las damas (5 minutos)
- El juego (35 minutos)
- Fin de la actividad (10 minutos)

1. Video Jannes van der Wal + recordar

En los años setenta y ochenta fue un jugador de damas holandés muy famoso que llegó a ser campeón holandés e internacional en varias ocasiones. Quizás los participantes hayan visto a Jannes van der Wal en la televisión o incluso lo hayan visto en acción en la vida real. ¿Cómo eran las damas en el pasado, qué pensaban de Jannes van der Wal, jugaban ellos mismos a las damas y contra quién? ¿Hay anécdotas agradables que compartir?

Se debe enseñar un fragmento del vídeo con el sonido activado:

<https://www.youtube.com/watch?v=6mZVTtxvVDo>

El vídeo está en holandés. Posibles secciones del vídeo para mostrar: 0:15 - 5:22 de 16:35 - 19:33 de 24:40 - 29:40

2. Explicación de las reglas de las damas "antes y ahora" + interacción

A las damas juegan dos personas, en lados opuestos del tablero. Un jugador tiene las fichas oscuras y el otro las claras. Los jugadores se alternan por turnos. Un jugador no puede mover la pieza de su oponente.

Sólo se utilizan las casillas oscuras del tablero. Un movimiento consiste en trasladar una pieza en diagonal a una casilla adyacente desocupada. Si la casilla adyacente contiene una pieza del adversario, y la casilla inmediatamente posterior está vacía, la pieza puede ser capturada (y eliminada de la partida) saltando sobre ella. Cuando se presenta, la captura es obligatoria. El jugador sin piezas restantes, o que no pueda mover por estar bloqueado, pierde la partida.

¿Qué hacer cuando no hay piezas capturadas? Se puede continuar el juego (si no es conveniente), o indicar que el adversario debe reiniciar el movimiento y seguir capturando la pieza saltando sobre ella (si es conveniente).

Es aconsejable dar a los participantes, tiempo suficiente para que hagan preguntas sobre el juego. Es importante asegurarse de que lo entienden y, si no es así, el encargado debe sentarse con ellos y repetir con calma las reglas, además de preguntarles sus propias experiencias e historias.

3. El juego

Tras la presentación, se juega una partida de damas. Los participantes en las mesas ya se enfrentan a un adversario. Ahora pueden jugar una partida ellos mismos. El anfitrión y otros supervisores se pasean para responder a las preguntas, dar consejos o simplemente charlar. La intención es que el ambiente sea cálido y agradable, y con muchas oportunidades para hablar e interactuar.

4. Finalización de la actividad

Después del juego, se hace un cierre con todos los participantes y supervisores. El anfitrión y/o el organizador cuentan más sobre lo que vieron y notaron cuando los participantes empezaron a jugar a las damas. Tal vez algunas anécdotas divertidas o agradables. Suele acabar con algunos consejos finales, unas palabras de agradecimiento y una evaluación informal de la actividad, preguntando a los participantes cómo han vivido la actividad. ¿Qué les gustó y qué sintieron? También se agradece a la organización y/o al responsable del espacio que hayan hecho posible esta actividad.

Antes de marcharse, todos los participantes reciben un regalo: su propio tablero de damas y, tal vez, algunos folletos de *Fitter Brein*.

Evaluación



Se evalúa a fondo la actividad con las personas que las organizaciones implicadas y personas que ayudaron. Se presta atención a:

El programa: había suficiente variedad, un contenido divertido, quizás incluso un efecto de aprendizaje.

El juego de las damas: ¿hubo tiempo suficiente para jugar, todos los participantes entendieron el juego y/o participaron como se esperaba?

Comunicación: ¿se transmitió bien el mensaje, hubo una comunicación clara, hubo alguna confusión en algún momento?

Ambiente.

Objetivos.

Lista de verificación: cuándo hacer qué



Un mes antes de la actividad

- Designar a las personas que van a acoger la actividad y que van a ayudar durante la misma.
- Llegar a acuerdos con la organización sanitaria sobre el tiempo, el lugar o la sala específicos, pero también para ayudar a reclutar participantes.
- Organizar una sala y comprobar si el equipo necesario (proyector, audio, pantalla, mesas y sillas) está disponible allí.

Dos semanas antes de la actividad

- Contactar con la organización sanitaria para saber cómo van las inscripciones (cuántos participantes).
- Si lo que se desea es atraer a los medios de comunicación o dar a conocer más la actividad, puede ser útil escribir a algunos canales de comunicación, o crear una noticia que otros medios puedan publicar.
- Difundir la promoción de la actividad a través de las redes sociales.

La semana anterior a la actividad

- Disponer de todo el material necesario para las damas: los tableros de damas, las piezas de damas y un tablero de demostración (si es necesario).
- Comprobar la presentación (PowerPoint).
 - Promover a través de los medios de comunicación y con otras redes sociales. Hacer reuniones adicionales (si es necesario).

El día anterior a la actividad

- Comprobar el material: suficientes tableros de damas con sus piezas, PowerPoint en USB o por correo electrónico, ordenador portátil cargado, cámara de fotos, etc.
- Tener preparado los recuerdos (juegos a regalar y posibles folletos).
- Planificar bien el tiempo de desplazamiento para llegar a tiempo al lugar.

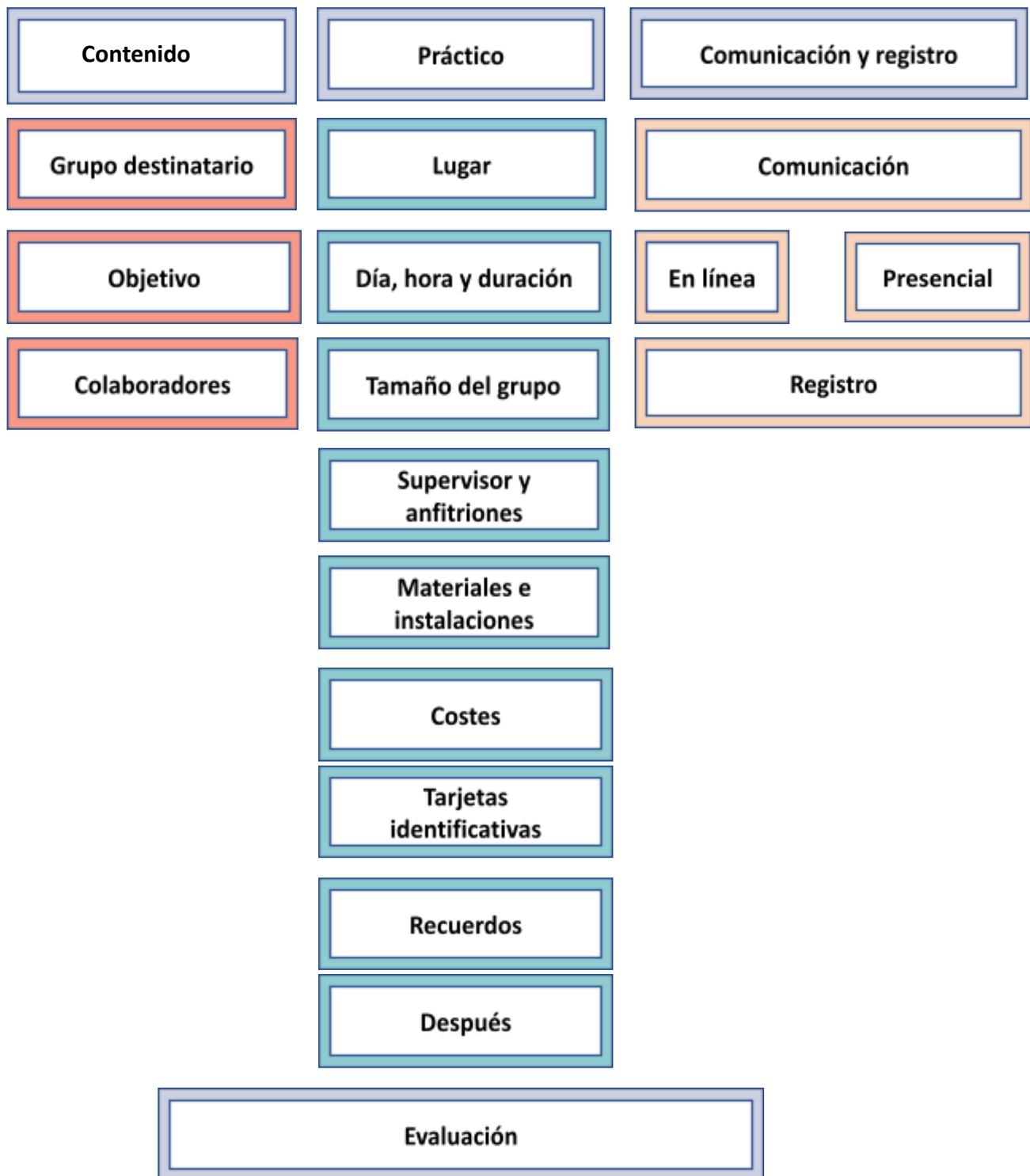
Día de la actividad

- Presentarse 60 minutos antes del comienzo de la actividad.
- Instalar y comprueba todo: vídeo y audio.
- Preparar las mesas y los tableros de juego.

Coronavirus

La pandemia podría causar algunos problemas que afecten a la actividad. Hay directrices de la *KNDB / NOC * NSF*, sobre cómo jugar a las damas de forma adaptada.

Points of attention





Bron: Nationaal archief / NOS / DvHN

SLUIT BIJ ONS AAN!
**SCHOLEN
BEDRIJVEN
(ZORG)ORGANISATIES**

FITTERBREIN.NL | HANNN.EU | MEERGEZONDEJAREN.NL

**TRAIN
YOUR
BRAIN**



Fitter Brein

POWERED BY



hannn.eu

Dementia
in Cultural Mediation

MEER
GEZONDE
JAREN



**provincie
groningen**



Erasmus+