



A vida com a doença
de **Alzheimer**

ARTE E CULTURA

Caderno de atividades cognitivas para pessoas
que vivem com a doença de **Alzheimer** e familiares
que acompanham a **jornada de cuidado**

CADERNO DE ATIVIDADES COGNITIVAS - VOL 4



Catálogo na publicação elaborada pela Divisão de Processos Técnicos
da Biblioteca Central da Universidade Estadual de Londrina.
Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

R831p

Rossi, Aline C. Monteiro

Plenamente: a vida com a doença de Alzheimer – rotinas e vida em família / Aline C. Monteiro Rossi, Guilherme Lopes B. da Silva Rafaela Borrero Rossi; organizadoras: Elaine Mateus e Mara Solange G. Dellaroza; coordenadora: Thais Bento Lima da Silva.
-- Londrina : Midiograf, 2024.

23 p. : il. – (Caderno de atividades cognitivas ; v. 4).

ISBN da coleção 978-65-00-78257-8

Inclui bibliografia.

Caderno de atividades cognitivas para pessoas que vivem com a doença de Alzheimer e familiares que acompanham a jornada de cuidado.

1. Alzheimer (Doença). 2. Alzheimer (Doença) – Diagnóstico. 3. Alzheimer (Doença) – Relatos de experiência. 4. Alzheimer (Doença) – Diagnóstico. I. Silva, Guilherme Lopes B. da. II. Rossi, Rafaela Borrero. III. Mateus, Elaine Aline. IV. Dellaroza, Mara Solange G. V. Título. VI. Série.

CDU 616.894

Elaborada pela bibliotecária: Eliane Maria da Silva Jovanovich – CRB9/1250



Este material é parte do projeto PlenaMente, financiado com recursos da Novo Nordisk, com apoio da Febraz – Federação Brasileira das Associações de Alzheimer. O conteúdo aqui apresentado é de responsabilidade dos colaboradores e colaboradoras que produziram o material e deve servir como ferramenta de estimulação para pessoas que vivem com Alzheimer. As informações contidas neste caderno não substituem a consulta a profissionais da saúde e da assistência social ou outros especializados no tratamento e acompanhamento de pessoas que vivem com demência, bem como de seus parceiros e parceiras de cuidados.

ORGANIZADORAS

Elaine Mateus
Mara Solange G. Dellaroza

COORDENADORA

Thais Bento Lima da Silva

AUTORES

Aline C. Monteiro Rossi
Guilherme Lopes B. da Silva
Rafaela Borrero Rossi

REVISORA

Fernanda Figueiredo

ILUSTRAÇÃO

Liniker Moreira

DIAGRAMAÇÃO

Renan Simplicio
Jair Kedsom

REALIZAÇÃO



PATROCÍNIO



APOIO INSTUCIONAL



IMPRESSÃO

MIDIOGRAF

ISBN da coletânea: 978-65-00-78257-8

Março de 2024

APRESENTAÇÃO

Querida leitora, querido leitor,

Você está recebendo nosso quarto caderno de estimulação para pessoas que vivem com a doença de Alzheimer. Esse material faz parte do projeto PlenaMente, proposto pelo Instituto Não Me Esqueças para ser uma ferramenta de engajamento cognitivo, sensorial, motor e emocional. Além deste caderno, a coletânea é composta por outros três volumes com foco em atividades de estimulação e 4 volumes educativos, nos quais tratamos da vida com a doença de Alzheimer, de modo leve, confiável e acolhedor. Você pode acessar todos eles no nosso site!

A abordagem que escolhemos para desenhar o material está centrada em princípios que visam a oferecer uma experiência significativa e adequada às necessidades e possibilidades individuais. Assim, em muitos momentos, você vai encontrar sugestões de como adaptar as atividades, levando em consideração suas histórias de vida, interesses e funcionalidades. Faz parte também desta proposta, o incentivo à autonomia e à participação ativa das pessoas que vivem com Alzheimer na escolha e realização das atividades, tendo como finalidade principal a valorização de suas capacidades e contribuições. Você será convidada e convidado ao prazer de viver cada momento de modo único e pleno. Por fim, pensamos em um material que favoreça vínculos, empatia e respeito, por meio de encontros e espaços seguros e acolhedores, no qual as pessoas que vivem com Alzheimer sintam-se confortáveis e motivadas a participar e a se expressar livremente. Como você verá ao longo deste caderno e dos demais que fazem parte da coletânea, nós buscamos valorizar novas e mais inclusivas formas de perceber a doença de Alzheimer como uma fase na vida das pessoas; uma fase que, como outras no decorrer do nosso desenvolvimento, requer adaptações, mudanças nas rotinas, cuidados específicos.

No primeiro volume, abordamos o tema da culinária. Ali, exploramos experiências e sensações afetivas. Uma vez feitas as atividades, elas ficam como registro das memórias que, em momentos oportunos, podem servir para garantir que os gostos, predileções e valores sejam preservados.

No segundo volume, resgatamos as rotinas e vivências em família. Ali, propusemos atividades que tem o propósito de recuperar e registrar as experiências vividas com as pessoas que fizeram e que ainda fazem parte das nossas histórias pessoais.

Nosso terceiro caderno te convidou a compartilhar lembranças e histórias de jogos e brincadeiras que estiveram presentes na sua infância e, depois, como pai, mãe, tio, tia, avô ou avó, na interação com as gerações seguintes.

Agora vamos viajar pelo universo da arte e da cultura e resgatar nossas vivências com tradições e raízes de quem somos. Neste volume você vai encontrar atividades que te levarão ao mundo da poesia, das comidas típicas e muito mais.

Nós acreditamos que as atividades como as que apresentamos oferecem oportunidades de preservação das habilidades, afetos e vínculos com qualidade e pelo maior tempo possível. Em última instância, desejamos que o uso do material ajude a promover momentos de prazer e de satisfação, contribuindo para maior qualidade de vida e bem-estar geral, tanto da pessoa que vive com o diagnóstico, quanto para aquelas que se colocam no processo de coordenar e realizar, conjuntamente, as atividades.

Instituto Não Me Esqueças

Diretoria – Gestão 2023-2026

PRESIDENTE

Mara Solange Gomes Dellarozza

DIRETORA ADMINISTRATIVO-FINANCEIRA

Tania Maria Capucho Truss

DIRETORA EXECUTIVA

Monica Marcello

VICE-PRESIDENTE

Elaine Fernandes Mateus

CONSELHO CONSULTIVO

Lindsey Mitie Nakakogue
Marcos Aparecido Cabrera
Mariana Mateus de Oliveira
Thadeu Jairo Guerra Silva
Juan Francisco Grandá

CONSELHO FISCAL

Juliana Quinteiro Canhete
Marcio Zuba de Oliva
Maria Karolina Rodrigues

SECRETÁRIA GERAL

Jozélia Jane Corrente Tanaca

Acesse e saiba mais
naomeesquecas.org.br



Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:

 ANIMADA(O)

 FELIZ

 CALMA(O)

 INDISPUSTA(O)

POESIA ALIMENTA A NOSSA ALMA

A poesia é uma forma de usar as palavras para expressar sentimentos. Esta atividade reúne dois autores brasileiros que nos tocam pela sensibilidade da forma como usam as palavras.

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Pessoas com baixo ou nenhum letramento, ou com dificuldades de compreensão verbal.

HABILIDADES TREINADAS:

Atenção, memória semântica e raciocínio verbal.

OBJETIVOS:

- Estimular a memória semântica, que é a capacidade de definir as palavras e de entender o que está sendo lido.



clique aqui para
assistir ao poeta
Brulio Bessa
declamando
sua poesia

Para começar, leia os poemas e dê sua opinião sobre eles. Caso você tenha dificuldade, peça ajuda para quem estiver fazendo a atividade com você.

O primeiro poema é do poeta Bráulio Bessa, natural do Ceará e que começou a compor poesia aos 14 anos.

“Há quem viva nesta vida
poupando tudo que tem,
se preocupando em deixar
carro, casa ou outro bem.
Mas lhe digo uma verdade:
bom mesmo é deixar saudade
no coração de alguém.”

Queremos saber a sua opinião, o que
você acha melhor: deixar saudades ou
bens materiais na vida de alguém?
Comente quais são as boas lembranças
que estão no seu coração.

O segundo poema é de autoria de Ana Lins dos Guimarães Peixoto, conhecida como Cora Coralina, uma brasileira que começou a escrever aos 76 anos. Com uma sensibilidade única, a autora escreveu textos que abordam o cotidiano.

“Faz da tua casa uma festa!
Ouve música, canta, dança...
Faz da tua casa um templo!
Reza, ora, medita, pede, agradece...
Faz da tua casa uma escola!
Lê, escreve, desenha, pinta, estuda,
aprende, ensina...
Faz da tua casa uma loja!
Limpa, arruma, organiza, decora, muda
de lugar, separa para doar...
Faz da tua casa um restaurante!
Cozinha, prova, cria, cultiva, planta...
Enfim...
Faz da tua casa
Um local criativo de amor.”

O que achou desta leitura? Qual a parte
do texto que achou mais bonita?

Vamos exercitar a criatividade? Escreva uma frase, uma mensagem ou um poema de sua autoria, algo direto do seu coração, bem bonito. Ao escrever, estará exercitando o raciocínio verbal e a sensibilidade.

(Dê um título/ nome para seu poema)

DICA:

Você pode escrever o trecho de uma oração que goste, caso tiver dificuldades para criar um poema.

COMO FOI ESSA
ATIVIDADE?



FÁCIL



MÉDIO



DIFÍCIL

Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:

ANIMADA(O)
 ESPERANÇOSA(O)
 CANSADA(O)
 COM SONO

QUEM DANÇA, VIVE COM ESPERANÇA

OBJETIVO:

- Estimular a coordenação, cognição e atenção com atividade física.

HABILIDADES TREINADAS:

Atenção, memória e coordenação motora.

Maracatu, carimbó, vanerão, quadrilha, xaxado são algumas das vibrantes danças típicas brasileiras, refletindo a diversidade cultural do país.

Quantas mais conhecemos?

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Dificuldade para falar (afasia) e fraqueza dos braços.

INSTRUÇÕES:

Os participantes devem estar sentados, uns de frente para os outros, a uma distância aproximada de 2 passos entre eles. Um deles terá nas mãos uma almofada, bola ou bexiga. A brincadeira consiste em dizer o nome de uma dança típica e jogar o objeto para outro participante. Quem pegar, deve fazer o mesmo e assim até que se sintam motivados pela atividade.

Que desafio legal para boas lembranças! PARABÉNS!

ADEQUAÇÕES:

Dicas podem ser dadas de acordo com a vivência de cada pessoa, por exemplo: é uma dança típica do Rio Grande do Sul; costuma-se dançar nas festas juninas, faz parte do folclore do Nordeste. Outra sugestão é variar a atividade, trocando nomes de danças típicas por cidades, comidas, frutas etc.

Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:



COM MEDO



ENGRAÇADA(O)



DISPOSTA(O)



SURPRESA(O)

CAÇA-PALAVRAS SOBRE COMIDAS TÍPICAS BRASILEIRAS

OBJETIVOS:

- Exercitar o foco, que consiste em direcionar a atenção para encontrar estímulos específicos, e a memória episódica, que consiste em lembrar de fatos.

HABILIDADES TREINADAS:

Atenção concentrada e memória episódica.

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

*Dificuldades na coordenação motora
fina e na acuidade visual.*

Já ouviu falar em caça-palavras? Neste, você deve encontrar 07 comidas típicas brasileiras. Cada vez que encontrar uma palavra, circule-a. Você pode ampliar o seu conhecimento sobre elas ou resgatar memórias afetivas relacionadas à culinária.

As palavras deste estão escondidas na horizontal e vertical, sem palavras ao contrário.

S	I	C	M	B	R	O	E	I	S	A	G
T	C	H	U	R	R	A	S	C	O	H	R
H	T	A	P	I	O	C	A	E	T	T	A
E	Y	O	A	G	E	R	P	N	E	E	P
O	I	U	G	A	L	I	N	H	A	D	A
E	L	T	E	D	I	R	E	R	E	B	D
E	M	I	U	E	N	W	P	R	U	U	U
N	N	F	E	I	J	O	A	D	A	A	R
O	E	C	R	R	I	I	S	N	T	S	A
O	I	L	L	O	R	I	T	I	E	I	A
I	E	M	T	Y	H	O	E	L	E	A	O
A	N	E	O	I	E	N	L	I	N	D	A

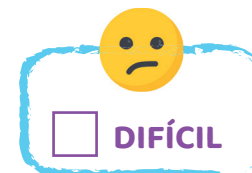
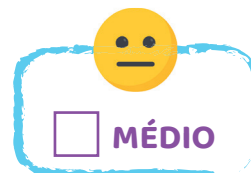
BRIGADEIRO
CHURRASCO

FEIJOADA
GALINHADA

PASTEL
RAPADURA

TAPIOCA

COMO FOI ESSA
ATIVIDADE?



Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:



CALMA(O)



SEGURA(O)



GRATA(O)



SATISFEITA(O)

SOM DO CORAÇÃO

OBJETIVOS:

- Exercitar a memória episódica que é a capacidade de lembrar eventos específicos ou episódios autobiográficos que ocorreram em um determinado momento e lugar, bem como a compreensão verbal.

HABILIDADES TREINADAS:

Memória episódica, leitura, escrita e compreensão verbal.

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Dificuldades com a compreensão verbal e com a coordenação motora.

A música "O menino da porteira" fez sucesso na voz de Sérgio Reis e de outros cantores. Ela foi gravada pela primeira vez em 1955. A música narra a história de um boiadeiro que quando passava por Ouro Fino se deparava com um menino que abria as porteiras para a passagem do gado em troca de moedas. Um dia o menino foi atacado por um boi, fato que abalou profundamente o boiadeiro.

INSTRUÇÕES:

Leia a música a seguir e, nos espaços em branco, preencha as palavras que estão faltando. Você deve escolher, dentre as três opções, a palavra correta que completa o trecho da música. Se tiver oportunidade, coloque a música para ouvir, enquanto realiza a leitura. É uma forma de auxiliar a memória com pistas. Você pode acessá-la apontando a câmera do seu celular para o qrcode.



Toda vez que eu viajava pela estrada de Ouro Fino
 De longe eu avistava a figura de um _____ (boi, Deus, menino)
 Que corria, abria a porteira e depois vinha me pedindo
 Toque o berrante seu moço
 Que é pra eu ficar _____ (esperando, chorando, ouvindo)
 Quando a boiada passava e a poeira ia baixando
 Eu jogava uma moeda e ele saía _____ (pulando, baixando, rosmando)
 Obrigado boiadeiro
 Que Deus vá lhe _____ (acompanhando, abençoar, proteger)
 Pra aquele sertão à fora, meu berrante ia _____ (tocando, pesando, buzinando)
 Nos caminhos desta vida muito espinho eu encontrei
 Mas nenhum calou mais fundo
 Do que isso que eu passei
 Na minha viagem de volta qualquer coisa eu cisme
 Vendo a porteira fechada o menino eu não avistei
 Apiei do meu cavalo num ranchinho beira-chão
 Vi uma mulher chorando, quis saber qual a razão
 Boiadeiro veio tarde, veja a cruz no estradão
 Quem matou o meu filhinho foi um boi sem _____ (índole, coração, perdão)
 Lá pras bandas de Ouro Fino levando gado selvagem
 Quando eu passo na porteira até vejo a sua imagem
 O seu rangido tão triste mais parece uma mensagem
 Daquele rosto trigueiro desejando-me boa viagem
 A cruzinha do estradão do pensamento não sai
 Eu já fiz um juramento que não esqueço _____ (nunca, jamais, agora)
 Nem que o meu gado estoure, que eu precise ir atrás
 Neste pedaço de chão, berrante eu não toco mais.

CURIOSIDADE:

Em Minas Gerais, no município de Ouro Preto tem uma estátua que representa o menino da porteira. É uma música que fala sobre a dureza da vida, mas também sobre a humanidade e os laços afetivos que se formam, mesmo nas circunstâncias mais simples. Nesta interpretação genuína da música, essa história é eternizada tocando o coração de muitos ouvintes e famílias.

Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:


 ANSIOSA(O)


 ANIMADA(O)


 AGRADECIDA(O)


 COM MEDO

CULTURAS E TRADIÇÕES

O Brasil é rico e muito diverso. Desvende nossa colorida e rica cultura com esta palavra-cruzada, mergulhando nas tradições e costumes únicos do nosso país.

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Dificuldades em identificar as palavras e na coordenação motora.

OBJETIVO:

- Exercitar a linguagem e atenção concentrada.

HABILIDADES TREINADAS:

Compreensão verbal, ortografia e vocabulário.

INSTRUÇÕES:

Nesta atividade, você deverá, primeiro, adivinhar qual é a palavra e, depois, escrevê-la no local apropriado. Aproveite para comentar sobre as palavras encontradas. Boa diversão!



PALAVRAS NA HORIZONTAL:

- 1- Bebida derivada de frutos do cafeeiro.
- 2- Doce feito de gema de ovo, açúcar e leite de coco.
- 4- Tradições e crenças populares.
- 5- Dança popular brasileira.

PALAVRAS NA VERTICAL:

- 1- Folhetos com literatura popular/poemas.
- 3- Narrativa de uma história geralmente transmitida pela televisão.



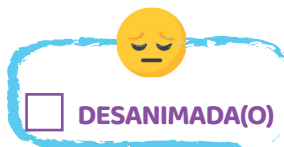
DICA:

Colocamos as respostas abaixo, assim facilitará a inserção delas nos lugares correspondentes. Caso tenha alguma dificuldade, é só consultá-las.

QUINDIM - CAFÉ - FOLCLORE - SAMBA - NOVELA - CORDEL

Dia de hoje: ___/___/___

HOJE ME SINTO:



ORGULHO DE SER BRASILEIRO

O Brasil é considerado o maior país da América do Sul. Possui como capital Brasília e é dono de uma variedade climática, de paisagens, culturas e povos. O Brasil é bonito por natureza! Por isso, nesta atividade, iremos lembrar e comentar as maravilhas brasileiras.

HABILIDADES TREINADAS:

Atenção, funções executivas
(planejamento, atenção e
flexibilidade do pensamento)

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Dificuldades visuais.

OBJETIVOS:

- Treinar as funções de atenção e planejamento.

INSTRUÇÕES:

Você deve olhar o mapa e ler as dicas para descobrir de qual lugar turístico estamos falando. Além de revisitar os pontos turísticos, aproveite para conversar sobre esse assunto. Quais lugares do Brasil gostou de visitar? Qual lugar gostaria de ir? Sugerimos que consulte a internet para ver vídeos e fotos sobre esses lugares e apreciar, mesmo que de longe, as maravilhas brasileiras.



1. De que lugar estamos falando?

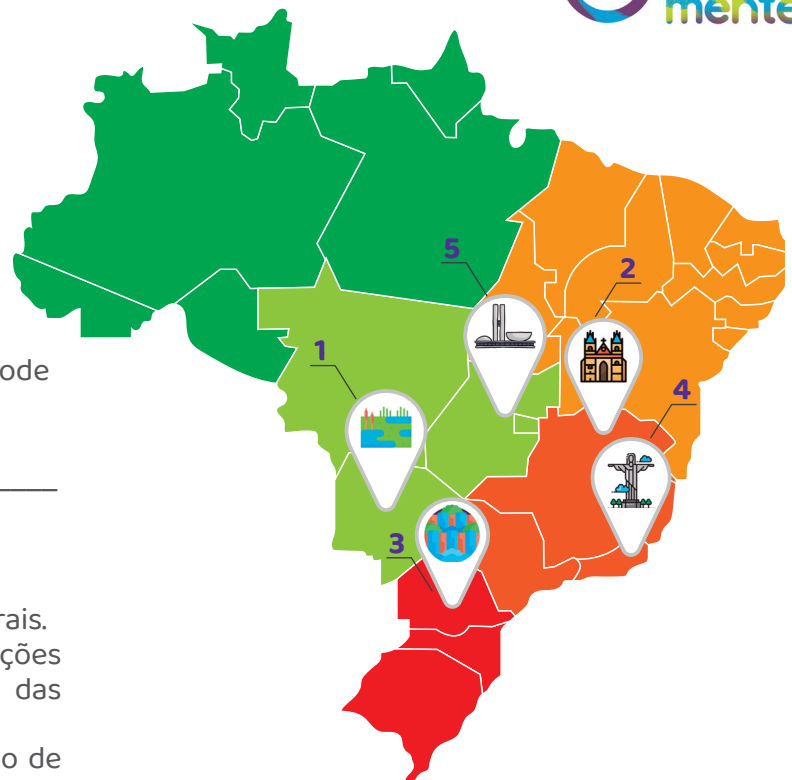
- Este lugar está localizado na região centro-oeste, nos estados do Mato Grosso e Mato Grosso do Sul.
 - É um lugar conhecido por ser o “reino das águas”.
 - É bem comum, neste lugar, a presença da maior cobra do mundo, a sucuri, a qual pode medir até nove metros de comprimento.
-

2. De qual lugar estamos falando?

- É uma cidade que se localiza em Minas Gerais.
 - É uma cidade que abriga muitas construções históricas do período colonial, além das esculturas do Aleijadinho.
 - Há nesta cidade a Igreja de São Francisco de Assis e a Igreja Matriz de Nossa Senhora do Pilar.
 - Em seu nome há a palavra “ouro”.
-

3. Adivinhe qual ponto turístico é este?

- É considerado uma das sete maravilhas do mundo e está no Brasil.
 - Está localizado na cidade de Foz do Iguaçu/PR.
 - Este lugar é formado pelas quedas do rio Iguaçu, o significado do nome do rio é “água grande”.
 - Este lugar é composto por um conjunto de aproximadamente 275 quedas d'água do Iguaçu.
-



4. Adivinhe o ponto turístico e escreva:

- Está localizada no morro do Corcovado.
 - É uma estátua que retrata Jesus Cristo.
 - Foi inaugurado em 12 de outubro de 1931.
 - É uma estátua com trinta metros de altura.
-

5. Que cidade é esta?

- Inaugurada em 1960.
 - É uma cidade planejada.
 - Foi projetada pelo arquiteto Oscar Niemeyer.
 - É a capital do Brasil.
-

Dia de hoje: / /

HOJE ME SINTO:



ANIMADA(O)



ESPERANÇOSA(O)



CANSADA(O)



COM SONO

EXPRESSIONES POPULARES BRASILEIRAS

OBJETIVO:

- Estimular a compreensão verbal e a abstração.

HABILIDADES TREINADAS:

linguagem verbal, atenção e flexibilidade.

O Brasil é um país rico em diversidade de povos, costumes, climas, flora e fauna. Como diz Jorge Ben Jor "Um país tropical, abençoado por Deus e bonito por natureza". E neste clima de diversidade, conversaremos sobre as expressões brasileiras. Com certeza, renderão aprendizados e muitas risadas. Boa atividade!

CONDIÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A REALIZAÇÃO DESSA ATIVIDADE:

Dificuldades de compreensão verbal.



INSTRUÇÕES:

Leia as expressões e coloque o número correspondente na definição abaixo. Deixamos o primeiro feito para você.

1. Fazer uma vaquinha

2. Chorar as pitangas

3. A cobra vai fumar

4. Arroz de festa

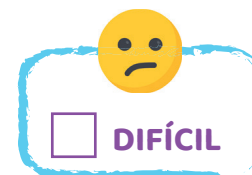
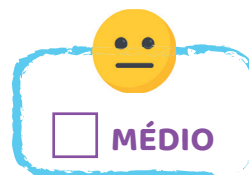
5. Amigo da onça

6. As paredes têm ouvido

7. Pagar o pato

- () Significa que algo difícil de ser realizado e, se acontecesse, sérios problemas poderiam surgir.
- () Se refere a necessidade de ter cuidado com o que diz, pois alguém pode ouvir e fazer mau uso da informação.
- () Uma expressão que se refere a “levar a culpa por algo”, ou arcar com consequências do comportamento de outra pessoa.
- (1) Significa que um coletivo junta um dinheiro para uma despesa em comum.
- () É o ato de se queixar de algo.
- () Quer dizer que uma pessoa está sempre presente em eventos.
- () Se refere a levar vantagem sobre os outros, e colocar os amigos em situações embaraçosas.

COMO FOI ESSA
ATIVIDADE?



REFERÊNCIAS CONSULTADAS

Santos, F.S.; da Silva, T.B.L.; de Almeida, E.B., de Oliveira, E.M. Estimulação Cognitiva para Idosos. Atheneu. 2017.

Federação Brasileira das Associações de Alzheimer. Disponível em: <https://febraz.org.br/>.

INSTITUTO ALZHEIMER BRASIL (IAB). Disponível em: <https://www.institutoalzheimersbrasil.org.br/>.

APAZ- Associação de Parentes e Amigos de Pessoas com Alzheimer. Ep,09: Musicoterapia: trabalhando a respiração, o equilíbrio e a memória com atividades musicais. Entrevistadas: Eneida Soares Ribeiro e Laryane Silva. Brasil, 2022. Sound Cloud. Podcast. Disponível em: https://soundcloud.com/apaz-844931745/musicoterapia-trabalhando-a-respiracao-o-equilibrio-e-a-memoria-com-atividades-musicais?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing.

BERKENBROCK, Ivete; SCHIAVINATO, Joice Peters. Manual MAS Memória, Arte, Sucata. Janssen-Cilag Farmacêutica. São Paulo. 2010, 21 pg. Disponível em: <https://metodosupera.com.br/wp-content/uploads/2021/10/Manual-de-Estimulacao-Cognitiva-para-o-Cuidador.pdf>

GABARITO

CAÇA PALAVRAS COMIDAS TÍPICAS BRASILEIRAS

B
C H U R R A S C O R
T A P I O C A A
G P
G A L I N H A D A
D D
E P U
F E I J O A D A R
R S A
O T
E
L

BRIGADEIRO
CHURRASCO

FEIJOADA
GALINHADA

PASTEL
RAPADURA

TAPIOCA

CHARADAS BRASILEIRAS



P. 14 SOM DO CORAÇÃO - As palavras que faltavam ser completadas estão em negrito.

menino || ouvindo || pulando || acompanhando || tocando || coração || jamais

P. 17 ORGULHO DE SER BRASILEIRO

Pantanal || Ouro Preto || Cataratas do Iguaçu || Cristo Redentor || Brasília.

P. 20 EXPRESSÕES POPULARES BRASILEIRAS

(3) || (6) || (7) || (1) || (2) || (4) || (5)

BIOGRAFIAS

MARA SOLANGE

Meu nome é Mara Solange G. Dellaroza, sou Enfermeira, professora sênior da Universidade de Londrina. Minha área de estudo sempre foi Saúde da Pessoa Idosa. Há mais de 10 anos coordeno o Grupo de Estudo sobre Envelhecimento da UEL e a partir de 2017 apoio e trabalho no Instituto Não Me Esqueças. Sou de uma família de centenários e convivo diariamente com o cuidado direto a pessoas com demências e outras questões do envelhecer.

THAIS BENTO

Meu nome é Thais Bento Lima da Silva, sou Gerontóloga de formação pela Universidade de São Paulo (USP). Mestre e Doutora em Neurologia Cognitiva e do Comportamento, pela Faculdade de Medicina da USP. Docente do curso de Bacharelado e do Programa de Mestrado em Gerontologia da USP. Coordenadora do Grupo de Estudos em Treino Cognitivo da USP. Sou uma curiosa e estudiosa de intervenções cognitivas no processo de envelhecimento e em pessoas idosas.

FERNANDA FIGUEIREDO

Me chamo Fernanda Figueiredo, sou psicóloga e atuo no Instituto Não Me Esqueças. Pós graduanda em Gerontologia pela PUCPR, desde meu primeiro contato com o envelhecimento e o Alzheimer na minha família, busco transformar a realidade das pessoas ao meu redor por meio dos vínculos afetivos. Ensino e aprendo sobre o próprio movimento da vida na inclusão e integração sócio-afetiva da família e de quem vive com o diagnóstico.

ELAINE

Sou Elaine Mateus, professora e pesquisadora aposentada da Universidade Estadual de Londrina, mãe de três mulheres e apaixonada por esportes. Desde 2012, quando recebemos na família o diagnóstico de Alzheimer de minha mãe, me tornei uma filha parceira de cuidado, estudiosa e ativista dos direitos das pessoas com demência e seus familiares.

ALINE CRISTINA

Me chamo Aline Cristina Monteiro Rossi, sou psicóloga e mestra em psicologia pela Universidade Estadual de Londrina e especialista em neuropsicologia e gerontologia pelo Albert Einstein. A educação é a herança que ganhei da minha mãe. Tive o presente de fazer parte do Instituto Não Me Esqueças. Desde então, valorizo ações de conscientização e afeto nas ações de cuidado, pois, uma pessoa com Alzheimer não é mais uma pessoa com Alzheimer, é o amor da vida de alguém.

GUILHERME LOPES

Eu sou Guilherme Lopes B. da Silva, um jovem fisioterapeuta que se encantou com a área da gerontologia. Possuo pós graduação em neurologia adulto e atualmente falo com muito orgulho que faço parte da equipe do Instituto Não Me Esqueças. Acredito e vejo na prática o amor e o movimento transformar vidas. Desta forma desenvolvo atividades que estimulem o vínculo afetivo em conjunto com o cognitivo e atividade física.

RAFAELA BORRERO

Meu nome é Rafaela Borrero Rossi, sou Neuropsicopedagoga. Foi em uma especialização de Psicopedagogia que me encantei pela área do envelhecimento. Quando entrei no Instituto Não Me Esqueças, tive a certeza que estava no lugar certo. Valorizo as histórias, vivências e priorizo o afeto. A pessoa com Alzheimer deve ser estimulada e incluída socialmente.

LINIKER

Me chamo Liniker Eduardo Moreira, sou natural de Apucarana mas moro em Londrina há três anos. Me formei em design gráfico pela Universidade Estadual de Londrina e atualmente tenho como foco do meu trabalho a criação de ilustração para marcas e empresas. Tive a felicidade de ter sido convidado para ilustrar o material do projeto PlenaMente, junto ao Instituto Não Me Esqueças e me sinto muito grato de poder colaborar com um projeto tão necessário e importante na educação e conscientização sobre o Alzheimer.

IMPULSIONANDO MUDANÇAS POR UM **BRASIL** **MAIS SAUDÁVEL**

Nossa missão é transformar ideias em realidade, impulsionando a qualidade de vida das pessoas.

Por meio de pesquisa, tecnologias inovadoras, descobertas científicas pioneiras e parcerias engajadas com o futuro, levamos esperança, informação e cuidado para pessoas que vivem com diabetes, obesidade e outras doenças crônicas graves.



Descubra como
impulsionamos
mudanças em:
novonordisk.com.br



Novo Nordisk Farmacêutica do Brasil Ltda. © Marca Registrada Novo Nordisk A/S. ©2023
Sac: 0800 014 44 88. www.novonordisk.com.br
BR23NNG00180 - Julho/2023 - Material destinado ao público em geral.

**19
20 23**
Impulsionando mudanças
por gerações

