

**VILANOVA I LA GELTRÚ**  
**DEMENTIA FRIENDLY**

COM VOLEM SER  
TRACTADES  
**LES PERSONES**  
AMB DÉFICITS  
DE MEMÒRIA

**DECÀLEG**  
**DE BONES PRÀCTIQUES**

### 1| PARLA'M DE FORMA CLARA I SENZILLA

Fes servir missatges curts, utilitza el gest, l'expressió facial i un to de veu suau.



### 2| TRACTA'M AMB DIGNITAT

Evita infantilitzar el teu discurs. Quan parlis amb mi tracta'm com una persona adulta.



### 3| INCLOU-ME A LES CONVERSES

Si vols saber coses sobre mi m'ho pots preguntar. Evita actuar com si no estigués davant.



### 4| SI EM DIRIGEIXO A TU COM SI ET CONEGUÉS POTS SOMRIURE I REACCIONAR DE FORMA AMABLE

És possible que em recordis a algú que conec o simplement m'han vingut ganes de parlar amb tu.



### 5| SI CREC UNA COSA FERMAMENT NO EM PORTIS LA CONTRÀRIA, HO CREC DE DEBÒ!

Pot ser que et parli de fets o de persones que ja no hi són però en canvi, per a mi són molt reals.





#### 6| EM POTS DONAR ALGUNA PISTA?

La teva cara em resulta familiar però no recordo de què et conec. Evita dir “no te'n recordes de mi?”



#### 7| DEDICA'M UNS MINUTS

Necessito una mica més de temps per pensar, respondre i reaccionar, no tenim pressa, oi?



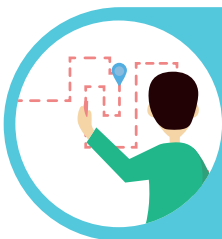
#### 8| EM POTS AJUDAR?

Pot ser que em faci un embolic a l'hora de pagar o que pagui dues vegades perquè he oblidat que ja ho havia fet.



#### 9| SEGUR QUE TU EM POTS DONAR SUPORT AMB LES NOVES TECNOLOGIES

A despenjar una trucada de mòbil o enviar un missatge, a treure un bitllet de tren...



#### 10| SI EM VEUS DESORIENTAT, POTS AJUDAR-ME A TROBAR LA MANERA PER TORNAR A CASA?

Busquem un punt de referència, intenta esbrinar on visc o truca a la policia.

## Vilanova i la Geltrú Dementia Friendly

Des de l'EspaiSocial de Vilanova i la Geltrú hem impulsat una acció comunitària per fer que la nostra ciutat esdevingui una **Comunitat Dementia Friendly**. És a dir, un lloc amable i acollidor amb les persones amb deteriorament cognitiu, treballant per la **reducció d'estereotips i prejudicis** que afecten a aquest col·lectiu i promovent la seva **autonomia i independència**, aportant solucions basades en la **comunitat**.

Els participants del **Programa REMS** de Vilanova, organitzats en grups de treball, reflexionen, comparteixen i ens expliquen quines són les principals **dificultats** amb les quals es troben diàriament quan surten al carrer. Aquestes vivències s'han materialitzat en un **decàleg** amb pautes i consells que tenen com a objectiu millorar la convivència i promoure les bones pràctiques entre veïns i veïnes.

## El Programa REMS

**REMS**, de la Fundació Catalunya La Pedrera, està adreçat a persones amb deteriorament cognitiu, que siguin **autònomes** en les seves activitats de la vida diària i tinguin la necessitat de mantenir-se **actives** i ser actores del seu propi procés. El programa té per objectiu millorar la qualitat de vida i el benestar emocional dels participants, promovent el seu apoderament i fomentant les relacions interpersonals. Tot això els permet mantenir el màxim de temps possible l'autonomia i les capacitats cognitives i físiques.

Amb la col·laboració de:



AJUNTAMENT DE  
**Vilanova i la Geltrú**

**Fundació**  
**Catalunya**  
**La Pedrera**

### El nostre compromís amb la societat

A la Fundació Catalunya La Pedrera ajudem les persones a construir un futur millor i més just. Per això oferim oportunitats als que més ho necessiten, fomentem el talent, la creació i l'educació, i conservem el patrimoni natural i cultural.