

8. ANEXOS

ANEXO I: CUESTIONARIOS

I.I Cuestionario actividad 1

1. ¿Considera que esta actividad le ha ayudado a concienciarse en cuanto al cuidado físico y psicológico de los mayores?

Si

No

2. ¿Considera que esta actividad le ha ayudado a aprender habilidades sobre cuidados físicos y psicológicos de los mayores?

Si

No

3. Después de participar en la actividad ¿Se ha sentido mejor atendido?

Si

No

4. ¿Recomendaría esta actividad?

Si

No

5. En general ¿Qué le ha parecido esta actividad?¹ Rodee su elección.

1 2 3 4 5

¹ Entendiendo la puntuación “1” como la más baja y la “5” como la más alta.

I.II: Cuestionario Actividad 2

1. ¿Considera que esta actividad le ha sido útil?

Si

No

2. ¿Se ha sentido cómodo en el desarrollo de la actividad?

Si

No

3. Después de participar en las sesiones ¿Considera que ha participado activamente en ellas?

Si

No

4. ¿Se ha sentido apoyado por el profesional en el desarrollo de las sesiones?

Si

No

5. ¿Recomendaría esta actividad?

Si

No

5. En general ¿Qué le ha parecido esta actividad?²Rodee su elección.

1 2 3 4 5

² Entendiendo la puntuación “1” como la más baja y la “5” como la más alta.

I.III: Cuestionario Actividad 3

1. ¿Considera útil el proceso de la mediación?

Si

No

2. ¿Considera que ha obtenido los resultados que esperaba?

Si

No

3. Después de participar en las sesiones ¿Considera que la labor del profesional es imprescindible en el proceso de la mediación?

Si

No

4. ¿Considera que el desarrollo de las sesiones se han producido en el lugar adecuado?

Si

No

5. En general ¿Qué le ha parecido esta actividad?³ Rodee su elección.

1 2 3 4 5

6. ¿Recomendaría esta actividad?

Si

No

³ Entendiendo la puntuación “1” como la más baja y la “5” como la más alta.

I.IV: Cuestionario Actividad 4

1. ¿Considera útiles las pautas ofrecidas en el taller?

Si

No

2. Después de participar en el taller ¿Puso en práctica la información que se le facilitó en el mismo?

Si

No

3. Tras participar en el taller ¿Considera que ha disminuido su nivel de saturación en cuanto al cuidado?

Si

No

4. ¿Ha cambiado su perspectiva en cuanto a la importancia del cuidado y el tiempo?

Si

No

5. En general ¿Qué le ha parecido esta actividad?⁴ Rodee su elección.

1 2 3 4 5

6. ¿Recomendaría este taller?

Si

No

⁴ Entendiendo la puntuación “1” como la más baja y la “5” como la más alta.

I.V: Cuestionario de evaluación para los profesionales

1. En general, ¿Cómo calificaría la coordinación entre los profesionales implicados?
Rodee su respuesta.

Excelente Muy buena Buena Regular Mala Muy mala

2. ¿Cómo calificaría su actitud en el proceso de coordinación? Rodee su respuesta. En el caso de contestar una de las tres últimas opciones explique el porqué.

Excelente Muy buena Buena Regular Mala Muy mala

.....
.....
.....

3. ¿Cómo calificaría su grado de satisfacción en el desempeño de sus funciones como profesional? Rodee su respuesta. En el caso de contestar una de las tres últimas opciones explique el porqué.

Excelente Muy buena Buena Regular Mala Muy mala

.....
.....
.....

ANEXO II: HOJAS DE SEGUIMIENTO

Con el fin de poder evaluar el porcentaje de participantes que asistan en cada actividad se pasará la siguiente hoja de seguimiento.

| Actividad (X)⁵ | | | |
|----------------------------------|------------------|--------------|--------------|
| Nombre | Apellidos | Fecha | Firma |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

De igual manera para controlar la asistencia de los profesionales a las reuniones y así poder analizar los indicadores de evaluación, se rellenará esta tabla de asistencia cada vez que exista una reunión del equipo. También se puede utilizar para las reuniones con otras instituciones.

| Nombre | Apellidos | Fecha | Institución | Firma |
|---------------|------------------|--------------|--------------------|--------------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

⁵ En función de la actividad a realizar será un nombre/nº u otro.

ANEXO III: MATERIAL PARA LA REALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD 4.

Taller de gestión del tiempo: “La importancia de nuestro tiempo”

1ª Sesión: Presentación de la actividad

(20 minutos)

En estos primeros minutos de sesión el profesional, en este caso un trabajador social, se encargará de presentarse y explicar cuáles son sus funciones en el taller, así como expresar los objetivos que se pretenden conseguir con esta actividad y la temporalización y duración de la misma.

(30 minutos)

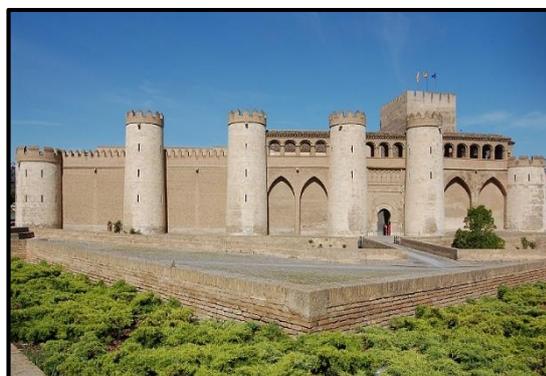
Para que los asistentes se conozcan entre ellos se utilizará una técnica de presentación, denominada “¿Quién es qué?” en la cual se le asignará por núcleo familiar una figura que representará cosas típicas de Zaragoza (El Pilar, Aljafería, ternasco, Romareda, etc.).

El objetivo de esta técnica de presentación es que asocien los nombres de los participantes con la figura que les ha asignado anteriormente, de forma que sea más fácil que retengan qué persona es cada objeto.

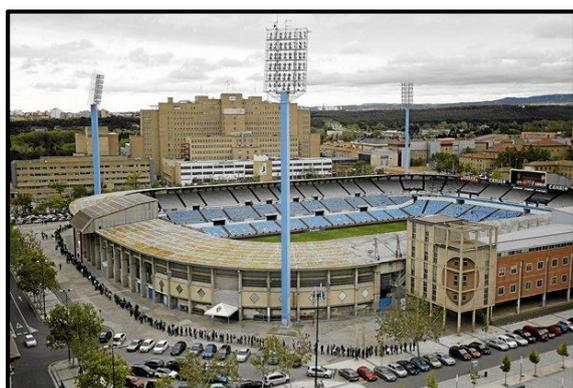
Un ejemplo del material necesario para esta técnica son las siguientes figuras:



BASÍLICA DEL PILAR



PALACIO DE LA ALJAFERIA



LA ROMAREDA



TERNASCO DE ARAGÓN

(10 minutos)

En la misma sala donde se realiza la actividad y con el fin de potenciar un clima que favorezca la comunicación entre las familias, se realizará un descanso en donde se ofrecerá café, zumos, agua y algún tentempié.

(40 minutos)

La actividad principal de esta primera sesión se denomina “Nuestra semana”. Consistirá en realizar una descripción del tiempo semanal del que disponen tanto mayores como cuidadores.

Para ello se les facilitará una plantilla, realizada previamente por el trabajador social, en la que cada uno por su cuenta tendrá que rellenar con una cruz de color rojo el tiempo que le ocupa las actividades diarias obligatorias (actividades básicas, empleo, tareas del hogar, etc) en una semana. De igual manera, con un bolígrafo verde marcará el tiempo libre destinado al ocio (tomar café, salir a cenar, etc.)

Posteriormente, se realizará una comparativa entre los dos calendarios con diferentes finalidades:

- Que ambos se den cuenta del tiempo que el otro invierte en obligaciones y también del que disponen de ocio.
- Poder buscar momentos libres en los que pasar tiempo en común.

El material que se proporcionará en esta actividad será una plantilla de calendario semanal y dos bolígrafos, uno de color rojo y otro verde.

La plantilla necesaria para la sesión es la siguiente:

Actividad para la gestión del tiempo: Nuestra Semana.

| Horas | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | Domingo |
|-------|-------|--------|-----------|--------|---------|--------|---------|
| 08:00 | | | | | | | |
| 09:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | |
| 24:00 | | | | | | | |

Tiempo destinado al ocio-

Tiempo destinado a obligaciones.

(20 minutos)

Para finalizar esta sesión se realizará una evaluación de la misma, en la que participen los asistentes junto con el profesional, con el fin de que expresen sus sensaciones, si se han cumplido o no sus expectativas y si tienen alguna propuesta de mejora.

Se les proporcionará los cuestionarios necesarios y el profesional realizará el acta pertinente para poner en común con su equipo.