



Domicili Social:
Carrer Llançà 42 – 08015 Barcelona
NIF: G-58.904.574
Constituïda el 27 de maig de 1988
Registre d'entitats de la Generalitat de Catalunya número 10.160 inscripció 1^a
Declarada d'Utilitat Pública el 7 de juliol de 2014. Resolució JUS/1597/2014

Telèfon: 933 250 363

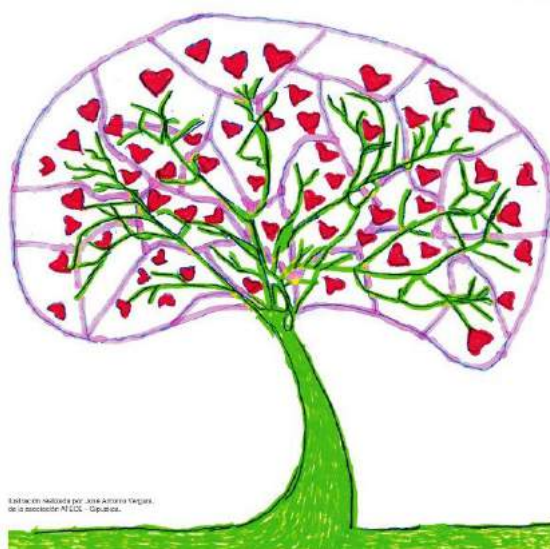
e-mail: info@tracecatalunya.org

Pàgina web: www.tracecatalunya.org



ÍNDEX

| | |
|--|----|
| Dades de l'Entitat..... | 3 |
| Finalitat i població a la que ens dirigim..... | 3 |
| Definició de persones amb Dany Cerebral (TCE) víctimes d'accidents de trànsit..... | 3 |
| Parlem de xifres..... | 4 |
| Àrees d'intervenció..... | 5 |
| Atenció a persones afectades per Dany Cerebral..... | 6 |
| 1.Descripció general del programa Espai TraCE..... | 6 |
| 2.Grups específics fora de l'Espai TraCE..... | 12 |
| 3.Descripció general de les teràpies individualitzades..... | 12 |
| 4.Vacances per a persones afectades de Dany Cerebral Sobrevingut..... | 13 |
| Atenció a famílies de persones amb Dany Cerebral..... | 14 |
| Sensibilització i formació..... | 14 |
| 1.Penats de trànsit i víctimes de trànsit cara a cara..... | 14 |
| 2.Formació..... | 14 |
| Signatura dels membres de la Junta..... | 15 |



Dades de l'Entitat

Nom: **Associació Catalana de Traumàtics Cranioencefàlics i Dany Cerebral TRACE**
Adreça: Llançà, 42
C.P.: 08015 Barcelona
Tel. /fax: 93.325.03.63
e-mail: info@tracecatalunya.org
Web: www.tracecatalunya.org
Registre: 10.160 de la Secció 1ª del Registre d'Associacions de la Generalitat
D.U.P.: Resolució JUS/1597/2014 del 7 de juliol de 2014
Presidenta: Rosa Sanvicens Oliveras

Finalitat i població a la que ens dirigim

TraCE va ser creada l'any 1988, com entitat sense ànim de lucre i declarada d'Utilitat Pública. Des del nostre origen, la **finalitat** ha estat la següent:

1. Millorar la qualitat de vida i l'autonomia de les persones que han adquirit un dany cerebral, així com la de les seves famílies.
2. Facilitar l'accés a la vida comunitària, educativa i ocupacional de les persones amb DCA.
3. Defensar els drets i la dignitat de les persones que formen aquest col·lectiu.

Definició de persones amb dany cerebral (TCE) víctimes d'accident de trànsit.

Traumatismes cranioencefàlics (TCE) i Dany Cerebral Sobrevingut (DCA), ictus, tumors cerebral i malalties estranyes amb seqüeles neurològiques:

Un Traumatisme Cranioencefàlic (TCE), és un dany cerebral sobrevingut. D'una manera molt bàsica, podem dir que és un cop al cap que pot ser produït per molts factors (accident de trànsit, esportius, atropellaments, accidents laborals, etc.) i que, depenent de la zona i de la gravetat del Traumatisme tindrà unes seqüeles més o menys greus.

L' Ictus, en canvi, és una patologia que consisteix en una alteració sobtada de la circulació de la sang al cervell. Es pot taponar o trencar una artèria, la qual cosa provoca que morin cèl·lules i que el desenllaç sigui similar a les seqüeles produïdes per un TCE.

Els tumors cerebrals i les malalties estranyes amb seqüeles neurològiques, també acaben tenint lesions similars a les dues patologies que acabem d'anomenar, tot i tenir un origen totalment diferent.

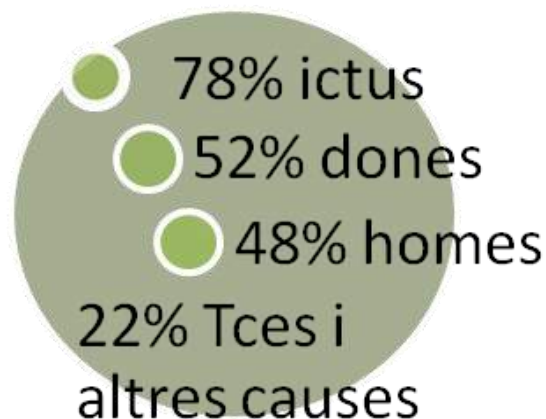
Tenint en compte que el cervell conté totes les funcions del cos, hem de dir que un TCE, causarà lesions que provocarà alteracions físiques i psíquiques alhora, és a dir, la persona que el pateix, tant pot tenir:

- *Limitacions físiques per poder-se desplaçar, manca d'equilibri, espasticitat, etc...*
- *Dificultats a l'àrea del llenguatge i comunicació (que li costi expressar-se o comprendre, o les dues coses alhora)*
- *A l'àrea cognitiva (dèficit de memòria, alteracions en el ritme de processament de la informació, disfunció executiva, etc..)*
- *Com presentar variacions a la conducta (labilitat emocional, tendència a estats depressius, frustració podent-se acompanyar d'episodis d'agressivitat, apatia, rigidesa, poca asertivitat...)*

Parlem de xifres

D'acord amb l'informe que realitzat per FEDACE amb la col·laboració del Reial Patronat sobre Discapacitat durant l'any 2015; a Espanya viuen 420.000 persones amb Dany Cerebral Adquirit. El 78% dels casos van tenir el seu origen en un ictus i el 22% restant en traumatismes cranioencefàlics i altres causes. Cada any es donen 104.071 nous casos de Dany Cerebral Adquirit: 99.284 per accidents cerebrovasculars, 4.937 per TCEs i 481 per anòxies.

El 65,03% de les persones amb DCA són majors de 65 anys, dada que es relaciona amb l'alta incidència de l'ictus en un col·lectiu en què la major part del mateix (el 52%) són dones. Malgrat aquest percentatge, només el 42% del total de persones amb DCA que van sol·licitar valoració de la seva dependència eren dones.



Font: Federación Española de Daño Cerebral (FEDACE)

Àrees d'intervenció

TraCE, fa 30 anys que està realitzant una tasca innovadora, responsable i amb expertesa amb persones afectades de dany cerebral i les seves famílies.

Treballen en 3 àrees d'intervenció:

- Atenció a persones afectades de Dany Cerebral
- Atenció a familiars de persones amb Dany Cerebral
- Sensibilització i formació.

Dins de l'àrea d'atenció a persones afectades hi ha els projectes següents:

- **Espai TraCE** per a la reinserció social.
- **Grups**
- **Teràpies individualitzades:** neurologopèdia, neuropsicologia, fisioteràpia neurològica.
- **Vacances** per a persones afectades de dany cerebral sobrevingut

A l'àrea d'atenció a les famílies oferim:

- **Assessorament a les famílies** en l'etapa hospitalària
- **Grups terapèutics**

I, finalment a l'àrea de sensibilització i formació treballem amb :

- **Penats de trànsit i víctimes de trànsit cara a cara***
- **Formació**



** L'any 2014, se'ns va atorgar la medalla del Mèrit amb distintiu blau atorgada per Mossos d'Esquadra i el Primer Premi de Seguretat Viària, en les Jornades de Polítiques Europees sobre Seguretat Viària del mateix any.*

Atenció a persones afectades de Dany Cerebral



1.Descripció general del programa Espai TraCe

La finalitat d'aquest projecte és triple:

- *Millorar les seqüeles neurològiques que es desprenen d'un Dany cerebral Sobrevingut i que són: físiques, psíquiques i de conducta.*
- *Millorar l'autonomia de les persones afectades de Dany Cerebral Sobrevingut*
- *Millorar la seva reinserció social, educativa, ocupacional i laboral. En quant a les famílies la situació també els hi suposa un canvi de vida, de rols i d'hàbits. En general un membre de la família es dedica exclusivament a la cura de la persona afectada alterant, doncs, la possibilitat de poder fer una vida normalitzada.*

A l'Espai **TRACE**, hem realitzat tres activitats diferents al matí i dues per la tarda. A totes treballem de forma grupal. Busquem que el contingut de les activitats sigui normalitzat, ja que a **TRACE** creiem que la rehabilitació ha de ser **adaptada a l'entorn**. Totes elles tenen objectius terapèutics específics (on es treballen les diferents àrees del cervell), els quals són dissenyats i supervisats pels professionals de TRACE especialitzats en Dany Cerebral.

Dins de les activitats grupals aquestes són les que hem realitzat durant el 2017:

Anglès

L'activitat d'Anglès estimula les capacitats cognitives i de llenguatge. Hem treballat la capacitat d'atenció i concentració, la memòria tant visual (escriptura i ortografia de les paraules) com auditiva (pronunciació), el raonament abstracte, l'organització i semàntica, en anar adquirint vocabulari nou que els ha permès expressar frases simples en aquest nou llenguatge.

Puja a l'escenari

Puja a l'escenari és una activitat que té com objectiu conscienciar i desenvolupar les habilitats corporals, expressives i comunicatives. Hem explorat les habilitats personals, s'ha estimulat la capacitat de concentració, atenció i millorat les habilitats socials i comunicatives. I tot a través de l'expressió corporal.

Passejades per Barcelona

Aquesta activitat és un punt de trobada on conèixer i gaudir de racons de la nostra ciutat, i al mateix temps crear espais d'oci on poder relacionar-se amb altres companys. Totes les sortides han estat escollides i preparades pels seus participants, fomentant les funcions executives així com el treball en equip. Cada participant tenia unes tasques concretes en la preparació de la sortida.

Ciber cafè

Internet a l'abast de tothom. Els participants han conegut moltes de les xarxes socials actuals: Instagram, facebook, spotify, Periscope, Snapchat, etc. Tots ells han après a fer un bon ús d'elles. Han fet monogràfics sobre música i vídeos, utilitzant mapes etc. Per poder participar només ha sigut necessari un nivell mínim d'informàtica.

A cop d'ull: muntatge i creació de vídeos

En aquesta activitat els usuaris han après a crear vídeos a partir de fotografies, fent ús de diferents programes: *windows movie maker* o *Photo Stage*, i crear les nostres presentacions de video amb música, efectes, text i retocs. Han après com penjar-les a Internet a través de les diferents xarxes socials i com gravar-les en DVD

Introducció a la infomàtica

Aquesta activitat ha tingut com a principal objectiu el inici en l'ús de l'ordinador i de les seves funcions bàsiques: el usuaris han conegut les seves utilitats i han après a redactar documents, escoltar música, veure vídeos i fotos, utilitzant el tecll i el ratolí, crear carpetes i molt més. No ha sigut necessari coneixements previs d'informàtica.

Anem de ruta

L'objectiu d'aquesta activitat ha sigut proposar, planificar i realitzar sortides pels barris de Barcelona, on hem conegut de primera mà recursos i espais com Casals, Mercats de barri, i hem gaudit de concerts, exposicions i festes locals. Aquesta activitat s'ha fet els dimarts al matí i dimecres a la tarda.



El ritme de la vida

Aquest és un espai de comunicació, on els participants han portat notícies que han generat debat i intercanvi. S'ha promogut el debat i la reflexió, treballant les habilitats comunicatives i l'esperit crític alhora de valorarà les notícies i fonts d'informació. Treballant la capacitat de discernir entre la informació important i la supèrflua.

Disseny i retoc d'imatges

Ens hem iniciat en el món del disseny amb l'ús del "Gimp". Un programa de retoc d'imatges i disseny gràfic, per a crear muntatges fotogràfics sobre una temàtica concreta. S'ha treballat des de l'elecció del tema a tractar, el desenvolupament de les idees, fins a l'elaboració, disseny i retoc dels muntatges. La feina feta s'ha presentat en una exposició oberta al públic.

Tablet i comunicació

A través de l'ús de les tablets, hem fet promoció de la comunicació i l'autonomia en relació a les habilitats del llenguatge, parla i habilitats socials. La novetat d'aquest any és l'ús de les Apps i de nous projectes tecnològics. Hem treballat aspectes bàsics de les noves tecnologies a través de la tablet, amb la finalitat d'ampliar les habilitats comunicatives.

Revela't: foto d'actualitat

Aquesta activitat està pensada per abordar temes d'actualitat, com moviments socials, l'evolució i diversitat de la ciutat de Barcelona. S'han fet sortides, on cada participant ha portat la seva càmera de fotos o mòbil amb els que han immortalitzat imatges sobre els temes tractats. Els retrats han sigut el resultat dels diferents punts de vista dels usuaris, que han convidat a la reflexió i al diàleg dels participants.

Club de Lectura Fàcil

El Club de lectura fàcil es un projecte pensat per que les persones amb dany cerebral adquirit, amb dificultats lectores i de comprensió. La principal finalitat ha sigut que puguin tornar a gaudir de l'hàbit de la lectura a través d'estratègies i tècniques proposades per un professional. S'han fet trobades setmanals els dimecres al matí i els dimarts a la tarda. Les sessions s'han desenvolupat a la Biblioteca Joan Miró del Parc de l'Escorxador.

La veu del teu cervell

La veu del teu cervell és la fusió entre les tècniques de veu i les funcions cognitives, com a intervenció terapèutica en persones amb DCA. En aquesta activitat s'ha treballat a través dels diferents recursos que ofereix la música i el cant com a teràpia, treballant en processos terapèutics de caràcter individual i grupal per aconseguir una millora en l'estat físic, cognitiu i emocional.

Alguna pregunta més?

L'objectiu d'aquesta activitat ha sigut treballar els talents, capacitats i habilitats personals després d'un DCA. Hem fomentat els punts forts de cadascú, millorant l'autoestima i facilitat l'escolta activa, l'assertivitat, en definitiva les fortaleses personals, per sobre de la discapacitat.

Neurogym

Es estudis en neuroplasticitat demostren que el cervell no és un òrgan rígid i que pot anar creant connexions tot i un dany cerebral.

La practica d'exercicis per la seva estimulació, facilita un canvi positiu en les lesions. A través d'exercicis grupals hem treballat les diferents àrees afectades.

Ioga Adaptat

Aquest any hem iniciat l'activitat de ioga amb la finalitat de treballar a través d'aquesta disciplina la flexibilitat, equilibri, la força de la base millorant la postura tant de peu com assegut. El ioga dona consciència del cos, treballa també la respiració, aguditza l'atenció, millora la concentració,. És una activitat molt beneficiosa per millorar les seqüeles cerebrals

Emocions Positives

En aquesta activitat hem treballat l'atenció plena dels usuaris sobre la seva situació emocional amb objectiu de reduir el malestar i l'estrès. Sensacions corporals, l'ambient que ens envolta, els pensaments no els jutgem sinó que aprenem a conviure amb ells de la manera més positiva i aprenen a resoldre situacions complexes i moments difícils després d'un DCA.

Natació

Espai que contempla l'activitat física, adaptada a les pròpies capacitats motrius. Inclou activitats de familiarització amb l'aigua, aeròbic, brolladors, relaxants. L'activitat es realitzarà amb monitors especialitzats del Polieportiu del Parc de l'Espanya Industrial. Hi ha agut dos grups, matí i tarda.

Ritme vital

A través de la música vam crear cançons que parlin de la nostra vida i dels nostres desitjos. Els participants les han memoritzat treballant la veu i el treball en equip. S'han analitzat poemes i cançons que han ajudat a aprofundir en els seus sentiments, la seva vida i solucionar possibles conflictes. Els usuaris han treballat les preferències de cadascú.

Traçant emocions

L'Arteràpia ens ajuda a exterioritzar sentiments que encara no es poden expressar amb paraules. Els participants han treballat l'atenció, la memòria i la creativitat. S'han tractat temes que els ajudaran a connectar amb les diferents etapes de la vida i d'aquesta manera no traumàtica a possibles bloquejos emocionals.

Melodies que ressonen

La música és llenguatge, és comunicació. A través de la música, ens traslладem en pocs minuts a diferents estadis i escenaris viscuts.

Els participants han sentit emocions oblidades o amagades en el nostre interior, ajudant a exterioritzar-les i comprendre-les. Treballant el ritme, la coordinació i la veu.

L'art d'expressar

Aquest grup realitza un treball arteterapèutic utilitzant diferents fils conductors. S'ha facilitat la connexió amb les seves emocions, realitzant dinàmiques en les que amb l'expressió corporal el usuari han pres consciència del cos i han pogut comprovar que hi ha múltiples possibilitats amb la finalitat de suplir carències del DCA.

Autonomia en la persona

Les situacions d'independència personal són essencials pel desenvolupament de les persones. Per això en aquesta activitat hem abordat l'autonomia en les habilitats bàsiques de les persones (mobilitat, vestit, cura personal) i les instrumentals.

Som Voluntaris

Som voluntaris pretén aprovar l'experiència del voluntariat a persones amb DCA. En aquesta activitat preparem als seus participants per a poder cercar i desenvolupar un treball voluntari que s'adeqüi als seus interessos i capacitats. Per això posarem en pràctica les competències laborals i personals necessàries, així com l'orientació i desplaçaments per la ciutat.

Hort ecològic

Tenim 5.000 metres d'hort per nosaltres. Cada setmana anem a Sant Vicenç dels Horts a treballar la terra. Llaurar, plantar, treure males herbes, desplaçar-nos, agafar transport públic...!, sobretot, treballar en grup i estar en contacte amb la natura. Tot un repte en autonomia.



GNPT (NeuroPersonalTrainer)

Aquest és un programa de neurorehabilitació personalitzat que es pot fer de forma presencial i/o des de casa, amb supervisió remota. Estimula funcions cognitives com llenguatge, memòria i atenció entre d'altres.

Menjador

Potenciar els hàbits a taula i el relacionar-se assertivament amb la resta de companys de taula. L'espai de menjador està pensat com un espai per poder treballar; autogovern (autonomia, escollir menjar adequat, menjar sol correctament) i ser responsable (tenir cura personal, higiene, etc.)

2. Grups específics fora de l'Espai TraCe

A **TraCe**, a més, també hi ha grups terapèutics i d'ajuda mútua:

- Grups de Funcions Executives.
- Grup terapèutic familiar.
- Grup d'ajuda mútua d' Scrabble.
- Grup del s dijous d'ajuda mútua.

Grup de funcions executives

Aquest grup treballa les **funcions executives**. La disfunció executiva, suposa en les persones que la pateixen dificultats per poder formular objectius, planificar-nos i organitzar-los, prendre decisions i executar-les. Per aquest motiu en aquest grup, a càrrec de la neuropsicòloga, es treballen tots aquests aspectes, amb la finalitat que els participants puguin gestionar amb garanties la seva vida.

Grup de teràpia familiar

És un lloc de respir per als familiars, on es comparteixen les vivències, els dubtes i s'expressen els temors i les inquietuds que es viuen diàriament amb una persona afectada de Dany Cerebral Adquirit . També es comparteixen aspectes positius i recursos personals i comunitaris.

Grup Scrabble

Grup format i liderat per persones afectades de dany cerebral, que es reuneixen un cop a la setmana per jugar a Scrabble i altres jocs de taula. També organitzen sortides i dinars. Només cal ser soci per poder gaudir d'aquest grup.

Grup d'ajuda mútua d'afectats "Els Dijous"

És un grup de suport obert a totes les persones afectades de Dany Cerebral Adquirit. És un espai d'intercanvi, on es comparteixen les vivències, les inquietuds i les experiències que viuen diàriament les persones afectades de Dany Cerebral Adquirit.

3. Descripció general de les teràpies individualitzades

Fisioteràpia neurològica

El tractament pretén reduir al màxim les seqüeles físiques després d'un dany cerebral. Limitacions dels arcs articulars, ja sigui en forma de calcificacions, adherències, alteracions del to i de la força muscular. Moviments involuntaris com poden ser espasmes, tremolors, atàxies... Afectacions de la coordinació i l'equilibri.

Neuroloogpèdia

Es valora, es diagnostica i es tracten les seqüeles a l'àrea del llenguatge i de la comunicació en aquelles persones que han patit un Dany Cerebral Sobrevingut i que els dificulta comunicar-se amb normalitat. Poden presentar afàsies, disàrtries, disfàgies entre d'altres.

Neuropsicologia

A Neuropsicologia s'estimula les funcions cognitives. La tasca d'aquesta disciplina és: Avaluar, tractar, rehabilitar les funcions cerebrals superiors com la memòria, l'atenció, la percepció, o les funcions executives (planificació, organització, presa de decisions, inhibició, entre d'altres) d'aquelles persones que han patit un DCA. El treball és personalitzat, segons lesions i característiques de la persona.

Activitat aquàtica assistida

Aquesta activitat dirigida està portada a terme per una fisioterapeuta, que utilitza el medi aquàtic per rehabilitar les seqüeles físiques d'un Dany Cerebral. Treballem a partir de les possibilitats i beneficis del medi aquàtic, la mobilitat, motricitat, desplaçaments de la persona. Guanyarem en seguretat, i benestar emocional. les sessions són a la piscina del Parc Joan Miró.

Arteràpia individualitzada

Utilitzar el procés de creació a través del llenguatge artístic per acompanyar i facilitar processos psicoterapèutics. L'objectiu de promoure dinàmiques de transformació sobre la capacitat personal i social, el desenvolupament expressiu i creatiu.

Les teràpies estan planificades i dissenyades en funció de la persona i de les seves dificultats i tenen una durada d'una hora.

4. Vacances per a persones afectades de dany cerebral

Un cop l'any, realitzem una sortida de 4-5 dies amb 10 persones i 4 professionals. Els viatges que realitzem són culturals, lúdics, locals i internacionals. Habitualment la destinació és una ciutat europea, aquest any han anat a Viena. L'objectiu és treballar l'autonomia, les habilitats socials i els recursos comunitaris a tots nivells.



Atenció a les famílies amb dany cerebral

Assessorament a les famílies en l'etapa hospitalària

Aquest és un programa que desenvolupem des de fa molts anys. Està dut a terme per professionals i amb la col·laboració de voluntaris. L'objectiu és assessorar i acompanyar a les famílies a l'etapa hospitalària, ja que és un moment vital amb molta pressió, dominat pel desconeixement.

La nostra funció és poder donar aquella informació i recursos que els hi cal, sempre respectant el ritme de la família i les seves necessitats.

Grup de teràpia familiar

És un lloc de respir per als familiars, on es comparteixen les vivències, els dubtes i s'expressen els temors i les inquietuds que es viuen diàriament amb una persona afectada de Dany Cerebral Adquirit. Són grups gestionats per una psicòloga que és l'encarregada de dinamitzar-lo, i extreure aspectes positius i resolutius, que serveixen per millorar la qualitat de vida de les famílies.

Sensibilització i formació

1. Penats de trànsit i víctimes de trànsit cara a cara

TraCe, des de fa aproximadament 8 anys, col·labora amb el Departament de Justícia concretament amb Mesures Penals Alternatives i amb Centres Penitenciaris, als quals assistim per fer xerrades de sensibilització amb persones que han comès un delictes de trànsit.

En quan a Mesures Penals Alternatives, el Departament, ens deriva persones que han comès el delictes i que han de fer treballs en benefici de la comunitat. Aquestes persones assisteixen les jornades pactades a TraCe, donant recolzament als professionals en les activitats, per tant, tenen contacte directe amb les víctimes d'accident.

En quan a les xerrades de sensibilització estan dutes a terme per un professional i per víctimes d'accident de trànsit. L'objectiu d'aquest programa és convidar a la reflexió amb l'objectiu de canviar la conducta dels delinqüents, per evitar conductes de risc, que poden provocar un accident.

2. Formació

Durant el 2017 TraCe, ha col·laborat en diferents centres de formació i Màsters.

- Institut Guttmann: *Estratègies de Rehabilitació Neuropsicològica i Estimulació Cognitiva en patologies amb afectació Neuropsicològica.*
- Fundació Esclat, *Recursos i estratègies per a la intervenció de persones afectades de dany cerebral*
- Ceir-Arco, *xerrades de sensibilització en cursos d'integració social.*

Signatura del membres de la Junta

A Barcelona, 10 de juliol de 2018.

SILVIA PARCERISAS VÁZQUEZ
Sots-Presidenta

MARIA GLORIA JOVER NOLLA
Tresorera

MÀXIM IZQUIERDO SANZ

FRANCESC GIMÉNEZ GARCÍA

CRISTINA SÁNCHEZ VERDAGUER

JORDI VICENS LLUCH

ROSA SANVICENS OLIVERAS
Presidenta

ROSA RICO MUÑOZ
Secretària

