



Ajuntament de Lleida



Universitat de Lleida

Facultat de Medicina i Facultat d'Infermeria i Fisioteràpia de la UdL - Matèria Transversal curs 2026-2027

Assignatura: Actituds i valors dels professionals de les ciències de la salut

Nom de l'entitat o institució

Creu Roja Lleida.

Nom i descripció del projecte on es durà a terme el voluntariat

Projecte Cuida't: Aquest projecte es dirigeix a persones cuidadores, sovint que responen a un perfil de dona d'entre 31 i 60 anys i compagina la seva feina amb la tasca de cuidar. El projecte dona resposta a millorar la vida de les persones cuidadores, informant-les i descarregant-les de la tasca de la cura i capacitant-les en habilitats tècniques personals i d'autocura mitjançant accions grupals.

Tasques que realitzarà l'estudiant

Donar suport en la dinamització de sessions dirigides a les cuidadores sobre:

- Alimentació i hàbits saludables.
- Disfàgia i adaptació dels àpats.
- Canvis d'hàbits d'alimentació i hidratació en la tercera edat.

Donar suport en la planificació i dinamització de sessions d'higiene postural i relaxació muscular:

- Activitat pràctica d'higiene postural i relaxació muscular.
- Aprenentatge i ús de material senzill per la relaxació muscular.

Aprenentatges que adquirirà l'estudiant

- Aplicació pràctica de coneixements de promoció de la salut en l'àmbit comunitari.
- Desenvolupament d'habilitats de comunicació, escolta i relació amb persones cuidadores.
- Adaptació d'activitats de salut i autocura a les necessitats de les persones participants.
- Desenvolupament d'habilitats de dinamització i educació per a la salut.
- Treball en equip i coordinació amb professionals de l'àmbit social.
- Sensibilització envers la realitat i les necessitats de les persones cuidadores.

Nombre de crèdits necessaris *

1

Places que podeu oferir

3

Calendari

6, 13 d'octubre i 10 i 23 de novembre (matins)
20 d'octubre, 3 i 17 de novembre (tarda)
Coordinació i planificació amb tècnic/a (2h)

Horari

Matí: 10:00-13:00
Tarda: 15:00-18:00
Coordinació (a determinar)

Observacions

El calendari i horaris pot variar en funció de la disponibilitat dels estudiants voluntaris i dels usuaris.

* 1 crèdit equival a 25 hores de voluntariat. Els estudiants poden fer com a màxim de 3 crèdits en el mateix projecte.