

### Programma del 1° accesso

#### Il Fisioterapista si reca al domicilio dell'anziano e :

- a) Si presenta e fornisce la propria documentazione di riconoscimento e il proprio recapito telefonico
- b) Presenta il programma e fornisce le motivazioni
- c) Compila la scheda di conoscenza dell'anziano e registra eventuali informazioni utili es: ipertensione, esiti di fratture, blocchi articolari ecc...
- d) Esegue una valutazione di forza ed equilibrio mediante i tests prescelti.  
Somministra il SPSMQ
- e) Prescrive un set personalizzato di esercizi (indicando per ciascuno di essi il grado di difficoltà adeguato e il numero di sequenze consigliate) e, se possibile, un piano di deambulazione in sicurezza e la durata prevista.
- f) Confeziona e consegna l'opuscolo degli esercizi, scelti in modo personalizzato
- g) Consegna il calendario degli appuntamenti del programma (accessi e telefonate) che l'anziano conserverà come promemoria
- h) Addestra l'anziano all'esecuzione degli esercizi e lo invita a ripeterli secondo lo schema. Lo invita inoltre a registrare l'attività (sul calendario o un quaderno)
- i) Ricorda di interrompere il programma e avvisare in caso di malattia o di caduta
- j) Prende appuntamento per la telefonata della settimana successiva e per il secondo intervento domiciliare a 15 gg di distanza dal primo

### Programma del 2° accesso

Il Fisioterapista esegue la

- a) **Verifica** : valuta il livello di apprendimento delle attività motorie programmate nel 1° accesso ed eventualmente decide la
- b) **Progressione**: aumenta le sequenze e/o modifica il manuale degli esercizi e il tempo per la deambulazione
- c) **Compilazione** della scheda degli esercizi personalizzata negli spazi dedicati al 2° accesso
- d) **Programmazione** dell'appuntamento per le due telefonate successive e per il 3° accesso
- e) **Valutazione ambientale**

### Programma del 3° accesso

Il Fisioterapista esegue la

- a) **Verifica** : valuta il livello di apprendimento delle attività motorie programmate nel 2° accesso
- b) **Compilazione**: questionario di gradimento (prima somministrazione; seconda somministrazione durante l'ultima telefonata)
- c) **Programmazione**: dell'appuntamento per le 10 telefonate mensili

Al termine dell'incontro il Fisioterapista saluta l'anziano e lo incoraggia nella prosecuzione del programma restando a disposizione per eventuali telefonate di chiarimento