

# MEMORIA ANUAL

## A.F.A.R. 2016

1996-2016

*20 años trabajando por la calidad de  
vida de las personas afectadas por  
enfermedad de Alzheimer y sus  
familiares.*





**Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer de la Ribera**  
 C/ Antonio Baciero, 2. Bajo .Edificio Las Francesas. 09400. Aranda  
 de Duero. Burgos.  
 Tel. 650 47 58 44 / 947 50 08 07 [www.afaranda.com](http://www.afaranda.com)  
 CIF: G09320581

Declarada de utilidad Pública por el Ministerio del Interior por  
 orden 16/6/96

Inscrita en el Registro de entidades de Carácter Social de la Junta  
 de Castilla y León el 19 de junio de 1997. Número de Registro :  
 2.196.

Certificada en el sistema de gestión de Calidad conforme a la  
 norma 9001: 2008 y el certificado de Calidad UNE 158201:2007  
 de Gestión de Centros de Día y de Noche. Reconocidos por  
 AENOR.



## PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

### La Asociación

La asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y la Ribera AFAR nació en el año 1996 , gracias a la implicación de un grupo de familiares y voluntarios quienes se movilaron con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y sus familiares.

La finalidad con la que nacimos, la calidad de vida de las personas afectadas y su bienestar, sigue siendo a día de hoy el principal motor que nos mueve para seguir avanzando y por la que trabajamos con ahínco año tras año.

Desde A.F.A.R., apostamos por ofrecer una atención integral a las personas con las que trabajamos y por la atención a las familias y cuidadores. Para nosotros esto se traduce en una apuesta firme por la dignidad de los afectados, trabajando en la medida de lo posible desde una perspectiva de atención centrada en la PERSONA, a sus necesidades y su bienestar.

Tenemos muy presentes los objetivos que figuran en nuestros estatutos, incorporando nuevos matices que enriquecen nuestro trabajo y que posibilitan que lleguemos a personas incluso antes del diagnóstico incidiendo en la importancia del envejecimiento activo, la prevención y del diagnóstico precoz, siempre en pro de la

mejora de la calidad de vida de las personas.



Parte del equipo de profesionales y miembros de junta directiva de AFAR

## Misión, Visión, Valores

MISIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS</b></li> <li>- <b>PRESTAR UN SERVICIO INTEGRAL A LAS PERSONAS AFECTADAS DE MANERA PERSONALIZADA, QUE DÉ RESPUESTA A LAS NECESIDADES DE SUS FAMILIARES Y CUIDADORES.</b></li> <li>- <b>SENSIBILIZAR A LA OPINIÓN PÚBLICA E INSTITUCIONES PARA RECLAMAR RECURSOS MÁS INCLUSIVOS PARA SU ATENCIÓN BASÁNDONOS EN EL MODELO DE CALIDAD DE VIDA.</b></li> <li>- <b>FORMAR A PERSONAS VINCULADAS CON LA ATENCIÓN DIRECTA A PERSONAS CON ALGÚN TIPO DE DEMENCIA.</b></li> </ul>
VISIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>TRABAJAMOS PARA SER UNA ENTIDAD DE REFERENCIA EN EL APOYO Y EL ACOMPAÑAMIENTO A LAS PERSONAS AFECTADAS EN NUESTRO ENTORNO.</b></li> <li>- <b>TRABAJAMOS PARA LOGRAR UNA SOCIEDAD MÁS INCLUSIVA, PARTICIPATIVA Y RESPETUOSA QUE INTEGRE LAS DIFERENCIAS Y TENGA PRESENTE EL MODELO DE CALIDAD DE VIDA PARA TODOS.</b></li> </ul>
VALORES	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>ACTUAMOS CON TRANSPARENCIA EN LA GESTIÓN DE LA ENTIDAD.</b></li> <li>- <b>APOSTAMOS POR LA CALIDAD, REVISANDO PERMANENTEMENTE LOS PROCESOS, LAS ACCIONES Y LA GESTIÓN, TRATANDO DE CONSEGUIR LOS NIVELES MÁS ALTOS DE CALIDAD EN TODAS LAS ÁREAS SIN PERDER LA CALIDEZ EN LA ATENCIÓN.</b></li> <li>- <b>LA PROFESIONALIDAD, APOSTANDO POR LA ESPECIALIZACIÓN Y LA INTERDISCIPLINARIEDAD QUE REQUIERE EL TRATAMIENTO DE ESTA ENFERMEDAD.</b></li> <li>- <b>LA ÉTICA EN TODA ACTUACIÓN PROFESIONAL Y EL RESPETO POR LAS PERSONAS CON LAS QUE TRABAJAMOS.</b></li> <li>- <b>RESPETAMOS LA INDIVIDUALIDAD Y LA AUTENTICIDAD DE CADA PERSONA, TENIENDO EN CUENTA QUE SON LOS PROTAGONISTAS DE SU VIDA.</b></li> <li>- <b>LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LA ASOCIACIÓN EN LA SOCIEDAD Y LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DEL USUARIO Y LA FAMILIA EN SU PROPIA INTERVENCIÓN.</b></li> <li>- <b>CON RESPONSABILIDAD INSTITUCIONAL. EL MANEJO EFICIENTE DE LOS RECURSOS EN LA REALIZACIÓN DE NUESTRAS ACTIVIDADES.</b></li> <li>- <b>LA LEALTAD NOS OBLIGA A GUARDAR CONFIDENCIALIDAD RESPECTO A LA INFORMACIÓN DE LA ENTIDAD Y EN CASO DE CONFLICTO DE INTERESES ABSTENERSE DE OPINAR DE LOS ASUNTOS. VELAR POR EL BUEN NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN, DENTRO Y FUERA DE ELLA Y HACER OBSERVACIONES Y SUGERENCIAS QUE PERMITAN ELEVAR LA CALIDAD DE LOS SERVICIOS QUE SE PRESTAN.</b></li> </ul>

## Fines

---

- *Facilitar, mejorar y controlar la asistencia a las personas afectadas por deterioro cognitivo, Alzheimer u otro tipo de demencia con el objetivo de mejorar su calidad de vida.*
- *Prestar asistencia profesional a los familiares de los afectados por la Enfermedad de Alzheimer.*
- *Asesorar a los familiares de los enfermos de Alzheimer en temas sociales, jurídicos, médicos y asistenciales.*
- *Promocionar y difundir en los medios de comunicación todo lo que haga referencia al posible diagnóstico de esta enfermedad y terapia de la misma, al objeto de facilitar la asistencia adecuada.*
- *Facilitar formación e información a cuidadores, voluntarios y profesionales.*

Estos objetivos se persiguen a través de diferentes programas que establecemos en base a los principales **destinatarios** de nuestra intervención:

- *Personas afectadas por deterioro cognitivo, enfermedad de Alzheimer u otras demencias.*
- *Familiares y cuidadores*
- *Población en general*

## Datos a tener en cuenta

---

**Denominación :** Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Aranda y la Ribera (A.F.A.R.).

**Dirección:** Sede Social: C/ Antonio Baciero, nº 2. Aranda de Duero



Instalaciones donde AFAR presta servicio:

**Centro Terapéutico de  
Día “Las Francesas”:**

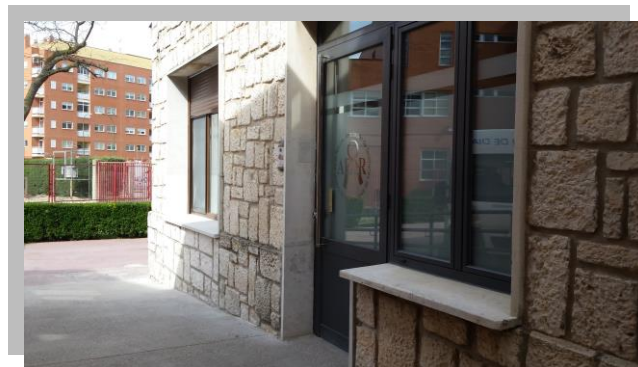
C/ Antonio Baciero, nº 2

C.P. 09400- Aranda de Duero  
(Burgos)

Teléfono: 947500807

650 47 58 44

Fax: 947500807



**Unidad de Memoria:**

Avda. Orfeón Arandino, 2

C.P. 09400- Aranda de Duero  
(Burgos)

Teléfono: 947501999

608 754224

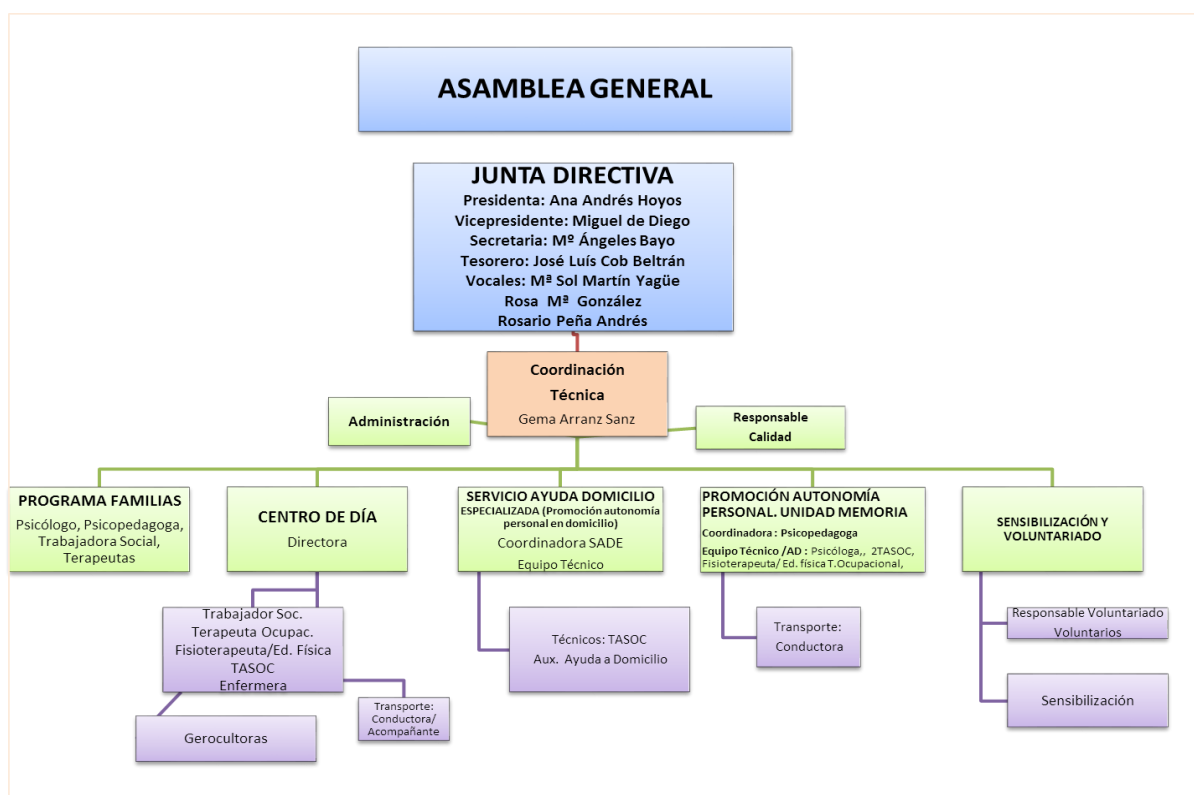
Página web: [http:// www.afaranda.com](http://www.afaranda.com)



Datos a tener en cuenta:

- Carácter: Asociación sin ánimo de lucro
- Declarada de utilidad Pública por el Ministerio del Interior por orden 16/6/96
- Actividad: Atención a familiares y enfermos de Alzheimer y otras demencias, Formación, Divulgación y Sensibilización.
- Está registrada en los registros correspondientes. El número de inscripción de la asociación en el registro de entidades, servicios y centros sociales de la junta de Castilla y León es el 2.196 (19/06/1997)
- Tiene registrados los servicios de promoción de la autonomía personal y prevención a la dependencia teniendo registrados los siguientes servicios: Estimulación cognitiva, Rehabilitación psicosocial, Rehabilitación Psicosocial, Promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional, además de los servicios registrados con anterioridad.
- Certificada en el sistema de gestión de Calidad conforme a la norma 9001: 2008 y el certificado de Calidad UNE 158201:2007 de Gestión de Centros de Día y de Noche. Reconocidos por AENOR.

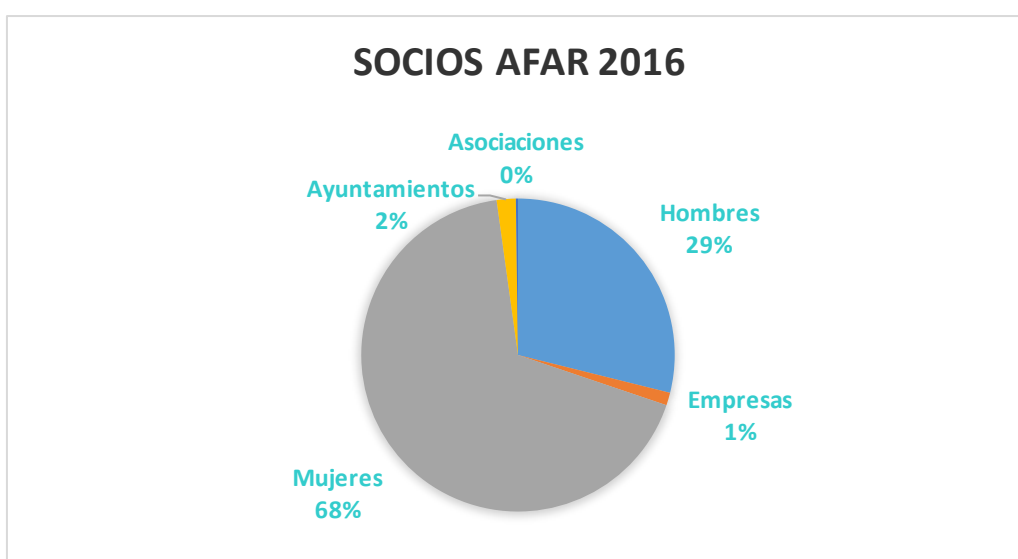
## Organigrama.





La **Junta Directiva** es un órgano de representación, compuesto por personas **voluntarias**, que gestiona y representa a los intereses de la Asociación de acuerdo con las disposiciones y directivas de la Asamblea.

El número total de **socios** que constituyen A.F.A.R. a finales del 2016 era de **457 socios**.

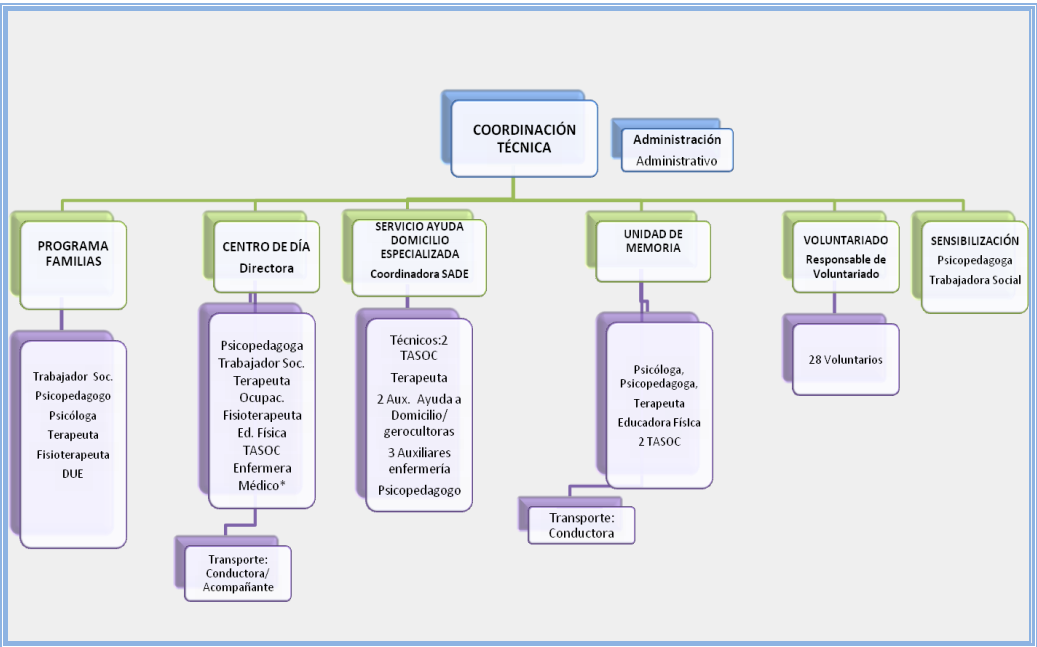


La Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer cuenta con un equipo interdisciplinar formado por **25 profesionales** de diferentes ámbitos que conforman el **equipo técnico**. Contamos con un equipo polivalente donde prima la profesionalidad y, ante todo, el trato humano.

*Asamblea general de  
AFAR celebrada el  
pasado 25 de mayo en  
la sede de AFAR*



*Asociación de*



Además de los profesionales AFAR cuenta con un nutrido número de personas que colabora de forma altruista con la Asociación: **Los voluntarios**. A lo largo del 2016 han colaborado con AFAR **28 voluntarios**.



Actividad que desarrolla	Nº de voluntarios
Apoyo imprevistos furgoneta	3
Canciones de Ayer y de Hoy. Coro	3
Paseo, Apoyo en Actividades	5
Profesionales cualificados: Abogado, arquitecta.	2
Junta Directiva	7
Otras actividades	8

## Relaciones con otras instituciones



- AFAR es miembro de la **Confederación Española de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias (CEAFA)** y de la Federación Regional de Asociaciones de enfermos de Alzheimer de Castilla y León (AFACAYLE).

Ana Andrés, presidenta de AFAR, acudió en representación de la asociación a la Asamblea general de AFACAYLE celebrada el 9 de Abril de 2016 en Valladolid.



- Colabora con las **Universidades** de Burgos, con la Universidad de Salamanca y con la UNED prestando formación práctica para futuros profesionales del campo del Trabajo Social, la Psicología, la Educación Social y la Terapia ocupacional.
- Durante el 2016 hemos sido centro receptor de alumnos en prácticas del **ciclo formativo de Auxiliar de clínica** del Centro ICEDE
- Desde este año AFAR forma parte del consejo social de personas mayores de la Junta de Castilla y León.



*Constitución del Consejo de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León en Burgos el mes de septiembre a la que asistió Gema Arranz en representación de AFAR*

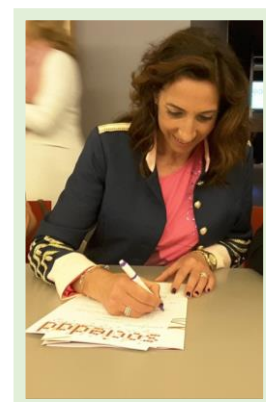
- A.F.A.R. se coordina con otras entidades del entorno como los Centros de Acción Social- CEAS (tanto de Aranda como del ámbito rural) o la trabajadora social del Centro de Salud. También mantenemos relación fluida con otras entidades locales como Cruz Roja o con centros educativos acogiendo alumnos en prácticas de ciclos formativos que se imparten en la localidad y realizando actividades conjuntas con la guardería municipal y con la guardería Duendes.
- Convenio anual con el Ilustre ayuntamiento de Aranda de Duero.

El 7 de Marzo la presidenta, D<sup>a</sup> Ana Andrés Hoyos, presidenta de AFAR y Gema Arranz, como coordinadora, se reunieron con la alcaldesa de Aranda de Duero para transmitirle las necesidades de nuestro colectivo y plantearle, entre otros temas, la necesidad de ampliación de instalaciones y la necesidad de revisión del convenio anual (5670 € y la cesión de las instalaciones 200 mt en el Centro de Día y 100 mt en la unidad de memoria).

Por otra parte, se volvió a solicitar compromiso de la alcaldesa para que Aranda de Duero se haga ciudad solidaria con el Alzheimer, sin que a lo largo del año se haya tenido respuesta favorable a este tema.

- El 31 de mayo D<sup>a</sup> Ana Andrés Hoyos, presidenta de AFAR, Gema Arranz Sanz, coordinadora y directora del Centro de Día y Laura Castilla Parra, trabajadora social de AFAR, asistieron a una reunión con el ministro en funciones de sanidad D. Alfonso Alonso en la que diversos colectivos arandinos plantearon las necesidades existentes en sus asociaciones.
- La presidenta de AFAR, Ana Andrés, acudió el 20 de junio a Burgos a la firma del convenio de la Fundación Gutierrez Manrique por el que se nos concedieron 8.000 euros para el proyecto “Terapia asistida con animales”.

*Ana Andrés en la firma del convenio con la fundación Gutierrez Manrique*



*Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de la Ribera -A.F.A.R.-*

## ÁREAS DE ACTUACIÓN

### Los Programas

#### ATENCIÓN A PERSONAS AFECTADAS

##### 1. PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN CON USUARIOS

- 1.1.- Centro Terapéutico de Día para Enfermos de Alzheimer y otras demencias "Las Francesas"
- 1.2.- Servicio de Transporte Adaptado.
- 1.3.- Promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia:
  - Servicio de Estimulación cognitiva
  - Servicio de Rehabilitación Psicosocial
  - Servicio de Rehabilitación y Terapia Ocupacional
  - Servicio de promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional
- 1.4.- Servicio de Atención especializada a Domicilio\*

#### ATENCIÓN A FAMILIAS

##### 2. PROGRAMA DE APOYO, ASESORAMIENTO E INTERVENCIÓN CON FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS:

- 2.1.- Servicio de Información y Asesoramiento
  - Información y Asesoramiento
  - Asesoramiento y apoyo en trámites de carácter social
  - Valoraciones iniciales
- 2.2.- Servicio de Apoyo Psicológico: Individual, Familiar y Grupos de Autoayuda
- 2.3.- Formación para Familiares
- 2.4.- Fisioterapia para familiares
- 2.5.- Servicio de Atención Especializada a Domicilio (SADE)\*
- 2.6.- Servicio de Préstamo de ayudas técnicas
- 2.7.- Otras actuaciones con familiares: Yoga, Ocio, Actividades lúdicas.

#### DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

##### 3.-PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOCIOCOMUNITARIA

- 3.1.- Proyecto Divulgación y Sensibilización Comunitaria
- 3.2.- Voluntariado
- 3.3.- Proyecto de Prevención de la dependencia y mejora de la calidad de vida Medio Rural

#### FORMACIÓN

- 4.1.- Formación a profesionales
- 4.2.- Formación a otros colectivos
- 4.3.- Plan de prevención del estrés del equipo profesional

## Centro de Día

El Centro de Día es un recurso terapéutico en el que se realizan actividades con el fin de enlentecer, en la medida de lo posible la evolución de la enfermedad y, por otra parte, ofrecer descanso y respiro al familiar o cuidador durante la estancia de la persona afectada en el Centro.

Desde que abriera sus puertas en 1999 en el Centro Terapéutico de día las Francesas se han atendido a más de 200 personas.

**Durante el 2016 se ha dado servicio a 39 personas afectadas por Alzheimer u otro tipo de demencia y más de 150 familiares anualmente.**

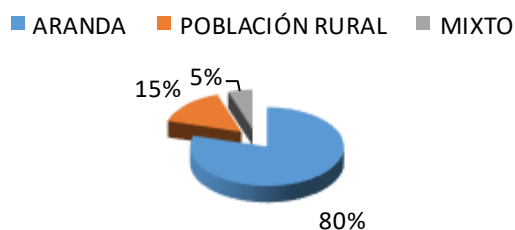
El Centro cuenta con 20 plazas autorizadas por la Junta de Castilla León.

Las instalaciones, cedidas por el Ilustre ayuntamiento de Aranda de Duero, no nos permiten realizar una ampliación, por lo que existe lista de espera para dar respuesta a las necesidades de las personas que residen en Aranda y la

comarca de la ribera del Duero. Desde AFAR se intenta ofrecer otros recursos que ayuden a la persona afectada y a las familias mientras esperan para acceder al Centro de Día.

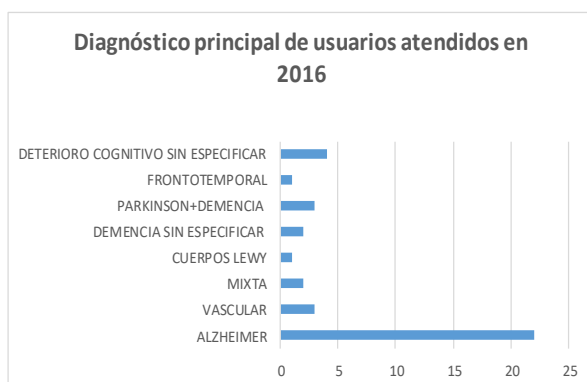
A lo largo de este año se ha atendido en el Centro de Día tanto a personas que residen en Aranda de Duero como personas que provienen del ámbito rural. La mayoría de los usuarios residen en Aranda. También hemos atendido a personas residentes en Caleruega, Milagros, Torregalindo, Adrada y Fresnillo.

### Localidad de Residencia de los Usuarios 2016





## Áreas prioritarias de intervención en el Centro de día Las Francesas



### SERVICIOS CENTRO DE DÍA

#### DE ATENCIÓN BÁSICA

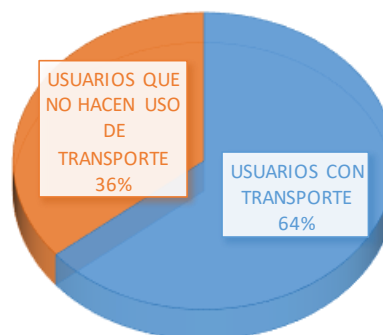
##### a) De carácter asistencial

- Higiene y cuidado personal.
- Supervisión general continuada.
- Alimentación e hidratación.

#### Servicios Complementarios

- Transporte
- Peluquería

### SERVICIO DE TRANSPORTE 2016



## Área Cognitiva y Ocupacional

Partiendo de valoraciones periódicas se establece un plan de atención adaptado a las necesidades y situación de cada persona. Se trabaja sobre las capacidades que conservan las personas, ofreciendo una atención individualizada y especializada. Partimos de los intereses de los usuarios, de su historia de vida y de sus gustos y conformamos grupos de trabajo diferenciados que atienden tanto a las capacidades que conserva cada persona como a su bienestar a nivel emocional y social.

Se ofrecen numerosas actividades y talleres planificados y evaluados que persiguen como ***fin último que la persona mantenga sus capacidades durante el mayor tiempo posible, al tiempo que disfruta con lo que hace.*** Estos talleres y actividades tienen un planteamiento integral que trata de abordar las diferentes áreas (cognitiva, física, social, emocional,...) respetando los intereses y motivaciones de las personas con las que trabajamos. Paralelamente se realiza un abordaje que trata de minimizar las alteraciones de conducta asesorando a las familias en el manejo de estas situaciones en el hogar.

### OTROS PROGRAMAS VINCULADOS



## SERVICIOS CENTRO DE DÍA

### DE ATENCIÓN ESPECIALIZADA

Servicio de atención psico-social:

- Estimulación cognitiva
- Terapia Ocupacional
- Programa de Actividades de la Vida Diaria
- Apoyo psicosocial
- Servicio de Enfermería
- Prevención y promoción de la salud.
- Atención de enfermería y vigilancia de la salud.
- Servicio de Fisioterapia
- Psicomotricidad
- Rehabilitación y mantenimiento de las capacidades funcionales
- Psicomotricidad y paseos
- Masajes
- c) De carácter social
- Actividades ocupacionales y lúdicas.
- Orientación familiar.
- Integración y participación en la vida comunitaria.

### El gran Maestro

Estos talleres consisten en la participación conjunta de niños y mayores en actividades de diversa índole (Taller de reciclaje, máscaras, plantación de flores, circuitos de psicomotricidad, Taller de otoño: asar castañas,... Actividades musicales, San Fermín, etc ). Su desarrollo ha contribuido a establecer una



relación entre niños y mayores que favorece la integración del colectivo de demencias entre nuestra sociedad normalizando la

participación de todos los ciudadanos en su entorno más próximo y reforzando la autoestima de los más mayores. La media de participación en este programa ha sido de 9 usuarios del Centro y 15 niños.



### El Periódico

Todos los días se lee la prensa diaria. Esta actividad contribuye a trabajar diferentes áreas cognitivas y el contacto con la realidad.

### "El Huerto"

Este proyecto se lleva a cabo con la ayuda de un voluntario. Empezamos en el mes de mayo de 2016 con la plantación de semillas que se han ido cuidando hasta llegar a recolectarlos.

Las actividades de estimulación se integran en el taller aprovechando este contexto para trabajar capacidades como el lenguaje, razonamiento, cálculo, memoria, atención, etc. Participan 6 usuarios.



### Terapia con animales

La terapia asistida con animales y más concretamente con Samba, se ha convertido en una de las actividades que más impacto tiene en los usuarios dado el fuerte poder motivador que se consigue a través del animal. La participación en esta actividad, es voluntaria y salvo tres usuarios que han preferido no entrar en las sesiones por razones personales, el resto de los usuarios han participado de forma activa en las sesiones.

Hemos realizado diferentes talleres en los que trabajamos las diferentes áreas como **Lenguaje** **calculo**, **funciones ejecutivas**, **atención**, **memoria** (memoria biográfica con fotos, memoria semántica con personajes famosos etc), **praxias**, actividades de la vida diaria con **talleres de cocina**, **talleres de higiene**, **talleres de psicomotricidad**, **talleres sensoriales** y **talleres de ocio**.



Las sesiones se realizan con carácter semanal y son evaluadas en una hoja de registro diseñada para ello, en las que se valora de forma individual a los usuarios que han participado y grado de motivación.

### Fiestas y Celebraciones

**Enero:** Carta a los Reyes magos; Talleres sobre la Matanza; **Febrero:** Fiesta de Carnaval; San Valentín **Marzo:** Día del Padre; Semana Santa: Taller de cocina: Torrijas al microondas.



**Abril:**Día de Castilla y León; **Mayo:**Día de la madre; **Junio:**Fiesta del verano; **Julio:** San Fermín: celebración de "encierro" y verbena popular; **Agosto:** Vebena 15 de Agosto "Día de la Virgen"; Camino de Santiago ( taller especial, juego de peregrinos); **Septiembre:**Fiestas de Aranda: Manualidades y verbena.**Diciembre:** Bingo especial Navidad y Nochevieja; Fiesta Navidad: Villancicos; Fiesta Nochevieja, uvas y cotillón.

#### Taller de cocina

A través de este taller trabajamos diferentes objetivos vinculándolo con algo que resulta muy significativo y que ha tenido mucho peso en la mayoría historia de las personas que participan en el taller: la cocina.



#### Taller de Actividades de la Vida Diaria

ACTIVIDAD ESPECIFICA	USUARIOS QUE PARTICIPAN
Programa Baños	39
Lavado de dientes	14
Poner la mesa	8
Doblar colada	9
Taller de costura	4

#### El Coro

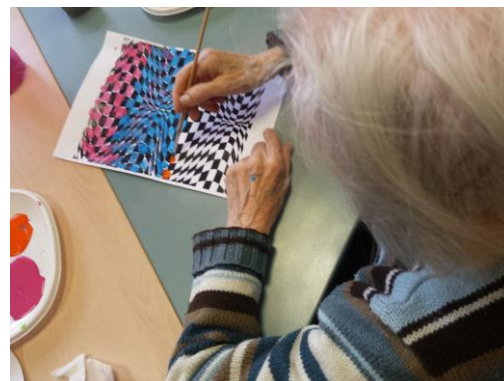
La música tiene importante efectos y conecta con lo emocional. A través del coro además de divertirnos y favorecer estados de ánimo positivos, trabajamos otros objetivos



relacionados con el mantenimiento de las capacidades cognitivas. Favoreciendo aspectos como el lenguaje, la memoria o la atención.

### Taller de Arte

A través de este taller se persigue, entre otros objetivos, fomentar la creatividad y la e



### Área Salud: Programa de Control y seguimiento de la Salud

Se realiza una supervisión continua sobre el estado de salud de las personas, promocionando el cuidado, realizando seguimientos sobre las enfermedades previas y trabajando la prevención de aparición de factores de riesgo.

**SIMTRONES.** Controles de INR realizados en el centro para pautar la dosis de Simtron a 2 personas.

**DIABÉTICOS.** Tira de glucemia mensual para control rutinario a 6 usuarios. Se controla dieta.

**VACUNAS.** Las vacunas administradas en el centro de día fueron de **20 vacunas** CHIROMAS para > 65 años, suministradas por el centro de salud Aranda Sur y administradas por la enfermera del centro, registrando a cada usuario el lote administrado y fecha. **MEDICACIÓN EN CENTRO:** La medicación se administra en horario de centro siempre con orden facultativa de sus MAP.

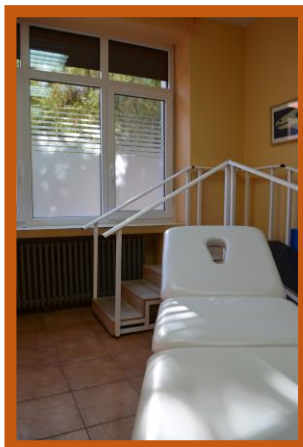
**CONTROL DE CONSTANTES:** Semanalmente se toma tensión arterial, frecuencia cardiaca y se pesa mensualmente a los usuarios del centro comunicando los datos obtenidos siempre a las familias en caso de alteraciones se hace escrito para entregar a su MAP( médico de atención primaria). Han sido realizados controles de seguimiento semanal y mensual de tensión arterial por orden facultativo a determinados usuarios.

**CURAS:** Se realizan curas de UPP en talón y tobillo a la misma usuaria, y de herida en pierna por hematoma, el material usado para realizarlas se pide a la familia. Curas de heridas en ambas piernas por golpeo. **LAVADO DE OÍDOS:** Se realiza limpieza de oídos a 9 usuarios que lo precisan tras realizar revisión con otoscopio previa autorización por parte de la familia.



### Área Física: Programa de Actividad Física

Se desarrolla el trabajo físico y fisioterapéutico necesario en sesiones grupales e individuales, con el fin de fomentar el mantenimiento de las capacidades funcionales, motoras y la autonomía en el desempeño de su vida diaria.



### Programa de Intervención Psicosocial

Se desarrollan dos tipos de intervenciones por una parte dirigidas hacia los usuarios y por otra parte dirigida a las familias.

Actividades lúdicas y recreativas, que se desarrollan en el Centro.

Actividades de carácter sociocultural, salidas al exterior.

Actividades de información, asesoramiento y apoyo a familias.



Jornada de puertas abiertas con las familias

Visita y actuación de grupo de danzas



ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN CENTRO	
1. Horario de apertura	4,3
2. Calendario de apertura y cierre	4,3
3. Instalaciones del Centro	3,9
4. Programa de Actividades del Centro Terapéutico de Día (Valoración y seguimiento, Estimulación cognitiva, programa de control y seguimiento de la salud e higiene, programa de actividad física (psicomotricidad y fisioterapia), programa <b>ocupacional y de ocio: música,.</b> )	4,6
5. Servicio de Comidas	4,55
6. Servicios complementarios: Peluquería y podología	4,62
7. Comunicación con las familias	4,8
8. Trato personal por parte de los profesionales	5
9. Profesionalidad del equipo que trabaja en el Centro de Día	4,8
10. Respuesta a tus expectativas y necesidades	4,7
11. Tu interés e implicación en la evolución y adaptación de tu familiar en la dinámica del Centro	4,7
12. Información, apoyo y asesoramiento respecto a otros temas de tu interés ( ley de la dependencia, incapacitación, minusvalía, otros recursos, etc.)	4,9
13. Grado de apoyo ante las dificultades que puedan surgirse como cuidador (apoyo emocional, escucha, información, apoyo psicológico)	4,7
14. Servicios en general ofrecidos por la Asociación	4,9
15. Grado de satisfacción que crees que tiene la persona afectada acudiendo al Centro de Día	4,33
16. Relación calidad-precio del Centro de Día	4,7
17. Satisfacción global del servicio	4,5
18. Horario transporte	4
19. Adecuación	4,75
20. Seguridad	4,75
21. Atención personal	5
22. Lugar de recogida	5
23. Satisfacción global	5
ESCALA LICKERT DE 0 A 5 (0 MÍNIMA PUNTUACIÓN 5 MÁXIMA)	

## ENCUESTA DE SATISFACCIÓN 2016 CENTRO DE DÍA

El 100% de los familiares RECOMENDARÍA EL CENTRO DE DÍA.

Estas son algunas de las razones que argumentan los familiares:

“Por la calidad del servicio y la profesionalidad y amabilidad del personal”

“Por la calidad”

“Por la atención personal”

“Es una gran ayuda para los cuidadores y para los usuarios. Están muy bien atendidos, trabajan con ellos, están más activos”

“El familiar se encuentra muy bien atendido”

“Por su trato humano y buenos profesionales”

“Por trato con el enfermo y profesionalidad, apoyo”

“Por el respiro familiar que nos da a la familia”

“La labor que hacéis no se paga con dinero”



## Programa promoción de la Autonomía y prevención de la dependencia

Está dirigido a personas con deterioro cognitivo leve, enfermedad de alzheimer en fase leve u otros tipos de demencia en fase leve o moderada con el fin de que estas personas mantengan su autonomía y retrasen su dependencia.

Este programa se desarrolla fundamentalmente en lo que denominamos Unidad de Memoria y en los domicilios de las personas afectadas.

**Durante el 2016 se ha dado servicio a 52 personas afectadas por Alzheimer u otro tipo de demencia y a más de más de 100 familiares.**

Desde AFAR se ofrecen los siguientes servicios:

- o Servicio de Estimulación cognitiva
- o Servicio de Rehabilitación Psicosocial
- o Servicio de Rehabilitación y Terapia Ocupacional
- o Servicio de promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional

Actualmente se ofrecen 5 talleres distribuidos en diferentes horarios.

De Lunes a Viernes en horario de 10,30h. a 13, 30 h

De Lunes a Viernes en horario de 11,00. a 13, 00 h

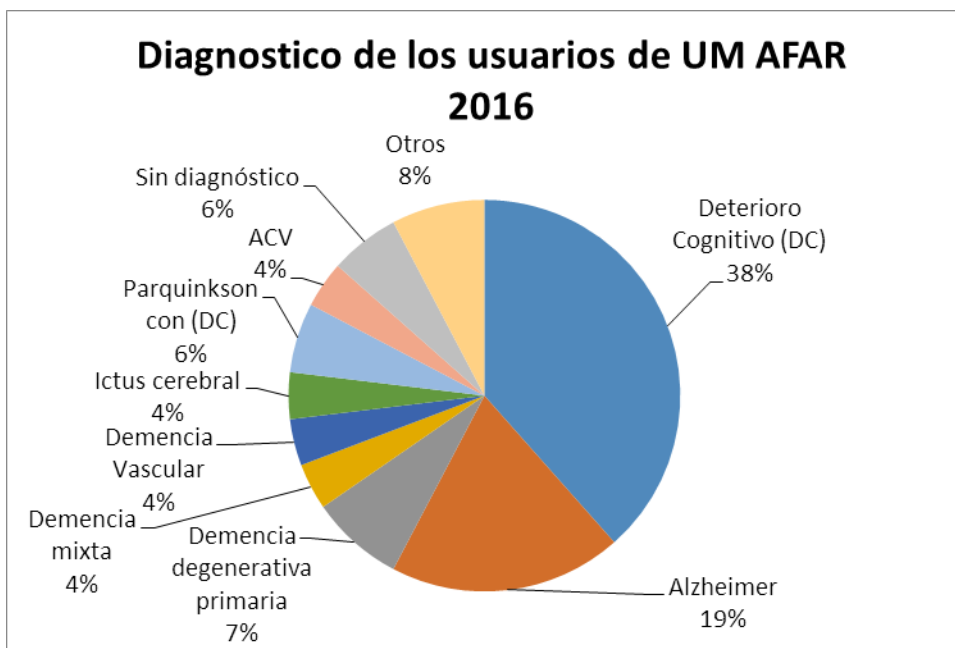
De Lunes a Viernes en horario de 12,00h. a 13, 30 h

De Lunes a Viernes en horario de 17,00 h. a 18, 30 h

Lunes, miércoles y jueves en horario de 17,45. a 19, 15 h

A lo largo del año 2016 se han atendido en estos programas a 52 personas. De éstas 5 personas procedían del medio rural y el resto residen en Aranda. El 35 % de los

usuarios de Unidad de Memoria hacen uso del transporte adaptado para acudir diariamente al programa.



	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
<b>MAÑANA</b>	17	16	33
<b>TARDE</b>	6	11	17
<b>T/M</b>	0	2	2
<b>TOTALES</b>	<b>23</b>	<b>29</b>	<b>52</b>

Los servicios de promoción supone un tratamiento terapéutico que, por medio de técnicas adecuadas tiene por finalidad mantener, en la medida de lo posible, el funcionamiento de las capacidades cognitivas superiores (lenguaje, razonamiento, cálculo, funciones ejecutivas, memoria, atención, concentración, praxias,... ), de las

capacidades funcionales, de la conducta y/o la afectividad y en último término su calidad de vida.

Las actuaciones incluirán también información, asesoramiento y apoyo a las familias y/o personas cuidadoras.

Gracias a la subvención de la obra social la Caixa se han realizado Planes de Atención Individual de las personas que acuden al servicio, incidiendo especialmente en la participación de los usuarios, la toma de decisiones y en su plan de vida.



**El coro**



**Excursiones y salidas**



**TAA. Terapia Asistida con Animales**



**Actividades de  
psicomotricidad**



**Fiesta de  
Carnavales**





**Visita a la exposición**  
"Los juegos y deportes tradicionales en la filatelia y la cartofilia" 10 de marzo

**Visita al museo del tren**



### Terapia con Arte



Feria de abril

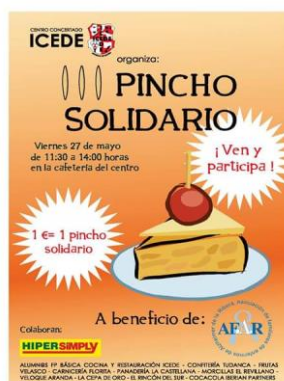


Feria de San Isidro





Salida al Pincho solidario realizado en el ICEDE y visita a la exposición de playmobiles.



FIESTA DE FIN DE CURSO PROYECTO GRAN MAESTRO.





**Fiesta del verano en la Virgen de las Viñas (24 de junio)**



**Actividades relacionadas con la festividad de San Fermín**



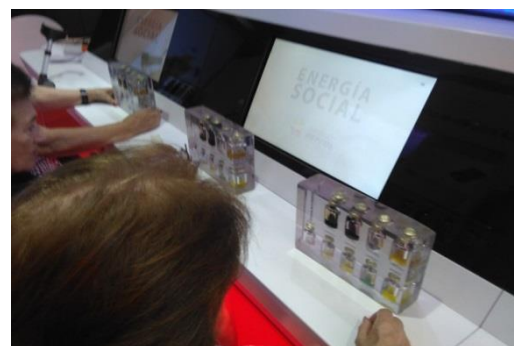
**Salida al planetario y a la exposición de maquetas de Aranda**



**Actividades sobre los juegos olímpicos**



**Salida a exposición itinerante sobre la Energía:**



### Arte terapia



### Cine de verano:



### Fiestas de Aranda:

### Excursión al Burgo de Osma y comida en el convento de la Vid:





## CUESTIONARIOS DE SATISFACCIÓN A LOS USUARIOS

Las medias de sus puntuaciones en el cuestionario realizado con puntuación basada en la escala tipo Likert, son las siguientes:

### Encuestas para los usuarios

Las medias de sus puntuaciones en el cuestionario realizado con puntuación basada en la escala tipo Likert (en los que se puntúa de 0 a 5), son las siguientes:

	PREGUNTAS	PROMEDIO
1	Las instalaciones	4,70
2	Horario de Servicio	4,73
3.1	Lenguaje y comunicación	4,43
3.2	Razonamiento y cálculo	4,15
3.3	Atención	4,36
3.4	Memoria	4,26
3.5	Práxias	4,22
3.6	Gerontogimnasia y psicomotricidad	4,64
3.7	Taller de Relajación	4,56
3.8	Coro	4,61
3.9	Terapia Asistida con Animales ( <i>Samba</i> )	4,5
3.10	Terapia con Arte	4,13
3.11	Programa Gran Maestro ( <i>Act en la guardería</i> )	4,6
3.12	Act. En soporte digital ( <i>TV, ordenador, wii, tablets...</i> )	4,32
4	Trato personal por parte de los profesionales	4,64
5	Profesionalidad del servicio	4,69
6	Grado de respuesta a tus necesidades	4,56
7	Horario	4,61
8	Grado de apoyo emocional ante las dificultades	4,48
9	Servicio de transporte (solo si lo usas)	4,72
10	Calidad global del servicio recibido	4,70
11	Recomendaría a otras personas la Unidad de Memoria	4,76
	<b>Media total</b>	<b>4,73</b>

\*Puntuaciones de 0 a 5 puntos

**Encuestas para los familiares:**

Las medias obtenidas en el cuestionario de satisfacción son las siguientes:

	PREGUNTAS.	Media
1	Las instalaciones	4,46
2	Horario de Servicio	4,42
3	Actividades realizadas	4,64
4	Trato personal por parte de los profesionales	4,78
5	Profesionalidad del servicio	4,78
6	Respuesta a tus expectativas y necesidades	4,5
7	Relación Calidad-Precio	4,42
8	Información, apoyo y asesoramiento respecto a otros temas de tu interés (ley dependencia, recursos, etc.)	4,33
9	Grado de apoyo emocional ante las dificultades	4,61
10	Servicio de transporte (si lo usas)	4,9
11	Calidad global del servicio recibido	4,64
12	Recomendaría a otras personas la Unidad de Memoria	4,85
	<b>Media total</b>	<b>4,43</b>

\*Puntuaciones de 0 a 5 puntos

## Servicio de Ayuda Especializada a Domicilio SADE

En 2016 se han atendido a **20 personas** en este servicio, beneficiándose de éste tanto el afectado como el familiar, quién puede descansar de las tareas de cuidado cuando acude el profesional de AFAR.

En este servicio además de ofrecer estimulación y apoyo en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria a la persona afectada, se proporciona apoyo y asesoramiento por parte de un técnico al cuidador en el propio domicilio.

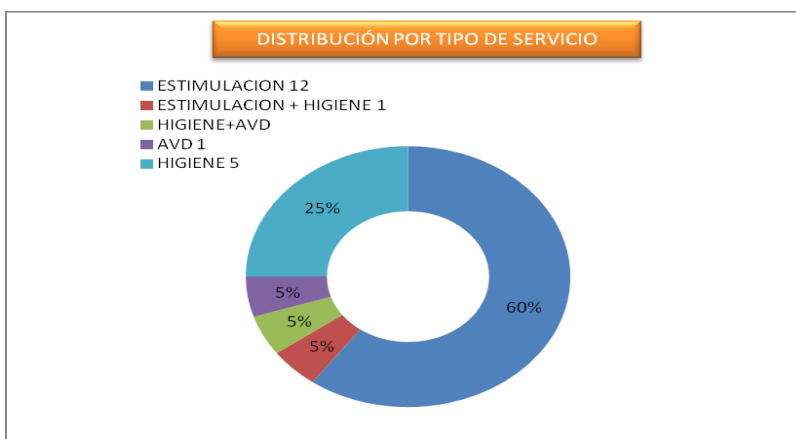
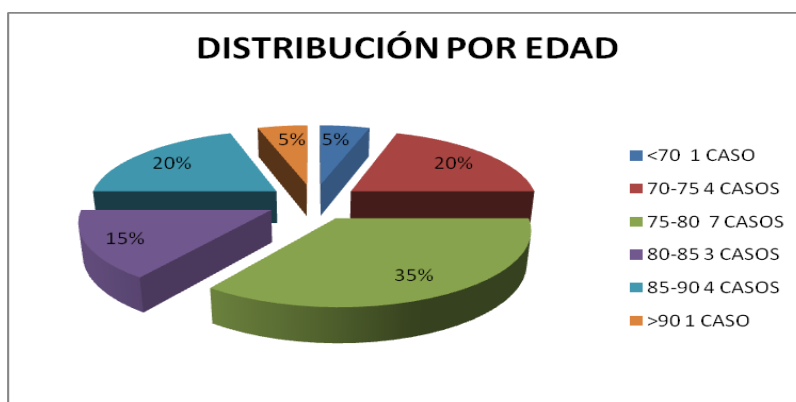
- **Usuarios Directos:** Enfermos de Alzheimer u otras demencias neuro-degenerativas. Durante este año 20 .
- **Usuarios indirectos :** Familiares a cargo del enfermo de Alzheimer. Estimativamente , unos 80 familiares **durante el año 2.016**

### OBJETIVOS

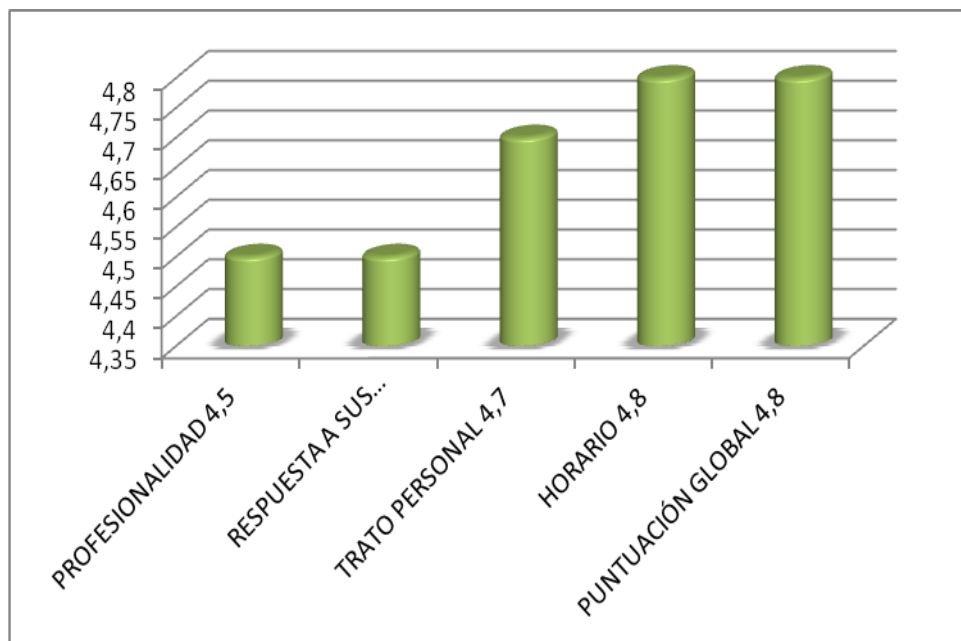
- Favorecer en el usuario el mantenimiento de sus capacidades personales y de hábitos de vida adecuados.
- Ofrecer un recurso intermedio para que , con la aplicación de esta ayuda ,los usuarios puedan permanecer en su medio habitual el mayor tiempo posible, retrasando o evitando la institucionalización.
- Colaborar con la familia en los casos en los que ésta , por sí misma , no pueda atender totalmente las necesidades de la vida diaria del usuario., completando sus cuidados.
- Proporcionar respiro y descarga en las tareas del cuidado del usuario a la familia .
- Prevenir situaciones de deterioro personal, familiar y social.

- Posibilitar la integración en el entorno habitual de convivencia.
- Mejorar la calidad de vida de los beneficiarios directos e indirectos.
- Prevenir el agravamiento de situaciones de dependencia.

Gracias al apoyo de la obra social la Caixa este año se puso en marcha un proyecto de apoyo psicosocial en el que además de la ayuda a domicilio que se ofrece de forma habitual, las familias podían optar por solicitar también apoyo en el fin de semana y en periodos estivales.



Los cuestionarios de este año 2.016 ,arrojan los siguientes resultados :



## Atención a familias

---

La FINALIDAD de este programa es proporcionar apoyo, asesoramiento y formación que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de los cuidadores previniendo la aparición de síntomas tanto a nivel físico como psicológico.

Dentro de este Programa se desarrollan las siguientes actuaciones:

- 1.- Servicio de Información y Asesoramiento
- 2.- Apoyo Social
- 3.- Servicio de Apoyo Psicológico y emocional. Grupos de apoyo a familia
- 4.- Servicio de Valoración
- 5.- Formación para Familiares
- 6.- Actividades dirigidas al bienestar de los familiares:
  - Yoga
  - Ocio y actividades lúdicas
- 7.- Fisioterapia
- 8.- Préstamos de Ayudas técnicas

### Objetivo General

- Mejorar la calidad de vida del cuidador principal, de los familiares cercanos y del enfermo.

### Objetivos Específicos

- Proporcionar información y formación sobre diferentes aspectos de la enfermedad y los cuidados necesarios en la misma.
- Facilitar apoyo y asesoramiento psicológico para prevenir o minimizar los efectos derivados del cuidado.
- Incrementar los recursos personales, familiares, sociales y sanitarios con los que cuenta el cuidador /Ofrecer asesoramiento social.



- Poner en contacto a personas que sufren una misma problemática como vía de búsqueda de soluciones y medio de retroalimentación y apoyo.
- Evitar el aislamiento social.
- Promover el cuidado físico y de la salud del cuidador primario, evitando la aparición del síndrome del cuidador quemado
- Proporcionar orientación para una adecuada atención y cuidado

## Servicio de Información y Asesoramiento

En este servicio se proporciona información sobre diversos aspectos, así como el asesoramiento necesario en diversos temas relacionados con el cuidado de una persona afectada.



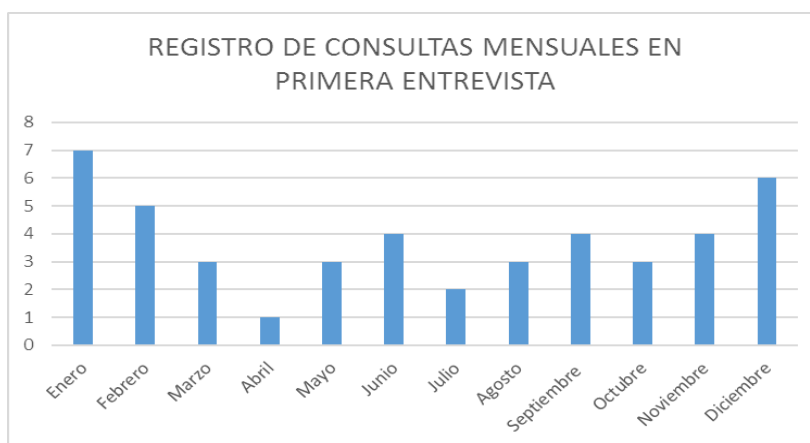
La información que se proporciona aborda **temas** como:

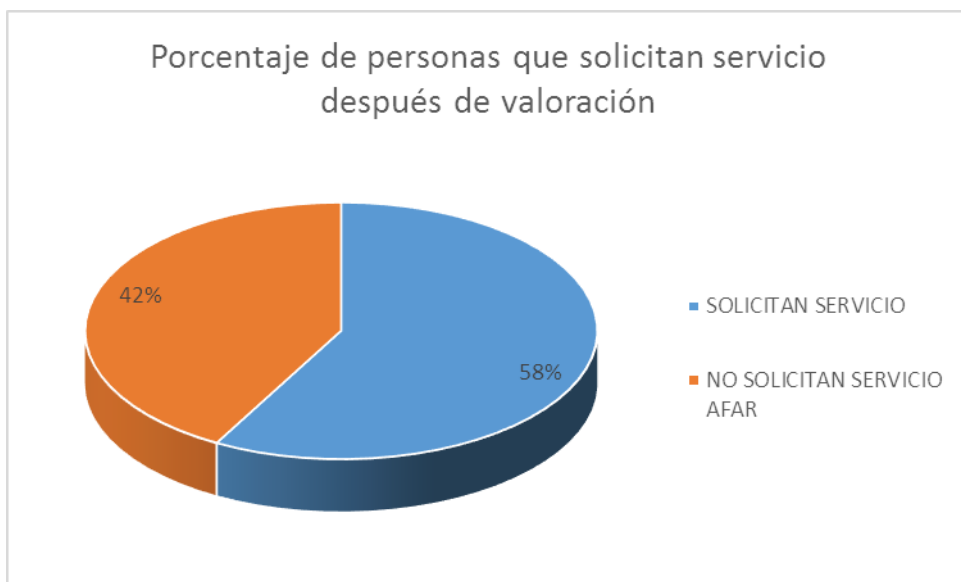
- \* La enfermedad de ALZHEIMER: en qué consiste, síntomas, evolución,..
- \* Aspectos médicos sanitarios: especialistas, Circuito sanitario,..
- \* Tratamientos no farmacológicos: psicoestimulación,...
- \* Recursos existentes en la provincia: de la propia Asociación o de carácter público y privado
- \* Aspectos sociales: posibles ayudas, ley dependencia, minusvalía, incapacitación, instrucciones previas, etc.
- \* Aspectos legales y jurídicos

Los responsables de la información y el asesoramiento son miembros del equipo multiprofesional principalmente trabajadora social, psicóloga y psicopedagoga-directora. Otros profesionales como la terapeuta ocupacional, fisioterapeuta o enfermera asesoran a las familias en aspectos concretos de su especialidad.

En total se han realizado a lo largo del año **45 entrevistas** de primera toma de contacto con personas que anteriormente no se había establecido ningún tipo de intervención.

De éstas en torno al 60%, opta por solicitar algún servicio de la asociación. A continuación podemos ver la distribución mensual.





Antes de iniciar un servicio o para conocer la situación de personas que realizan demandas se llevan a cabo entrevistas de valoración, a partir de las cuales se asesora a las familias respecto a los recursos o aspectos a tener en cuenta en cada caso. Se han realizado **31 entrevistas de valoración de personas que no tenían contacto** previo con la asociación. Realizando después las consiguientes entrevistas de devolución y asesoramiento.

#### Comunicaciones con personas vinculadas de alguna forma a la asociación.

Se establece una media de 175 comunicaciones al mes en las que se abordan temas de seguimientos, incidencias, apoyo, sugerencias, cambios en la dinámica, a familiares.

Las comunicaciones se hacen tanto de forma personal, escrito ( por papel, correo electrónico o whatsapp ) o a través de teléfono. Por lo que se estima que se han realizado más de 2100



Las comunicaciones se registran en un formulario previsto para tal fin y las realizan todos aquellos profesionales que tienen intervención.

#### EVALUACIÓN FAMILIAS (ESCALA DE 0 A 5 PUNTOS)

##### **CENTRO DE DÍA**

Comunicación con las familias	4,8
Trato personal por parte de los profesionales	5
Profesionalidad del equipo	4,8
Respuesta a tus expectativas y necesidades	4,7
Tu interés e implicación en la evolución y adaptación de tu familiar en la dinámica del Centro	4,7
Información, apoyo y asesoramiento respecto a otros temas de tu interés ( ley de la dependencia, incapacitación, minusvalía, otros recursos, etc.)	4,9

##### **UNIDAD DE MEMORIA**

Trato personal por parte de los profesionales	4,64
Profesionalidad del servicio	4,69
Grado de respuesta a tus necesidades	4,56
Grado de apoyo emocional ante las dificultades	4,48

##### **SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO**

Trato personal por parte de los profesionales	4,70
Profesionalidad del servicio	4,5
Grado de respuesta a tus necesidades	4,50

El contacto con las familias que reciben servicios por parte de AFAR es muy fluido, estando en constante comunicación. Mensualmente se atienden una media de 85 afectados en los diferentes servicios y a sus respectivas familias. Teniendo en cuenta que el contacto y la intervención familiar se lleva a cabo con varios de los miembros de

una misma familia (esposa/o; hijos, nueras,...) podemos estimar que al mes se atienden a más de 250 familiares (información, asesoramiento, pautas, apoyo, gestión de trámites,....)

## Asesoramiento y apoyo en trámites de carácter social

Este apoyo tiene como fin último conseguir una mejora en la calidad de vida de los enfermos y de sus cuidadores principales, para ello se les facilita la información necesaria y precisa de los recursos sociales y prestaciones económicas existentes.

Este año muchas de las actuaciones realizadas a este respecto han estado relacionadas con la tramitación de la Ley de la Dependencia.

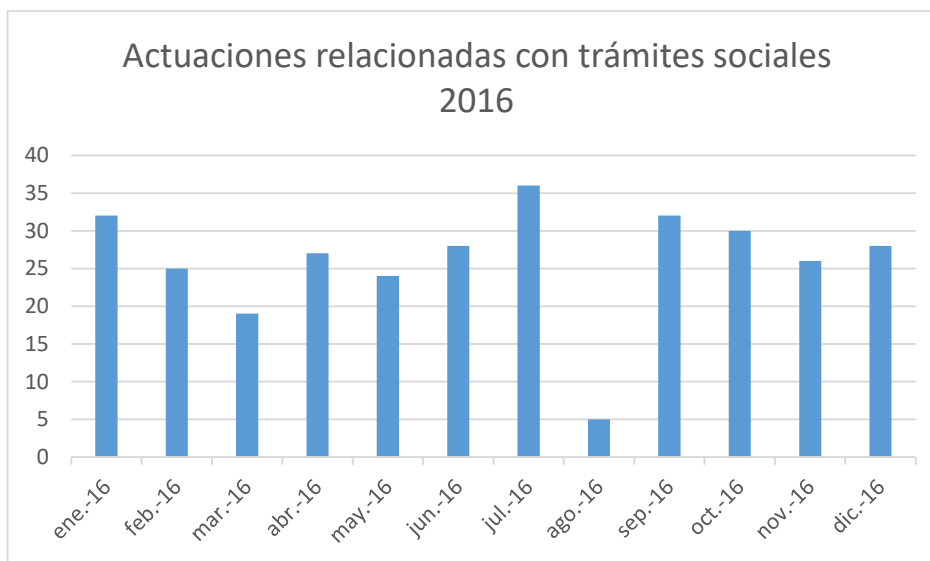
### Intervenciones

Van dirigidas principalmente hacia el asesoramiento y tramitación de los siguientes aspectos:

- Información de los aspectos generales de la Ley de Dependencia, derechos de las personas en situación de dependencia, los trámites para la solicitud de la valoración, requisitos, grados o niveles de dependencia, catálogo de servicios y prestaciones.
- Asesoramiento e información sobre la tramitación de la Minusvalía y de la Incapacitación Legal.
- Asesoramiento acerca de las ayudas técnicas
- Orientación acerca de los contenidos, requisitos y concesión de las Ayudas
- Individuales, si las hubiera, pertenecientes a la Gerencia, Diputación de Burgos, Ayuntamiento,...
- Consulta y tramitación de las gestiones necesarias para la concesión de prestaciones.
- Información y asesoramiento sobre Residencias de Personas Mayores o Estancias Temporales.

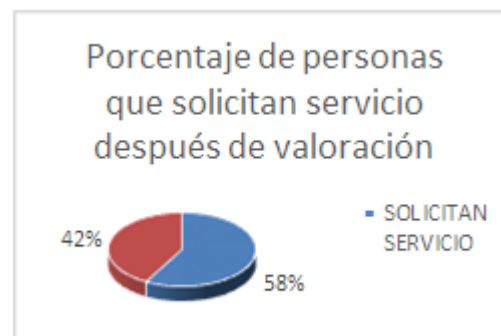
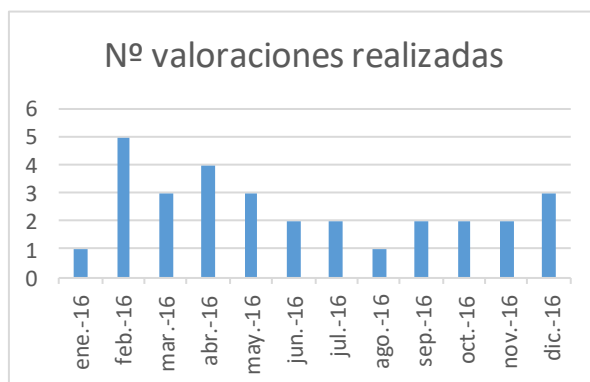


Es de hacer notar que el número de intervenciones en este campo se ha visto incrementado en este año. Se ha ofrecido apoyo en trámites de carácter social (dependencia, minusvalías, incapacitaciones, solicitud de recursos, ....) a 150 familias durante este año.



## Valoraciones iniciales

Se han realizado **31 entrevistas de valoración** de personas que no recibían servicios por parte de la asociación.





## Apoyo Psicológico

Desde AFAR se ofrece apoyo psicológico a las personas que lo demandan.

El apoyo psicológico es un medio para ayudar a la persona a generar cambios y a manejar situaciones que en un momento dado pueden generar cierto malestar. La enfermedad de Alzheimer conlleva una gran carga en los familiares que progresivamente han de ir responsabilizándose en mayor medida de proveer cuidados y atenciones al enfermo afectado.

- A nivel individual, se realiza una intervención centrada en las demandas concretas del cliente. También se realiza apoyo emocional con aquellos familiares en los que se detecta una mayor sobrecarga, sin seguir un formato tan estructurado como en las sesiones de terapia.
- A nivel familiar se aborda la enfermedad en la dinámica familiar, como impacta en todos los miembros, como pueden colaborar de forma conjunta, mediación en conflictos,...
- A nivel grupal, a través de los Grupos de autoayuda, se aporta apoyo grupal con diversos cuidadores, que por sus características comunes intercambia experiencias.

## Grupos de Apoyo a familiares

### Cuidar sin descuidarse

En estas sesiones los familiares, acompañados por un terapeuta, comparten sus emociones en relación a la experiencia de cuidar. Al tiempo que se ofrecen pautas para mejorar su autocuidado, gestionar mejor la enfermedad, minimizar el estrés y mejorar la percepción de bienestar. En esta ocasión los grupos de autoayuda los hemos denominado “Cuidar sin descuidarse”, con el fin de incidir en este aspecto para las familias.



Han asistido **23 personas** con una media de asistencia de 10 personas por sesión.

Para esta actividad hemos contado con el apoyo de la **Obra Social la Caixa** a través del proyecto de Apoyo Psicosocial



Las personas que acuden a los grupos de autoayuda manifiestan que el asistir a estos grupos ha ayudado a :  
 “mejorar el ánimo”, “ver que otras personas están peor que yo, tener más paciencia aunque es duro aceptarlo”  
 ; “ Compartir con otras personas” “Cuidarme un poco más” ; “Salir fortalecida y coger experiencias de otros”

### CUIDAR SIN DESCUIDARSE



**Grupo de ayuda para cuidadores**  
 Martes del 1 de Marzo 2016 al  
 31 de mayo 2016. Hora: 16,30 H –18,00 H  
 Lugar: Unidad de Memoria de AFAR. Centro Intergeneracional. Avda. Orfeón Arandino 2,2º  
 Aranda de Duero (Burgos)  
 \*Gratis para socios

**Organiza:**  
 Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de la Ribera  
 INFORMACIÓN: CENTRO TERAPÉUTICO DE DA "LAS FRANGIAS"  
 C/ Aranda Duero, 2, 2º. ARANDA DE DUERO.  
 Teléfono: 947 550071 655 47 58 44  
 afar.aranda@telefonos.es  
 www.afararanda.com

**Colabora:**  
 Obra Social "la Caixa"

## Préstamo de Ayudas Técnicas

Ayudas técnicas prestadas en 2016

Sillas de Ruedas: 5


Silla de Baño: 1

Camas: 2



## Otras propuestas para familiares

**CON**



**DE CUIDADOR**

**GESTIÓN DEL ESTRÉS A TRAVÉS DEL HUMOR**

**A CARGO DEL PROFESOR GERMAN PAYO.**

**21 DE SEPTIEMBRE 2016.**

ORGANIZA: ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE LA RIBERA

AFAR

COLABORAN: interClub CAJADEBURGOS

**21 de septiembre**

DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

TALLER PARA CUIDADORES Y FAMILIARES

LUGAR INTERCLUB CALLE PISUERGA, 2 DE 10,30 A 13,30 H. GRATUITO

CHARLA PARA PÚBLICO EN GENERAL LUGAR AUDITORIO CASA DE LA CULTURA 20,00 H

INFORMACIÓN: CENTRO TERAPÉUTICO DE DÍA "LAS FRANCICAS", C/ Antonio Bacierno, 2, Bajo, ARANDA DE DUERO. Teléfono: 947500807 650475844

[www.afaranda.com](http://www.afaranda.com)



Asistieron 22 personas con una valoración muy positiva.

A lo largo del año se realizaron otras acciones formativas para familiares como manejo de alteraciones de conducta, cuidados básicos de enfermería o taller de espalda para familiares.

**Yoga:** Se realiza semanalmente con una periodicidad de 2 días semanales. Asisten una media de 12 personas.



**Ocio, Excursiones y salidas.** Planteadas para que los familiares y cuidadores tengan la ocasión de relacionarse con otras personas y disfrutar de su tiempo de Ocio.



*Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de la Ribera -A.F.A.R.-*

## Sensibilización y voluntariado

### Sensibilización

Se han realizado a lo largo del año numerosas actuaciones de sensibilización. Siempre que se realizan actos benéficos se aprovecha para dar información sobre la asociación, sus servicios y sobre la enfermedad y la importancia de hacer diagnóstico precoz.



Talanquera Peña el Jarro a beneficio de AFAR



Campaña "con C de cuidador". La presidenta Ana Andrés y el tesorero José Luís Cob con periodistas de los medios locales.



Acto organizado por el Gimnasio Aranda con fines benéficos.

Se estima que los actos que realizamos tienen un importante impacto en la zona y que contribuyen a dar visibilidad a la asociación y a la enfermedad de alzheimer y al papel del cuidador.



Charla del profesor German Gayo. Gestión del estrés a través del Humor.

Comida Día mundial del Alzheimer a la que asistieron 125 personas.



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES SEMANA DEL ALZHEIMER 2016

A.F.A.R. es una asociación sin ánimo de lucro fundada en el año 1996 que nació con el fin de mejorar de la calidad de vida de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otras demencias en Aranda de Duero y la Ribera. Incidimos en la detección precoz ofreciendo servicios de carácter preventivo, además de ofrecer otros servicios especializados dirigidos a personas afectadas por algún tipo de demencia y a sus familiares.



### 17 DE SEPTIEMBRE (SÁBADO)

Cuestación y Mesas informativas por las calles arandinas.

### 19 DE SEPTIEMBRE (LUNES)

Presentación semana Alzheimer y de comercios y farmacias amigables con los mayores

**Charla : Alzheimer : un reto presente y futuro**

**Lugar :** Interclub Caja de Burgos  
**Hora :** 20.00 h

### 20 DE SEPTIEMBRE (MARTES)

Excursión a El Burgo de Osma para usuarios, familiares y voluntarios. Visita guiada pueblo y Catedral. Comida en La vid

**Precio: 10€** \*Plazo de inscripción hasta el día 15 de septiembre. Financiado parcialmente por AFAR.

#### ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR INTERCLUB

ZUMBA	YOGA
LUGAR: Interclub	LUGAR: Interclub
HORA: 9.00	HORA: 18.30-20
PRECIO: 2 EUROS	PRECIO: 2 EUROS

### 21 DE SEPTIEMBRE /DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER ( MIÉRCOLES)

Taller para familiares y cuidadores : Gestión del estrés a través del humor a cargo del profesor German Payo (plazas limitadas)

**Lugar :** Interclub **Hora :** 10,30-13,30 h.

**Charla : El humor como herramienta de gestión del estrés a cargo del profesor German Payo**

**Lugar:** Casa de la Cultura **Hora :** 20,00 h

### 22 DE SEPTIEMBRE (JUEVES)

**Pincho Solidario**

**Lugar:** Bar Plan 37. C/ Isilla

**Hora:** 20,00 h

Amenizado por actuaciones musicales \*Puedes colaborar con la Asociación llevando tapas que se repartirán entre los asistentes.

#### ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR INTERCLUB

PLATES + 50	TALLER DE COCINA
LUGAR: Interclub	LUGAR: Interclub
HORA: 12.00 H	HORA: 18.00 h
PRECIO: 2 EUROS	PRECIO: 2 euros

### 23 SEPTIEMBRE (VIERNES)

**PAELLA** CON FAMILIARES, SOCIOS, VOLUNTARIOS y AMIGOS.

**CANCIONES POPULARES y BAILE**

**Lugar:** Recinto Ferial

**Hora:** 14.00 H

**Precio:** 7€

\*Plazo de inscripción: hasta el día 21 de septiembre o hasta completar comensales. Financiado parcialmente por AFAR.



Se estima que las actividades de sensibilización tienen impacto, al menos, en unas 10.000 personas de Aranda y la comarca. Otras actuaciones de sensibilización: Apariciones en medios de comunicación (televisión, prensa, radio,..), redes sociales, página web,...

## Voluntariado

AFAR cuenta con 28 voluntarios que colaboran tanto en actividades de gestión (Junta Directiva) como en actividades de atención directa a los afectados: actividades de Música, preparación de almuerzo y merienda en Centro de Día, acompañamiento en paseos, apoyo en el transporte, coro,...). Así mismo también contamos con la colaboración de voluntarios en actividades puntuales (cuestiones, colocación de carteles, apoyo en otras actividades, ... ).



Reunión de Junta Directiva

Se han realizado dos jornadas formativas y de convivencia a lo largo del año:

### JORNADA FORMACIÓN MAYO 2016

Se desarrolló durante una sesión de una mañana en la que se trataron las siguientes cuestiones :

- Ley de Voluntariado
- Aproximación a la Atención centrada en la persona

Se finalizó la jornada con una comida de hermanamiento y acudieron 13 participantes

### JORNADA DE FORMACIÓN DICIEMBRE 2016

Se desarrollo una jornada por la mañana por parte del grupo de formación Arcco psicología. La temática del mismo consistió en :

- Características del voluntariado
- Estrategias para la resolución de conflictos

Se finalizó la jornada con una comida de hermanamiento y acudieron un total de 14 personas

### EVALUACIÓN

Todos los participantes se mostraron muy interesados en las temáticas propuestas , demandando este tipo de cursos formativos.

### Actividades puntuales

Para desarrollar estas actividades contamos con la colaboración de voluntarios que aunque no tengan una actividad de carácter continua sí que llevan apoyando a la Asociación un largo período tiempo y tienen una continuidad. , englobándose dentro de ellos todos los miembros de la Junta Directiva además de otras personas.

- Cuestación todos los años coincidiendo con el Día Mundial del Alzheimer los voluntarios se colocan en diferentes puntos de la localidad o de pueblos cercanos con huchas, mesas petitorias y de información sobre la enfermedad de Alzheimer y los servicios que se ofrecen desde la Asociación.
- Venta de pines, lotería , entradas de actos, etc :
- Semana del Alzheimer : este año con motivo del día Mundial de Alzheimer ,hemos desarrollado diferentes actividades durante toda la semana ,las cuales hubieran sido imposibles de salir adelante si no hubiéramos contado con voluntarios.
- Fiesta del verano : todos los años con motivo de la entrada en el verano celebramos al aire libre una jornada lúdica , a la que acuden todos los usuarios de .A.F.A.R.. Debido a la complejidad de llevar a cabo un evento de estas características , se hace necesario contar con el apoyo de cuanta más gente mejor , por lo que además de contar con nuestro voluntarios , la empresa Glaxo-Smithkline , colabora a través de su ``Orange Day'' , dando opción a sus empleados de contar con el día libre si colaboran con organizaciones de carácter social para una actividad concreta que hayan suscrito un convenio de colaboración ,del que A.F.A.R. ,forma parte. **Este año acudieron un total de 15 trabajadores de Glaxo-Smithkline**



*Voluntarios de la empresa Glaxo-Smithkline en la Fiesta del Verano*

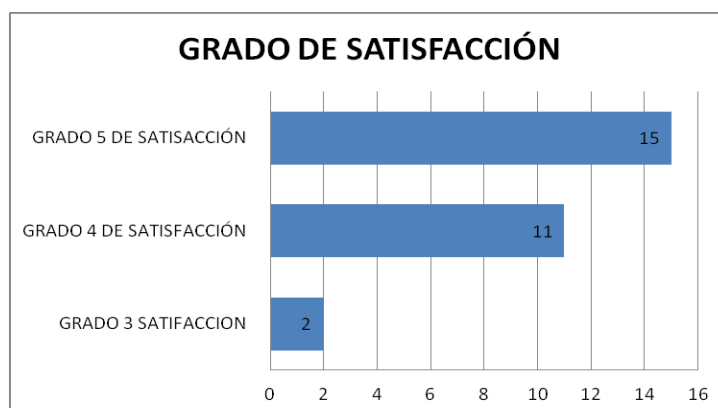


- Apoyo en conducción de la furgoneta: tres voluntarios han colaborado durante este año , para realizar , de manera puntual ,el transporte adaptado de los usuarios de la Asociación.
- Apoyo en actividades celebración del 20 Aniversario : con motivo de la conmemoración del 20 aniversario de la Asociación , durante el mes de Noviembre, se han llevado a cabo diferentes actividades en las que se ha contado con el apoyo de voluntarios.

Voluntaria de AFAR apoyando en una de las actividades con familias



Para conocer el grado de satisfacción con los voluntarios que colaboran con la Asociación , se ha procedido a pasar un cuestionario ,en el que se pide que valoren de uno a cinco su grado de satisfacción con la implicación en las actividades ,arrojando los siguientes resultados :



## Prevención de la dependencia y mejora de la calidad de vida medio Rural

La finalidad de este proyecto es mantener las capacidades cognitivas y funcionales de las personas mayores el mayor tiempo posible, retrasando su deterioro y su pérdida de autonomía.

Está dirigido a personas mayores de 55 años residentes en el ámbito rural y en él se abordan aspectos relacionados con el envejecimiento saludable, habilidades sociales, entrenamiento cognitivo, ocio, etc.

El proyecto se realizó durante 20 sesiones de carácter semanal gracias a la colaboración del ayuntamiento de Sotillo, La Caixa y AFAR. Se inició en 2015 y se dio continuidad el 2016 incidiendo especialmente en la estimulación cognitiva como forma de prevención. Asistencia 18 personas.

Valoración global de los asistentes: Muy buena





## FORMACIÓN

FORMACIÓN	IMPARTE	FECHA	ASISTENTES
Gestión de Personal	AFACAYLE Valladolid	7/4/16	Gema Arranz M <sup>a</sup> José López Jose Luís Cob (Junta D.)
VII Jornadas Formativas en Terapias de Psicoestimulación para Profesionales de las AFAS de Castilla y León	AFACAYLE Salamanca	Mayo-16	Yolanda González
Intercambio profesionales	AFACAYLE Burgos	May-junio-julio 16	Sandra García María Galán
Taller de Espalda	Mutua Universal Aranda	10 mayo 16	Sara de la Rubia Soraya La Fuente
Atención Centrada en la persona	INSERSO Madrid	24 y 25 mayo	María Galán Gema Arranz Charo – JD/ Alumna prácticas
La Musicoterapia en las AFAS de Castilla y León	AFACAYLE Valladolid	5 de Octubre	José Ramón Vicario
Manejo Alteraciones de Conducta	Fundación María Wolff Aranda de Duero	26 noviembre	Todos los profesionales
Ética y Atención centrada en la persona	AFACAYLE Palencia	1 de diciembre	María Galán Gema Arranz Yolanda G <sup>a</sup> Arlanzón
Gestión auxiliar de personal	Alaro Formación On-line	Noviembre	M <sup>a</sup> José López Ponce de León



Curso

Manejo alteraciones de conducta con Rubén Muñiz



Curso Atención centrada en la persona

## 20 ANIVERSARIO

Este año AFAR conmemoraba el 20 aniversario de su creación y por este motivo organizamos una serie de actos para celebrarlo y agradecer a todos el apoyo prestado durante este tiempo.

### 13 de Mayo Concierto Saxofón



Comenzamos el 20 aniversario con el Concierto de Saxofón a cargo de Rodrigo Cob quien de forma altruista se brindó a ofrecer este concierto donando la recaudación a AFAR.

Asistieron casi 300 personas.

### 27 de Mayo tapa Solidaria organizada por colegio ICEDE



III edición del pincho solidario organizado por el colegio ICEDE a beneficio de Afar Alzheimer Aranda donde nuestra asociación se dio a conocer mediante una charla que gozo de un público

muy participativo y pudimos disfrutar de los deliciosos pinchos elaborados por los alumnos de hostelería.



**CANTADA POPULAR**  
Recordando canciones de siempre

Con **CHOCOLATADA** benéfica

**XX ANIVERSARIO DE AFAR**

28 de junio 2016 ( martes )  
A partir de las 20,00 h. en Plaza del Trigo  
Aranda de Duero

**Organiza: A.F.A.R.**  
Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de la Ribera.

**Colaboran:**  Obra Social "la Caixa"

**INFORMACIÓN:**  
CENTRO TERAPÉUTICO DE DÍA "LAS FRANCESAS". C/ Antonio Baciero, 2. Bajo.  
ARANDA DE DUERO.  
Teléfono: 947 500807 / 650475844  
afar.aranda@yahoo.es  
www.afaranda.com

## 28 de Junio Cantada y chocolatada Popular



Parece que fue ayer cuando se creó esta asociación y ya cumplimos 20 años. Han sido muchos los retos, los avances, los logros y las personas e instituciones que nos han acompañado en este camino y a los que estamos agradecidos. Son muchas las

personas que forman parte de nuestra historia porque de alguna manera AFAR forma parte de un pedazo de su vida. Gracias a todos los que habéis hecho posible que AFAR sea lo que es, seguiremos luchando por el bienestar de las personas que lo necesitan.

## 20 ANIVERSARIO 1996-2016

### 11 de NOVIEMBRE

#### Homenaje a los Cuidadores

Plantación de árboles de árboles en el Parque Allendeduero 11,30 h.

### 24 de NOVIEMBRE

#### Charla "Envejecimiento y demencia: ¿se puede prevenir?".

A cargo del neurólogo Dr. Miguel Goñi. Casa de Cultura de Aranda de Duero

Hora: 20,00h

\*Entrada libre hasta completar aforo.



### 25 de NOVIEMBRE

#### CENA 20 ANIVERSARIO

Hotel Montermoso

Hora: 21.30 H

Precio: 30 € (21 € cenar+ 9 € donativo)

Sorteos, Baile, Presentación vídeo AFAR

Autobuses: Salida 23,00 h. en Tamaca y Jardines de Don Diego / Regreso: Después del baile

### 26 de NOVIEMBRE

#### Curso Teoría general de las demencias, retrogénesis y gestión práctica de alteraciones de conducta.

A cargo de D. Rubén Múñiz.

Fundación María Wolf. Dirigido a profesionales AFAR y voluntarios.

### 27 de NOVIEMBRE

#### Cine: Película Florence Foster Jenkins.

Comedia del 2016 dirigida por Stephen Frears con Meryl Streep y Hugh Grant sobre la vida de una soprano. Colabora Cine Club Duero

Hora: 19.00 h Entrada: 5 €

Lugar: Cine Aranda.

DICIEMBRE: Comercios Amigables en colaboración con ACOA

### 2 de DICIEMBRE

#### Curso y Homenaje a voluntarios

Del 22 de NOVIEMBRE al 2

de DICIEMBRE: EXPOSICIÓN

CASA DE LA CULTURA ARANDA

## 20 A OS RECORDANDO A LOS QUE OLVIDAN



## 11 de Noviembre: Homenaje a los Cuidadores: Plantación de árboles



/



## 24 de Noviembre Charla

“Envejecimiento y demencia: ¿se puede prevenir?”. A cargo del Dr. Miguel Goñi Imízcoz.

Ana Andrés, presidenta de AFAR junto al neurólogo Dr. Miguel Goñi al finalizar la charla



## 25 de Noviembre Cena 20 Aniversario AFAR



Miembros de Juntas directivas anteriores



Trabajadoras de AFAR en la cena 20 aniversario





Miembros de junta directiva actual, junto al concejal de Acción Social D. Máximo López que nos acompañó en la cena.

Asistieron 135 personas

Del 22 de Noviembre al 2 de Diciembre: Exposición 20 años en la casa de la cultura de Aranda de Duero



27 de Noviembre  
Película Cine Club  
Duero



*Asociación de Familiares de*

## CONVENIOS, SUBVENCIONES Y COLABORADORES



Ministerio Sanidad y  
Servicios Sociales

29.546,35 €



Aranda de Duero

Ayuntamiento de Aranda  
de Duero

5.670 €



**Junta de  
Castilla y León**

Consejería de Familia e  
Igualdad de Oportunidades

Gerencia de Servicios  
Sociales JCYL 18.000 €



**iberCaja**

Obra Social y Cultural

Proyecto Pizarra digital:  
1.000 €



Proyecto Terapia Asistida  
con animales: 6.000



**"la Caixa"**

Proyecto apoyo  
psicosocial: 36.000 €

### Otras colaboraciones a través de actos Benéficos:

Reiki Solidario: 571€; Talanquera Peña El Jarro: 800  
Concierto Saxofón Rodrigo Cob: 1.560€ Pins fiestas: 700 €  
Pincho solidario ICEDE: 385€ Cuestación: 2.527 €  
Club Balonmano Villa de Aranda: 320 Venta de lotería: 5.375 €.  
€Gimnasio Aranda: 1.175€

### COLABORADORES CENA BENÉFICA 20 ANIVERSARIO

REGALO	DONANTE	DIRECCIÓN
1-CUADRO	AFAR OBRA ORIGINAL: RAFAEL ALONSO LÓPEZ-MONTERO	NOTA: Cuadro con Certificado de Autenticidad
1-JAMÓN	DESPENSA GUIJUELO	C/ San Gregorio, 14
1-ORDENADOR PORTÁTIL	COPIADORAS ARANDA, S.L.	Polígono Industrial Allendeduero, Av. Montecillo, 16
1-VALE DESCUENTO 50€	VIAJES URDA, S.L.	C/ Antonio y Manuel Cebas (Esquina Burgo de Osma, s/nº)
1-MONOPATÍN	2 RUEDAS	C/ Antonio y Manuel Cebas, 4
1-CAJA GOURMET	GRUPO DELINCEX	Travesía San Isidro, 1
1-CENTRO DE GOMINOLAS	FRUTOS SECOS KIKOS	P/ Mayor (Esquina Santa Lucía)
1-COLONIA	PERFUMERÍAS PARISCENT	C/ Ronda, 3
1-BICICLETA (Segunda mano)	GRUPO DEYFOS: FORMACIÓN, PSICOLOGÍA Y COACHING	C/ Miranda do Douro, 5
1-PULSERA DE ARANDA	JOYERÍA RELOJERÍA: TEMPUS GAYUBO	C/ Las Boticas, 8
1-ESTUCHE DE VINO	BODEGAS MARTA MATÉ	Tubilla del Lago
1-CESTA NAVIDAD	ISAÍAS DE BLAS, S.L.	Polígono Industrial Allendeduero, Av. Portugal, s/nº
1-SESIÓN DE REFLEXOLOGÍA PODAL TAILANDESA	CENTRO HOLÍSTICO: NANTAI	Avda. Castilla, 10
1-PLANTA	FLORISTERÍAS NENÚFAR	C/ La Miel, 7
1-VALE DESCUENTO	ELOS MODA	C/ Sol de las Moreras, 5
1-VALE DESCUENTO	CALZADOS VELASCO	C/ Ricaposada, 9

## LIQUIDACIÓN DE INGRESOS Y GASTOS DE 2016

(CUENTAS AUDITADAS POR EUDITA AUDITORES)

LIQUIDACIÓN INGRESOS	AÑO 2016	
USUARIOS:	297.645,28 €	67,39%
ORGANISMOS PÚBLICOS:	53.216,35 €	12,05%
ENTIDADES PRIVADAS:	40.500,00 €	9,17%
APORTACIONES SOCIOS:	15.397,24 €	3,49%
SUBBENCIONES CAPITAL TRANSF.:	2.772,18 €	0,63%
APORTACIONES ASOCIACIÓN:	32.172,48 €	7,27%
<b>TOTAL LIQUIDACIÓN INGRESOS:</b>	<b>441.703,53 €</b>	<b>100,00%</b>

LIQUIDACIÓN GASTOS	AÑO 2016	
PERSONAL:	325.169,14 €	73,96%
COMPRAS Y GASTOS:	41.683,16 €	9,48%
PROFESIONALES INDEPENDIENTES:	17.467,38 €	3,97%
ALQUILERES:	25,29 €	0,01%
SERVICIOS Y SUMINISTROS:	33.387,22€	7,59%
AMORTIZACIONES Y PÉRDIDAS INMOVILIZADO:	21.952,79 €	4,99%
<b>TOTAL LIQUIDACIÓN GASTOS:</b>	<b>439.684,98 €</b>	<b>100,00%</b>

<b>INGRESOS AÑO 2016:</b>	<b>441.703,53 €</b>
<b>GASTOS AÑO 2016:</b>	<b>439.684,98 €</b>
<b>EXCEDENTE EJERCICIO 2016:</b>	<b>2.018,55 €</b>

## RESUMEN LOGROS DEL 2016

### Principales logros

...

- Auditoría de cuentas con resultado favorable Audita Auditores
- Renovación de la Certificación AENOR del sistema de gestión de Calidad 9001 y el certificado de Calidad de Gestión de Centro de Día y de Noche UNE 158201:2007.
- Adquisición de una nueva furgoneta adaptada con capacidad para 9 personas
- Celebración del 20 aniversario de AFAR con numerosos actos y repercusión en la sociedad.
- Atención 125 personas afectadas y a 300 familiares y cuidadores.
- Aumento del número de socios y de voluntarios



- 39 usuarios en el Centro Terapéutico de Día
- Aumento del horario de servicio en el Centro de Día
- 52 personas atendidas de forma directa en los talleres de Unidad de Memoria.
- 20 personas atendidas en servicios de Ayuda a domicilio.
- Aumento en la dotación y uso de las nuevas tecnologías en la intervención con usuarios
- Proyecto de Terapia asistida con animales financiado por Fundación Gutierrez Manrique en la que participan 85 personas.
- Atención a 45 familiares en entrevistas de información en primera consulta.
- 31 valoraciones iniciales de personas no vinculadas a AFAR, devolución de la valoración y asesoramiento.
- Proyecto de prevención de la dependencia y mejora de la calidad de vida en el medio rural en el que han participado 18 personas
- Mejora de la formación y especialización a los profesionales de la asociación.
- Atención a más de 500 familiares ofreciendo asesoramiento, información, apoyo emocional, apoyo en la gestión de trámites sociales, yoga, fisioterapia, actividades lúdicas, préstamo de ayudas técnicas, etc.



## CONCLUSIÓN

La valoración que realizamos desde AFAR respecto a los logros alcanzados en este año es muy favorable, ya que se han alcanzado gran parte de los objetivos que nos planteábamos. El 2016 ha sido un año muy especial para nosotros en el que AFAR ha cumplido 20 años de su creación de la asociación. El mirar con perspectiva estos 20 años, nos permite valorar que se han alcanzado muchos logros y nos alienta a seguir trabajando por los muchos retos por conseguir.

Desde AFAR estamos satisfechos con el número de personas atendidas este año, el cual se ha incrementado respecto al año anterior. Continúa siendo un reto llegar al mayor número de personas, ya que está comprobado que la intervención contribuye al mantenimiento de capacidades, retrasa la dependencia y minimiza el grado de sobrecarga del cuidador. Sin embargo, en este empeño nos encontramos con un escollo que son los espacios de los que disponemos para poder ofrecer servicios, que siguen siendo insuficientes para dar respuesta a la demanda existente en nuestra comarca. En todas las encuestas de valoración realizadas tanto a usuarios, como familiares como profesionales, el tema de las infraestructuras y las instalaciones es el ítem que se valora peor de todos los preguntados.

Los cuestionarios de satisfacción recogidos y la valoración que realizan tanto usuarios como familiares y profesionales es, en general, muy positiva. Durante todo el año no se ha registrado ninguna queja por parte de las personas que han recibido el servicio y el grado de satisfacción es muy elevado. La gran mayoría de las puntuaciones obtenidas en todos

los servicios rondan puntuaciones en torno al 4,5 sobre 5 (escala tipo lickert en la que 0 es la mínima puntuación y 5 la máxima)

Es de destacar que el 100% de los profesionales encuestados que forman parte del equipo de AFAR, se sienten orgullosos de formar parte del equipo y totalidad de los encuestados recomendarían el servicio a algún conocido.

Estamos satisfechos ya que consideramos que con los programas que desarrollamos se contribuye a mejorar la sensación de bienestar de las personas afectadas y la de sus familiares, lo cual es un gran logro que valoramos positivamente.

Sabemos nuestro trabajo supone “ir contra corriente” ya que la mayoría de las personas con las trabajamos presentan procesos degenerativos y progresivos que llevan asociado deterioro y pérdida de autonomía. Sin embargo desde AFAR seguimos teniendo muy presente el objetivo con el que nacimos hace 20 años, que no es otro que mejorar la calidad de vida de las personas afectadas y de sus familiares o cuidadores y a tenor de los resultados, podemos decir que, de alguna manera, lo conseguimos. Gracias a todos los que lo hacéis posible.

En Aranda de Duero a 29 de Mayo 2017

## ANEXO: DOSIER DE PRENSA

ARANDA | VISITA INSTITUCIONAL

### Alonso: «El riesgo de contraer zika en los Juegos Olímpicos es bajo»

El ministro de Sanidad espera que los deportistas españoles viajen a Brasil con «confianza y sin miedo», aunque recuerda la necesidad de tomar las medidas de prevención oportunas

• El responsable ministerial ensalzó la gestión del PP y garantizó que, de ganar las próximas elecciones, se mantendrá una política de «unidad, estabilidad y crecimiento».

M.L. MARTÍNEZ (ICAL) / ARANDA  
El ministro de Sanidad, Asuntos Sociales e Igualdad en funciones, Alfonso Alonso, confía en que los deportistas españoles viajen a Brasil «con confianza» y participen en los Juegos Olímpicos. Afirmación que realizó ayer, durante una visita a Aranda, en alusión a las declaraciones realizadas el pasado lunes por el jugador de la selección española de baloncesto, Pau Gasol, quien anunció que estaba valorando la posibilidad de no acudir a Río de Janeiro por la posibilidad de contraer el virus Zika. «Se puede ir siguiendo las recomendaciones», aseguró Alonso.

«Creo que se puede viajar a Brasil y se puede ir a las Olimpiadas. El riesgo es bajo y lo podemos hacer más pequeño. Hay que tener confianza», añadió. Además, se mostró convencido de que los deportistas españoles podrán acudir a la competición «sin miedo», dijo. «En la vida siempre hay riesgos, no hay un riesgo cero. Pero con medidas de prevención, el riesgo puede ser más bajo».

El responsable ministerial en funciones manifestó que, hasta el



Alfonso Alonso (derecha) junto al candidato al Congreso del PP por Burgos Jaime Matas. / J.M.

momento, en España todos los casos han sido «importados», definió. «Hemos aprobado un protocolo de actuación junto con las comunidades autónomas para la prevención del Zika y de otras enfermedades que son transmitidas por vectores», anunció, y recordó que existen «potenciales vectores de transmisión del virus» en el país. Sin embargo, aseguró que «no se ha constatado que haya ningún

caso de transmisión. Todos proceden de países donde han tenido una mayor incidencia porque los vectores allí son más activos».

Entre ellos se encuentra Brasil. Motivo por el que Alonso recordó que el Gobierno del país se ha puesto en contacto con el Comité Olímpico para informarse sobre las medidas de prevención que deben adoptar los deportistas y personas que viajen a los Juegos Olímpicos.

«En Río de Janeiro es invierno y eso reduce el contagio por picadura de mosquito»

pico. Todas se pueden consultar a través de la web del ministerio de Sanidad.

En su intento por calmar la preocupación de deportistas y viajeros, Alonso subrayó que «en Río de Janeiro es invierno cuando se celebran los Juegos Olímpicos por lo que el riesgo de transmisión por parte de un mosquito es mucho más bajo que si fuera verano». Aún así, reiteró, «es buena adoptar medidas de prevención para evitar picaduras y si se mantienen relaciones sexuales».

**RECUPERACIÓN ECONÓMICA.** El ministro de Sanidad aprovechó su visita para lanzar un mensaje de «confianza» a la ciudadanía en un momento «trascendente», dijo, aludiendo a la celebración de unas nuevas elecciones. Rodeado por responsables del Partido Popular (PP) a nivel comarcal y provincial, Alonso resaltó que España tiene «un futuro espléndido por delante. Ha salido de una crisis muy difícil y ha logrado creando empleo. Más de 500.000 puestos en 2015», sostuvo. Además, afirmó, «las perspectivas de este año son muy buenas y se prevé hasta un millón de nuevos empleos en el período estival, según han anunciado las empresas del sector».

Previsiones con las que Alonso argumentó su percepción a cerca de la situación del país: «Vive un tiempo de recuperación económica y social». Motivo por el que, destacó, «lo importante es que todo el crecimiento se traduzca en empleo y eso genera nuevas oportunidades para la gente», comentó. «Este es nuestro esfuerzo de recuperación de España».

Con un discurso de precampaña, Alonso garantizó que, si el PP gana en las urnas, su triunfo será «una garantía de que se va a mantener una estabilidad y una política que hace crecer y recuperar oportunidades. Se va a mantener la unidad del país y se va a buscar el diálogo con los demás».

### El ministro desoye la petición de crear una política de estado sobre el alzhéimer

ICAL - S.R. / ARANDA  
El ministro de Sanidad, Asuntos Sociales e Igualdad en funciones, Alfonso Alonso, abogó ayer en su visita a la capital ribereña por «la participación de la iniciativa social en la planificación y diseño de las políticas del Gobierno y en la gestión de los recursos». Sin embargo, durante la reunión que mantuvo con una decena de agrupaciones de carácter social de la ciudad desoyó la petición de la Asociación de Familiares de Alzhéimer de Aranda y la Ribera (Afar) para iniciar una política de

estado sobre esta patología. Una reclamación que mantienen tanto las entidades locales como las nacionales desde hace tres años.

Aunque Alonso tomó nota del ruego, informó a los presentes que la gestión de los recursos debe realizarse desde el propio territorio. En este sentido recordó que Castilla y León ya cuenta con un centro de referencia estatal (CRE) para atender a las personas que sufren alzhéimer y a sus cuidadores ubicado en la ciudad de Salamanca.

En el encuentro, al que fueron convocados los responsables de



Alonso se reunió con una decena de asociaciones de la ciudad. / A. ORDÓÑEZ

las asociaciones con menos de 24 horas de antelación por los concejales del Ayuntamiento arandino, también se planteó el problema que genera a la ciudadanía la escasez de médicos de Atención Primaria. El ministro de Sanidad en funciones aprovechó la reunión para subrayar que el PP cree en «la iniciativa social de las personas» que, dijo, no debe ser sustituida por el Estado.

«La iniciativa privada en todos los sectores: en el ámbito económico pero también en el de la solidaridad, es la que tira de carro y mueve a la gente. En el caso de España van nueve millones de voluntarios», añadió. Un mensaje que no llegó a las personas sordas pues, pese a haber citado a la asociación que les representa, no hubo intérprete de signos en la cita.



MIÉRCOLES 29 DE JUNIO DE 2016 **Diario de Burgos**

**ARANDA** | ACCIÓN ASOCIATIVA

## LA VOZ DE LA MEMORIA

La asociación AFAR celebraba el estreno oficial de su coro, formado por personas que son capaces de recordar las tonadas que aprendieron de niños y que ahora se están perdiendo

I.M.L. / ARANDA

La mente tiene unos caminos sorprendentes que, en ocasiones, hacen que nos olvidemos de lo que comimos ayer pero recordamos algún detalle, por pequeño que sea, de una vivencia recogida hace muchos años. Esa es la magia de los recuerdos, que con una sola palabra, un olor o una melodía nos puede evocar tiempos ya pasados. Además, la remembranza de esos momentos es un buen ejercicio para la mente y la memoria, que se activa como los músculos en el gimnasio. Para aprovechar esta herramienta, desde la Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer de Aranda y la Ribera (AFAR) han creado un coro con sus usuarios, ayudados por dos voluntarios, tanto en la Unidad de Memoria como en el Centro de Día, donde las letras de las canciones tradicionales y sus melodías son la tabla de ejercicios mentales de los participantes.

No hace falta tener una voz privilegiada ni un oído portentoso, en este coro todo vale. Lo único que se precisa es seguir el ritmo, cantar la letra y, sobre todo, divertirse. Una actividad muy sana que desde AFAR quisieron compartir ayer con la población arandina que se dejaba caer, o simplemente pasaba, por la plaza del Trigo. Repartieron la letra de las canciones, para que los más desmemoriados no perdieran el ritmo, y animaron a todos los presentes a sumar sus voces al coro.

Desde las más arandinas, como *En el aceite*, hasta las típicas de una noche de ronda de la tuna, como *Clavelitos*, las decenas de personas que se fueron reuniendo llenaron esta plaza tan musical con sus voces, mientras las mentes hacían su particular viaje en el tiempo, a su infancia o juventud, cuando



Un coro de aficionados y semiprofesionales animaba a los asistentes a acompañarles con las tonadas populares. / FOTOS: DB

estas canciones se interpretaban en cualquier celebración de amigos o familiar.

Para reponer fuerzas, un nutrido grupo de voluntarios de AFAR animaban a los paseantes a unirse al improvisado coro mientras que otros atendían a los golosos que querían dulcificar su voz con un chocolate o aclarar la garganta con un poco de agua mineral, que podían adquirir por un módico donativo para la asociación en una larga mesa ubicada en los soportales de la Casa de Cultura. Más allá de consumir alguno de estos productos, los 'clientes' se acercaban a agradecer su labor a los voluntarios y, de paso, rascarse los bolsillos y colaborar con la causa.



El público, cancionero en mano, no dejó pasar la oportunidad de unirse al coro.

**ARANDA** | SOCIEDAD

ENCUENTRO FAMILIAR AFAR 2016

ARANDA | DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

## CUIDAR CON HUMOR Y SIN DESCUIDARSE

Afar organizó ayer un taller en el interClub de Caja de Burgos para todos los que atienden a personas con alzhéimer

S. RIOSERAS / ARANDA

Si aceptas que en la vida se puede estar un poco loco, es estupendo. La frase es de Germán Payo, un profesor salmantino que ha emprendido un proyecto centrado en la asistencia a enfermos a través del humor, que ayer ofreció un taller en el interClub organizado por la asociación Afar para un grupo de cuidadores de personas con alzhéimer.

Una actividad preparada con motivo de la celebración del Día Mundial de esta patología que pretende seguir una de las premisas de la entidad arandina: «Cuidar a los que cuidan para que nunca ol-

viden cuidarse a ellos mismos», pues su salud interviene directamente en la calidad de la asistencia que prestan a sus familiares. También su estado emocional, aspecto en el que se centró el taller de Payo. «Se trata de romper las estructuras mentales que tenemos y hacer ver a la gente que, incluso ante situaciones complicadas, podemos ver el lado positivo y reírnos», explica. «Tenemos la capacidad de ver las cosas de otro modo a través del sentido del humor».

Para Payo, ese es el mejor aliado para los cuidadores de personas con alzhéimer. «Si nos reímos con personas que están deteriora-

das físicamente, les hacemos mucho bien», simplifica. «Con ellos, el razonamiento no sirve porque cuando avanza la enfermedad no son capaces de hacerlo», indica. En cambio, recuerda, existen otras herramientas: «El afecto, el juego, el carfño, estar cerca de ellos...», enumera.

«No es fácil», reconoce, pues ha convivido en su propio hogar con este deterioro cognitivo. Conoce a la perfección las difíciles situaciones por las que pasan los enfermos y el estrés que genera en los cuidadores. Motivo por el que se volcó en un proyecto ([www.educahumor.com](http://www.educahumor.com)) que incide en la ca-



Los asistentes se animaron a posar con narices de payaso. / D8

pacidad del ser humano para reír y hacer reír. Lo demostró ayer con ejercicios tan simples como colocar unas narices de payaso a los asistentes para romper los esquemas corporales.

También les colocó frente a un espejo para preguntales sobre lo que veían reflejado. «Todos hablan de las arrugas, de lo despeinados que están o de la mala cara que tie-

nen. Tendemos a mirar lo malo, pero la idea es reírse de todo. Se trata de flexibilidad emocional».

Por la tarde, Payo ofreció una conferencia sobre estos temas en la Casa de Cultura en la que abordó en temas más complejos que supo resumir a la perfección: «Si te ríes, el cuerpo genera hormonas que te hacen sentir mejor a ti mismo y a los demás».



# AFAR centra su esfuerzo en la comunicación con los enfermos

La Asociación de Familiares de Alzheimer retoma el grupo de cuidadores para compartir experiencias y apoyar a los que sufren la enfermedad desde el otro lado

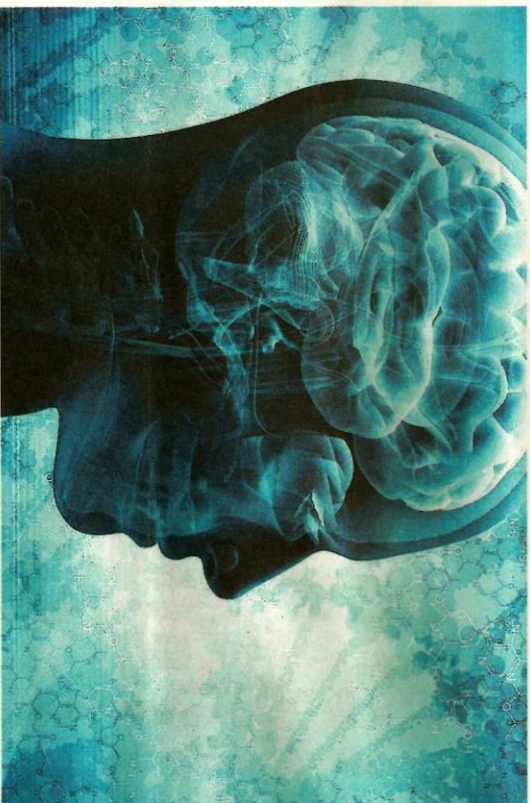
S. ROSERAS / ARANDA  
sroseras@diariodeburgos.es

Cuidar a los que cuidan. Ese es el objetivo que se ha marcado la Asociación de Familiares de Enfermos de Aranda y la Ribera (AFAR) y, para alcanzarlo, han retomado con éxito los grupos de apoyo. Se trata de sesiones semanales en las que las personas que viven la enfermedad desde el otro lado intercambian experiencias y solventan problemas en común.

Un trabajo guiado por la directora del centro de día Las Franciscas, Gemma Arranz, quien ha centrado sus esfuerzos en mejorar la comunicación entre los ciudadanos y los enfermos. También la de los cuidadores con el resto de sus familiares pues «estas relaciones también generan conflictos».

El encuentro comienza puntualmente a las 16.30 horas cada martes desde el pasado 1 de marzo y finalizará el próximo día 31 de mayo. «Lo retomamos en octubre», adelanta. Pero, reconoce, todo depende de la predisposición de la gente. «Hay veces que no cuela y no ha habido grupo, pero este año está funcionando muy bien».

Así lo hacen saber las 15 personas que participan en el grupo interrumpiendo, para sorpresa de Arranz, su intervención. «Esto es una maravilla, nos atendemos perfectamente, nos cuidan. Ha sido muy beneficioso para nosotros». Recuperada del sonjío, Arranz retoma las tareas de la sesión. En



esta ocasión les invita a recordar los factores que intervienen en una buena comunicación. Surgen palabras como empatía, respeto y la necesidad de emplear un tono adecuado y un vocabulario apropiado, así como la importancia de escuchar. Centrados en las conversaciones con los enfermos de Alzheimer, a nadie se le olvida el mágico alíndio: «Paciencia». Esa de la que deben cargarse los cuidadores desde que la enfermedad se

cuela en sus vidas. «No es fácil. En ocasiones se me escapa un grito o intento acabar sus frases», reconocen los presentes.

Saben que deben evitar ejercer este tipo de presión, pero conviven 24 horas al día durante 365 días al año frente a esta patología no es una tarea sencilla. «Más aún cuando ves cómo tu marido deja de ser el mismo», coinciden en apuntar Lucía y Paula, dos mujeres que han visto estimarse a las personas de

las que se enamoraron. La primera es una atleta de fondo que carga a sus espaldas dos décadas de maratones en la carrera de esta pérdida de memoria a sus 69 años de edad. La segunda acaba de iniciar un sprint tras su jubilación (tiene 67) que ya dura un trienio.

**TOMAR DISTANCIA.** «Con el grupo de cuidadores conseguimos que tengan una red de apoyo para que no se sientan solos», explica

Arranz. Un vínculo esencial cuando aparece la enfermedad, ya que se pierden muchas amistades al no poder seguir el mismo ritmo. «Viajar se convierte en un problema porque la persona se desorienta al no estar en su espacio».

Al margen de la comunicación, tratan aspectos como las habilidades interpersonales, la inteligencia emocional y el autoestima. «Están tan pendientes del enfermo que muchas veces se olvidan de sí mismos. Les cuesta poner límites y tomar distancia porque lo ven como un acto de egoísmo». Sin embargo, una pequeña dosis es fundamental. «La relación de igual a igual se acaba y asumen un rol de protectores totalmente descompensado».

**300 PERSONAS ATENDIDAS.** Arranz asegura que lo más importante es el aprendizaje a partir de las experiencias de otras personas: «Solventan problemas en común usando los mecanismos que han funcionado a otras personas». Para ello, antes deben superar la barrera del miedo y desvelar sus intenciones. «Es complicado dar el paso, pero los resultados son muy buenos porque tiramos de dar un enfoque positivo», dice.

Para quienes aún recelan de la multitud, disponen de asesoramiento individualizado que ofrecen a los familiares de sus 110 usuarios. «Por cada uno atendidos a dos o tres personas», indica Arranz, lo que hace llegar sus servicios del Programa de Familias a 300 personas. Una línea de trabajo que es posible gracias a una aportación de la Caja de 36.000 euros. Cantidad que aún no les permite disponer de un nuevo centro que aglutine todos sus servicios (el centro de día está en Las Franciscas y la Unidad de Memoria en el centro Virgen Viras) en una única instalación como llevan reclamando desde hace años por su aumento de actividad.

