

<b>MEMORIA 2020</b>
---------------------

En este periodo de tiempo, se han atendido a 17 usuarios en la “Unidad de Respiro” y a 28 familiares y cuidadores en los servicios de información y asesoramiento y atención psicológica tanto grupal como individual.

Actualmente, con la crisis Covid 19, hemos tenido que adaptarnos a las nuevas normativas sanitarias para garantizar la seguridad de nuestros usuarios, hemos modificado nuestro modelo de trabajo siguiendo unos protocolos de actuación muy estrictos, la Gerencia Territorial de Servicios Sociales permiten dar continuidad al servicio.

Durante el estado de alarma, se atendió como se pudo a las familias y usuarios, así como se continuó con la gestión de la unidad de manera voluntaria.

Actualmente se trabaja con más estrés, más gastos y menos ingresos, estamos viendo que con las dificultades que tenemos, estamos abocados a un futuro cierre de los servicios dejando en tierra de nadie a familiares y usuarios.

El sentir general de las familias de los usuarios coincide en la importancia de esas horas de respiro que ofrecemos desde la unidad de respiro Afabel y saber que sus enfermos están atendidos y estimulados siguiendo unas rutinas que se logran acudiendo al centro.

Ya en el confinamiento estricto vieron cómo se mermaban todas las capacidades cognitivas y motoras del enfermo de Alzheimer y otras demencias siendo irreversible su recuperación.

Dentro de la “Unidad de Respiro” se trabaja en las siguientes líneas de trabajo:

1. PROMOCIÓN DE LA AUTONOMIA Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA EN EL ENTORNO (INDIVIDUAL Y DEL ENTORNO)

INDIVIDUAL:

- Atención psicológica a los enfermos un día a la semana, para ayudarles a enfrentarse a la enfermedad y valorar la evolución de cada persona.
- Estimulación cognitiva, psicomotriz y fisioterapia dirigida a los enfermos de alzhéimer u otras demencias, de lunes a viernes de 10 a 14 h.
- Atención a las familias para asesorarles y ayudarles en temas de adaptación de vivienda, ayudas técnicas o cualquier otra consulta que deseen realizar, todo ello con cita previa.

#### DEL ENTORNO:

- Atención psicológica individual a familiares y cuidadores que lo solicitan.
- Grupos de ayuda mutua, espacios para que familiares y cuidadores puedan compartir sus experiencias y ayudarse y acompañarse en el proceso que están viviendo.
- Para el entorno la creación de la unidad de respiro ha supuesto un gran descanso, ya que permite a los cuidadores principales descansar del cuidado continuado del enfermo durante 4 horas al día durante 5 días a la semana.
- Actividades para que el cuidador principal y el enfermo compartan momentos de ocio y ambos se relajen y disfruten.

## 2. SENSIBILIZACIÓN

Uno de los principales objetivos que se ha marcado la asociación para este año ha sido dar a conocer la enfermedad y la asociación para lo que se han realizado diversas actividades:

-. Se han realizado adornos Navideños realizados manualmente con los usuarios, para adornar la entrada, rindiendo homenaje a los usuarios, familiares y socios creando un árbol en el que aparecen todos ellos, sustituyendo así el envío de postales navideñas que otros años se realizaban en un trabajo cooperativo y este año la covid nos lo impide (Octubre, noviembre y diciembre).

-. Festival Virgen de Belén, donde participa el coro creado en la Unidad de Respiro, con los usuarios de AFABEL y los alumnos del CEIP Virgen de la Antigua de Cerezo de Río Tirón (Enero 2020).

-. Colaboración intergeneracional en la realización de actividades promocionadas por el CEIP Virgen de la Antigua de Cerezo de Río Tirón (Enero y Marzo 2020, a partir de La Covid 19 se suspenden).

-. Queda suspendida por motivos de La Covid 19 la Exposición de trabajos realizados en colaboración con “Tejiendo Ilusiones” en el paseo de la Florida en la Noche Blanca de Belorado (Julio 2020).

-. Charlas informativas en distintas asociaciones de la comarca (Febrero 2020, Marzo 2020) por la pandemia provocada por La covid 19, actualmente quedan suspendidas.

-. Realización por parte de los usuarios de AFABEL, obsequios “llaveros”, para entregar a los invitados de una boda solidaria con Afa Belorado (Enero, Febrero 2020, en Marzo quedan suspendidas todas las actividades por fuerza mayor al estar en estado de alarma por La covid 19).

-. Mesas informativas en distintos eventos que se han realizado por otras asociaciones o entidades del municipio, en colaboración de AFABEL:

.- Festival de música (Enero 2020).

Para poder cumplir con las recomendaciones sanitarias para evitar la transmisión por la covid 19, quedan suspendidas todas las actividades que estaban programadas para el año 2020.

.- Con motivo del día del Alzheimer, se compartieron por redes sociales fotografías conmemorativas para recordar a los cuidadores de enfermos de alzhéimer y enfermos, para visibilizar el sufrimiento que en el confinamiento se han visto sometidos.

Dirigido a todos los públicos y con la colaboración de la biblioteca Municipal de Belorado.

.- Salidas con los usuarios por el municipio para realizar actividades cotidianas. A partir de la Covid 19 quedan suspendidas.

.-Acudir a eventos que se celebran en el municipio (arranque de fiestas, teatro, charlas...) con el fin de normalizar y visibilizar la enfermedad de Alzheimer. A partir de la Covid 19 quedan suspendidas.

### 3. TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Dirigido a personas mayores de 65 años, sin deterioro cognitivo diagnosticado.

Se realizan ejercicios de estimulación cognitiva y rehabilitación psicosocial, que permite prevenir o ralentizar el deterioro normal causado por la edad, y en otros casos nos permite detectar el deterioro causado por una enfermedad neurodegenerativa y orientar a las familias de las medidas a adoptar.

### 4. GESTION DE LOS SERVICIOS

- Los profesionales que trabajan en la asociación realizan actividades de formación continua e intercambios de experiencias con otras AFAS.
- Cursos presenciales y cursos online, de reciclaje y formación.

### 5. SESIONES DE PILATES:

- Todos los lunes y miércoles un grupo de familiares y socios se reúnen durante una hora para hacer una sesión de pilates. Con esta actividad se ayuda a canalizar el estrés y la ansiedad generada por el cuidado continuo de un enfermo y dotar a los asistentes de herramientas para relajarse, además se genera un espacio de encuentro para que las familias se relacionen.  
A partir de la Covid 19 quedan suspendidas.

### 6. INCRIPCION DE LOS SERVICIOS:

En febrero de 2013 se inscriben en La Gerencia de Servicios Sociales los siguientes servicios:

- Servicio de estimulación cognitiva.
- Servicio de habilitación psicosocial.
- Servicio de habilitación y terapia ocupacional.
- Servicio de promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional.

En 2016, se obtiene la acreditación de los servicios que ofrece AFABEL.