

Nº 62 Abril 2015

ALZHEIMER

Revista de la Asociación de familiares de Enfermos de Alzheimer



AFABUR BURGOS



AFAMER MERINDADES

Portada: M^o Esther Sebastián

SUMARIO

■ Editorial	3
■ Agradecimientos	4-5
■ Prácticas en el Centro de Día	6-7
■ Noticias y Colaboraciones	8-9
■ Burgos Club de Futbol	10-11
■ Memoria de Actividades 2014	12-16
■ Olmos de Castilla	17
■ Desgravaciones en donativos	18
■ AFAMER (Merindades)	19-23

CENTROS DE DÍA:
 C/ Loudun, 10 - Telf: 947 23 98 09
 C/ San Julián, 7 bajo
 Telf: 947 20 52 62
afaburgos@yahoo.es
www.afaburgos.org

CENTRO RESPIRO:
 C/ El Ferial nº10 bajo B 09240
 BRIVIESCA - Tel: 947 59 01 44



EDITORIAL

Queridos amigos:

Parece que lo peor ha pasado.

Lo peor ha sido este invierno, frío como nunca, agua para ahogarnos, nieve no digamos cuanta, todo con exceso, con abundancia en demasía. Dice el refrán que año de nieves año de bienes, pero claro que todo tiene un límite.

Leí hace unos días un refrán que no había oído nunca. Decía: “Por San Valentín el invierno llega a su fin”. Este refrán no lo entendemos aquí en nuestra tierra ¿verdad?. Como lo vamos a entender, si aquí el invierno no acaba hasta muy entrado junio; y no me dirán que exagero ¿verdad?.

Estamos a primeros de marzo. Los días ya son mas largos y esto ayuda a levantar el animo. Queremos pasar página, dejar atrás los días fríos y grises, desempolvar la ropa de primavera, guardar los abrigos, los colores tristes del largo y crudo invierno, lucir nuestros rostros sin esconderlos bajo bufandas y gorros, ir por la calle saludando a la gente y no pasar desapercibidos porque no nos conocen bajo nuestras corazas de invierno.

Llegará, no cabe la menor duda. Tardará, bueno ya lo sabemos.

De momento aguardaremos la llegada con impaciencia, porque no nos queda otra, seguiremos viendo como poco a poco va cambiando el paisaje de nuestra ciudad. Nos espera una primavera movida, llena de elecciones, mítines, palabras, palabras y palabras que echaran en saco roto los que las pronuncien y nosotros nos quedaremos con la esperanza de que se cumplan nuestros deseos.

Que llegue pronto la primavera. Las cosas se ven mas claras si el sol nos regala sus rayos.

Saludos

Cuidamos

EMPRESA ESPECIALIZADA EN LA ATENCIÓN, ACOMPAÑAMIENTO Y CUIDADOS DE PERSONAS POR CUIDADORAS PROFESIONALES EN HOSPITALES Y A DOMICILIO



HOSPITAL UNIVERSITARIO DE BURGOS
DISEÑO Y DESARROLLO

Tel. 947 345 581 • 945 676 029
info@cuidamosburgos.com
www.cuidamosburgos.com



Mio Cid

Hogar Residencial

Amplias y nuevas instalaciones. Personal con alta experiencia, Médico, ATS, Auxiliares, Servicio religioso

C/ Santiago nº 10 bajo (antiguo Loste)
09007 Burgos
email: residenciamiocid@hotmail.com **947 22 05 04**

Agradecimientos

A FUNDACIÓN BANCARIA "LA CAIXA" Y CAJA DE BURGOS FUNDACIÓN BANCARIA



Por la colaboración en el Proyecto "Atención especializada en dos Centros Terapeúticos de Día para personas con demencia" en la Convocatoria Burgos 2014 y firmado el pasado 21 de noviembre de 2014.



Obra Social
Fundación "la Caixa"



GRUPO TRADICIONAL GAVILLA

El Grupo Tradicional Gavilla ha colaborado con la Asociación y ha dedicado parte de las ventas de su disco "Al uso de mi tierra, toco el pandero".

El pasado 12 de diciembre de 2014 el Grupo Tradicional Gavilla nos hizo entrega de un cheque de 200€.



PASTELERÍA MEREY Y BARRIO DE SAN JULIÁN



Por el “Cestillo de Oro” concedido a AFABUR como reconocimiento a su labor.

Este año 2015 se ha celebrado la 1ª edición del Premio “Cestillo de Oro” que se hizo entrega en las Fiestas del Barrio de San Julián.

Además, todos nuestros usuarios pudieron disfrutar de los Cestillos de San Julián (rica base de pasta brisa de mantequilla, rellena de nata, crema o trufa).



ES NECESARIA TU COLABORACIÓN

Si desea colaborar puede asociarse y/o enviar un donativo a alguno de los siguientes números de cuenta de AFABUR:

- La Caixa: ES42 2100 5598 53 2100022919
- Ibercaja: ES25 2085 9660 38 0330168534
- Bankia: ES93 2038 9409 90 6000165846
- Caja Rural: ES88 3060 0073 73 1075601524

EXPERIENCIA

3 de septiembre del 2014, fue el día en el que llegue a AFABUR, llena de expectativas y de ilusión por poner en práctica lo que había recibido en teoría durante la formación del Máster de Psicogerontología.

Pero también llegue con un poco de miedo y de dudas de si me dejarían desarrollar mis conocimientos. Para mi gran tranquilidad, en poco tiempo me di cuenta que había llegado a un lugar donde me acogieron de una manera excepcional, donde además de dejarme implementar mis conocimientos, también me trataron como una más de las personas que ya tiene años laborando en el centro, me dieron toda la confianza y su ayuda en el momento que la necesite. Por otro lado, recibí todo el amor de los usuarios con los cuales pasaba gran momento, además de realizando los programas, también compartiendo con ellos. Nunca se me va a olvidar con el cariño que me llamaban "morenita". Para mi realizar mis prácticas en AFABUR fue una muy grata experiencia en lo personal y en lo profesional, nunca tendré palabras para expresar mi agradecimiento, estoy segura que mi paso por AFABUR será de gran ayuda para mi carrera como psicogerontóloga.

A continuación enumero los programas que lleve a cabo durante los tres meses que estuve en el centro.

1. Programa de estimulación cognitiva con usuarios con demencia tipo Alzheimer en fase leve, donde se trabajaron las funciones prestando atención de manera individual y utilizando un cañón proyector como nueva herramienta, la cual motivaba a los usuarios a participar en el programa.



2. Programa basado en el método de Montessori realizado con usuarios con demencia en fase grave. Este programa se basa en el método Montessori para estimular las funciones de las actividades de la vida diaria que aún prevalecen en estos usuarios, así como el control de sus movimientos y para crear un espacio donde ellos interactuaran y se divirtieran a medida que realizaban las actividades de cada sesión.



EN AFABUR

3. Programa de terapia a través de la danza en usuarios con demencia en fase moderada, moderada grave y grave y que además no tienen equilibrios sobre sus pies. Este programa consistió en realizar diferentes sesiones con música de la época de los participantes, cada sesión era realizada con un tipo de baile diferente, en los cuales los usuarios podían participar usando las partes de su cuerpo que podían mover.



4. Programa de Reminiscencia individual en un usuario con demencia tipo Alzheimer en fase leve. Consistió en realizar una memoria autobiográfica y crear un libro de fotos, a través del cual la participante iba recordando y evocando cosas de su vida de las que ella pensaba que no recordaba. Esto permitió que ella se diera cuenta de que aun recuerda cosas, ya que se quejaba de que no recordaba a ningunas de sus amistades ni la gente del pueblo.



Estos programas se implementaron de tal manera que participaran usuarios en diferente fases de la demencia, para que todos pudieran obtener ganancias, tanto cognitiva, emocional y funcional, a través de realización de actividades, de recuerdos y de movimientos, los cuales pudieron expresar de manera escrita, oral, con gestos y sonrisas.

Bernardina Torres Morel

EPOCA
ahora
 Servicios
 también te atendemos en casa

PROFESIONALES
 Fisioterapeutas
 Podólogos
 Dietetistas

PERSONALES
 Ases personal
 Cuidado
 Cuidado de la hogar
 Cuidado personal
 Atención a domicilio

También te atendemos en casa

IGNACIO OJEDA
 1955-2009

OFICINAS
 San Nicolás, 7. 09006 Burgos
 Tel. Directo 947 228 910
 2º línea 947 228 035 - Fax 947 228 035

TIENDAS
 Reyes Católicos, 14 - Tel. 947 230 897
 Ferrnolletico Claudio Fernández, 40 - Tel. 947 228 035

E-mail: info@ojeda.es
 Web: www.ignacioojeda.com

NOTICIAS Y

FORO SOLIDARIO CAJA BURGOS Y AUTOCID

La Fundación Caja de Burgos, a través del Foro Solidario Caja de Burgos, ha puesto en marcha la iniciativa "Juntos".

Por medio de esta actividad, la Fundación Caja de Burgos, en colaboración con el Club Baloncesto Tizona, provee de entradas gratuitas para los partidos que Autocid Ford disputa en Burgos en la Liga LEB Oro, a favor de las entidades sociales.

AFABUR solicitó participar en esta iniciativa y nos han reservado 50 entradas para el partido que disputará Autocid Ford el domingo 4 de abril de 2015.

Todos los socios interesados en asistir tienen que contactar con la Asociación. Todos los asociados irán identificados con una camiseta que nos proporcionarán.

Este partido se disputará a las 19,00 horas.

AREA SOCIAL Y CULTURAL BURGOS CLUB DE FÚTBOL

Desde el pasado domingo 15 de marzo los jugadores del Burgos C.F. lucen en su 1ª equipación el logo de la Asociación.

El Burgos Club de Fútbol se ha ofrecido para colaborar con AFABUR y dar visibilidad a nuestra Asociación.

Entre otras iniciativas, el Club nos ofrece entradas para asistir a los partidos que se disputen en Burgos. Los socios interesados deberán comunicarlo a la Asociación.



COLABORACIONES

III CARRERA SOLIDARIA BRIDGESTONE

El día 14 de Junio va a tener lugar la III Carrera Solidaria Bridgestone a favor de 2 Asociaciones con solera y que tanto aportan a la ciudad de Burgos y a sus ciudadanos como son Alzheimer y Síndrome de Down.

La carrera contará con 2 modalidades 5 y 10 kilómetros y se desarrollará por las principales arterias del centro de Burgos.

La recaudación íntegra de la carrera irá destinada a ambas asociaciones.



CELEBRACIONES NAVIDEÑAS Y OTROS

Como en años anteriores, celebramos la Navidad en los Centros de Día .

Visitó el Centro de San Julián la Charanga Aramburu Bosco; al centro de Día Loudun les visitó el Grupo de jazz "Isma y Mon".

Agradecer su colaboración y a todos los que nos habeis apoyado con la compra/venta de Lotería de Navidad (vendimos TODO). Y también se entregó la cesta premiada.





ALGO MÁS QUE FÚTBOL,

El fútbol tiene el poder de encandilar a las masas, influir en los sentimientos y ser vehículo de emociones. Es este poder el que todos los aficionados y aficionadas al balompié debemos aprender a encauzar, no solo en los estadios de fútbol cada domingo, sino en el día a día, en la ciudad, en la sociedad que nos rodea. Es el mayor escaparate y debemos hacer uso de él. Por ello, desde el Burgos Club de Fútbol se lanzó la idea del Área Social y Cultural, para que nuestro club, el club de los burgaleses y burgalesas, fuera un ejemplo de integración, interacción y solidaridad dentro de todos los estamentos de la sociedad burgalesa.

“Solamente aquel que construye el futuro tiene derecho a juzgar el pasado”, quizás esta sea la regla por la que regirnos, ayudar en este momento a mejorar en parte esta sociedad nos hace acreedores de un futuro un poco mejor de cómo lo han vivido nuestros padres o abuelos.

El Alzheimer no es esa enfermedad que hace que nuestros abuelos y abuelas se olviden de su pasado, quienes son y quienes han sido, sino que es una enfermedad que nos afecta a todos, familiares, amigos y los propios enfermos, pues aun no sabiendo quienes son, sufren por no recordarlo.

Esta fue la razón que nos impulsó a firmar esta colaboración con la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Burgos, para poner nuestro granito de arena en ayuda tanto de familiares como enfermos, y que el buen hacer de esta asociación pueda ser más visible y realizar un reconocimiento público a su favor.

Para el Burgos Club de Fútbol será un orgullo lucir en nuestra indumentaria blanquinegra el logo de AFABUR pues creemos que la lucha y el trabajo constante de todas las personas que en ella trabajan es digno de elogio y supondrá un mayor empuje para nuestro club, un ejemplo a seguir. Seguirá presente en nuestra indumentaria el tiempo que sea necesario y siempre que la asociación quiera.





UN PATRIMONIO PARA LA CIUDAD



Por otro lado, la visita al Centro de Día de San Julián por parte de los capitanes del club Mikel Aurreko, Enric Maureta y Andrés González, mas los jugadores Julen Itxaso y Javi Hernández y miembros del Área Social fue realmente enriquecedora para todos. Fue una tarde entretenida, divertida y donde nos dieron la oportunidad de acercarnos a la situación en la que se encuentran las personas que encuentran en este centro su lugar de apoyo diario. El ver que una enfermedad como el alzheimer no borra la sonrisa de la cara, las ganas de contar su historia y de seguir adelante nos recordó que hay que luchar día a día, y es algo que no vamos a olvidar.

Debemos recordar a todas las familias que componen esta asociación y darles las gracias por crear algo tan importante como AFABUR y queremos que además de sus centros, El Plantío constituya tam-

bién un punto de encuentro, por ello, para los partidos que el Burgos Club de Fútbol dispute en su feudo quedan invitados a asistir de manera gratuita a través de AFABUR, ya que queremos ser cómplices de su alegría y compartirla en nuestro estadio.

Por último, y como compromiso de futuro, el Área Social y Cultural del Burgos Club de Fútbol se compromete con AFABUR a realizar un homenaje anual en forma de partido/torneo benéfico o en un partido de liga próximo al día mundial de la lucha contra el alzheimer. Este homenaje servirá para dar o conocer la labor de AFABUR, la propia enfermedad y para recaudar fondos a favor de la asociación.

Como despedida nos queda solo agradecer el trato recibido en cada momento por los miembros de la junta directiva de AFABUR, así como al personal del Centro de Día de San Julián y a cada una de las personas que nos hizo compañía en nuestra visita.

Construyamos un futuro digno de recordar.

ÁREA SOCIAL Y CULTURAL BURGOS CLUB DE FÚTBOL.

MEMORIA DE DEL AÑO

La Asociación está formada por 613 socios familiares y 56 socios colaboradores. A continuación se enumeran las actividades llevadas a cabo a lo largo del año 2014:

1. CENTROS TERAPÉUTICOS DE DÍA:

Afabur cuenta con dos Centros de Día: el Centro de Día de C/ Loudun nº 10, Bajo con 45 plazas: 40 a jornada completa y 10 a media jornada (5 de mañana y 5 de tarde) y el Centro de Día "San Julián" de C/ San Julián nº 7 Bajo con 40 plazas: 30 a jornada completa y 20 a media jornada (10 de mañana y 10 de tarde). Las plazas de ambos centros están ocupadas en su totalidad. Personas atendidas a lo largo del año: 160 (67 en Loudun y 93 en San Julián).

Ambos Centros ofrecen atención de 10 a 19 horas de lunes a viernes, y se realizan diferentes actividades, todas ellas encaminadas a mantener y retrasar el proceso de la enfermedad y proporcionar un tiempo de respiro a las familias, en especial al cuidador principal.

Los servicios que se realizan son: Atención personal y especializada, Transporte adaptado, Comida y merienda, Baños, Aseo e higiene personal, Estimulación cognitiva, Terapia ocupacional, Psicomotricidad, Cuidados médicos y de enfermería, Fisioterapia, Musicoterapia, Estimulación multisensorial, Estimulación cognitiva a través del ordenador, Taller de Arte (desde Febrero de 2014 se realiza en ambos centros), Danzaterapia, Peluquería y Podología. Los profesionales contratados son: 2 Directores-Psicólogos, 2 Enfermeras, 2 Trabajadores Sociales, 2 Fisioterapeutas, Terapeuta Ocupacional, Médico, Musicoterapeuta, 2 Oficial administrativo, 18 Auxiliares de Enfermería, 3 Limpiadoras, Conductor y Jardinero.

Hemos contado con actuaciones de: Grupo de Danzas "M^a Ángeles Sáiz"; Charanga "Aramburu Bosco"; Grupo de Jazz "Isma y Mon"; grupo de sevillanas del CEAS del Crucero y un familiar tocando el acordeón.

Se han celebrado 6 eucaristías en cada Centro de Día a lo largo del año 2014.

Coste del servicio para el usuario en 2014: Jornada Completa: 588 €/mes sin transporte y 536 €/mes con transporte; Media Jornada: 305 €/mes.

2. SERVICIO DE ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN DOMICILIO:

Servicio que se inició en Septiembre de 1998 y tiene como objetivo atender al enfermo en aspectos asistenciales y terapéuticos y proporcionar a la familia un tiempo de respiro. Comprende las actividades de aseo, movilización, paseos, estimulación cognitiva, trabajo de memoria, psicomotricidad, apoyo en la realización de actividades de la vida diaria, etc., adaptadas al nivel de deterioro del enfermo.

El servicio ha sido realizado por tres Auxiliares de Clínica, formadas y con experiencia en demencias, supervisados por la Trabajadora Social.

Coste del servicio para el usuario: 7,15€ / hora.

El total de casos atendidos asciende a 33; el tiempo dedicado a cada usuario varía entre 3 y 6 horas a la semana en función de las necesidades detectadas. Además de este servicio, se han realizado acompañamientos con voluntarios.

ACTIVIDADES

2014

3. APOYO Y ASESORAMIENTO A FAMILIAS:

Fundamentalmente se ha trabajado para proporcionar un alivio al cuidador y/o familiar a través de:

Intervención individual-familiar:

Se ha atendido a todas aquellas personas que lo han solicitado, bien a través de entrevistas telefónicas o bien personales.

Se han mantenido 651 entrevistas individuales-familiares (hasta 30/09/2014).

Se ha ofrecido Apoyo Psicológico a 36 personas.

Formación:

- El 24 de abril se ofreció una charla en Centro de Día San Julián a cargo de Cruz Roja sobre el Servicio de Teleasistencia y localizadores. Asisten 15 personas.
- El 15 de mayo Charla "Hábitos de Vida saludables y hábitos de nutrición" a cargo de técnicos del Programa Dual para una Vida Independiente. Asisten 13 personas.

Grupos de apoyo para cuidadores:

Dirigido por profesionales (Psicólogo, Trabajador Social), con el fin de proporcionar una ayuda a los cuidadores y familiares del enfermo; esta actividad se realiza para conseguir un mejor afrontamiento y adaptación a la enfermedad.

Están en funcionamiento dos grupos que se reúnen una vez al mes. En horario de tarde las reuniones son los últimos miércoles de mes en el Centro de Día de San Julián (de 16,30 a 18,00); y por la mañana son los segundos miércoles de mes en el Centro de Loudun (de 11,30 a 13,00). Participan una media de 6 - 7 personas por sesión.

Desde 2014 estamos participando en el Estudio "Grupos Terapéuticos para cuidadores de personas con la Enfermedad de Alzheimer en España" organizado por Fundación Pasqual Maragall, Fundación La Caixa y CEAFA. En Burgos se están realizando tres grupos.

Asesoramiento legal:

Se atiende a todas las personas interesadas, que en 2014 han sido 19. Además contamos con la colaboración de una abogada para asesorar a aquellas personas que necesitan realizar alguna consulta legal. Afabur financia el 50% de los honorarios de la abogada en la primera consulta.

Préstamo de Ayudas Técnicas y Asesoramiento en su adquisición:

Contamos entre otros con: mini grúa, sillas de ruedas, andadores, silla de ruedas para baño, cinturón segufix, colchones antiescaras, silla fija con bacinilla, barras para cama, lavacabezas. Estas ayudas se prestan a las familias durante el tiempo que lo necesitan, sin tener que abonar coste alguno, salvo una pequeña cantidad en concepto de fianza que se les devuelve al entregar la ayuda técnica. 29 préstamos. También se prestan libros de consulta y de ejercicios de estimulación para trabajar en casa. 16 préstamos.

4. TALLERES DE ESTIMULACIÓN:

Este servicio inició su funcionamiento el 4 de marzo de 2002. Se ofrece estimulación a personas diagnosticadas de demencia en fase inicial con un deterioro leve o leve-moderado, con deterioro cognitivo leve o problemas de memoria y que no presenten alteraciones de conducta. Se realiza en C/ San Julián nº 7 Bajo. Se han impartido actividades en 5 grupos: 3 de mañana y 2 de tarde, para un máximo de 38 personas: Lunes, miércoles y viernes de 11,30 a 13,30; De lunes a viernes de 11,30 a 13,30; Martes y jueves de 11,30 a 13,30; De lunes a viernes de 16,30 a 19,30; Martes y jueves de 17,00 a 19,30.

El equipo de trabajo está compuesto por Terapeuta Ocupacional /Responsable, Psicóloga, Trabajadora Social y Auxiliar de Clínica. Durante el año se han atendido a 43 personas.

Coste del Servicio para el usuario: 203/ 134/ 80/ 68/ 54 € al mes en función del grupo al que asista.

5. PROGRAMA DE AUTOAYUDA COMUNITARIA EN EL MEDIO RURAL: BRIVIESCA:

Desde el 6 de noviembre de 2006 contamos con un Centro de Respiro en Briviesca. Está situado en C/ El Ferial nº 10 Bajo B. Ofrece atención especializada de 15,30 a 20,00 de lunes a viernes para un máximo de 15 usuarios. El equipo de trabajo lo forman Psicóloga, Fisioterapeuta y Auxiliar de clínica, y contamos con 1 persona de limpieza. En 2014 se ha atendido a 18 personas. Coste del Servicio para el usuario: 173 € al mes. La oficina de información y asesoramiento ubicada también en C/ El Ferial nº 10 Bajo B. El horario de atención al público es: de lunes a viernes de 11,00 a 13,00.

Grupo de Apoyo, dirigido por una psicóloga; se trata de un grupo abierto al que puede unirse cualquier familiar. Para facilitar que puedan acudir los familiares, durante el grupo los voluntarios están en otra sala con los afectados. Se han realizado 4 sesiones.

Contamos con un grupo de 12 voluntarios.

6. VOLUNTARIADO:

Se cuenta con un grupo de 19 voluntarios. Acuden a domicilios o a los Centros de Día para acompañar al enfermo, salir de paseo o hacer actividades con él o también a la Asociación para ayudar en tareas administrativas. Como en años anteriores se celebró el Día Mundial del Voluntario (5 de Diciembre) con una cena comunitaria el 28 de noviembre en el Centro Parroquial de Briviesca, a la que asistieron 45 personas, entre voluntarios (18), personal y miembros de la Junta Directiva. Se han mantenido dos reuniones con los voluntarios con el fin de resolver los problemas que se les plantean en su labor de voluntariado (24 de abril y 20 de noviembre). 2 técnicos y 1 voluntario han participado en las reuniones y otras actividades conjuntas organizadas por la Plataforma de Voluntariado. Afabur forma parte de la Comisión de Relaciones Institucionales. 4 voluntarios participaron en los actos programados para celebrar el Día Mundial de Alzheimer desde la Plataforma de Voluntariado el 4 de diciembre. Además se ha asistido a las reuniones del Consejo Municipal de Voluntariado.

7. EXPERIENCIA VACACIONAL "ESPACIOS DE VIDA":

Junto a la Federación Regional de Asociaciones de Alzheimer de Castilla y León se organizó la experiencia de vacaciones de familiar y enfermo en el Balneario de Ledesma (Salamanca). Se realizó del 12 al 16 de mayo. De Burgos participaron 6 parejas y acudió 1 profesional desde Afabur. La experiencia resultó muy positiva.

8. TELÉFONO DE ALZHEIMER:

Desde Junio de 2007 contamos con un número de teléfono: 902.51.88.89 que ofrece orientación, asistencia y apoyo a nivel de Castilla y León sobre las demencias. Este teléfono es una iniciativa de la Federación Regional de Asociaciones de Familiares de Alzheimer de Castilla y León con el apoyo de la Junta de CyL. El teléfono es atendido por las Asociaciones de Alzheimer de las 9 capitales de cada provincia de Castilla y León.

9. INFORMACIÓN Y CONCIENCIACIÓN SOCIAL:

a. Conferencias:

- 26 de febrero Charla en Curso "Atención a personas dependientes en instituciones sociales" organizado por la Escuela Diocesana de Formación. Asisten 15 personas.

- 27 de mayo Charla en Cruz Roja dentro del Curso "Atención especializada a enfermos de Alzheimer". Asisten 20 personas.
- 24 de octubre participación en la Mesa Redonda "Las Asociaciones un recurso para mantenerme activo" en la Feria de Mayores de Burgos. Asisten 84 personas.

b. Semana de Alzheimer:

Celebrada en Burgos del 16 al 21 de Septiembre:

- 16 de septiembre: Rueda de prensa en la sala de Prensa del Ayuntamiento de Burgos para la presentación de los Actos de la Semana de Alzheimer a los medios de comunicación.
- 17 de septiembre: Conferencia "Decisiones en el final de la vida" a cargo de D^a M^a José Pereda Riguera, Doctora en Medicina en el Salón Caja Círculo de Plaza España. Asisten 104 personas
- 18 de septiembre: Actuación del Grupo de Danzas "M^a Ángeles Sáiz" en Centro de Día San Julián.
- 20 de septiembre: Stand en la V Feria de Participación Ciudadana. 4^a Carrera de Patitos de Goma en el Río Arlanzón
- 21 de septiembre: Mesas informativas y petitorias. Misa por los fallecidos enfermos de Alzheimer en la Iglesia de San Lesmes en Burgos.

En Briviesca se celebró la Semana de Alzheimer contando con los siguientes actos:

- 20 de septiembre: Participación con un stand en la Feria de San Mateo.
- 21 de septiembre: Participación con un stand en la Feria de San Mateo. Misa por los fallecidos enfermos de Alzheimer
- 23 de septiembre: Taller de Enfermería. Asisten 12 personas.

c. Participación y asistencia a Cursos:

- 24 de febrero: Asistencia a la Jornada "Las oportunidades que ofrece el mundo digital y cómo aprovecharlas a través de IfCoop" en el Foro Solidario.
- 5 de marzo: Asisten 2 técnicos al Curso "Elaboración de Presupuestos y Control de la Gestión" en Valladolid y organizado por Afacayle.
- 28 de marzo: Asistencia de 2 personas a las VI Jornadas Formativas en Nuevas Tecnologías de Psico Estimulación para profesionales de las AFAS de Castilla y León.
- 24 de abril: Encuentro de Jesús Caldera con los colectivos de dependencia y discapacidad. Asiste 1 técnico.
- 25 de abril: Jornada "¿Cómo desarrollar una campaña de Crowdfunding?", organizada por el Ayuntamiento de Burgos y la Escuela de Participación Ciudadana en la Sala Polisón del Teatro Principal. Asisten 2 técnicos.
- 30 de mayo: Asistencia de 2 técnicos al Curso "Abordaje Integral en Demencias" en Salamanca.
- 6 de junio: 1 técnico asiste al Curso "Derechos de los usuarios y Seguridad Legal para la AFA" organizado por Afacayle en Valladolid.
- 9 de junio: Asistencia de 1 técnico a la Charla "IfCoop" en el Interclub de Caja Burgos.
- 24 de octubre: Grupo de Trabajo "Nuevas vías de Financiación y Captación de Recursos" en Valladolid, organizado por Afacayle. Asiste 1 técnico.
- 29 de octubre: Asistencia de 4 personas al "II Encuentro del Día Internacional del Ictus", organizado por Plaza Real en Burgos.
- 31 de octubre: Asistencia de 1 persona al Curso "Ergonomía Postural para Trabajadores de Atención Directa" en Valladolid, organizado por Afacayle.

d. Visitas y prácticas en el Centro de Día:

- 31 de enero: Visita al Centro de Día Loudun del Curso "Cuidados especializados para enfermos de Alzheimer" organizado por Eibur. Asisten 13 personas y 1 profesor.
- 21 de febrero: Visita de 11 alumnos y profesor del IES Camino de Santiago de Diversificación al centro de Día Loudun.
- Del 6 al 27 de marzo: Prácticas de 2 alumnas del Curso "Atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales" organizado por Forem (1 en San Julián y 1 en Loudun).

- Del 24 de marzo al 16 de junio: Prácticas de 3 alumnos del Ciclo de Grado Medio de Atención Sociosanitaria del IES Diego Porcelos (1 en Loudun; 1 en San Julián y 1 en Briviesca).
- 3 de abril: Visita al centro de Día San Julián de los alumnos de "Atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales" de IFES - UGT. 22 personas
- Del 26 de mayo al 31 de julio: Prácticas de 5 alumnos del Programa Dual - Apoyo a la Vida Independiente en Loudun y San Julián.
- Del 26 de mayo al 12 de septiembre: Prácticas de 1 alumno del Programa Dual - Apoyo a la Vida Independiente en San Julián.
- Del 01 de julio al 28 de noviembre: Prácticas de 3 alumnos del Programa Dual - Apoyo a la Vida Independiente en Loudun y San Julián.
- Del 18 de agosto al 30 de septiembre: Prácticas de un alumno del Programa Dual - Apoyo a la Vida Independiente en Loudun.
- 2 de septiembre: Inicio prácticas de 1 alumna de Musicoterapia del Instituto Música, Arte y Proceso de Vitoria en el Centro de Día Loudun.
- Del 2 de septiembre a Diciembre prácticas de 1 alumna del Master de Psicogerontología de la Universidad de Salamanca en Centro de Día Loudun.
- Del 1 de octubre al 18 de diciembre prácticas de 1 alumna del IES Conde Diego Porcelos del Ciclo Formativo Atención Sociosanitaria en el Centro de Día Loudun.
- Del 1 de octubre hasta marzo de 2015 una alumna en prácticas del IES Conde Diego Porcelos del Ciclo Formativo de Grado Superior Integración Social en el Centro de Día Loudun.
- 7 de octubre: Visita del Curso "Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales" organizado por IFES al Centro de Día Loudun. Asisten 15 personas y 1 profesor.

e. Otras actividades:

- Ganadores del 2º premio del 1º Concurso de Video de la escuela de Participación Ciudadana.
- Varios trabajadores han participado y asistido a Cursos de Formación.
- 22 de mayo: Visita a AFA Valladolid dentro del Programa de Intercambio de Profesionales organizado por Afacayle. Asisten 2 técnicos.
- En Junio se puso en marcha el Proyecto "Acompañamiento a enfermos con demencia para la realización de actividades de ocio" desde el Centro de San Julián.
- 17 de junio: Asistencia y Participación en la Jornada Tech Day 60 organizada por la Asociación de Empresarios del Polígono de Villalonquejar. Presentación de la IV Carrera de Patitos.
- 17 de julio: Asistencia de 1 técnico a la presentación del programa "En mi casa" de la Junta de Castilla y León en Valladolid.
- 4 de septiembre: Entrevista con el Alcalde de Burgos D. Javier LaCalle.
- 24 de octubre: Obra de Teatro "La venganza de la Petra" a favor de AFABUR, por el grupo Encaje Teatro en el Centro Cívico Río Vena. Asisten 166 personas.
- Publicación del Boletín "Alzheimer", en colaboración con las Asociaciones de Alzheimer de Aranda de Duero y Merindades. 3 números al año.
- Servicio de Biblioteca.
- Entrevistas a lo largo del año en los medios de comunicación locales.
- Contamos con nuestra propia página web (con la colaboración del Foro Solidario): www.afaburgos.org y tenemos una página web (con la colaboración de Todo Burgos): www.todoburgos.com/afabur. Desde 2012 estamos presentes en facebook.
- Durante este año hemos contado con ayudas económicas de:
 - Junta de Castilla y León, Fundación Gutiérrez Manrique, Ayuntamiento de Burgos, Fundación Caja Burgos, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Fundación La Caixa, Diputación Provincial de Burgos, Ibercaja, Ayuntamiento de Briviesca, Fundación Provincial de Servicios Sociales, Constantia Tobepal Flexibles, Lotería "Don Pepe", Grupo Tradicional "Gavilla" y Grupo "Encaje Teatro".

Olmos de Castilla

A un olmo seco, le cantó Machado
que en los yermos campos castellanos
indicaba, estático, el camino
triste, solo leña, esperando
el hacha, de un labriego compasivo.

Lloró el poeta. Y el olmo seco
presagio fue de lo que ahora vemos.
Sus hermanos, en pie, muertos por miles,
testigos mudos, sus cuerpos secos
implorando a las almas insensibles.

No quedaron campesinos a cuidarlos,
Los pueblos se fueron despoblando.
Vorágines de éxodos masivos
salieron de los campos castellanos,

soñando quimeras en destino.
Y los olmos miraban
tristes, llorando sus recuerdos
de podas invernales,
limpiando sus rugoso cuerpos.

Un olmo seco, en Soria, vio el poeta
por la vereda del camino,
y lloró su muerte con pesares
como se llora al mejor amigo

Si hoy pudiera ver Castilla
Como yo la miro entristecido
verá, miles de olmos secos
muertos del hastío
de los hombres y el progreso
que los tiene en el olvido.

Castilla, sin sus olmedas
que cercaban, sin ser cerca
los prados y los caminos.
hoy solo son madera,
mudo testigo
de los en otrora, Castilla
fue pueblo vivo.

José M^a Martínez

DESGRAVACIÓN EN DONATIVOS

La reforma fiscal aprobada por el Gobierno a finales del mes de Noviembre aumenta la desgravación en la Declaración de la Renta de los primeros 150 € aportados por los donantes a una entidad declarada de Interés Público, como es el caso de nuestra Asociación. Así la deducción que se aplica a los donativos efectuados durante el año 2015 pasa del 25% al 50% y en el año 2016 al 75%.

De tal manera que si un donante que aporta 72 € al año hasta 2014 recuperaba 18 € al realizar su declaración, en 2015 recuperará 36 € y en el año 2016 recuperará 54 €. Si cualquiera de nuestros Socios quisiera hacer el mismo desembolso al realizar donativo podría aportar durante este año 90 € y al próximo 108 €, suponiendo para el interesado siempre el mismo gasto 54 €.

Animamos a todos los socios que anualmente realizan la declaración de la renta a considerar esta novedad.

Les recordamos que tiene carácter de donativo la cuota de socio y otras aportaciones voluntarias que se hagan a la Asociación y que no respondan al pago de ninguno de nuestros servicios.

La Asociación, informa a la Agencia Tributaria de los donativos recibidos durante el año para que directamente aplique esta deducción a cada uno de los donantes.

Ya no enviamos el certificado del donativo a todos los socios, porque es innecesario, pero todo aquel que lo necesite o que lo quiera tener puede solicitarlo a nuestra oficina y se lo enviamos por correo.

En tu declaración de la renta marca **"Fines Sociales"**



SOLIDARIA

www.xsolidaria.org

Síguenos en:   #xsolidaria



Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otros problemas neurológicos derivados de la edad en "Las Merindades" (Burgos) - AFAMER
Asociación declarada de Utilidad Pública nº registro CCAA 2813

BELEN SOLIDARIO EN BAR CHICO (Villarcayo)

Del 21 de Noviembre de 2014 al 11 de Enero de 2015 pudimos ver en el Bar Chico Villarcayo el BELEN SOLIDARIO a favor de AFAMER

Agradecemos al equipo del Bar Chico su trabajo y sobre todo su decisión de colaborar con nosotros. El 12 de enero se hizo la entrega de la hucha con el donativo recaudado que ascendió a 125'27 €. También agradecemos a todos los que se acercaron a ver el Belén y aportaron su granito de arena.
MUCHAS GRACIAS A TODOS.



En la foto aparece Lourdes Manrique, presidenta de AFAMER y Edu Sainz de Bar Chico.

APORTACIÓN DE LA ASOCIACIÓN SAN LORENZO DE CIGÜENZA

Esta Asociación en diciembre de 2014 realizó un rastrillo solidario en Cigüenza, parte de lo recaudado lo han aportado a Afamer, han sido 183'22 €. Les agradecemos el detalle de acordarse de nosotros y muchas gracias por la aportación.





*Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otros problemas neurológicos derivados de la edad en "Las Merindades" (Burgos) - AFAMER
Asociación declarada de Utilidad Pública nº registro CCAA 2813*

VISITA AL MUSEO HISTÓRICO DE LAS MERINDADES EN MEDINA DE POMAR

Con motivo de la Exposición "La Caza y el Hombre", el 29 de enero visitamos el Museo Histórico de Las Merindades, en Medina de Pomar. Asistieron usuarios de varios servicios que ofrece la Asociación en Las Merindades. Pasaron una mañana entretenida y recordaron algo muy familiar en la Comarca como es la caza.



MARTES DE CARNAVAL

Como es tradicional ya en nuestro Centro, el 17 de febrero celebramos el Martes de Carnaval. Este año se han realizado para la ocasión unas máscaras en las que han participado los usuarios. Y para no perder las buenas costumbres después de disfrazarse, se merendó un chocolate con bizcochos que estuvo buenísimo.





*Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otros problemas neurológicos derivados de la edad en "Las Merindades" (Burgos) - AFAMER
Asociación declarada de Utilidad Pública nº registro CCAA 2813*

LA PICON CASTRO SOLIDARIA

Por tercer año consecutivo, el Club Ciclista Espinosa organiza la prueba deportiva LA PICON CASTRO que en esta ocasión se celebrará el 29 de Agosto.

Como el año pasado, tanto en el proceso de inscripción como a través de la página web de la PICON CASTRO, se da la oportunidad de colaborar con una asociación benéfica que en esta ocasión es AFAMER MERINDADES. Desde el Club Ciclista Espinosa siempre se ha pensado que Deporte y Solidaridad han de ir de la mano y por ello decidieron esta colaboración con las asociaciones de las Merindades.

Haciendo un breve resumen de la prueba diremos que existen las siguientes opciones:

Marcha y carrera de 25 km

Carrera Ultra de 52 Km

BTT corta 37 Km y larga de 73 Km

Las pruebas discurren por los valles de La Sia y Lunada contando en su itinerario con montes tan emblemáticos como La Inmunia, Peña Lusa, Pico de la Miel y, como no, el Castro Valnera.



Para mas información:
www.lapiconcastro.com

Angélica Lourdes Manrique Martínez
ABOGADO

C/ San Roque, 1 - 6º
Apartado de Correos 58
09550 VILLARCAYO (Burgos) abogadosmanrique@hotmail.com
Tel y Fax: 947 131 088

 GESCOR

Gestiones Empresariales y
Consultoría de Riesgos SL

Calvo Sotelo, 11 Bajo - 09550
Villarcayo (Burgos)
Tel. 947 136 032 - Fax 947 136 033



*Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otros problemas neurológicos derivados de la edad en "Las Merindades" (Burgos) - AFAMER
Asociación declarada de Utilidad Pública nº registro CCAA 2813*



Nuestra Asociación (AFAMER), queremos agradecerles el que se acuerden de nosotros, siendo solidarios con la sociedad y con los problemas que tenemos en nuestra Comarca.

PROYECTO: "VAMOS A DAR UN GRAN SALTO: DEL PAPEL A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS"

La idea de este proyecto en AFAMER surge de los encuentros que hemos tenido con otras AFAs de Castilla y León promovidos por la Federación Regional de Asociaciones de Familiares de Enfermos de Alzheimer - AFACAYLE, donde otras AFAs han comentado sus experiencias con el uso de las nuevas tecnologías (ordenadores, tablets...) en los programas de estimulación cognitiva para personas afectadas de enfermedades neurológicas, como el Alzheimer.

En estos encuentros, se ha comentado cómo las personas con enfermedades neurodegenerativas mejoran su estado intelectual utilizando tabletas con aplicaciones informáticas y juegos diseñados para este tipo de terapia asistencial. Se trata



*Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otros problemas neurológicos derivados de la edad en "Las Merindades" (Burgos) - AFAMER
Asociación declarada de Utilidad Pública nº registro CCAA 2813*

de utilizar las tabletas informáticas en las sesiones de estimulación cognitiva, siempre bajo la supervisión de un profesional. Las personas usuarias se entretienen con juegos y aplicaciones especialmente diseñados para ellos, mientras trabajan su capacidad de concentración, decisión y memoria.

Vistos los resultados tan positivos en otras asociaciones nos hemos animado a dar el salto a las nuevas tecnologías y desarrollar un proyecto de estimulación cognitiva en los grupos del Centro de día utilizando las tablets como recurso informático, ya que creemos que son más funcionales y manejables para nuestros usuarios que el ordenador.

Creemos también que los programas de estimulación cognitiva a través de la tablet se pueden adaptar mejor a las capacidades de nuestros usuarios, ya que muchos de ellos tienen niveles de escolarización bajos, y cuando se encuentran en estadios avanzados de la enfermedad se les dificulta la estimulación cognitiva a través de los ejercicios basados en la lectoescritura. Con estos nuevos recursos tecnológicos, creemos que se pueden motivar más a la hora de acudir a las sesiones diarias de estimulación cognitiva, mejorando su participación y la ejecución de las actividades por el uso de juegos más divertidos y estimulantes, que proporcionan un feedback inmediato.



Por ahora están reaccionando muy bien al nuevo método, se lo pasan muy bien con los juegos de estimulación.

Queremos agradecer a la Fundación Caja de Burgos y la Obra Social la Caixa su colaboración en este proyecto.



Obra Social
Fundación "la Caixa"

RESOURCE[®]

alimentos para adultos



Para la alimentación de las personas que requieren una dieta triturada



nutrición especializada pensada para los mayores

