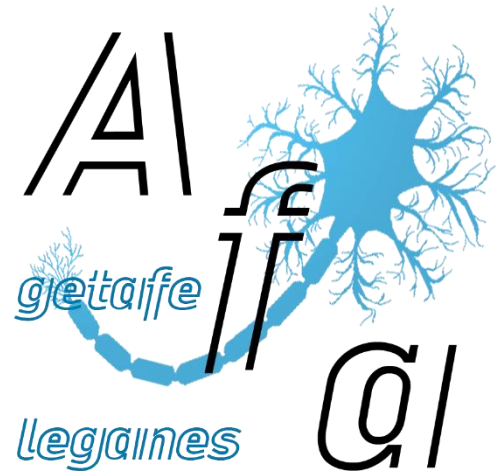


# MEMORIA 2015



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE PERSONAS CON  
ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE GETAFE Y LEGANÉS





**INDICE**

■ CARTA JUNTA DIRECTIVA	Pág. 3
■ LA ASOCIACIÓN	
■ FINES DE LA ASOCIACIÓN	
■ DATOS DE INTERÉS	
■ INCRIPCIONES	
■ PERTENECEMOS	
■ EQUIPO DE VOLUNTARIOS	Pág. 7
■ ORGANIGRAMA	Pág. 8
■ ACTUAL JUNTA DIRECTIVA	Pág. 9
■ EQUIPO TÉCNICO	Pág. 10
■ VOLUNTARIADO	Pág. 14
■ ACTIVIDADES Y SERVICIOS	Pág. 17
➤ INFORMACIÓN Y APOYO	
➤ ESTIMULACIÓN	
➤ AYUDA A DOMICILIO	
■ ACTIVIDADES AFA GETAFE-LEGANÉS	Pág. 23
■ SUBVENCIONES CONCEDIDAS	Pág. 26
■ FOTOGRAFÍAS	Pág. 27

## CARTA DE JUNTA DIRECTIVA

Os queremos presentar el resumen de lo que la Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer y otras demencias de Getafe y Leganés ha podido realizar en el año 2015. Año de cambios, de proyectos, de mejoras. Con nuevos objetivos y fines, todos ellos encaminados a nuestras familias y a nuestros afectados.

Uno de los acontecimientos más importantes fue el cambio de sede. Situados en el antiguo colegio Ramón y Cajal del sector III de Getafe fuimos trasladados en el mes de mayo al antiguo Colegio Bartolomé Cossío, situado en Avenida Arcas del Agua, del Sector III, Getafe. Este cambio vino por la lucha que mantuvo la Junta Directiva con el antiguo gobierno local. Numerosas reuniones, presentación de documentación y proyectos que avalaban nuestro trabajo durante años fue lo que nos permitió lograr una sede que estuviera dentro de nuestras expectativas ya que las sedes ofrecidas no estaban al alcance de nuestros socios ni mucho menos, de nuestros afectados. Así que, después de toda esta vorágine, el gobierno municipal anterior se comprometió a cedernos el actual espacio por al menos, 5 años. Todo esto supuso un cambio muy importante para la Asociación, ahora íbamos a contar con un nuevo local, más grande que debíamos acondicionar y preparar.

El resultado fue un impulso para nuestra asociación. Desde entonces, AFA Getafe-Leganés ha recibido a un gran número de familias solicitando nuestros servicios. Es por eso, que tuvimos que abrir un grupo nuevo en el horario de mañana, teniendo tres grupos en total en este horario y dos por la tarde.

Además, estábamos de enhorabuena porque AFA Getafe-Leganés ¡cumplía 20 años! Satisfacción muy importante que debíamos compartir con el resto de socios y población del municipio por lo que se decidió organizar una gran fiesta de conmemoración contando con la colaboración del nuevo grupo político local, con su alcaldesa al mando y el resto de corporación, con los diferentes partidos políticos.

A parte de estos dos acontecimientos tan importantes para nuestra Asociación, hemos continuado trabajando, intentando mantener nuestra línea de trabajo debido a los numerosos cambios. De esta manera, en septiembre, reanudamos con más fuerza y logramos contar con una estabilidad que pretendemos mantener a día de hoy.

Como se observará a lo largo de la memoria, el trabajo que hacemos en AFA Getafe-Leganés es arduo y complicado, pero muy satisfactorio a la vez y todo esto es llevado gracias al trabajo voluntario de la Junta Directiva y el esfuerzo de un equipo técnico que se preocupa en la mejora del día a día de nuestras familias y usuarios.

En estas líneas, como no, nos queremos acordar de todos aquellos que colaboráis con la asociación de manera puntual, sobre todo en el DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER y que conseguís que sigamos creyendo en este proyecto. Animaros a todos aquellos que aún no lo habéis hecho y tanta falta nos hace.

También, un sentido homenaje a los que nos dejaron en el 2015 y tanto nos aportaron.

Como aspectos importantes durante el año, destacamos:

- balance económico del año 2015 positivo, a pesar del fuerte gasto que tuvimos con el acondicionamiento de la nueva sede. Gracias a las subvenciones concedidas, recaudación del día mundial, colaboración de empresas privadas y asociaciones de otros ámbitos con sus donaciones y las cuotas de los servicios.
- Cheque-servicio. Hemos podido ofrecer a nuestros usuarios la posibilidad de pagar la cuota de la Asociación a través del recurso económico que ofrece la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia.
- Calidad. Comenzar con la documentación necesaria para ser declarados un servicio de Calidad y así seguir mejorando.

Nuestros objetivos para los siguientes años siguen siendo evolucionistas e intervencionistas, sobre todo con la administración pública quien deben valorar el trabajo que hacemos. Entre otros queremos destacar los siguientes:

- Aumentar número de proyectos para cubrir las necesidades de nuestros familiares, en la medida de lo posible.
- Contar con la posibilidad de un vehículo adaptado como medio de transporte para nuestros afectados.



- Mantener el esfuerzo continuo con nuestros socios, invitándoles a participar en todos los actos que se realizan en AFA.
- Lograr una mayor implicación de nuestros socios en la organización de distintos eventos programados en AFA: el Día Mundial del Alzheimer, excursiones, conferencias, venta de lotería de Navidad... concienciarles de que todo se hace por y para ellos.
- Continuar incrementando el número de socios para fortalecer la Asociación.
- Mantener actualizada la base de datos de nuestros socios, para poder desarrollar mejor nuestra labor y prestar una mejor ayuda.
- Continuar con una buena coordinación entre:
  - Junta Directiva / Profesionales / VoluntariosEs muy importante que todos trabajemos en una misma dirección y con los mismos objetivos, porque eso enriquecerá nuestra labor.
- Continuar trabajando con el fin de conseguir un acuerdo estable y duradero con la Comunidad de Madrid y el Ayuntamiento de Getafe, que permita cubrir parte de nuestras necesidades.

Por último, queremos agradecer, de nuevo, la colaboración de todos nuestros socios, la participación de diferentes organismos y entidades que han colaborado con AFA Getafe-Leganés y disculparnos por si algo no se ha estado a la altura de las circunstancias.

## 1. LA ASOCIACIÓN

### Inicios

La asociación surge a raíz de un grupo de familiares que cuidan de personas con Alzheimer u otro tipo de demencia y que se encuentran desamparados por un vacío de información relacionado con el tratamiento, los recursos disponibles, etc.

Es un 20 de junio de 1995 cuando deciden constituir AFAL Getafe con el propósito de poder aunar fuerzas y dar “cobijo” a aquellas familias que se encontraban perdidas como ellos. Poco a poco se definen los objetivos y las funciones de la asociación destacando el frente que abren a atender al afectado con un tratamiento no farmacológico y al familiar a su vez con terapias especializadas y grupos de ayuda mutua. Se dan cuenta que el binomio afectado-cuidador debe estar atendido por igual.

Estamos en marcha desde hace más de 18 años como Asociación especializada en atender a personas con demencia y sus familiares y continuamos reivindicado la lucha en la investigación para poder encontrar solución a la problemática del Alzheimer. De esta manera, continuamos la labor que emprendieron los socios fundadores, quienes, decidieron que esto debía cambiar.

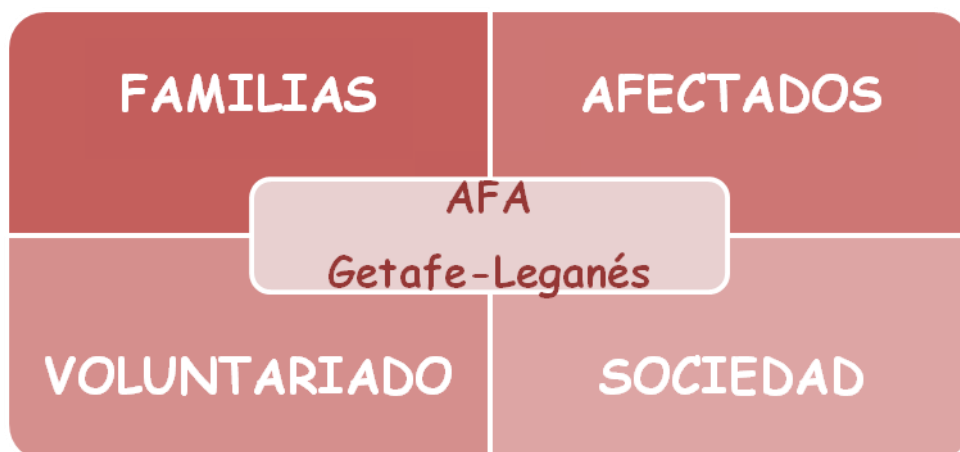
Aunque el ámbito territorial de la Asociación es el municipio de Getafe, el área de influencia sobre el que se desarrolla la atención a los socios se extiende a todo el Área 10 sanitario, teniendo socios y usuarios de otros municipios como Leganés, Fuenlabrada, etc. o distritos de Madrid (Villaverde Alto, Usera, etc.).

### Fines

Los estatutos de la Asociación AFA Getafe-Leganés marcan los siguientes objetivos:

- Facilitar y proporcionar atención a los afectados de Alzheimer u otras demencias con el fin de alargar su autonomía funcional a través de una estimulación integral.
- Prestar asesoramiento psicológico y apoyo a los familiares y/o cuidadores de afectados de Alzheimer u otras demencias.
- Estimular los estudios sobre la incidencia, evolución terapéutica y posible conocimiento de la enfermedad.

- Promover y mantener los contactos necesarios con entidades, asociaciones y/o fundaciones dedicadas al estudio de la enfermedad, dentro y fuera del territorio español, y así poder informar a los familiares y/o cuidadores de los avances científicos que se produzcan en esta materia.
- Sensibilizar y obtener compromisos de las autoridades políticas para que doten de medios económicos para que las Asociaciones puedan conseguir los objetivos.
- Concienciar a la población para fortalecer la Asociación y solidarizarse con los afectados de Alzheimer u otras demencias y sus familias.
- Planificar y proporcionar los servicios de información y orientación, apoyo, de atención psicosocial, ayuda a domicilio, terapia ocupacional, fisioterapia o cualquier otro servicio que AFA Getafe-Leganés estime oportuno para dar una adecuada asistencia y que ayude a mejorar la calidad de vida tanto de los afectados como de sus familiares y/o cuidadores.
- Potenciar los recursos socio-sanitarios existentes en la red de las administraciones públicas de la Comunidad de Madrid para la atención a afectados de Alzheimer u otras demencias y sus familiares y/o cuidadores.
- Organizar y potenciar cursos de formación especialmente dirigidos a familiares y/o cuidadores y sociedad en general.
- Potenciar medidas que contribuyan a la igualdad entre hombres y mujeres en relación a las tareas de los cuidados relacionados con la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.



## Datos relevantes

La Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer y otras Demencias de Getafe y Leganés (AFA GETAFE-LEGANÉS), se encuentra en:

- **Domicilio.** Avenida Arcas del Agua, 3
- **Población.** 28905 - Getafe (Madrid)
- **C.I.F.:** G-81257131

## AFA GETAFE-LEGANÉS SE ENCUENTRA INSCRITA EN:

- Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid (Consejería de Presidencia) con el **nº 15.347**, desde el 26 de junio de 1995.
- Registro de Entidades de Acción Social y Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid (Consejería de Sanidad y Servicios Sociales) con el **nº E-1711-1**
- Autorización Administrativa para el Servicio de Información y Orientación (Art. 3.1.1, de la Orden 613/1990), en la Sección II, subdirección SEGUNDA del Registro de Entidades, Centros y Servicios con el nº S1684, desde el 25 de marzo de 1999.
  - Servicio de Información y Apoyo (**nº S1684**)
  - Servicio de Estimulación cognitiva, física y funcional (**nº S4568**)
  - Servicio de Ayuda a Domicilio (**nº S4567**)
- Registro de Asociaciones del Excmo. Ayuntamiento de Getafe con el **nº 307.S/95**
- **Declarada Entidad de Utilidad Pública** (29 de junio de 2012)
- **Declarados Centro Sanitario** Integrado en una organización no sanitaria con las unidades de fisioterapia, terapia ocupacional y otras unidades asistenciales (psicología sanitaria), inscrito en el registro con el **nº SS00650** con fecha vencimiento 24 de noviembre de 2019.

## PERTENECEMOS A:

- Confederación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Otras Demencias (CEAFA)
- Federación Madrileña de Alzheimer (FAFAL)
- Diferentes convenios con Universidades para colaboraciones de estudios y prácticas.

Durante el año 2015 se ha acudido de manera sistemática a las reuniones de técnicos de FAFAL, trabajando conjuntamente para conseguir los siguientes fines:

- Trabajar en una misma línea de actuación
- Potenciar una lucha reivindicativa en el estudio de las demencias
- Conseguir una federación sólida en la Comunidad de Madrid
- Lograr un convenio con la Dirección General de Coordinación de Dependencia para actuar con mayor celeridad.
- Construir una guía de recursos para los afectados de Alzheimer, Parkinson y otras demencias.



## 2. ORGANIGRAMA



El trabajo de la Junta Directiva de AFAL es una labor totalmente altruista basada en los principios de la **Ley Orgánica 1/2002 Reguladora del Derecho de Asociación** y **Ley 6/1996, de 15 de enero, de Voluntariado**.

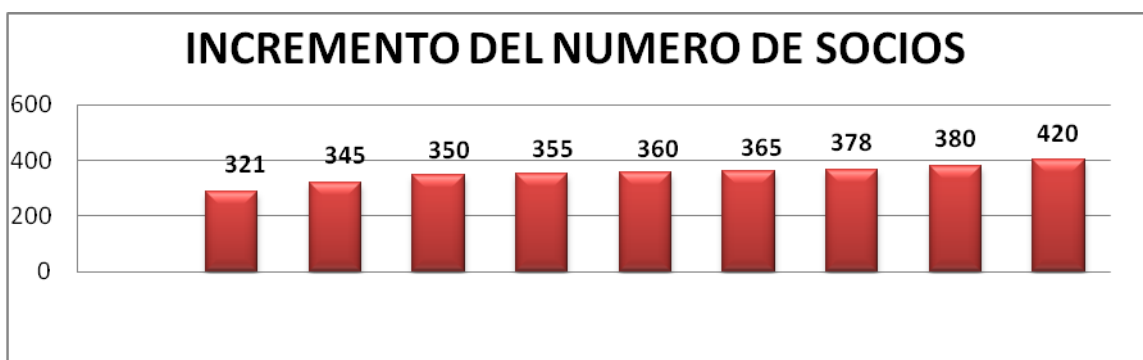
## JUNTA DIRECTIVA

## FUNCIONES

Asamblea General de socios: es el órgano supremo de gobierno de la Asociación estando integrada por todos los asociados.

En la siguiente gráfica se puede observar la evolución de los últimos años, concluyendo que el aumento de socios va en relación al mayor número de personas con diagnóstico que deciden acudir a AFA Getafe-Leganés.

A 31 de diciembre de 2015 AFA Getafe-Leganés contaba con 420 socios



Junta Directiva: Actualmente los miembros que la componen han sido elegidos y ratificados a través de la Asamblea General Ordinaria el 25 de julio de 2013, tomando posesión por un periodo de tres años (2013 - 2016).

Quedando compuesta por los siguientes miembros:

**Presidenta:** Mercedes Gómez Rodríguez-Tembleque

**Vicepresidente:** Jesús Peña Fernández

**Secretaria:** M<sup>a</sup> Paloma Peña Fernández

**Tesorera:** Petri Castellanos Martín

### VOCALES:

- Susana Alcolea Peñín
- Fátima Bautista Cristóbal
- Marina Cendrero Gómez
- Isabel Rodríguez Agudo
- María Rodríguez Prieto
- Nuria Zamora Lorente
- Mercedes Domínguez Peco

## ÁREAS:

**Secretaría:** El Secretario tendrá a su cargo la dirección de los trabajos puramente administrativos de la Asociación, expedirá certificaciones, llevará los ficheros y custodiará la documentación de la entidad, remitiendo en su caso, las comunicaciones a la Administración, con los requisitos pertinentes.

**Tesorería:** El Tesorero recaudará los fondos pertenecientes a la asociación y dará cumplimiento a las órdenes de pago que expida el Presidente.

Deberá rendir cuentas semestralmente ante la Junta Directiva aportando facturas, saldos y movimientos de cuentas bancarias. Además, aportará documentación económica ante la petición de cualquier miembro de la Junta Directiva.

- **Voluntariado:** Los Vocales tendrán las obligaciones propias de su cargo como miembros de la Junta Directiva y así como las que nazcan de las delegaciones o comisiones de trabajo que la propia Junta le encomiende.
- **Asociado:** son los vocales responsables de la atención a las familias.
- **Técnicos:** Es el personal cualificado formado por una Trabajadora Social, dos Terapeutas Ocupacionales, una Psicóloga, una Fisioterapeuta, una Auxiliar Administrativo y una Auxiliar de Geriatria.

## EQUIPO TÉCNICO

## FUNCIONES

### **Departamento de Administración**

El horario de secretaría es de 9:30 a 13:00 horas de lunes a viernes y los lunes y miércoles de 15:30 a 17:30 horas.

La Auxiliar Administrativo se ocupa de las labores propias de secretaría:

- Atención e información personal y telefónica.
- Recepción de las llamadas, correo y E-mail en la Asociación, así como distribuir la información a las distintas áreas.
- Colaboración directa con la Trabajadora Social (subvenciones, preparación de documentos, dirección general del centro, etc.)
- Servir como apoyo a la Trabajadora Social y Tesorera en la labor de buscar y recopilar la documentación necesaria para el desarrollo de las subvenciones y la consiguiente justificación, así como la entrega de dicha documentación en los organismos correspondientes.

- Hacer seguimiento sobre fuentes de financiación para la Asociación (Subvenciones, Ayudas, Premios...).
- Buscar información sobre exposiciones o actos lúdicos de nuestro municipio o colindantes, que sean interesantes y viables, para poder asistir con nuestros socios.
- Participar en campañas de divulgación de la Asociación.

### Departamento de Trabajo Social

Horario: de lunes a viernes de 09:30 a 13:30 horas y de 15.30 a 17.30 horas

La atención social viene vinculada desde la primera toma de contacto del socio con AFA Getafe-Leganés ya que se comienza la intervención de las nuevas familias mediante una entrevista en la que se les proporciona información, asesoramiento y orientación sobre los diferentes aspectos de la enfermedad, como estrategias generales de actuación (que más tarde serán reforzadas por las terapeutas, fisioterapeuta y psicóloga), la incapacidad / tutela, minusvalía, Ley de Dependencia y todo tipo de recursos sociales necesarios para la familia.

En la entrevista se analizará la/s problemática/s familiar/es para poder ofrecer el servicio/programa de la Asociación o cualquier recurso social disponible en el municipio o comunidad ajustándolo a sus necesidades.

Entre algunas de las funciones cabe destacar:

- Coordinar la labor de AFA con instituciones públicas y privadas del sector social.
- Realizar la valoración socio-familiar de familias usuarias de AFA GETAFE-LEGANÉS.
- Realizar seguimiento de familias usuarias de AFA GETAFE-LEGANÉS.
- Información, asesoramiento y posterior ayuda para tramitar y gestionar diferentes recursos sociales que se ajusten a la necesidad del demandante socio.
- Proporcionar apoyo emocional a las familias en coordinación con la Psicóloga.
- Realizar intervenciones para provocar cambios en el sistema familiar.
- Co-dirigir reuniones de equipo multidisciplinar.
- Organizar e impartir cursos formativos a familiares y/o cuidadores y voluntarios de la Asociación.
- Participar en campañas de divulgación de la Asociación.
- Elaborar los programas y proyectos sociales de la Asociación.
- Ayudar en la búsqueda de la contratación de personal cualificado para domicilios a través de la bolsa de empleo.
- Coordinación con Servicios Sociales de Getafe, Leganés, Ayuntamiento de Madrid, Hospitales y Centros de Salud.

Se aplica el Trabajo Social Individual y el Familiar como niveles de intervención para mejorar las condiciones de la familia desde el punto de vista psicosocial.

## Departamento de Neuropsicología / Psicología Sanitaria

La mayoría de los afectados por la enfermedad de Alzheimer viven en su propio domicilio atendidos por sus familiares, de manera que, estos cuidadores se encuentran sometidos a una situación estresante de forma continuada, que desemboca en muchas ocasiones en un desbordamiento de recursos que repercute de forma notable y negativa sobre la salud física y psicológica del cuidador. Son principalmente las alteraciones psicológicas y de conducta (agitación, alucinaciones, delirios...) las que en mayor medida sobrecargan al cuidador.

Además, hay que tener en cuenta que el empeoramiento de salud del cuidador, suele asociarse a un empeoramiento del enfermo, a modo de círculo de retroalimentación.

Por todo ello, es de suma importancia ofrecer una buena intervención a los cuidadores, quienes también son víctimas de la enfermedad de Alzheimer.

Las principales líneas de acción que seguimos son las siguientes:

1. Por un lado, es importante ofrecer una adecuada **información** sobre la enfermedad a los cuidadores de los pacientes, dotándoles de un mayor sentido de competencia, que contribuye a su vez a aumentar su nivel de seguridad y autoestima.
2. Por otro, la intervención, cuyo eje central es el **apoyo a las familias**, presenta ventajas añadidas en la medida que facilita el reducir los altos niveles de ansiedad y depresión crónica que experimentan con frecuencia los familiares de los enfermos de Alzheimer.

Tanto la información como la intervención y apoyo se han desarrollado a través de las terapias de grupo (llevadas a cabo mensualmente en horarios de mañana o tarde), así como mediante las terapias individuales.

A través de las sesiones hemos conseguido ayudar a muchos cuidadores a conocer, aceptar y entender las problemáticas que están presentes en su vida diaria con los enfermos, proporcionándoles técnicas con las cuales afrontar mejor la enfermedad.

Entre algunas de las funciones cabe destacar:

- Terapia psicológica individual.
- Terapia psicológica grupal.
- Valoración cognitiva inicial de los pacientes al llegar a la Asociación.
- Valoración cognitiva anual de los pacientes.
- Estimulación cognitiva de los pacientes que acuden a sala.
- Co-dirigir reuniones de equipo multidisciplinar.
- Participar en campañas de divulgación de la Asociación
- Impartir cursos formativos a familiares y/o cuidadores y voluntarios de la Asociación

## Departamento de Terapia Ocupacional

Con los familiares y cuidadores se ha llevado un trabajo paralelo, asesorándoles sobre técnicas y métodos para el manejo de los afectados; ayudándoles a comprender y conocer la evolución de la enfermedad, los cambios y pérdida de autonomía que acontece en cada una de las fases de dicha enfermedad, en relación a las Actividades de la Vida Diaria (AVD's), para de este modo, sobrellevar mejor el día a día y los problemas que van surgiendo a medida que avanza la enfermedad.

El trabajo en la sala de estimulación ha ido encaminado a mejorar la calidad de vida de los afectados por la enfermedad de Alzheimer, estimulando las capacidades residuales que aún mantienen (cognitivas, funcionales y físicas), para que de este modo sigan realizando sus actividades diarias el mayor tiempo posible y por tanto mejore la calidad de vida de sus familiares.

Los objetivos llevados a cabo desde el departamento de terapia ocupacional han sido los siguientes:

- Estimulación de las áreas cognitiva, funcional y motora en la sala de estimulación, necesarias para la realización de las Actividades de la vida diaria.
- Mantener, en la medida de lo posible, la autonomía e independencia funcional de los afectados en la realización de las Actividades de la Vida Diaria (AVD's).
- Valoración anual del estado cognitivo y funcional de los afectados.
- Dirigir, preparar y coordinar el proyecto de "Formación continua en Actividades de la Vida Diaria (AVDs) con afectados por la enfermedad de Alzheimer", para las sesiones grupales con familiares y cuidadores.
- Formación continua y asesoramiento a los familiares y/o cuidadores de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer, a cerca de las medidas a tener en cuenta en el propio avance de la enfermedad.
- Orientación individual acerca de la independencia funcional de los afectados en la realización de las Actividades de la vida diaria (AVD's), tales como la hora de la comida, baño, incontinencia, aseo, transferencias, cambios posturales, etc.
- Atender las dudas y aconsejar a los familiares y/o cuidadores sobre las posibles Modificaciones del Hogar para adecuarlo a las diferentes fases de la evolución de la enfermedad.
- Prevenir peligros y accidentes potenciales en los domicilios de los afectados, informando a familiares/cuidadores sobre las Normas de Seguridad Básicas.
- Asesoramiento a familiares y cuidadores sobre las posibles Ayudas Técnicas necesarias en el avance de la enfermedad (sillas de ruedas, andadores, sillas para el baño, colchones antiescaras, camas articuladas, vasos adaptados, etc.).
- Co-dirigir reuniones de equipo multidisciplinar.
- Participar en campañas de divulgación de la Asociación.
- Impartir cursos formativos de familiares y/o cuidadores y voluntarios de la Asociación

## Departamento de Fisioterapia

Desde AFA Getafe-Leganés creemos que el manejo de la enfermedad de Alzheimer u otra demencia debe abarcar al binomio cuidador – afectado; por este motivo este departamento tiene principalmente estas dos líneas de actuación.

Por un lado proporcionar atención física al afectado por la enfermedad de Alzheimer u otra demencia, ya que el deterioro que van a sufrir es en alto grado también del tipo físico, siendo la falta de equilibrio, la pérdida de coordinación y otras carencias físicas las que van a limitar al enfermo y en consecuencia al familiar o cuidador, que pronto tiene que suplir las funciones del afectado y a ayudarlo en la realización de las actividades de la vida diaria. Con el fin de retrasar esta situación se proporciona un espacio específico para el entrenamiento de las capacidades físicas conservadas por el afectado prolongando el mayor tiempo posible su independencia y autonomía funcionales.

Esto se consigue a través de sesiones grupales de estimulación física dentro de la Sala de Actividades y a través de sesiones individuales de fisioterapia en el que además de trabajar los aspectos señalados anteriormente también se intenta paliar otras patologías asociadas a la edad.

Por otro lado proporcionar también la atención adecuada a familiares y/o cuidadores principales, puesto que el bienestar y cuidados del afectado están directamente relacionados con la salud, bienestar y formación de los mismos. Por ello ofrecemos sesiones individuales de fisioterapia, así como entrevistas de orientación e información. El objetivo principal es disminuir la carga física, psíquica y emocional que supone el cuidado.

Entre algunas de las funciones cabe destacar:

- Realización de la valoración físico funcional al ingreso de los afectados y posteriormente con una periodicidad anual.
- Organización y desarrollo de las actividades de estimulación física funcional grupal de los afectados.
- Tratamiento fisioterápico individual de los afectados.
- Tratamiento fisioterápico individual de los cuidadores principales y/o familiares de los afectados.
- Dirigir el proyecto de Escuela de Espalda destinado a disminuir la sobrecarga de los cuidadores principales y/ o familiares de de los afectados.
- Orientar sobre el cuidado y manejo de afectados que se encuentren encamados o presenten importantes déficits de movilidad (prevención de UPP, movilizaciones, cambios posturales y transferencias).
- Orientar sobre las actividades que fomenten la independencia y autonomía física de los afectados el mayor tiempo posible.
- Orientar sobre hábitos de vida saludables con el fin de disminuir la sobrecarga que supone el cuidado de un afectado por la enfermedad de Alzheimer u otra demencia.
- Apoyar las actividades de estimulación cognitiva planteadas por las terapeutas ocupacionales y la neuropsicóloga.
- Co-dirigir reuniones de equipo multidisciplinar.
- Participar en campañas de divulgación de la Asociación
- Impartir cursos formativos de familiares y/o cuidadores y voluntarios de la Asociación

## VOLUNTARIADO

## FUNCIONES

A día de hoy contamos con una media de 10 voluntarios repartidos en distintos días y turnos, según su disponibilidad. Todos ellos colaboran dando apoyo a las profesionales en las actividades que se realizan en la Estimulación. También, acuden a las fiestas y eventos que se organizan desde AFA y podemos contar con ellos para ocasiones puntuales y especiales como el DIA MUNDIAL DEL ALZHEIMER, FESTIVAL DE ASOCIACIONES, etc.

Cabe señalar que la asociación recibe el apoyo de antiguos socios, quienes, voluntariamente, con su paciencia y colaboración nos ayudan con la venta de papeletas de la lotería de Navidad o contar con su participación para las mesas del Día Mundial...

Acuden a la Asociación por distintas vías, la primera es la voluntad que tienen por poder colaborar con alguna entidad donde sea necesaria su participación, la segunda, a través de otros voluntarios y la tercera a través de la ESCUELA DE VOLUNTARIADO de Getafe con los que se está en continuo contacto y a su vez, ofrecen formación a nuestros voluntarios. Uno de los principios de AFA es respetar al voluntariado, formarlo y creer en sus capacidades para desempeñar las funciones marcadas. Desde aquí queremos agradecer su trabajo realizado que es de vital importancia.

También contamos con un grupo de 11 voluntarios que forman La Junta Directiva, el órgano directivo y gestor de AFA Getafe-Leganés. Actualmente los miembros que la componen han sido elegidos y ratificados a través de la Asamblea General Ordinaria el 25 de julio de 2013 con mayoría de votos de socios, tomando posesión por un periodo de tres años (2013 - 2016).

### INTRODUCCIÓN:

El voluntariado es un elemento clave en la participación e implicación de la ciudadanía para mejorar la sociedad. A través de ellos se ve difundida la aportación de valores, ideas, recursos, reflexiones... quizás se podría hablar de un modelo a seguir por la sociedad.

Aunque la desvinculación a todo tipo de actividad altruista está a la orden del día, podemos encontrar a miles de personas que dedican su tiempo a participar, trabajar y colaborar por la transformación social a través de la participación en organizaciones del sector asociativo.

El voluntario es el origen esencial de las asociaciones, sin su trabajo altruista no se podría conseguir el mantenimiento y la ilusión que caracterizan a las Asociaciones creadas para la lucha de su propia causa.





La profesionalización del sector asociativo o tercer sector no significa que el espacio del voluntario haya disminuido, se ha conseguido fusionar el trabajo de ambos perfiles, el del trabajador especializado y el del voluntario.

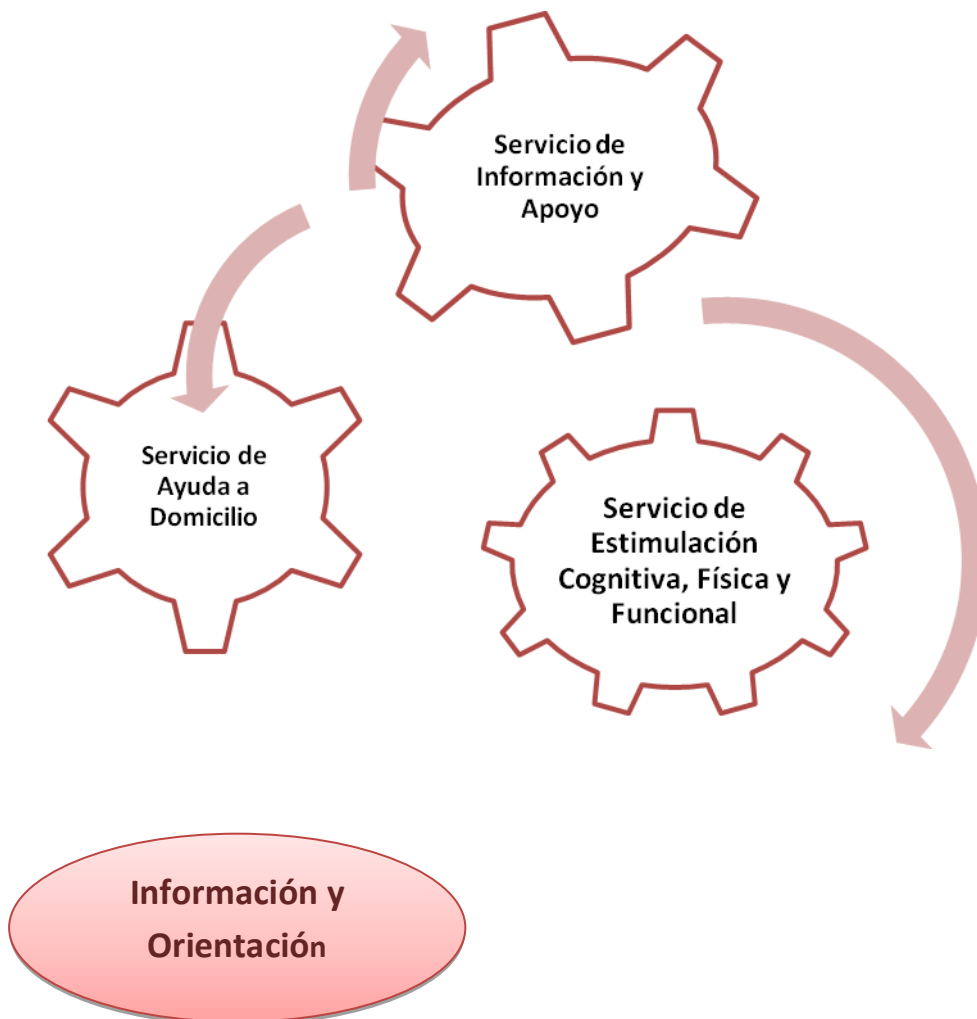
La gestión del voluntariado se ha ido creando a medida que se ha visto potenciada la contratación de personal remunerado por la especialización y la calidad de las Asociaciones. Es necesario que para que haya una buena simbiosis se lleve a cabo el control del voluntariado, trabajando con unos determinados procedimientos establecidos que permitan seguir unos criterios y pautas comunes como la fase de incorporación, del desarrollo, el reconocimiento, etc. Estas acciones logran mejorar las fases del ciclo del voluntario de forma simultánea.

La persona responsable del área del voluntariado es una pieza clave para el éxito del voluntariado en el tercer sector. Potenciando habilidades, reconociendo actos, teniendo reuniones periódicas se puede lograr la finalidad planteada por parte de cada Asociación adecuando al tamaño de la misma.

En este plan de voluntariado nos dirigimos especialmente a los voluntarios que deseen realizar esta dedicación tan importante y colaboración con la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Getafe y Leganés. En el mismo además de formar al grupo de voluntarios que asistan a cada una de las sesiones que integran el programa, hacemos formación con ellos.

## SERVICIOS DE AFA GETAFE-LEGANÉS

Inscritos en la  
Comunidad de Madrid



- |                       |   |
|-----------------------|---|
| Trabajo Social:       | - Información y tramitación de recursos                         |
| Psicología Sanitaria: | - Terapias Individuales   |
|                       | - Terapias grupales   |
| Terapia Ocupacional:  | - Formación Continua en AVD's                                   |
|                       | - Información sobre banco de ayudas técnicas                    |
| Fisioterapia:         | - Información y formación sobre Movilizaciones y transferencias |

## Estimulación Cognitiva, Física y Funcional

Desde hace más de 10 años, AFA ha realizado estimulación con afectados en horario de tarde. En el año 2006 se decidió crear tres grupos para diferenciar aún más la intervención y formar así grupos más homogéneos. Desde entonces se ha venido trabajando con esta metodología hasta que, en el 2010, tras un estudio económico interno de la Asociación, se decidió poder instaurar un horario de mañana y de tarde.

El 1 de marzo de 2011 pusimos en marcha este novedoso proyecto. Pretendimos ofrecer una estimulación intensiva al afectado y dotar al familiar de un espacio de respiro aún mayor. Fue un reto para nosotros como AFA, abrir nuestras puertas en horario de mañana y tarde sin llegar a ser Centro de Día. No contábamos con referencia de ninguna otra AFA de la Comunidad de Madrid.

Nuestro principal objetivo es que mediante nuestro proyecto, poder retrasar el momento en el que la familia tiene que dar el doloroso paso de acceder a otros recursos, como puede ser ingresos en Centros de Día o Residencias.

Desde la implantación del turno de mañanas hemos visto incrementadas las solicitudes y necesidades de nuevos afectados por lo que hemos tenido que abrir un grupo nuevo, pasando de dos a tres grupos matinales, con la particularidad de que en vez de 15 usuarios por grupo como son los demás, este grupo debido al estado más avanzado de los usuarios sólo tendrá un máximo de 10 usuarios.

### Grupos Mañana:

- ✓ **Grupo 1:** afectados en fase leve. De 9.30 a 13.30 horas
- ✓ **Grupo 2:** afectados en fase leve-moderada. De 9.30 a 13.30 horas.
- ✓ **Grupo 5:** afectados en fase moderada. De 9.30 a 13:30 horas.

### Grupos Tarde:

- ✓ **Grupo 3:** afectados en fase moderada. De 15.30 a 17.30 horas.
- ✓ **Grupo 4:** afectados en fase leve. De 15.30 a 17.30 horas.

Del nuevo proyecto hemos mantenido la metodología y los fines de la Asociación pensado para la intervención de 4 horas de Estimulación Intensiva en horario de mañana. Dada la intervención del proyecto ha sido preciso la distribución de profesionales en diferentes grupos y creación de protocolos e intervenciones inexistentes hasta la fecha por no haber sido necesarios.

El resultado de asistencia a Sala de Psico-estimulación del 2015 fue el siguiente:

### NÚMERO DE USUARIOS POR MES EN 2015

MES	MAÑANAS	TARDES	TOTAL USUARIOS
Enero	28	27	55
Febrero	27	28	55
Marzo	26	29	55
Abril	25	29	54
Mayo	25	30	55
Junio	27	28	56
Julio/agosto	24	27	53
Septiembre	22	27	49
Octubre	26	26	53
Noviembre	33	25	58
Diciembre	34	27	61

### DEFINICIÓN DEL PROYECTO

Destinado a una población constituida por personas, principalmente, de edad avanzada, con enfermedad crónica, afectadas por enfermedades neurodegenerativas del Sistema Nervioso Central, con alto grado de deterioro funcional que cursa con minusvalía, dependientes en las actividades comunes de la vida cotidiana de terceras personas, principalmente, familiar.

Proyecto principal de AFA Getafe-Leganés, el cual, viene desarrollándose desde los inicios de la Asociación en 1995.

Es conocido que el tratamiento no farmacológico es, actualmente, el más reconocido junto con el farmacológico para retardar el mayor tiempo posible la enfermedad.

El objetivo General es el de:

- Mejorar la calidad de vida de los enfermos de Alzheimer a los que se le estimula cognitiva y físicamente con el fin de retardar el proceso de deterioro; y de sus familias a las que se les proporciona un tiempo libre de cuidados y una asistencia tanto individual como grupal en la que se les facilita formación, información y apoyo a través de diversos programas.

Las actividades principales han sido:

## ÁREA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



Habilidades Ejecutivas

## ÁREA FÍSICA Y FUNCIONAL



Motricidad Fina

Simulación de Actividades de la Vida Diaria

Entrenamiento de la Coordinación



Ejercicios de Psicomotricidad

Ejercicios de Flexibilidad

Gerontogimnasia



Reeducación Respiratoria

Rehabilitación Marcha y Equilibrio

Fisioterapia Individual con el Afectado

## ESTIMULACIÓN A TRAVÉS DE TERAPIAS COMPLEMENTARIAS



## ESTIMULACIÓN A TRAVÉS DE LA ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL



### SALA MULTISENSORIAL O “SNOEZELEN”

La actividad a través de la Sala Multisensorial sigue formando parte importante dentro de las actividades destinadas a realizar la Estimulación a los afectados, de esta manera ha permitido ampliar la terapia a las profesionales encargadas de la estimulación de los afectados de AFA GETAFE-LEGANÉS.

Es importante destacar la doble vertiente de actuación que posee al tratarse por un lado de un enfoque estimulador que busca activar a determinados pacientes (mediante las luces en movimiento, música rápida y animada y vibraciones rápidas del sillón vibratorio a ritmo de la música estimulante, etc.) y por otro, se aprecia el enfoque relajante cuando el afectado de Alzheimer u otra demencia se encuentra en un nivel de agitación alto.

Se ha logrado proporcionar un ambiente sensorial dando una menor exigencia a las capacidades intelectuales potenciando así las capacidades sensomotoras residuales del afectado. Se ha trabajado en el ámbito de la relajación consiguiendo mejoras de conducta de los afectados reduciendo el síndrome de “burnout” de sus familiares y/o cuidadores.

### Servicio de Ayuda a Domicilio

Como años anteriores este proyecto se ha podido realizar, de manera temporal, gracias a la Subvención del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad gestionada por la Confederación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias (CEAFA).

Tanto el criterio de elección de familias como el asesoramiento de las tareas a realizar ha venido marcado por el equipo técnico de AFA Getafe-Leganés aunque, a posteriori, los

propios familiares han ido pautando las actividades a realizar por la cuidadora siempre dentro de las funciones marcadas en el proyecto.

### Las funciones han sido:

- Supervisión continua del afectado.
- Realización de tareas de higiene personal.
- Actividades lúdicas en el domicilio.
- Apoyo personal.
- Acompañamiento a paseos y ayuda para desplazamientos.
- Cualquiera otra implícita en el desarrollo de las anteriores.

En el año 2015 se han podido beneficiar de este servicio 9 familias durante los meses de enero, febrero, marzo, abril, junio y julio.

## PROGRAMACIÓN

2015

### ENERO

- **Día 21:** Reunión de Técnicos de FAFAL
- **Día 28:** Reunión Ayto. de Leganés

### FEBRERO

- **Día 12:** Reunión Residencia Adavir
- **Día 17:** Miércoles de Ceniza y entierro de la Sardina con una divertida fiesta de disfraces



### MARZO

- **Día 23:** Asamblea General de socios



### ABRIL

- **Día 21:** Excursión Complejo deportivo Getafe-Norte
- **Día 22:** Jornadas de tutela de Adultos
- **Día 24:** Reunión de técnicos de FAFAL
- **Día 30:** Reunión Ayto. Leganés





## MAYO

- **Día 10:** Día de la bicicleta
- **Día 19:** Comienzo en la nueva Sede



## JUNIO

- **Días 17:** Jornada de puertas abiertas 20 Aniversario de AFA Getafe-Leganés



- **Día 17 y 18:** Jornadas FAFAL

## JULIO

- **Día 13:** Reunión Junta Directiva
- **Día 30:** Fiesta Fin de Curso

## SEPTIEMBRE

- **Día 2:** Reunión Junta Directiva
- **Día 10:** Asamblea Estrordinaria de socios.
- **Días 18, 19, 20, 25, 26 y 27:** Día Mundial del Alzheimer en Getafe y Leganés.  
Batukada por las calles de Getafe con lectura de manifiesto. Mesas petitorias. Master Class de Zumba.



## OCTUBRE

- **Día 2:** Festival Benéfico a cargo de la Hermandad de Ntra. Sra. Del Rocío Madrid-Sur.
- **Día 15:** Reunión de Junta Directiva de FAFAL



## NOVIEMBRE

- **Día 12:** Reunión Junta Directiva AFA Getafe-Leganés
- **Día 20:** Reunión de técnicos de FAFAL
- **Día 26:** Reunión con el Ayto. Getafe
- **Día 30:** Reunión de Trabajadoras Sociales de Getafe

## DICIEMBRE

- **Día 3:** Charlas informativas a familiares sobre el Alzheimer del Ayto. de Madrid
- **Día 9 :** Reunión de técnicos de FAFAL
- **Día 18:** Comida de confraternización de socios
- **Día 22:** Fiesta Fin de Año y Navidad con la visita de los Reyes Magos y Papá Noé





## SUBVENCIONES CONCEDIDAS EN 2015

La **Consejería de Familia y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid** desde la (Dirección General de Asuntos Sociales), nos ha concedido en su convocatoria de subvenciones a instituciones sin fin de lucro, para el mantenimiento de centros y servicios a personas con discapacidad la cantidad de: **7.029,00 €**



Del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales a través de **CEAFA**, nos han concedido para la realización de varios proyectos las siguientes cantidades:

- Ayuda a domicilio: **4.277,30 €**
- Atención Diurna: **20.457,11 €**
- Apoyo a Familias: **1.474,19 €**
- Apoyo a Voluntariado: **1.356,97 €**

Sumando el total de la subvención concedida: **27.564,97 €**

El **Ayuntamiento de Getafe** desde la **Concejalía de Salud y Consumo**, nos ha concedido **1.159,21 €** para la realización del proyecto **“Formación continua para familiares y cuidadores: las actividades de la vida diaria en la E.A”**.



A través de la delegación **de Economía y Hacienda en Madrid**, servicios de patrimonio, con la convocatoria de 2015 para el **reparto de herencias abintestato del Estado**, se nos ha concedido la cantidad de **1.173,87 €**

ALTERMIA Asesores Técnicos S.L. ha colaborado con un donativo de **1.000,00 €**

**La Caixa** ha colaborado con un donativo de **5.000,00 €**



Centro Crece Bien S.L. ha colaborado con un donativo de **150 €**

## CÓMO CONTACTAR CON NOSOTROS:

**Horarios:** De lunes a viernes de 9.30 a 17.30 horas.

**Horario de primera información:** martes de 17.00 a 19.00 horas (con cita previa)

- 📞 **Teléfono:** 91 601 13 39
- ✉ **E-mail:** [afalgetafe@afalgetafe.org](mailto:afalgetafe@afalgetafe.org)
- 🌐 **Página Web:** [www.afalgetafe.org](http://www.afalgetafe.org)
- 📘 **Facebook:** Afal Getafe
- 🐦 **Twitter:** @AfalGetafe

## IMÁGENES

