

Programación de Actividades 2025
Asociación de Cuidadores y Enfermos de Alzheimer
Bezmiliana (ASALBEZ)

INTRODUCCIÓN

Nuestro programa de actividades de orientación no farmacológica implementado, está basado en el principio de la neuroplasticidad, entendido como la respuesta del cerebro para adaptarse a las nuevas situaciones y restablecer su equilibrio alterado (Geschwind, 1985). Se trata de una flexibilidad morfológica del sistema nervioso que posibilita algunos fenómenos como la sinaptogénesis y el botonamiento axonal y colateral (Guzmán, 1993) ya que se ha evidenciado la capacidad de las neuronas lesionadas para regenerarse y establecer conexiones nuevas, así como la posibilidad de que las neuronas supervivientes a una lesión puedan recuperarse y adaptarse funcionalmente. Las actividades son:

1. ***Psicoestimulación Cognitiva Individual:*** Actividades de estimulación de la memoria: se trabaja mediante reminiscencia (recuerdo de cosas pasadas), listas de palabras, series de números, estrategias mnemotécnicas. Atención: mediante imágenes superpuestas, búsqueda de elementos gráficos y figuras, sopa de letra. Gnosias: enseñar objetos, dibujos, fotos, las cuales deben ser reconocidas por el paciente. Lenguaje: estimular la conversación, sinónimos y antónimos, comprensión verbal, lectura, dictados. Praxias: coordinación de movimientos con las manos para un fin determinado, manipulación de objetos, recortar, dibujar, colorear. Cálculo: problemas aritméticos, sumas, restas. Razonamiento lógico / abstracto: abarcan todas aquellas actividades encaminadas al entrenamiento en capacidades ejecutivas como planificación, ordenación y categorización. Orientación: espacial, temporal y de la persona. Actividades de socialización: realización de actividades que fomentan las relaciones sociales entre ellos y su entorno.
2. ***Estimulación Cognitiva Grupal:*** Cada usuario es asignado a un grupo de trabajo en función de su deterioro cognitivo, las actividades grupales que se realizan van orientadas a preservar la atención, el lenguaje, la orientación, actividades de la vida diaria etc.. Ejemplo: ahorcado, taller de compra, recuerdo de cantantes y actores, higiene, profesiones, taller de lectura...

La realización de dicha actividad se lleva a cabo de lunes a viernes con una duración aproximada de 1 hora. Con ayuda del proyector trabajamos en grupo fichas de estimulación, temas de actualidad y hábitos de vida saludable.

3. ***Taller de Animación Musical:*** el uso de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía), es un proceso creado para facilitar, promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. Entre las actividades realizadas en grupo destacar dos que han tenido bastante aceptación: Ejercicios de canto e improvisación y Baile y

coordinación. Este año queremos seguir contando con la colaboración de Adolfo Cisneros. Acude una vez al mes.

4. **Taller Lúdico:** Se favorece la participación social mediante actividades como el bingo, parchís, dominó, tiro a la diana, bolos, entre otros. Este año queremos introducir otros juegos como Tozudo, Monopoly, etc.
8. **Laborterapia:** Con la realización de las manualidades o arteterapia, pretendemos preservar la orientación sobre todo a nivel temporal, ya que muchas de ellas se realizan en relación a la estación del año en la que nos encontramos mediante la realización de murales y decoración del aula. Este año, como el año pasado, queremos realizar nuestra tradicional Cruz de Mayo de material reciclado.
9. **Estimulación Psicomotriz:** Cuando la persona tiene ya diagnosticada una demencia, y se han manifestado sus déficits, se trabaja a nivel psicomotor para darle una calidad de vida, una mejora de sus déficits, un placer obtenido del movimiento y del trabajo corporal.
11. **Programa de Ocio y Tiempo Libre:** es una actividad elegida que produce diversión, bienestar, relajación o descanso, formando parte de las actividades de la vida diaria. Las personas con demencia van padeciendo una pérdida progresiva de sus destrezas psicosociales, que junto con la disminución de sus capacidades cognitivas funcionales, producen una alteración en las diferentes áreas del desempeño ocupacional, y por lo tanto una deficiente ejecución en las actividades de ocio y tiempo libre. Este año las únicas salidas que se realizarán serán para desayunar en cafetería al aire libre, cerca de nuestra sede y realizar paseos a partir de las 12:30 por el paseo marítimo.
12. **Terapia Hortícola:** Recorrer el jardín, oler las flores, contemplar y escuchar los sonidos de la naturaleza, sentir los rayos del sol y la brisa... son sensaciones que estimulan los sentidos de las personas que padecen Alzheimer y les hacen revivir experiencias pasadas.
13. **Programa de Estimulación Cognitiva por Tablet STIMULUS:** es la APP profesional de estimulación y rehabilitación cognitiva, que retrasa el deterioro cognitivo provocado por el Alzheimer u otras enfermedades neurodegenerativas. Ofrece un amplio conjunto de actividades interactivas con distintos niveles de dificultad para entrenar áreas como cálculo, memoria de trabajo, atención, percepción o funciones ejecutivas.
14. **Método Montessori:** intervención específicamente creada y dirigida a personas con demencia en estadios graves. Consiste en la realización de actividades programadas basadas en las actividades cotidianas, utilizando técnicas de rehabilitación cognitiva como: división de tareas, repetición guiada, progresión de simple a complejo, y progresión de concreto a abstracto.
15. **Taller de Cocina:** Con él fomentaremos el recuerdo de las recetas tradicionales, siempre con el toque personal y el cariño de quién las elabora, generando así el recuerdo de las vivencias entre productos artesanos y favoreciendo el diálogo

entre los participantes a través de dichos recuerdos. Este año queremos realizar una receta al mes de postres tradicionales malagueños y andaluces.

16: Taller de Estimulación Sensorial Snoezelen: la estimulación sensorial para pacientes con Alzheimer y personas con otras formas de demencia disminuye la agitación e inquietud y mejora el sueño. Muy indicado para fases moderadas de la enfermedad.

17. Plataforma Neurop: herramienta de estimulación cognitiva profesional para neuropsicólogos y profesionales de la neurorrehabilitación, con ejercicios de rehabilitación para Alzheimer, Parkinson, Esclerosis Múltiple, Daño cerebral, Ictus entre otros. Estas actividades permiten realizar una intervención intensiva y personalizada en el tratamiento de los déficits cognitivos funcionales y cada actividad está nivelada siguiendo parámetros técnicos que permiten al terapeuta adaptar la rehabilitación a la capacidad cognitiva de cada usuario.

TALLER DE CUIDADORES

Se llevarán a cabo todos los viernes de 10:00 a 11:00. Los grupos serán amplios y abiertos al Municipio. La duración será anual y la temática dependerá de las necesidades que tengan los cuidadores. Estos talleres son gratuitos y abiertos a todas las personas del Municipio de Rincón de la Victoria, que tengan a su cargo a un familiar con demencia. Este año continuaremos con la colaboración de técnicos del Centro de Salud de Rincón de la Victoria, como Raquel, Enfermera Gestora de Casos y Lorenzo, Trabajador Social. También queremos contar con la colaboración de Esperanza, monitora de Yoga, para ofrecer estas sesiones a los familiares.

PRÁCTICUM DE LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

Nuestra Asociación tiene un convenio de colaboración desde hace años con la Universidad de Málaga, este año 2025, tendremos a 2 alumnos de Psicología que realizarán sus prácticas en nuestro centro. También 2 alumnos de Educación Social.

PRÁCTICUM DE MÁSTER UNIVERSITARIOS

ASALBEZ ha firmado un nuevo convenio de colaboración con la Universidad Abierta de Cataluña (UOC) para el Máster en Neuropsicología. Este año realizará sus prácticas como neuropsicólogo, 1 alumno de esta Universidad.

PRÁCTICUM FAISEM

ASALBEZ tiene convenio de colaboración con la Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental. Este año tenemos una alumna que realizará sus prácticas como Monitoria de Servicios a la Comunidad.

PRÁCTICUM DE CICLOS FORMATIVOS

Nuestra asociación también tiene convenio de colaboración desde hace años con otras carreras y ciclos formativos de grado superior. Este año realizarán sus prácticas 1 alumno de 2 de FP de Integración Social de CESUR.

PRACTICUM EPES AYUNTAMIENTO DE RINCÓN DE LA VICTORIA

ASALBEZ tiene convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Rincón de la Victoria en el Programa de Experiencias Profesionales para el Empleo. Este año tenemos 1 alumna como Monitora de Servicios a la Comunidad.

PRACTICUM DELPHOS

ASALBEZ tiene convenio con la Empresa Municipal APAL DELPHOS, este año tenemos 1 Alumna de Técnico Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales.

PLAN DE VOLUNTARIADO

Dentro de esta entidad, los voluntarios son un pilar muy importante. Nuestra asociación cuenta con un Plan de Voluntariado vigente, estamos inscritos en el Registro General de Entidades de voluntariado de Andalucía, con número de inscripción 2732 a fecha del 2 de Septiembre de 2015. Actualmente tenemos en talleres 10 voluntarios activos.

DIFUSIÓN

- Asistencia a charlas radiofónicas Radio Victoria 107.1
- Programa de Sensibilización sobre la Enfermedad de Alzheimer a los diferentes colectivos: alumnado, centro de salud, asociaciones de mujeres, entre otros.
- Mesas informativas en Carlos Haya y Hospital Civil con la colaboración del voluntariado y el Área de Participación Ciudadana.
- Charlas Formativas sobre la Demencia Alzheimer al voluntariado de Cruz Roja Rincón.

PROYECTOS A REALIZAR EN ESTE AÑO 2025

- Marcha Contra el Olvido
- Encuentros Intergeneracionales con alumnado del CEIP Profesor Tierno Galván.
- Encuentros Intergeneracionales con el Club de Escalada y Exploradores del Rincón.
- Día de Convivencia con los Talleres de Moclinejo y El Valdés.
- Encuentros Intergeneracionales por el Día de los Abuelos.
- Día de Convivencia con los Talleres de Totalán por el Día Internacional del Mayor (1 de Octubre)

- Gala Pasarela.
- Paseo en el Tren turístico del Rincón de la Victoria.
- Mesas de Cuestación por el Día Mundial del Alzheimer.
- Mercadillo Navideño.
- Continuación con nuestro Coro “Grupo Músico-Vocal canciones para el recuerdo”.

ASALBEZ

Para que no
caigamos en el
olvido

