

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2022

*Asociación de Cuidadores y Enfermos de Alzheimer
Bezmiliana (ASALBEZ)*

ASALBEZ

Para que no
caigamos en el
olvido



INTRODUCCIÓN

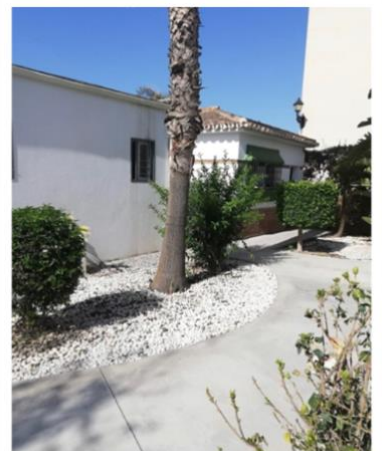
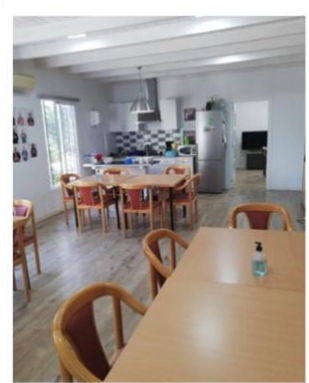
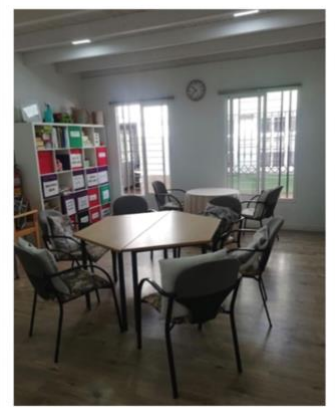
Durante el año 2022, la Asociación realizó actividades en caminadas a la consolidación de su estructura, la gestión y administración de sus recursos y el establecimiento o mantenimiento de relaciones con otras entidades.

Hemos continuado con las medidas adoptadas para garantizar las máximas condiciones de seguridad, tanto a trabajadores como a nuestros usuarios. Seguimos con la desinfección de todas las instalaciones con ozono. Trabajadores y usuarios se han realizado test de antígenos ante posibles contagios para garantizar la seguridad de los talleres. En el transporte también hemos continuado con las medidas del año 2020, procediendo a la desinfección del vehículo en cada viaje. ASALBEZ ha seguido invirtiendo en la compra de geles hidroalcohólicos, termómetros infrarrojos para el control exhaustivo de la temperatura. Si tiene más de 37 grados, no podrá acudir a talleres. En este caso el usuario se quedaría en casa bajo observación domiciliaria y para incorporarse es necesario test de antígenos. Si finalmente tiene COVID avisaríamos a la enfermera de enlace para que active protocolo COVID. La terapia de Grupo se ha retomado, aunque la participación sigue siendo baja, en comparación con el número de usuarios que tenemos.

Desde que retomamos los talleres el 1 de julio de 2020 sólo tuvimos que cerrar 15 días en Agosto de 2021 por un caso de COVID en nuestro centro. Durante todos los meses de trabajo hemos realizado actividades de captación de socios y sensibilización del Alzheimer, otras demencias y de las actividades de la propia Asociación; en ellas intervinieron miembros de la Asociación y voluntariado.

NUESTRAS INSTALACIONES

Nuestra sede está ubicada desde Septiembre de 2017 en Paseo de la Marina 5B, en Torre de Benagalbón. Es un terreno que pertenece al Ayuntamiento de Rincón de la Victoria. Gracias a una subvención de Diputación de Málaga, pudimos construir y adaptar el lugar a las necesidades de las personas con Alzheimer y otras demencias. El local tiene 150 metros cuadrados construídos. Se encuentra ubicado frente al mar. Tiene cinco salas de trabajo con dos baños completos y una cocina pequeña para servir desayunos. También un almacén. El solar tiene bastante terraza y un jardín zen en la parte trasera.



La **Junta Directiva** que conforma la Asociación de Familiares y cuidadores de enfermos de Alzheimer Bezmiliana, desde Abril de 2021 está compuesta por 5 socios voluntarios:

- | | |
|------------------------------------|----------------|
| • Doña María Jesús Román Ruiz | Presidenta |
| • Doña Palmira Martínez Sánchez | Vicepresidenta |
| • Doña Lianette Bouso Fernández | Secretaria |
| • Doña Rosario Díaz Bersabé | Tesorera |
| • Don Álvaro Frías Bouso | 1ª Vocal |
| • Don. Miguel Ángel Sánchez Robles | 2ª Vocal |



EQUIPO TÉCNICO

En el apartado **profesional** destacamos el equipo técnico formado por:

- Doña Victoria Arminda Albarracín Castillo. Psicóloga Sanitaria y Psicopedagoga.
- D. Alejandro Galindo Calvo. Psicólogo (Estuvo cubriendo baja de V. Arminda, de Febrero a Junio de 2022).
- D. Juan Manuel Laborda Ocejo. Psicólogo (Estuvo cubriendo la baja de Alejandro, de Junio a Agosto).
- Doña Noelia Palma Carrillo. Trabajadora Social.
- D. Sergio Rodríguez Huertas. Auxiliar de Enfermería.
- Doña Ángela Díaz Bersabé. Técnico Sociosanitario.



VOLUNTARIADO

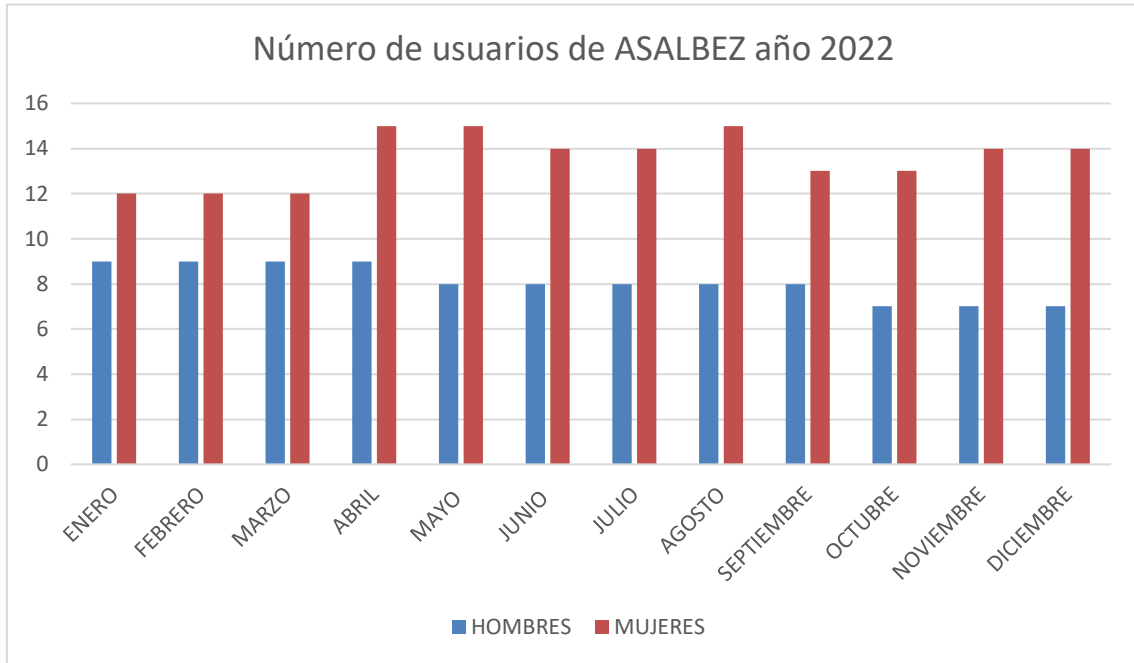
Dentro de esta entidad, los voluntarios son un pilar muy importante. Nuestra asociación cuenta con un Plan de Voluntariado vigente, estamos inscritos en el Registro General de Entidades de voluntariado de Andalucía, con número de inscripción 2732 a fecha del 2 de Septiembre de 2015.

En Julio de 2021 volvimos a incorporar a talleres a nuestro equipo de voluntariado. Se han dado de alta tres voluntarios nuevos para talleres. Manteniéndose el voluntariado de sensibilización y difusión. El cómputo total de voluntariado activo en las terapias no farmacológicas ha sido de 20 personas en el año 2022. Actualmente dimos de baja a tres, pero se han incorporado tres nuevos miembros.

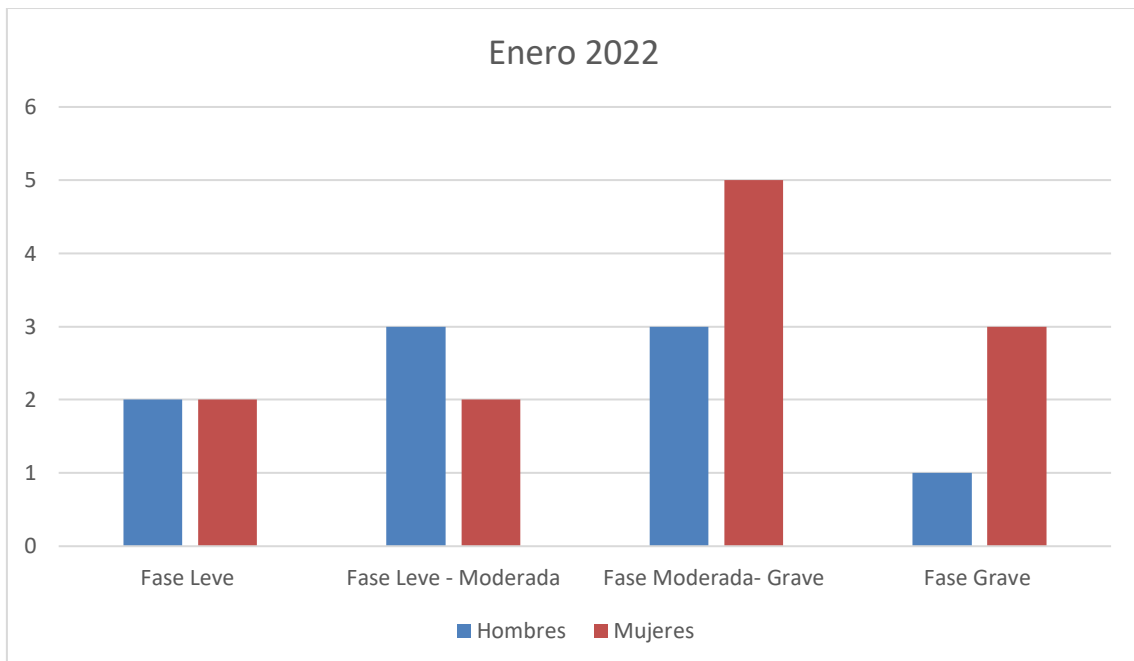


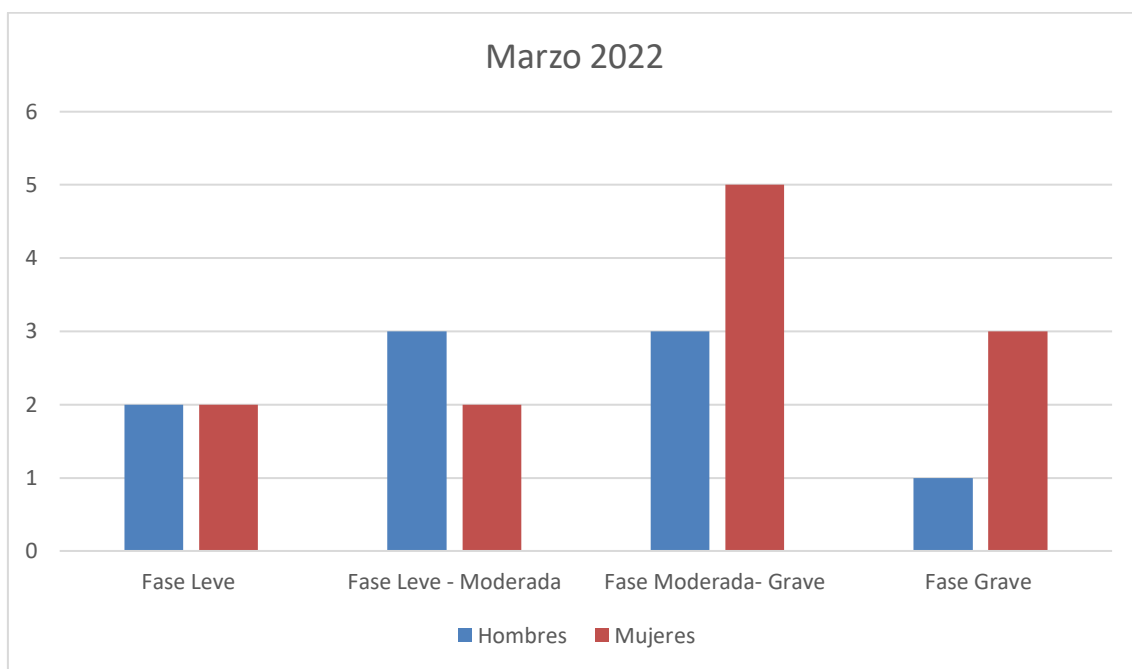
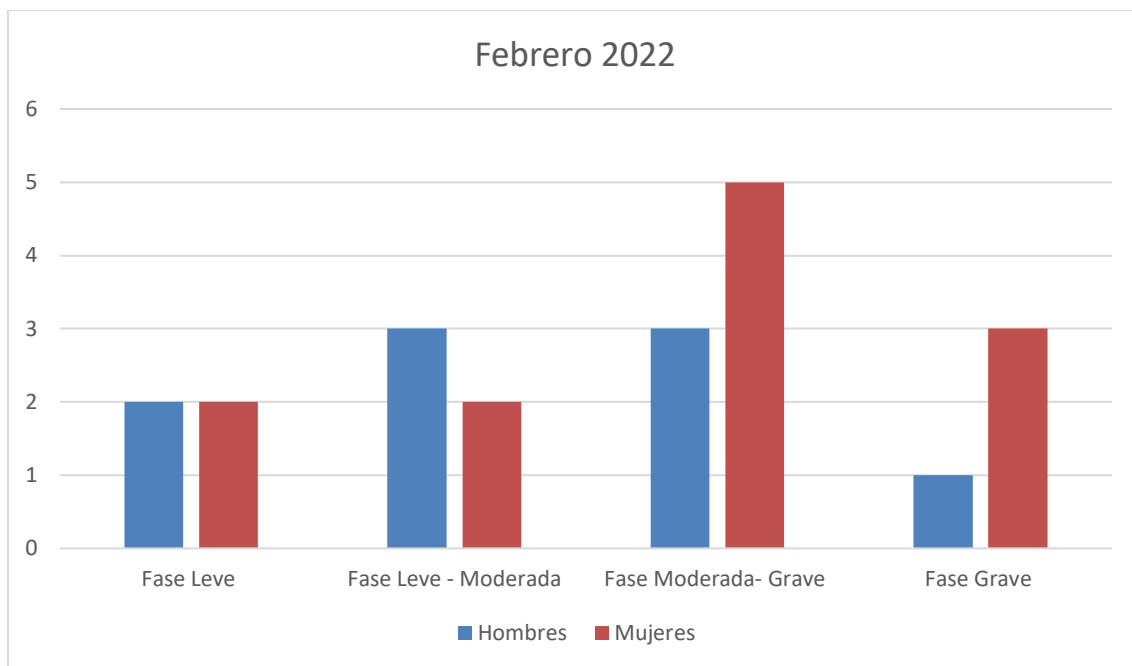
PERSONAS BENEFICIARIAS DIRECTAS

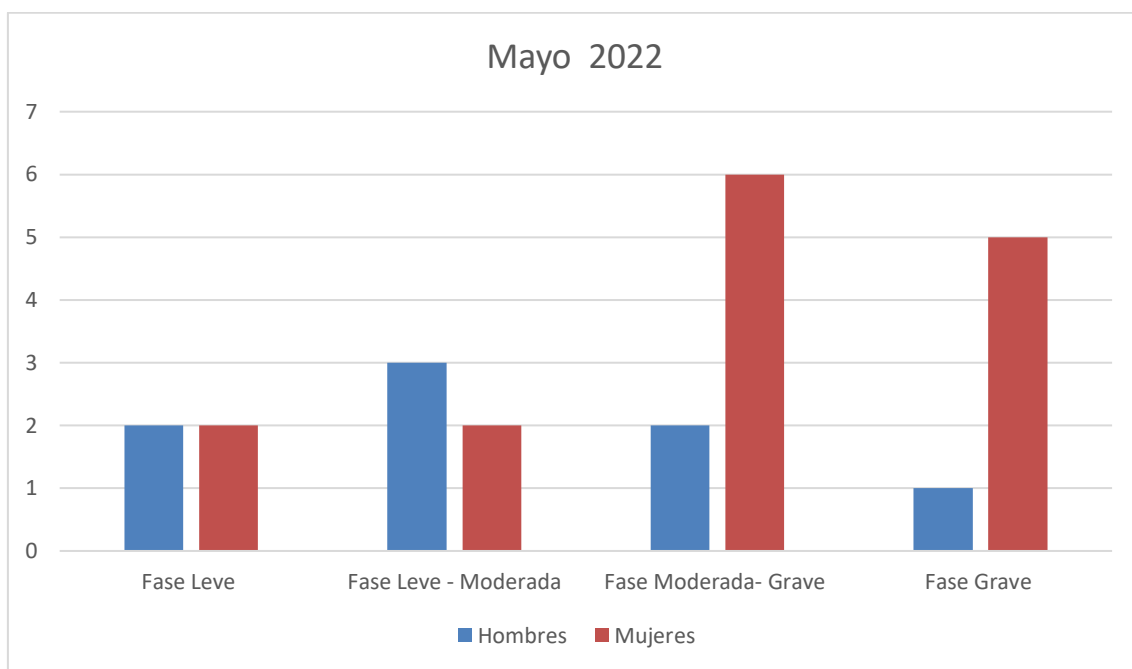
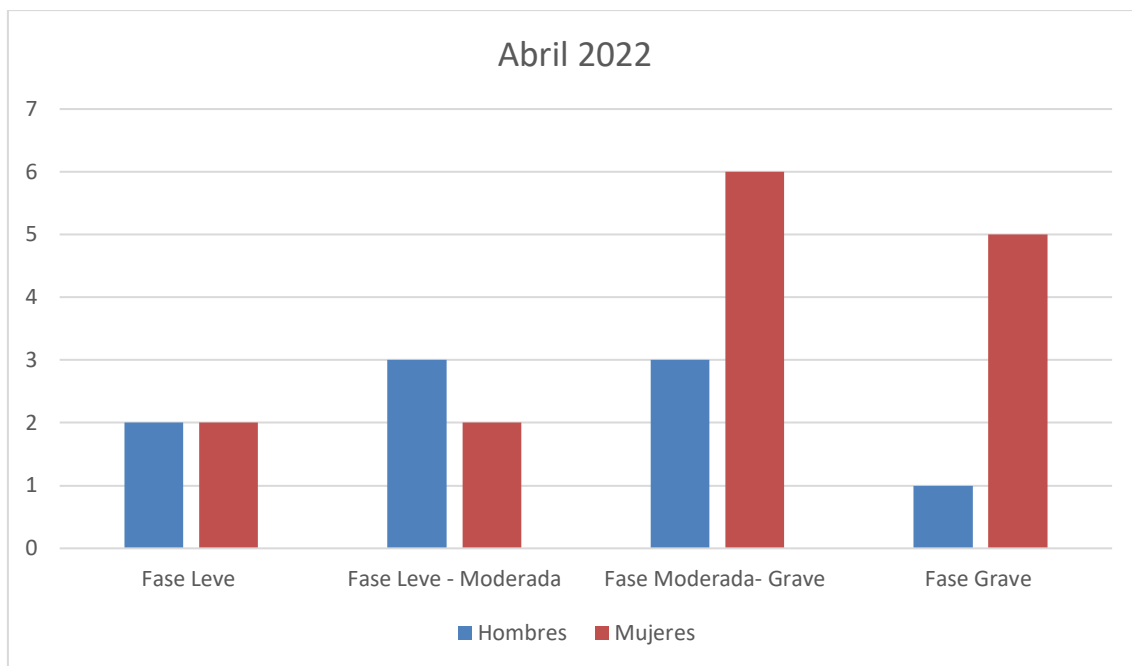
En el año 2022 se han incorporado a talleres 7 personas nuevas. En total han realizado terapias no farmacológicas 24 personas, de las cuales 9 han sido hombres y 15 han sido mujeres.

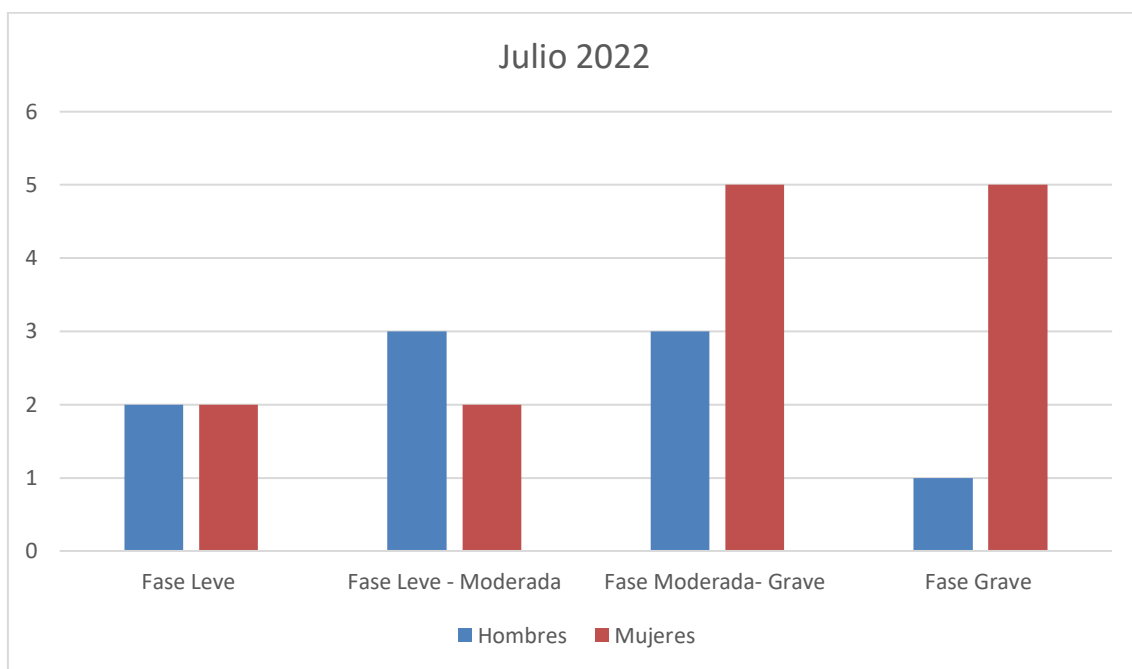


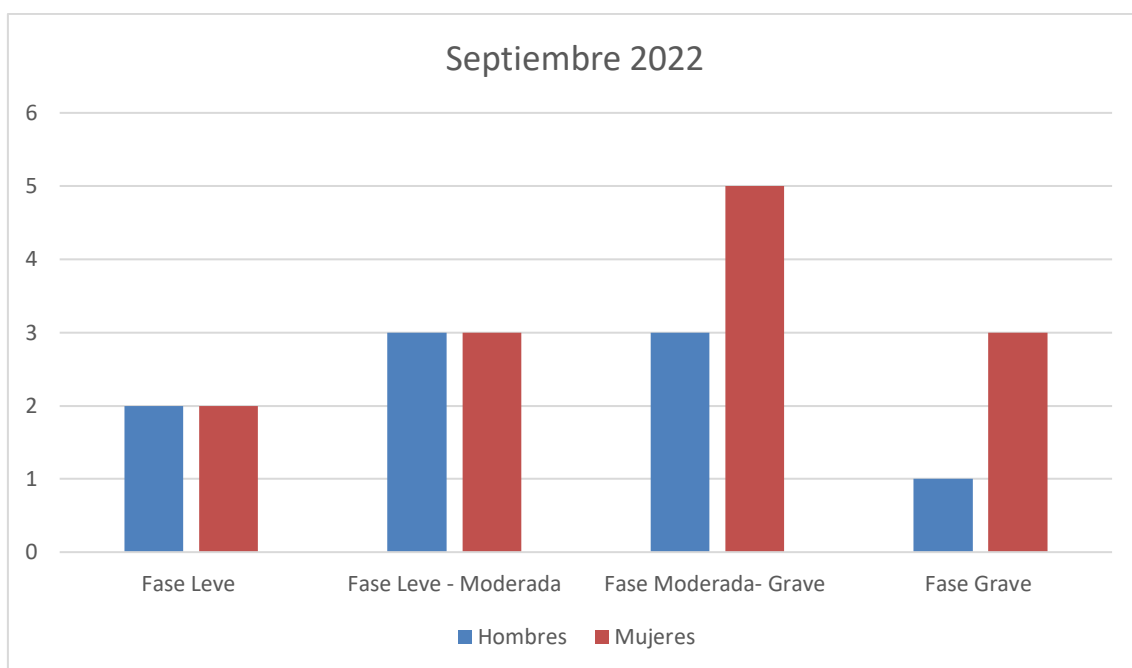
Los usuarios se han distribuido en cuatro fases.

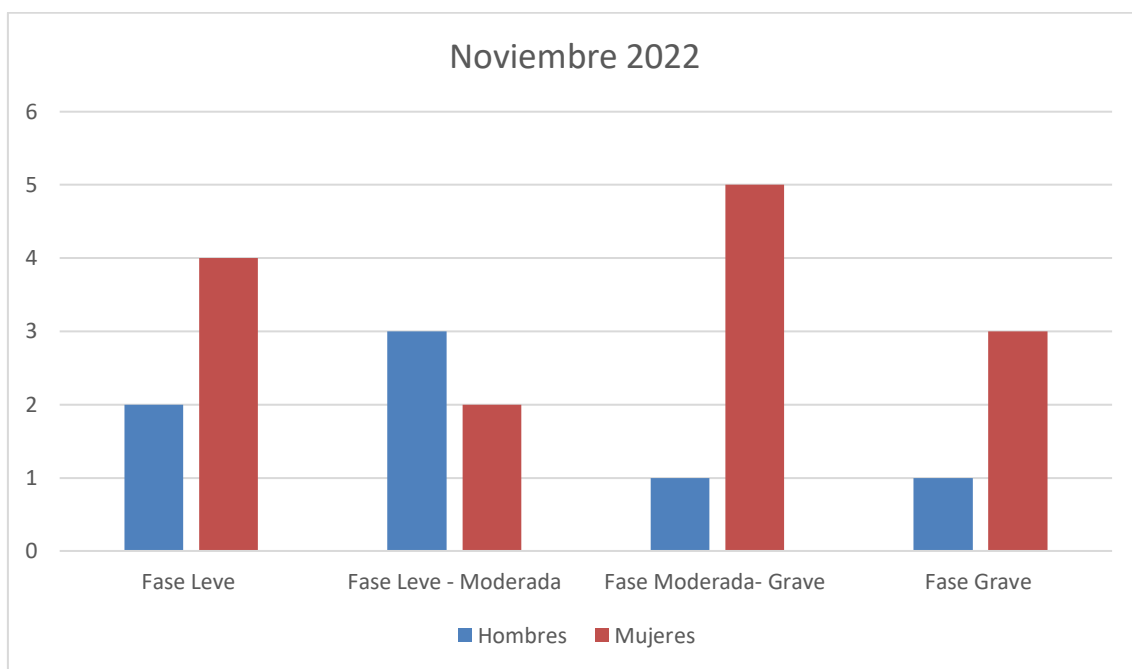
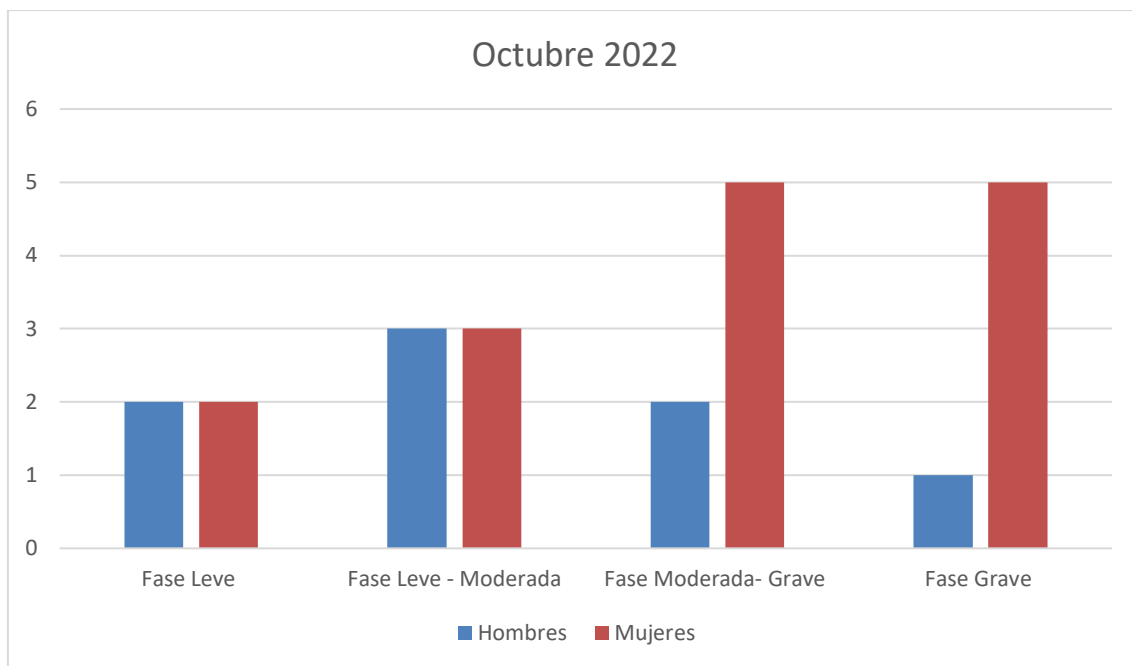


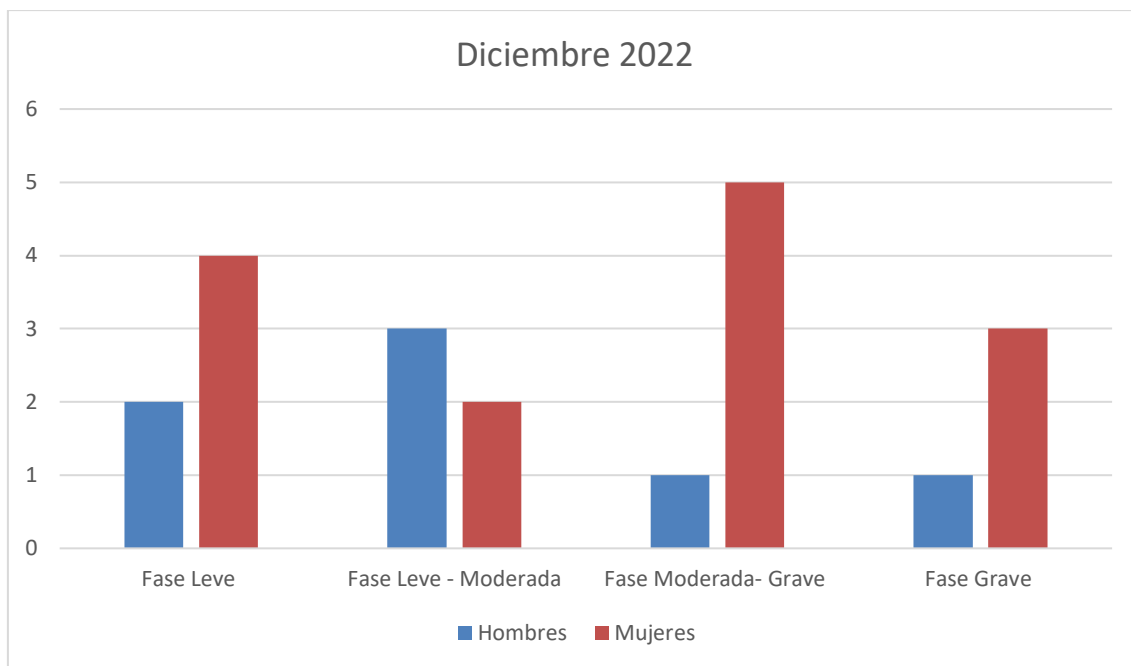












Hemos tenido 5 bajas, de las cuales 1 ha sido por fallecimiento, 1 por ser una estancia temporal, 3 debido al avance de la enfermedad.

PERSONAS BENEFICIARIAS INDIRECTAS

A lo largo de este año 2022, nuestra Asociación ha llevado a cabo una labor más indirecta a un total de 72 personas entre familiares y cuidadores de personas con demencia.

El número de socios en 2022 ha sido de 118 socios a fecha 31 de Diciembre de 2022. Ocurre que cuando la familia se desvincula con la asociación debido a fallecimiento, ingreso en residencia o bien baja por empeoramiento de la enfermedad, deciden borrarse como socios. Este suceso nos hace replantearnos algunos puntos de mejora para el año 2023.

ACTIVIDADES Y SERVICIOS

Información y Asesoramiento

El programa de Información y Asesoramiento, cubre dos objetivos importantes dentro de la entidad, uno es la sensibilización e información social, más general y amplia y otra un asesoramiento más puntual, según cada usuario y su entorno.

Las búsquedas en google de nuestra asociación ASALBEZ han sido de **2.600 visualizaciones**. Esta cifra indica que nuestra labor de sensibilizar, llega cada día a más familias interesadas, directa o indirectamente por la demencia Alzheimer.

ÁREA DE TRABAJO SOCIAL

- Identificación de la demanda.
- Información sobre servicios de la asociación.
- Información sobre recursos para pacientes y cuidadores.
- Información para el nuevo asociado.
- Rellenar ficha de asistencia.
- Explicar condiciones y normas para los distintos servicios.
- Derivación, si fuera necesario, a otros profesionales de la Asociación.
- Derivación, si fuera necesario, a otras entidades (SSCC, Centro de Salud, etc.).
- Explicación de las implicaciones de pertenecer a la Asociación (para socios beneficiarios).
- Informar de los derechos y deberes de los socios.
- Hacer ficha de socio.
- Incidir en la necesidad de que socios beneficiarios participen en la Asociación.
- Llevar registro de los socios.
- Listado informatizado de socios.
- Notificar reuniones, incidencias, avisos, etc. A los socios.
- Enviar cartas para el cobro de recibos al banco.
- Dar de baja a socios.

ELABORACIÓN DE PROGRAMAS Y MEMORIAS

- Informar de las convocatorias para los distintos programas y del plazo de entrega de programas y memorias.
- Planificación, junto a J.D. y psicóloga, de servicios a prestar por la Asociación para determinar los programas a presentar.
- Informar de los programas que se hacen a través de otras entidades (CONFEEFA, Fed. De Málaga).
- Coordinación de las distintas subvenciones solicitadas, a priori, para cubrir los servicios.
- Realización de programas de T. Social y otros profesionales, salvo psicóloga, para Ayuntamiento, Diputación, Junta de Andalucía y Obra Social la CAIXA.
- Modificación de los presupuestos, junto a J.D., para coordinar las distintas subvenciones concedidas para cubrir los servicios.
- Elaboración de las memorias para la finalización de los programas, salvo los de psicóloga.
- Elaboración de memoria de la actividad desarrollada para informar a la Junta Directiva de la Asociación, a requerimiento de esta.

COORDINACIÓN CON OTROS PROFESIONALES Y ORGANISMOS

- Planificación y ejecución de reuniones específicas mensuales con la Junta Directiva de la Asociación.
- Servicios Sociales Comunitarios de Rincón de la Victoria (trabajadores sociales y concejal). Para la elaboración de programas, derivación de posibles afectados e intervención en casos comunes.
- Coordinación con profesionales del Centro de Salud (trabajadora social y enfermera de enlace). Para la derivación de posibles afectados y seguimiento de casos comunes.
- Coordinación con la Federación de Alzheimer de Málaga (trabajadora social y secretaria).
- Gestión de trámites en representación de la Asociación y puesta en común con otros profesionales.
- Coordinación con el centro de Inserción Social EVARISTO MARTIN NIETO DE MALAGA.
- Coordinación para los siguientes convenios de colaboración: Fundación pública Andaluza para la integración social de personas con enfermedad mental (FAISEN).
- Convenio de colaboración en materia de prácticas no laborables con Empresa de Experiencia Profesional de prácticas para el empleo (EPES).
- Coordinación Convenio con CESUR Formación para alumnado de integración social.
- Coordinación CENTRO DOCENTE MEDAC para alumnado de integración social.
- Coordinación con CENTRO DE FORMACIÓN PROFESIONAL CCC para alumnado de servicios socioculturales y a la comunidad.
- Coordinación con la UNIVERSIDAD DE MÁLAGA para posibles convenios de alumnos en Prácticas de Trabajo Social y Psicología.
- Encuentro anual con otros profesionales de Asociaciones de Alzheimer de Andalucía.
- Revisión diaria del correo de Internet y notificación de lo relevante a la J.D.
- Revisión diaria del correo postal y notificación de lo relevante a la J.D.

GESTIONES Y TRAMITACIONES

- Informar de los documentos necesarios para los distintos trámites de interés para la Asociación.
- Informar de los documentos necesarios para los distintos trámites de interés para sus socios.
- Supervisión de los plazos de entrega de documentación.
- Elaborar la documentación necesaria para los trámites a entregar en las Administraciones.

ÁREA DE AUXILIAR DE ENFERMERÍA

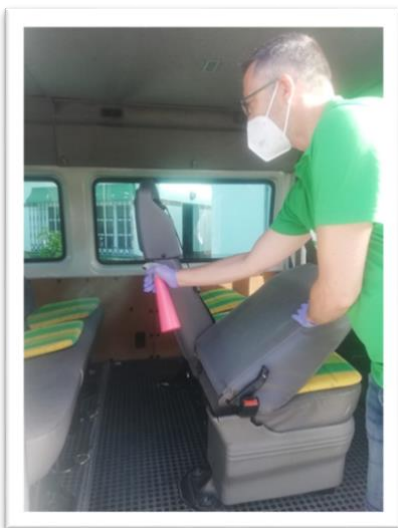
Atención a personas con la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

OBJETIVOS

Desde el punto de vista del Auxiliar de Enfermería se busca la ayuda y supervisión de las actividades que no puede realizar el propio paciente, alimentación; la limpieza del local donde se realizan los talleres, compra de alimentos y productos necesarios para la asociación; Monitor de transporte.

METODOLOGÍA

- Uso del Baño: Ayuda, supervisión, cambio de pañal, cambio de muda, higiene en el uso del wc. Lavado de manos...
- Alimentación: preparación, distribución y ayuda durante el desayuno. Cada usuario tiene adaptado su desayuno según sus características personales.
- Limpieza del local y de la furgoneta para el transporte de usuarios.
- Comprar alimentos necesarios para el desayuno (incluyendo el pan para nuestro desayuno molinero de los viernes) los demás días se les ofrece una bebida y galletas o magdalenas. Compra de productos para la asociación; materiales necesarios para los talleres, utensilios para el aseo de los usuarios...
- Participa en talleres de estimulación cognitiva, gimnasia y talleres de ocio y tiempo libre.
- Monitor de transporte de 9:00 a 10:00 y de 14:00-15:00 durante el reparto de los usuarios a sus familiares.



ÁREA DE TÉCNICO SOCIO SANITARIO

Atención a personas con la enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.

OBJETIVOS

Se busca la ayuda y supervisión de las actividades que no puede realizar el propio paciente, alimentación; la limpieza del local donde se realizan los talleres, compra de alimentos y productos necesarios para la asociación; Monitora de transporte.

METODOLOGÍA

- Realizar las tareas de higiene personal y vestido de las personas en situación de dependencia en las actividades de la vida diaria y mantener hacia ellos una actitud de respeto y profesionalidad.
- Organizar la intervención relativa a la alimentación supervisando los desayunos, preparando los alimentos y administrándolos cuando sea necesario.
- Realizar las actividades de mantenimiento y limpieza de la Asociación garantizando las condiciones de habitabilidad, higiene y orden, con criterios de calidad, seguridad y cuidando del medio ambiente y, en su caso, tramitando la documentación pertinente.
- Realizar las intervenciones relacionadas con el estado físico de las personas en situación de dependencia siguiendo las pautas establecidas y mostrando en todo momento respeto por su intimidad.
- Realizar los traslados, movilizaciones y apoyo a la deambulación de las personas en situación de dependencia empleando los protocolos y las ayudas técnicas necesarias y adoptando medidas de prevención y seguridad.
- Dar respuesta a situaciones de emergencia y riesgo para la salud en el desarrollo de su actividad profesional aplicando técnicas de primeros auxilios.
- Aplicar técnicas y estrategias para el mantenimiento y desarrollo de las habilidades de autonomía personal y social de las personas en situación de dependencia empleando ayudas técnicas y de comunicación.
- Realizar tareas de acompañamiento y asistencia personal



ÁREA DE PSICOLOGÍA

Trabajador: Alejandro Galindo Calvo
Fecha: 31/01/2022 a 12/06/2022

Puesto: Psicólogo

INTRODUCCIÓN

En el taller de Estimulación Cognitiva de ASALBEZ se prestan los siguientes servicios a los/as usuarios/as del mismo.

En horario de mañana, de lunes a viernes, de 10 horas a 14 horas, se atiende a personas enfermas de Alzheimer u otras demencias dentro del siguiente esquema:

- Orientación tempo-espacial, personal y del entorno de los/as usuarios/as.
- Realización de gimnasia, activa o pasiva, adaptada a las posibilidades de los/as usuarios/as.



- Implementación del taller de Estimulación Cognitiva de las áreas:
 - Lenguaje.
 - Gnosias.
 - Cálculo.
 - Memoria.
 - Reminiscencias.
 - Atención.
 - Esquema corporal.
 - Función Ejecutiva.
 - Praxias y psicomotricidad fina.
 - Integración y conocimiento del entorno local por medio de salidas temáticas programadas.
 - Evaluación periódica del deterioro y dependencia de los/as usuarios/as.
 - Actividades lúdicas (juegos de mesa, juegos deportivos adaptados, baile y música).

OBJETIVOS

Los objetivos que se han marcado en el taller de la mañana, de 10 horas a 14 horas, son:

- Mantener a los/as usuarios/as activos/as mentalmente de una forma continuada y exhaustiva con el fin de retrasar el deterioro cognitivo que les impone su enfermedad.
- Aumentar su autonomía y funcionalidad el máximo tiempo posible.
- Incrementar la autoestima de los/as usuarios/as, mejorar su estado de humor, disminuir su ansiedad, elevar su percepción de autoeficacia.
- Realizar una descarga de los familiares en horario de mañana.

METODOLOGÍA

Para la orientación personal y tempo-espacial se utiliza una ficha con datos autobiográficos que han sido realizadas por los/as usuarios/as y supervisadas por sus familiares. Se realiza un recordatorio diario de la fecha y estación con especial hincapié en los días con especial significación tanto a nivel personal (cumpleaños y santos) como de calendario (festividades señaladas). Duración 15-20 minutos.

Gimnasia pasiva y activa. La realiza el psicólogo con la ayuda de los alumnos en prácticas y se desarrolla sentados en sillas formando un círculo. También se hacen juegos con pelota a la vez que se realizan diversos ejercicios de memoria (contar, recitar los meses, nombrar a los/as compañeros/as, etc.). Duración 15-20 minutos.

En lo que toca a las distintas áreas cognitivas que se estimulan diariamente se utilizan materiales de *papel y lápiz*, materiales manipulativos (puzles, encajables, juegos de mesa, etc.), programa de estimulación GRADIOR, programa de estimulación STIMULUS, dinámicas grupales, proyecciones audiovisuales, materiales educativos específicos (ábaco, kit de estimulación táctil, olfativa, plastilinas, letras manipulativas, cartillas, etc.). Duración 30-45 minutos cada sesión con un máximo de dos sesiones por día.

En cuanto a las Praxias y motricidad fina se desarrollan todo tipo de manualidades intentado siempre que además de su potencial estimulativo resulten artísticas y por tanto motivantes para los/as usuarios/as. Por otra parte se intenta que tengan relación con el entorno local y momento temporal (p.ej. manualidades de Navidad, Cruces de Mayo, Celebración de las estaciones, cumpleaños de los/as usuarios/as, etc.).

El conocimiento e integración del entorno local se lleva a cabo con excursiones programadas a distintas partes del.

La evaluación periódica del estado cognitivo de las personas beneficiarias del servicio se realiza cada seis meses a partir de la evaluación inicial aplicando los siguientes instrumentos de evaluación:

Anualmente:

- Sub-escala CAM-COG

Semestralmente:

- MMNS-30

- Evaluación de dependencia de Barthel
- Escala de demencia de Blessed
- Escala de depresión geriátrica YESAVAGE

VALORACIÓN

Los objetivos de creación de una rutina de trabajo y estimulación continua, la mejora del estado de ánimo y autoestima de las personas beneficiarias se logra mediante las actividades descritas anteriormente. Evidentemente se consigue la descarga de los/as cuidadores/as en horario de talleres.

En lo que respecta al enlentecimiento del deterioro cognitivo de los/as pacientes se haría necesario el diseño de un estudio de tipo experimental (grupo de control y asignación aleatoria de sujetos a las condiciones experimentales) para poder establecer conclusiones. No obstante, pese a la dificultad metodológica señalada, parece claro que se promueve un desarrollo de la funcionalidad de los/as pacientes, que se hace más notorio cuando se producen parones vacacionales en los que los/as usuarios no reciben una estimulación sistemática.

Finalmente en lo que toca al desarrollo de nuestra labor profesional en ASALBEZ destacar que la intervención psico-educativa en pacientes con demencia se caracteriza por el poco desarrollo que a nivel de materiales específicos hay en el sector editorial de dichos recursos, lo que en la práctica supone que el/la profesional ha de generar constantemente materiales, estrategias y acercamientos que se adapten a cada paciente de forma individualizada. Dentro de este enfoque de atención personalizada de cada usuario/a, desde la directiva de ASALBEZ siempre se nos ha invitado a actuar con libertad, creatividad, originalidad y con un margen de iniciativa personal muy alto, lo que supone un extraordinario aliciente a la hora de afrontar la tarea diaria.

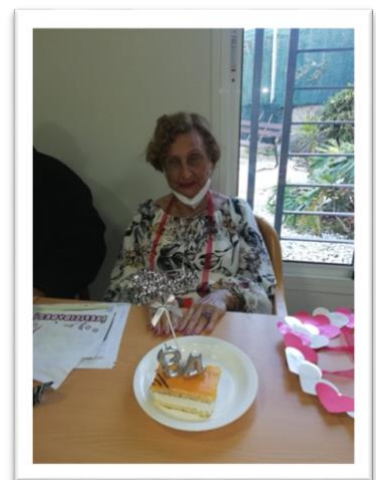
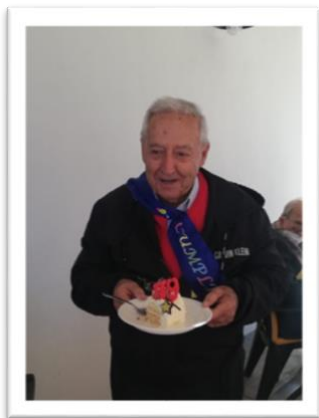
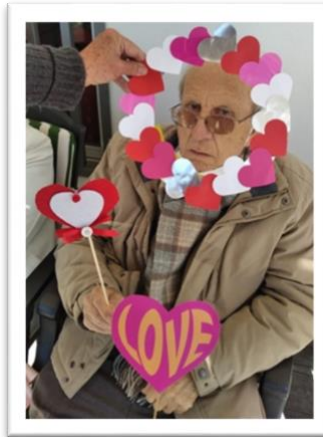
Por otra parte, la experiencia de atención psico-educativa a personas mayores con demencia ha resultado muy gratificante por el constante refuerzo positivo en forma de cariño y agradecimiento que recibe el profesional, tanto de los/as usuarios/as como de sus cuidadores/as familiares.

***ANEXO: Detalle de los acontecimientos destacables de junio a febrero 2022**

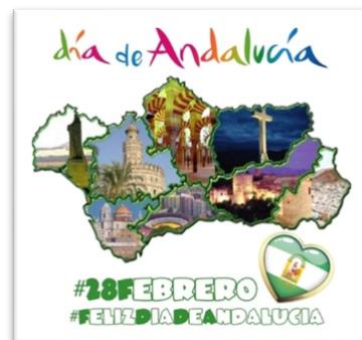
Febrero:

- Puesta al día de las evaluaciones psicológicas, ejercicios autobiográficos, tabla de memoria biográfica, cumpleaños (mural) y tarjetas de identificación (memoria)
- Recepción y formación del practicum.
- Implementación de juego con balón, reflejos, equilibrio, preguntas por turnos.
- Creación del horario semanal/mensual.
- Introducción de tablets y apps lúdicas (además de STIMULUS y GRADIOR).

- Día 14, celebración de San Valentín, debate de que significa el amor (en video), manualidad, panel palabras temático, cumpleaños de Pepita y santo de Valentín.



- Día 24, celebración de los Carnavales, mascararas.
- Día 25, celebración del día de Andalucía, desayuno andaluz, mural de letras, himno, pasapalabra y fichas relacionadas, visita de "Aca", canciones tradicionales, pasodobles



Marzo:

- Día 4, disfraces de carnaval “test de la alegría”



- Día 8, celebración del día de la Mujer, pasapalabra temático, dibujos, mensajes, lecturas, debate, lacito.



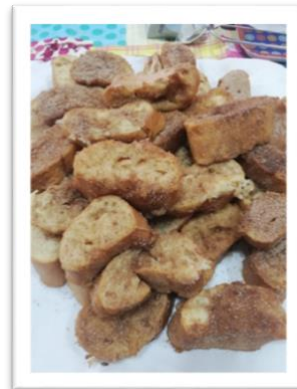
- Taller de memoria de fotos de usuarios en tamaño A4, auto/inter-reconocimiento facial.
- Taller de memoria de música tradicional copla en TV.
- Cumpleaños de Gertrudis y de Toñi.



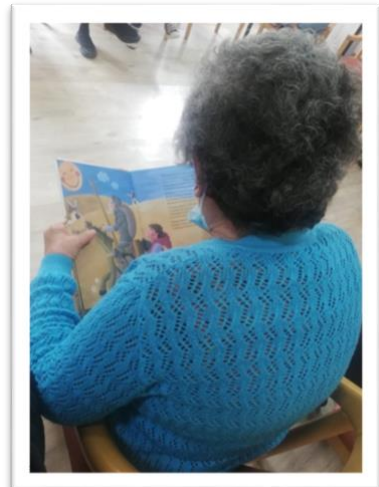
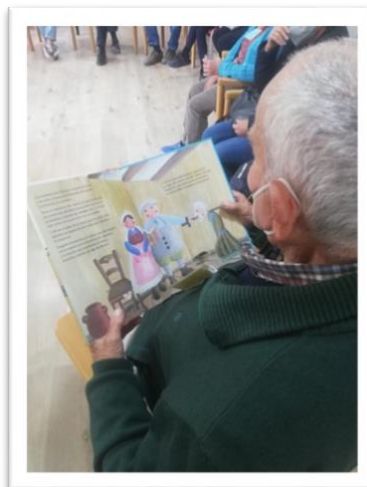
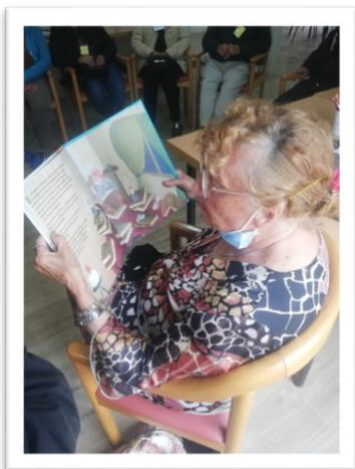
- Taller de memoria videos de los propios usuarios (varios).

Abril:

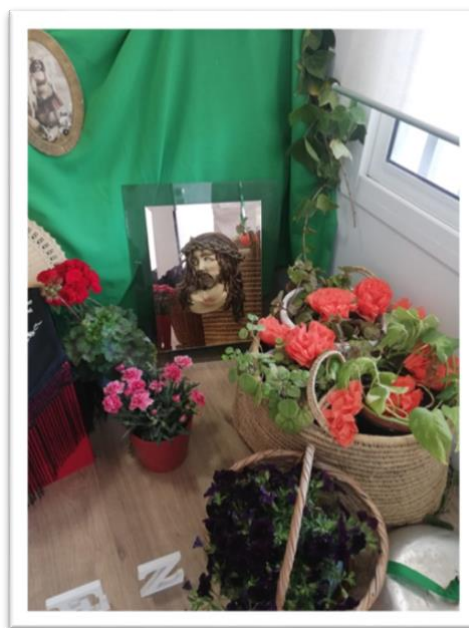
- Celebración de Semana Santa, taller de cocina de elaboración de torrijas caseras, manualidad de Semana Santa (penitentes).



- Celebración del Día del libro, con taller de lectura en voz alta por turnos.

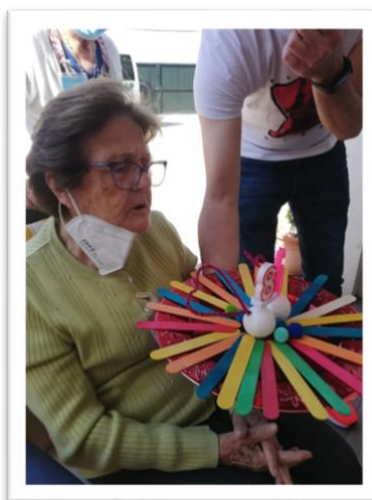


- Confección de Cruz de mayo y participación en el concurso de AMACVA.



Mayo:

- Tareas de recuerdo del festival de Eurovisión, canciones, pizarra veleda.
- Cumpleaños Josefa.



- Excursión en el trenecito turístico de Rincón de la Victoria (Concejalía de Asuntos Sociales).





- Cumple de Salvador 13 mayo.



- Manualidad de mariposas (rollos de papel higiénico)



- Taller de pintura acuarela, cuadros de barcos en platos de carton.



Junio:

- Cumple de José María con manualidad previa (tarjetas recortable de avión), documental de los aviones más grandes de la historia y pasapalabra temático con ayuda de Ellen (azafata).



- Presentación de fotos en taller de memoria a los/as usuarios/as de todo lo que se ha realizado en mi tiempo de contrato, a modo de recapitulación.
- Actuación musical para los usuarios con Imanol Salado y Adolfo Cisneros.



- Acto de graduación el 10 de junio, actuación del coro de ASALBEZ



En el taller de Estimulación Cognitiva de ASALBEZ se prestan los siguientes servicios a los/as usuarios/as del mismo.

En horario de mañana, de lunes a viernes, de 10 horas a 14 horas, se atiende a personas enfermas de Alzheimer u otras demencias dentro del siguiente esquema:

- Orientación tempo-espacial, personal y del entorno de los/as usuarios/as.

- Realización de gimnasia, activa o pasiva, adaptada a las posibilidades de los/as usuarios/as.
- Implementación del taller de Estimulación Cognitiva de las áreas: Lenguaje, Gnosias, Cálculo, Memoria, Reminiscencias, Atención, Esquema corporal, Función Ejecutiva, Praxias y psicomotricidad fina, Integración y conocimiento del entorno local por medio de salidas temáticas programadas.
- Evaluación periódica del deterioro y dependencia de los/as usuarios/as.
- Actividades lúdicas (juegos de mesa, juegos deportivos adaptados, baile y música).

OBJETIVOS

Los objetivos que se han marcado en el taller de la mañana, de 10:00 a 14:00 horas, son:

1. Mantener a los/as usuarios/as activos/as mentalmente de una forma continuada y exhaustiva con el fin de retrasar el deterioro cognitivo que les impone su enfermedad.
2. Aumentar su autonomía y funcionalidad el máximo tiempo posible.
3. Incrementar la autoestima de los/as usuarios/as , mejorar su estado de humor, disminuir su ansiedad, elevar su percepción de autoeficacia.
4. Realizar una descarga de los familiares en horario de mañana.
5. Atender a la primera y segunda fase de la enfermedad.

EVALUACIÓN PSICOLÓGICA

La evaluación periódica del estado cognitivo de las personas beneficiarias, se realiza cada seis meses a partir de la evaluación inicial aplicando los siguientes instrumentos de evaluación:

Anualmente:

- Sub-escala CAM-COG

Semestralmente:

- MMNS-30
- Test de los 7 Minutos
- Evaluación de dependencia de Barthel
- Escala SPMSQ de Pfeiffer

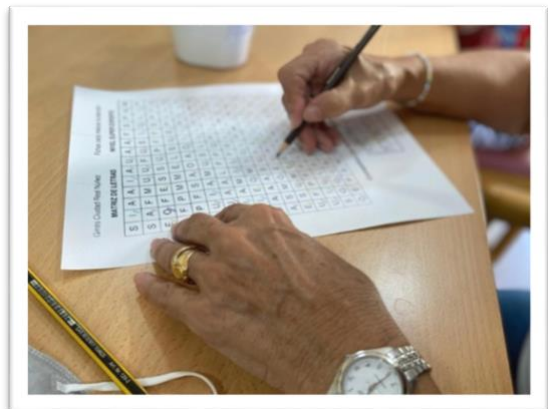


Con esta valoración se realiza un perfil neuropsicológico de cada paciente y se le elabora su PAI (Programa de Atención Individualizada)

TERAPIAS DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Taller de Estimulación Cognitiva

1. Memoria: reminiscencia (recuerdo de cosas pasadas), listas de palabras, series de números, estrategias mnemotécnicas....
2. Atención: imágenes superpuestas, búsqueda de elementos gráficos y figuras, sopa de letras.
3. Gnosias: enseñar objetos, dibujos, fotos, las cuales deben ser reconocidas por el paciente.
4. Lenguaje: estimular la conversación, sinónimos y antónimos, comprensión verbal, lectura, dictados, etc.
5. Praxias: coordinación de movimientos con las manos para un fin determinado, manipulación de objetos, recortar, dibujar, colorear, etc.
6. Cálculo: problemas aritméticos, sumas, restas...
7. Razonamiento lógico/abstracto: abarcan todas aquellas actividades encaminadas al entrenamiento en capacidades ejecutivas como planificación, ordenación y categorización.
8. Orientación: espacial, temporal y de la persona.



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.. Estas actividades son: ahorcado, recuerdo de cantantes y actores, profesiones, taller de lectura, etc.



Taller de Animación Musical

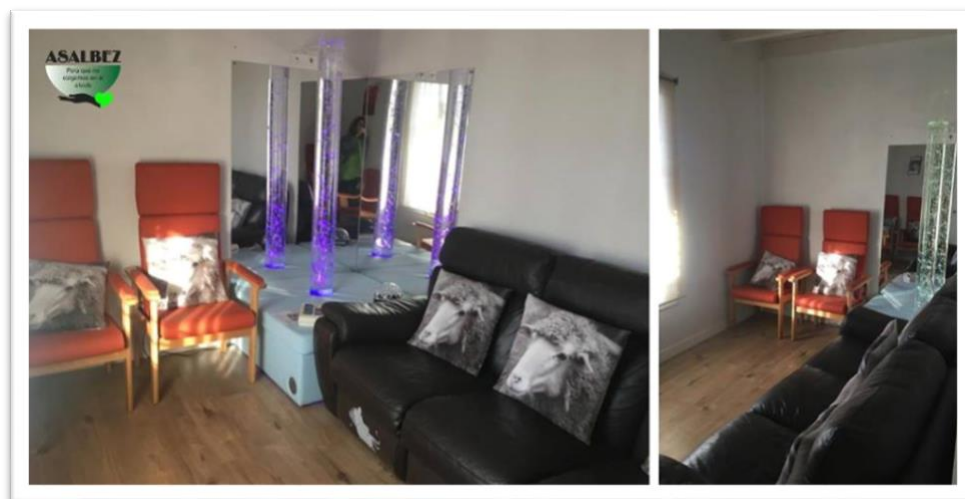
El uso de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía), es un proceso creado para facilitar, promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.

Entre las actividades realizadas en grupo destacar dos que han tenido bastante aceptación: Ejercicios de canto individual e improvisación y Baile y coordinación. Gracias a Adolfo Cisnero, Juan Hurtado e Imanol Salado por colaborar desinteresadamente siempre con ASALBEZ.



Taller de Estimulación sensorial

La estimulación sensorial disminuye la agitación e inquietud, así como mejora el sueño. Estos síntomas son muy comunes en la mayoría de las formas de demencia, y sin duda en las personas con Alzheimer. Gracias a la Fundación telefónica se equipó la sala con una columna de burbujas y una botonera.



Taller 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.



Taller Lúdico

El taller lúdico favorece la participación social mediante actividades como el bingo, parchís, karaoke, gymkana, dominó, tiro a la diana, bolos, entre otros.



Taller de Arteterapia

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 se permanece en esos momentos (mediante la realización de murales y decoración del aula), en función de las fiestas anuales importantes como Navidad, Carnavales, etc. Hemos trabajado con foami o gama eva para realizar diferentes muñecos, flores y adornos. Este año hemos hecho mascarillas de tela.



Taller de Gimnasia Pasiva y Activa

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, del trabajo corporal y de las actividades lúdicas.

Taller de Reminiscencia

En este taller se han trabajado los recuerdos pasados, a través de láminas y diapositivas de costumbres, tradiciones, personajes y cantantes de su época.



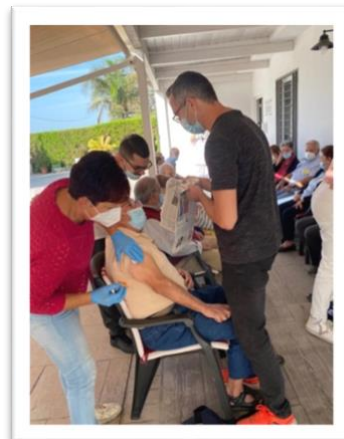
Taller de Repostería

La realización de postres caseros a gusto de nuestros usuarios, según las fechas señaladas aporta a nuestro centro una atmósfera aun mas acogedora y familiar. Este año hemos hecho roscos de anís, magdalenas y galletas navideñas.



Taller de Hábitos de vida saludable

Este taller engloba charlas grupales a los usuarios sobre hábitos de vida saludable en la tercera edad. Hemos hablado sobre la importancia de beber agua, comer fruta, salir a caminar 30 minutos al día, disfrutar del solecito y tener una actitud positiva en la vida. También otros temas referentes al coronavirus y la importancia de estar vacunados. En este año 2022, seguimos con la campaña de vacunación de la gripe y cuarta dosis de la vacuna contra el COVID-19. Para ello, contamos con la colaboración del Centro de Salud de Rincón, donde Felisa, enfermera se desplazó a nuestro centro para la vacunación de profesionales y usuarios.

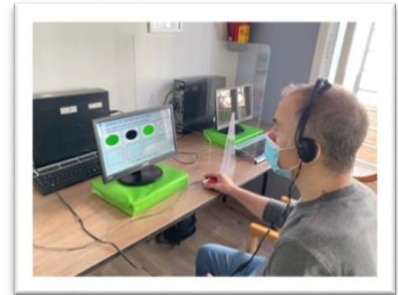
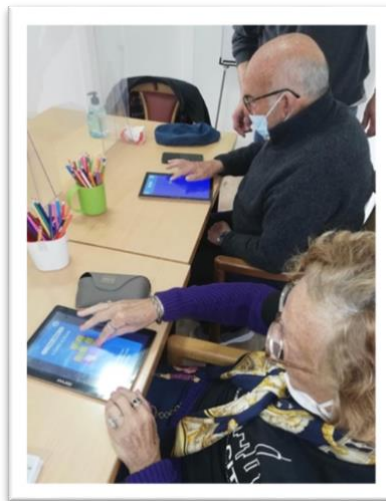


Programa de Nuevas Tecnologías

La acogida en los usuarios ha sido buena. No siempre nos encontramos con un paciente receptivo por lo que adaptamos los ejercicios al nivel de cada usuario. En

todo momento se intenta realizar una estimulación cognitiva variada (abarcando diferentes áreas) para que no resulte aburrida y así mantener su atención. En el año 2022 los usuarios que se han beneficiado de las nuevas tecnologías han sido 10.

- **Programa de Rehabilitación Cognitiva Gradior.** Fruto de una dilatada actividad de I+D+i en rehabilitación neuropsicológica de más de 25 años. Es una intervención altamente parametrizable para responder a las necesidades cognitivas de cada persona.
- **Neuroup.** Desde julio de 2020 contamos con otra herramienta de trabajo virtual. Es una página web donde se obtienen fichas a papel y digitales para que cada usuario trabaje las diferentes áreas cognitivas según su perfil. Gracias a Federación contamos con dos monitores táctiles subvencionados para su uso.
- **Stimulus.** Continuamos con esta aplicación web a través de las Tablet. Es otro medio para trabajar las áreas cognitivas de manera más lúdica.



TALLER DE CUIDADORES

Objetivo General

Formar a los cuidadores para mejorar la calidad de atención de las personas en situación de dependencia desde una perspectiva integral, aportando estrategias que mejoren la calidad de vida.

Objetivos Específicos

1. Proporcionar un conocimiento global de funciones a desempeñar y habilidades y aptitudes necesarias para el desempeño de la labor de cuidador.
2. Informar sobre los hábitos saludables que pueden poner en marcha las personas dependientes para potenciar al máximo su bienestar físico e intelectual.

3. Mejorar la calidad en la atención a las personas en situación de dependencia.
4. Mejorar la calidad de vida tanto de la persona en situación de dependencia como de la persona que le atiende.
5. Aumentar la sensibilización social sobre la situación de dependencia.
6. Concienciar sobre la importancia de la relación interpersonal entre persona dependiente-cuidador y proporcionar herramientas, estrategias y alternativas para que la relación sea positiva, enriquecedora y saludable para ambos.
7. Fortalecer los valores sociales de solidaridad intergeneracional.
8. Contribuir a la disminución del estrés del cuidador, con la consiguiente mejora de la situación psicológica y emocional del mismo y de su familia.
9. Facilitar herramientas para la conciliación de la labor de cuidador informal con la vida personal, familiar y social.

Programación que se ha llevado a cabo este año 2022.

Sesión 1: Cómo afectan a los cuidadores el envejecimiento, la discapacidad y la enfermedad crónica.

Sesión 2: Cuidar a los cuidadores: el cansancio, la soledad, la incertidumbre del futuro, la angustia, la tristeza son sentimientos habituales. Ansiedad, Depresión y problemas de sueño. Enseñaremos estrategias para manejar tus emociones.

Sesión 3: Cuidados básicos necesarios para el familiar dependiente.

Sesión 4: Mantener la calma no siempre es fácil: practicaremos diferentes técnicas de relajación.

Sesión 5: ¿Qué son las dificultades cognitivas y que herramientas tenemos para entenderlas y afrontarlas?

Sesión 6: La comunicación y las relaciones interpersonales: dificultades habituales en la comunicación, habilidades sociales y soporte social y familiar.

Sesión 7: Los problemas de comportamiento: cuáles son y de qué forma se pueden manejar.

Sesión 8: Técnicas de intervención en primeros auxilios

Sesión 9: La dependencia y los cambios que comporta en la familia. Hablaremos de cómo han cambiado vuestros roles y del impacto de la enfermedad sobre vuestra familia.

Sesión 10: Aprendiendo a decir adiós: cuando la persona que cuidamos ya no es la misma o cuando sentimos que se acerca la muerte empieza el proceso de duelo.

Sesión 11: Aprendiendo a vivir sin ellos. Fenómeno del nido vacío.

Metodología

Se ha realizado cada viernes de 11:30 a 12:30. En la sala de cuidadores de la sede de ASALBEZ ubicada en Paseo de la Marina 5 B. Torre de Benagalbón. Málaga. La inscripción ha sido gratuita y para ello solo debían llamar por teléfono al 951 92 13 03 / 610 620 106. Ha tenido una duración de 11 sesiones. La mayoría fueron impartidas por V. Arminda Albarracín Castillo, psicóloga sanitaria de ASALBEZ. No obstante, se contó con la colaboración de otros profesionales que han complementado las sesiones como M^a Carmen Sánchez Barbero, Trabajadora Social del Hospital Comarcal de Vélez – Málaga.

La participación ha sido baja con respecto al número de usuarios que atendemos. En algunos casos, el motivo laboral impide que acudan, en otros casos es por falta de interés.

ALUMNADO EN PRÁCTICAS

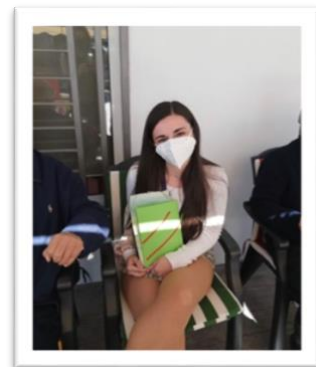
Este año 2022 hemos tenido a 5 alumnos en prácticas de Psicología de la Universidad de Málaga. Una alumna de Integración Social de la Universidad de Málaga.

3 alumnos en Prácticas no laborales en empresas de FAISEN (Fundación Pública andaluza para la integración social de personas con enfermedad mental)

3 alumnas prácticas profesionales EPES de personal de limpieza (Experiencias profesionales para el empleo)

1 alumno de prácticas de EPES de monitores de servicio a la comunidad.

En total, nuestro centro ha tutorizado a 13 alumnos en prácticas de diferentes sectores.





DIVULGACIÓN DE LA ASOCIACIÓN

Por el día Mundial del Alzheimer, realizamos actividades al aire libre con los usuarios y Adolfo Cisneros, respetando las medidas de seguridad. Este año hubo mesas de cuestación, gracias a la colaboración de socios y amigos de ASALBEZ. En la entrada de ASALBEZ pegamos frases en folios verdes, para sensibilizar a la gente de la enfermedad de Alzheimer.



CONCURSO CRISMA NAVIDEÑO

Este año CEAFA llevó a cabo su tradicional concurso de postales navideñas, y ASALBEZ como cada año ha participado, pero esta vez no hemos sido premiados. Aún así, lo importante es participar. El crisma ha sido elaborado por nuestra usuaria I.C.M.



TALLER DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

Este taller ha sido y seguirá siendo muy enriquecedor para nuestros usuarios, pues en ellos englobamos muchas actividades, como son fiestas populares, cumpleaños, santos, representación de obras de teatro y visitas culturales. Para ello siempre contamos con la participación del voluntariado y los familiares.

- **Celebración de Santos y Cumpleaños**



- **Fiesta Flamenca**



***Fiesta flamenca
en ASALBEZ***



- **Día Mundial del Alzheimer 21 de Septiembre**



PROGRAMACIÓN ASALBEZ

6 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Actuación de Adolfo Cisneros y Juan Hurtado para usuarios y familiares.
Lugar: Sede de ASALBEZ.
Hora: 12:00

9 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Inicio del Taller de Cuidadores para cuidadores y familiares de personas con Alzheimer y otras demencias del municipio. Por V. Arminda Albarracín Castillo, psicóloga sanitaria de ASALBEZ.
Lugar: Sede de ASALBEZ.
Hora: 11:30 a 12:30

12 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Charla "Cuidadores" por M. Carmen Sánchez Barbero. Trabajadora Social y Cuidadora.
Lugar: Sede de ASALBEZ
Hora: 11:30 a 12:30

PROGRAMACIÓN ASALBEZ

14 DE SEPTIEMBRE 2022

Exposición de las actividades que realizan las diferentes AFAS (Asociaciones de Alzheimer de la provincia de Málaga) y mesa jurídica sobre Ley de Dependencia.
Lugar: Diputación de Málaga.
Hora: 18:30

15 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Desayuno para usuarios y voluntariado de ASALBEZ.
Lugar: Alma Playa. Hora: 11:30

16 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Charla "Proyecto Cuidadora" Ponente: Verónica Jiménez Sarmiento. Psicóloga Cruz Roja Rincón.
Lugar: Sede de ASALBEZ
Hora: 11:00 a 13:00

21 DE SEPTIEMBRE DE 2022

Jornada de Puertas Abiertas por el día Mundial del Alzheimer en ASALBEZ.
Taller de Risetapia con la colaboración de Rubiela Mellizo González por CRUZ ROJA RINCÓN.
Hora: 11:00 a 13:00.
Mesas Informativas y de cuestión
Mesa 1: Mercadillo Huerta San Julián en Rincón de la Victoria.
Mesa 2: Junto a Mercadona en Torre de Benagalbón.
Mesa 3: Junto a Carnicería Zugasti en La Cala del Moral.
Horario: 10:00 a 13:00

PROGRAMACIÓN ASALBEZ

23 DE SEPTIEMBRE DE 2022

VI Gala- Pasarela a beneficio de ASALBEZ con Cocktel.
Lugar: Sede de ASALBEZ ubicada en Paseo de la Marina 5B. Torre de Benagalbón.
Hora: 20:00 Donativo: 25 euros

26 DE SEPTIEMBRE

Actuación de Inanol Salado para usuarios y familiares.
Lugar: Sede de ASALBEZ.
Hora: 12:00

15 DE OCTUBRE DE 2022

Festival solidario Soles de Málaga Pueblos a beneficio de ASALBEZ. Actividades infantiles, Gymkana, bailes, espectáculos musicales, paelia, venta de comida, bebidas y tumbola.
Lugar: Plaza Al-Andalus. Rincón de la Victoria.
Hora: de 12:00 a 00:00

21 DE OCTUBRE DE 2022

Almuerzo para usuarios, voluntariado y personal de ASALBEZ.
Lugar: Chiringuito Marina Playa
Hora: 13:00

DURANTE EL MES DE SEPTIEMBRE PONDREMOS EN MARCHA EL PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN DE CEFA "ENTORNOS AMIGABLES Y SOLIDARIOS CON LAS DEMENCIAS".



- **Concienciación y Lucha con la Violencia de Género**



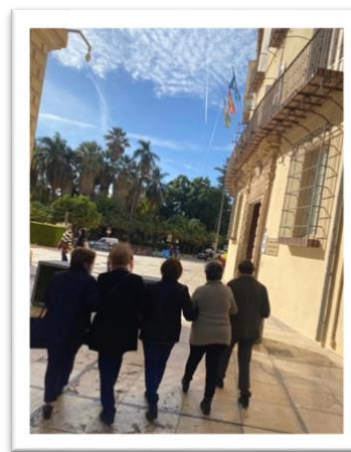
- **Encuentro intergeneracional con AMIRAX por el día mundial de la Discapacidad.**



- **Decoración Navideña de ASALBEZ**



- **Excursión al Centro en Navidad y visita Belén del Ayuntamiento de Málaga.**



- **Desayuno Navideño y recogida de alimentos para Rincón Contigo.**

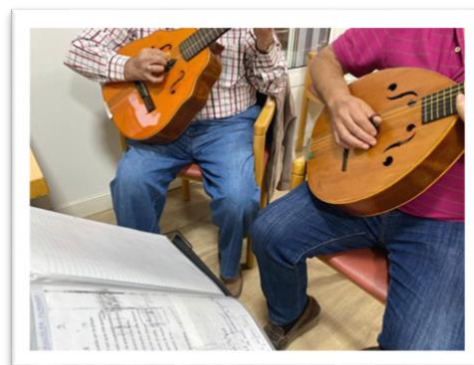
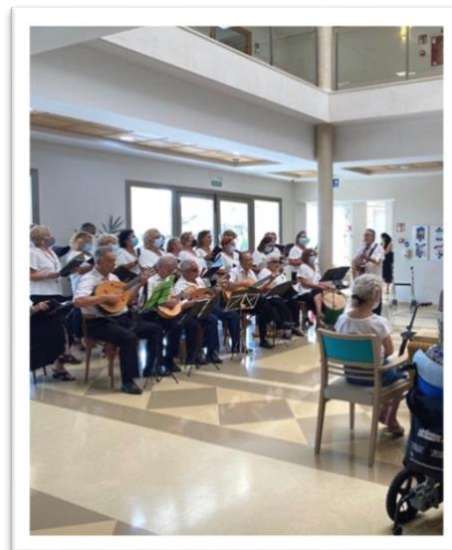




CORO MUSICO-VOCAL CANCIONES PARA EL RECUERDO

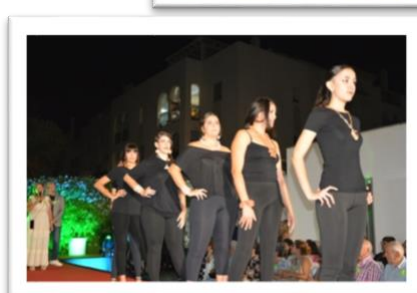
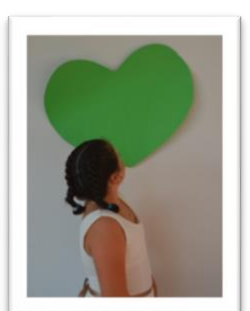
Nuestra Asociación cuenta desde el año 2018, con un coro formado por personas con demencia, familiares, cuidadores, trabajadores, socios y de personas voluntarias de ASALBEZ. Acuden cada lunes por la tarde a la sede y ensayan canciones para el recuerdo.

Es un lugar de encuentro para olvidar los problemas y disfrutar de la música. Han llevado a cabo varias actuaciones en residencias del Municipio. Este año retomaron su actividad.



ACTOS A BENEFICIO DE ASALBEZ

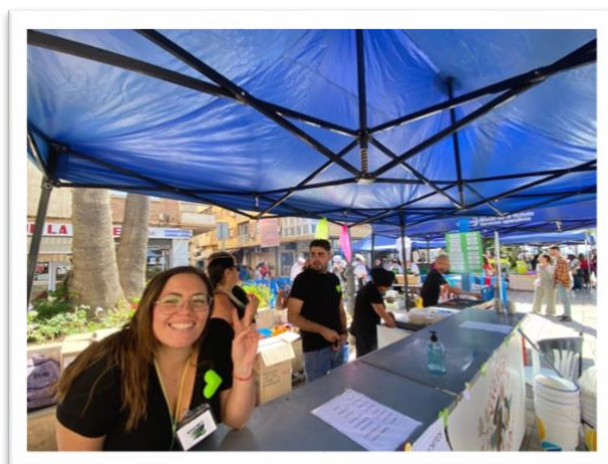
- **VI Gala Pasarela a beneficio de ASALBEZ 23 de Septiembre de 2022.** Fue una noche muy solidaria donde colaboraron muchas empresas y comercios de nuestro Municipio de Rincón de la Victoria. Este año han desfilado usuarios y cuidadores por primera vez. También ha sido la primera vez que se ha realizado aquí, en nuestras instalaciones. Participaron más de 20 modelos para la pasarela, ellos lucieron de maravilla las prendas prestadas para el evento. Queremos dar las gracias al Ayuntamiento de Rincón de la Victoria, a Bienestar Social por su apoyo, a Eduardo Bandera por presentar tan bien a las tiendas, modelos y cantantes. Gracias a todos los cantantes que con su voz hicieron de esta noche, una noche para recordar. Gracias a Jacqueline García por su reportaje, su objetivo inmortalizó todos los momentos de esta noche. Ojalá el próximo año podamos repetir con el mismo éxito. Siempre por y para ell@s



- **Festival Solidario Soles de Málaga 15 de Octubre de 2022.** En Soles de Málaga Rincón de la Victoria brillamos para dar luz a ASALBEZ, que dedican su labor a mejorar la calidad de vida de personas con Alzheimer realizando talleres de estimulación cognitiva. Tuvo lugar en la Plaza Al-Andalus a partir de las 12 del mediodía hasta altas horas de la noche.

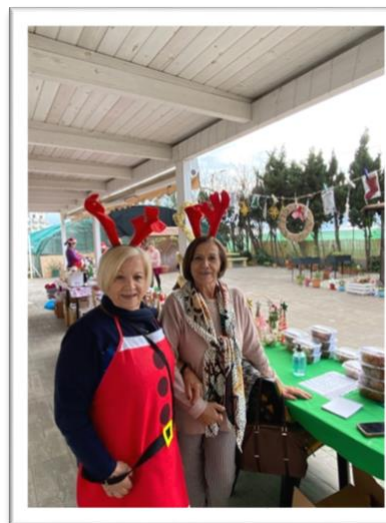
Actividades y Actuaciones: Charanga por la Banda de música Rincón de la Victoria | Seño de los cuentos | Escuela Municipal Bailes deportivos Animate a bailar | Escuela Municipal Verdiales Rincon de la Victoria – Benagalbón (Victoria Castillo) | Coro Romero del Carmen | Adolfo Cisneros | Juan Hurtado | Lola Castillo | Verónica Martín | Mayte Peláez | Miguel Ruano | Natalia Barone | Grupo SIKE | Hermanos Ortigosa | Aires Marineros | Gym Victory Escuela de baile | María Repiso | Microteatros | NASH LUKE | DJ Miguel Botana | DJ Duo Golden | Imanol Salado | Actividades infantiles (Pintacaras, Gymkana, juegos populares)

Colaboradores: Dimacel | Suministros El gato | Asociación de vecinos Torresol | Chiringuito Marina Playa | Carnicería Las palmeras | Carnicería La flor | Carnicería Dani | Cruz Roja Rincón | Banda de musica Rincón de la Victoria | Cash Rincón | Anita Kool.





- **Mercadillo Navideño de ASALBEZ.** Cada año, nuestra Asociación organiza en su sede un mercadillo solidario con productos navideños, artículos de navidad, ropa variada, calzado, libros, bisutería y manualidades elaboradas por nuestros usuarios.



- **I Encuentro Bienestar Integral para una vida sostenible y saludable del Ayuntamiento de Rincón de la Victoria.** Se vendió dulces navideños, ropa, calzado, libros, adornos artesanales de navidad, juguetes de segunda mano, lotería de ASALBEZ.



PUNTOS A MEJORAR PARA AÑO 2023

Los puntos a mejorar para el año 2023 son:

1. Fomentar la participación de los familiares en las actividades de ASALBEZ.
2. Ofrecer otros servicios para mejorar y facilitar su calidad de vida y la de los cuidadores como: fisioterapia, quiropráctico, servicio de peluquería y podología, servicio de comedor.
3. Sensibilizar a todos los colectivos de la Enfermedad de Alzheimer.
4. Fomentar la labor y participación del voluntariado en ASALBEZ.
5. Sensibilizar a los familiares y cuidadores de la importancia de su donativo para seguir trabajando para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer.