



Año 2005

Desde la creación de la asociación, año 1996, nuestro objetivo prioritario ha sido el de mejorar la calidad de vida de los enfermos de Alzheimer y otras Demencias y de los familiares afectados.

Los enfermos de Alzheimer van perdiendo progresivamente de forma insidiosa las distintas capacidades cognitivas y físicas. Por ello es fundamental que en las primeras fases de la enfermedad se estimulen y trabajen las facultades que aún no se han perdido con el proceso de deterioro de la enfermedad, para mantenerlas durante el mayor tiempo posible. Por ello, con la inserción de este tipo de enfermos en talleres, pretendemos ralentizar los síntomas de la enfermedad; favorecer la normalización del ritmo circadiano de los enfermos manteniéndolos activos durante el día.

Con este tipo de talleres como efecto colateral se consigue que las familias que habitualmente se encuentran muy limitadas por el trabajo que supone cuidar al enfermo diariamente, dispongan de tiempo para sí mismos y/o obligaciones (familiares, laborales, etc.), y puedan realizar otras actividades con la tranquilidad de saber que están bien atendidos.

La Asociación «San Rafael» representa los intereses de los enfermos que sufren Demencia. Al mismo tiempo se pretende buscar espacios para que los familiares-cuidadores intercambien experiencias con otras personas que tienen la misma problemática, facilitarles estrategias que eviten la sobrecarga....etc. Los recursos sociales van creándose y se van consolidando a medida que las necesidades de este colectivo cambian.



Dentro de nuestros próximos proyectos el de más relevancia sin lugar a dudas es la Construcción de una nueva UED y sede polivalente. En dos años, si no hay contratiempos, se podrá inaugurar el centro, que permitirá a la Asociación “San Rafael” dar más cobertura a la necesidad de apoyo a los familiares. Mientras tanto, con el objeto de atender las crecientes demandas que llegan a nuestra sede, AFA “San Rafael” ha decidido embarcarse en un importante proyecto: la ampliación de la sede, un local anexo de 60 metros cuadrados donde desde el 2 de Junio (día en que fue inaugurado) se desarrollan talleres terapéuticos, ofreciendo una respuesta a una necesidad social y retrasando en la medida de nuestras posibilidades la tan temida institucionalización.

1. Consolidación de recursos:

En el transcurso del año 2005 hemos mantenido servicios y recursos muy demandados por las familias, tales como:

- Grupos de Autoayuda
- Atención Psicológica Individual
- Cursos Formativos
- Programas de Estimulación dirigidos al enfermo, de los que cabe destacar: Fisioterapia, Estimulación Cognitiva y Terapia Ocupacional.
- Servicio de Ayuda a Domicilio.
- Servicio de Fisioterapia a Domicilio.

Estamos llevando a cabo actividades de rehabilitación y reeducación dirigidas a prevenir las incapacidades y estimular a los pacientes para que puedan realizar algunas de sus tareas cotidianas.

Desde la creación de la asociación venimos realizando un Programa de voluntariado, el cual tiene un lugar privilegiado dentro de nuestra entidad ya que es demandado por muchas familias que por falta de recursos económicos, materiales y personales necesitan apoyo en el



cuidado de su familiar con demencia. Además, conscientes de la importancia del papel del voluntario en una entidad sin ánimo de lucro como la nuestra, hemos reformado el Programa de “Captación y Formación de Voluntariado” y se ha ampliado, denominándose actualmente “Captación, Formación e Intervención con Voluntarios”.

Actualmente disponemos de 14 voluntarios. A primeros de este año, los distribuimos por parejas para llevar a cabo el servicio de apoyo a las familias en los domicilios. Se formaron 6 grupos. Cada uno de ellos acude a la casa de un enfermo de Alzheimer y otra Demencia, de dos a cuatro horas a la semana. Realizamos reuniones mensuales y la evaluación es continua. Tenemos una lista de espera de familias interesadas en este programa. Los cuidadores beneficiarios del mismo se encuentran enormemente satisfechos.

La Asociación “San Rafael” de Alzheimer y Otras Demencias tiene entre sus objetivos la Sensibilización de la sociedad para con los enfermos de Alzheimer y otra enfermedad que cause dependencia.

Para ello organiza una serie de actividades dirigidas a la población general:

El día 12 de Julio tuvo lugar una exhibición de baile organizada por la academia CORDOBAILA, la cual está integrada por un grupo de profesionales que llevan ejerciendo desde el 1994. El día de la demostración se reunieron un gran número de aficionados al baile de toda Andalucía, sumando entre todos más de 300 personas para bailar en el escenario. El acto se celebró en el Recinto Ferial del Arenal, en la Caseta Municipal. Estimamos, que el número de participantes osciló en torno a las 1.200 personas. Se abrieron las puertas a las 21,00h. La demostración empezó a las 22,30h. y finalizó en torno a las 1,30h.



Demostración de baile

Además de la recaudación de fondos, la actividad tenía entre sus objetivos.

- ◆ Permitir un espacio de convivencia desde el cual se desdramatice esta patología.
- ◆ Una gran difusión aprovechando la celebración de un acto atractivo y agradable.



Fiesta Córdoba - Mesa informativa



En general, la población cordobesa se encuentra sensibilizada con los enfermos de Alzheimer y otras Demencias similares por lo que la caseta municipal se convirtió en un lugar de encuentro y de convivencia en el que se unió fiesta y solidaridad.

Los participantes actuaron sin percibir ningún tipo de compensación económica, aprovechando la ocasión para colaborar con nuestra entidad sin ánimo de lucro. Los fondos contribuirán en la Construcción del Centro de U.E.D y sede polivalente de acuerdo a las necesidades reales de esta provincia que cada vez cuenta con más números de enfermos.

Otra actividad dirigida a la población cordobesa tuvo lugar entre el 29 de Julio y el 2 de Agosto. Dado el elevado grado de satisfacción que tuvimos el año anterior en la celebración de la Feria de Alcolea “Nuestra Sra. Virgen de los Ángeles”, este año quisimos repetir la experiencia.



Feria de Alcolea



Usuarios de la U.E.D.

La actividad consistió en instalar una caseta donde se expusieron carteles y se repartieron dípticos informativos sobre la Asociación y sobre las actividades que venimos desarrollando, así como trípticos invitando a los asistentes a que colaborasen como voluntarios en nuestra entidad. Con ello conseguimos el objetivo primordial como asociación: Sensibilizar a la población cordobesa sobre el Alzheimer y sobre la problemática que éste conlleva (esta cruel enfermedad produce en el afectado la pérdida de su identidad y de su independencia, lo cual



repercute dolorosamente en sus familiares alterando su ritmo normal de vida, sus actividades e incluso su trabajo).

Esta festividad se celebró en la localidad de Alcolea, la cual tiene 3942 habitantes. Además de éstos, el pueblo cuenta con una gran afluencia de personas en esos días debido a la feria, la belleza de sus paisajes y la simpatía de sus ciudadanos.

Año tras año con motivo de la celebración del Día Mundial del Alzheimer, el 21 de Septiembre se realizan una serie de eventos con objeto de dar a conocer la enfermedad y la problemática que conlleva. Este año entre los actos celebrados dentro de la VIII Semana Informativa (del 18 al 25 de Septiembre) se encuentran:

- 18/09/05: Maratón a beneficio de la Asociación: Consistió en una carrera de atletismo que tenía como lugar de salida la Plaza de la Juventud de la Barriada de la Fuensanta. Eran 20 categorías y se inscribieron 150 personas, de las cuales 50 fueron premiadas. Dentro de los participantes de la prueba estaban 25 voluntarios que corrieron en nombre de la asociación con camisetas con el logotipo de la entidad. Se colocó una mesa informativa junto al Podium con dípticos, carteles, pulseras solidarias, pins... con el objeto de sensibilizar a la población cordobesa que se hallaba allí reunida. A los tres primeros clasificados de cada categoría la Asociación “San Rafael” los premió con una camiseta, varios pins y una pulsera solidaria del Alzheimer. Por megafonía periódicamente el Speaker hizo referencia a la ubicación de la Asociación, a las Actividades programadas en la semana informativa... Al acto acudieron más de 400 personas.
- 21/09/05: Colocación de la primera piedra de la futura U.E.D. para enfermos de Alzheimer en Córdoba: el pasado día 21 de Septiembre, Día Mundial del Alzheimer, tuvo lugar



la colocación de la primera piedra. El acto se realizó en la calle Escritora Gloria Fuertes s/n, próxima a Abad del Aeropuerto, lugar donde estará ubicada la futura Estancia Diurna para Enfermos con Alzheimer u Otras Demencias Similares y sede polivalente. Asistieron personalidades de: Junta de Andalucía, Diputación Provincial de Córdoba, Ayuntamiento de Córdoba, Caja sur. Además la colocación de la primera piedra reunió a socios y familiares de enfermos, voluntarios de la asociación, vecinos y amigos que quisieron compartir un momento tan esperado por todos. Con este acto la Asociación “San Rafael” y sus socios colaboradores vieron cumplido uno de sus sueños más ansiados. La construcción del Centro supondrá poder dar un paso más en la andadura que venimos recorriendo desde hace 9 años y adaptarnos a una realidad socio-sanitaria, permitiéndonos ofrecer más plazas, con lo cual reduciremos la gran lista de espera que tenemos en la actualidad. Estuvieron presentes multitud de medios de comunicación TV y prensa escrita.



Ceremonia de colocación de la primera piedra de la nueva UED

- 21/09/05: Nueve Mesas Informativas y petitorias repartidas por toda la ciudad: Se instalaron mesas en los lugares con más afluencia de público de Córdoba: Puerta Gallegos, Plaza



Colón, Plaza de las Tendillas, Abad Jesús Rescatado, Plaza de la Corredera, C/ Capitulares, Plaza de Costa Sol, Plaza de San Pedro, Abad Ronda de los Tejares. Cada mesa fue atendida por tres personas voluntarias de la asociación, las cuales se acercaban a los paseantes para Informarles y sensibilizarlos acerca del Alzheimer y de la problemática que éste conlleva. Los objetivos que nos planteamos con esta actividad se cumplieron en su totalidad, muestra de ello es el gran número de llamadas telefónicas y visitas al centro que recibimos durante las dos semanas siguientes a la colocación de las mesas.

- 21/09/05: Conferencia “Aspectos socio-sanitarios de la enfermedad de Alzheimer: Tuvo lugar en el Salón de Actos de CajaSur- Reyes Católicos. Acudieron alrededor de noventa personas. Estuvieron como ponentes: D^a. Soledad Pérez Rodríguez (Delegada provincial de la Consejería de Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía); D^a M^a Isabel Baena Parejo (Delegada de Salud); D. José Eduardo Huertas Muñoz (Director de la Obra Social de CajaSur); D. Enrique Manau Gil (Neurólogo). Hubo mucha participación de las personas que acudieron como público, las cuales hicieron diferentes preguntas al finalizar las ponencias acerca de los recursos más adecuados para las personas dependientes y el acceso a los mismos. Se dio respuesta a muchos interrogantes pero faltó tiempo para resolver todas las dudas que plantearon los familiares. Debido al interés que suscitó la Conferencia tenemos claro que estos temas se tratarán en más ocasiones en corto plazo de tiempo.



Ponentes de la Conferencia “Aspectos socio-sanitarios del Alzheimer”

- 22/09/05: Mesa redonda “Aspectos jurídico-legales relacionados con la enfermedad de Alzheimer: Como ponentes contamos con la presencia de: D. Manuel Seda Hermosin (Notario- Fundación Aequitas); D. Fernando Santos Urbaneja (Fiscal Audiencia de Córdoba); D. Luís Miguel Alonso Fernández (Abogado Gabinete Jurídico Asociado “Alonso F. & P. Sillero”); y Dña Isabel Pérez Sillero (Abogada Gabinete Jurídico Asociado “Alonso F. & P. Sillero”). Es imprescindible que los familiares reciban una información adecuada en materia social (minusvalías, prestaciones sociales y ayudas) y materia civil (Procesos de incapacitación, nombramiento de tutor y procesos hereditarios). Con la Conferencia del día anterior y con esta mesa redonda se cumplió el objetivo que nos marcamos cada año de Informar y Orientar a los Cuidadores en aquellos temas que más les interesan y preocupan. A la charla acudieron unas setenta personas.



Conferencia “Aspectos jurídico-legales relacionados con el Alzheimer”

- 24-25/09/05: Campeonato de pádel a beneficio de la Asociación: El Martes día 20 de Septiembre a las 20´00 horas fue el Acto de Presentación del II Campeonato Maratón de Pádel a beneficio de la Asociación “San Rafael”. Tuvo lugar en Oteros Sport, con la presencia de la vigente campeona nacional absoluta en 100 y 200 metros lisos, Dña Belén Recio. Acudieron diferentes medios de comunicación de TV y prensa escrita para hacer mayor difusión de este acto. Ese fin de semana se celebró el Campeonato en las Instalaciones Deportivas Santuario, con 32 parejas participantes. El aire estaba cargado de simpatía, solidaridad y mucha humanidad. Asistieron, entre los dos días, más de 300 personas. A los participantes se les obsequió con pulseras solidarias del Alzheimer, camisetas, pins...y otros presentes cedidos por empresas privadas colaboradoras.



Campeonato de Pádel

- 21/09/05: Taller de la Memoria: Para la difusión del Día Mundial y las actividades programadas a lo largo de esa semana (entre ellas, el Taller de la Memoria), repartimos dípticos y carteles por las instituciones, Centros de Salud, Centros de Servicios Sociales, Centros Comerciales, etc. También se ha difundido a través de los medios de comunicación. Los carteles y los materiales que se utilizaron para realizar el Taller han sido subvencionados por el Departamento de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de Córdoba. Tuvo lugar en la mañana del 21 de Septiembre en la mesa informativa colocada en la plaza de la Corredera, con horario de 9.00- 14.00.
Beneficiarios: El proyecto iba dirigido a toda la población.
Entre los objetivos que perseguíamos se encontraba el de cubrir una necesidad existente en la población de conocer estrategias de estimulación cognitiva. En las mesas informativas de años anteriores, los ciudadanos nos pedían mucha información acerca de todo lo relacionado con la memoria, (querían saber cómo se encontraban, habilidades y ejercicios para mejorarla, etc.), y por ello hemos incluido el taller de la memoria este año, para cubrir la demanda existente.
Otro de los objetivos planteados fue Potenciar la dinamización de la asociación fomentando la participación



ciudadana. A través de este taller de memoria pretendíamos dar a conocer las actividades que se llevan a cabo en la asociación, qué es la estimulación cognitiva y de esta forma concienciar y acercar a los ciudadanos un cauce para la participación ofreciendo una visión integrada y amplia del movimiento asociativo.

Las actividades realizadas en el Taller de la Memoria fueron:

- Informar a los ciudadanos de los diferentes tipos de memoria existentes (beneficiarios: 30 personas).
- Realizar con los paseantes ejercicios de estimulación cognitiva con el objeto de facilitar estrategias para la mejora de la memoria. Ejemplo: pasamos una lista de palabras y pedir a la persona que nos escribiese cuántas palabras había recordado. Otro ejemplo: pasamos una lista de sonidos (sirena de bomberos, water, reloj, campana, pasos...) y que nos citaran cuáles reconocían (beneficiarios: dos grupos formados por nueve personas cada uno).
- Ejercicios de reconocimiento musical donde se les pidió al personal participante que reconociera los sonidos de diferentes instrumentos musicales. Esta actividad se llevó a cabo tapando los ojos a los participantes y preguntando finalmente que instrumentos recordaban (beneficiarios: dos grupos formados por nueve personas cada uno).
- Se pasaron varios Test de memoria como el MINIMENTAL, EL TEST DE LOS 7 MINUTOS Y EL BARCELONA a cualquier persona que lo solicitaba, y se les ofreció al finalizar los resultados obtenidos y la explicación de los mismos (beneficiarios: 15).

Al terminar pasamos a los participantes un cuestionario de satisfacción del taller y la valoración ha sido muy satisfactoria.



La evaluación final de este taller es bastante positiva, ya que los objetivos se han cumplido en su totalidad. En general, la población cordobesa se encuentra muy sensibilizada con los enfermos de Alzheimer, por ello el taller de la memoria reunió a un gran número de personas interesadas en este campo, permitiendo que los familiares desarrollen un papel activo dentro del proceso de la enfermedad, en tanto que, ha existido una participación activa de profesionales y usuarios.

Para la difusión del Día Mundial y las actividades programadas a lo largo de esa semana repartimos dípticos y carteles por las instituciones, Centros de Salud, Centros de Servicios Sociales, Centros Comerciales, etc. También se ha difundido a través de los medios de comunicación.

2. Subvenciones solicitadas en el año 2005

- a) Conserjería de Salud.
- b) Delegación Provincial de Asuntos Sociales.
- c) Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- d) Ayuntamiento de Córdoba.
- e) Delegación de Gobierno - Agencia andaluza de voluntariado.
- f) CajaSur, La Caixa y Caja Madrid.
- g) Otras aportaciones: entidades privadas.

3. Próximos Proyectos y Programas A.F.A Córdoba:

- Construcción de U.E.D.
- Búsqueda de recursos domiciliarios para enfermos de la última fase.
- Gestiones para recaudación de fondos para la construcción de la sede polivalente y Centro de Día.



- Realizar contactos con los representantes institucionales a fin de reivindicar mejoras para el colectivo.
- Mantener el Programa de Formación permanente para cuidadores (conferencias).
- Estudiar propuestas de colaboración, vía convenio, con otras entidades a fin de establecer canales de coordinación con otras asociaciones provinciales para la organización conjunta de actividades.
- Potenciar todas aquellas iniciativas que surjan de los mismos asociados en el intento de favorecer la participación activa en programas que les sean afines.
- Estudiar nuevas propuestas de programas que surjan de los profesionales que colaboran con la Asociación.
- Fomentar el fenómeno asociativo en la provincia.
- Seguir desarrollando actividades para la difusión, formación y conmemoración del día Mundial del Alzheimer.

4. Conclusiones finales:

Un año más, la Asociación “San Rafael” de Alzheimer y otras Demencias destina toda su energía a la consecución del objetivo principal de la entidad: ayudar a las familias y a los enfermos con Demencia. Como entidad sin ánimo de lucro es fundamental para nuestra Asociación poder optar, solicitar y conseguir las subvenciones necesarias de las distintas Instituciones Públicas y Privadas así como las aportaciones que de forma altruista nos aportan las distintas Empresas particulares para obtener los fondos necesarios que permitan el desarrollo de nuestra actividad. Sin estos ingresos no podríamos seguir nuestra labor, ya que nuestras únicas entradas fijas son las cuotas de los afiliados.

Gracias a estas subvenciones y aportaciones podemos mantener:



- ✿ Una sede social digna de acuerdo a nuestro tiempo y necesidades.
- ✿ Un equipo profesional de apoyo de primera categoría.
- ✿ Una furgoneta para el desplazamiento de usuarios a los talleres.

Así como desarrollar distintos programas sociales destinados a la mejora de la calidad de vida tanto de los enfermos como de sus familiares.

Todos juntos y con el fundamental trabajo de la Junta Directiva de la Asociación de Alzheimer San Rafael, con una solución eficaz, generosa y solidaria que puede servir de modelo para afrontar otras carencias de la sociedad, se ha realizado el sueño de los familiares de enfermos de Alzheimer de Córdoba: iniciar un nuevo camino que abra mejores posibilidades de tratamiento y cuidado.

Ascensión Gómez Valero
– Presidenta –