

ÍNDICE

	Pág
1. PRESENTACIÓN.....	3
1.1. Misión, visión y valores.....	7
1.2. Organigrama de la Asociación.....	8
1.3. Ámbito de actuación.....	8
1.4. Logo nuevo.....	9
2. ATENCIÓN SOCIAL.....	9
3. ATENCIÓN PSICOLÓGICA.....	10
3.1. Atención psicológica individual.....	11
3.2. Atención psicológica grupal.....	11
4. TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA.....	12
5. PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA A TRAVÉS DEL ORDENADOR.....	15
6. PROGRAMA DE TERAPIAS CREATIVAS.....	15
7. PROGRAMA DE MUSICOTERAPIA.....	16
8. PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD.....	16
9. CREÁNDO Y ACTIVÁNDOTE.....	17
10. PROGRAMA DE ASESORAMIENTO EN TERAPIA OCUPACION.....	17
11. TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES.....	17
12. PROGRAMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO.....	18
13. PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.....	19
14. ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN.....	19

15. ACTIVIDADES DE OCIO.....	27
15.1. Días Significativos.....	33
16. FORMACIÓN.....	37
17. PROGRAMAS DE COOPERACIÓN.....	38
18. INTERVENCIÓN INTEGRAL A PERSONAL CON ALZHEIMER Y FAMILIAS.....	38
18.1. Concello de Silleda.....	38
18.2. Concello de Marín.....	39
19. CENTRO DE DÍA ALZHEIMER PONTEVEDRA.....	40

1. PRESENTACIÓN

AFAPO. La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias de Pontevedra, nació el 19 de febrero de 2004, del deseo de un grupo de familiares de obtener información y apoyo, ya que a todos los unían los mismos problemas, dudas y angustias.

Desde su creación AFAPO dedica sus esfuerzos a la información, formación, apoyo y representación del colectivo afectados por esta discapacidad y que genera gran dependencia tanto a la persona afectada como a sus cuidadores.

Pertenece a la Confederación Nacional de Asociaciones de Familiares de enfermos de Alzheimer (CEAFA) a través da Federación de Asociaciones Gallegas de Familiares de Enfermos de Alzheimer (FAGAL).

Los objetivos de la asociación, en los que se basan los programas de actuación, son los siguientes:

- Prestar asistencia psicológica y moral a las familias que se ven afectadas por esta situación.
- Informar y asesorar a las familias cuidadoras en referencia a cuestiones legales, sociológicas, económicas, psicológicas y sociales relacionadas con prestaciones y servicios a los que puedan tener acceso, a través de la Ley de Dependencia u otras ayudas, así como cuestiones propias de la discapacidad que afecta a este colectivo.
- Difundir entre la sociedad la importancia del diagnóstico precoz de la demencia.
- Solicitar ayuda y atención de los organismos públicos y privados en relación con este problema social.
- Participar y organizar eventos informativos de difusión sobre la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias.

En los inicios se contaba con un pequeño despacho en la Casa Azul, calle Sor Lucía nº2 en Pontevedra, actualmente el local de la Asociación se encuentra ubicado en la Calle Curtidoira nº3 – bajo (a 120m del Centro de Día de Alzheimer).

Las instalaciones de la asociación cuentan con un espacio de 100 metros cuadrados que se distribuyen en una zona de recepción, zona de informática, dos aulas para la realización de talleres de estimulación funcional y cognitiva y un aseo.

Desde la entidad se llevan a cabo, diferentes programas y servicios orientados a las personas usuarias con discapacidad, a través de los que se trata de ofrecer siempre una atención de calidad; de entre los que caben destacar:

- Estimulación cognitiva.
- Psicomotricidad.
- Laborterapia.

- Musicoterapia.
- Nuevas tecnologías.
- Terapia Asistida con animales.
- Asesoramiento de Ayudas Técnicas.
- Cursos formativos destinados a familiares y/o cuidadores no profesionales.
- Información, orientación y asesoramiento a familias cuidadoras.

Datos de la Sede de la Entidad:

AFAPO: Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias de Pontevedra.

Dirección: C/ Curtidoira N°3 – bajo CP 36003 Pontevedra

Teléfono: 986 84 21 41

WEB: www.afapo.es

Correo electrónico: info@afapo.es; direccion@afapo.es; trabajosocial@afapo.es



Todas las novedades y actividades realizadas tanto en la sede de la entidad, como en los diferentes centro que gestiona, pueden seguirse a través de la página web: www.afapo.es o a través de las redes sociales de la entidad: Facebook o Instagram: afapo_

La Asociación gestiona el **CENTRO DE DÍA PÚBLICO DE ALZHEIMER** perteneciente a la Red Pública de Centros Específicos de Alzheimer de la Comunidad Gallega. El centro está situado en la Calle Pedro Sarmiento de Gamboa nº 5 - bajo, CP36003, Pontevedra y tiene adjudicadas 35 plazas, aunque cuenta con capacidad para 40 plazas. El teléfono del centro es el 986 16 04 42.

Como centro público, las plazas de este son adjudicadas a través de la Ley de Dependencia (LAPAD) por la Subdirección General de Coordinación e Equipamientos y Servicios para personas mayores de la Consellería de Política Social e Xuventude de la Xunta de Galicia.

Para la solicitud de dichas plazas el proceso es el siguiente:

Acudir a los Servicios Sociales Comunitario Básicos, bien a través del Ayuntamiento o del Centro de Salud correspondiente y pedir cita con el/la Trabajador/a Social para iniciar los trámites

necesarios para solicitar el derecho subjetivo reconocido por la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia.

Una vez entregada toda la documentación se hará una valoración a la persona solicitante, tras la que el órgano competente, emitirá resolución, si es el caso, de una situación de dependencia en la que le reconocerán uno de los tres grados existentes, lo que le dará acceso a la cartera de recursos disponibles, pudiendo escoger el más idóneo para cada situación. Entre los servicios, a los que se puede tener acceso, se encuentra el Centro de Día de Alzheimer de Pontevedra.

El servicio de atención diurna, por prescripción de la normativa de aplicación, debe configurarse como un servicio de naturaleza altamente especializada. Desde el diseño arquitectónico y el mobiliario del Centro hasta la cualificación de los profesionales encargados de la atención directa a las personas usuarias y de la intervención terapéutica.

Los servicios que ofrece el centro son los siguientes:

Servicios básicos: se consideran servicios básicos de atención a las personas con discapacidad usuarias en el centro los siguientes: manutención (desayuno, comida y merienda) menús elaborados por un/a nutricionista, ofreciendo dieta hiposódica, hipocalóricas, dieta normal y blanda. Cuidado personal, aseo e higiene; control y mantenimiento de la salud, asistencia en las actividades básicas da vida diaria (ABVD ´s) y transporte.

Servicios terapéuticos: Entre los servicios terapéuticos es necesario diferenciar los servicios específicos dirigidos al usuario con discapacidad (que se desarrollarán a través del programa de intervención terapéutica) y los específicos para la familia cuidadora dependiente.

Servicios complementarios: Entre los que se ofertan el servicio de podología o el servicio de peluquería.

Datos del Centro de Día Alzheimer

Dirección: C/ Pedro Sarmiento de Gamboa N°5 – bajo

CP 36003 Pontevedra

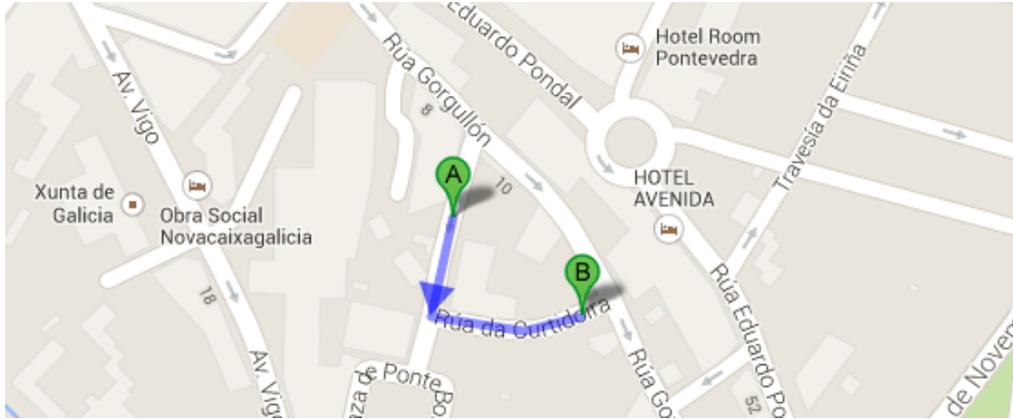
Teléfono: 986 16 04 42

WEB: www.afapo.es

Correo electrónico: direccion@afapo.es; trabajosocial@afapo.es



Situación de ambos centros:



(A) Centro de Día de Alzheimer (B) AFAPO (Sede de la Entidad)

Desde junio del año 2021, AFAPO junto con AFAGA (Asociación de Vigo) gestionan un Centro de Día Terapéutico privado en el municipio de Marín con capacidad para 27 personas usuarias.

EI CENTRO DE DÍA TERAPÉUTICO MARÍN AFAPO-AFAGA, que así es su denominación, da atención integral a sus usuarios mediante un equipo técnico compuesto por una trabajadora social, una psicóloga, una educadora social y gerocultoras.

Los servicios que presta el Centro de día privado, se dividen en programas de intervención terapéutica, programas sanitarios, programas de intervención con familias, servicio de comedor y transporte adaptado.



Este año, 2023, se han puesto en marcha dos **UNIDADES TERPÉUTICAS DE ALZHEIMER**, para dar cobertura a los Servicios específicos de estimulación terapéutica para personas con alzheimer y otras demencias, recurso reconocido dentro de la cartera de servicios específicos de Dependencia. En el mes de febrero se inició la actividad en la unidad del ayuntamiento de Marín y en el mes de marzo la del ayuntamiento de Moraña.

Cada una de las unidades cuenta con una capacidad total de 10 plazas públicas, las cuales seguirán un proceso de asignación similar al recogido para las plazas del Centro de día de Alzheimer Pontevedra, puesto que únicamente

Unidades terapéuticas:

UNIDADE TERPÉUTICA DE **Marín** – Finca de Briz.

Dirección: C/ Cuesta, s/n – CP 36900 – Marín.



UNIDADE TERPÉUTICA DE **Moraña** – Centro Social de Alende.

Dirección: Lugar Alende nº 2C (Santa Xusta) – CP 36668 – Moraña.



1.1. Misión, Visión y Valores.

- **MISIÓN**

- Impulsar la atención integral y especializada de las personas con demencia mediante la planificación, organización y coordinación de programas y servicios de apoyo, atender a las necesidades de sus familiares.
- Sensibilizar a la población y a las administraciones públicas.

- **VISIÓN**

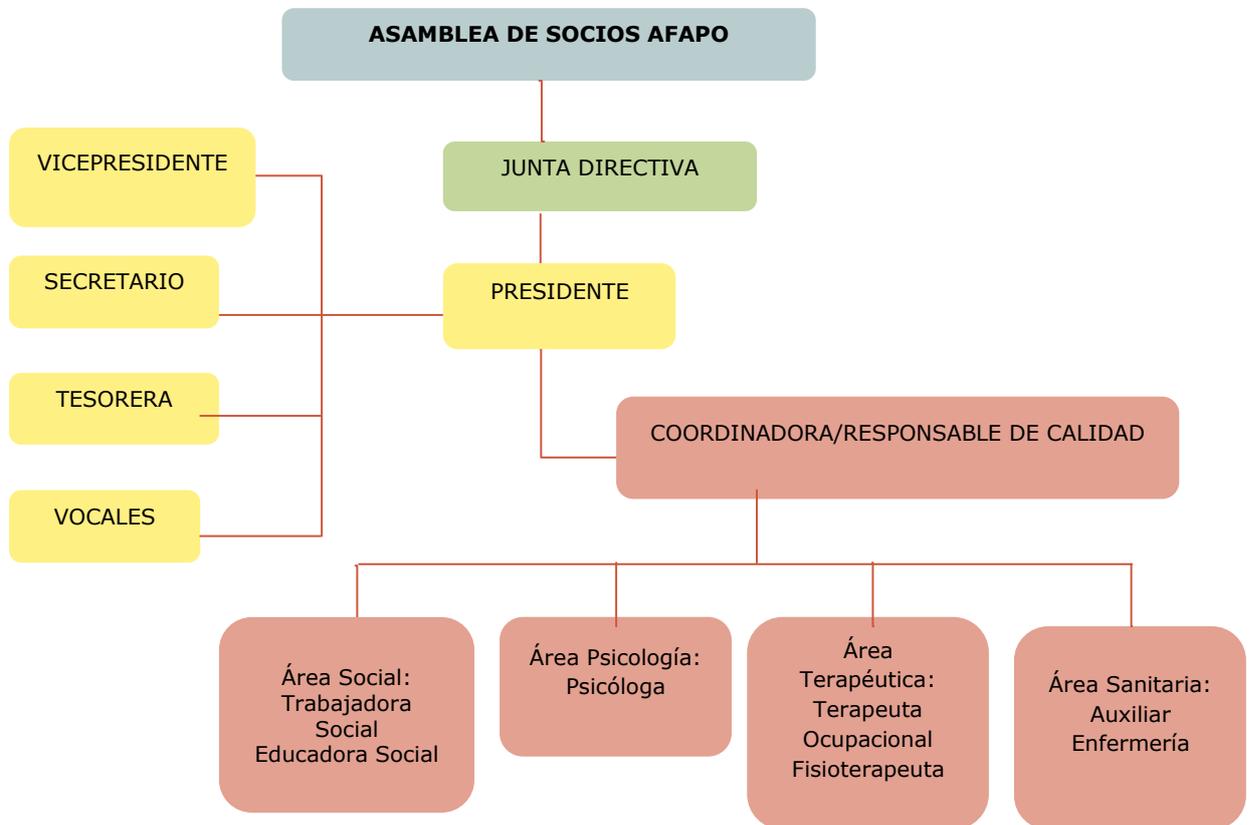
Trabajar día a día para tratar de ser una Entidad Referencial en el tratamiento y prevención de las demencias en nuestra Comunidad, consolidándose como una estructura dinámica, sólida, participativa y transparente en la prestación de apoyos y servicios de calidad para los afectados y a sus familias.

- **VALORES**

- La solidaridad, entendida como base del trabajo de esta Asociación y por la cual se debe definir a política social en el ámbito de las personas con Alzheimer y otras demencias.
- Empatía, tanto por las personas enfermas como por sus familiares.
- Ética, en la actuación de cada profesional e miembros da Xunta Directiva.
- Coherencia y compromiso entre las actividades y los fines estatutarios con transparencia económica y técnica.

1.2. ORGANIGRAMA DE LA ASOCIACIÓN

La asociación de familiares de enfermos de Alzheimer está organizada de la siguiente forma:



1.3. Ámbito de actuación.

AFAPO tiene su ámbito de actuación a nivel autonómico, realizando sus actividades principalmente en la comarca de Pontevedra y sus alrededores, tanto a través de la gestión del Centro de Día Alzheimer Pontevedra como en sus actividades destinadas a personas dependientes que padecen alguna demencia, como a sus familiares.

Destacamos así los lugares directos de actuación por parte de la Asociación durante el año 2023:

- Pontevedra
- Marín
- Silleda
- Moraña
- Poio

1.4. Logo nuevo.

Este año, la entidad, realiza la actualización del logo, el cual se ve implementado prácticamente desde inicios de año:



2. ATENCIÓN SOCIAL

Desde el departamento de Trabajo Social se realiza la acogida y entrevista inicial de las familias cuidadoras que acuden por primera vez a AFAPO y se les proporciona orientación e información básica sobre la enfermedad de Alzheimer u otras demencias y la discapacidad que conlleva con relación al impacto que produce sobre la familia afectada; se les dan las pautas generales de actuación con respecto a la persona enferma y se les advierte de la gran



importancia que tiene el cuidado de uno mismo. También se da información acerca de las actividades que se desarrollan en la Asociación y que más se ajustan a las necesidades de la situación – problema presentado por la familia y se orienta sobre los recursos sociales más adecuados centrados en el dependiente, atendiendo a la fase en la que se encuentre el enfermo, brindando apoyo y seguimiento en todo el proceso de la enfermedad.

AFAPO a través de la Atención Social pretende generar un clima de empatía y escucha hacia los familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias, potenciando sus propios recursos personales y guiando a los mismos hacia el camino más adecuado para solventar los problemas presentes de dicha discapacidad y afrontar la enfermedad de la mejor manera posible,

contribuyendo de forma positiva a la calidad de vida de ambos afectados: familia y persona afectada.

Entre las actividades que realiza el departamento de Trabajo Social podemos resumir las siguientes:

- Análisis de la unidad familiar, recogida de datos psicosociales, redes de apoyo social y familiar, relaciones entre cuidador y paciente.
- Identificación de las necesidades y de las demandas de este colectivo con discapacidad.
- Información y orientación sobre los recursos sociales más adecuados.
- Apoyar a la familia dependiente para afrontar situaciones conflictivas y favorecer el proceso de adaptación a la enfermedad.
- Ayudar a la familia y a los cuidadores principales a seguir atendiendo sus propias necesidades.

Derivar cuando sea el caso a otros recursos sociales y/o sanitarios.

3. ATENCIÓN PSICOLÓGICA



Desde el programa de Atención Psicológica ofrecemos un servicio para familiares de personas diagnosticadas y con discapacidad reconocida en Alzheimer y otras demencias, para la prevención y el manejo de alteraciones físicas, psicológicas y sociales derivadas de las tareas de cuidado.

El programa incluye una serie de acciones destinadas a acompañar en el transcurso de la enfermedad:

- Ofrecer soporte emocional al familiar tras el diagnóstico y durante la evolución de la enfermedad.
- Promover la aceptación y el buen afrontamiento de la actividad.
- Prevenir reacciones emocionales perjudiciales para la salud, mostrándole respuestas alternativas y compatibles con el cuidado del enfermo dependiente.
- Fomentar habilidades de comunicación, organización de cuidados y trabajo en equipo en el ámbito familiar.
- Aportar soluciones a sus conflictos y modificar posibles conductas desadaptativas.

3.1 Atención psicológica individual.

El programa de atención psicológica individual emerge como uno de los recursos de apoyo psicológico y de soporte emocional más importantes para los cuidadores familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias.

La finalidad es que, a través de sesiones terapéuticas individuales, el psicólogo pueda favorecer el proceso de aceptación de este tipo de discapacidad y el proceso de adaptación a esta difícil situación. Además, es un buen recurso para conocer bien cada caso y así poder derivar a otros programas que puedan cubrir otro tipo de necesidades relacionadas.

Ante una situación tan dura, crónica, cambiante, dependiente y degenerativa, es necesario tratar y prevenir posibles estados emocionales negativos para la salud del cuidador y familia.

Las intervenciones psicológicas individualizadas realizadas durante al año 2023 fueron un total de 77. A continuación se muestra una comparativa de las intervenciones psicológicas que se realizaron en años anteriores.



3.2 Atención psicológica grupal.

La sobrecarga emocional que sufre el familiar que convive con un enfermo dependiente de Alzheimer es muy grande por lo que la asociación concede gran importancia al aspecto psicológico en la familia cuidadora.

Las terapias de apoyo psicológico del grupo permiten que la tensión emocional, la angustia y los diferentes estados de ánimo que sufre el familiar que cuida a un enfermo con esta discapacidad,

sean entendidos, compartidos y trabajados, evitando así que la salud mental de los cuidadores se deteriore.

En el proceso de intervención, es esencial ayudar a encontrar respuestas alternativas y compatibles con el cuidado continuo del enfermo que permita al cuidador eliminar o evitar estados no deseados, así como facilitar el establecimiento de un estilo de vida más agradable y con el menor estrés y dependencia posible.

4. TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

El programa de estimulación cognitiva para personas dependientes que padecen Alzheimer y/u otras demencias surge como una iniciativa para cubrir una laguna socio – sanitaria una vez diagnosticado al enfermo y como complemento a la terapia farmacológica. Durante el estadio inicial de la discapacidad, la persona con Alzheimer “consciente” y su familia “desorientada”, no encuentran nada más que la indefensión que supone un tratamiento farmacológico destinado a ralentizar el deterioro asociado a la enfermedad.

El psicólogo/a realiza una valoración cognitivo – funcional del paciente a través de diversos test:

- ✓ **Mini – examen cognitivo de Lobo:** Para valorar las alteraciones cognitivas del paciente (MEC).
- ✓ **Test del Reloj de Battersby, Bender, Pollack y Kahn:** para evaluar de una forma rápida el estado cognitivo del paciente, evalúa las funciones visoperceptivas, vasomotoras y visoconstructivas, planificación y ejecución motora.
- ✓ **Test de las fotos de Carnero Pardo y Montoso Ríos:** Evalúa memoria inmediata, recuerdo, denominación y fluidez verbal.
- ✓ **Índice de Katz:** Evalúa las actividades básicas de la vida diaria.
- ✓ **Índice de Lawton:** Evalúa las actividades instrumentales de la vida diaria
- ✓ **Escala de deterioro global (GDS).**

En base a la valoración realizada por la psicóloga de la entidad, se establecen diferentes grupos lo más homogéneos posibles, usando como criterio la correlación entre los resultados del MEC y del GDS:

- **Grupo 1:** se encuentran en la fase de deterioro leve (GDS-3), que corresponde con un deterioro cognitivo leve y con una puntuación en el MEC de entre 20 – 27 puntos, conservando las capacidades de lenguaje, escritura, cálculo y lectura.
- **Grupo 2:** está formado por los usuarios que se encuentran con un deterioro cognitivo leve - moderado (GDS-4) siendo la puntuación de este grupo en el MEC entre 16 y 23 puntos, están en un estadio intermedio de la discapacidad, presentando alteraciones del lenguaje, escritura, cálculo y lectura.
- **Grupo 3:** en este grupo se encuentran los usuarios con un deterioro cognitivo moderado (GDS-5) y puntuación en el MEC de 10 y 19 puntos, se encuentran en un estadio avanzado de la enfermedad, presentan alteraciones muy pronunciadas en el habla, lectura, cálculo y escritura.

Esta clasificación busca, que los grupos que disfrutan de esta actividad, sean homogéneos y las posibles diferencias entre sus participantes, sean lo menos perceptibles posible para ellos; facilitando así su integración en el grupo y fomentando un entorno seguro, al no percibir diferencias en las actividades realizadas, o en la interacción social con el resto de personas participantes.

Hasta el año 2022, el Centro Terapéutico de la entidad, contaba con 3 grupos. A lo largo del año 2023, debido al incremento de personas atendidas y a la necesidad de poder ofrecer a más familias y a más personas afectadas la posibilidad de acceder a este tipo de recursos, se han ido incrementando diferentes grupos.

Inicialmente se incrementó un grupo, en el mes de mayo. Y puesto que la demanda siguió incrementándose notoriamente, se abrieron 2 nuevos grupos.

Se interviene fundamentalmente en tres áreas básicas:

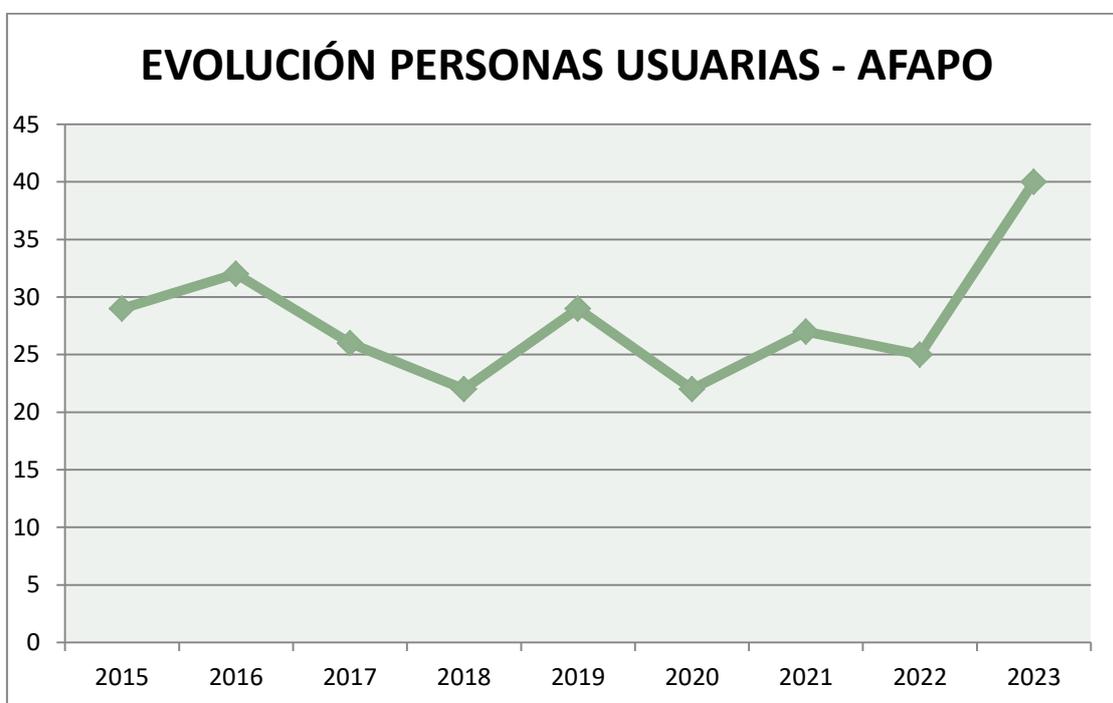
- ✓ **Personal.** Se tratan diferentes aspectos psicológicos que forman parte de la discapacidad y específicas de la enfermedad: problemas de memoria en la vida cotidiana, modificación y prevención de conductas alteradas.
- ✓ **Cognitiva.** Se implementa un programa grupal semiestructurado de psicoestimulación cognitiva a través de diferentes técnicas: orientación a la realidad, reminiscencia, entrenamiento de memoria y demás funciones cognitivas de manera específica y global.
- ✓ **Social.** Se utiliza la dinámica grupal para potenciar la capacidad de interacción social y de comunicación. Se promueve la participación conjunta en actividades saludables como son las relacionadas con el ocio y el tiempo libre.

DATOS USUARIOS CENTRO TERAPÉUTICO AFAPO

Nº USUARIOS AFAPO	Media de 40 personas usuarias/mes <ul style="list-style-type: none">• 43 altas en el año 2023• 12 bajas en el año 2023
--------------------------	---

Nº de usuarios de baja y motivo de la baja durante el año 2023 en el Centro Terapéutico AFAPO:

- 1 no adaptación en el Centro.
- 1 por empeoramiento de la enfermedad.
- 7 por cambio de recurso.
- 2 por petición propia.
- 1 fallecimiento.



5. PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA A TRAVÉS DEL ORDENADOR

Este año, la entidad ha apostado por un nuevo programa, el GRADIOR, a través del cual, se permite abordar la intervención desde un enfoque holístico que considera las diferentes dimensiones de la persona, realizando una intervención multidimensional, trabajando diferentes áreas: cognitiva, emocional, sensorial y funcional.

El nuevo programa, genera un sistema de apoyo a la rehabilitación neuropsicológica.

El programa GRADIOR, es un sistema de evaluación y rehabilitación neuropsicológica, para la realización de programas de entrenamiento y recuperación de funciones cognitivas superiores en personas que presentan déficits y/o deterioro cognitivo. Concebido como un sistema de apoyo al terapeuta se dirige a personas con demencias, deterioro cognitivo leve, entre otras patologías, en las que se vea afectada la función cognitiva.

También se recomienda bajo un enfoque preventivo en casos de envejecimiento no patológico y quejas subjetivas de memoria.

GRADIOR permite realizar una planificación de las intervenciones de manera individualizada, desde la planificación manual de la intervención con un interfaz muy intuitivo hasta la posibilidad de partir de un tratamiento tipo para ir personalizándolo en función de la evolución a lo largo de las sesiones o el uso del denominado “nivel de desempeño”.

Este programa está dirigido a usuarios con un deterioro en fase leve o leve – moderada de la enfermedad.

Este año 2023, 83 usuarios han participado en el programa, de los cuales 12 han causado baja por diversos motivos, pero manteniéndose activos 71 personas usuarias.

6. PROGRAMA DE TERAPIAS CREATIVAS



La Arteterapia es una disciplina que conjuga el arte y la psicología para facilitar la expresión y la transformación de contenidos internos que emergen durante el proceso creativo. La intervención que se realiza está mediada a través de la obra que produce el participante dependiente, quién no necesita contar con conocimientos técnicos previos, tampoco con aptitudes especiales para el manejo de los materiales artísticos, pues la atención no se centra en elaborar juicios estéticos

sobre el resultado, sino en la experiencia y por lo tanto en el sentido que el participante construye a partir del proceso.

Por lo tanto, prima el principio de necesidad expresiva de los/as participantes antes de los juicios estéticos.

En este espacio se crea un ambiente de confianza en el que no existe un paciente limitado por su discapacidad sino un participante activo que está en el centro de la acción y continuamente crea en correspondencia a su mundo interno.

La Arteterapia facilita posibilidades nuevas de auto-conocimiento y transformación a través del uso de recursos artísticos de diversa índole y del vínculo que se establece entre imagen-participante, terapeuta y grupo.

7. PROGRAMA DE MUSICOTERAPIA

La musicoterapia es el manejo de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía) realizada por un musicoterapeuta cualificado. 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 de las personas con dicha discapacidad. A lo largo del año, de forma mensual hemos realizado dicho taller.



8. PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD

Con este programa lo que intentamos es mantener y estimular las capacidades motoras de los pacientes a través del movimiento del cuerpo. Lo primero que se realiza es una tabla de ejercicios con lo que se pretende que de manera activa movilice la mayoría de las articulaciones corporales, el terapeuta trasmite la orden y los pacientes dependientes la siguen, es por esto, que en esta actividad también se trabaja el aspecto cognitivo, ya que necesita una buena capacidad de concentración y a la vez de comprensión.

Este taller se termina con una amplia variedad de juegos donde se utiliza diferente material, como puede ser: pelotas de diferentes tamaños, bolos, picas, aros...

La finalidad que se pretende conseguir es contrarrestar el progresivo deterioro físico producido por la enfermedad.

9. CREANDO Y ACTIVÁNDOSE (Concello de Pontevedra)

Proyecto subvencionado por el Concello de Pontevedra, centrado en la atención directa a personas que se encuentran en fase leve o leve-moderada, a través de actividades adaptadas a cada persona, realizando actividades que combinan diferentes disciplinas como Arteterapia y psicomotricidad, para mantener o readaptar las capacidades que tienen las personas diagnosticadas de Alzheimer y otro tipo de demencias para vivir con autonomía y reforzar así su autoestima y los lazos que les unen a su propio entorno.

10. PROGRAMA DE ASESORAMIENTO EN TERAPIA OCUPACIONAL

Para aumentar la autonomía de las personas mayores dependientes son indispensables en ocasiones el uso de productos de apoyo.

El asesoramiento de productos de apoyo se lleva a cabo con los familiares que consultan sobre cuales dispositivos serían más convenientes para su familiar y su disponibilidad en el mercado, teniendo en cuenta su efectividad y sencillez para facilitar el uso del mismo y a la vez solucionar el problema.

Las consultas más habituales en este servicio son:

- ✓ Los productos de apoyo para el cuidado y protección personal (sillas para bañera, barras abatibles).
- ✓ Los productos de apoyo para movilidad personal (sillas de ruedas, andadores).
- ✓ Localizadores – GPS

11. PROGRAMA DE TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES

La técnicas y procedimientos utilizados en la terapia con animales, son un conjunto de actuaciones dirigidas a la mejora física, psicológica o relacional de los usuarios con dicha discapacidad, en las que, la característica diferenciadora es que participa un perro con la educación especializada necesaria, capacitado y acreditado como recurso de apoyo en las intervenciones.

La estimulación cognitiva en la terapia asistida con perros, puede ser de mucha ayuda a las personas dependientes con demencia. Estas sesiones son muy eficaces como refuerzo en el trabajo realizado con la estimulación cognitiva más tradicional. Los perros ayudan a las personas

a interactuar entre ellos, a ser más receptivos e interactuar con su entorno, estimular el lenguaje, la memoria, las órdenes, la orientación y el movimiento.

En el año 2023, se retoman algunas sesiones, tras tener que quedar suspendida el año anterior por las circunstancias puntuales que ocasionaron la adaptación de las actividades tras la COVID-19.

12. PROGRAMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Este programa, se centra en la importancia de la prevención de enfermedades y, sobre todo, de las demencias neurodegenerativas. Está dirigido a personas de 55 años o más sin diagnóstico de demencia, y las cuales quieran trabajar y estimular sus funciones cognitivas.

A lo largo del año, este programa se ha desarrollado en diferentes ayuntamientos de la provincia:

AYUNTAMIENTO DE MARÍN



- Desde enero hasta junio, esta actividad se realiza con la cofinanciación y la cesión de instalaciones, por parte del ayuntamiento para su realización,

AYUNTAMIENTO DE PONTEVEDRA

- Desde enero hasta julio, la actividad se realiza en la sede de la entidad.



- En los meses de mayo, junio, septiembre, octubre y noviembre; esta actividad se vio reforzada, por la colaboración con el Ayuntamiento de Pontevedra, quien subvención la puesta en marcha de un nuevo proyecto de Envejecimiento Activo, implementando 15 talleres, en diferentes locales sociales, repartidos por zonas de toda el área geográfica de la ciudad; llegando así a zonas rurales y a mayor número de participantes; concretamente 172 personas.

AYUNTAMIENTO DE MORAÑA

- En el mes de marzo, en colaboración con el ayuntamiento, se pone en marcha un nuevo taller, dentro del Programa de Envejecimiento Activo, financiado por el ayuntamiento.



13. PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.

En el mes de agosto del 2023, se firma el Convenio de Colaboración con ENCE, por medio del Plan Social de ENCE, subvencionando el programa para la Prevención y promoción de la salud en su totalidad.



Este programa, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores de 60 años, sin deterioro cognitivo de los ayuntamientos de Pontevedra, Poio y Marín; realizando actividades destinadas a prevenir la exclusión social y fomentar un envejecimiento activo, por medio de talleres de memoria, nuevas tecnologías, horticultura, salidas culturales y/o de ocio.

14. ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN

Deste AFAPO, queremos sensibilizar a la población y a las administraciones públicas, tanto de la labor que se realiza desde la entidad, como de la importancia y repercusión que esta tiene, para las familias socias, para las personas con diagnóstico y para la sociedad en general. También se

quiere dar visibilidad a la enfermedad de alzheimer y a otras enfermedades neurodegenerativas, que, debido al envejecimiento de la población, repercuten cada vez más en nuestro día a día.

Se recogen a continuación, las actividades más significativas, que se han realizado a lo largo de este año con esta finalidad:

“Charla en el IES Chan do Monte”

En el mes de enero, la psicóloga y la trabajadora social de la entidad, han impartido una charla informativa al alumnado del IES Chan do Monte, para presentarles la labor de la Asociación y explicar el trabajo que se realiza con las personas con demencia. También tratando de acercar a este colectivo la realidad, y dando a conocer enfermedades como el alzheimer u otras demencias, que pueden, a veces, detectar en su propio entorno (abuelos, bisabuelos, etc).

“SEMBLANZAS”

En el mes de febrero, la A.D.E.C. invitó a nuestra entidad a participar en el proyecto de “Sembalzas”, financiado por la Xunta de Galicia. Proyecto que consistió en la edición de diferentes libros que recogieron la historia de vida de dos de nuestras personas usuarias entre otros participantes. Para obtener toda la información y poder editar los libros, se realizaron entrevistas, se recopilaron fotografías de sus vidas, anécdotas, etc. Una vez editados se hizo entrega de un ejemplar a las familias y personas participantes.



“Proyecto CUIDADANAS”



Desde Afapo, además de la atención directa a las personas con diagnóstico, nos preocupa el bienestar de las mujeres cuidadoras, ya que son uno de

los pilares fundamentales para obtener y mantener una buena calidad de vida, tanto de la persona enferma como de ellas mismas y el entorno. Por ello, en colaboración con la Fundación Mujeres, se ha puesto en marcha el Proyecto “Cuidadoras”, a través del cual se han impartido talleres de



autocuidado para mujeres cuidadoras y ex cuidadoras, desde el Programa de Empoderamiento de Mujeres Cuidadoras. Esta primera edición tuvo una gran acogida y participación.

En marzo, se puso en marcha la 2ª edición de “Cidadanas”, finalizando en mayo y retomándose la actividad en el mes de septiembre.



“Convenio de colaboración con Down Pontevedra Xuntos”

En el mes de marzo, firmamos el convenio de colaboración con la Asociación Síndrome de Down de Pontevedra Xuntos, para la realización de prácticas no marco do programa de emprego con apoio. A través de esta colaboración, varias personas han podido realizar sus prácticas de comedor a lo largo del año en nuestros centros.

“Lab Social-Xuntanza Proponte”

Participación en la organización y desarrollo de la jornada y los talleres impartidos a través de la primera “Lab Social-Xuntanza Proponte”, organizada en las instalaciones de la UNED de Pontevedra. En la que se trató de fortalecer y fomentar el tejido asociativo del tercer



sector de nuestra comunidad, en la que participaron, el secretario de la entidad y varios técnicos. Realizada con el apoyo del concello, desde la Concellería de Bienestar Social.

“Visita del concello”



En el mes de marzo, recibimos en la entidad la visita de D. Ivan Puentes y de Marcos Rey (Conselleiro da Área de Benestar Social). En esta visita, se dio a conocer a ambos, la labor que se realiza desde la entidad, así como todas las actividades y proyectos que desde ella se realizan.

“IV Feira da Saúde e o Benestar de Pontevedra 2023 - PONTESAN”

Los días 14, 15 e 16 de abril, la entidad participó en la IV Feira PONTESAN, organizada por el ayuntamiento de Pontevedra; poniendo a disposición de la ciudadanía la labor realizada por la entidad y facilitando toda la información posible, a aquellas personas que se acercasen al stand colocado en la Plaza de España de Pontevedra. También participando en las diferentes actividades realizadas (talleres, colquiso, etc).



“Mesa Redonda AFAMO – Concello de Bueu”



El presidente de la entidad, participó en la mesa redonda organizada en el Concello de Bueu, por AFAMO. En la cual se trataron temas de interés para las asociaciones, enfocados a mejorar la calidad de vida de las familias cuidadoras en general. En el encuentro participaron la presidenta de AFAMO, el presidente de AFAPO, el neurólogo del Chop José Ramón Rodríguez, la terapeuta y la psicóloga de AFAMO.

“NEURO METRAXES”

Promoción del proyecto “NEURO METRAXES”. Primera edición del concurso de cortos promovido por la Federación Alzheimer Galicia.

“XXXIII Congreso Internacional de Geriatría y Gerontología”

En representación de AFAPO, en el mes de junio, el secretario de la entidad acudió al XXXIII Congreso Internacional de Geriatría y Gerontología, realizado en Vigo; el cual este año se centró en tratar la Soledad y Aislamiento Social, así como aquellas situaciones que influyen negativamente en la calidad de vida de las personas mayores.

“Consejo Asesor de Pacientes del Área Sanitaria de Pontevedra - Salnés”

Nuestro presidente participó en la última reunión del Consejo Asesor de Pacientes del Área Sanitaria de Pontevedra – Salnés, como miembro de dicho consejo. A través de la participación en él, se reivindicó la implementación de una Unidad de Alzheimer en el nuevo Hospital de Montecelo.



“Reunión en el Concello de Cerdedo-Cotobade”

En septiembre, el presidente y el secretario de AFAPO, se reunieron con el alcalde del ayuntamiento de Cerdedo – Cotobade, para conocer las necesidades de los vecinos, así como para proponer diferentes proyectos, haciendo llegar nuestra labor, cada vez a más concellos de la provincia.



“Publicaciones en prensa local”

En septiembre, desde la asociación se reclama la creación de una Unidad Especializada en Alzheimer para el nuevo Gran Montecelo. El Diario de Pontevedra, publica la noticia, tras mantener una entrevista con el presidente de AFAPO; donde uno de los temas fue la reivindicación de la creación de dicha unidad, para el Área Sanitaria de Pontevedra y O Salnés.



“Reunión entre las afas de la Provincia de Pontevedra con la Diputación de Pontevedra”



En septiembre, mes en el que se celebra el Día Mundial del Alzheimer; el día 21 (día mundial), el Presidente y la diputada de Cohesión Social de la Diputación de Pontevedra, se reunieron con los presidentes de las cuatro asociaciones de la Provincia de Pontevedra. Reunión en la que las entidades pudieron trasladar a la administración local sus necesidades e inquietudes, así como presentar un proyecto a nivel provincial.

“Día Mundial del Alzheimer”

Como todos los años, desde AFAPO se llevan a cabo diversas actividades de sensibilización, prevención y difusión con motivo del Día Mundial de Alzheimer (21 de septiembre) para concienciar a la población acerca de la problemática de esta dolencia.

Mediante esta actividad pretende recordar al conjunto de la población que la enfermedad del Alzheimer, es un problema de todos y que debemos luchar para mejorar la calidad de vida de los enfermos con esta discapacidad y de sus familias.

La información y prevención son 2 pilares fundamentales para hacer frente a esta patología que afecta aproximadamente a 70.000 gallegos y gallegas.

Este año 2023, como todos los años, AFAPO tenía previsto acercar a toda la ciudadanía la labor de la entidad por medio de mesas informativas y petitorias en diferentes puntos de la ciudad, contando con la colaboración y ayuda del Colegio Sagrado Corazón de Jesús. Sin embargo, este año, debido a inconvenientes climatológicos, a lo largo de toda la semana, fue imposible realizar dicha actividad. En dichas mesas cualquier persona que solicite información sobre el alzhéimer u otro tipo de demencias, hubiera sido atendida e informada por un profesional de la entidad.

Si se pudo realizar la X Gala Benéfica con motivo de la celebración del



día mundial, donde las personas asistentes pudieron pasar una entretenida y divertida velada con la intervención del humorista Luis Piedrahita, en el Auditorio de AFUNDACIÓN de Pontevedra.

También desde la entidad se participa en las iniciativas llevadas a cabo desde la Federación Gallega (FAGAL).

“Charla de sensibilización y difusión al alumnado del SEK-ATLÁNTICO”



Nuestro presidente, acudió en el mes de octubre al Colegio Internacional SEK – Atlántico de Pontevedra para acercar esta realidad al alumnado de bachillerato. La sesión comenzó con la proyección de una película relacionada con la enfermedad, continuando con una exposición de la labor de la entidad y finalizando con un coloquio en el que se generaron muchas preguntas e intercambio de opiniones.

“X Congreso Nacional de Alzheimer”

AFAPO participó este año, en el X Congreso Nacional de Alzheimer, celebrado en Gijón, por la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA). A lo largo del congreso se abordaron diferentes temas, respecto a nuevos horizontes en la lucha contra esta enfermedad, innovación, fármacos, investigación, etc.



“Proyección y coloquio de París 70”

Previa presentación del libro “12+3. Una historia real”, llevada a cabo en la Sala de Conferencias 3º piso del Auditorio Obra Social Afundación Abanca de Pontevedra, la entidad organizó la proyección del cortometraje “París 70”, multipremiado y candidato a los Premios Goya 2024, en cual ahonda en la enfermedad de alzheimer y persigue brindar un homenaje a todas las personas que son o han sido cuidadores, y un coloquio tras su proyección.

“Presentación del libro 12+3. Una historia real”

El 17 de noviembre, se realizó la presentación del libro autobiográfico “12+3. Una historia real”, escrito por la vicepresidenta y fundadora de la entidad. La presentación contó con el respaldo y colaboración de la entidad, por medio de la participación el presidente.

“Baixo o mesmo paraugas”

Desde la entidad participamos, el 3 de diciembre, en la iniciativa “Baixo o mesmo paraugas”, organizada por el día Internacional de las personas con discapacidad, para reivindicar la importancia de apoyar la diversidad. Una de las usuarias de la entidad, participó activamente en la jornada, leyendo un manifiesto en el acto organizado en la Ciudad de Pontevedra. También hubo otros actos en A Coruña y en Vigo.



“Charla de sensibilización y difusión al alumnado del IES Valle Inclán de Pontevedra”

D. Jose Fontenla, presidente de la entida, participó en una actividad programada por el Consejo Español para la Defensa de la Discapacidad y Dependencia, realizando una charla de concienciación al alumnado de 3º de la ESO del IES Valle Inclán, del ayuntamiento de Pontevedra, acercando a todos los alumnos participantes, la labor de la entidad y los pormenores de la enfermedad de Alzheimer.

“Reunión con el alcalde y la Concelleira de bienestar del Ayuntamiento de Silleda”

El presidente de AFAPO D. Jose Fontenla, se reunió en el mes de diciembre, con el alcalde y con la concelleira de Bienestar del ayuntamiento de Silleda. En dicha reunión, se acordó la firma del Convenio con el ayuntamiento para mantener la ejecución un año más del programa “Atención Integral a Personas con Alzheimer e as súas familias”. Actividad que se llevará a cabo en “A casa da xuventude”.

15. ACTIVIDADES DE OCIO

Además de las actividades de difusión, tan necesarias e importantes para dar visibilidad a la labor realizada y a la importancia de la misma; desde la entidad se promueven anualmente diferentes actividades, destinadas al ocio y a la interacción de las personas usuarias de los diferentes centros con usuarios de otras entidades y con el entorno sociocomunitario. Este año 2023, estas actividades han sido:

Celebración de fiestas de cumpleaños:

Mensualmente, a lo largo de todo el año, se han celebrado las fiestas de cumpleaños de todos nuestros usuarios y trabajadores.



“Pedalear y conversar”



Durante gran parte del año, nuestros usuarios han podido participar en el proyecto “Pedalear y Conversar” de Afundación, Obra Social de ABANCA, a través del cual los usuarios pudieron disfrutar de paseos por Pontevedra, recorriendo los enclaves más significativos de la ciudad, charlando y disfrutando de

esta maravillosa actividad al aire libre, llevados y acompañados en todo momento por las personas voluntarias encargadas de esta iniciativa.



Actividades estacionales.



A lo largo de todo el año, realizamos en nuestros centros, actividades relacionadas con la época del año en la que nos encontramos, lo que además de fomentar la creatividad, la coordinación etc, ayuda a trabajar la orientación temporo espacial de las personas usuarias.



Actividades en el entorno comunitario en colaboración con Xuntos:

En el mes de enero, las personas usuarias del Centro de Día Alzheimer Pontevedra, compartieron un día diferente con los usuarios de Xuntos (Down Pontevedra), realizando un paseo por el paseo del Río de los Gafos.



Actuación del Orfeón Pontus Veteris.

En el mes de febrero, los usuarios del Centro de Día, recibieron la visita de los componentes del Orfeón Pontus Veteris, los cuales deleitaron a los usuarios con una emocionante actuación, que despertó emociones y bailes.



Fiesta de Carnaval

Este año por la festividad del carnaval, hemos realizado diferentes actividades, con las personas usuarias de nuestros centros:

- Taller de elaboración de postres típicos de carnaval. El taller se realizó en colaboración con las personas usuarias de Down Pontevedra Xuntos; elaborando unas ricas orejas, de las que no quedó ninguna tras su degustación.



- Fiesta de carnaval, en la que este año, nos disfrazamos de médicos y salimos a realizar un desfile por el barrio, con música y toda clase de complementos.



Actuación del grupo “Mais Cantos” de Pontevedra.

Un año más, hemos podido contar con la actuación del grupo “Mais Cantos”, que esta vez prepararon un repertorio que no dejó a nadie indiferente, ya que a través de las canciones populares consiguieron la participación de un gran número de personas usuarias, además de remover muchas emociones.



Visita a la exposición de “A cidade é a pegada” en el Pazo da Cultura.



En marzo, realizamos una salida sociocultural, y fuimos al Pazo da Cultura de Pontevedra a visitar la exposición de “A cidade é a pegada”, un recorrido visual y poético por la historia de nuestra ciudad.



Actuación del Orfeón Pontus Veteris.

En maio, el Club Cisne de Balonmano invitó a familiares y usuarios de AFAPO y de Down Pontevedra Xuntos, a disfrutar de un partido en el Pabellón de los Deportes de Pontevedra, contra el Guadalajara.

Salidas saludables, por el entorno sociocomunitario.



Aprovechando el buen tiempo de los meses de verano, las personas usuarias de los diferentes centros y ayuntamientos salieron a hacer un poco de ejercicio y dar un paseo por diferentes zonas del entorno.



Visita a Casa Rosa.

Las personas usuarias de diferentes centros, realizaron en el mes de julio, una salida diferentes, visitando y pasando una mañana en la finca de la casa de una de las usuarias del Centro de Día y su familia.



Plantación de ejemplares botánicos:

Plantación de ejemplares botánicos, recibidos de la Estación Fitopatológica do Areeiro. Realizamos esta actividad con las personas usuarias de diferentes centros y actividades de AFAPO, en el huerto urbano de Pontevedra, en colaboración con la asociación Down Pontevedra Xuntos.

Celebración del magosto.

Este año, organizamos un magosto multitudinario en colaboración con las personas usuarias de la Residencia Soremay. Contamos con el castañero "El príncipe de las castañas", que vino con el

tren asador, para que pudieramos degustar unas ricas castañas recién echas, acompañados de una mañana muy agradable y buena música.



“Visita – concierto de O Son da Pedra Máxica”

El grupo de gaitas y percusión de O Son da Pedra, amenizó la jornada de mañana en el Centro de Día de Alzheimer de Pontevedra, tocando, cantando y bailando con nuestros usuarios; pudiendo así de una mañana totalmente diferente.



Actividades por Navidad



Este año 2023, y tras las restricciones del año anterior marcadas por la COVID-19, hemos realizado diferentes actividades navideñas a lo largo del año, comenzando con la **celebración del día de Reyes** a principios de año, celebrando un Bingo muy especial, para celebrar estas fechas y finalizando el año con el montaje y la decoración de nuestros árboles navideños; así como la



realización de las felicitaciones navideñas.

También este año, realizamos el **“Mandadiño navideño”**, en el que cada día de la semana, tuvimos que ir incluyendo diferentes complementos navideños, en el que participamos tanto personas trabajadoras como usuarias.



Realización de diversas actividades, manualidades y charlas interactivas entre las personas usuarias del Centro de día de Alzheimer Pontevedra y el alumnado de 4º de la ESO del Colegio Plurilingüe Calasancio Pontevedra.

Montaje y decoración de nuestro árbol de navidad, para el que todos colaboramos, dejando nuestro adorno navideño.



15.1. DÍAS SIGNIFICATIVOS

Además de las actividades ya recogidas, tanto de sensibilización como de ocio, desde Afapo, tratamos de poner nuestro granito de arena, haciendo nuestra aportación en días significativos a lo largo del año, realizando alguna actividad concreta, en reconocimiento o apoyo a diferentes días reconocidos a nivel mundial. Para ello, estos días, realizamos nuestro pequeño guiño y/o apoyo a estas fechas:

30 de enero – Día de la no violencia y la paz.

Las personas usuarias de los diferentes centros y actividades que realizamos, hicieron su pequeño guiño a este día.



14 de febrero – San Valentín.

Este año el día de San Valentín, las personas usuarias de los diferentes centros han dado rienda suelta a su creatividad para crear sus adornos, para esta fecha, con todo su cariño.



15 de febrero – Día internacional



Por el Día Internacional del "Síndrome de Angelman", un año más hemos querido dar visibilidad y apoyar la dotación de mayores recursos para el estudio de enfermedades consideradas "raras".

8 de marzo – Día de la mujer.

Para este día, se han recogido testimonios de varias de las mujeres usuarias de los diferentes talleres terapéuticos y de prevención que impartimos por la provincia de Pontevedra, y hemos hecho nuestro particular

<p>CONCHA. 78 AÑOS</p>  <p>"TUVE QUE EJERCER DE ESPOSA, MADRE, TRABAJADORA Y CUIDADORA. HACERME CARGO DEL CUIDADO DE MIS PADRES Y MIS SUEGROS POR EL HECHO DE SER MUJER"</p>	<p>MARÍA. 62 AÑOS</p>  <p>"NO PUDE APRENDER EL OFICIO QUE QUERÍA PORQUE A MI PADRE NO LE GUSTABA. ADEMÁS CUANDO HABÍA FIESTAS EN EL PUEBLO SÓLO PODÍA IR SI IBA ACOMPAÑADA POR UN HERMANO"</p>	<p>RAQUEL. 74 AÑOS</p>  <p>"ME HUBIERA GUSTADO TENER LA OPORTUNIDAD DE ESTUDIAR, QUE SI TUVIERON MIS HERMANOS"</p>	<p>LUCITA. 78 AÑOS</p>  <p>"ERA MUY BUENA ESTUDIANTE, PERO CON 12 AÑOS TUVE QUE EMPEZAR A TRABAJAR PARA AYUDAR EN CASA"</p>
<p>ESTHER. 70 AÑOS</p>  <p>"APROBÉ UNA OPOSICIÓN, COBRÉ MI PRIMERA NÓMINA Y CUANDO QUISE RETIRAR UNA CANTIDAD ME DIJERON QUE MI FIRMA POR SI SOLA NO VALÍA. QUE GRACIAS A QUE CONOCÍAN A MI PADRE Y A MI SUEGRO ME DABAN EL DINERO. ADEMÁS FUI DIRECTORA DE COLEGIO Y TUVE QUE AGUANTAR COMENTARIOS DESAGRADABLES POR SER MUJER"</p>	<p>AMANCIA. 85 AÑOS</p>  <p>"CUANDO MI PADRE MURIÓ MI MADRE SE QUEDÓ SIN NADA, TUVE QUE PONERME A TRABAJAR Y NO DEDICARME A LO QUE ME HACÍA FELIZ PORQUE EN MI CASA EL SUSTENTO ERA MI PADRE"</p>		

También por este día, las mujeres de nuestro Centro de Día quisieron dejar su huella y realizaron un mural con sus propias manos:



21 de marzo – Día Mundial del Síndrome de Down.

Desde Afapo, quisimos sumarnos a la campaña de este año *#nosomosunestereotipo. SON MUCHO* + dando todo nuestro apoyo en este día.



11 de abril – Día Mundial del Parkinson.

En el día Mundial del Parkinson, no quisimos olvidarnos de la importancia de empatizar con las personas que padecen esta enfermedad; así como de conceder los tiempos y espacios para el bienestar de todos, por ello a través de las redes sociales, dimos nuestro apoyo a la campaña “Dame mi tiempo”



13 de abril – Día Internacional del Beso.



No hay nada más bonito que una muestra de cariño, y que mejor reflejo para ello que un beso. Por eso, como guiño a este día internacional tal peculiar, repartimos besos de todos los tipos.



23 de abril – Día del Libro.

Con motivo del día del Libro, este año desde AFAPO realizamos una actividad en colaboración con la librería Follas Verdes. Nuestros usuarios se acercaron a la librería y escogieron unos libros, que a continuación dejaron en diferentes rincones de la ciudad, con un pequeño texto con datos sobre nuestra iniciativa, para que fueran encontrados y leídos por diferentes transeúntes.



1 de mayo – Día dos Maios.

En colaboración con la asociación Down Pontevedra Xuntos, y otras entidades, este año participamos en la realización de un maio comunitario, haciéndolo todo, desde la base.

17 de maio – Día de las Letras Gallegas.

Como año tras año, para conmemorar este día realizamos varias actividades. Comenzamos el día visionando un vídeo dedicado al autor Francisco Fernández del Riego, a través del que pudimos conocer su biografía y acercarnos a su obra. Después realizamos un mural en el que recopilamos palabras gallegas que reflejan a la perfección nuestra identidad lingüística.



25 de noviembre – Día contra la violencia.

Un año mas, nuestros usuarios, han querido realizar su guiño personal en apoyo a este día.



16. FORMACIÓN

A lo largo de 2023 los profesionales de AFAPO asistieron a varias jornadas formativas. Dichas formaciones son:

- XXI Jornadas Interdisciplinarias de FAGAL, organizadas por la Federación de Alzheimer de Galicia que se desarrollan anualmente.
- Formación en prevención de riesgos laborales.
- Cursos de sensibilización del sistema de calidad.
- Formación en primeros auxilios, RCP y prevención y atención en atragantamientos.



- Tratamientos no farmacológicos: evaluación y tratamiento funcional en las personas con deterioro cognitivo
- Buenas prácticas en los cuidados generales a personas con demencia en su domicilio

17. PROGRAMAS DE COOPERACIÓN

Los programas de cooperación son instrumentos a través de los cuales Empleo Galicia, concede cada año, subvenciones destinadas a financiar la contratación de personas desempleadas para la realización de servicios de interés general y social en colaboración con las entidades locales o con las entidades privadas sin ánimo de lucro con centros de trabajo en Galicia.

Desde AFAPO, queremos fomentar el empleo, y a través de este programa, contratamos personas desempleadas para la realización de servicios de interés general y social, por un periodo máximo de hasta 12 meses, con el objeto de proporcionarles una experiencia y práctica profesional que facilite su inserción laboral.

18. INTERVENCIÓN INTEGRAL A PERSONAS CON ALZHEIMER Y FAMILIARES

La Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias de la provincia de Pontevedra (AFAPO), continúa desarrollando durante el año 2023, el Proyecto firmado con el Concello de Silleda y el Concello de Marín centrados en ayudar a las familias a comprender la importancia de su función en los cuidados de los enfermos/as de Alzheimer y otras demencias, así como prevenir situaciones de desgaste físico y/o emocional que puedan derivar en estrés crónico.

También fijando como objetivo principal, la ralentización en la medida de lo posible, del deterioro cognitivo, la pérdida de memoria, movilidad y funciones motoras que presentan las personas con Alzheimer y otras demencias.

18.1. CONCELLO DE SILLEDA

Silleda es uno de los Ayuntamientos en los que la actividad de AFAPO se consolida como una actividad básica para los residentes de la zona. En una nueva edición del programa de “Atención integral a personas con Alzheimer y otras demencias” se plantea un abordaje integral para las personas que padecen la enfermedad y sus familias.



✓ TALLERES DE ESTIMULACION COGNITIVA PARA PERSONAS CON DIAGNOSTICO DE DEMENCIA

Están centrados en la intervención con personas con Alzheimer y/o demencia y consistieron en la ejecución de diferentes talleres de intervención terapéutica que incluyeron actividades cognitivas, funcionales, motrices, y socializadoras:

Taller de estimulación cognitiva: Actividades de estimulación cognitiva dirigidas a activar y mantener las capacidades mentales de manera integral, actividades de orientación a la realidad, reminiscencia, etc.

Taller de terapia ocupacional: Actividades dirigidas a la estimulación de la realización de actividades de la vida diaria, trabajando las capacidades sensoriales, perceptivas, cognitivas y motrices con el fin de estimular las actividades productivas.

18.2. CONCELLO DE MARÍN

Marín es uno de los Concellos donde se firmó un convenio de colaboración para poder realizar cursos dirigidos a familiares y cuidadores de personas dependientes con alguna demencia y la intervención directa con personas afectadas de dicha discapacidad.

✓ TALLERES DE ESTIMULACION COGNITIVA PARA PERSONAS CON DIAGNOSTICO DE DEMENCIA

Durante el año 2023 se han realizado los talleres de estimulación cognitiva dirigido a personas con diagnóstico de demencia en el Concello de Marín que vienen detallados de la siguiente manera:

Taller de estimulación cognitiva: Actividades de estimulación cognitiva dirigidas a activar y mantener las capacidades mentales de manera integral, actividades de orientación a la realidad, reminiscencia, etc.

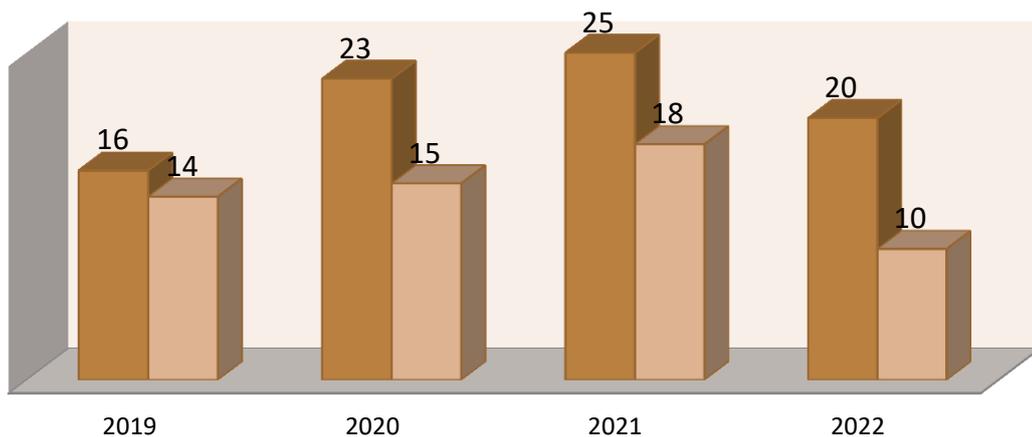
Taller de terapia ocupacional: Actividades dirigidas a la estimulación de la realización de actividades de la vida diaria, trabajando las capacidades sensoriales, perceptivas, cognitivas y motrices con el fin de estimular las actividades productivas.

Taller de psicomotricidad: Actividades para favorecer el dominio del propio cuerpo y mantener el máximo tiempo posible las funciones que aún se conservan.



Asistentes Talleres Estimulación Cognitiva por Concellos

■ SILLEDA ■ MARÍN



19. CENTRO DE DÍA ALZHEIMER PONTEVEDRA

Los programas de intervención en el Centro de Día Alzheimer Pontevedra se dividen en actuaciones dirigidas al propio usuario y actuaciones dirigidas a prestar apoyo a los familiares/cuidadores.

Las actuaciones dirigidas al usuario del Centro de Día son las siguientes

- a. **Programa de ingreso y acogida:** a través de este programa se desenvuelve un proceso de atención individualizada en el momento del ingreso de una persona en el centro, así

como una atención a sus familias, con la finalidad de facilitar su adaptación, evitar el rechazo y/o los miedos.

- b. **Diseño, desenvolvimiento y evaluación de planes terapéuticos individualizados de intervención interdisciplinar:** Este programa se basa en el carácter interdisciplinar y de complementariedad entre las diferentes disciplinas implicadas en el proceso de atención.
- c. **Programa de atención terapéutica.** Los objetivos son: ralentizar al máximo el deterioro, mejorar la calidad de vida, potenciar su autonomía y con ello su autoestima, reforzar los valores y habilidades residuales positivas, además de generar sentimientos de control sobre el entorno, evitar el aislamiento y fomentar las relaciones sociales.

Este programa incluye las siguientes terapias:

I. Terapias cognitivas:

- a. *Estimulación Cognitiva:* aplicación de programas previamente diseñados que articulan tareas y actividades estructuradas dirigidas a activar y mantener las capacidades integral
- b. *Orientación a la realidad:* terapia basada en la orientación temporo-espacial y de la persona a través de estímulos visuales escritos, verbales...
- c. *Reminiscencia:* Potenciar los recuerdos agradables del pasado.

II. Terapias Funcionales y motrices

- a. *Estimulación de las AVD's:* trabajamos capacidades sensoriales, perceptivas, cognitivas y motrices
- b. *Psicomotricidad:* es una técnica que pretende mantener el máximo tiempo posible las funciones motoras que el usuario aún conserva
- c. *Fisioterapia:* Conjunto de técnicas que se centran en el estudio de diferentes actuaciones fisioterapéuticas que empleamos para promover, recuperar y mantener la salud en este tipo de pacientes.

III. Terapias socializadoras

- a. *Laborterapia:* programa actividades seleccionadas por su valor físico, mental emocional del usuario. Persigue la motivación y concentración por parte del enfermo en una tarea determinada con el objeto de mejorar su disposición general y de conseguir su máxima independencia.
- b. *Arteterapia:* proceso creativo con fines terapéuticos, facilitando la integración social con las demás personas y trabajando las diferentes funciones cognitivas.
- c. *Programa de control y mantenimiento de la salud:*

- I. Programa de alimentación y nutrición: Vigilar el estado nutricional permitirá detectar precozmente problemas en la alimentación y prevenir estados de desnutrición que favorezcan una peor evolución de la enfermedad
- II. Programa de aseo e higiene: dirigido a fomentar la autonomía de las actividades de aseo e higiene en las personas mayores
- III. Programa de Control de Esfínteres: pretende prevenir, eliminar y evitar sentimientos de vergüenza y angustia del a persona incontinente, implantación de un entrenamiento vesical en los usuarios que lo necesiten, implantación de ejercicios para la musculatura del suelo pélvico, atrasar o minimizar la pérdida del control de esfínteres de los usuarios.
- IV. Programa de prevención de caídas. Los objetivos son: enseñar los autocuidados sin peligros, reforzar la función musculo-esquelética, estimular el nivel de atención. concentración, adecuar el entorno para facilitar los desplazamientos, potenciar la seguridad y la confianza, inducir respuestas posturales adecuadas.

Las actividades programadas con los usuarios en el Centro de Día tienen la siguiente distribución horaria:

8:00 a 9:30 – TRANSPORTE

9:30 a 10:00 – BIENVENIDA

10:00 a 10:30 – DESAYUNO

10:30 a 11:00 – ORIENTACIÓN A LA REALIDAD

11:00 a 11:45 – ESTIMULACIÓN COGNITIVA (lenguaje, cálculo, memoria, gnosias, lectura y escritura) + ASESOS

11:45 a 12:15 – DESCANSO E HIDRATACIÓN

12:15 a 13:15 – PSICOMOTRICIDAD (tabla de ejercicios articulares y juegos cooperativos)

13:30 a 14:30 – COMIDA

14:30 a 15:30 – DESCANSO + ASEOS

15:30 a 16:00 – LABORTERAPIA Y LUDOTERAPIA

16:00 a 17:00 – MERIENDA

17:00 a 17:30 – DESPEDIDA

17:30 a 19:00 – TRANSPORTE

Las actuaciones dirigidas a prestar apoyo y atención a las familias/ cuidadores de los usuarios del centro de Día son las siguientes:

- a) **Servicio de información, orientación y asesoramiento:** tiene como función proporcionar a la familia información básica, solucionar dudas, facilitar y ayudar en la posible incorporación al centro de su familiar.
- b) **Grupos formativos para familias:** están orientados a mejorar el cuidado dotando a la familia de recursos que le permitan mejorar los cuidados al enfermo y su propio bienestar.

DATOS USUARIOS CENTRO DE DÍA AÑO 2023

Nº PLAZAS ADJUDICADAS XUNTA DE GALICIA	29 plazas adjudicadas: <ul style="list-style-type: none">• 16 altas en el año 2023• 13 renuncias en el año 2023
Nº TOTAL USUARIOS EN CENTRO DE DÍA	35 personas usuarias: <ul style="list-style-type: none">• 18 bajas durante el 2023

Nº de usuarios y motivos de las bajas producidas durante el año 2023:

- 2 bajas por fallecimiento.
- 12 bajas por cambio de recurso.
- 4 bajas por empeoramiento de la enfermedad