



Mayo 2008

A F A C O  
Informa



ALZHEIMER  
ASOCIACIÓN  
FAMILIARES  
ENFERMOS  
ALZHEIMER  
A CORUÑA  
A F A C O

Nº 13

# Inauguración de la exposición Gente «de mente»

El próximo lunes, 5 de Mayo, a las 18 h., horas tendrá lugar la inauguración de la Exposición Gente «De Mente», en el Centro de Mayores de la Obra Social Caixa Galicia, en la calle Rúa Alta nº 7.

Esperamos contar con vuestra asistencia, por ser un proyecto en el que llevamos trabajando más de un año, y en el cual hemos invertido una gran cantidad de horas y de esfuerzo, todo ello con el objetivo, de que esta enfermedad, que afecta a nuestros familiares, llegue a ser mejor comprendida por el conjunto de la sociedad. Además, uno de los paneles de la exposición está dedicado a los relatos elaborados por algunos de los familiares de los enfermos que acuden a los Talleres, por lo que vosotros también sois parte del proyecto.



## GENTE "DE MENTE":

Una sensacional aproximación  
al Alzheimer

Un proyecto de:  
**AFACO**  
  
ALZHEIMER  
ASOCIACIÓN  
FAMILIARES  
ENFERMOS  
ALZHEIMER  
A CORUÑA  
A F A C O

Del 5 de Mayo  
al 31 de Diciembre-2008

De Lunes a Sábado  
de 10.00 a 13.30 h. y de 16.00 a 20.00 h.  
Domingos y festivos  
de 16.00 a 20.00 h.

Con la colaboración de:  
 OBRA SOCIAL CAIXA GALICIA  


*Esta exposición, abierta a todos los públicos, tendrá un carácter itinerante y recorrerá las principales ciudades y villas gallegas, pudiéndose visitar en los Centros de Mayores de la Obra Social Caixa Galicia.*

Contamos con vuestra asistencia y con que nos hagáis llegar vuestra opinión acerca de la exposición, que seguro nos será de gran utilidad.

La exposición estará en Coruña, desde el 5 al 20 de Mayo (ambos incluidos), de lunes a sábado, de 10 a 13.30, y de 16 a 20 h., y los domingos y festivos sólo abrirá por las tardes, de 16 a 20 h. A partir de esa fecha, recorrerá diferentes puntos de Galicia, antes de finalizar este año.



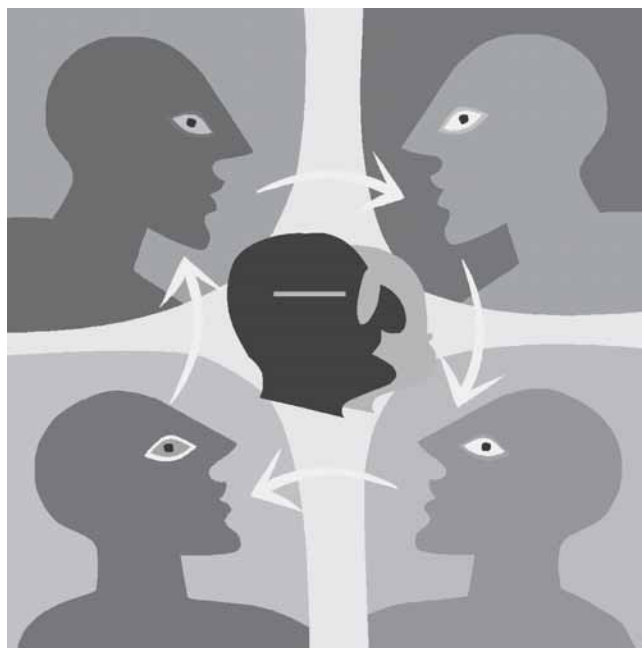
# En Abril celebramos la Asamblea Extraordinaria y Ordinaria

En la Asamblea Extraordinaria, celebrada el pasado 1 de Abril, se informó de la situación económica actual del proyecto de construcción del Centro de Eirís.

El resumen de la misma es que, del presupuesto necesario para acometer la obra, de 4.792.235,58 €, tenemos pendientes de financiación 3.443.888,13 €, y bloqueadas las negociaciones con las entidades que podrían asumir dicho importe.

Se informó a la Asamblea que, en reunión de la Junta Directiva, del día 26 de Febrero, se acordó enviar una carta a las instituciones implicadas (Xunta, Ayuntamiento, Diputación, Fundación Reina Sofía y Caixa Galicia), comunicando la paralización del proyecto de construcción del Centro de Eirís por falta de garantías efectivas de financiación del mismo.

No obstante, dado que unos días más tarde iba a tener lugar la Asamblea General Ordinaria, en la que correspondía renovar los cargos de la Junta Directiva, esta carta no fue enviada hasta pasada esa fecha, habida cuenta de la posibilidad de que, en la mencionada asamblea, se eligiera una nueva Junta Directiva, que estuviera dispuesta a continuar con el proyecto.



Como sabéis el pasado día 22 de Abril se celebró dicha Asamblea Anual Ordinaria, donde se leyó la memoria de actividades y el balance económico del 2007, así como el programa y el presupuesto de actividades para el 2008; en ambos casos fueron aprobados por unanimidad.

Por otra parte, con relación a la Cesión del Local Municipal del Papagayo, os informamos de que sigue pendiente de los resultados del informe que tienen que elaborar los técnicos de la Consellería.

Desde AFACO, una vez visto el solar, hemos constatado dificultades de acceso, tanto por la calle Panaderas, como por la Calle Hospital, así como problemas de ventilación y luz.

Quedó constituída la nueva Junta Directiva, donde hubo un único cambio, el del puesto que ocupaba, Dña. M<sup>a</sup> del Mar Fernández Amorín, que fue sustituida por Dña. Dolores Gestal Rabuñal. Se designó, asimismo, como representante de Fagal a Dña. Mercedes Bahamonde Sánchez.



# ¿En qué consisten los Programas de Respiro Familiar?

Actualmente las administraciones públicas ponen a disposición de las personas dependientes y sus familias una serie de programas y servicios, que tratan de ayudar a los cuidadores y cuidadoras en la tarea de atender a sus familiares enfermos.

Uno de esos programas son los Programas de Respiro Familiar. Los Programas de Respiro están pensados para ayudar a las personas cuidadoras a atender a sus familiares, bien en residencias o en centros de día, durante períodos

## Programa de estancias temporales en residencias

Se trata de la posibilidad de solicitar una plaza temporal en una residencia durante un período que va desde un mes hasta incluso dos meses, aunque también pueden fraccionarse en periodos quincenales. La persona será atendida en una residencia pública, en la que el coste del servicio será del 75% de los ingresos brutos mensuales de la persona dependiente, según el tiempo de estancia.

También existe la posibilidad de que el cuidador acompañe al enfermo en su estancia y poder participar de sesiones formativas sobre la enfermedad y sus cuidados. Las residencias que actualmente se incluyen en este programa son la de Oleiros, la de Concepción Arenal (Matogrande) y la de Laraxe en Pontedeume.



dos cortos de tiempo: una mañana, fines de semana, 15 días, 1 mes...

De este modo los cuidadores pueden planificar períodos de ausencia (vacaciones, temas laborales, problemas médicos del cuidador, mudanzas etc.) en los que la persona enferma será atendida por profesionales en un entorno seguro.

Existen diferentes modalidades, que pretenden ajustarse a las demandas específicas de cada persona:

## Programa de Apoyo Social a Maiores

Dentro de este programa se establecen dos modalidades:

- **ESTANCIAS QUINCENALES:** En las que se ofrece la posibilidad de permanencia de entre 15 a 29 días en un centro privado: Los Magnolios. El precio de estas estancias es de 390 € la quincena.
- **ESTANCIAS DE FIN DE SEMANA:** Se trata de plazas en residencias o centros de día durante los fines de semana. El horario es atención va desde el sábado a las 9:00 a las 20:00 horas del domingo. La persona que solicite estas estancias, puede disfrutar de un máximo de 4 días o de 2 fines de semana completos al mes.
- El procedimiento de solicitud es sencillo, una vez que se hace la solicitud y conceden el derecho al servicio se entra en una «lista de usuarios». Estos usuarios podrán solicitar con un mínimo de antelación de una semana las estancias que deseen en el propio centro, el cual se las concederá en función de la disponibilidad de plazas existente. Actualmente, este programa se está desarrollando en el centro «Concepción Arenal» (Matogrande). El precio de estos servicios varía en función del tiempo de permanencia:
  - Día completo sin pernocta: 16 €
  - Día completo con pernocta: 26 € día
  - Jornada de mañana (con desayuno y comida) 12 €/día
  - Jornada de tarde (con merienda) 9 €/día
  - Fin de semana completo: 40 €



# ¡Nuevo programa de relajación y ejercicio físico para cuidadores!



Seguro que en numerosas ocasiones habréis escuchado que *la enfermedad de Alzheimer golpea la cabeza de la persona que la padece y el corazón de aquellos que os encargáis de su cuidado*. Es por ello, que desde AFACO intentamos ofrecer una atención integral, tanto para los enfermos, como para vosotros, los familiares cuidadores.

Como sabéis, los martes por la tarde tienen lugar las terapias de familia, dirigidas por el psicólogo de la asociación, en las que se pretende que, entre todos, nos ayudemos a sobrellevar, lo mejor posible, la carga emocional que causa esta patología. Siendo conscientes de las dificultades que tenéis muchos de vosotros para acudir a estas terapias, tal y como nos lo habéis hecho saber en la última encuesta de valoración de las actividades de la asociación, llevamos tiempo planteándonos la posibilidad de iniciar una nueva actividad.

Se trataría de un **programa terapéutico de relajación y ejercicio físico dirigido a los familiares-cuidadores**, con el objetivo de facilitar la adquisición de un bienestar físico y mental que repercutiría, según concluyen numerosos estudios, en una mejor atención a los enfermos.

**Se desarrollaría en las instalaciones del Polideportivo de San Diego**, aprovechando las ventajas económicas ofertadas a los socios de AFACO; el coste final se hará saber más adelante y dependerá del número de personas que se inscriban aunque, en todo caso, será muy ventajoso. **Tendría lugar los miércoles, de 11 a 12 horas**, coincidiendo con el horario en que los enfermos que vienen por la mañana están en el Centro, aunque el programa está dirigido a todos los socios de AFACO. Un monitor se dedicaría sólo a nuestro grupo. Cada semana realizaría una actividad diferente (taichí, relajación, ejercicios en la piscina, etc.), aceptándose y, además, agradeciéndose especialmente todas las sugerencias que pudierais aportar al respecto.

**Os rogamos que todos aquellos que estéis interesados en participar en este nuevo programa, nos lo hagáis saber antes del 16 de Mayo, llamándonos por teléfono (al 981 205858) o escribiéndonos un correo electrónico, a la dirección [alzheimer.coruna@yahoo.es](mailto:alzheimer.coruna@yahoo.es)**

Disponemos de un andador, gracias a la donación de una familia. Si alguno de vosotros está interesado en él, no dudéis en poneros en contacto con nosotros.



## AFACO

Parque San Diego, s/n  
Centro Cívico San Diego, bajo  
15006 A Coruña

Tel. 981 205 858 · Fax 981 173 093  
Correo: [afacoruna1@teleline.es](mailto:afacoruna1@teleline.es)  
[www.afaco.es](http://www.afaco.es)



### HORARIO DE ATENCIÓN

De Lunes a viernes  
10.00 - 14.00 h.  
16.00 - 20.00 h.

### Un esfuerzo conjunto, para un objetivo común

En AFACO hacemos contigo...

**ESTIMULACIÓN FÍSICO-COGNITIVA:** diariamente activamos las capacidades remanentes, físicas y cognitivas de nuestros enfermos.

**INFORMACIÓN EN RECURSOS SOCIALES:** te ayudamos a buscar el mejor recurso que se pueda adaptar a tu situación personal.

**ORIENTACIÓN JURÍDICO-LEGAL:** asesoramos en caso de incapacitaciones legales y otras cuestiones relacionadas.

**INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON FAMILIARES:** te apoyamos para sobrellevar la carga emocional causada por esta enfermedad.

**TERAPIAS FAMILIARES DE GRUPO:** conllevamos entre todos la enfermedad que afecta a cada uno.

**ASESORAMIENTO EN ADAPTACIONES FUNCIONALES:** asesoramos en las más idóneas adaptaciones del entorno para cada enfermo.

**FORMACIÓN ESPECIALIZADA:** aprendemos a velar por nuestra salud y la de nuestro enfermo.

*Tu enfermo cuenta contigo, tú cuentas con nosotros*

