



XI MARCHA SOLIDARIA

Alcantarilla, 8 de Mayo 2015
www.afade.es



C/ Carmen, 23
30820 Alcantarilla - Tlf 968 89 59 18
afade_alcantarilla@hotmail.com
www.afade.es

Declarada de utilidad pública con fecha 25/ 05 / 2005
Certificada en calidad: Enero 2009

Junta Directiva:

Presidenta: *Julia Fernández Sánchez*
Vicepresidenta: *Antonia Vicente Guzmán*
Secretaria: *Maribel Suárez Cubillana*
Tesorera: *Juani Riquelme Martínez*
Vocal: *Francisco Huertas Hernández*

Dirección y Coordinación: Julia Fernández Sánchez

Redacción e Información: AFADE

Colaboradores: Rubén Carrión Martín
Félix Moreno Jara

Depósito Legal: MU - 1010 - 2005

La asociación de Enfermos de Alzheimer de Alcantarilla (AFADE), no se hace responsable del contenido de colaboraciones o artículos publicados. Tampoco de los anuncios publicitarios insertados en esta revista, ni avalamos su veracidad.

Sumario

Editorial	3
Nuestras autoridades y el Alzheimer	5
Rincón Informativo	10
AFADE en Imágenes. Memoria de actividades	16
Colaboración con el IMAS	23
Agradecimientos	35

COLABORADORES CON LA XI MARCHA SOLIDARIA AFADE 2015

- | | | |
|------------------------------|---------------------------------|---|
| - ACQUAJET | - PANADERÍA GAZQUEZ | - HORNO DE SALVADOR MENGUAL |
| - COCA COLA | - PAN DE SAN PEDRO PANADERÍA | - PANADERÍA MAGUEZ |
| - NESTLE ESPAÑA, S.A. | - CARNICERÍA HNOS. LÓPEZ | - PANADERÍA PAQUI |
| - ACEITUNAS KARINA | - EMBUTIDOS DE BANDERA | - CARNICERÍA JOSÉ A. RODRÍGUEZ DE PEDRO |
| - HERO ESPAÑA, S.A. | - MAMA ELENA | - EL EXTREMEÑO |
| - PANADERÍA PUCHE ABELLÁN | - CARNICERÍA SABINO | - MANZANO |
| - PANADERÍA IGNACIA | - CARNICERÍA HERMANOS HERNÁNDEZ | - LUIS CREMADES BELMONTE E HIJOS, S.A. |
| - PANADERÍA SALVADOR MENGUAL | - CARNICERÍA ORENES | |
| - VENTA EL PERETÓN | - PANIFICADORA HERMANOS MORENO | |



NUESTRO CERTIFICADO DE CALIDAD / RENOVADO EN 2014

Desde Enero de 2009, AFADE se convirtió en una de las pocas asociaciones de Familiares de Alzheimer de toda España, en poseer un certificado de calidad, según la Norma ISO 9001:2008, y la única en poseer dicha acreditación en toda la Región de Murcia.

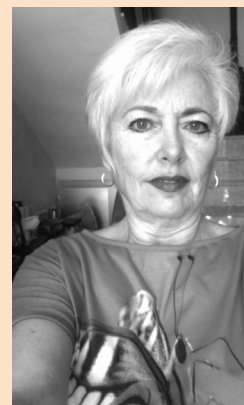
Este certificado supone el compromiso de una entidad, de un grupo de profesionales y de una Junta Directiva, por asegurar la correcta prestación de una serie de servicios, asegurando la calidad de estos, y la profesionalidad de los trabajadores, y su intención constante de mejorar.

El logro de esta distinción, se basa en la implantación de un sistema de calidad; un sistema que ha supuesto el esfuerzo de un grupo de profesionales en su único afán por situar a AFADE, como una de las asociaciones referentes en toda la Región de Murcia en el tratamiento de la Problemática del Alzheimer.

Desde aquí, felicitamos a todos y cada una de las personas que han hecho posible obtener este certificado, porque ellos, con su esfuerzo y dedicación, han demostrado su gran compromiso para con el colectivo con el que trabajan.

Recortes, recortes y más recortes, y sobre los que más lo necesitan ahora!!!

Mi sentir es que estamos perdiendo el norte. Vaya año: revuelo político, que salpica a todos, sin excepción; revuelo social; revuelo ambiental... y AFADE a lo suyo, en su camino de superación diaria, de crecimiento para llegar a más personas, de pelear por sus objetivos sin apenas ayuda. Las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias viven una realidad de palpable necesidad, de falta de atención a un colectivo olvidado, pero con unas necesidades reales que no se están cubriendo dado que hablamos de ese sector de nuestra sociedad tan olvidado como son las personas mayores.



AFADE continúa y continuará cada día luchando por defender los derechos y por atender las necesidades de un colectivo necesitado de apoyo constante, sin detenerse ante nada y sin importarle las crisis que suframos, pues esta enfermedad no entiende de economía, siempre desde la misma mirada y con el mismo horizonte que un día le obligó a echar a andar, a remangarse y ponerse a trabajar para atajar una necesidad real. Ahora echamos la vista atrás, y vemos la gran asociación que hemos construido entre todos, y sobre todo, la gran asociación que mantenemos entre todos gracias a vuestra solidaridad. Actualmente, y después de mucho pelear, AFADE cuenta con 26 plazas públicas en su centro de estancias diurnas, concertadas con el IMAS, pero continúa necesitando de otras 10 plazas debido al incremento de personas que padecen esta enfermedad, y que por falta de plaza deben de esperar en casa hasta que se produzca una vacante. Hace ya 6 años, desde nuestra asociación y desde otras, vaticinábamos esta saturación de los recursos de atención a personas con Alzheimer, alertando sobre la velocidad en el aumento de personas afectadas, y de la importancia de atajar el Alzheimer. Alzheimer, que palabra tan fuerte y desgarradora verdad..., pero cuanto nos enseña al convivir con ella cada día... A mí, personalmente, me ha enseñado mucho, pero también me cambió totalmente la vida para siempre, y ahora después del todo el tiempo que ha pasado, me doy cuenta de todo lo que le debo y de su gran enseñanza vital; he tardado demasiado, pero ahora cuando nombro esta enfermedad, Alzheimer, siento una enorme paz en mi corazón.

Amigos y conocidos que nos seguís: podéis sentirnos orgullosos de lo que se ha conseguido para este pueblo y sus ciudadanos, con el granito de arena que cada uno de vosotros ha aportado solidariamente a AFADE, compartiendo con nosotros las cenas benéficas, comprando lotería y recetarios, acudiendo a las galas solidarias, y estando presentes en tantos y variados eventos a los que os hemos convocado, y a los que jamás habéis fallado, gracias de corazón.

Gracias también a todo el personal de AFADE: chicas y chicos, si vosotros todo esto nunca se habría logrado. Por favor, no perdáis la profesionalidad que cada día mostráis cuando atendéis a nuestros usuarios y esa ilusión por vuestro trabajo, aunque más que trabajo yo diría vocación, y que cada día nos hace sentir mejor, ya que es gratificante trabajar al servicio de los que más lo necesitan, en lugar de sumirnos en el letargo imperante en el que vive nuestra sociedad. Vuelvo a repetirlo, porque así soy de pesada, GRACIAS de corazón! convivo cada día con una gran familia, porque os considero, como mi familia, y sentir vuestro calor y apoyo en los días de bajón, me hace continuar un poco más.

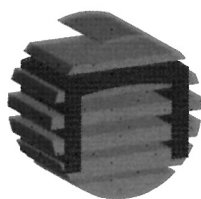
GRACIAS a los voluntarios tan maravillosos que nos ayudan cada día; GRACIAS en los familiares y usuarios que depositan su confianza en nosotros y en la labor que cada día hacemos con tanto amor.

Lo repetiré hasta la saciedad: estamos y trabajamos para vosotros; ningún asunto es más importante para AFADE que vuestro bienestar.

Ánimo, paciencia y amor os deseo, ya que son los tres ingredientes para asumir con dignidad esta cruel, a la vez que enormemente enriquecedora, enfermedad.

JULIA FERNÁNDEZ SÁNCHEZ
PRESIDENTA DE AFADE

**AFADE-Alcantarilla, sus Socios,
Junta Directiva y Profesionales
desean al Pueblo de Alcantarilla y a
todos sus vecinos, unas felices y
entrañables Fiestas de Mayo!**



**A S E S O R E S
N E S A**

**ASESORIA FISCAL, LABORAL,
CONTABLE Y CONSULTORÍA
DE NORMAS ISO**

GINESA SOLEDAD ZAPATA CANO

Avda. Reyes católicos, 39 3º A
30820 Alcantarilla (Murcia)
www.asesoresnesa.com
Telf. Fijo: 968 904 415
Fax: 968 975 110
Móvil: 638 048 234



acquaJet
— presume de agua —

Telf. 600 578 013
Fax: 901 021 771
www.acquajet.com



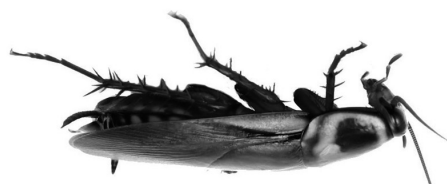
**Ya has acabado con la primera,
pero sabemos que donde hay una hay varias**

T. 968 694 436
www.gamsa.es

Desde 95€

**Tratamiento sin olores,
y sin desalojar**

Efectivo





SALUDA

Desde su fundación hace más de quince años, la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Demencias de Alcantarilla (AFADE-Alcantarilla) es un ejemplo en su lucha contra una de las enfermedades de mayor impacto social a todos los niveles debido a su repercusión sobre las familias de quienes la padecen. Un motivo de orgullo para quienes vivimos en la Región de Murcia, no sólo por las iniciativas y propuestas que a diario lleva adelante AFADE-Alcantarilla, sino también muy especialmente por los resultados obtenidos.

Avanzar en el conocimiento y tratamiento del Alzheimer constituye uno de los mayores desafíos que nuestra sociedad debe afrontar, tanto en el ámbito sanitario como en el social. Es por eso que todos los recursos que podamos dedicar a este propósito siempre parecerán pocos, dada la dimensión de este gran reto colectivo. Una misión en la que todos debemos comprometernos y que exige de una implicación total, no sólo de las Administraciones públicas, sino del conjunto de la ciudadanía, de toda una Región que ha acreditado sobradamente su carácter solidario en los momentos en que más se lo ha necesitado, y a cuyas gentes debemos siempre agradecer su generosa contribución en este deber compartido por todos que es la lucha contra el Alzheimer.

Lo ingente de este reto no hace sino engrandecer aún más la deuda de gratitud que tiene nuestra Región con una entidad como AFADE-Alcantarilla, por los fines tan loables que persigue y el trabajo que desempeña a través de un buen número de actividades y proyectos que abarcan desde la orientación y el asesoramiento a los afectados y a sus familiares, hasta la difusión, a través de conferencias y de seminarios, de cualquier aspecto relacionado con el Alzheimer, con una especial dedicación, además, a la captación y formación de voluntarios.

Unos pacientes y unas familias que no están solos en su confrontación diaria con esta dolencia, porque cuentan con el respaldo de la Consejería de Sanidad y Política Social que, a través del Instituto Murciano de Acción Social (IMAS), dispone de una amplia red de recursos, tanto humanos como materiales, para ofrecer terapias personales a los enfermos de esta patología. De las 991 plazas públicas en Centros de Día con las que cuenta el IMAS en la Región, unas 450 están ocupadas por personas con síntomas de Alzheimer. Igualmente, de las 2.459 plazas públicas en atención residencial con que contamos en la Región, unas 725 son para pacientes con ésta u otras demencias.

El compromiso de la Administración regional en la lucha contra esta dolencia se refleja en el hecho de que en todos los centros del IMAS se prestan terapias personalizadas y talleres de estimulación cognitiva dirigidos a aliviar los síntomas de las personas con enfermedades neurodegenerativas.

Además, se han puesto en marcha iniciativas en el campo asistencial como el Proyecto Mariposa, o, en el ámbito de la investigación, como el Banco de Cerebros, el primero creado en el Sur de España, y continúan los ensayos clínicos con nuevos fármacos para el tratamiento de la enfermedad. Otro aspecto clave en el que debemos seguir incidiendo es el del diagnóstico precoz, tan fundamental como lo es la coordinación de todos los recursos disponibles para ofrecer una atención integral y adaptada a las necesidades de los pacientes y de sus familiares.

La suma de tantos esfuerzos y la determinación de todos los implicados en esta lucha -poderes públicos, asociaciones, profesionales sanitarios, voluntarios y familiares- resultan decisivas para continuar avanzando, todos juntos, en nuestro objetivo de garantizar una mejor calidad de vida tanto a los murcianos que padezcan Alzheimer o demencias como a sus familiares y las personas de su entorno más cercano. Y en esa ingente tarea que tenemos por delante, no me cabe ninguna duda de que AFADE-Alcantarilla no sólo desempeñará, como hasta ahora ha venido haciendo, un papel de gran importancia sino que continuará siendo uno de los mayores ejemplos a nivel regional por su determinación y perseverancia en la lucha contra el Alzheimer.



ALBERTO GARRE LÓPEZ

Presidente de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia



En **Hospital Viamed San José** la atención que ofrecemos a nuestros pacientes es el eje de nuestra filosofía. Para ello contamos con **profesionales médicos de reconocido prestigio**, con una gran formación y experiencia.

Además nuestro personal de plantilla asistencial y de apoyo ofrece un trato humano, siempre respetando el **rigor profesional**, desde la **cercanía** y la **comprensión**. Asimismo y para garantizar la calidad asistencial, nuestros profesionales disponen de la tecnología más avanzada en técnicas de diagnóstico y tratamiento.

La **atención integral al paciente**, base fundamental de nuestro trabajo, se apoya en una gestión ágil para reducir, en la medida de lo posible, los trámites burocráticos y administrativos que alargan los tiempos de espera.



ESPECIALIDADES

Especialidades médicas

Anestesia
Dermatología
Medicina Interna
Neurofisiología Clínica
Oncología
Pediatria
Rehabilitación y Fisioterapia
Unidad de Endoscopias Digestivas
Unidad de Nutrición y Dietética
Unidad de valoración del daño corporal
Unidad del Dolor

Especialidades Quirúrgicas

Cirugía General
Cirugía Maxilofacial
Cirugía Plástica y Reparadora
Cirugía Vascular
Ginecología
Oftalmología
Otorrinolaringología
Traumatología y Ortopedia
Urología

SERVICIOS

Hospitalización

148 camas
Salas de estar para familiares
Nido

Servicio de rehabilitación

Gimnasio para Fisioterapia
4 Boxes de Rehabilitación-Fisioterapia
Sala de tratamientos especiales

Área Quirúrgica

5 Quirófanos uno de ellos para CMA
5 Puestos de REA
Área de Preanestesia
Esterilización
Área de información médica para familiares

Urgencias

5 Boxes de observación
Box de parada cardio-respiratoria
Sala de urgencia y curas
Sala de yesos

Área Diagnóstica

Radiodiagnóstico digital
Radiología convencional
RMN
TAC
Ecografía
Eco-doppler
Eco-doppler color
Electromiografía

Laboratorio

Hematimetría
Bioquímica
Inmunología
Microbiología
Pruebas especiales

Murcia



HOSPITAL VIAMED SAN JOSÉ

Maestra Lola Meseguer, 999 · 30820 Alcantarilla (Murcia)

Tel: 968 800 600

www.viamedsanjose.com

Un año más la dirección de AFADE pone en marcha su revista social, donde se recoge lo más destacado de su trabajo a lo largo del año anterior, con una especial atención al trabajo formativo que se hace desde la Asociación.

Hablar de AFADE en nuestro municipio es hablar de una organización viva y activa, que a diario da lo mejor de todos y cada uno de sus miembros para luchar contra una enfermedad terrible, que desgraciadamente lejos de ser erradicada, cada día tiene más incidencia en nuestra sociedad.

Cuando vemos la implicación de la gran familia que forma AFADE en ayudar a los enfermos y a sus familiares, con una dedicación digna de admiración, no tenemos más sentimiento que el de orgullo por algo muy nuestro que funciona muy bien. Desde sus comienzos, los dirigentes de esta organización se han significado por su saber hacer y su entusiasmo, lo que ha tenido como consecuencia que se hayan podido alcanzar algunos objetivos que la han convertido en un referente nacional.

Es ciertamente positivo para Alcantarilla que haya una Asociación cuyo reconocimiento, gracias a su trabajo y sus métodos, ha traspasado las fronteras de Murcia.

Tras el éxito que supuso la puesta en marcha del nuevo Centro de Día, vuestro compromiso sigue representando un estímulo para todos, al tiempo que habéis logrado sensibilizar a nuestros vecinos de tal forma que vuestros eventos se han convertido en los que mayor apoyo social recaban.

Gracias a vuestro inestimable trabajo, nuestra ciudad cuenta con una de las mejores atenciones al enfermo y a los familiares que sufren las consecuencias del Alzheimer y de otras demencias.

Enhorabuena una vez más y os animo a seguir haciendo las cosas tan bien y con los mismos niveles de calidad y eficacia.

LÁZARO MELLADO SÁNCHEZ
Alcalde de Alcantarilla



Restaurante - Mesón La Torre

Carril de la Torre, 50 • PUENTE TOCINOS • 30006 Murcia

Teléfonos: 968 30 02 53 • 968 30 23 00



Pol. Industrial Oeste
C/. Perú, Parcela 1-12 B
30835 ALCANTARILLA



RECREATIVOS

HNOS. MARIN, S.A.

C/ Ruiz Carrillo, 4 - 30820 ALCANTARILLA (Murcia)



**TRABAJOS EN ACERO INOXIDABLE
ALUMINIO - HIERRO**

Pol. Ind. "Marimingo" - C/. Altiplano, Parc/13
30180 BULLAS (Murcia)
Telf./Fax: 968 654 475
www.gilmetal.es
E-mail: gilmetal@hotmail.es



C/. San Francisco Javier, 2
30150 La Alberca (Murcia)
Telf.: 968 84 72 39
Fax: 968 84 76 03
E-mail: a.canovas@elpajarito.net
E-mail: construccioneselpajarito@elpajarito.net

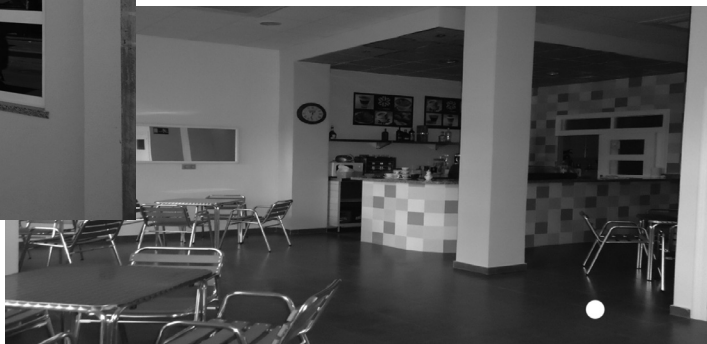


Pescados
Domingo Teruel, s.l.
Unipersonal

C/ Mayor, 138 - 4º • 30820 ALCANTARILLA (Murcia)

C'AFADE

CAFETERÍA ABIERTA AL PÚBLICO



BAR-CAFETERÍA SOLIDARIA DE LA ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE ALCANTARILLA

Especialistas en:

- Tapas Caseras
- Bocadillos Variados
- Cafés y Tes Orgánicos y Saludables
- Desayunos y Bollería
- Platos Combinados
- Paellas

Ven a Celebrar con nosotros todas tus fiestas, cumpleaños con animación, cenas y comidas de empresa, reuniones de amigos, etc. Haz tus consultas y encargos en el 666142014.

Disfruta de nuestras grandes especialidades, y de nuestro mejor servicio, a la vez que colaboras con AFADE. Seguro que repites y te sienta mejor!!!



Josefa Lorente García

C/ Mayor, 99 • Telf.: 968 800 594
ALCANTARILLA (Murcia)



GABRIEL MARÍN

Gabriel Marín Saura
CORREDOR DE SEGUROS

C/ Mayor, 156 (Apartado 132)
Tel. y Fax: 968 80 53 54
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

UNA BUENA SALUD CARDIACA PODRÍA AYUDAR A PROTEGER DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTROS TIPOS DE DEMENCIA

Una buena salud cardiaca podría ayudar a proteger de la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia. Unos investigadores analizaron datos sobre 1.039 personas de 69 ± 6 años (53% mujeres), a las que se siguió durante 11 años. En ese periodo, 32 sujetos desarrollaron demencia, incluyendo 26 con enfermedad de Alzheimer.

Las personas con una peor función cardiaca tenían entre dos y tres veces más probabilidades de desarrollar demencia en comparación con personas sanas.

En un adulto promedio, el cerebro conforma el 2% del peso corporal total, pero recibe hasta el 15% de la sangre que sale del corazón. El cerebro es resistente y regula con efectividad el flujo sanguíneo para soportar el tejido y la actividad cerebral, pero a medida que envejecen, los vasos se hacen menos adaptables a los cambios en el flujo sanguíneo y esos cambios podrían afectar a la salud y a la función del cerebro.

(Fuente: EUROPA PRESS)

IMPLANTA UNA NUEVA TÉCNICA PARA LA DETECCIÓN PRECOZ DEL ALZHEIMER

El servicio de Medicina Nuclear, en el Área de Imagen del Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia, ha comenzado a utilizar una nueva técnica denominada PET de amiloide para la detección precoz del Alzheimer.

Se trata de una nueva prueba de imagen que permite la detección precoz de la enfermedad con mínimas molestias para el paciente. Esta nueva herramienta detecta la densidad de placas neuríticas de beta amiloide en el cerebro de pacientes adultos que presentan deterioro cognitivo, un hallazgo característico de la enfermedad.

En la actualidad, esta enfermedad se diagnostica una vez el paciente desarrolla la sintomatología, lo que reduce las posibilidades de éxito terapéuticas, pero según los doctores José Luis Vercher y Pilar Bello, médico adjunto y responsable del Servicio de Medicina Nuclear del Hospital La Fe, respectivamente, el Alzheimer puede comenzar a desarrollarse hasta 20 años antes de que aparezcan los síntomas, por lo que un diagnóstico precoz es clave en el posterior tratamiento.

Esta novedosa prueba de imagen ayudará a mejorar la precisión en el diagnóstico del Alzheimer, así como en la investigación de nuevas terapias más eficaces y específicas de esta.

(Fuente: ABC)



Tu óptica **AVELINO**

C/. Mayor, 100
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfono 968 80 05 83

ULTRASONIDO PARA PARALIZAR EL ALZHEIMER

Un equipo de investigadores de la Universidad de Queensland, en Brisbane, Australia, han decidido experimentar con un nuevo tratamiento que, en los primeros estudios realizados en ratones, ha dado buenos resultados. Según lo que han publicado esta semana en *Science Translation Medicine*, el 75% de los animales tratados dejó de mostrar daños en el tejido cerebral.

Lo interesante del estudio no es sólo la paralización del avance de los daños de la enfermedad, sino que los ratones mostraron recuperación de la memoria, lo que comprobaron a partir de realizar distintos ejercicios como el recorrido de laberintos.

El tratamiento que han empleado los científicos consiste en la estimulación de las células microgliales, que forman parte del sistema inmunológico del cerebro y se encargan de absorber placas de amiloides, que están asociadas a enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer).

A pesar de los buenos resultados, antes de pasar a ensayos con humanos los científicos deberán aplicar el tratamiento en ovejas. Los primeros ensayos clínicos con personas llegarán varios años más tarde.

(Fuente: *Science Translation Medicine*)

RESULTADOS PROMETEDORES DE UNA VACUNA EXPERIMENTAL CONTRA EL ALZHEIMER

Según un reciente estudio de la Cleveland Clinic, el 99,6% de los ensayos clínicos contra el Alzheimer han fracasado. Pero la ciencia insiste y busca un remedio. En este punto es obligado mirar hacia Bergondo, en A Coruña. En esta localidad gallega tiene su sede el Centro de Investigación Biomédica EuroEspes.

Una vacuna desarrollada por científicos de esta empresa española ha demostrado ser eficaz contra el Alzheimer.

La noticia es que un nuevo estudio elaborado sobre ratones ha venido a descartar los posibles efectos secundarios observados en análisis previos de esta prometedora vacuna, conocida con el nombre de 'EB101'.

El trabajo, publicado en *BioMed Research International*, ha confirmado el potencial de la vacuna experimental de EuroEspes, al revelar que no genera los efectos secundarios que sí habían provocado otras vacunas previas. 'EB101' fue patentada en 2010 en Estados Unidos y sus primeros ensayos clínicos revelaron dos años más tarde un efecto terapéutico y preventivo.

La vacuna de EuroEspes es de carácter preventivo y terapéutico. Completamente innovadora, se caracteriza por la introducción de un nuevo inmunógeno-adyuvante diseñado para generar anticuerpos contra las placas neuríticas donde se acumula la proteína beta-amiloide que daña el cerebro de los pacientes con Alzheimer.

(Fuente: *Biomed Research International*)

LA PÉRDIDA DE MEMORIA RELACIONADA CON LA EDAD PODRÍA SER PEOR EN LOS HOMBRES

Un estudio reciente encuentra que los hombres son más vulnerables a los fallos de memoria que las mujeres, y que las habilidades de memoria y el volumen cerebral de las personas por lo general declinan con la edad, pero ello parece guardar poca relación con la acumulación de placas de proteína amiloide en el cerebro, características de la enfermedad de Alzheimer (EA).

Los resultados se basan en 1.246 adultos de 30-95 años que no presentaban síntomas de demencia. Participaron en pruebas estandarizadas de memoria y se sometieron tanto a una resonancia magnética, para medir el volumen del hipocampo (una estructura cerebral relacionada con la memoria), como a una tomografía por emisión de positrones para objetivar la acumulación de placas amiloides.

Los hombres tenían de forma constante una peor memoria que las mujeres y, en proporción, un hipocampo más pequeño a todas las edades. Los autores sospechan que la tasa más elevada en hombres de factores de riesgo cardiovascular, que se han vinculado cada vez más con el desarrollo de problemas de memoria, podría ser un motivo de su mayor tendencia a los lapsus de memoria, sin olvidar que quizá el estrógeno ofrezca algún factor protector a las mujeres.

(Fuente: www.neurologia.com)



LUMEN
ELÉCTRICAS

- Mantenimiento de instalaciones eléctricas.
- Elaboración de proyectos y licencias de apertura.
- Instalaciones eléctricas en Alta y Baja tensión, Centros de Transformación y Alumbrados Públicos.
- Instalaciones eléctricas en edificios, naves industriales, oficinas, centros públicos...

Lumen Eléctricas, S.L.
C/. Mayor, 145 – Sangonera la Verde – Murcia
Email: lumen@lumenelectricas.es Tlf.: 968 866 188

Juan Carlos López Pacheco

Abogado



C/. Mayor, 44 - 2º C
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Accidentes de Tráfico

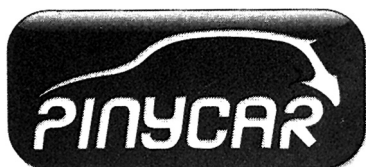
Teléfns: 968 89 46 08 - 968 89 47 67
Fax: 968 89 46 59
E-mail: jclpacheco@icamur.org

JAVIER LUCAS AZORIN

ODONTÓLOGO

AVDA. ALFONSO X EL SABIO, 11 - EDIF. VELÁZQUEZ
TELÉFONO 968 241 214 - 30008 MURCIA

TALLER DE CHAPA Y PINTURA



Perito Agrícola Juan López, 17
Pol. I. CABEZO VERDE
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Tel. 968 86 151 - Fax 968 896 007
pinycar@terra.es

ELECTRICIDAD DEL AUTOMÓVIL

Alfonso
García

Telf. 968 894 887



Panadería PAQUI



" tó güeno "

C/. Mayor, 28 • Telf.: 968 89 18 68 • 30831 Javalí Viejo (Murcia)



JUVAMUR
GRUPO JUVASA

ENVASES
Y EMBALAJES

Avda. Fernando III El Santo, Ctra de Mula, Km. 0,100
30820 Alcantarilla - Murcia

Telf.: +34 968 89 26 11 - Fax: +34 968 89 16 11
www.juvasa.com • antoniodelcerro@grupojuvasa.com

SIETE DE CADA DIEZ FALLECIDOS POR DEMENCIAS O ALZHEIMER SON MUJERES

Siete de cada diez muertes que se producen en España como consecuencia de una demencia o de Alzheimer son mujeres, dos enfermedades que ya suponen la quinta y la séptima causa de muerte, respectivamente. Además, los accidentes, los suicidios o los homicidios son responsables de cuatro de cada diez fallecimientos en las personas de entre 10 y 39 años.

Los tumores son la principal causa de muerte en los hombres, con 295,2 fallecidos por cada 100.000 habitantes, y las enfermedades del sistema circulatorio en las mujeres, con 270,5 por cada 100.000.

En 2013 se produjeron 390.419 defunciones, 12.531 menos que un año antes (3,1 %), debido al importante incremento de la mortalidad por enfermedades respiratorias que hubo en 2012. *(Fuente: ABC)*

LAS ACTIVIDADES ARTÍSTICAS PUEDEN PRESERVAR LA MEMORIA

El aumento de la demencia entre la población ha provocado que crezca la preocupación por preservar la memoria. Cada vez se conocen más estudios sobre las actividades y ejercicios que pueden ayudar a desarrollar, mantener o estimular la agilidad mental a medida que cumplimos años.

Este ha sido precisamente el objetivo de una nueva investigación, publicada este miércoles en la edición digital de 'Neurology', que revela que las personas que participan en actividades artísticas y artesanales y que socializan en la mediana edad y edad avanzada pueden retrasar el desarrollo de problemas de pensamiento y memoria que a menudo conducen a la demencia.

"Nuestro estudio apoya la idea de que emplear la mente puede proteger las neuronas o los bloques de construcción del cerebro de la muerte, estimular el crecimiento de nuevas neuronas o ayudar a reclutar nuevas neuronas para preservar el funcionamiento cognitivo en la vejez", resume la autora del estudio, Rosebud Roberts, de la Clínica Mayo en Rochester, Minnesota, Estados Unidos. *(Fuente: EUROPA PRESS)*

NOTICIAS BREVES

Involucrar a los familiares es clave para mejorar la estimulación de pacientes con demencia

Los familiares de los pacientes con demencia son la extensión de los profesionales sanitarios y su implicación es clave para aumentar el potencial de la estimulación que reciben estos pacientes y mantenerse independientes y autónomos durante el mayor tiempo posible. *(Fuente: EUROPA PRESS)*

Una proteína relacionada con la longevidad protege contra los síntomas de Alzheimer

Científicos del Instituto Gladstone y la Universidad de California, San Francisco, en Estados Unidos, informan en 'Journal of Neuroscience' que elevar los niveles de la proteína que prolonga la vida Klotho puede proteger contra los déficit de aprendizaje y memoria en un modelo de ratón de la enfermedad de Alzheimer. Destacar que este aumento en la cognición se produjo a pesar de la acumulación de toxinas relacionadas con el Alzheimer en el cerebro, como beta-amiloide y tau. *(Fuente: EUROPA PRESS)*

Leer desde niño puede evitar desarrollar Alzheimer u otras demencias

Casi todos tenemos claro que leer desde una edad bien temprana es muy interesante para comenzar a desarrollarnos a nivel intelectual, pero a buen seguro nadie sabía que comenzar a leer desde una edad bien temprana puede evitar desarrollar en un futuro una demencia o el tan temido Alzheimer. Esto es lo que ha demostrado un estudio del Centro Médico de la Universidad de Rush de Estados Unidos. *(Fuente: TODO EREADERS)*

La depresión puede comenzar antes de la pérdida de memoria del Alzheimer

La depresión y otros cambios de conducta pueden aparecer en personas que posteriormente desarrollaran la enfermedad de Alzheimer, incluso antes de que empiecen a tener problemas de memoria, según concluye un nuevo estudio publicado en la edición digital de este miércoles de Neurology. *(Fuente: DMEDICINA)*



CICLO FORMATIVO DE GRADO SUPERIOR IMAGEN PARA EL DIAGNOSTICO

Centro de carácter privado, homologado por el M.E.C. según O.M 10-10-97, BOE 17-11-97

Avda. Marina Española, 39 - 30007 Murcia
Teléfono 968 23 29 00



Servicios:

- Animación Infantil
- Castillos hinchables
- Iluminación y sonido
- Representaciones artísticas
- Organización de eventos
- Gestión de cualquier servicios que necesites

fb.com/chamai.gs
@chamai_

629 156 841 **www.chamai.es**
info@chamai.es



Talleres JOPAFE, S.L.

RECTIFICADOS • RECAMBIOS DE MOTOR

Ctra. Alcantarilla, 144 - 30166 NONDUERMAS (Murcia)
Tlfs. 968 25 18 82 - 968 25 19 11



FERRETERIA
Zapata S.L.

Carretera de Mula, nº 1 - 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfonos 968 89 18 88 - 968 89 45 74 - Fax: 968 89 18 88
ferreteriazapata@gmail.com



**Europea de
estanterías**
S.L.

Avda. Ciudad de Almería, 151
30010 - MURCIA
Tlf. 868 04 39 33 Fax 868 04 39 32
europeadeestanterias@gmail.com
Cif. B73783631

Restaurante Extremeño

Avda. de Lorca, 124 - SANGONERA LA SECA (Murcia)
Teléf. 968 80 16 70 - www.restauranteextremeño.es

PANADERÍA CONFITERÍA



Garquez

C/. Mayor, 165
Telf.: 968 80 02 29
30820 ALCANTARILLA (Murcia)



Silvia Cesteros Fernández
Psicóloga Col. N. 1891 - Mu

Terapia dirigida a:

- Adultos
- Adolescentes
- Niños

C/ Dr. Antonio Mesa del Castillo, 1 - 6º G
30012 Murcia
Telf.: 695 925 034

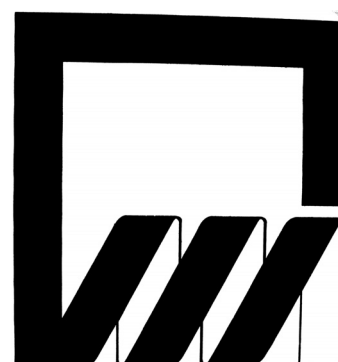
HAMBURGUESAS • HOT-DOGS
BOCADILLOS • ENSALADAS
SANDWICH



la boca te lía
MÁS QUE BOCADILLOS

TELÉFONO 968 93 80 05

SUPERMERCADO



madrugas

C/. De la Cruz, 1 - Telf. 868 91 60 88
ALCANTARILLA (Murcia)
www.madrugas.es

TOMAS ALBURQUERQUE SANCHEZ

Mayorista de Vinos

C/. Mayor, 259
Teléfonos: 968 80 08 72 - 968 80 05 70
30820 ALCANTARILLA (Murcia)



MEMORIA ACTIVIDADES 2014

- **Programa de Información, Orientación y Asesoramiento:** Desarrollado por el Trabajador Social de la Asociación, y dirigido a todas aquellas personas que acudan a realizar cualquier tipo de consulta en relación a nuestro ámbito de atención e intervención.
- **Programa de Atención Psicológica:** Dirigido a enfermos y familiares, tanto para orientar como para intervenir a nivel psicológico y conductual cuando así sea solicitado por los familiares, o lo consideren oportuno los profesionales de la entidad.
- **Jornadas de Formación para Voluntarios, Familiares y Estudiantes:** Desarrollado con la intención de acercar los conocimientos sobre la enfermedad de Alzheimer, sus tratamientos y los recursos existentes para abordarla, tanto a familiares, como voluntarios, así como estudiantes y cualquier otra persona interesada.
- **Actividades Benéficas y de Sensibilización y Concienciación:** Estas actividades son desarrolladas con el objetivo de concienciar y sensibilizar a la opinión pública sobre la problemática social de la enfermedad de Alzheimer. Además, se realizan distintas actividades con el fin de obtener fondos para continuar financiando los servicios que AFADE ofrece.
- **Participación en diferentes estudios e investigaciones:** A lo largo del año 2014, AFADE-Alcantarilla ha colaborado con diferentes entidades e investigadores, en el desarrollo de estudios que nos ayudan a conocer más sobre la enfermedad de Alzheimer, con el fin de mejorar la calidad de vida de todas las personas afectadas por esta patología.
- **Servicio de Fisioterapia a Domicilio:** Este servicio es llevado a cabo con la intención de poder atender a nivel físico y fisioterapéutico, a aquellas personas que bien, por el propio momento de evolución de la enfermedad, bien por sus condiciones socio-familiares, no pueden acudir al Centro a recibirlo. Cuenta con el apoyo del Servicio Murciano de Salud.
- **Servicio de Estancias Diurnas especializado en el tratamiento de personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias:** El objetivo de este centro es ofrecer una atención terapéutica, especializada e integral, para ralentizar los efectos negativos de la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencias, trabajando por lograr las mayores cotas de bienestar y calidad de vida posibles tanto en las personas que padecen directamente la enfermedad, como sus familiares y cuidadores principales. Dentro de Este Servicio, se desarrollan las siguientes actividades:
 - Programa de Estimulación Cognitiva.
 - Programa de Atención Física-Fisioterapéutica.
 - Programa de Terapias Naturales.
 - Programa de Atención Sanitaria.
 - Programa de Atención Social.
 - Actividades socio-culturales.
 - Comedor.
 - Transporte.
 - Podología.
 - Peluquería.
 - Baños Geriátricos.
 - Etc.
- **Programa de Voluntariado:** Este programa se encuentra abierto a toda aquella persona que desee colaborar, de forma desinteresada, con AFADE-Alcantarilla.

Los voluntarios, en función del perfil y formación que presenten, participan en las actividades de la asociación, apoyando a los distintos profesionales en la atención a la personas, tanto en el centro de estancias diurnas, como en los domicilios. Además, apoyan en la realización de actividades de sensibilización y concienciación, así como en aquellas desarrolladas para la captación de fondos. Los voluntarios de AFADE-Alcantarilla, antes de comenzar su labor, reciben una pequeña, pero precisa, formación, que les ayuda a desarrollar su papel de forma efectiva.

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



III Gala Benéfica MQC (Marzo 2014)



III Gala Benéfica MQC (Marzo 2014)



X Marcha Solidaria (Mayo 2014)



X Marcha Solidaria. Grupo Senderista Hogar Casablanca (Mayo 2014)



X Marcha Solidaria. Voluntarios AFADE (Mayo 2014)



Día Mundial del Alzheimer (Septiembre 2014)



Fiesta de Verano en el Centro de Día (Junio 2014)



Gala Benéfica Día Mundial del Alzheimer, a cargo de la Academia Sherezade. Dir. Sonia Salinas (Septiembre 2014)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Comida Benéfica. Menciones Honoríficas y Personalidades (Octubre 2014)



Comida Benéfica (Octubre 2014)



III Fiesta Infantil Solidaria. Organizada por Chamay Servicios (Octubre 2014)



Rodaje del Cortometraje "Mientras estés a mi lado" en el Centro de AFADE (Octubre 2014)



Arteterapia en el Centro de Día (2014-2015)



Taller de Juegos en el Centro de Día (2014-2015)



Taller de Cocina en el Centro de Día (2014-2015)



Gerontogimnasia en el Centro de Día (2014-2015)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Estimulación Cognitiva en el Centro de Día (2014-2015)



Fiesta de Navidad (Diciembre 2014)



Fiesta de Navidad (Diciembre 2014)



Visita Papa Noel al Centro de Día (Diciembre 2014)



Celebración de las campanadas de Nochevieja en el Centro de Día (Diciembre 2014)



Jornadas de Convivencia con los Centros Escolares en el Centro de Día. Visita CEIP Jacinto Benavente (Noviembre 2014)



Jornadas de Convivencia con los Centros Escolares en el Centro de Día. Visita CEIP Campoamor (Enero y Febrero 2015)



Jornadas de Convivencia con los Centros Escolares en el Centro de Día. Visita CEIP Vistabella (Febrero 2015)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Grupo de Teatro Askaba de Alcantarilla. Obra teatral "Lulú, visitas a domicilio" (Enero 2015)



Visita del CES Samaniego, FP Auxiliar Sanitario (Febrero 2015)



Gala flamenca solidaria a cargo del Nuevo Ballet Flamenco de Murcia, Dir. Lola Sornichero (Febrero 2015)



Fiesta de Carnaval (Febrero 2015)



IV Gala Benéfica "MCQ" (Marzo 2015)



Jornadas de Formación para Estudiantes, Voluntario y Familiares (Abril 2015)



Jornadas de Formación para Estudiantes, Voluntario y Familiares (Abril 2015)



Obra de Teatro del CEIP Virgen de la Salud, representada para todos los usuarios del Centro de Día (Abril 2015)

ACTIVIDADES AFADE 2015

- **Curso de Formación para Estudiantes, Voluntarios y Familiares.** 21, 22 y 23 de Abril de 2015. Centro AFADE-Alcantarilla.
- **XII Marcha Solidaria.** 8 de Mayo de 2015.
- **Fiesta de Verano en el Centro de Día de AFADE.** 26 de Junio de 2015, 11.00 horas.
- **Misa Huertana en Memoria de los Difuntos por la Enfermedad.** 20 de Septiembre de 2015, 11.30 horas, Parroquia Nstra. Sra. de la Asunción. (Alcantarilla)
- **Mesas Petitorias e Informativas,** con Motivo del Día Mundial del Alzheimer (21 de Septiembre). 21 de Septiembre de 2015, Calle Mayor (Alcantarilla).
- **Gala Benéfica de Baile,** a cargo de la *Academia de M^a Dolores Riquelme*. 24 de Septiembre de 2015, 20.30 horas, Centro Cultural Infante Elena (Alcantarilla).
- **III Ruta Senderista Solidaria de AFADE.** 20 de Septiembre de 2015, lugar por determinar.
- **XVI Comida Benéfica de AFADE-Alcantarilla.** Principios de Octubre 2015 (Fecha por confirmar).
- **IV Fiesta Infantil de AFADE,** organiza *CHAMAI Servicios*. 17 de Octubre de 2015. Lugar por determinar.

ADEMÁS, SEMANALMENTE AFADE TE OFRECE:

- Taller de Yoga.
- Taller de Relajación.
- Clases de Pilates.
- Clases de Salsa.
- Taller de Biodanza.

Y mucho más... ven y consulta nuestra programación mensual.

GRACIAS CHIC@S POR TODO LO QUE REGALÁIS SIN ESPERAR NADA A CAMBIO!!!

Sonrisas, energía, cariño, alegría, compromiso, inquietud, responsabilidad, esperanza, apoyo, comprensión, madurez, conocimiento, y alguna que otra lágrima de emoción, son algunas de las muchas cosas que nos regaláis sin saberlo.

Este año, usuarios, familiares, socios, Junta Directiva y Profesionales de AFADE-Alcantarilla, queremos mostrar nuestro enorme agradecimiento al grupo de voluntarios que colaboran con AFADE-Alcantarilla, recordando también, los que un día colaboraron con nosotros. Vosotros sois una parte fundamental de esta Asociación; sin vosotros, no podíamos ser quién somos!!!

Muchísimas gracias!!!

LA TERAPIA OCUPACIONAL Y FISIOTERAPIA EN CASER RESIDENCIAL

La Terapia Ocupacional y Fisioterapia son dos servicios claves en la calidad asistencial de Caser Residencial.

La **Terapia Ocupacionales** el uso terapéutico de las actividades de auto cuidado, trabajo y juego para incrementar la independencia, aumentar el desarrollo prevenir la incapacidad y ralentizar el deterioro, aumentando así la calidad de vida de nuestros mayores. Estas intervenciones que la Terapia Ocupacional ejecuta a diario en Caser Residencial busca lograr un ambiente facilitador y actividades que sean acordes a las habilidades de nuestros mayores para que conserven o restablezcan su desempeño ocupacional.



La **Fisioterapia en Caser Residencial** se centra en dos áreas:



– **Área preventiva**, dónde se trabaja con los residentes que no presentan una patología específica con el fin de prevenir y retrasar la pérdida de autonomía. Actividades como Gerontogimnasia son las que ayudan a conservar un buen estado físico.

– **Área terapéutica/rehabilitadora**, realizando sesiones de rehabilitación específica para personas con afecciones concretas, tales como fracturas, afecciones neurológicas, ACV, enfermedad de Alzheimer, etc.

En Caser Residencial ofrecemos a las personas mayores que lo necesite **la posibilidad de disfrutar de sus servicios de forma temporal o permanente**, según sean las necesidades que se presenten a cada persona.

Caser Residencial en la Región de Murcia:

Caser Residencial Santo Ángel, se encuentra en la pedanía de Santo Ángel, Murcia. Un recurso convivencial mixto, con 154 plazas residenciales, 100 de ellas concertadas, Unidad de Psicogeriatría, 24 plazas de centro de día y 65 apartamentos tutelados.

Y **Caser Residencial Alameda**, ubicado en Lorca, es un centro compuesto por 135 plazas residenciales, de las que 100 están concertadas con el IMAS.

Están todos invitados a conocer nuestras instalaciones. Sólo así percibirán la calidad de los servicios que prestamos.

CASER RESIDENCIAL OFRECE CONDICIONES ESPECIALES PARA LOS SOCIOS DE AFADE



AFADE-ALCANTARILLA CONTINÚA SU COLABORACIÓN CON LA DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAS MAYORES DEL INSITUTO MURCIANO DE ACCIÓN SOCIAL (IMAS)

IMas instituto murciano
de acción social



Hace ya más de 6 años que AFADe-Alcantarilla mantiene un concierto de plazas de su centro terapéutico de estancias diurnas con la Dirección General de Personas Mayores del IMAS, mediante el cual, dispone de 26 plazas públicas de las que cualquier ciudadano en situación de dependencia de la Región de Murcia, puede disfrutar.

El mantenimiento de este contrato a lo largo del tiempo es muestra de la correcta gestión que AFADe-Alcantarilla realiza sobre todos sus servicios, y como no, de la confianza que el Instituto Murciano de Acción Social deposita en AFADe para el tratamiento y atención de las personas afectadas por Alzheimer y otras Demencias.

Desde aquí AFADe desea dar las gracias por la confianza mostrada, poniéndose a disposición de cualquier ciudadano de nuestra Región que desee conocer más sobre estas plazas públicas disponibles en el Centro Terapéutico de Estancias Diurnas especializado en la atención de personas con Alzheimer y otros tipos de Demencias.

¡¡Aún quedan plazas libres!!



Para recibir más información al respecto, dirígete sin ningún compromiso a las oficinas de AFADe-Alcantarilla (C/Carmen, nº 23, 30820, Alcantarilla), o llama al 968895918.

La Copistería

DE ALCANTARILLA

C/. Murillo, 1 B (Junto Alejo TV)

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Tel. y Fax: 968 89 66 33 - Móvil: 690 84 09 13

lacopisteriadealcantarilla@gmail.com



C/. Doctor Marañón, 1, bajo
Alcantarilla (Murcia)
Telf.: 968 80 74 66

C/. San Antonio, 9 bajo
Murcia
Telf.: 968 21 94 73

www.delfi-peluqueros.com
delfi@delfi-peluqueros.com

centro de yoga **SHAKTI** desarrollo integral

C/ Mariana Pineda, 25 · Alcantarilla

Tf.: 607 99 36 47

gineshakti.blogspot.com



Ctra. Nacional 340, nº 191

Telf. 968 93 62 71

30565 Sangonera La Seca (Murcia)

antonio@pcuestablanca.com



C/. Mayor, 22

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Teléfono 968 891 145 - Fax 968 893 745



PROQUICEL
ProquicelHigiene S.L.

- Productos químicos • Celulosas
- Complementos (para baño)
- Vasos y envases de Plástico
- Productos de Limpieza en general

Tel. y Fax:
968 89 25 79 Móvil: 629 514 819

info@proquicelhigiene.com
C/ Enrique IV, nave 4
30035 Sangonera La Seca

*Higiene Industrial, Hostelería,
Industria, colectividades, etc.*



TOISON

**JOYERÍA
REGALOS
DECORACIÓN**

Mayor 110 Ed. Boulevard Telf. 968 89 10 44 30820 Alcantarilla / Murcia

MOMENTOS COMPARTIDOS

A Virginia le encanta pasear. Ya no puede hacerlo sola, porque para ella los caminos han dejado de conducir a direcciones conocidas, pero sus piernas siguen dando pasos firmes hacia adelante. A veces me encuentro con ella y su acompañante en su paseo de la tarde. Me paro a saludar y la observo buscar en el recuerdo. Sonríe al reconocermela, pero su mente se niega a darle los datos que le permitirían ubicarme en su día a día.

No me importa en absoluto que no sepa mi nombre, ni que pasamos juntas muchas horas a la semana, porque me compensa la satisfacción que siento al ver en su cara el cariño que compartimos.

Sigo mi camino contenta. Sé que Virginia hoy ha dado el paseo que tanto necesita, y que forma parte de las rutinas que la siguen manteniendo activa.

A Carlos le gusta bromear. Cuando nos cruzamos por el pasillo, solemos saludarnos con algunas frases que nos permiten sonreír, y que cien de cada noventa y nueve veces acaban con un fuerte abrazo, en el que nos transmitimos afecto y gratitud mutua. Hace unos días que le veo triste, aunque intente ocultarlo con sus bromas. La conciencia de sus dificultades le preocupa.

Hoy es viernes. Vamos a despedirnos para el fin de semana y me preocupa que Carlos se vaya a casa desanimado. Somos un grupo y quizás entre todos podamos conseguir un poquito de energía positiva, que nos permita recuperar ilusión, ganas de seguir adelante.

Nuestra última sesión de este viernes la he llamado “Regala un piropo”. El trabajo es sencillo, escogemos un piropo de los que hay escritos encima de la mesa, y se lo regalamos a un compañero. Les veo recoger los elogios que les han regalado, sonreír y decir gracias. Pero lo mejor es la satisfacción que muestran sus caras por el reconocimiento que les hacen los demás.

Carlos dice que somos muy listos, pero nosotros sabemos que nuestro mayor mérito es ser capaces de enfocar la mirada y preparar el oído para la escucha, y eso es muy fácil para cualquiera que lo intente de verdad.

Laura tiene problemas para controlar su ansiedad. En ocasiones veo como se acelera su paso y se repite su discurso. A veces hacemos juntas unas respiraciones lentas y profundas. Otras veces nos vamos de paseo por el centro para distraernos saludando a otros compañeros, y todos los días nos mantenemos cerca la una de la otra para saber que no hay de qué preocuparse si tenemos a alguien próximo en el que confiar y nos de seguridad.

Supongo que imagináis que en Afade no hay Virginias, ni Carlos ni Lauras. Pero hay muchos Pacos, Antonias y Carmenes luchando por su calidad de vida.

Deseo aprovechar esta ocasión para brindarles todo mi respeto y admiración por sus esfuerzos diarios, y mi agradecimiento por permitirnos acompañarles en su proceso.

VICENTA MARTÍNEZ PARDO
Psicopedagoga de AFADE



Hola soy María, la nueva terapeuta ocupacional de AFADE y quiero acompañarte en este camino de preocupaciones, impotencia... pero también de amor y esperanza... porque como bien dice el refrán: “la unión hace la fuerza”. Quizá no sea fácil, pero no me cabe duda de que merece la pena ...

Llevo los bolsillos cargados de ilusión, cariño, ganas y algunas dosis de humor... El gran objetivo es dar calidad de vida a vuestro familiar dándoles la oportunidad de tener, relaciones sociales-afectivas, ocupaciones, etc. y que todo esto se traduzca en autoestima.

Es de la mayor importancia llevar a cabo el máximo de actividades posible, ya que cuando realizan tareas tan sencillas como comer, vestirnos o arreglarnos el pelo, estamos al mismo tiempo reforzando, manteniendo o estimulando otros aspectos muy importantes sin darnos cuenta: trabajamos las capacidades cognitivas, conectamos con el entorno, potenciamos las relaciones con los demás... y sobre todo “seguirá siendo él/ella mismo/a.”

MARÍA RABASCO ROBLES
Terapeuta Ocupacional de AFADE

Nuestro trabajo es tu seguridad

Pasaje Antonio López Almagro, 2
Apartado de Correos 454
Telf. 968 61 19 96 - Fax 968 64 04 84
MOLINA DE SEGURA
evafernandez@evaseguros.com

www.evaseguros.com

La Merced

Servicios Funerarios

Y su seguro de decesos en:


CARRILLO MEDIACION
Agencia de Seguros

Traslados Inmediatos y Gratuitos a Tanatorios de toda la Región

ASISTENCIA
INMEDIATA

902.197.616

24H.

C/. Beato Andrés, s/n. Alcantarilla MURCIA (Tras Iglesia San Pedro) - Tlf.: 968 80 20 73 - Fax.: 968 89 56 61

CERVECERÍA

el esquina 20



Plaza Adolfo Suárez
Telf. 868 959 003
ALCANTARILLA



EL ÚLTIMO CAFEMUSICRESTAURANT

DESAYUNOS • ALMUERZOS • CENAS
COPAS • CUMPLEAÑOS
CENAS DE EMPRESA
DESPEDIDAS DE SOLTER@
CÁTERING

Plaza Los Técnicos, s/n. 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 696 43 97 99 - 968 83 63 89



PERDER EL MIEDO A SENTIR

Qué bien nos vendría perder el miedo a sentir...

Tengo comprobado que la mayoría de nosotros creemos (a un nivel más o menos consciente) que la única emoción “válida” es la alegría. No está bien visto enfadarse, el miedo es cosa de niños y no nos gusta ver ni sentir la tristeza. Cuantas veces habremos escuchado decir o incluso dicho, a alguien que acaba de perder a un ser querido: “Ahora tienes que ser fuerte y espabilarte”, “No llores más y sal a divertirte”. Lo coherente y lo saludable en una situación de pérdida es estar triste durante un tiempo, “pasar el duelo” para poder elaborar y asimilar dicha pérdida de una forma sana. Pero no nos gusta ver la tristeza ni de lejos.

Que no nos guste estar tristes, es comprensible. Que porque no nos guste nos esforcemos en no estarlo nunca roza la locura. El concepto “vivir” supone de forma inherente experimentar y transitar por situaciones que implican sentirnos tristes, enfadados o temerosos y es de vital importancia experimentar dichas emociones, no huir de ellas, explorarlas, albergarlas sin resistencia, con confianza. Aceptarlas. Las emociones no duran para siempre ni tienen una intensidad infinita... ¡c1no vamos a estar tristes para siempre! ¡c1todo lo contrario! Reprimir la emoción, disimularla, evitarla o ignorarla no provoca que ésta desaparezca sino que se enquiste, transformándose a la larga en sufrimiento. La represión o negación de las emociones nos conduce, de forma inevitable, a la enfermedad, física o emocional.

Aceptar la enfermedad de un familiar enfermo de Alzheimer implica aceptar las emociones que se despiertan ante esta realidad; implica atravesar la tristeza que supone ver enfermar a quien queremos, la impotencia de no poder evitarlo, el miedo a la evolución de la enfermedad... e implica, a su vez (y esto es lo importante) iniciar el camino del conocimiento del enfermo y de sus nuevas necesidades, de aprender a manejar adecuadamente determinadas situaciones, de empezar a cuidarnos, de ver más allá de la enfermedad...en definitiva, iniciar el camino hacia la salud.

Familiar, en tu mano está. Los profesionales que trabajamos en “Afade” hemos ido perdiendo el miedo a sentir porque hemos aprendido que necesitamos de los sentimientos y las emociones para “conectar” con nuestros usuarios y con vosotros, y no conocemos otra manera de desarrollar mejor nuestro trabajo...

Por eso, estamos capacitados y dispuestos a acompañaros en el camino si decidís emprenderlo. Os toca dar el primer paso solos... los siguientes, si queréis, en compañía.

SILVIA CESTEROS FERNÁNDEZ
Psicóloga de AFADE

CLASES DE BIODANZA



SE REALIZAN EL ÚLTIMO VIERNES DE CADA MES
PRECIO: 10€/Sesión



ARMONÍA Herbolario

FLORES BACH
REEQUILIBRIOS ENERGÉTICOS

C/. Mayor, 153 (Plaza Nueva Las Palmeras)
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Los usuarios de esta asociación son de edad avanzada y por lo tanto se va deteriorando su estado físico. Como fisioterapeuta me encargo de paliar sus afecciones articulares y musculares tales como: artrosis, artritis, rigidez articular, pérdida de musculación, etc. Cuando estoy con ellos en la camilla me empapo de todas sus experiencias vividas y toda su sabiduría. Y no hay cosa que más adore que sus palabras de agradecimiento cuando consigo aliviar sus síntomas.



Pero no solo trabajo a nivel individual sino también a nivel colectivo. Movemos cada una de nuestras articulaciones, fortalecemos cada uno de nuestros músculos, afianzamos cada uno de nuestros pasos y aunque todo esto parezca aburrido, no quiere decir que no lo hagamos de la forma más dinámica, jovial y entretenida que existe. Nuestras sesiones son de lo más divertidas y ellos lo disfrutan muchísimo. Lo tomamos como un juego pero es un verdadero trabajo y ellos no son conscientes de lo beneficioso que es para su salud.

Deseo seguir ayudando a afrontar esta enfermedad contra la que todos luchamos y aportaré siempre mi pequeño granito de arena. Sólo me queda agradecer a todos el poder tener esta oportunidad.

MARIANO ARQUES MENGUAL
Fisioterapeuta de AFADE



MedicalCañada

suministros médicos



C/. Júbilo, s/n. Nave C6 • 30169 Pol. Ind. Oeste. San Ginés. Murcia
Telf.: +34 968 80 18 35 • Fax: +34 968 82 64 15
www.medicalcanada.es

INSEL S. C. L.

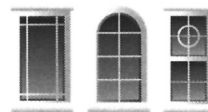
Instalaciones Eléctricas

C/. Teruel, 13 bajo • Telf.: 968 801 476 • Fax: 968 801 476
E-mail: insel.scl@terra.es



Plaza de la Paja, 3. Bajo
30002 Murcia
Telf. 968 90 89 30
despacho@nicolasizquierdo.es
nicolasizquierdo.es

Carpintería Metálica
JOSE MARÍA



- HIERRO • ALUMINIO • ACERO INOX. • PVC
- MOSQUITERAS • PUERTAS SECCIONALES
- PUERTAS ACORAZADAS
- MAMPARAS DE BAÑO Y DUCHA

Avda. San Ginés, 139 - 30169 San Ginés (Murcia)
Telf. 968 881 981 • www.carpinteriametalicajosemaria.es

TALLER DE VENTA Y REPARACION DE FURGONES FRIGORIFICOS Y LONAS



INSTALACIONES EN
SANGONERA LA SECA (MURCIA)

SERVICIO OFICIAL



INSTALACIONES EN
ANTAS (ALMERIA)



Estilista

CEREMONIA COMUNIÓN

Telf.: 868 94 93 20

C/. Alcalde Francisco Palacios y Parra
Plaza Adolfo Suárez
30820 Alcantarilla - Murcia
E.mail: mariolaalegria@hotmail.com
www.mariolaalegria.com



CARPINTERÍA DE ALUMINIO, HIERRO
Y ACERO INOXIDABLE

Avda. San Ginés, 137 - 30169 SAN GINÉS
Teléf. 968 88 04 80 - Fax 968 88 06 56
cejhernandez@regmurcia.com

Este año, me voy a permitir la licencia (siempre que ustedes me lo permitan) de ser ciertamente corporativista, y ensalzar el importante papel del Trabajo Social y de sus profesionales, más si cabe, teniendo en cuenta en estos momentos tan difíciles por los que todos atravesamos.

Durante estos años de crisis, hemos visto como se han reducido gran parte de las prestaciones sociales de las que nos servíamos los profesionales del Trabajo Social para atender las necesidades de aquellas personas y colectivos más desfavorecidos de nuestra sociedad, mermándose por ello, nuestras armas y nuestra capacidad de respuesta ante esa lacra llamada “exclusión social”. Ante esta complicada situación, en lugar de tirar la toalla y abandonar, las/os trabajadoras/es sociales han continuado trabajando duramente cada día para mantener la cohesión social, y por devolver una parte de la dignidad que la crisis ha arrancado a muchísimas personas. Este trabajo se ha desarrollado desde una precariedad absoluta de recursos, precariedad frente a la que estas/os trabajadoras/es sociales se han rebelado, armándose de paciencia, comprensión, empatía, solidaridad y, sobre todo, profesionalidad, para continuar acompañando así, a estas personas durante su proceso de cambio personal y social, empoderándolas y capacitándolas, para que puedan superar la situación de necesidad por sí mismas, caminando hacia el bienestar real.

El verdadero desarrollo de una sociedad no solo se mide en complejos coeficientes económicos y productivos, si no también, y con mayor relevancia si cabe, analizando los niveles de justicia e igualdad social presentes en su ciudadanía. Las/os trabajadoras/es sociales intentamos trabajar cada día para construir una sociedad más justa, más igualitaria y más solidaria con aquellos que más lo necesitan, dejando a un lado el asistencialismo y la beneficencia y creyendo realmente en el potencial que atesoran todas las personas, sea cual sea su color de piel, religión, cultura o nivel socioeconómico, pues en todos ellas reside la energía del verdadero progreso social.

RUBÉN CARRIÓN MARTÍN
Trabajador Social de AFADE



Autovía del Mediterráneo - Salida 647
SANGONERA LA SECA (Murcia)
Teléfs. 968 80 13 37 - 968 89 15 29

Hotel *** Restaurante
La Paz



Os podemos asegurar que en Afade esto nos pasa casi a diario; aquí en un día nos ocurren miles de anécdotas que nos hacen vivir momentos inolvidables, como cuando un usuario se pone a cantar y los demás lo miran con asombro y te dice “que bien lo haces, ¿ves?”. Inmediatamente se dirige hacia él y le da un beso. No cabe duda de que se crea un vínculo entre ellos de afecto y veneración único.

Este año queremos tener una mención especial para todos aquellos usuarios y familiares que por unos motivos u otros ya no están en AFADE, pero sin duda siguen formando parte de él. Pues como solemos decir nosotros cuando se marchan, ha sido una suerte conocerlos, de todos tenemos momentos que se nos queda para siempre en esta familia.

Recordaros la importancia que tiene para nuestros usuarios la ingesta de medicamentos una vez que esté supervisado por su facultativo, tanto médico de cabecera como especialista, inmediatamente tenéis que traer el informe médico firmado para que nosotros podamos actualizar su historial médico.

Cualquier duda, aquí nos tenéis!

M^a LUISA, LOLES Y FÉLIX
Auxiliares Sanitarios de AFADE

**MONTIEL**
Mobiliario de oficina Nuevo y de Ocasión

visite nuestra
TIENDA ONLINE

MURCIA - CARTAGENA - MADRID
968 644 393
www.oficinasmontiel.com

vitra. Steelcase Fritz Hansen* HAWORTH* Wilkhahn © Levira Permasa ofita BORDONABE ©HermanMiller dynamobel sedus

Nº1
En mobiliario
de Segunda
Mano

**MONTIEL MUEBLES DE OFICINA**

Más de 4.000
PRODUCTOS DE
PRIMERAS MARCAS
con
**GRANDES
Descuentos**

 ¡MÁS DE 4.500 m²
de exposiciones! 



OIKOS - PRAXIS

CONSULTORES PROFESIONALES, S.A.L.

CAMPAÑA RENTA 2014
CONFIE SU DECLARACION EN
NUESTRA PROFESIONALIDAD

C/ Mayor, 262 - Teléf. 968 80 50 01
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
www.oikospraxis.com

FABRICA DE ESCAYOLA LOS MELLIZOS

Techos desmontables y decorativos

Tabiquería de pladú

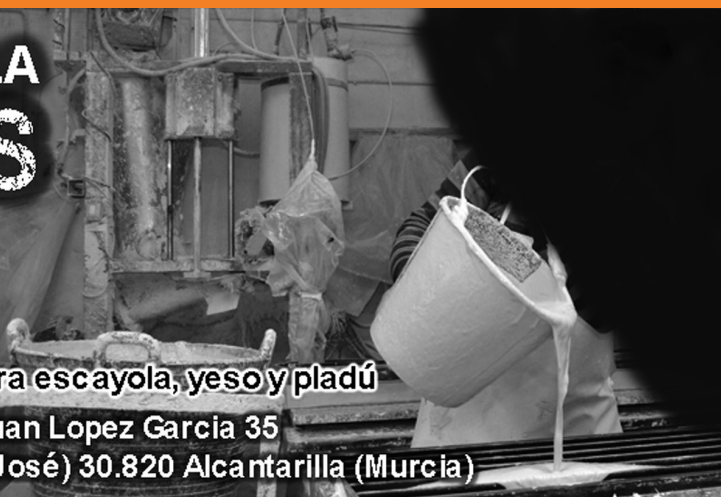
Techos de pladú y escayola

Aislamientos acústicos y térmicos

Perfiles, herramientas y accesorios para escayola, yeso y pladú

968 80 16 76 C/Perito Agrícolas Juan Lopez Garcia 35

638 86 12 63 (espaldas clinica S. José) 30.820 Alcantarilla (Murcia)



Nuestras Legumbres

Ctra. de Mazarrón, Km. 2 - 30120 El Palmar (Murcia)

Teléfonos: 968 88 10 98 / 968 88 12 66 - Fax: 968 88 63 74

e-mail: administracion@legumbresfuensantica.com



EMPRESA MANTENEDORA Nº 10
EMPRESA INSTALADORA Nº 34

EXCLUSIVAS LEO S.L.

VENTA Y MANTENIMIENTO EXTINTORES
MATERIAL CONTRA INCENDIOS



R.R.-1122/2/88



C/. Río Ebro, 13 • Tel. y Fax: 968 89 12 92
30835 SANGONERA LA SECA (Murcia)

**Panadería
Confitería**

MAGUEZ, S.L.



Teléfs. 968 80 18 90 - 868 94 91 99

C/ Estación, 48 - ALCANTARILLA (Murcia)

**JUAN JOSÉ
MARTÍNEZ MARTÍNEZ**

**PRODUCTOS DE
LIMPIEZA**

Avda. de las Eras, 58
30509 Molina de Segura
MURCIA



Cafetería

Avda Reyes Católicos • Edif. Mirador del Segura • ALCANTARILLA

CENTRO DE DÍA TERAPÉUTICO



y especializado en Alzheimer y Demencias
AFADe es:

- Un recurso socio sanitario asistencial, donde se realizan actividades adaptadas para ralentizar el deterioro que provoca la enfermedad, y que permite a sus familiares desarrollar una vida social y laboral, dentro de unos límites más normales, proporcionando si es posible una mayor dignidad al enfermo y una mejor calidad de vida a sus familiares.

HORARIO CENTRO DE DÍA:

- **De Lunes a Viernes:** de 9,00 a 18,00 h.
(Horario continuado con comida y/o si lo prefiere hasta la 13,00 sin comida).

Con servicios adicionales de peluquería, podología y aseo personal.

... Además: gerontogimnasia, estimulación cognitiva, taller de manualidades, reminiscencia, musicoterapia, paseos etc...

C/. Carmen, 23
(Frente Colegio Asunción)
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléf. y Fax: 968 89 59 18
afade_alcantarilla@hotmail.com
www.afade.es

DESEO SER SOCIO

Apellidos.....

Nombre.....

Calle.....

N.º.....Piso.....

Teléf.....

Localidad.....C.P.....

Provincia.....

N.I.F.....

Familiar de Enfermo de Demencia:

☐ Si ☐ No

Cuota de Socio.....

☐ Al semestre ☐ Al año

Autorizo al Banco/Caja, para que cargue hasta orden en contrario los recibos de AFADe, en mi cuenta.

Entidad Oficina DC N.º Cta.

Fecha..... Firma

DESEO REALIZAR UN DONATIVO

DE..... Euros.

Puedes hacerlo a través de la siguiente cuenta bancaria:

ES17 - 0487 - 0005 - 4520 - 0051 - 7958

Las donaciones desgravan en la declaración del IRPF un 25%.

PANADERÍA



PUCHE ABELLÁN

Camino de la Silla, 70
Teléf. 968 80 18 49
ALCANTARILLA

Calzados
Guillamón



ZAPATOS, BOTAS, MALETAS,
BOLSOS Y CINTURONES

ALCANTARILLA:

C/ Mayor, 17 - Tlf. 968 89 00 21
C/ Mayor, 144 - Tlf. 968 89 20 05

MURCIA:

Torre de Romo, 18 - Tlf. 968 34 41 55



C/ Alcalde Clemente García - Parcela 24/14 - Pol. Ind. Oeste
30169 SAN GINÉS (MURCIA)
 Telf. y Fax: 968 889 850
 Mail: info@friomunoz.com • www.friomunoz.es

ARTESANOS



CARNICEROS
 CARNICERIA - CHARCUTERIA
SABINO

AUTORIZACIÓN SANITARIA 000007
 ESPECIALIDAD EN TERNERA, CABRITO Y CORDERO LECHAL
 "EMBUTIDOS CASEROS"

Encargos: 968 800 438

C/ Mayor, 131
 ALCANTARILLA (Murcia)



realizasuenyos@gmail.com
 620 26 18 83 - 968 89 52 66

www.realizasuenyos.com



Floristería
Antonia 2

C/. La Cruz, 2
 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
 Teléf. 968 89 09 54



**CENTRO PSICOLÓGICO Y
 LOGOPÉDICO**
 Infantil y Adultos

AURORA AULLÓ CARRILLO Y
 ANA LÓPEZ SANDOVAL
 PSICÓLOGAS Y LOGOPEDAS

C/ Cartagena, 23
 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 968 89 09 78

AL AYUNTAMIENTO
DE ALCANTARILLA A
TODOS SUS
COMPONENTES

A LA
CONSEJERÍA
DE SANIDAD
Y POLÍTICA
SOCIAL DE
LA CARM.

A LOS COLEGIOS,
INSTITUTOS Y APAS
POR SU ESTIMADA
COLABORACION EN
LOS EVENTOS QUE
ORGANIZAMOS

A TODO EL
EQUIPO
TECNICO DE
AFADE

AL NUEVO BALLET
FLAMENCO DE
MURCIA, DIRIGIDO
POR LOLA
SORNICHERO

A LOS
VOLUNTARIOS DE
AFADE QUE NO
PIERDAN LA
ILUSION Y QUE
SIGAN CON
NOSOTROS

A LAS AMAS DE
CASA QUE SIEMPRE
NOS RESPONDEN
BIEN

A LA UNIVERSIDAD
DE MURCIA

A LA ACADEMIA
SHEREZADE, Y A SU
DIRECTORA SONIA
SALINAS

A LA ACADEMIA DE
BAILE M^a DOLORES
RIQUELME

A LAS
HERMANDADES
UN COLECTIVO
AL QUE LE
TENEMOS
MUCHO CARIÑO

A TODAS LAS EMPRESAS
Y ENTIDADES QUE CON
SU APORTACION HACEN
POSIBLE LA
PUBLICACION DE ESTA
REVISTA.
GRACIAS

A TODOS LOS AMIGOS QUE SE
SIGUEN SUMANDO CADA AÑO
A LA CENA BENÉFICA. EL
PASADO AÑO SUPERAMOS LA
CIFRA DE 2013. ESTE AÑO LA
CENA SERÁ EN EL MES DE
OCTUBRE, Y COMO SIEMPRE EN
EL MESÓN LA TORRE. OS
ESPERAMOS.

A LAS EMPRESAS QUE
COLABORAN EN LA MARCHA
SOLIDARIA CON SUS
PRODUCTOS

A CHAMAY
SERVICIOS. POR
VOLCARSE EN LA
FIESTA INFANTIL

A LOS ARTISTAS
QUE ESTE AÑO SE
HAN VOLCADO EN
LAS GALAS
BENÉFICAS

GRACIAS

A TODAS LAS PERSONAS
QUE REGALAN SU TIEMPO
Y SU SABER, EN LA
CONTINUIDAD DEL
NUEVO CENTRO
DE DÍA
AFADE PARA
PODER SEGUIR.



comprometidos contigo
comprometidos con lo nuestro



ALCANTARILLA - CAMPOAMOR

Mayor, 151 - 30820 Alcantarilla • Tel. 968 20 72 30 - 650 963 965 • Fax 968 89 82 44



En AFADE también se realizan colaboraciones con distintas entidades, subvencionando éstas parte de algunos de los proyectos que desarrolla AFADE. Así actualmente mantenemos acuerdos de colaboración con las siguientes:



Región de Murcia
Consejería de Sanidad
y Política Social



AYUNTAMIENTO DE
ALCANTARILLA

UNIVERSIDAD DE
MURCIA



FUNDACIÓN CAJAMURCIA



Obra Social "la Caixa"



FUNDACIÓN

cajamar