



XII MARCHA SOLIDARIA

Alcantarilla, 6 de Mayo 2016
www.afade.es



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

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

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

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 XII MARCHA SOLIDARIA AFADe 2016

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| – MESÓN LA TORRE | – EL EXTREMEÑO | – PANADERÍA CONFITERÍA PATRICIA |
| – CARNICERÍA PEDRITO | – CARNICERÍA-CHARCUTERÍA | – HORNO ELÍAS |
| – CARNICERÍA ORENES | HERMANOS LISÓN | – PANADERÍA HORNO SALVADOR |
| – CARNICERÍA EL COMINO | – CERVECERÍA ANTONIO | MENGUAL |
| – CARNICERÍA SABINO | – EMBUTIDOS DE BANDERA-MULA | – PANADERÍA MAGUEZ (calle estación) |
| – CARNICERÍA HERMANOS LÓPEZ | – PANADERÍA GUIRAO | – PANADERÍA IGNACIA |
| – CARNICERÍA HERMANOS HERNÁNDEZ | – PANADERÍA GÁZQUEZ | – RESTAURANTE EL EXTREMEÑO |
| – CARNICERÍA ALEGRÍA (J. ANTONIO) | – PANADERÍA MAGUEZ (bulevar) | – SONIDO AULLO |
| – COCA-COLA | – PANADERÍA PUCHE ABELLÁN | |



NUESTRO CERTIFICADO DE CALIDAD / RENOVADO EN 2016

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.

REFLEXIONES

Reflexiones después de 18 años... ¿Por qué se implican las personas en causas perdidas?

Pues desde mi humilde experiencia y trayectoria (que en bastantes ocasiones ha sido dolorosa, estresante, y por momentos, juzgada sin conocimiento) te implicas al sentirte impotente ante situaciones y respuestas que no llegas a entender. Crees firmemente que tu activismo social es de vital importancia para que un colectivo, excluido como lo es el de la enfermedad de Alzheimer, se reconozca y se atienda como precisa, y no solo a la persona enferma que necesita de una tercera para su supervivencia y bienestar, sino también para cuidar a ese cuidador que suele ser muchas veces el gran olvidado en esta enfermedad.

Y, ¿por qué las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias son casi siempre un colectivo “invisible”? Supongo será porque suele afectar a ese sector de nuestra población a la que llamamos “personas mayores”, o porque realmente no se conoce la repercusión de esta patología en la familia que la sufre, pero creo que, sobre todo, no se es consciente de el gran reto que este tipo de enfermedades van a suponer para nuestra sociedad, en un futuro, cada vez más cercano.

Desde luego, no lo entiendo... pero después de tantos años, he llegado a la conclusión de que mientras no sientas la enfermedad en tu propia piel, la necesidad es solo tuya, y tuya únicamente la implicación hasta la médula con este colectivo, porque lo que haces lo llevas a cabo desde lo más profundo de tu corazón, siempre por atender las necesidades de las personas afectadas por esta terrible enfermedad, por lo que tú crees justo, siempre con la creencia de que es necesario y correcto.

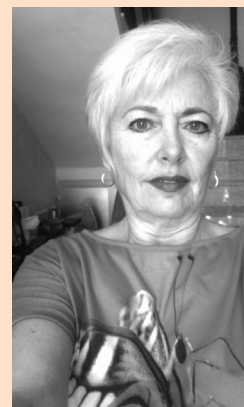
Pero desde hace un tiempo dudo que lo haya sido. Tantos años de luchar, de trabajar y de pedir por y para este colectivo también me han llevado, sin saber cómo ni por qué, a crearme gratuitamente enemigos, por una causa que no es únicamente mía, sino de toda la sociedad. Ver como amigos de toda la vida se sienten incómodos cuando te ven, porque piensan que solo les interesas para pedirles colaboración o ayuda; haber exigido a las personas que comparten tu día a día hasta la saciedad, porque así te exiges tú, sin medida.

Llegados a este punto siento en mi alma que debería haber sido más permisiva, menos exigente, más tolerante, menos pedigüña, y por qué no decirlo más generosa con mi familia, porque realmente son los grandes damnificados de este grandísimo proyecto.

Pero a pesar de todo ello, ¿lo volvería a hacer después de todo lo vivido?; pues pienso que sí, que no me arrepiento de casi nada, pues he puesto todo mi esfuerzo, empeño y gran parte de mi vida en luchar por un colectivo afectado por esa terrible enfermedad que es el Alzheimer, de manera generosa y sin necesitar de reconocimientos, movida únicamente por mi propia inquietud de cambiar la sociedad y hacerla mejor

Gracias por seguir acompañándonos, usuarios, familias y cuidadores, gracias por confiar en nosotros y en nuestra gestión. AFADE, nació y se creó para cubrir unas necesidades que no estaban, ni siguen estando, cubiertas, y seguirá por mucho tiempo para todos aquellos que lo necesiten.

Equipo de profesionales de AFADE: por favor sentirme como yo a vosotros y ver el lado positivo, porque el negativo ya lo veo y lo siento yo por vosotros y por mí. Sentir que sin todos y cada uno de los que siguen aquí esto no sería posible. Y como decía Mandela, *“soy el amo de mi destino... soy el capitán de mi alma”*.



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!**



FERRETERIA
Zapata S.L.

Carretera de Mula, 1
30820 Alcantarilla (Murcia)
Telfs.: 968 89 78 88 - 968 89 45 74
Fax: 968 89 18 88
ferreteriazapata@gmail.com



acquaJet
presume de agua

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



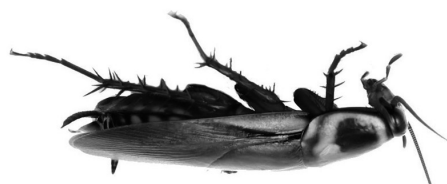
Ya has acabado con la primera,
pero sabemos que donde hay una hay varias

T. 968 694 436
www.gamsa.es

Desde 95€

**Tratamiento sin olores,
y sin desalojar**

Efectivo





SALUDA

Son ya muchos los años en que la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Demencias de Alcantarilla (AFADE-Alcantarilla) viene desarrollando una labor encomiable en apoyo a quienes padecen una de las más complejas enfermedades a las que puede enfrentarse el ser humano, como es el Alzheimer.

Para cualquier persona, afrontar una dolencia que tanto repercute en lo personal resulta duro, muy duro. Y no sólo para ellos, sino también para su entorno familiar y afectivo, para quienes tratan de prestarles un apoyo que quizá no puede ser percibido debido al tipo de enfermedad que sufren.

De ahí que resulte esencial la labor de asociaciones como AFADE-Alcantarilla, que además de contribuir a mejorar la atención y el apoyo cotidiano a quienes han sido diagnosticados de Alzheimer o una enfermedad de similares características, brinda un respaldo esencial para los familiares de éstos. A aquellos que se ven ante una coyuntura que tienen que afrontar en muchos casos de improviso, y en donde más que una formación médica es preciso contar con un refuerzo moral, con un consejo y una oportunidad de compartir y conocer las experiencias de quienes viven una situación similar.

Junto a ello, AFADE-Alcantarilla aborda con éxito otros dos ámbitos importantes de actuación. De un lado, el de transmitir al conjunto de la población la visibilidad que quienes padecen esta enfermedad no pueden reclamar para sí. El de concienciar a la ciudadanía de la necesidad de profundizar en el tratamiento, en la prevención, en el apoyo social a los afectados y a sus familias.

Y del mismo modo, AFADE-Alcantarilla sirve de aviso permanente para que la administración sanitaria no descuide su compromiso con los enfermos, para que cada año sigamos impulsando nuevas medidas que se sumen a las muchas con las que ya contamos, para seguir atendiendo a los muchos enfermos de Alzheimer que hoy son atendidos en los Centros de Día o en las residencias de la Región. Para que sigamos poniendo en marcha nuevos proyectos y promoviendo una investigación clínica que resulta esencial, como también lo es el diagnóstico precoz.

AFADE-Alcantarilla es un ejemplo a seguir, por los excelentes resultados cosechados por todas y cada una de las iniciativas puestas en marcha hasta el momento, y por el incansable trabajo que lleva a cabo. Mi felicitación por ello y mi compromiso de seguir trabajando juntos para alcanzar con éxito nuevos y más ambiciosos objetivos.



PEDRO ANTONIO SÁNCHEZ

Presidente 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
Pediatría
Rehabilitación y Fisioterapia
Unidad de Endoscopias Digestivas
Unidad de Nutrición y Dietética
Unidad de valoración del daño corporal
Unidad del Dolor

SERVICIOS

Hospitalización

148 camas
Salas de estar para familiares
Nido

Área Quirúrgica

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

Área Diagnóstica

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

Especialidades Quirúrgicas

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

Servicio de rehabilitación

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

Urgencias

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

Laboratorio

Hematometría
Bioquímica
Inmunología
Microbiología
Pruebas especiales



HOSPITAL SAN JOSÉ

HOSPITAL VIAMED SAN JOSÉ

Maestra Lola Meseguer, 999 - 30820 Alcantarilla (Murcia)

Tel: 968 800 600

www.viamedsanjose.com

El tiempo pasa muy deprisa, cuando se recuerda lo que es el tiempo. Desde 1999 la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Demencias se dedica a trabajar para los afectados por el alzheimer, enfermos y familias, que tienen en AFADE un apoyo inestimable. Por eso, mis primeras palabras tienen que ser de felicitación por esa valiosísima labor que desarrollan en Alcantarilla. Y junto a ellas, mi profundo agradecimiento por permitirme contribuir con estas palabras al ejemplar número 12 de esta revista anual de AFADE.

Un año más esta publicación de AFADE, entre testimonios y artículos de profesionales, viene a recoger todas las actividades desarrolladas a lo largo del pasado año y a adelantar las que desarrollará durante los próximos meses. Una excelente forma de poner en valor el excepcional trabajo que socios, trabajadores y Junta Directiva, con su Presidenta al frente, realizan día a día para hacer más fácil la vida de los afectados de Alzheimer.

Y es que el conjunto de actividades que a lo largo de un año organiza AFADE, actos benéficos, charlas, jornadas, cursos de formación, colaboraciones en estudios, junto al abanico de servicios que presta a enfermos y familiares, constituyen un verdadero motivo de satisfacción que tiene que ser conocido por todos. Porque AFADE representa un ejemplo que pone de manifiesto que la unión de voluntades y esfuerzos, con entrega al objetivo que se persigue, tiene sus frutos y permite alcanzar el éxito. Uno de los grandes logros de AFADE es el Centro de Día “sin igual” con el que cuenta en Alcantarilla, con unas instalaciones y unos profesionales que prestan un servicio de excepción a los enfermos de alzheimer.

Y no quiero olvidar la especial labor de apoyo, asesoramiento y formación que AFADE desarrolla con los familiares de los enfermos. Este aspecto es casi tan importante como el primero, dado que si no cuidamos al cuidador, no tendremos un enfermo, sino dos.

En definitiva, con su trabajo, AFADE se hace merecedora del reconocimiento de todos y precisa que todos, administraciones y ciudadanos en general, sigamos dando nuestro apoyo, e incrementándolo, para seguir mejorando la calidad de vida de los afectados por alzheimer.

Termino enviando mi sincera felicitación a los profesionales y al conjunto de la Asociación por todo lo conseguido, con mi deseo de que tan solo sea el principio de un largo camino de un gran proyecto, ayudar a los demás.

JOAQUÍN BUENDÍA GÓMEZ
Alcalde-Presidente



Restaurante - Mesón La Torre

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

Teléfonos: 968 30 02 53 • 968 30 23 00

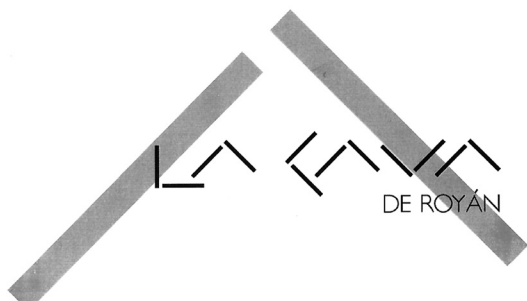


Pol. Industrial Oeste
C/. Perú, Parcela 1-12 B
30835 ALCANTARILLA

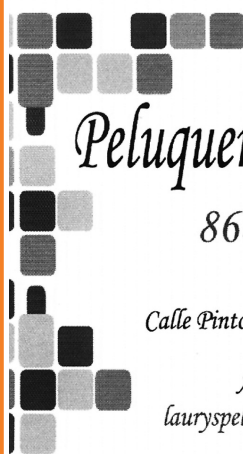


RECREATIVOS
HNOS. MARIN, S.A.

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



C/ Estación de Lorca, 4 - bajo
30820 Alcantarilla
T. 968 80 86 83
E. reservas@lacavaderoyan.com
www.lacavaderoyan.com



868916834

Calle Pintor Jose María Parraga
30820
Alcantarilla
lauryspeluqueria@gmail.com

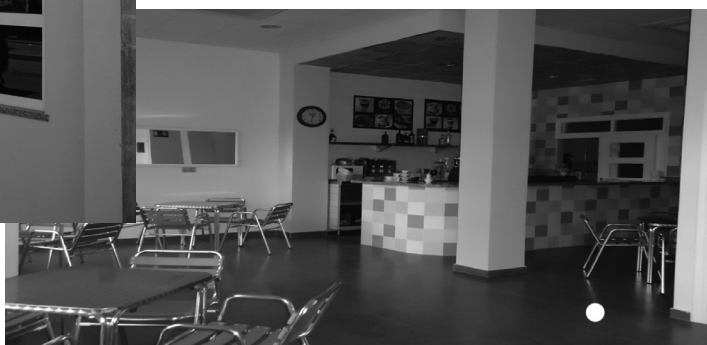


Pescados
Domingo Teruel, s.l.
Unipersonal

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)

ÓPTIMOS EFECTOS DE LA ARTETERAPIA EN ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS

Un equipo de investigación de la Universidad de Huelva dirigido por la profesora titular de artes plásticas, Pilar Domínguez, ha concluido un estudio en personas mayores con alzheimer y otras demencias, en el que saca a la luz que es posible frenar el proceso degenerativo de la enfermedad, evitar también los estados de ansiedad y las depresiones, y unos mejores comportamientos de las personas tratadas.

El proyecto de investigación se ha desarrollado en la Residencia de Mayores San Joaquín y Santa Ana de San Juan del Puerto por un periodo de tres años. El trabajo ha consistido en estudiar la evolución de la mitad de los internos del centro a los que se les ha aplicado ejercicios de artes plásticas variados, y compararlos con la otra mitad de usuarios que no han sido tratados. El resultado después de estos tres años ha sido sorprendente. Desde el punto de vista cognitivo se ha comprobado que las artes ponen freno al proceso degenerativo de estas demencias por ahora incurables, pero si tratables. Desde el área emocional se llegó a la conclusión de que estas personas son más felices y reducen su estado de ansiedad o depresión, y desde el área conductual se ha comprobado que las personas tratadas tienen mejores comportamientos.

(Fuente: *cadener.com*)

LA DEMENCIA, UN RETO GLOBAL PARA LA SALUD

Se desconocen sus causas y actualmente afecta a 46,8 millones de personas en todo el mundo, aunque se prevé que esta cifra se triplique en 2050, en gran medida por el envejecimiento de la población. La lucha contra la demencia se centra en medidas preventivas, como el fomento de un envejecimiento activo y saludable. Algunas de las medidas que se recomiendan son cuidar el corazón, practicar actividad física, seguir una dieta saludable, activar el cerebro y disfrutar de la vida social.

No será hasta 2030 cuando se podrá alcanzar una sociedad comprometida con el gran reto global de la demencia a través de una atención sanitaria centrada en las personas.

En España cerca de 1,2 millones de personas tienen Alzheimer. Esto supone “un incremento dramático de la prevalencia cuyo impacto es aún mayor en países con ingresos bajos y medios donde la familia asume el cuidado del 94% de las personas con demencia”.

Este panorama ejemplifica cómo el reto de la demencia, por sus profundas consecuencias sociales y económicas, necesita la respuesta de todos los agentes implicados: organismos públicos, instituciones, empresas, investigadores, profesionales sanitarios, afectados y familiares y, en general, de todos los ciudadanos.

Familia, principal proveedor de cuidados de la demencia

Entre estos agentes, la familia es clave en el abordaje de la enfermedad. “El cuidado familiar es, hoy por hoy, el mejor aliado que tiene nuestra sociedad para intentar hacer frente a los devastadores efectos de la enfermedad, y lo seguirá siendo en el futuro complementando, y supliendo muchas veces, los esfuerzos inversores de los sistemas sanitarios y sociales hoy disponibles” ha comentado Cheles Cantabrana, presidenta de CEAFA.

Una afirmación que corrobora los datos preliminares presentados durante la jornada del estudio “El Cuidador en España” elaborado por la Confederación y la Fundación Sanitas. El informe señala que uno de cada cuatro hogares en España se ve afectado por un familiar con Alzheimer, por lo que el cuidador familiar debe ser objeto de atención preferente en las políticas de sensibilización y protección.

(Fuente: *lavanguardia.com*)

The advertisement features the text "Tu óptica AVELINO" in a large, bold, black sans-serif font. The word "Tu" is smaller and positioned to the left of "óptica". "óptica" is in a regular weight, while "AVELINO" is in a very bold, all-caps weight. The background is a blurred image of a person's face, focusing on the eyes and nose area.

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

LA VOZ SERVIRÁ PARA DIAGNOSTICAR ALZHEIMER DE FORMA TEMPRANA

Investigadores de la Universidad de Salamanca están diseñando un dispositivo que servirá para diagnosticar alzhéimer de forma precoz a través del análisis de la voz de las personas mayores. Diferencias en la prosodia y la acústica casi imperceptibles al oído humano permiten distinguir a las personas con principios de demencia mediante un programa de ordenador. Tras reconocer estos parámetros y elaborar una ecuación que permita identificar el problema, los científicos quieren construir un dispositivo eficaz y sencillo que alerte ante los primeros indicios de alzhéimer.

Hasta ahora, “no hay una prueba directa que permita reconocer de manera fehaciente la presencia de la enfermedad”, afirma Juan José García Meilán, profesor de la Facultad de Psicología y responsable del proyecto. La mejor herramienta son las resonancias magnéticas, pero tienen un coste altísimo y no ofrecen un diagnóstico precoz fiable, ya que reconocen cierto deterioro cognitivo que en algunos casos podría no ser neurodegenerativo, sino estar asociado a la edad.

Por eso, el reto de muchos investigadores es encontrar métodos fiables, baratos y que no resulten molestos para las personas mayores. Existen algunos test con ese propósito, pero que solo detectan síntomas de deterioro avanzado, como el olvido de nombres comunes o de la propia fecha de nacimiento.

Sin embargo, en la voz pueden alterarse mucho antes ciertos parámetros acústicos y prosódicos. Se trata de factores “no audibles”, aclara la investigadora Olga Ivanova, “que se tienen que estudiar con un programa de análisis acústico que muestra las características vocálicas de una emisión sonora”. Esta herramienta transforma la voz humana en gráficos que permiten distinguir a los mayores con principios de demencia.

A grandes rasgos, “las personas con alzhéimer tienden a tener voces más agudas, con más armónicos y pierden el ruido vocálico característico de las personas mayores”, apuntan los investigadores, que junto al grupo de Francisco Martínez, en la Universidad de Murcia, han sido pioneros en el mundo a la hora de relacionar las características de la voz con las demencias, tras fijarse en otros científicos que estaban haciendo lo mismo en párkinson.

Tras identificar una serie de parámetros clave, han desarrollado una ecuación discriminante que puede identificar a las personas con principios de alzhéimer, probablemente, con una anticipación de dos o tres años con respecto a otros métodos, un tiempo que puede ser decisivo para enfrentarse a la enfermedad.

El reto en el que están embarcados ahora los investigadores es llegar a construir un dispositivo que integre todos los pasos, con una grabadora especializada, un programa de análisis de voz y otro que aplique la ecuación para ofrecer el resultado final. Sería “un aparato que haga de forma automática todo lo que nosotros realizamos en el laboratorio”, de manera que cualquier profesional sanitario o persona encargada del cuidado de personas mayores pudiera utilizarlo, ya que los resultados serían “fácilmente interpretables”

(Fuente: ceafa.es)

IMPLANTE ELECTRÓNICO DE ESTIMULACIÓN CEREBRAL PARA MITIGAR LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Las pruebas sobre la viabilidad de la estimulación cerebral profunda (DBS, por sus siglas en inglés) para tratar el Mal de Alzheimer, un trastorno que actualmente tiene pocas opciones de tratamiento, parecen muy prometedoras. Los resultados del estudio de fase 2 han demostrado la seguridad de la DBS en pacientes de Alzheimer.

La DBS se basa en un procedimiento neuroquirúrgico mediante el cual se implanta un neuroestimulador que proporciona señales eléctricas a áreas específicas del cerebro para ayudar a regular las señales anormales. La DBS está actualmente aprobada en los Estados Unidos solo para el tratamiento de la enfermedad de Parkinson y el temblor esencial. Sin embargo, su uso está siendo investigado para una serie de afecciones, incluyendo epilepsia, depresión y trastorno bipolar.

El Dr. Francisco Ponce, director del Centro de Neuromodulación adscrito al Instituto Neurológico Barrow en Phoenix, Arizona, Estados Unidos, cree que existen también aplicaciones potenciales para el Mal de Alzheimer, la forma más habitual de demencia.

(Fuente: The Journal of Neurosurgery)



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

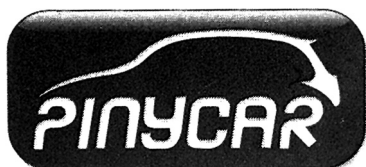
Teléfns: 968 89 46 08 - 968 89 47 67
Fax: 968 89 46 59
E-mail: jclpacheco@icamur.org

JAVIER LUCAS AZORIN

ODONTÓLOGO

AVDA. JAIME I EL CONQUISTADOR, 7 - 1º IZQ.
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

EL DETERIORO SENSORIAL AFECTA A CASI TODAS LAS PERSONAS MAYORES

Casi todos los adultos mayores experimentan un declive relacionado con la edad en al menos uno de sus sentidos, según un estudio poblacional reciente.

Los investigadores evaluaron a más de 3.000 personas de 57-85 años y hallaron que el 94% tenían un problema con al menos uno de los cinco sentidos. Casi el 40% tenían problemas con dos sentidos, y el 28%, con tres o más sentidos.

El problema más común fue una reducción en el sentido del gusto. Casi tres cuartas partes de los participantes experimentaron una reducción en el gusto. En casi una cuarta parte de los voluntarios del estudio, el sentido del gusto se calificó como regular, y en casi la mitad, como malo. El deterioro del sentido del tacto también fue común. El 38% de los participantes tenían un sentido del tacto regular, y un 32%, un sentido del tacto malo.

Las reducciones en varios sentidos se asociaron firmemente con la edad, el sexo y la raza. Como se anticipaba, las personas de más edad eran las que más déficits sensoriales presentaban. Los hombres tenían más problemas de oído, olfato y gusto, pero mejor vista, que las mujeres. Los negros puntuaron más bajo que las demás razas en todos los sentidos, excepto el oído. Los hispanos tenían una peor visión, tacto y olfato, pero su sentido del gusto era mejor.

(Fuente: Neurología.com)

NOTICIAS BREVES

PRACTIVAR MINDFULNEES Y MINDTRAINING REDUCE EL RIESGO DE DESARROLLAR ALZHEIMER

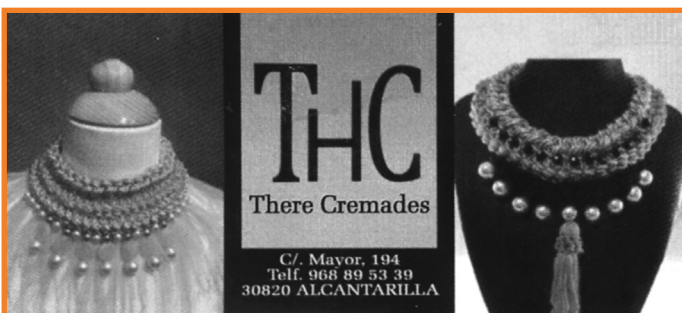
Practicar 'mindfulness' y 'mindtraining' desactiva las regiones cerebrales involucradas en la red neuronal por defecto y reduce la probabilidad de desarrollar Alzheimer, según han informado expertos del centro Denken. En concreto, los entrenamientos de 'mindfulness' para mayores, en los que se aplican técnicas para la meditación y relajación basadas en la atención a la respiración y observación consciente, sirven para lograr una reducción notable del estrés y la ansiedad. Con ello también se reducen los niveles de cortisol, hormona segregada como respuesta al estrés que afecta al sistema inmunológico e incrementa el nivel de azúcar, y mejora muchos aspectos de la función mental.

(Fuente: Europa Press)

LA PÉRDIDA DE SINAPSIS CEREBRALES EN EL ALZHEIMER TEMPRANO PUEDE SER PREVENIDA

El alzhéimer es una enfermedad neurodegenerativa, es decir, causada por la destrucción de las neuronas cerebrales. Y esta destrucción, como han mostrado numerosas investigaciones, se produce por la acumulación en el cerebro de placas de beta-amiloide, altamente tóxicas para las neuronas. Sin embargo, el deterioro de la función cognitiva comienza antes de que se acumulen estas placas. Y es que un estudio llevado a cabo por investigadores del Hospital Infantil de Boston (EE.UU.) muestra cómo la pérdida de conexiones cerebrales -esto es, las consabidas 'sinapsis' neuronales- es anterior a la deposición de las placas de beta-amiloide. La buena noticia es que esta pérdida de sinapsis puede ser prevenida, lo que ayudaría a preservar la función cognitiva en las fases iniciales de la enfermedad.

(Fuente: Science)

 THC There Cremades C/. Mayor, 194 Telf. 968 89 53 39 30820 ALCANTARILLA	 Juan Gea TOLDOS Y LONAS FABRICACIÓN E INSTALACIÓN DE TOLDOS ELECTRICOS, AUTOMATICOS Y CORREDEROS, CAPOTAS EN GENERAL, LONAS DE TODO TIPO Y CUBRE-PISCINAS C/. Mayor, 173 - Telf. y Fax: 968 80 08 73 30820 ALCANTARILLA (Murcia) www.juangea.es • juangea@juangea.es
--	---

Chamai
Gestoría de servicios

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

**Europea de
stanterías s.l.**

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



Avda. Ciudad de Almería, 151
30010 MURCIA
Telf. 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



García

C/. Mayor, 165

Telf.: 968 80 02 29

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

telepizza



C/ Alcalde Francisco Palacios y Parra, 8

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Telf.: 968 800 955

**HAMBURGUESAS • HOT-DOGS
BOCADILLOS • ENSALADAS
SANDWICH**

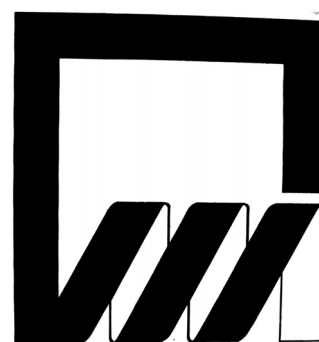


la boca te lía

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 AFADE 2015

- **Programa de Información, Orientación y Asesoramiento:** Desarrollado por el Trabajador Social de la Asociación, y dirigido a todas aquellas personas que acuden 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 2015, 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 y terapias:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| – Programa de Estimulación Cognitiva. | – Programa de Atención Sanitaria. |
| – Programa de Atención Física-Fisioterapéutica. | – Programa de Atención Social. |
| – Programa de Terapias Naturales. | – Actividades socio-culturales. |
| – Talleres Terapéuticos y Ocupacionales: | – Comedor. |
| ♦ Musicoterapia | – Transporte. |
| ♦ Cocina | – Podología. |
| ♦ Debate | – Peluquería. |
| ♦ Video/Cuento-Forum | – Baños Geriátricos. |
| ♦ Arteterapia | – Etc. |
| ♦ Estimulación Sensorial | |
| ♦ Ludoterapia | |
| ♦ Mantenimiento AVD's | |

- **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.

- **Taller de Cianotipia:** Este novedoso taller, únicamente llevado a cabo en 17 centros de toda España, ha sido desarrollado por AFADE-Alcantarilla en colaboración con la Universidad de Salamanca y el Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer. Ha consistido en un taller de arteterapia, basado en la utilización de una antigua técnica de revelado fotográfico, llamada cianotipia, siendo la primera vez que esta técnica ha sido aplicada en el tratamiento de personas con demencias. Este taller ha pretendido la estimulación integral de los beneficiarios del mismo mediante su propia expresión artística, mejorando de esta forma, la autoestima y el bienestar de los participantes.

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



IV Gala Mira Quien Canta (Marzo 2015)



XI Marcha Solidaria "Por el Alzheimer" (Mayo 2015)



XI Marcha Solidaria (Mayo 2015)



Firma de Convenio de Colaboración con el Servicio de Voluntariado de la Universidad de Murcia (Mayo 2015)



Presentación del III Torneo Benéfico de Fútbol categoría veteranos "Memorias de Fútbol" organizado por Asoc. Tercio Viejo Murciano y Peña Golosa de Alcantarilla (Mayo 2015)



Entrega de recaudación III Torneo Benéfico de Fútbol categoría veteranos "Memorias de Fútbol" (Mayo 2015)



Fiesta de Verano "Gran Circo AFADE" (Junio 2015)



Reconocimiento Profesionales AFADE 2015 (Septiembre 2015)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Gala Benéfica a Cargo de Academia de Danza M^a Dolores Riquelme, con motivo del Día Mundial (Septiembre 2015)



Jornadas de Puertas Abiertas de AFADE, con motivo del Día Mundial del Alzheimer (Septiembre 2015)



Jornadas de Puertas Abiertas de AFADE, con motivo del Día Mundial del Alzheimer (Septiembre 2015)



Entrega Mención Honorífica de AFADE Asoc. De Amas de Casa de Alcantarilla (Octubre 2015)



XV Cena Benéfica de AFADE (Octubre 2015)



XV Cena Benéfica de AFADE (Octubre 2015)



IV Fiesta Infantil Solidaria. Organizada por Chamai Servicios (Octubre 2015)



Muestra Flamenca en el Centro de Día a cargo del Grupo de Sevillanas de Sangonera la Seca (Octubre 2015)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Terapias en el CED. Fisioterapia Individualizada (Octubre 2015)



Gala Benéfica ofrecida por Academia de Baile Campoamor (Noviembre 2015)



Comida Campera con usuarios del CED (Noviembre 2015)



Terapias en el CED de AFADE. Orientación a la Realidad (Noviembre 2015)



Musical "Pide un Deseo", de la Compañía Teatrola, a beneficio de AFADE (Noviembre 2015)



Taller de Villancicos en el CED de AFADE (Diciembre 2015)



Celebraciones de Cumpleaños en el CED de AFADE (Enero 2016)



Terapias en el CED de AFADE. Taller de Psicomotricidad (Enero 2016)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Celebraciones de Cumpleaños en el CED de AFADE
(Febrero 2016)



Fiesta de Carnaval con el resto de Centros de Personas Mayores de
Alcantarilla (Febrero 2016)



Terapias en el CED de AFADE. Danzaterapia (Febrero 2016)



Gala Benéfica, a cargo de Academia de Danza Carmen Romero y
Víctor Campos (Febrero 2016)



Terapias en el CED de AFADE. Taller de ABVD's (Febrero 2016)



Visita del CES Samaniego, FP Auxiliar de Enfermería (Febrero 2016)



Terapias en el CED de AFADE. Estimulación Cognitiva (Marzo 2016)



Terapias en el CED de AFADE. Gerontogimnasia (Marzo 2016)

ACTIVIDADES Y EVENTOS AFADE 2016

- **Gala Benéfica de Baile**, Academia Carmen Romero y Víctor Campos. 12 de Febrero de 2016, 20.30 horas, Centro Cultural Infanta Elena (Alcantarilla).
- **Gala “Mira quién baila!!!”**, a cargo de los Profesionales y Amigos de AFADE. 3 de Marzo de 2016, 20.30 horas, Centro Cultural Infanta Elena (Alcantarilla).
- **Curso de Formación para Voluntarios y Familiares**. 19, 20 y 21 de Abril de 2016. Centro AFADE-Alcantarilla.
- **XIII Marcha Solidaria**. 6 de Mayo de 2016.
- **Fiesta de Verano en el Centro de Día de AFADE**. 24 de Junio de 2016, 11.00 horas. Centro de Día de AFADE.
- **Misa Huertana en Memoria de los Difuntos por la Enfermedad**. 18 de Septiembre de 2016, 11.30 horas, Parroquia Nstra. Sra. de la Asunción. (Alcantarilla). Con motivo del Día Mundial del Alzheimer.
- **Mesas Petitorias e Informativas**, con Motivo del Día Mundial del Alzheimer (21 de Septiembre). 21 de Septiembre de 2016, Calle Mayor (Alcantarilla).
- **Gala Benéfica de Baile**, a cargo de la Academia de M^a Dolores Riquelme. 22 de Septiembre de 2016, 20.30 horas, Centro Cultural Infanta Elena (Alcantarilla).
- **IV Ruta Senderista Solidaria de AFADE**. 25 de Septiembre de 2016, lugar por determinar.
- **XVII Cena Benéfica de AFADE-Alcantarilla**. (Fecha por confirmar).
- **V Fiesta Infantil de AFADE**, organiza CHAMAI Servicios. 22 de Octubre de 2016. Lugar por determinar.
- **Charlas de Sensibilización y Concienciación**. Desarrolladas a lo largo del año, en diferentes lugares de interés (centros de formación, universidades, centros sociales, ayuntamientos, etc.)

*Para recibir más información sobre estos eventos, estaremos encantados de atenderle en el **968895918** o en nuestras oficinas.*

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!!!



TIENDA DE ROPA HOMBRE Y MUJER

C/. Doctor Fleming, 2
30820 **ALCANTARILLA (Murcia)**
Telf.: 968 80 78 42
(JUNTO PLAZA DE ABASTOS DE CAMPOAMOR)



Bernal
Estudios Fotográficos

C/Mayor .136, Alcantarilla **968893035**
C/Alameda Capuchinos, 3 Murcia **968340815**
C/Estación (esquina Paseo rosales) Molina de Segura **968935322**
C/ San Juan, 56 Sangonera la Seca **968417077**



Telf.: +34 968 801 820
Telf.: +34 968 895 384
Fax: +34 968 898 483

Camino de la Silla 3ª fase
Apartado de correos 158
30820 Alcantarilla (Murcia)

MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN Y HERRAMIENTAS



Avda. de Lorca, 69 - 30835 Sangonera la Seca (Murcia)
Telf.: 968 809 221 - Móvil: 610 526 105

AFADE-ALCANTARILLA CONTINÚA SU COLABORACIÓN CON EL INSITUTO MURCIANO DE ACCIÓN SOCIAL (IMAS)

IMas instituto murciano
de acción social



Hace ya casi de 8 años que AFADE-Alcantarilla mantiene un concierto de plazas de su centro terapéutico de estancias diurnas con la Dirección Gerencial 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.



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.

FRUTERÍA PEDRO Y NOELIA



Plaza Abastos Campoamor
30820 ALCANTARILLA (Murcia)



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



BOY CHICO BOUTIQUE INFANTIL - JUVENIL

ALCANTARILLA • 968 808 823



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

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

Móvil: 629 514 819

Higiene Industrial, Hostelería,
Industria, colectividades, etc.

TOISON

JOYERÍA
REGALOS
DECORACIÓN

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

AULA DE ENCUENTRO

La demencia, y especialmente la originada por el Alzheimer, es una enfermedad cada vez más frecuente. Sin embargo la información que se conoce sobre ella es muy reducida, incluso para aquellas familias en las que uno de sus miembros ha sido ya diagnosticado.

A menudo pienso que el impacto que supone tener la certeza de que nuestro padre, hermana o esposa padece la enfermedad y el conocimiento de síntomas generales, que sabemos van a dar un giro de 360° en nuestra vida familiar, es una de las razones que pueden bloquearnos, llevarnos a buscar un lugar de refugio donde resguardar lo que nos queda, antes de que lleguen acontecimientos más difíciles de afrontar.

En definitiva, la confirmación del diagnóstico nos sitúa en una posición donde lo que deseamos no es saber más, por el contrario nos gustaría ignorar lo que ya sabemos. Sobre todo la parte que primero se graba en la cabeza: enfermedad incurable, avance progresivo.

Es probable que esta sea la razón por la que los familiares se encuentran con los distintos síntomas y circunstancias que acompañan a una demencia, sin apenas formación y por tanto recursos para afrontarlos.

De ahí que el camino que se ha de recorrer resulte más arduo, más incierto, y nos coloque en una posición de lucha contra lo evidente, en vez de en un contexto favorecedor a nuestra nueva realidad.

Este año, en Afade, hemos iniciado un espacio de formación y encuentro para familiares y cuidadores, que nos permite de forma continuada abordar temas y plantear situaciones, con las que las personas que atendemos a enfermos de Alzheimer tenemos que lidiar en nuestro día a día.

En estas sesiones, que se programan quincenalmente, pretendemos favorecer para los cuidadores los siguientes aspectos:

- la posibilidad de escuchar a otras personas que se encuentran en la misma situación,
- que puedan expresar sus dudas, miedos y frustraciones a personas que les entienden por conocer y vivir lo mismo,
- poder liberarse un rato del cuidado directo,
- dar apoyo y ayuda a otros cuidadores basándose en su propia experiencia,
- descubrir distintos modos de afrontar similares circunstancias,
- adquisición de conocimientos sobre recursos y aprendizaje de estrategias y habilidades, que pueden facilitar el proceso en el que se encuentran inmersos.

Con todo ello pretendemos que el paciente de demencia y sus cuidadores tengan una calidad de vida más que merecida, y esperamos humildemente, con la participación de todos los familiares interesados, conseguirlo.

Nuestro agradecimiento más sincero a los que ya asisten a las sesiones, por poner al servicio de otros su experiencia, y por depositar su confianza en Afade una vez más.

VICENTA MARTÍNEZ PARDO
Pedagoga de AFADE



En AFADE sin duda sacamos lo mejor de nuestros usuarios. Aquí vienen a encontrarse con el mundo exterior, a compartir, a divertirse, a expresar sus sentimientos, a sentirse útiles; en definitiva, a pertenecer a un grupo y tener una imagen positiva de sí mismos. También pueden encontrar sus raíces y reforzar su identidad. A cambio ellos, me regalan muchas experiencias inolvidables, sabiduría, consejos, alegrías, retos... y me obligan a dar lo mejor de mí misma... a ver quién se puede resistir... Aquí sientes el placer de recibir y ser recibido, de sorprender y de que te sorprendan cada día...

MARÍA RABASCO ROBLES
Terapeuta Ocupacional de AFADE



Maestro Josefina Lozano Pinar, 1
30820 ALCANTARILLA, Murcia
M: 649 148 687
T: 968 80 00 00 - F: 968 80 00 00
E: info@gloriacerveceros.com



gloriacerveceros.com

ELECTRICIDAD MARTÍNEZ

- INSTALACIONES ELÉCTRICAS EN GENERAL
- MANTENIMIENTO DE COMUNIDADES
- VIDEO PORTEROS
- ILUMINACIÓN LED
- ANTENAS COLECTIVAS



Telf: 618 57 48 00

electricidadmartinez murcia@gmail.com

Asistencia 24h

902 197 616

Servicios a compañías
y particulares



La Merced
servicios funerarios

40 años dedicados a la
prestación de servicios
funerarios

Traslados
Incineraciones
Seguros

Avenida Martínez Campos, 15. Alcantarilla (Murcia) 968 802 073
Calle Juan Garrigos, P3, P.I. Vistabella. Librilla (Murcia)

www.funerialamerced.es

CERVECERÍA

el esquina 20



Plaza Adolfo Suárez
Telf. 868 959 003
ALCANTARILLA

helvetia



Tu aseguradora suiza.

Antonio Jiménez Marín

Agente de Seguros Exclusivo
Nº de Registro Mediadores CO1577431818Y

Helvetia Seguros

Avda. Real Academia de Medicina 3 - entresuelo, 30009 Murcia
Tel.: +34 968 935 205, Móvil: +34 610 701 005
anjima_28@hotmail.com, www.helvetia.es



CARPE DIEM

Aprovechando cada instante que me brinda la vida como si no se fuera a repetir de nuevo.

Disfrutando del momento como la primera vez que aconteció; haciéndome reír, llorar, gozar. Deleitado por la energía del escalofrío que recorre cada milímetro de mi piel.

Cada hecho, cada palabra, cada gesto, cada sonrisa, cada caricia, cada soplo de esperanza...viviéndolo como un regalo, único e irrepetible.

Ese momento en el que algo reactiva tu vida, después de pasar desde la euforia del éxito al llegar a una meta hacia el desánimo por no verse realizado. Lugar oscuro y tenebroso del que solamente uno sale tropezando y dando tumbos de un lado a otro intentando ver un resquicio de luz...Ese momento en el que una algo reactiva tu vida y te llena de alegría, nerviosismo, incertidumbre, curiosidad, entusiasmo, un crisol de emociones que iluminan por fin este laberinto llamado vida.

Cada hecho, cada palabra, cada gesto, cada sonrisa, cada caricia, cada soplo de esperanza...viviéndolo como un regalo, único e irrepetible.

Ahora es el momento... Es mi momento... "Carpe Diem".

Gracias a AFADE por esta gran oportunidad que me está brindando para realizar mi labor como Psicólogo, a todos los profesionales por su encantadora acogida y sobre todo a los usuarios, que hacen que cada día me despierte con la ilusión de aportar mi granito de arena a esta gran familia.

IVÁN FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ
Psicólogo de AFADE

TACÓGRAFOS
JAEGER

**MAGNETI
MARELLI**

ELECTRICIDAD DEL AUTOMÓVIL

Teófilo Molina

AIRE ACONDICIONADO

Pol. Ind. Oeste, Parc. 6/1 - Nave 8
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 606 43 92 91



Francis car
Automoción

Francisco José González

**Taller multimarca de Mecánica, electricidad,
diagnosis electrónica, frenos, embragues,
correas de distribución, climatizadores**

C/. Perú, Parc. 6/1 - Pol. Ind. Oeste
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 609 57 15 37
franciscarutomocion@hotmail.com

“EL CUIDADO DEL CUIDADOR”

Como ya sabemos “el alzheimer golpea el cerebro del enfermo y el corazón de los familiares”. Pero aunque estos pacientes sean incurables, ninguno es incuidable. Por ello quería hablar sobre la importancia de las personas que cuidan de otras personas ya que la sobrecarga es el principal riesgo de un cuidador y si no cuidamos de ellos, no tendremos un enfermo sino dos.

Los cuidadores tienen más síntomas de estrés, son más propensos a tomar relajantes y dedican menos tiempo a su propia salud. Por ello, debemos actuar ante este síntoma motivando, por ejemplo, de una manera activa al cuidador para que mantenga parcelas de su tiempo dedicadas a sí mismos. No podemos olvidar que muchos de ellos no reciben ninguna instrucción en el manejo de los enfermos, por lo que no saben cómo reaccionar ante elementos tan estresantes como, por ejemplo, las alteraciones conductuales.

Un cuidador sobrecargado se enfada fácilmente, da demasiada importancia a cosas triviales, tiene muchos cambios de humor, menos paciencia, duerme peor, como peor, se cansa más, etc.

En Afade ya nos hemos puesto manos a la obra para cambiar esta situación. Se llama “Aula de Encuentro de Familiares y Cuidadores”. Animo a todo el mundo a que participe en estas sesiones ya que con la ayuda de profesionales y desde un enfoque psicoterapéutico podemos dotar tanto al familiar como al cuidador de aptitudes que permitan afrontar la enfermedad de Alzheimer en todo su recorrido y elaborar estrategias de afrontamiento a partir de la experiencia de otros.

Aprender la importancia que tiene una mano amiga que sepa y entienda lo que estás pasando es crucial para afrontar la llegada del Alzheimer.



MARIANO ARQUES MENGUAL
Fisioterapeuta 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.

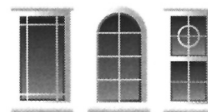
Instalaciones Eléctricas

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

AUTORECAMBIOS GIMO-SUR ALCANTARILLA

C/. Ángel Palazón Cerón, 9 - Bajo - Edif. de las Tejas
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf.: 968 892 912 - Fax: 968 898 249
E-mail: alcantarilla@gimosur.com

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



E-mail: info@cortinasristobal.es
www.cortinasristobal.es

C/. Cádiz, 4 - Bajo • Telf.: 968 89 16 38 - Móv.: 661 74 53 14
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
C/. Constitución, 86 - Bajo • Telf.: 968 59 00 38 - Móv.: 608 97 06 23
30870 MAZARRÓN (Murcia)
C/. Estación, 24 - Bajo • Telf.: 968 64 59 43 - Móv.: 661 74 53 13
30500 MOLINA DE SEGURA (Murcia)

Este año quiero hablar de la importante labor de las Asociaciones, que como AFADE, trabajan cada día de manera desinteresada, por mejorar el bienestar de colectivos en riesgo de exclusión social, y que sinceramente creo, que no cuentan con el reconocimiento social que merecen.

Estas organizaciones, nacidas la gran mayoría de ellas en el propio seno de estos colectivos en riesgo de exclusión, surgen como respuesta ante necesidades y demandas no cubiertas o atendidas por nuestra sociedad. Las asociaciones sin fines lucrativos ofrecen servicios de atención más allá de dónde la administración pública pueda llegar, creando y potenciando recursos sociales y socio-asistenciales, funcionando como alta voz de los colectivos más vulnerables y velando por la justicia social... y todo ello sin más interés que el de luchar por la dignidad de personas, que por distintas circunstancias, no tienen las herramientas o recursos suficientes para hacerlo por sí mismas, labor desarrollada siempre con claridad y transparencia, y economizando al máximo todos los recursos existentes, para llegar a cuantos más usuarios.

Mientras la administración pública continúe sin poder llegar dónde sí lo hacen estas asociaciones, es fundamental continuar apoyando la labor que éstas desarrollan, reconociendo a la vez, el papel de profesionales y voluntarios que llevan a cabo este trabajo, personas implicadas con un fin y con un colectivo, siempre dispuestas a ir más allá de sus propias responsabilidades y tareas o de sus perfiles profesionales, por atender más y mejor, apoyándose siempre en el compromiso y solidaridad de nuestra sociedad.

Por todo ello, deseo reclamar el reconocimiento que merecen estas asociaciones como AFADE, y a su vez, el de todas las personas que las componen. Ellas son sin duda, pilar fundamental de nuestro estado del bienestar.

RUBÉN CARRIÓN MARTÍN
Trabajador Social de AFADE



**BENITO
PÁRRAGA® S.L.**



**ALMACÉN FISCAL DE ALCOHOLES
FABRICANTE DE DESINFECTANTES**

C/ Maestra Josefina Lozano, s/n. • 30820 Alcantarilla (Murcia)
Telf. 968 801 099 • Fax 968 895 143
benitoparraga@alcoholesbp.com • www.alcoholesbp.com



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

Hotel * Restaurante
La Paz**



Este año los auxiliares echamos la vista atrás. Afade lleva mucho tiempo caminando y en ese tiempo hemos conseguido muchas cosas. Algunos recordamos el día que se inauguró el vehículo del servicio de transporte; cuando nos dijeron que íbamos a tener un centro nuevo, la ilusión de verlo construir y el miedo a ese cambio tan grande. Luego nos dimos cuenta de que a lo bueno se acostumbra uno rápido. Todos esos

logros son vuestros y por eso os damos las gracias, por facilitarnos el trabajo, de verdad no queremos dejar de ser agradecidos, pero aún necesitamos vuestro compromiso.

Compromiso para conseguir las ayudas técnicas que todo centro debería tener.

Compromiso para cumplir con nuestras competencias profesionales sin sobrecargas.

Compromiso de todos vosotros para poder seguir ofreciendo la atención que nuestros usuarios se merecen.

Amamos lo que hacemos; en ocasiones comentamos la suerte de poder trabajar mientras hacemos un servicio a la comunidad. Pero no es necesario que os expliquemos mucho lo duro que es trabajar con "nuestros" usuarios y usuarias, que sufren una enfermedad sin cura y que cada día necesitan más de todos.

Nosotros estamos comprometidos, nos dejamos la salud (literalmente) en nuestro trabajo. Todas nuestras ilusiones están puestas en Afade, y pase lo que pase eso no va a cambiar. Pero necesitamos del compromiso de todos para que podamos seguir ejerciendo nuestro trabajo.

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



NEUMÁTICOS MARÍA HERNÁNDEZ, S.L.

Vda. de Matías Guzmán

Avenida Príncipe, 43 · 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfono: 968 80 17 31 - neumaher@grupo-driver.com

AUTORECAMBIOS **GIMO-SUR**
ALCANTARILLA

C/. Ángel Palazón Cerón, 9 - Bajo - Edif. de las Tejas
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Tel.: 968 892 912 - Fax: 968 898 249

E-mail: alcantarilla@gimosur.com



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

689 91 99 71 (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@legunbresfuensantica.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



ADEIM
ASOCIACIÓN DE INSTALADORES Y
MANTENEDORES DE INSTALACIONES
CONTRA INCENDIOS DE MURCIA

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)



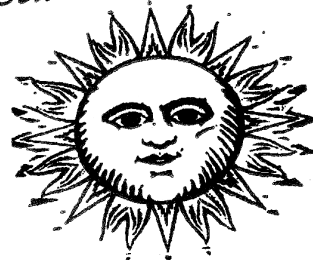
COMERCIAL PRIETO, S.L.

MAQUINARIA Y PRODUCTOS PARA
ARTES GRÁFICAS



30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Bar Sol II



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 0000007
 ESPECIALIDAD EN TERNERA, CABRITO Y CORDERO LECHAL
 "EMBUTIDOS CASEROS"

Encargos: 968 800 438

C/ Mayor, 131
 ALCANTARILLA (Murcia)



Floristería

Antonia 2

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

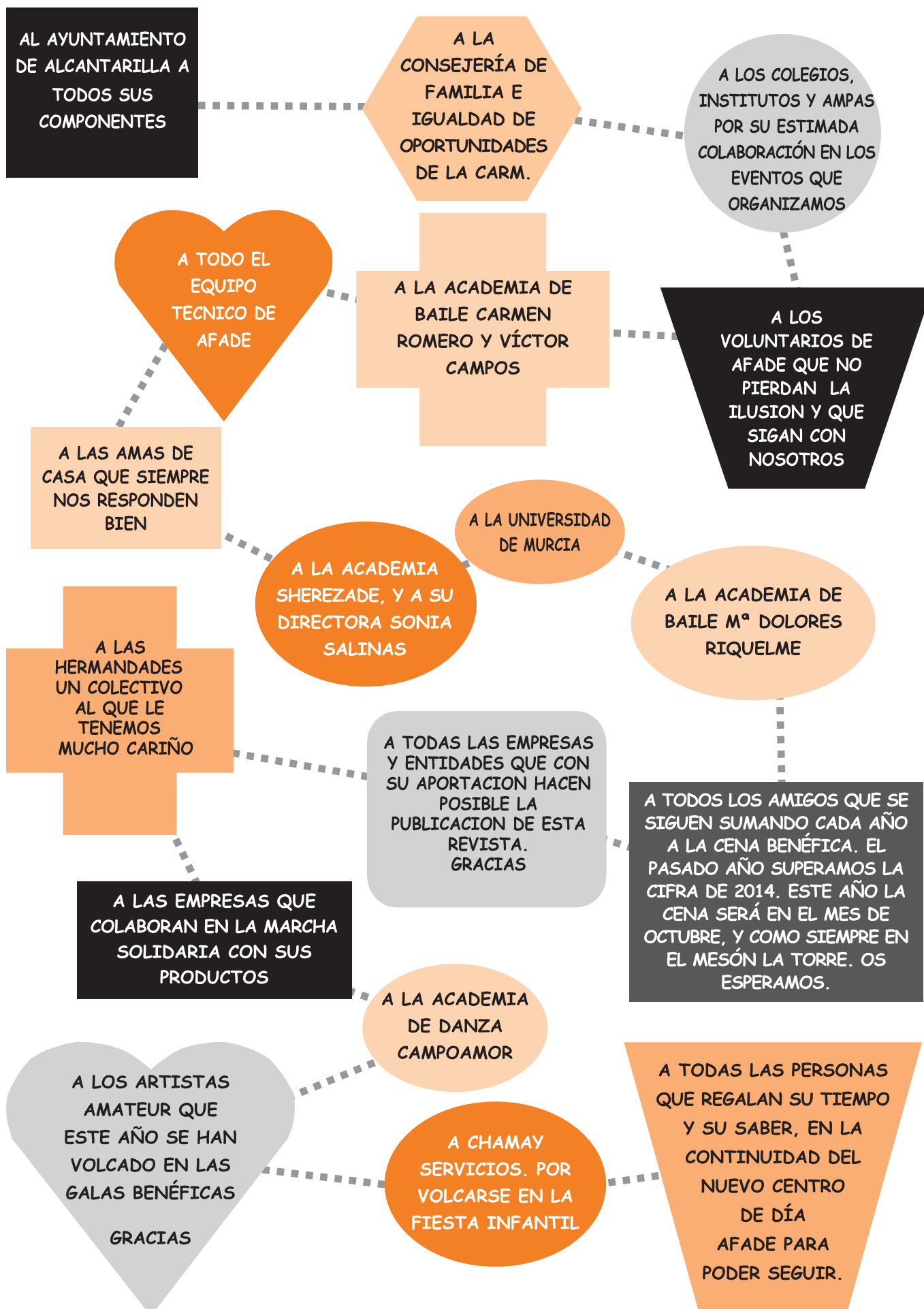
CESIL

**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





CAJA RURAL

comprometidos contigo
comprometidos con lo nuestro



CAJAMURCIA

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 Familia
e Igualdad de Oportunidades



AYUNTAMIENTO DE
ALCANTARILLA

UNIVERSIDAD DE
MURCIA



FUNDACIÓN CAJAMURCIA



Obra Social "la Caixa"



FUNDACIÓN

cajamar