



afade

afade

XIII MARCHA SOLIDARIA





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 XIII MARCHA SOLIDARIA AFADe 2017

- | | | |
|------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| – NESTLÉ | – CERVECERÍA ANTONIO | – PANADERÍA SALVADOR MENGUAL |
| – HERO | – CARNICERÍA SABINO | – CARNICERÍA HERMANOS HERNÁNDEZ |
| – SUPERMERCADO COVIRAN | – CARNICERÍA EL COMINO | – CARNICERÍA ALEGRÍA |
| – SUPERMERCADO CONSUM | – CARNICERÍA CASA RAFA | – CARNICERÍA HERMANOS LÓPEZ |
| – SUPERMERCADO NARDITA | – PANADERÍA LA RAGUA | – EMBUTIDOS DE BANDERA |
| – COCA-COLA | – PANADERÍA DEL BARRIO | – CARNICERÍA PILAR |
| – PANADERÍA SALVIKA | – PANADERÍA PARRAGA | – CARNICERÍA PEDRITO |
| – PANADERÍA GUIRAO | – PANADERÍA GAZQUEZ | – CARNICERÍA ORENES |
| – PANADERÍA MAGUEZ | – CHARCUTERÍA HERMANOS LISÓN | – EL EXTREMEÑO |



NUESTRO CERTIFICADO DE CALIDAD / RENOVADO EN 2016

En 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 y hacen posible obtener y mantener este certificado, porque ellos, con su esfuerzo y dedicación, han demostrado su gran compromiso para con el colectivo con el que trabajan.

¡CUIDADORES!

¿Qué responsabilidad, compromiso, amor o, desamor, provoca que generalmente, una única persona en la familia, asuma todo el peso que conlleva ser el cuidador principal en esta enfermedad?

¿Iniciativa propia?, ¿negación de ayuda por parte del resto de miembros de la familia?, ¿qué se escuden en argumentos como “tú eres más fuerte”, “me cuesta horrores verlo así”, “no puedo ver que no me reconoce, ...?”. Y tú, mientras tanto, día tras día, ves, sientes y respiras a la persona que antes te cuidaba, con la que compartía paseos, aficiones, confidencias y amor.

Y sin saber cómo ni cuándo, de repente el cuidador principal se encuentra solo frente al cuidado.

Y éste, es un camino largo, muy largo, y tremendamente duro. Al principio repleto de incertidumbre, rabia, negación, inseguridad, provocado por ese cambio tan brusco y repentino que hace tambalear nuestra vida; después, gracias al paso del tiempo y la experiencia, es cuando te acostumbras a esa nueva rutina, a esa nueva vida, entonces llega la aceptación y es realmente cuando encuentras la paz y el sosiego. En ese momento, cuando todo está tranquilo, acoplado y ya es parte de ti, incluso hasta sacas tiempo para esas pequeñas aficiones, tiempo para ti...

Este es el gran secreto para poder seguir sin volverte loco...

Cuidadores, sacar tiempo para vosotros y cuidaros, cuidaros mucho!!! No por dedicar más tiempo, abandonándonos a nosotros, se consigue hacerlo mejor. Si no estamos bien anímicamente, nuestro cuidado nunca podrá ser de calidad, y antes o después, nos pasará factura. Y no dejéis que vuestras relaciones personales se vean afectadas demasiado, tanto con la familia y pareja, como con amigos, ya que cuando finaliza la labor de cuidar se produce un vacío enorme, provocado por la falta de tareas, un vacío tan profundo que muchas veces obliga a tener que reorganizar nuestra vida.

AFADE-Alcantarilla nació y se fundó para atender al paciente, pero también para atender a su familia, fundamentalmente, al cuidador principal.

Mucho ánimo, alegría y paciencia, y sobre todo...amor, mucho amor, que es lo que siempre perdura y nunca olvida!



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



**Tu óptica
AVELINO**

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



SALUDA

El Alzheimer es una enfermedad que afecta a cerca de 17.000 personas mayores de 64 años en la Región de Murcia, organizaciones como la Asociación de Enfermos de Alzheimer y Demencias de Alcantarilla (AFADE-Alcantarilla) realizan no sólo una gran labor de información, apoyo y asistencia a las personas que sufren este tipo de enfermedades y a sus familias sino también una gran labor divulgativa en la sociedad que está permitiendo desterrar falsos mitos sobre esta enfermedad.

Las personas a las que se les diagnostica Alzheimer u otro tipo de demencias deben hacer frente a una realidad muy dura, repleta de temores e incertidumbres, por eso, tanto enfermos como sus cuidadores deben ser valientes a la hora de pedir y obtener ayuda de amigos, familiares y organizaciones como las Asociaciones de Alzheimer. Éste es, sin duda, uno de los pasos más valiosos que una persona puede tomar para enfrentarse a los desafíos de la demencia.

El apoyo profesional puede ayudar a las personas que están luchando contra estas dolencias no sólo en sus respuestas emocionales sino también en el desarrollo de estrategias de resolución de problemas para mantener el control y autonomía personal.

Con frecuencia, resulta útil asistir a grupos de apoyo donde puedan compartir conocimientos, temores, experiencias y estrategias de afrontamiento y superar el aislamiento social en el que se envuelven muchos enfermos y familiares.

AFADE-Alcantarilla es un ejemplo de responsabilidad con esa labor de ayuda a los ciudadanos sobre la realidad del Alzheimer, pero también con el cuidado asistencial, prestando servicios y terapias que permiten a sus usuarios mantener las habilidades físicas y mentales durante el mayor tiempo posible y acompañándolos en la batalla contra este mal. Como consecuencia de esta gran labor, desde la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades, no sólo le hemos confiado la gestión de plazas públicas para enfermos de Alzheimer y otras demencias, sino que, además, hemos aumentado el número de plazas concertadas con esta entidad.

Creo que, como sociedad, hemos adquirido un compromiso con las personas que sufren de Alzheimer, que se materializa en el trabajo constante de entidades como AFADE-Alcantarilla, para mejorar la calidad de vida de las personas enfermas y sus familiares, en el incremento de la oferta disponible de los servicios que necesitan, enfermos y familiares y que reciben con la máxima calidad, profesionalidad y cercanía.

Por ello, me gustaría agradecer el esfuerzo y dedicación de AFADE-Alcantarilla en la atención a las personas enfermas de Alzheimer y a sus familiares, manifestar mi compromiso a continuar trabajando juntos, como hasta ahora, en los proyectos actuales y futuros e invitar a todos los murcianos y murcianas a participar y contribuir a la actividad de esta asociación.

VIOLANTE TOMÁS OLIVARES

Consejera de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Región de Murcia.





TU SALUD, NUESTRA VOCACIÓN. *de persona a persona*

Nuestra vocación. El cuidado de tu salud con el equipo médico más cualificado.

Nuestro compromiso. Las mejores instalaciones con las últimas tecnologías.

Nuestra prioridad. La cercanía y el trato de todos nuestros profesionales orientados a tu comodidad.

Nuestra razón de ser. Tu bienestar y el de los tuyos.

Nuestra recompensa. Tu confianza.



Urgencias 24 h.



Bloque Quirúrgico



Hospitalización



Principales Compañías
Aseguradoras



“Pide una mano que estreche la suya, un corazón que le cuide y una mente que piense por él cuando él no pueda hacerlo; alguien que le proteja en su viaje a través de los peligrosos recodos y curvas del laberinto”, escribía Diana Friel en su libro *Vivir en el Laberinto*.

Toda la ayuda es poca para vivir mejor en el laberinto o para salir de él. Pero en Alcantarilla contamos con un apoyo inestimable para trabajar con los afectados por el Alzheimer, tanto enfermos como familiares. Se trata de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Demencias, que desde 1999 viene desarrollando una excelente labor profesional de asistencia y luchando por mejorar permanentemente los servicios a sus usuarios.

Por eso es necesario aprovechar cada momento para agradecer y felicitar a AFADE por todo ese gran esfuerzo. Una tarea que no queda sólo en los servicios ofrecidos, a enfermos y familiares, en su excepcional Centro de Día, sino que a lo largo de cada año desarrollan otra gran cantidad de actividades destinadas a la sensibilización contra la enfermedad del siglo XXI.

Ejemplo de esa enorme actividad es la próxima XIII Marcha Solidaria “Por el Alzheimer”, evento que cada año organiza la AFADE para concienciar y sensibilizar respecto a la problemática social del Alzheimer. Espero que en esta edición se vuelva a batir el récord de más de 1.500 personas entre escolares de Alcantarilla, usuarios, familiares, voluntarios, profesionales y colectivos de nuestro municipio.

O también la organización anual de la Jornada de Puertas Abiertas de su Centro de Día para conmemorar el Día Mundial del Alzheimer y ofrecer a los asistentes una visión más cercana y real de la labor que diariamente desarrollan en sus distintos servicios.

O aquellas actividades musicales como la Gala Benéfica de Baile en el Día Mundial del Alzheimer, o la gala “Mira quién Canta”, con la participación de los propios asociados y personas conocidas de nuestro municipio. Un trabajo incesante en acercar el conocimiento sobre la enfermedad, en ganar apoyos y en resaltar el importante papel del cuidador.

Ese trabajo de AFADE, y sus objetivos, despierta cariño, sensibilidad, apoyos y, sobre todo, reconocimiento. Un reconocimiento a esa excelente labor que se ha puesto de manifiesto con la ampliación de 7 nuevas plazas concertadas por el IMAS y la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades.

Quiero trasladar mi sincera felicitación a los profesionales y al conjunto de la Asociación, con el trabajo de su Presidenta al frente, por todo lo conseguido, con mi deseo de que continúe creciendo ese gran proyecto de ayuda a los demás.

“La vida no es lo uno vive, sino como lo recuerda, y como lo recuerda para contarlo”, García Márquez.

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



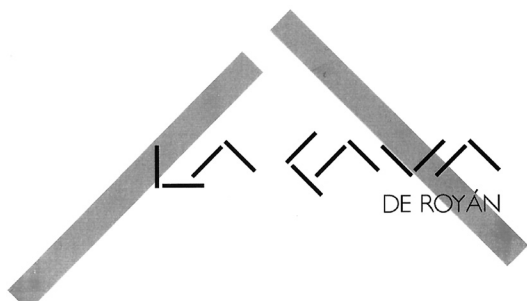
Pol. Industrial Oeste
C/. Perú, Parcela 1-12 B
30835 ALCANTARILLA



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

VITALDENT

la boca te lía
MÁS QUE BOCADILLOS

**Y TÚ,
SUEÑAS EN
AZUL?**



**MÁS QUE
BOCADILLOS**

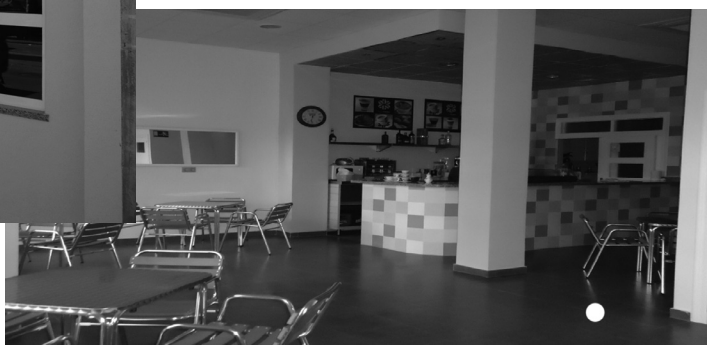
ALCANTARILLA · 968 93 80 05 | C.C EL TIRO · 968 20 92 92 | MURCIA CENTRO · 968 71 46 14



www.labocatelia.com

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)

SEÑALES DE ADVERTENCIA DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Es ciertamente complicado elaborar una lista de síntomas que pueden advertirnos de la presencia de Alzheimer. Aún así, desde AFADE-Alcantarilla queremos detallar algunas de las señales que deben ponernos en alerta:

- Olvidos o problemas para recordar información reciente y olvidos de fechas o acontecimientos importantes: Qué se ha comido, qué se ha hecho esa mañana, etc.
- Repetición de conversaciones, comentarios o preguntas en breves espacios de tiempo: Qué hora es, dónde vamos, etc.
- Dificultad para seguir instrucciones, realizar la contabilidad doméstica, tomar su medicación correctamente, cocinar, ir a comprar o vestirse.
- Necesidad de contar con la ayuda de otras personas para hacer cosas que antes hacía sola, o necesidad de mucho más tiempo para llevarlas a cabo.
- Dificultad para orientarse en lugares conocidos: no saber regresar a casa, confundir lugares, equivocarse en trayectos a lugares familiares, etc.
- Confusión con la identidad de las personas y dificultad para apreciar el paso del tiempo: Confundir familiares, vecinos, personas actuales con otras del pasado, etc.
- Dificultades para seguir una conversación, mostrar un lenguaje pobre y dificultades para denominar objetos cotidianos.
- Pérdida de objetos personales importantes o dinero.
- Alteraciones o cambios del juicio, que propicien que caiga fácilmente en engaños por parte de otras personas.
- Alteraciones del cuidado y la higiene personal y del hogar.
- Falta de interés o dificultad para realizar actividades a las que la persona era aficionada.
- Pérdida de interés por la interacción social con otras personas.
- Cambios de humor o de personalidad: con frecuencia la persona se vuelve más desconfiada e incluso agresiva; también puede estar deprimida y llorar sin motivo aparente.
- Nerviosismo en ambientes o situaciones nuevas en que la persona tiene dificultades para controlarlas.

De observarse alguno de estos síntomas, siempre es recomendable consultar con el médico. Aún así, es importante resaltar que el hecho de presentar alguno de estos síntomas no tiene por qué estar directamente relacionado con el padecimiento de enfermedad de Alzheimer.

5 ESTRATEGIAS PARA COMUNICARTE MEJOR CON UNA PERSONA CON ALZHEIMER

- ***Habla de lo que la persona aún maneja (en especial del pasado)***

Detectar los temas que aún maneja y sobre los que se siente seguro al hablar, te ayudarán.

Ve memorizando aquellas cosas que ves que recuerda y disfruta, tenlas presentes para cuando quieras sacarle unas palabras.

- ***Las frases, claras y cortas. Las preguntas; cerradas, las instrucciones; precisas.***

Mientras más cortas las frases, mejor las comprenderá. En el caso de las preguntas, si implican una respuesta de sí o no también para ellos es más sencillo de entender y de contestar. Las preguntas abiertas pueden generar confusión. Un ejemplo de pregunta abierta:

Mamá, ¿qué quieres comer hoy?

En su lugar podríamos preguntar si desea algo específico, por ejemplo:

Mamá, ¿quieres comer paella?

En el caso de instrucciones para realizar actividades como ducharse, nuevamente es importante tener presente que una frase abierta no ayuda en nada. Vamos, que decir “*mamá, ya es hora de que te duches*” puede ser todo un acertijo para ella. En cambio, podríamos dividir la actividad en pequeñas acciones, como levantarse, ir hasta el baño, quitarse la blusa, etc. Esas instrucciones más concretas son las que pueden ayudarnos.

- **No olvides el apoyo visual**

El lenguaje es uno de los que más deteriora la enfermedad. El apoyo visual siempre es muy recomendable. ¿Un ejemplo? Si preguntamos si quiere agua y de paso le enseñamos el botellín, mejor.

- **No discutamos ni intentemos cambiar lo que para ellos es real**

Decir que no hay nadie en la casa cuando ella está alucinando no va a evitar que siga viéndolo. Tampoco que repitas una y otra vez que su madre ha muerto. En su lugar, intenta desviar su atención hacia otro tema o situación.

- **Entra en su nueva realidad**

Debemos cambiar el chip y a empezar a sumergirnos en la nueva realidad de la persona enferma. Esa realidad puede ser que su madre o su esposo siguen vivos, cuando en realidad ya han fallecido, pero negándolo insistentemente no conseguiremos nada. Si en lugar de decir que ya no viven, les decimos que no están y que luego vienen, posiblemente en unos minutos se olvide el tema. O no, y entonces tocará preguntar por qué quiere verlos, que si podemos nosotros ayudar porque ellos llegarán tarde, etc.

¿QUÉ ES EL ALZHEIMER?

El Alzheimer es una **enfermedad cerebral**, no contagiosa, progresiva e irreversible, que altera la personalidad y destruye de forma gradual la memoria de una persona, al igual que las habilidades para aprender, razonar, hacer juicios, comunicarse y llevar a cabo actividades cotidianas. Estas habilidades se pierden como **consecuencia de la muerte de un tipo de células del cerebro**, las neuronas.

La enfermedad de Alzheimer es el tipo de demencia más común, siendo demencia el término general utilizado para denominar a las enfermedades que ocurren cuando el cerebro ya no funciona correctamente. En la etapa temprana, los síntomas de la demencia pueden ser mínimos, pero a medida que evoluciona la enfermedad, provoca más daño al cerebro, y los síntomas empeoran. El índice de progresión de la enfermedad es diferente en cada persona.

(Fuente: Alzheimer's Association)

LOS FACTORES DE RIESGO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Aunque aún se desconoce realmente la causa del Alzheimer, la comunidad científica cree que cada vez hay más evidencias de que, más allá de los **factores de riesgo no modificables**, hay algunos modificables que están asociados a la enfermedad. Los modificables están relacionados con el **riesgo cardiovascular**, como la hipertensión arterial, la hipercolesterolemia, la diabetes, el tabaquismo y el sobrepeso; y con el estilo de vida, con factores como la dieta, el ejercicio físico y la actividad cognitiva y social. En este sentido, hay estudios que apuntan que si se reducen estos factores de riesgo se podría prevenir hasta la mitad de los casos.

Por otro lado, entre los factores no modificables destacan la edad avanzada, que es la principal circunstancia, y la genética, que aunque en muy pocos casos es la única causa atribuible, juega un papel importante cuando interactúa con otros factores.

(Fuente www.fpmargall.org)



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)

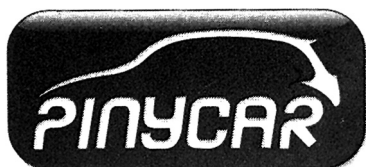
Accidentes de Tráfico

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

LAS PERSONAS QUE VIVEN CERCA DEL TRÁFICO TIENEN UN 7% MÁS DE RIESGO DE SUFRIR DEMENCIA

En pleno debate politizado sobre el corte de tráfico en Madrid por la polución, un nuevo estudio científico asocia vivir cerca de una carretera transitada a un mayor riesgo de sufrir demencia. Este síndrome, que destruye la memoria y el pensamiento, es uno de los peores problemas de la salud pública mundial: es devastador para el paciente y para sus familiares. Más de 47 millones de personas sufren ya demencia en el planeta. Y la Organización Mundial de la Salud espera 135 millones de casos para 2050.

(Fuente: *The Lancet*)

HALLAN LA FORMA DE DETENER LA PROGRESIÓN DE LA MUERTE NEURONAL EN EL ALZHEIMER O ICTUS

El axón es la parte de la neurona que, con forma alargada o 'tubular', se encarga de transmitir la información a través de la célula. O dicho de otro modo, los axones son como los 'cables conductores' de las neuronas que permiten que los impulsos eléctricos se propaguen a través de los nervios -que no son sino la disposición en fila de muchas neuronas-. Tal es así que la degeneración de estos axones es uno de los mecanismos principales que dan lugar a la aparición de las enfermedades neurológicas. De hecho, y como muestra un estudio llevado a cabo por investigadores de la Universidad de Virginia en Charlottesville (EE.UU.), los axones que, como consecuencia de una lesión, activan su programa de muerte celular, convencen a sus vecinos para que les acompañen, desencadenando así un proceso de degeneración neuronal que explica que las enfermedades neurológicas sean tan devastadoras y permanentes. Pero no todo son malas noticias: el estudio también muestra una manera de detener toda esta cadena de destrucción. Y para ello, 'solo' hay que 'silenciar' al axón moribundo.

(Fuente: www.abc.es)

NOTICIAS BREVES

IDENTIFICADA UNA PROTEÍNA CLAVE EN LA PÉRDIDA DE MEMORIA EN EL ALZHEIMER

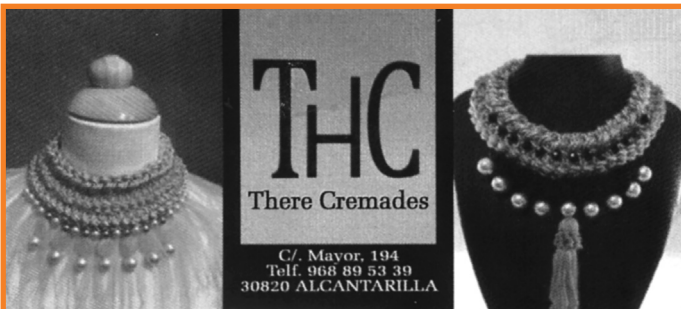
La inactivación de la proteína 'Efexina5', anormalmente elevada en el cerebro de los pacientes con alzhéimer, previene el deterioro cognitivo en modelos animales.

(Fuente: www.ceafa.es)

DETERMINAN QUE EL CAFÉ PUEDE PROTEGER FRENTE A LA DEMENCIA

Un estudio de la Universidad de Indiana, Estados Unidos, concluyó que la cafeína tiene el potencial de proteger contra la demencia y otros trastornos neurodegenerativos pues aumenta la producción de una enzima llamada nicotinamida mononucleótido adenilil transferasa 2 (NMNAT2), que bloquea los procesos asociados al desarrollo de la demencia.

(Fuente: www.isanidad.com)

 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
--	---



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 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

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



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

TOMAS ALBURQUERQUE SANCHEZ

Mayorista de Vinos



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



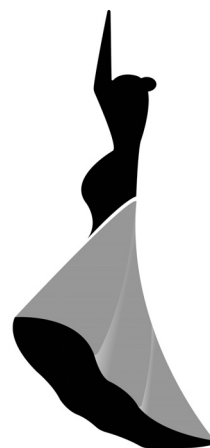
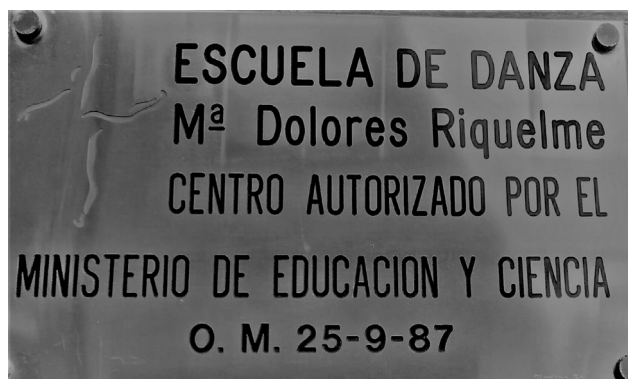
Orgánicos Sangonera S.L.

Avenida Lorca, 110
30835 Sangonera la Seca
Murcia

SUPERMERCADO



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



CARMEN ROMERO
ACADEMIA DE BAILE

MEMORIA ACTIVIDADES AFADE 2016

- **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 2016, 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 | |
| ♦ Reciclaje | |

- **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.

- **Aula de Encuentro de Familiares y Cuidadores:** Durante este año 2016 se ha puesto en marcha este nuevo servicio, y se dirige fundamentalmente, a familiares y cuidadores de personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencias. Se trata de un espacio dinámico y participativo, en el que familiares y cuidadores adquieren protagonismo absoluto, teniendo este espacio distintas finalidades, para adaptarse así, a las necesidades y demandas que éstos manifiestan. Así, funciona como espacio de formación, autoayuda, ocio y tiempo libre, etc.

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Jornadas de Formación (Abril 2016)



Jornadas de Formación (Abril 2016)



Celebración de Cumpleaños en el CED de AFADE (Abril 2016)



Visita de la Directora General del IMAS (Abril 2016)



Estimulación Cognitiva CED de AFADE (Mayo 2016)



XII Marcha Solidaria POR EL ALZHEIMER (Mayo 2016)



XII Marcha Solidaria POR EL ALZHEIMER (Mayo 2016)



Terapia Ocupacional CED de AFADE (Junio 2016)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Jornada de Puertas Abiertas con motivo del Día Mundial (Septiembre 2016)



Mesas Petitorias Día Mundial del Alzheimer (Septiembre 2016)



Gala de Danza Academia M^a Dolores Riquelme (Septiembre 2016)



XVI Cena Benéfica de AFADE (Octubre 2016)



XVI Cena Benéfica de AFADE (Octubre 2016)



V Fiesta Infantil Solidaria. Organizada por Chamai Servicios (Octubre 2016)



Gala de Danza Nuevo Ballet Joven Flamenco de la Región de Murcia (Octubre 2016)



Visita Base Aérea de Alcantarilla con usuarios del CED de AFADE (Octubre 2016)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Salida con usuarios del CED de AFADE a Murcia (Noviembre 2016)



Talleres en el CED de AFADE (Noviembre 2016)



Danzaterapia en el CED de AFADE (Noviembre 2016)



Musicoterapia en el CED de AFADE (Diciembre 2016)



Gala de Música Benéfica Academia Asun Asensio (Diciembre 2016)



Visita de los Reyes Magos al CED de AFADE (Enero 2017)



Taller de Cine-Forum (Enero 2017)



Estimulación Sensorial en el CED de AFADE (Febrero 2017)

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Gala de Danza Academia Carmen Romero y Víctor Campos (Febrero 2017)



Fiesta de Carnaval conjunta Centros de Mayores de Alcantarilla (Febrero 2017)



Fiesta de Carnaval en el CED de AFADE (Febrero 2017)



Visita del CES Samaniego. FP Auxiliar de Enfermería (Febrero 2017)



Jornada Intergeneracional en el CED de AFADE. CEIP La Salud (Febrero 2017)



Gala MQC AFADE (Marzo 2017)



Gerontogimnasia en el CED de AFADE (Marzo 2017)



Jornada Intergeneracional en el CED de AFADE. CEIP Campoamor (Abril 2017)

ACTIVIDADES Y EVENTOS AFADE 2017

- **Gala Benéfica de Baile**, Academia Carmen Romero y Víctor Campos. 10 Febrero de 2017. Centro Cultural Infanta Elena (Alcantarilla).
- **Gala “Mira quién baila!!!”**, a cargo de los Profesionales y Amigos de AFADE. 3 Marzo de 2017. Centro Cultural Infanta Elena (Alcantarilla).
- **Curso de Formación para Voluntarios y Familiares**. 4, 5 y 6 Abril de 2017. Centro AFADE-Alcantarilla.
- **XIII Marcha Solidaria**. 5 Mayo de 2017.
- **Misa Huertana en Memoria de los Difuntos por la Enfermedad**. 17 de Septiembre de 2017. Parroquia Nstra. Sra. de la Asunción. (Alcantarilla)
- **Día Puertas Abiertas**: 21 Septiembre de 2017. Día Mundial del Alzheimer.
- **Mesas Petitorias e Informativas**, con motivo del Día Mundial del Alzheimer (21 de Septiembre). 20 Septiembre de 2017, Calle Mayor (Alcantarilla).
- **Gala Benéfica de Baile**, a cargo de la Academia de M^a Dolores Riquelme. 21 Septiembre de 2017. Centro Cultural Infante Elena (Alcantarilla).
- **V Ruta Senderista Solidaria de AFADE**. 24 Septiembre de 2017. Lugar por determinar.
- **XVII Cena Benéfica de AFADE-Alcantarilla**. 6 Octubre de 2017. Mesón la Torre (Puente Tocinos).
- **VI Fiesta Infantil de AFADE**, organiza CHAMAI Servicios. 21 Octubre de 2017. Lugar por determinar.
- **Gala de Música Benéfica**, a cargo de la Academia de Música Asun Asensio. Diciembre de 2017. Lugar por determinar.
- **Charlas y actividades de concienciación y sensibilización**. Desarrolladas a lo largo del año, en diferentes lugares de interés (centros de formación, universidades, centros sociales, ayuntamientos, centros de salud, etc.)

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

AGRADECIMIENTO A LOS VOLUNTARI@S DE AFADE-ALCANTARILLA

En AFADE-Alcantarilla nos sentimos orgullosos y tremendamente afortunados por vuestra solidaridad y compromiso. Vosotros y vosotras, voluntarios y voluntarias de AFADE, sois más que una mano que ayuda, más que una persona que apoya: sois aire fresco, motivación, esfuerzo y superación para nuestra entidad y para todos nuestros profesionales.

Por ello, desde estas líneas, deseamos mostrar la relevancia de voluntarios y voluntarias para nuestra entidad, ofreciéndoo el reconocimiento que vuestra labor merece.

Usuarios, familiares, Junta Directiva y profesionales de AFADE-Alcantarilla os damos las gracias por vuestra labor desinteresada, a los que estáis ahora, y a los que estuvieron en el pasado, pues sois ejemplo para toda la sociedad, animándoos a continuar con vuestro trabajo altruista.

Muchísimas gracias!!!



Grupo Logístico Barquero

TRANSPORTE NACIONAL

trafico@transportesbarquero.com

Barquero Logística S.L.

C/ Perito agrícola Juan López, s/n. 30820, Alcantarilla (Murcia)

Tlf.: 696 427 136 - 696 427 138

Bosch Car Service



Bayona y Marín

C/ Alcalde José Pérez García, 6 y 8
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Tel.: 968 894 244 Fax 968 893 927
E- mail : bayomar@bosch-bcs.com
bayomar-admin@bosch-bcs.com

- Inyección de Gasolina
- Inyección Diesel
- Electricidad / Electrónica
- Encendido
- Chapa y Pintura
- Frenos, ABS ,ESP
- Mecánica de Mantenimiento
- Mecánica de Motor
- Sistemas de Refrigeración
- Aire Acondicionado

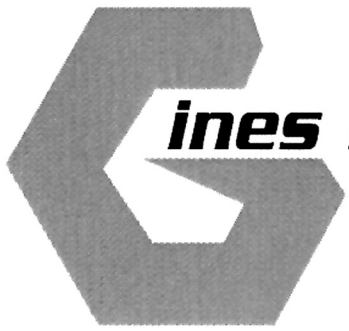


Karina
*Aceitunas y Fecurtidos
tradicionales*

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



ines Mayor Gil

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

AFADE-ALCANTARILLA AMPLÍA SU COLABORACIÓN CON EL INSTITUTO MURCIANO DE ACCIÓN SOCIAL (IMAS)

IMAS instituto murciano
de acción social



Recientemente, la Dirección Gerencial del Instituto Murciano de Acción Social (IMAS) de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades, ha ampliado en 7 las plazas que ya tenía concertadas en el Centro Terapéutico de Estancias Diurnas de AFADe-Alcantarilla.

De esta forma, ya son 33 las plazas públicas con las que cuenta nuestro Centro Terapéutico de Estancias Diurnas, y a las que cualquier ciudadano en situación de dependencia de la Región de Murcia puede acceder.

Este hecho supone una muestra de la confianza que el Instituto Murciano de Acción Social deposita en AFADe-Alcantarilla, debido fundamentalmente, a la correcta gestión, y a la profesionalidad y calidad que intentamos ofrecer en cada uno de los servicios y programas que desarrollamos en nuestro centro de estancias diurnas.

Esta ampliación de plazas ha sido muy celebrada por la Dirección de AFADe-Alcantarilla, puesto que además de significar el reconocimiento de IMAS a la labor desarrollada por la entidad a lo largo de más de 8 años de estrecha colaboración, va a suponer una mayor cobertura de servicios para el colectivo de personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencias en la Región de Murcia.

Desde aquí, AFADe-Alcantarilla y todas las personas que componen la asociación, deseamos dar las gracias al IMAS y a la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia por la confianza mostrada, asegurando que transformaremos esta confianza, en esfuerzo y superación diaria para ampliar y mejorar la atención que cada día ofrece a las personas afectadas por esta enfermedad, rogándoles además, que sigan apoyando nuestra entidad, pues toda ayuda es poca para atender a un colectivo muchas veces olvidado.



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)

Peluqueros
DELFI
Estilista

 *Asunción Asensio*
Academia de música



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.

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

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

info@proquicelhigiene.com
C/ Enrique IV, nave 4
30835 Sangonera la Seca

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



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

PARA MI MANCHEGO PREFERIDO

Si cierro los ojos... te veo volver del trabajo cantando, mostrándonos rincones donde la naturaleza es espectacular, sentado en el sillón leyendo o escuchando música, preparando la leña para una barbacoa a la que has invitado a todo quisque, abriendo la puerta al necesitado que vino pidiendo una ayuda, y que tu sentaste en nuestra mesa.

Si acerco el oído... te escucho decir que soy tu luna plateada, que los jueves no ponemos la tele porque es bueno que dediquemos, al menos un día, a la comunicación familiar, que te han quitado la caña de pescar, pero no pasa nada porque seguro les hacía más falta que a ti, que es mejor que te tomen por tonto de bueno que eres, que responder con una mala acción a un agravio.

Si te abrazo fuerte... siento el cobijo que me has dado siempre, la fuerza que me acompaña por el amor que me tienes, lo especial que siempre me has dicho que soy.

Ahora no estamos solos, tenemos un compañero de viaje al que no hemos invitado, pero ha venido a quedarse. Se está esforzando por hacernos creer que ya no nos conocemos, que cada día se rompe algo en nuestras vidas y que aunque luchemos va a ganarnos la batalla. No es posible. Llega tarde.

Hace mucho tiempo que se quién eres, que me enseñaste a reconstruir lo que se derrumba, y que entendí que en las luchas siempre ganamos si sabemos aprender del camino que nos hacen seguir.

Tú y yo siempre hemos dicho que tenemos suerte, que somos afortunados porque la vida nos ha dado mucho. Ahora permíteme dar las gracias en nombre de los dos al devenir por concedernos el don de sentirnos para siempre.

TE QUIERO.

VICENTA MARTÍNEZ PARDO
Pedagoga de AFADE



Después de dos años en AFADE no puedo estar más orgullosa de todos los usuarios. Cada día es un reto, una superación y todo eso gracias a los compañeros que les motivan para seguir adelante y demostrar lo que valen se ayudan a superar los obstáculos de la vida cuidando los unos de los otros. Forman una gran familia que se escucha, comparte, se divierte y confían en sus amigos. Caminando juntos de la mano se sienten mucho mejor. Por mi parte pueden confiar en mí porque yo siempre estaré ahí para motivarles, darles seguridad y recordarles lo importantes que son en el día de día de AFADE.

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 esquinazo



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



RESILIENCIA

A veces la vida nos plantea situaciones difíciles donde nos cuestionamos si seremos o no capaces de seguir hacia delante. Uno de los términos que más me gusta en psicología es el de resiliencia. La resiliencia es la capacidad que tiene el ser humano de sobreponerse a situaciones límite e incluso salir fortalecido de ellas. Las personas resilientes no sólo son capaces de aceptar, adaptarse y superar la adversidad que les ha tocado vivir, sino que además la utilizan para crecer y desarrollarse a nivel personal.

y profesional, he podido conocer a pacientes y familias cuya vida les ha entrenado duro para ser ejemplo de resiliencia. Esta capacidad se entrena, no nacemos siendo resilientes o no, sino que las experiencias de vida nos enseñan a serlo. Afade es una oportunidad de aprendizaje y entrenamiento tanto para los profesionales que componemos la asociación, como para voluntarios, alumnos y por supuesto, los protagonistas principales, los usuarios y sus familias.

Como diría Darwin, “No es la especie más fuerte la que sobrevive, ni la más inteligente, sino la que mejor responde al cambio”, y es que, la vida se mueve constantemente, el cambio es un hecho y debemos preverlo, controlarlo y adaptarnos rápidamente al mismo.

DIANA MOLINA MARTÍ
Neuropsicóloga 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**

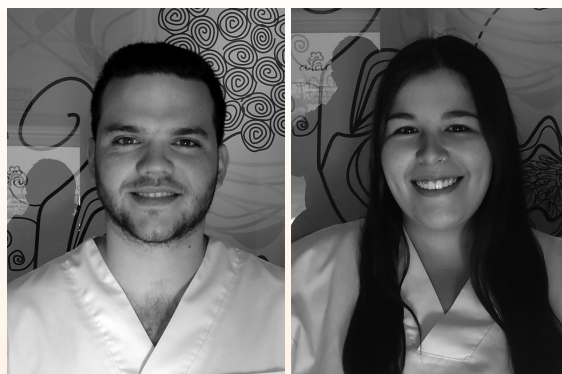
C/. Perú, Parc. 6/1 - Pol. Ind. Oeste
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 609 57 15 37
franciscarutomocion@hotmail.com

Desde la práctica de la fisioterapia en AFADE, tanto individual como grupal, se busca retrasar la progresión del deterioro físico, que hace mella en la capacidad funcional de nuestros usuarios. Somos Adrián y Marta, fisioterapeutas de AFADE y como tal nos encargamos del bienestar físico de nuestros usuarios. Para ello, aplicamos todos nuestros conocimientos combinando terapias individuales y grupales.

En las sesiones individuales examinamos, valoramos y aplicamos diversas técnicas de terapia manual, así como distintos agentes físicos coadyudantes en relación a las necesidades de cada uno de nuestros usuarios. Por otro lado, en las terapias grupales, realizamos sesiones de gerontogimnasia, cuyo objetivo es una movilidad progresiva y adaptada de todas y cada una de las articulaciones presentes en el cuerpo, con la inestimable ayuda de distintos juegos de psicomotricidad para que la sesión sea más amena.

Siempre buscamos, adaptándonos a las posibilidades que nos ofrecen nuestros distintos usuarios, mejorar o mantener en la medida de lo posible sus capacidades físicas y estado funcional, para lograr una mayor independencia en las actividades de la vida diaria mejorando su día a día.

Por último, y no menos importante, no podemos olvidarnos de su estado emocional, algo fundamental que nos incumbe directamente, pese a no estar relacionado íntegramente con las capacidades funcionales y aptitudes físicas. Les damos nuestro cariño y comprensión e intentamos sacarles la mejor de sus sonrisas día a día, haciendo más fácil su vida.



MARTA VALENCIANO Y ADRIÁN ÁLVAREZ
Fisioterapeutas 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

AUTORECAMBIOS **GIMO-SUR**
ALCANTARILLA

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

Driver[®]
Neumáticos y Servicios

NEUMÁTICOS MARÍA HERNÁNDEZ, S.L.
Vda. de Matías Guzmán
Avenida Príncipe, 43 · 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfono: 968 80 17 31 - neumaher@grupo-driver.com

TALLER DE VENTA Y REPARACION DE FURGONES FRIGORIFICOS Y LONAS



INSTALACIONES EN
SANGONERA LA SECA (MURCIA)

SERVICIO OFICIAL



INSTALACIONES EN
ANTAS (ALMERIA)

TRABAJAMOS CON PERSONAS, NO CON ENFERMEDADES

Por suerte, aunque creo más bien, por necesidad, cada vez se conoce más sobre Alzheimer, sobre sus síntomas, sus efectos, etc, pero con frecuencia este conocimiento es utilizado “inconscientemente” para estigmatizar al sector de población que sufre la enfermedad; y digo estigmatizarlo, dado que para todos nosotros es cotidiano escuchar comentarios del tipo “tiene Alzheimer, está perdiendo la cabeza”, “se le olvidan las cosas porque tiene Alzheimer”, “el Alzheimer provoca que esté agresivo”, cuando nos referimos a personas que sufren esta enfermedad. Sinceramente, creo que este es el primer paso para afrontar el enorme reto que la enfermedad de Alzheimer va a plantear a nuestra sociedad, el que se reconozca y se hable de ella, pero recalco lo de primer paso, dado que no nos damos cuenta de que al realizar este tipo de comentarios, olvidamos a la persona que hay tras la enfermedad y nos centramos en el síntoma, en la enfermedad.



Los profesionales que trabajamos con este colectivo, tenemos siempre presente que tras una crisis de agresividad, un comentario inapropiado o una obsesión irracional, está siempre la persona, y que esa situación es solo producto, solo un síntoma, de la enfermedad. Es habitual que al principio del diagnóstico, los propios familiares de la persona enferma no entiendan esto mismo, achacando incómodas situaciones a la voluntad del enfermo, y enfrentándose por ello, a una travesía de discusiones, enfados, penas y nostalgias, hasta que llegan a ese oasis de sosiego en el que logran comprender que todo ello es producto de la enfermedad, y que tras los síntomas, está siempre la persona, ese padre o esa madre, ese marido o esa esposa.

Hasta que nuestra sociedad no sea capaz de avanzar y ver más allá del síntoma de la enfermedad, para encontrar a la persona, no existirá una conciencia y sensibilidad real respecto al Alzheimer.

En AFADE trabajamos con personas, no con enfermedades, luchando cada día por defender y mantener la dignidad de las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias.

RUBÉN CARRIÓN MARTÍN
Trabajador Social de AFADE



HISPÁNICA[®] de GLOBOS

Balloons, we produce



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



Hotel *** Restaurante
La Paz



CADA DIA ES UN DIA NUEVO

Los auxiliares de Afade queremos enfocar nuestro artículo hacia el cuidador principal.

Las necesidades de nuestros usuarios pueden variar dependiendo de las circunstancias, un evento significativo, un cambio de hábito por motivos

inesperados pueden provocarle una reacción de estrés al usuario. No siempre se puede prevenir pero en los casos que se pueda es muy importante planificar estrategias, esto hará que reduzca la sobrecarga en el cuidador.

Nosotros que estamos con ellos diariamente sabemos que lo que hoy nos sirve mañana ya no nos vale pues su enfermedad avanza, cada vez que nos encontramos con casos de estos nos acordamos mucho de vosotros sus cuidadores. Aquí en este punto es cuando queremos resaltar el título de nuestro artículo, entendemos perfectamente vuestra preocupación cuando hay en ellos algún cambio y por ello queremos deciros que estudiamos las necesidades y la nueva situación, ponemos todos nuestros medios y conocimientos, pues nuestro objetivo no es otro nada más que el bienestar de nuestro usuarios.

Insistimos como todos los años que aquí estamos para cualquier necesidad que tengáis, no dudéis en consultarnos.

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

NOTICIAS BREVES

ICTUS Y DEMENCIA: ASÍ DE ESTRECHA ES LA RELACIÓN

Ictus y demencia suelen ir de la mano en demasiadas ocasiones. La demencia llega a afectar hasta un cuarto de las personas que experimentan un ictus. La prevención es clave para evitar mayor deterioro.

(Fuente: www.2ti.es)

TRATAR LA DEMENCIA EN ETAPAS TEMPRANAS, CLAVE PARA EL ÉXITO

El objetivo de la demencia en las primeras etapas de la enfermedad podría ser crítico para el éxito de las terapias futuras, según los investigadores de la Universidad de Bristol, en Reino Unido, que han encontrado que los síntomas más tempranos de la demencia podrían deberse a la estabilidad anormal en las conexiones de células cerebrales en lugar de la muerte del tejido cerebral, que se produce después.

(Fuente: www.infosalus.com)



OIKOS - PRAXIS

CONSULTORES PROFESIONALES, S.A.L.

CAMPAÑA RENTA 2016
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@legumbresfuensantica.com



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)



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

NOTICIAS BREVES

EL ALZHEIMER SUSTITUYE AL VIH EN EL "TOP TEN" DE LA MORTALIDAD MUNDIAL

La Organización Mundial de la Salud publicó en Marzo de este año el ranking de las 10 principales causas de muerte a nivel global, que siguen liderando las cardiopatías isquémicas y los accidentes cerebrovasculares, en el que se cuela por primera vez el Alzheimer y otras demencias, tras duplicarse su mortalidad en los últimos 15 años, y del que sale el VIH/Sida.

(Fuente: OMS)

UNA SIESTA MODERADA PODRÍA MEJORAR LA FUNCIÓN CEREBRAL EN PERSONAS MAYORES

Hacer una siesta de una hora por la tarde podría mejorar tanto la memoria como la claridad mental de las personas mayores, según un estudio realizado en población china. El estudio incluyó una cohorte de 2.974 personas mayores de 65 años. Los investigadores observaron los hábitos de sueño nocturno de los participantes y si hacían una siesta o no por la tarde para determinar si este descanso adicional durante el día tenía algún efecto en su función cerebral.

(Fuente: www.neurología.com)

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

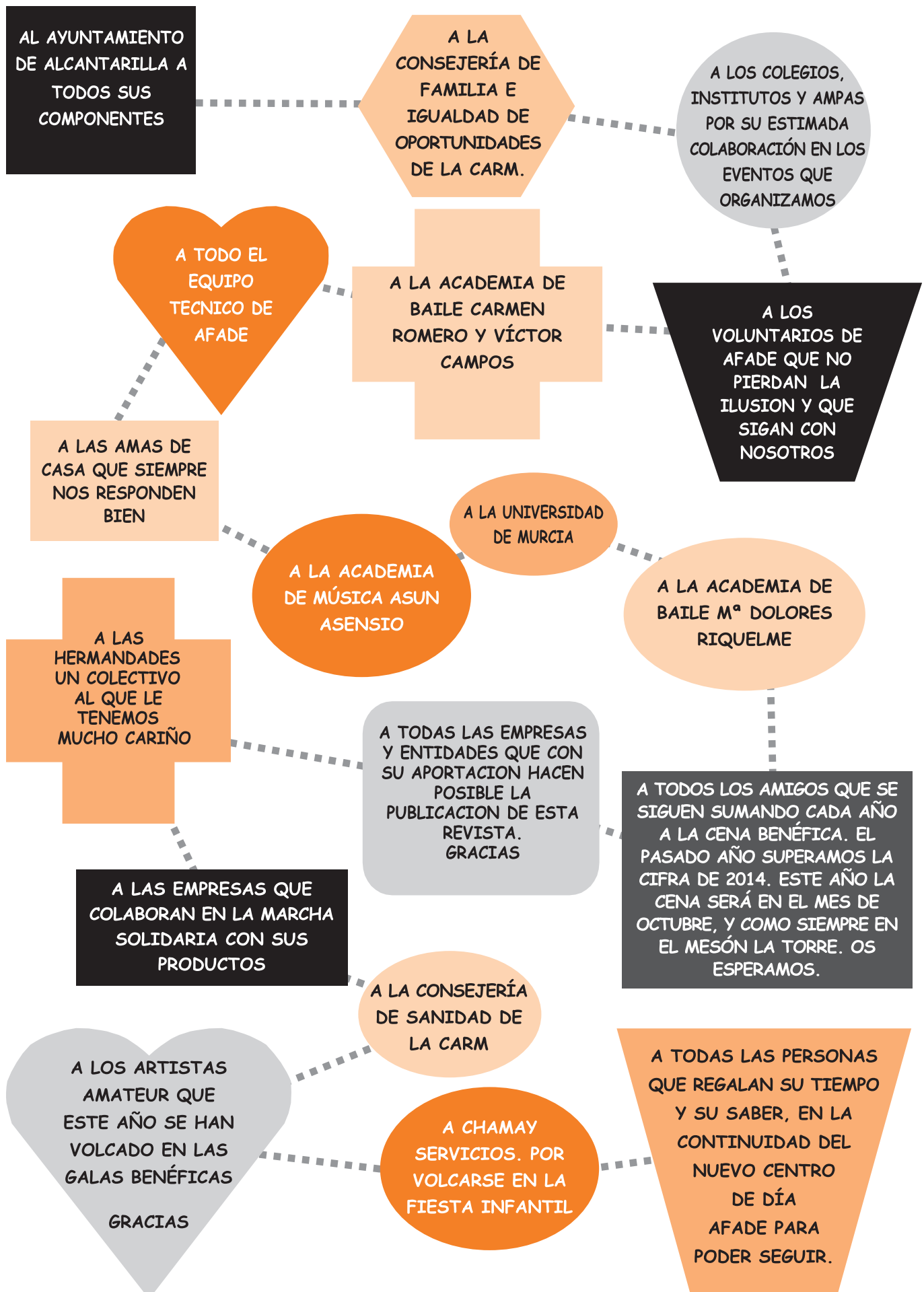


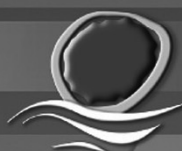
**CENTRO PSICOLÓGICO Y
LOGOPÉDICO**

Infantil y Adultos

**AURORA AULLÓ CARRILLO Y
ANA LÓPEZ SANDOVAL**
PSICÓLOGAS Y LOGOPEDAS

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





cajamar

CAJA RURAL

comprometidos contigo
comprometidos con lo nuestro



"la Caixa"

ALCANTARILLA - CAMPOAMOR

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

En AFADÉ también se realizan colaboraciones con distintas entidades, subvencionando éstas parte de algunos de los proyectos que desarrolla AFADÉ. 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



Región de Murcia
Consejería de Sanidad



☒ POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



FUNDACIÓN CAJAMURCIA



Obra Social "la Caixa"



FUNDACIÓN

cajamar