

Actividades de la Asociación

Miércoles 9 de marzo:

Asamblea General Ordinaria.

A las 20.00 h en primera convocatoria y a las 20.30 h, en segunda convocatoria.

Lugar: aula A001 de la Casa de Cultura de Villena.

Miércoles 9 y jueves 10 de marzo:

Taller de sensibilización escolar.

Lugar: Colegio El Grec.

Domingo 13 de marzo:

Jornada de puertas abiertas del Centro de Día Alzheimer.

En horario de 10.00 a 13.00 h.

Viernes 29 de abril:

Celebración del Día Europeo de la Solidaridad Intergeneracional.

Actividad destinada a familiares y asociados de todas las edades, para compartir una tarde en las instalaciones del Centro de Día.

En horario de 15.30 a 17.30 h.



Asociación de Familiares y Amigos
de Enfermos de Alzheimer
de Villena y Comarca



M. I. AYUNTAMIENTO DE VILLENA
CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL



GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SOLITARITAT I CIUTADANIA
CONSELLERIA DE BENESTAR SOCIAL

La Brújula.
Nº 2. Marzo 2011.
Depósito legal: A-792-2010

Edita: Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer de Villena y Comarca (Declarada de utilidad pública).

Imprime: Grafitres S.L.

Diseña y maqueta: Andre.

Revista *La Brújula*

Nº 2
Marzo 2011

Editada por la Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer de Villena y Comarca
(Asociación declarada de utilidad pública)



EL CENTRO DE DÍA YA ES UNA REALIDAD

“Abrimos este segundo número de la revista La Brújula compartiendo con todos vosotros la alegría que derrochamos el pasado 26 de enero, día en el que el anhelado Centro de Día abrió oficialmente sus puertas.”

Paqui Gandía
Presidenta



La Brújula...

Abrimos este segundo número de la revista La Brújula compartiendo con todos vosotros la alegría que derrochamos el pasado 26 de enero, día en el que el anhelado Centro de Día abrió oficialmente sus puertas. Sois muchos los que disfrutasteis con nosotros ese día, pero los que no estabais presentes también nos acompañabais porque habéis formado parte de este proyecto que ya comenté el día de la inauguración que ha sido un puzzle, un encajable en el que todas las piezas han sido imprescindibles.

Paqui Gandía
Presidenta

Junta directiva

Presidenta: **Francisca Gandía Hernández**
Vicepresidenta: **Ángela Moya García**
Secretario: **Ángel Sánchez Bravo**
Tesorera: **Carmen Francés Barceló**
Vocales: **Pepa Espasa Ibáñez**
Bernardo García-Forte Amorós
Concepción García Hernández
Mª Teresa Alberó Sarrió

AFA Villena
C/ Del Agua, 10
VILLENA (03400)

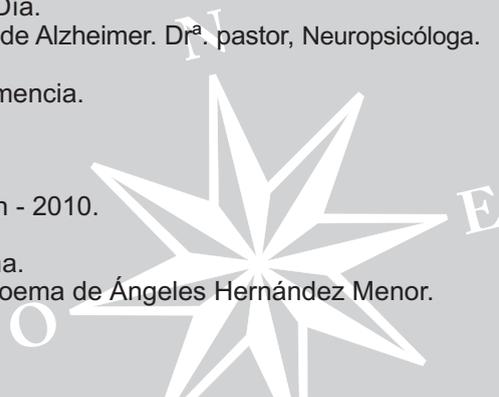
Teléfono: **965 80 67 01**
E-mail: alzwillena@hotmail.com
Blog: alzheimer.villena.org

Teléfonos de Interés

Cruz Roja.....965802012
Ayuntamiento.....965801150
Policía Local.....965346044
Guardia Civil.....965346058
Urgencias.....112
Bomberos.....085
Centro Sanitario Integrado...965823123
Iberdrola.....901202020
Viagua.....609625019
Juzgados.....965800372
Centro de Salud 1.....965806211
Centro de Salud 2.....965808342
Renfe.....902240202
Servicios Sociales.....965800393
Información al consumidor...965346284

Sumario

- P
á
g
i
n
a
- 1 La Brújula... Editorial. - Junta Directiva. - Teléfonos de interés. - Sumario.
 - 2 El Centro de Día ya es una realidad.
 - 3- 4 Entrevista a los usuarios del Centro de Día.
 - 5 Fases del diagnóstico en la Enfermedad de Alzheimer. Dr.ª pastor, Neuropsicóloga.
 - 6 Fundación Pasqual Maragall.
 - 7 Hábitos dietéticos en el anciano con demencia.
 - 8 Desmitificando... El sexo en la vejez.
 - 9 Alzheimer.
 - 10 Centro de Día Alzheimer.
 - 11 Memoria de actividades de la Asociación - 2010.
 - 12 El Voluntariado.
 - 13 Buzón del lector. - Los serenos de Villena.
 - 14 Libro a la venta. - Ratón de biblioteca: poema de Ángeles Hernández Menor.
 - 15 Actividades de la Asociación.



El Centro de Día ya es una realidad

El Centro fue inaugurado por la Sra. Consellera de Bienestar Social y la Sra. Subdelegada del gobierno, junto con nuestra Alcaldesa Dña. Celia Lledó y Dña. Mª José García Herrero, Diputada autonómica. Nos acompañaron y compartieron nuestra felicidad, miembros de la corporación municipal, presidentes de asociaciones de Alzheimer de toda la comunidad y el presidente de FEVAFA, representantes de otras asociaciones de Villena, antiguos directivos, representantes de entidades de ahorro y socios, así como distintos medios de comunicación locales y nacionales. A todos ellos quiero manifestar nuestra gratitud al ser partícipes de un momento tan especial, que personas conocedoras de estos centros, nos confirmaron que éste es único por capacidad, espacio, condiciones ambientales y equipamiento.

El capítulo de agradecimientos llenaría las páginas de esta revista, pero sí quiero destacar la labor de todas las aportaciones de socios y población de Villena que han colaborado con su donativo en las cuestaciones, lotería y actos benéficos, haciendo posible que esta asociación sufragara íntegramente el proyecto de ejecución del Centro. Por otra parte, agradecer a nuestro ayuntamiento la inclusión del proyecto en las obras del Plan E del gobierno central, así como la ayuda para realizar el traslado desde el Centro S. Agustín en la pedanía de las Virtudes, que con tanto cariño nos acogió en sus instalaciones durante cinco años. Por medio de la Sra. Subdelegada del gobierno en Alicante manifestamos nuestra gratitud al gobierno central por la inversión realizada en la construcción del Centro. Y tuvimos la ocasión de agradecer a la Sr. Consellera de Bienestar Social la subvención total del equipamiento.

Ahora el Centro es una realidad, pero los retos para esta asociación siguen. Hay que conseguir que las subvenciones necesarias de Consellería, Ayuntamiento, Diputación y Cajas de Ahorros que nos permitan sufragar los gastos para atender como se merecen a los que dieron todo por nosotros, y que ahora debido a una enfermedad, no son nada sin nuestra ayuda, porque poco queda de lo que fueron cuando la memoria los abandonó y borró su pasado y su presente.

Gracias a todos:
Paqui Gandía
Presidenta



Entrevista a los usuarios del Centro de Día

Usuarios entrevistados: Virtudes Beneito, Adelina Pujalte, Carmen Maestro, José López, Virtudes Sánchez, Damiana Gandía, M^a Cruz Valero y Francisco García.

¿Qué os parece el nuevo Centro, estáis contentos?

Adelina: Venimos contentísimos, hacemos gimnasia, jugamos a los bolos y a la petanca.

Virtudes B.: Vengo contenta, pero mi marido se queda solo, le digo que venga pero no quiere.

Adelina: Pues yo me lo dejo solo y me quedo muy tranquila. Yo estoy contentísima.

Damiana: Se pasa la mañana sin sentir. Íbamos a "la Paz", a mí me gusta ésto más.

M^a Cruz: A mí me gusta esto más porque es nuevo, tiene habitaciones nuevas y muy grandes.

¿Qué tal la comida?

Adelina: La comida es rica, rica. Nos lo comemos muy a gusto.

Damiana: La comida está bien presentada y bien guisada.

M^a Cruz: Nos dan tres platos y luego la fruta.

¿Habéis notado el cambio de un Centro a otro?

Francisco: Mejor que cuando íbamos a "la Paz". Aquí venimos en coche, bajo en la "puerta de Almansa" y de allí a casa.

M^a Cruz: No nos ha costado nada acostumbrarnos.

¿Os parece bien el horario que tenéis?

Virtudes S.: El horario está muy bien.

Damiana: Es buena hora. A esas horas estamos levantadicas y con las camas hechas.

Francisco: Nosotros somos los que más disfrutamos de coche, porque subimos los primeros y bajamos los últimos.

¿Venir aquí es una buena ocasión para hacer amistades y pasarlo bien?

Damiana: Muy buenas amistades. Las conozco a todas pues íbamos a "la Paz".

Virtudes S.: Lo paso de maravilla con mis compañeros.

José: Nos juntamos para comer siempre. A mí no me ha costado hacer amistades.

¿Pensáis que viniendo aquí, aprendéis y lo pasáis bien, sin perder el calor de la familia?

Francisco: Aquí estamos mejor que en casa.

Virtudes B.: Yo estoy bien, pero mi marido está solo en casa.

Adelina: Mi marido quiere que venga. Aquí estoy de maravilla.

José: Me gustaría estar con mi familia.

Virtudes S.: Me gusta estar aquí, porque con la familia estoy toda la vida.

Damiana: Claro que me gusta venir aquí. Soy solica, mi madre se murió, éramos 3 hermanos y 2 hermanas.

M^a Cruz: Aquí estoy muy bien, muy bien. Yo todo el día no puedo estar con mis hijos, tienen instituto.

Francisco: Contentísimo de estar y comer con todos los que están aquí.

¿Os gustaría hacer algún taller o actividad nuevos?

Damiana: Hacer alborgas.

Adelina: Yo ya he hecho mucho de eso, yo vengo aquí muy a gusto.

José: Yo estar con los albañiles y trabajar con colores.

Francisco: Vosotras a coser y nosotros a jugar al dómimo. Y si algún día se rompe algún tabique lo arreglo yo.

Adelina: Yo hago tortas secretas en casa.

¿Os gustaría que hubiese animales de compañía?

Francisco: Un par de canarios estaría bien.

Adelina: A mí no me gustan los perros.

Carmen: Yo he tenido antes y no me gustan.

¿Cuál es el momento del día que mejor lo pasáis?

M^a Cruz: El rato de la gimnasia.

Carmen: El ratico que estamos todos juntos,

Francisco: Cuando nos explica cosas la señorita en la pizarra. Y la comida, que es cuando más charramos.

Virtudes S.: La comida, y la noche con mi marido.

Virtudes B.: El de la comida.

José: La comida.

¿Qué parte de vuestra vida os gusta más, la de niños o la de ahora?

Adelina: Cuando me enamoré del hombre de mi vida, mi marido.

Virtudes S.: Me gustan todas las partes.

Virtudes B.: A mí me gusta más ahora. De pequeña era niñera y nunca estaba en casa.

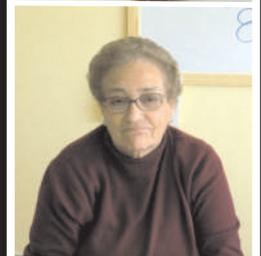
M^a Cruz: Cuando estábamos las 7 hermanas juntas en casa.

Francisco: Nosotros éramos 8 hermanos.

¿Nos podéis contar algo sobre los "SERENOS"?

Virtudes B.: Los serenos iban por las calles y cantaban las horas "son las 12 y media".

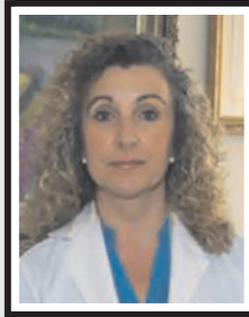
Francisco: Había varias personas, cada mes le tocaba a una. Iban voceando por las calles de noche "el sereno.....son las doce de la noche, es la hora de irse a la cama".



Fases del diagnóstico en la Enfermedad de Alzheimer

Esta vez quería enfocar la exposición desde otro punto de vista, ese punto que vivimos todos los días pero que nunca ponemos encima de la mesa.

Por suerte a lo largo de mi vida profesional, he tenido la oportunidad de poder abordar esta enfermedad, a los pacientes, a sus familiares y a su entorno desde ámbitos tan diferentes como: la investigación, consulta diagnóstica, centro de día de asociación, residencia geriátrica, sanidad pública y sanidad privada. Este recorrido me ha permitido aprender aquellas cosas que no se aprenden en la Facultad de Medicina.



Estas vivencias me han hecho valorar cosas tan importantes desde el punto de vista humano, como es saber cómo viven y sienten los familiares el recorrido desde la incertidumbre hasta el diagnóstico de la enfermedad y sus diferentes fases clínicas. Pero mucho más importante, es que me ha permitido aprender, valorar o rechazar como médico y persona, la forma cómo transmitimos los profesionales el diagnóstico de la enfermedad.

Qué importante es dar el primer paso ante la inseguridad y el miedo a no querer que nos digan "algo" que no queremos oír de un ser querido, y qué importante es que el profesional se involucre ante la sospecha, y realice las gestiones oportunas para ese posible diagnóstico; que si bien actualmente no podemos curar, sí con una actitud positiva y menos entretenida en burocracias, podemos paliar, en beneficio de enfermos y familiares.

Como profesionales, ¿qué elementos intervienen en la transmisión del diagnóstico?

- **Información** (es una obligación ética inexcusable), **sin prisas y suficiente**.
- **Comunicación: Lenguaje comprensible, actitud comunicativa** (responder a todas las preguntas).
- **Favorecer la confianza**.
- **Respetar la confidencialidad**.

Simplemente es hacer nuestro trabajo de la mejor manera posible, buscando siempre "lo mejor" o "el mayor bien" para el propio paciente.

Con todos los elementos éticos, una buena práctica clínica, más una adecuada urdimbre familiar, podremos impulsar el desarrollo de una asistencia sanitaria que tenga como objetivo primordial:

"La calidad asistencial y la excelencia profesional"

Muchas gracias a todos vosotros queridos profesionales y socios de la Asociación de Villena, pues sois ejemplo de esa calidad y excelencia para todos los que nos dedicamos de corazón a los pacientes y familiares. Nuestro granito de arena se une a la gran montaña que estáis consiguiendo.

Iluminada Pastor García
Médico, Neuropsicóloga

Fundación Pasqual Maragall

Aprovecho estas líneas para saludar a todos los socios de la AFA de Villena y Comarca, así como manifestar nuestra admiración y reconocimiento por la valiosa tarea que se está llevando a cabo desde entidades como la vuestra.

Más de 35 millones de personas en el mundo padecen Alzheimer u otro tipo de demencias. Ustedes mejor que nadie conocen su desarrollo, etapas y síntomas. La ausencia de tratamientos efectivos, asociado al progresivo aumento de la esperanza de vida de la población, está propiciando un incremento alarmante del número de casos de personas afectadas y dependientes en diversos grados. Sin duda nos hallamos ante uno de los grandes retos sociales y sanitarios de éste siglo. Afortunadamente se está investigando, y mucho, en centros y laboratorios de todo el mundo. Y es cierto que se va avanzando, pero el ritmo es demasiado lento.

La fundación que impulsan Pasqual Maragall y Diana Garrigosa, y que tengo el privilegio de dirigir, tiene como objetivo romper esta tendencia desarrollando un proyecto científico y asistencial en el ámbito del Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas relacionadas y los problemas cognitivos de envejecimiento. Se trata de una iniciativa que combinará la investigación con la innovación para dar respuesta a necesidades no cubiertas y avanzar en el diagnóstico precoz de estas enfermedades.

Nuestra entidad se propone también colaborar en la sensibilización y concienciación sobre la enfermedad y la realidad que viven día a día los pacientes y sus cuidadores. Confiamos en que, en este sentido, el documental "Bicicleta cuchara manzana" sea una herramienta que ayude a dar a conocer la problemática y complementemente los esfuerzos que realizan tantas familias, entidades y profesionales.

Estamos convencidos de que uniendo esfuerzos y complicidades conseguiremos mejorar la calidad de vida de los enfermos y sus cuidadores y ganar la batalla a esta enfermedad que, en palabras de Pasqual Maragall, en ningún lugar está escrito que sea invencible.



Dr. Jordi Camí
Director de la Fundación Pasqual Maragall
Para la Investigación en Alzheimer

Barcelona, 11 de marzo de 2011

Hábitos dietéticos en el anciano con demencia

- ✦ Convertir las comidas en un hábito, realizándolas todos los días a la misma hora y en el mismo sitio.
- ✦ Comer sentado a la mesa en un ambiente tranquilo y bien iluminado.
- ✦ Animarle a masticar bien los alimentos.
- ✦ Evitar factores externos que aumenten la distracción (TV, radio, etc.).
- ✦ Partir la comida en trozos pequeños para evitar el atragantamiento y facilitar la masticación.
- ✦ En caso de dificultad para tragar, modificar y adaptar la consistencia de los alimentos, triturándolos o espesándolos, pero sin añadir más líquido del necesario en el caso del triturado ya que reduciría el valor nutritivo de la dieta.
- ✦ Dar la comida al enfermo sin prisas y con mucha paciencia.
- ✦ Si el anciano no abre la boca o tiene problemas para masticar, masajear la mandíbula o ponernos enfrente para que pueda imitar nuestros actos de masticación.
- ✦ Si el anciano quiere comer con más frecuencia de la recomendada, trocear más la comida y recurrir a zanahorias, pepinillos, etc.
- ✦ Mantener tras cada comida una buena higiene bucal y de las prótesis dentales utilizadas.
- ✦ Si hay riesgo de lesiones, utilizar utensilios de plástico e inofensivos.
- ✦ Resulta muy práctico la utilización de baberos, grandes servilletas o delantales para evitar que el enfermo se manche.



Recordar que...

El comportamiento de una persona enferma de Alzheimer frente a la comida se va modificando con el tiempo, a medida que progresa la enfermedad.

Natalia Hernández Lorenzo
Enfermera

Desmitificando...

El sexo en la vejez.

Los medios de comunicación, la publicidad y la sociedad en general, nos hacen creer que las relaciones sexuales acaban cuando uno se hace viejo... Pero, ¿ocurre así realmente? Llegar a anciano, recoger a los nietos o jugar a la petanca, ¿implica también dejar de disfrutar de las relaciones de pareja?

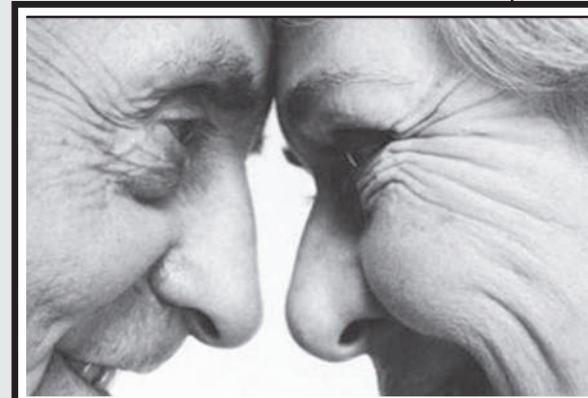
¡Claro que NO! Es cierto que la vejez provoca muchos cambios físicos, pero se ha visto que la actividad sexual, aunque es menos frecuente, puede mantenerse ¡incluso después de los 80 años! ¿Cómo es posible llegar a una vejez sexualmente satisfactoria?

La respuesta es sencilla: dependerá de cómo sean nuestras relaciones en los años anteriores a la vejez, y de nuestro estado de salud. Por tanto, si quiere disfrutar de sus relaciones en la vejez, ¡disfrútelas también antes! Evite malos hábitos que puedan perjudicar a su salud, y lleve un estilo de vida saludable (alimentación adecuada y ejercicio físico). Además, igual de importante que la salud física es la salud mental, es decir, tener una actitud positiva. Por tanto, ¡afrente su vejez con una sonrisa y evite las preocupaciones!

Estos sencillos consejos pueden ayudarnos a ser sexualmente activos cuando seamos ancianos. Sin embargo, si a pesar de todo notamos muchos cambios, debemos pensar que no tienen porqué afectar a nuestra sensación de placer, que la satisfacción con la pareja puede quedar intacta, y que existen muchísimas formas distintas de expresarse sexualmente que hacen que sigamos sintiéndonos muy a gusto con nuestra pareja.

Por tanto, adaptándonos a los cambios, podremos seguir siendo felices con nuestras relaciones.

David Olivares Vallés
Voluntario, Estudiante Psicología



“Envejecer es como escalar una gran montaña: mientras se sube, las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, y la vista más amplia y serena.”

Ingmar Bergman, cineasta sueco.

Alzheimer

Hoy es día veintiuno de septiembre y se celebra, en todo el mundo, el Día Mundial del Alzheimer. Quien padezca esta enfermedad acabará con sus memorias en color blanco, las líneas escritas en sus páginas de historia sólo contarán para los que le conocieron, para los que le quieren, ya no para él mismo o para ella.

Los únicos testigos que darán fe de lo que fueron serán los demás: sus familiares, sus amigos, sus sufridos cuidadores...

Para éstos, los que les protegen y cuidan, volverán a cubrirse de una nube negra, pero con huecos de esperanza, y se agarrarán a ella porque la esperanza, que es lo último que debe perderse, deberá volver, algún día, a rescatar la luz olvidada y asegurar las memorias a quienes aún no las hayamos perdido.

El futuro, aunque las nubes sean negras y nos eclipse el sol, habrá que mimarlo con cierto optimismo, porque no queda otra que esperar, mirar al cielo y que el rayo no nos toque.

El presente es sólo un suspiro en el que planificamos lo inmediato y, en un abrir y cerrar de ojos, lo dejamos ya atrás despidiéndonos de reojo.



El pasado está lleno de recuerdos, unos amargos y otros, espero que la mayoría, agradables.

Pero cuando asoma la desesperanza más triste es cuando esos recuerdos, los buenos y también los malos, se evaporan hacia una nube blanca y nos eclipsa también los sueños inalcanzables.

Malos tiempos corren, para unos y para otros. Los que perdieron la memoria tienen la ventaja de la ignorancia, y quien ignora no sufre. Los que aún sobrevivimos a la cordura aprovechemos, mientras podamos, esa lucidez.

Siempre servirá, en tanto nos acompañe, para algo; hasta que aclare la tormenta y se despejen las nubes negras.

Música sugerida extraída de la película de Antonio Mercero:
¿Y TÚ QUIÉN ERES? Diego el Cigala.

Juan José Torres

<http://eldivandeldesencanto.blogspot.com>

Martes 21 de septiembre de 2010

Centro de Día Alzheimer

Hace tiempo, un grupo de personas afectadas empezaron a luchar con mucha ilusión y esfuerzo, para conseguir un lugar digno para las personas que padecen esta enfermedad, y sus familiares pudieran tener un punto de apoyo y consuelo para poder llevar de la mejor manera posible esta situación.

Gracias al esfuerzo y trabajo de este grupo de personas, se ha logrado este Centro de Día, que recientemente ha sido inaugurado, con la importancia que ello tiene. Pues en el cual, se seguirán teniendo una serie de servicios y atenciones de gran importancia para el afectado, en un bonito entorno luminoso y soleado, donde podrán salir a pasear y hacer actividades al aire libre.

Todas las actividades que se hacen al aire libre, como en los talleres, son de suma importancia.

Algunas de estas actividades pueden ser:



- ✦ Talleres de memoria, como por ejemplo, recuerdos de su familia con fotografías, acontecimientos de su época, costumbres, canciones, películas, vivencias, etc.
- ✦ Talleres de musicoterapia, que al mismo tiempo que recuerdan canciones, bailan, hacen ejercicio, y coordinan brazos y piernas.
- ✦ Talleres de trabajos manuales, de dibujo, escritura, cálculo, psicomotricidad, recuerdo y celebración de sus efemérides y muchas actividades más, siempre adecuado a lo que cada persona afectada puede hacer.

Esto junto a los cuidados especiales que reciben de las profesionales del Centro, llevando un control de las actividades de la vida diaria.

Por todo esto y muchas más cosas, que se realizan en este Centro, que son de mucha importancia para la persona afectada y su familia, ya que al enfermo/a, desde casa no podemos dedicarle tanto tiempo como nos gustaría, debido a que tenemos otras obligaciones también por atender.

Por todo ello, y por lo beneficioso e importante que es este Centro de Día, se os anima a que os informéis sobre lo que necesitáis.

Virtu García García
Familiar de usuaria del Centro de Día y Voluntaria

Memoria de Actividades de la Asociación - 2010

Memoria de actividades 2010

- + 24 de marzo: Asamblea General Ordinaria, realizada en el salón de actos de la Casa de Cultura de Villena.
- + 5 de junio: Participación en "El mundo en tu plaza", taller de minicometas y molinetes.
- + Julio: "Un cuidador, dos vidas", taller para familiares de personas con Enfermedad de Alzheimer, y organizado por CEAFA.
- + 7 de septiembre: las Comparsas de Moros Bereberes y de Piratas, nos obsequian con diversos artículos de papelería, higiene y alimentación, en el acto de Ofrenda a nuestra Patrona.
- + 12 y 18 de septiembre cuestación en la pedanía de "Las Virtudes" y por distintas ubicaciones del núcleo poblacional de Villena, respectivamente.
- + 21 de septiembre: conmemoración del Día Mundial del Alzheimer, con una mesa redonda en el salón de actos de la Casa de Cultura de Villena.
- + Octubre: curso de formación para familiares, voluntarios y asociados.
- + 21, 22 y 23 de octubre: asistencia de 4 profesionales de la Asociación, al IV Congreso Nacional Alzheimer en Sevilla.



Actividades extraordinarias con los usuarios de los programas de la Asociación:

- 25 de Febrero 2010** Celebración de una fiesta de Carnaval.
- 21 de Abril 2010** Jornada de Convivencia con motivo de la Pascua. Participaron usuarios, voluntarios y profesionales de la Asociación.
- 24 de junio 2010** Excursión al Plano de Sax.
- 8 de julio 2010** Excursión al Santuario Ntra. Sra Magdalena de Novelda.
- 28 de julio 2010** Excursión al Paraje "Molí de l'Ombria" de Bañeres de Mariola
- 28 de agosto 2010** Excursión a la colonia de Santa Eulalia.
- 13 de octubre 2010** Excursión al Museo del Calzado de Elda.

El Voluntariado

Según la Ley del Voluntariado de la Comunidad Valenciana (4/2001, de 19 de junio), se entiende por voluntariado el conjunto de actividades de interés general que, respetando los principios de no-discriminación, solidaridad, pluralismo y todos aquellos que inspiran la convivencia en una sociedad democrática, se desarrollen por personas físicas para la mejora de la calidad de vida de otras personas o de la colectividad, con arreglo de los siguientes requisitos:

- a) Que tengan carácter altruista y solidario.
- b) Que su realización sea consecuencia de una decisión propia y libremente adoptada, y no traiga causa en una obligación personal o deber jurídico.
- c) Que se lleven a cabo de forma desinteresada y sin contraprestación económica, ni de cualquier otra índole, sin perjuicio de los incentivos que legalmente puedan establecerse y pudiendo ser resarcido de los gastos originados por el desempeño de tal actividad.
- d) Que se desarrollen a través de organizaciones sin ánimo de lucro y con arreglo a programas o proyectos concretos.

La actividad de voluntariado no podrá, en ningún caso, sustituir prestaciones de trabajo o servicios profesionales remunerados.

¿Qué puedo aportar cómo Voluntario/a?

Centro de día:

- + Actividades de apoyo con los usuarios del Centro: en horario de mañana o tarde.
- + Recepción/conserjería: en horario de mañana o tarde.

Actividades divulgativas y benéficas:

- + Revista.
- + Campaña escolar.
- + Talleres de animación intergeneracional.
- + Participación en ferias.
- + Creación de campañas y divulgación informativa, participación en los medios de comunicación...
- + Cuestación para la conmemoración del Día Mundial del Alzheimer.
- + Actos benéficos: venta de entradas, participación para el buen desarrollo del evento, etc.

¿Qué recibo como voluntario/a?

- + Formación gratuita: curso de formación anual.
- + Talleres de actualización y planificación: mensuales.
- + Certificado de la labor como Voluntario/a: número de horas y prestaciones realizadas.



Foto: Laura Torres

Buzón del lector

La Asociación de Alzheimer

Como su nombre indica, es una unión de personas que se asocian, y luchan juntos contra una enfermedad tan complicada y difícil de entender como es esta enfermedad llamada Alzheimer.

Esta unión de personas, una parte formada por profesionales, y otra parte por familiares de afectados por esta enfermedad, unidos con una finalidad común, que es conseguir la mejor manera de poder atender a estos enfermos.

Como fruto de estos esfuerzos y tenacidad en los años, se ha llegado a conseguir un Centro de Día digno, luminoso y soleado, donde poder atender a las personas con esta enfermedad, para beneficio del enfermo y del familiar, que puede confiar en dichos profesionales y en sus actividades.

Por lo tanto, animar a la persona que tenga sospechas de padecer esta enfermedad, que busque información y asesoramiento.

Miguel Abellán Amorós
Familiar y Voluntario



Los serenos de Villena

Había varios en el pueblo, cada uno tenía su distrito. En el barrio del candil estaban; Paco que era cobrador del ocaso y Pichangila, un hombre muy mayor que vivía en las cruces.

Iban por las noches por todo el pueblo cantando las horas y con el garrote tocaban por las paredes y las puertas para que la gente supiera que pasaban "el sereno..... Son la una de la mañana" "las tres de la mañana y sigue lloviendo". Cuando pasaban la gente que dormía ya sabían la hora que era.

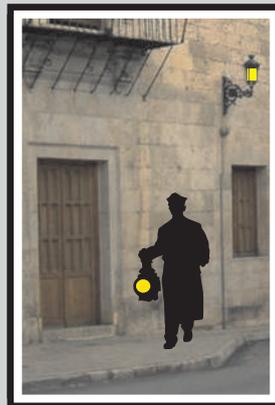
Los vecinos que querían que les despertaran se lo decían incluso les daban las llaves. Cuando se perdía alguna persona también los acercaban a su casa y cuando te dejabas las luces encendidas te tocaban a la puerta y te avisaban.

Cobran por el ayuntamiento y en navidades pasaban y los vecinos les daban el aguinaldo siempre había alguno que le daba propinas.

Era una tranquilidad pues guardaban el pueblo. También gastaban alguna broma que otra.

Jerónima Ferrándiz

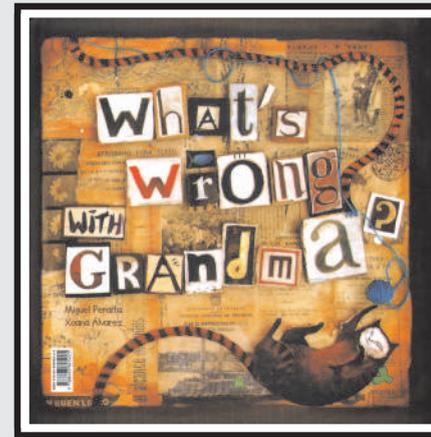
El nombre de sereno les viene porque cuando iban voceando decían si hacía aire, llovía o el tiempo estaba sereno. Algunos llevaban una abalarda y unos faroles. También algún manajo de llaves que le dejaban los vecinos.



Libro a la venta

¿Qué le pasa a la abuela?

Este es el título de un nuevo libro de los que traemos a la Asociación disponibles para su venta, con la peculiaridad de que según por qué lado empieces a leerlo, tendrás la versión en castellano o en inglés, mediante frases breves y unas ilustraciones muy originales. Lo puedes adquirir en el Centro de Día Alzheimer. Editado por "Triqueta Verde".



Ratón de biblioteca

PERDONAR

A mis queridas hermanas: Virtudes,
Manola y Carmen que se perdieron
en el bosque del olvido.
A mis hijas por si algún día me
perdiera yo.

**Si las señas de identidad se me hacen difusas.
Si el futuro se me diluye en el viento.
Si me pierdo en el bosque del olvido.
Si mi yo no recuerda que os quiero.
No soltarme de la mano,
perdonad si me reitero
y os pregunto mil veces
las cosas que no recuerdo.**

Ángeles Hernández Menor
Enero de 2010



Si desea colaborar con esta Asociación, rellene, recorte y envíe esta parte de la página.

Apellidos y nombre:

NIF: Teléfonos:

Dirección:

Población: CP:

Deseo hacerme socio de AFA Villena:

Cuota mínima anual 30 € (marcar con una cruz) Otra cuota (indicar el importe):€

Deseo aportar un donativo (indicar el importe):€

Banco o Caja:

Cuenta (20 dígitos):-.....-.....-.....

Deseo participar como voluntario/a (marcar con una cruz)