

Actividades conmemoración del Día Mundial del Alzheimer

Domingo 18 de septiembre:

Cuestación en la pedanía "Las Virtudes", de 10.00 a 13.00 h.

Martes 20 de septiembre:

Encuentro con familiares del Centro de Día, de 17.00 a 18.00 h. A cargo de la Dra. Concepción Hernández García, Médico de Atención Primaria, y Vocal de la Junta Directiva de la Asociación.



Miércoles 21 de septiembre:

Conferencia "ESTIMULACIÓN MULTISENSORIAL 'SNOEZELEN' EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: UN EXPERIMENTO PILOTO", a cargo del Dr. Raúl Espert Tortajada, Profesor Titular en la UV (Dpto. Psicobiología) y responsable de la Unidad de Neuropsicología (Servicio de Neurología) del Hospital Clínic Universitari de València. En el Salón de Actos de la Casa de Cultura de Villena, a las 19.30 h.

Sábado 24 de septiembre:

Cuestación en distintas ubicaciones del núcleo poblacional de Villena, de 9.00 a 13.00 h.



Asociación de Familiares
de Personas con Alzheimer
de Villena y Comarca



M. I. AYUNTAMIENTO DE VILLENIA
CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL



EQUIPAMIENTO CENTRO DE DÍA REALIZADO POR:



Ronda Estación, 3
ortegamueblistas@porticum.es
Tfno. 96-581.37.36 y Fax 96-534.35.76
03400-Villena (Alicante)

DEL GRUPO:



La Brújula.

Nº 3. Septiembre 2011.

Depósito legal: A-792-2010

Edita: Asociación de Familiares de
Personas con Alzheimer de Villena y
Comarca. (Declarada de utilidad
pública).

Imprime: Grafitres S.L.
Diseña y maqueta: Andre.

Revista **La Brújula**

Nº 3
Septiembre 2011

Editada por la Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer de Villena y Comarca
(Asociación declarada de utilidad pública)



2011, AÑO DE LA INVESTIGACIÓN EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

"Este proyecto nace para fomentar la investigación del Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas relacionadas, con el objetivo de avanzar en el conocimiento de sus causas, mejorar el diagnóstico precoz y hallar tratamientos efectivos que permitan reducir el número de personas afectadas."

Paqui Gandía
Presidenta AFA Villena



La Brújula...

De nuevo con vosotros, con la satisfacción de haber ido superando las dificultades que conlleva la puesta en marcha del Centro de Día. Problemas que se presentan en una obra nueva, y problemas de adaptación a un espacio nuevo.

Mientras tanto, los voluntarios seguimos colaborando con entusiasmo en las actividades que realiza la Asociación, en el Centro de Día, en la campaña de "Sensibilización Escolar", en actividades como la celebración del "Día Europeo de la Solidaridad Entre Generaciones", o en la feria de asociaciones "El mundo en tu plaza". Y seguimos pensando en nuevos proyectos de los que iremos informando, conforme vean la luz, y haciendo posible que esta revista llegue a vuestras manos por tercera vez.

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 Roja966100041
 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 2011, Año Internacional de la Investigación en la Enfermedad de Alzheimer.
 - 3 - 4 Entrevista a voluntarios del Centro de Día.
 - 5 La comunicación.
 - 6 Servicio de Asesoramiento Jurídico.
 - 7 Prevención de úlceras por presión.
 - 8 Desmitificando... Mejora tu vejez.
 - 9 -10 Campaña de Sensibilización Escolar.
 - 11 Tarjeta de estacionamiento.
 - 12 Actividades de la asociación en el primer semestre - 2011.
 - 13 Buzón del lector. - Ratón de biblioteca.
 - 14 Cuadernos a la venta.
 - 15 Actividades conmemoración del Día Mundial del Alzheimer.



2011, Año de la Investigación en la Enfermedad de Alzheimer.

Alzheimer Internacional 2011 es una iniciativa promovida por la **Fundación Reina Sofía** y la **Fundación Pasqual Maragall**, que cuenta con el apoyo del Ministerio de Ciencia e Innovación, del Ministerio de Sanidad y Política Social, del Ministerio de Economía y Hacienda, de la Fundación Centro de Enfermedades Neurológicas y del Instituto de Salud Carlos III.

Este proyecto nace para fomentar la investigación del Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas relacionadas, con el objetivo de avanzar en el **conocimiento de sus causas**, mejorar el **diagnóstico precoz** y hallar **tratamientos efectivos** que permitan reducir el número de personas afectadas.

Alzheimer Internacional 2011 es también una plataforma para la generación de ideas y el intercambio de experiencias entre expertos y científicos del campo de las neurociencias de todo el mundo, y un acontecimiento público a través del cual la ciencia se acercará a los ciudadanos.

Según los organizadores, la iniciativa contribuirá a que España se sitúe entre los **países líderes** en investigación científica sobre el Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas, y en el ámbito socio-sanitario se tratará de sensibilizar sobre la **inversión en la investigación**, apoyar a las **asociaciones** de familiares y enfermos en la consecución de sus objetivos y ampliar los esfuerzos destinados a la **formación de cuidadores** para la mejora de la calidad de vida de familiares y enfermos.

Desde las asociaciones de pacientes se quiere hacer hincapié, con motivo de esta celebración, en las necesidades asistenciales sin cubrir que tienen hoy día las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y sus familias, ya que se ha demostrado que la Ley de Dependencia ha sido insuficiente, dado que el proceso es lento y a veces llega demasiado tarde. De ahí la importancia de **fomentar la investigación** como única solución para curar a los enfermos.



Paqui Gandía
 Presidenta AFA Villena
 Junio 2011

Entrevista a voluntarios del Centro de Día

José Olaya Íñiguez: Desempleado, empezó como voluntario en mayo del año 2006, al intentar buscar trabajo. Luego, le interesó e hizo cursos (como auxiliar de geriatría) para seguir aprendiendo un poco más.

Enrique Rodríguez Sánchez: Jubilado, tuvo a su suegra un año con Alzheimer antes de fallecer. A raíz de todo eso, empezó a ser voluntario en octubre del año 2008. Siempre le ha gustado darse a los demás.

Laura García Hernández: Psicóloga, voluntaria desde enero del año 2008. Se apuntó porque tenía tiempo libre y era una oportunidad para aprender.

¿Qué es lo que más os satisface del contacto con los usuarios?

Pepe: El ayudar a los demás. Siempre se aprende algo nuevo.

Enrique: Personalmente, el dar a esas personas un cariño que se merecen.

Laura: El cariño de los usuarios. Es lo mejor, sentir que estás ayudando a que esa persona esté mejor.

¿Cuál es vuestra mayor aportación en el contacto con los usuarios?

Pepe: Entretenerlos, darles compañía, intentar que recuerden (aunque muchas veces ni te contestan), pasear con ellos...

Laura: Básicamente, apoyar la labor de las Auxiliares, y personalmente darles un poco de cariño, que estén bien y que se sientan como en casa.

Enrique: Trabajar con ellos es una satisfacción que no se puede explicar. Son personas que necesitan mucho calor humano.

¿Qué pensáis que es más importante para los enfermos, el cariño, el alimento o la higiene?

Pepe: Lo importante en esta enfermedad es la alimentación y el aseo, pero ellos creo que valoran más el cariño.

Laura: Debe de haber un equilibrio entre las 3 cosas. El cariño es una base, pero la alimentación y la higiene son la base de ese cariño.

Enrique: Las 3 cosas son importantes. Tú puedes darles higiene y alimentación, pero si le falta el cariño humano, le falta todo. Es una de las cosas fundamentales. Si tienen cariño y amor, el resto va mejor.

¿Qué es lo que más os afecta de estar en contacto con los enfermos?

Pepe: Muchas veces te preguntas que haces aquí, porque la enfermedad va para adelante y te sientes impotente.

Laura: En un momento, la persona puede estar negativa, pero después cambian y colaboran más. Puedes ver que, estando una tarde con ellos, te lo agradecen.

Enrique: La impotencia de que esa persona esté de esa forma, pero te tienes que sobreponer, para que ellos no lo noten.



¿Creéis que os conocen?

Laura: Al volver a ver a alguna de las usuarias, se nota que te reconocen, aunque no sepan quién soy.

Enrique: Hay personas que se acuerdan y te dicen que te conocen, pero otras te preguntan ¿Me conoces?. Te reconocen más por la persona que eres que por la voz. Además, no asimilan el tiempo que llevan sin verte.

Pepe: Sí, pero depende de quiénes. Algunos usuarios en una etapa más avanzada, me reconocen por la voz.

¿Qué beneficios pensáis que les aporta ir al Centro?

Enrique: Es más riqueza, ya que estar sólo en casa es más monótono y aburrido. Aquí te hablan, bailan, etc. Es significativo y necesario. Hacen cosas que en casa no podrían hacer, ya que se nota que hay usuarios que en casa no hacen nada.

Laura: Les viene bien, por la posibilidad de hacer todos los ejercicios que hacen aquí, y es bueno para sus familiares, que siempre necesitan tiempo para hacer sus cosas.

¿Podéis contar alguna anécdota de vuestro contacto con los usuarios?

Pepe: Alguna mujer que cuando la quiero llevar a pasear, no quiere venirse conmigo porque dice que está casada.

Laura: La sensación de estar allí es nueva cada día.

Enrique: Me han llegado a llamar "sinvergüenza" por querer ir a pasear con alguna de las usuarias.

La Comunicación

Conforme avanza la enfermedad de Alzheimer seremos testigos del deterioro que va a ir produciéndose en las capacidades del enfermo, especialmente a nivel comunicativo. Estas son algunas recomendaciones que nos ayudarán a mejorar nuestra comunicación con el enfermo:



- + No hablarles en un tono alto. Pese a que son mayores, muchos no tienen problemas de audición y pueden creer que están siendo regañados. Háblenles usando un tono suave, con frases cortas y sencillas.
- + Es recomendable ayudarles cuando presenten dificultades para encontrar alguna palabra. Les resultará menos frustrante que dejarles luchar para encontrarla por ellos mismos.

- + Eviten los comentarios críticos con otras personas acerca del enfermo en su presencia. El que no sean capaces de comunicarse verbalmente no significa que no entiendan lo que se dice o sucede.
- + Los insultos y las acusaciones pueden ser frecuentes, llegando incluso a acusar a los familiares de robarles o no darles un buen trato. En estos casos hay que intentar no tomárselo como algo personal y evitar confrontarse con ellos. Pueden intentar seguirles la corriente con prudencia, intentando reconducirlos hacia otro tema.
- + También es recomendable habituarse a ir contándoles lo que vamos haciendo: "vamos a comer" o "voy a levantarte de la cama". De esta manera el enfermo tendrá la sensación de que está participando con nosotros.
- + En las fases más avanzadas donde apenas se expresan verbalmente, primará ante todo la comunicación no verbal (nuestro tono de voz, nuestros gestos, el contacto físico...)

Para finalizar recordarles que no deben subestimar el poder de una caricia, un beso o un abrazo. En un mundo cada vez más desconocido para ellos, un gesto afectuoso puede ser como una luz entre toda esa oscuridad en la que se ven sumergidos.

Recuerden que:

"El sol acepta pasar por pequeñas ventanas."
(Frederick van Eeden)

Irene Sánchez Jordán
Psicóloga

Servicio de Asesoramiento Jurídico.

Dada la evolución que ha experimentado la Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer (AFA) de Villena y Comarca, se ha hecho necesario incluir en el catálogo de actividades y servicios de la Asociación un servicio jurídico de carácter permanente para socios, enfermos y familiares directos.

Por este motivo, AFA y el LEGIS ABOGADOS, han firmado un convenio de colaboración que dará respuesta a las dudas y cuestiones de carácter jurídico-general que se puedan presentar a usuarios y socios. Para lograr este objetivo el abogado David Gandía Navarro, como miembro del equipo de profesionales que compone LEGIS ABOGADOS, realizará consulta jurídica en las instalaciones del Centro de Día de Villena dos tardes al mes.



Este servicio, consiste exclusivamente, en consulta y asesoramiento, siendo gratuitos tanto para la asociación como para sus socios.

Aquellas cuestiones que posteriormente, necesiten atención o actuaciones judiciales o extrajudiciales concretas podrán ser resueltas, siempre que el usuario así lo determine, por LEGIS ABOGADOS, aplicándose a los honorarios un descuento al socio del 15%.

El convenio tiene una duración de dos años, pudiéndose prorrogar anualmente, en el caso de que la Asociación y Legis Abogados, estén de acuerdo, y siempre y cuando haya asociados que soliciten este servicio.

Para poder acceder a este servicio, el socio/a deberá concertar la cita, mediante llamada telefónica al Centro de día Alzheimer (en horario de mañana), llamando al tfn. 965806701.



Prevención de úlceras por presión

¿QUÉ ES UNA ÚLCERA POR PRESIÓN?

Son lesiones que aparecen en la piel, originadas por una presión continua entre el paciente y una superficie de apoyo.

CAUSAS QUE LA PRODUCEN:

ÚLCERA = PRESIÓN + TIEMPO

Cuanto más tiempo pase en una misma posición el enfermo, tendrá más riesgo de aparecer una úlcera.

FACTORES QUE CONTRIBUYEN A LA APARICIÓN DE LAS ÚLCERAS:

Obesidad, deshidratación, diabetes, otras enfermedades, incontinencia, malnutrición, fiebre.

ZONAS DEL CUERPO DONDE APARECEN:

Las zonas especiales a vigilar serían las zonas donde la piel está sometida a presión.

¿QUÉ MEDIDAS PUEDEN AYUDAR A PREVENIRLAS Y EVITARLAS?

¡¡HACER CAMBIOS POSTURALES FRECUENTEMENTE Y ANIMAR AL ENFERMO, SI ES POSIBLE, A HACER PEQUEÑOS MOVIMIENTOS!!

HIGIENE:

- ✦ Piel limpia y seca
- ✦ Uso de jabones neutros
- ✦ Aplicar crema hidratante
- ✦ NO USAR COLONIAS, ALCOHOL, NI POLVOS DE TALCO
- ✦ NO MASAJEAR ENÉRGICAMENTE EN ZONAS PROMINENTES O ENROJECIDAS
- ✦ Si presenta incontinencia consulta con su enfermero/a. Le aconsejará sobre el uso de pañales o colectores.
- ✦ Uso de ropa de algodón
- ✦ Sábanas limpias, sin arrugas.

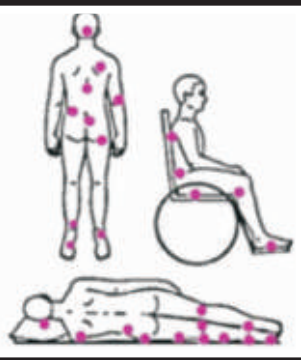
NUTRICIÓN:

- ✦ Ingesta adecuada de líquidos
- ✦ Si no come bien, consulte a la enfermera la opción de suplementos nutricionales.

DISPOSITIVOS DE ALIVIO DE PRESIÓN:

- ✦ Existencia de colchones y cojines especiales (gel, espuma, silicona...), como los dinámicos que evitan la presión en un punto del cuerpo.
- ✦ Apósitos de alivio de presión (talonerías...)
- ✦ NO USAR FLOTADORES
- ✦ Impedir el contacto entre zonas óseas (Ej.: ambas rodillas)

ANTE CUALQUIER DUDA CONSULTE CON SU ENFERMERO/A DE REFERENCIA



Natalia Hernández Lorenzo
Enfermera

Desmitificando...

Mejora tu vejez... ¡Muévete!

Todo el mundo sabe que hacer deporte y comer sano es el método más saludable y recomendado para vivir. Los informes de la Organización Mundial de la Salud afirman que lo correcto es realizar actividad física durante, al menos, 30 minutos diarios todos los días de la semana. Pero, seamos sinceros... ¿Quién es capaz de mantener ese ritmo deportivo? Las prisas, el estrés, la falta de tiempo y, sobre todo, de ganas, siempre nos pueden.

Sin embargo, deberíamos pensar una cosa: ¿Cómo queremos que sea nuestra vejez? Y es que, ¿sabías que entre las principales ventajas de la práctica de deporte está la prevención de futuras enfermedades? Siendo activos, podemos reducir el riesgo de padecer obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y osteoporosis. Se ha visto incluso que se pueden prevenir ciertos tipos de cáncer, como el de colon, y lo que es más impactante, parece que se reduce el riesgo de demencia y Alzheimer.



En personas mayores, el ejercicio no sólo mejora la salud física, sino también la mental. En la vejez el deporte beneficia la calidad de vida, y permite que se puedan realizar más fácilmente las tareas cotidianas, ayudando a los ancianos ser independientes hasta edades más avanzadas. Además, en estas edades la práctica de deporte puede ser una fuente para crearse nuevas amistades y poder favorecer la integración de los ancianos en la sociedad, disminuyendo todas las opiniones estereotipadas que existen acerca del envejecimiento.

En la tercera edad se puede realizar: gimnasia de mantenimiento (para personas que quieren mantener un nivel adecuado de forma física), gimnasia de rehabilitación (como, por ejemplo, la fisioterapia), así como otras actividades de carácter deportivo (caminar, correr, tenis, etc.).

Y es que recuerda: ser viejo es inevitable, pero sentirse viejo es en gran medida evitable.

**“Una bella ancianidad es, ordinariamente,
la recompensa de una bella vida”**

Pitágoras de Samos (528 AC-497 AC). Filósofo y matemático griego.

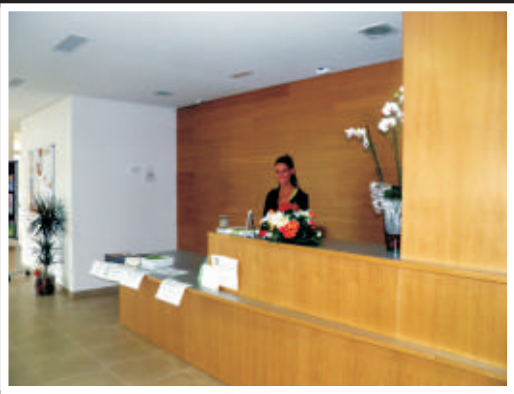
Referencias Bibliográficas:

- García, E., Roche, E. y Fuentes, E. (2008). Nutrición, Edad y Vitalidad. Universidad Miguel Hernández de Elche.
- Dosil, J. (2004). Psicología de la actividad física y del deporte. Madrid: Mc-Graw Hill.

David Olivares Vallés
Voluntario, estudiante Psicología

Campaña escolar "Cuando te miro, estoy como en casa"

¿Qué es lo que saben los niños sobre el Alzheimer? Esa fue la pregunta de la que partimos las voluntarias de la asociación para crear nuestra campaña "Cuando te miro, estoy como en casa". Queríamos que los niños de colegios de Villena y alrededores entendieran que les ocurría a las personas que padecen la enfermedad, e informarles del respeto y el cariño con los que se les debe tratar.



Con mucho entusiasmo, con ayuda de Marisa y todas las voluntarias encargadas de la campaña nos pusimos manos a la obra con la esperanza de conseguir este sueño:

Primero, decidimos que la edad con la que nos estrenaríamos en el proyecto sería entre los 8 y 9 años de edad, es decir visitaríamos los terceros y cuartos de primaria. A partir de ahí pensamos en cómo podíamos hablarles a los niños de la enfermedad de manera amena y

que les quedara un grato recuerdo de nuestro paso por su colegio.

Una lluvia de ideas por parte de las voluntarias hizo que finalmente la famosa película de Nemo fuera nuestro principal apoyo para las charlas. Y es que Dori (protagonista de la película) sufre pérdidas de memoria a corto plazo, por tanto, con pequeñas escenas de la protagonista pudimos explicarles las características de la enfermedad, y sobretodo les remarcábamos que una persona con Alzheimer, siente el calor y el apego de la gente que le quiere, a pesar de su enfermedad.

Además, pensamos que al ser niños, lo que más les gustaría sería jugar, y así lo hicimos, añadimos pequeños juegos con los que los chavales se ponían en el lugar de personas con Alzheimer. Por ejemplo, una de las voluntarias le enseñábamos a uno de los niños una foto de una familia que no conocía, al mismo tiempo, les decíamos insistentemente si reconocía a sus padres en aquella foto, y las reacciones fueron las esperadas: se reían, decían que no, se sentaban rápidamente en su sitio, y además nos explicaban que se sentían raros y con vergüenza. También se hizo juegos de cambios de palabras, concursos, etc. Tras acabar cada juego se les explicaba la relación que tenían con el Alzheimer.

Como voluntaria he de decir que la experiencia fue enriquecedora. Me llamó la atención como los niños se mostraban tan activos y participativos con el tema. Además, algunos de ellos se abrieron a toda la clase y contaron las experiencias con algún familiar suyo que padecía Alzheimer.

Aquella naturalidad con la que lo explicaban nos ayudaba aun más a que comprendieran la enfermedad y siguieran nuestros consejos, animándoles y fomentándoles en todo momento el cariño que le deben de dar a estas personas. Y tenemos que dar las gracias a los colegios y profesores, puesto que nos brindaron su atención en todo momento y nos dieron ésta oportunidad.

Fue una situación que repetiría con los ojos cerrados y sin duda, creo y espero que, cuando algún niño de estos se encuentre con una persona con Alzheimer busque en su memoria y encuentre estas pequeñas recomendaciones que le hagan crecer como persona, pero sobretodo, que la persona enferma se sienta comprendida, SE SIENTA COMO EN CASA.

Andrea Pardo Gisbert



Tarjeta de estacionamiento

Tarjeta de estacionamiento

Consiste en un documento acreditativo de la persona con certificado de minusvalía, que además presenta movilidad reducida, por lo que le es necesario disfrutar de unos derechos especiales en materia de circulación y estacionamiento de vehículos.



Características de la tarjeta:

- ✦ Es personal e intransferible.
- ✦ Puede ser utilizada por su titular en cualquier vehículo en que se traslade, sea o no de su propiedad.
- ✦ Debe exhibirse en el salpicadero, de forma que el anverso, sea claramente visible desde el exterior.
- ✦ Su uso indebido puede ser sancionado por los Ayuntamientos, que pueden contemplar incluso, hasta la retirada de la misma.

Beneficiarios y requisitos:

- ✦ Ser mayor de 3 años
- ✦ Tener un grado de minusvalía igual o superior al 33 %, y 7 puntos de movilidad reducida.
- ✦ No estar imposibilitado para realizar desplazamientos fuera de su domicilio habitual.

Documentos a presentar:

- ✦ Solicitud, debidamente cumplimentada, según modelo oficial.
- ✦ Fotocopia del DNI del solicitante, o de su representante legal (en este caso debe acreditarse dicha condición de representante)
- ✦ Dos fotografías en color, tamaño carnet.
- ✦ Volante de empadronamiento.
- ✦ Certificado de minusvalía en el que se establezca la existencia de los 7 puntos de movilidad reducida.

Los beneficios de disponer de esta tarjeta, no son iguales en todos los municipios, ya que estos son establecidos por cada Ayuntamiento, por lo que en Villena, serían:

- ✦ Aparcamiento en zonas reservada para personas con movilidad reducida.
- ✦ Aparcamiento gratuito en zona azul.
- ✦ Poder parar (no estacionar) en zona de carga y descarga.

M^a Isabel Pérez Ferri
Trabajadora Social

Actividades de la Asociación en el primer semestre - 2011

- ✦ **Inauguración Centro de Día:** 26 de enero.
- ✦ Asistencia a **Jornada de puertas abiertas de AFA Guadassuar:** 26 de febrero.
- ✦ **Asamblea General Ordinaria** para socios: 9 de marzo.
- ✦ **Jornada de puertas abiertas** del Centro de Día: 13 de marzo.
- ✦ **Elaboración de Buñuelos** en el Centro de Día: 18 de marzo. Actividad realizada por un grupo de familiares, para la merienda de los usuarios.
- ✦ Campaña de **Sensibilización Escolar "Cuando te miro, estoy como en casa":** marzo, Colegio El Grec de Villena.
- ✦ **Celebración Día Europeo de la Solidaridad Entre Generaciones:** 29 de abril. En el Centro de Día, con la participación de Chapi Samba, You Can Dance, Castillo Hinchable (Chicharra Cars), Panadería Petri (bollería).
- ✦ Participación en **"El Mundo en tu Plaza"** (organizado por la CAM): 7 de mayo.
- ✦ Curso **Estimulación Basal para Enfermos en Etapas Graves** (Índice Formación): mayo. Con la asistencia al Centro de Día, de profesionales de las Asociaciones de Bañeres, Bigastro, Bocarent, Elda, Ibi, Novelda, Ontiyent, y Villena.



- ✦ Campaña de **Sensibilización Escolar "Cuando te miro, estoy como en casa":** mayo, colegios de Villena (Ruperto Chapí, Santa Teresa, Celada, Carmelitas, y Paulas), Beneixama y Camp de Mirra.
- ✦ Inicio **servicio de Peluquería** en el Centro de Día: junio
- ✦ Inicio servicio de **Asesoramiento Jurídico gratuito para los Asociados**, a cargo de Legis Abogados: junio. Actividad que se desarrolla en el Centro de Día, previa cita.
- ✦ Proyección película-documental **"Bicicleta, cuchara, manzana"** (Casa de Cultura de Villena): 14 de junio.
- ✦ Acto de **entrega de certificaciones del Voluntario/a** (Centro de Día): 24 de junio.

Buzón del lector

El barrio del candil

Hace bastantes años cuando yo era joven, en mi barrio, la plaza Martínez Olivencia había una vaquería justo donde hoy esta "EL CENTRO DEL CRIS". Y en la calle Celada cerca de la iglesia de la Paz, estaba "LA CALERA", que era una casa donde vendían cal en piedra viva, (la cual se tenía que poner a remojo con agua para que disolverla y así convertirse en cal líquida para poder pintar las casas).

Cuando hicieron las casas de este barrio, por el centro del parque de los pajaritos pasaba la rambla conejo, las viñas estaban al lado. Les hicieron una acera pero la calle era de tierra, en cada puerta plantaron un árbol, todas tenían luz eléctrica pero no agua. Teníamos que cogerla de una fuente que había en el parque y cuando queríamos lavar, cogíamos la losa de madera, el barreño y jabón casero y nos íbamos dos calles más abajo a la fábrica del hielo "CAMFRI" que estaba justo enfrente de la actual farmacia, pero en la esquina. Allí nacía el agua.

Por allí pasaba una canal en la cual nos dejaban lavar. Era una fábrica donde vendían barras de hielo, a trozos o bien a taquicos para los bares o casas particulares, y venían camiones para llevárselo fuera de Villena.

Un año nevó tanto que tuvimos que coger las palas y hacer sendas para ir a casa de los vecinos.

Conchita Postigo

El baúl de la abuela

Se compra: Tacataca andador de adultos, tfno. 626 114 392.

Se vende: Bicicleta estática en perfecto estado, 50 €, tfno. 630 100 680.

Ratón de biblioteca

El misterio de la mente

A veces sueño despierta recuerdo cosas lejanas que se escapan de repente como si tuvieran alas.

Yo quiero recuperarlas pero mi mente no alcanza aquello que ya se fue es como luz que se apaga

Esa luz intermitente que se apaga y que se enciende se queda en blanco la mente y no ves claro el presente

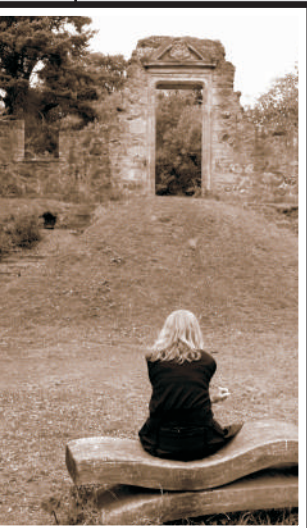
Con el paso de los años algo se me iba olvidando se borraron los recuerdos que vi en mi pasado

La enfermedad de Alzheimer es pesada de llevarla vencer la inseguridad con amor, fe y esperanza

Con la ayuda de la ciencia y el entorno familiar se ayuda a los enfermos a poder continuar

Aunque a veces se emociones tratando de recordar que ha sido de su pasado en qué plano habitará

Isabel Reig



Fe de erratas: El nombre de la autora del poema *Perdonar*, publicado en el anterior número, es **Ángeles Hernández Poveda**, y no el que aparecía impreso.

Cuadernos a la venta

Cuadernos Rubio de ejercicios


La Fundación Rubio ha sacado una edición de cuadernos de ejercicios para adultos, con déficit cognitivos leves, donde poder practicar la memoria, el lenguaje, cálculo, gnosias, praxias, orientación, y la atención.

Estos cuadernos han sido diseñados, planificados y realizados con ejercicios de contenido específico, estructurado y adaptado.

Hasta el momento sólo están disponibles los 7 cuadernos del nivel 1, pero sabemos que están preparando para los niveles 2 y 3.

Cada cuaderno tiene un importe de 2 €, y están a la venta en el Centro de Día Alzheimer.





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)

