2021 un año de

SOBRESALTOS,
DIFICIL, CAÓTICO,
INSPIRADOR,
EMOCIONANTE
E INTENSO

A

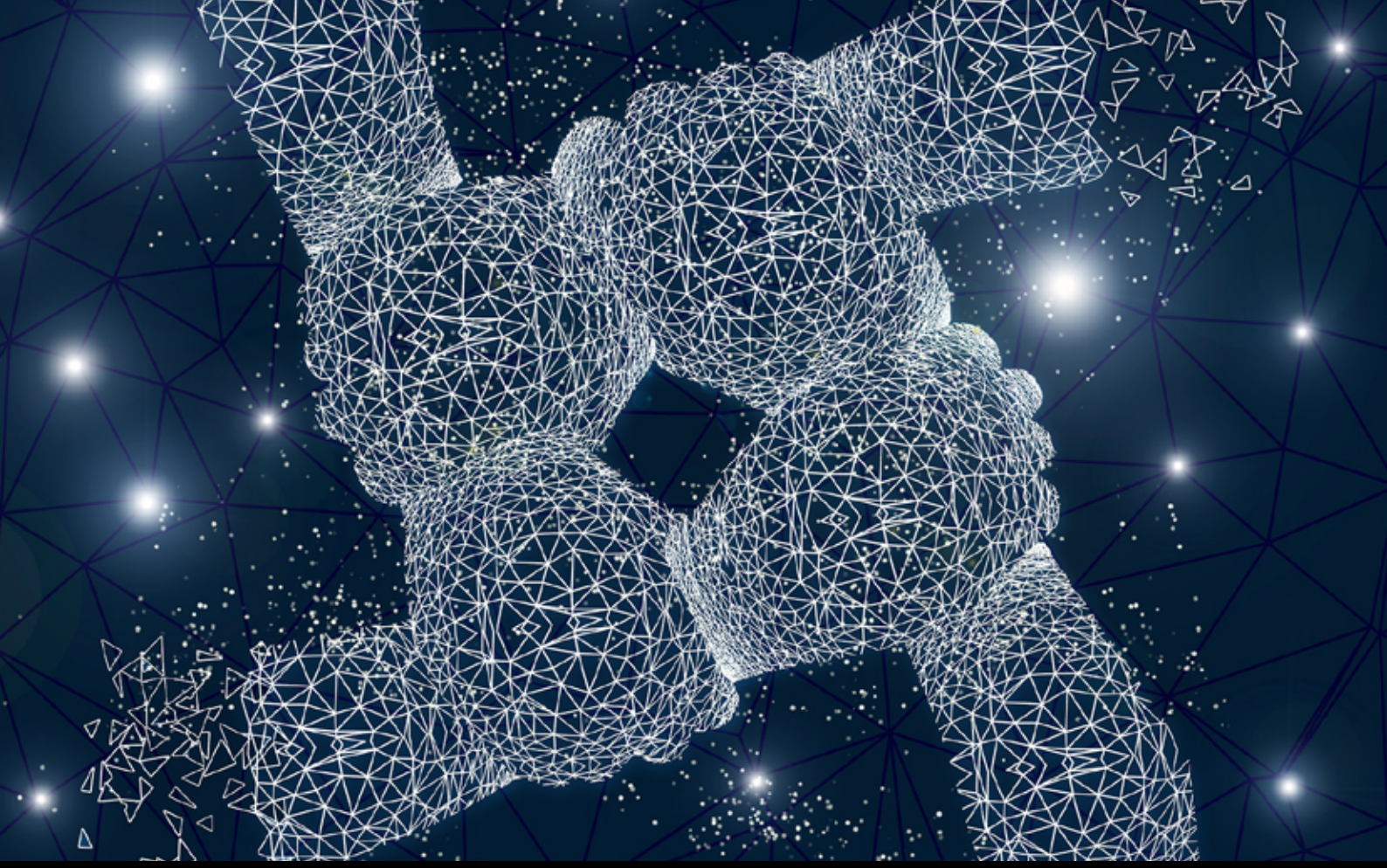
SOCIACIÓN DE FAMILIARES Y AMIGOS DE ENFERMOS DE

Izheimer

yuntamiento de Valdepolo

FADEVA

NUARIO 2021



ENTIDADES COLABORADORAS

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

Junta de Castilla y León

Servicios Sociales de Castilla y León

DIPUTACIÓN DE LEÓN

Con la colaboración de:

Obra Social "la Caixa"

Ayuntamiento de Valdepolo

Ayuntamiento de Santas Martas

Ayuntamiento de Mansilla de las Mulas

Ayuntamiento de Mansilla Mayor

Ayuntamiento de Gordaliza del Pino

Ayuntamiento de Villasabariego

Ayuntamiento de Gusendos de los Oteros

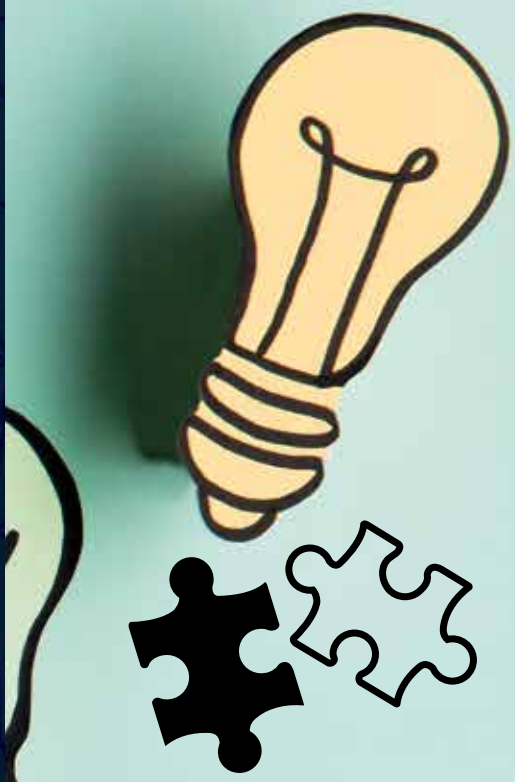
Ayuntamiento de Matadeón de los Oteros

Ayuntamiento de Campo de Villavidel

CEAFA

AFACAYLE
Federación Regional de asociaciones de familiares de Alzheimer Castilla y León.

BANCOS DE ALIMENTOS



Saluda

Queridos socios:

Y ha pasado otro año más, inmersos en esta pandemia que ha trastocado la vida de todos nosotros y cómo no también a la organización y funcionamiento de nuestra Asociación.

A lo largo del anuario haremos un recorrido, a través de imágenes, de nuestro día a día; observaremos las diferentes etapas por las que hemos transitado: aislamiento, vacunaciones, olas de contagios, restricciones…

Nos hemos enfrentado a muchas situaciones, hemos sentido miedo, inseguridad, caos, pero también se han despertado y potenciado en todos nosotros muchas cualidades positivas: sensibilidad, autoexigencia, adaptabilidad, persistencia, responsabilidad… Estoy convencido de que todas ellas nos acompañarán en el tiempo.

Quiero agradecer vuestra confianza y pediros de nuevo vuestra inestimable ayuda, pues somos conscientes de que para llevar a cabo los proyectos de AFADEVA es preciso contar con la colaboración de todos los socios y amigos. El aporte de cada uno de vosotros será fundamental e imprescindible para que nuestra Asociación sea el "PRODUCTO" de la suma de todas vuestras voluntades.

Os deseo que estéis todos bien y espero que este tiempo, ya largo, de pandemia pase y podamos volver a desarrollar nuestras actividades presencialmente y estrechar de nuevo las relaciones personales.

Un abrazo.

Avelino Cascallana Fresno.
Presidente de Afadeva.

SUMARIO

ENTIDADES COLABORADORAS 2

SALUDA DEL PRESIDENTE 3

SUMARIO 4

LA ASOCIACIÓN EN DATOS 5

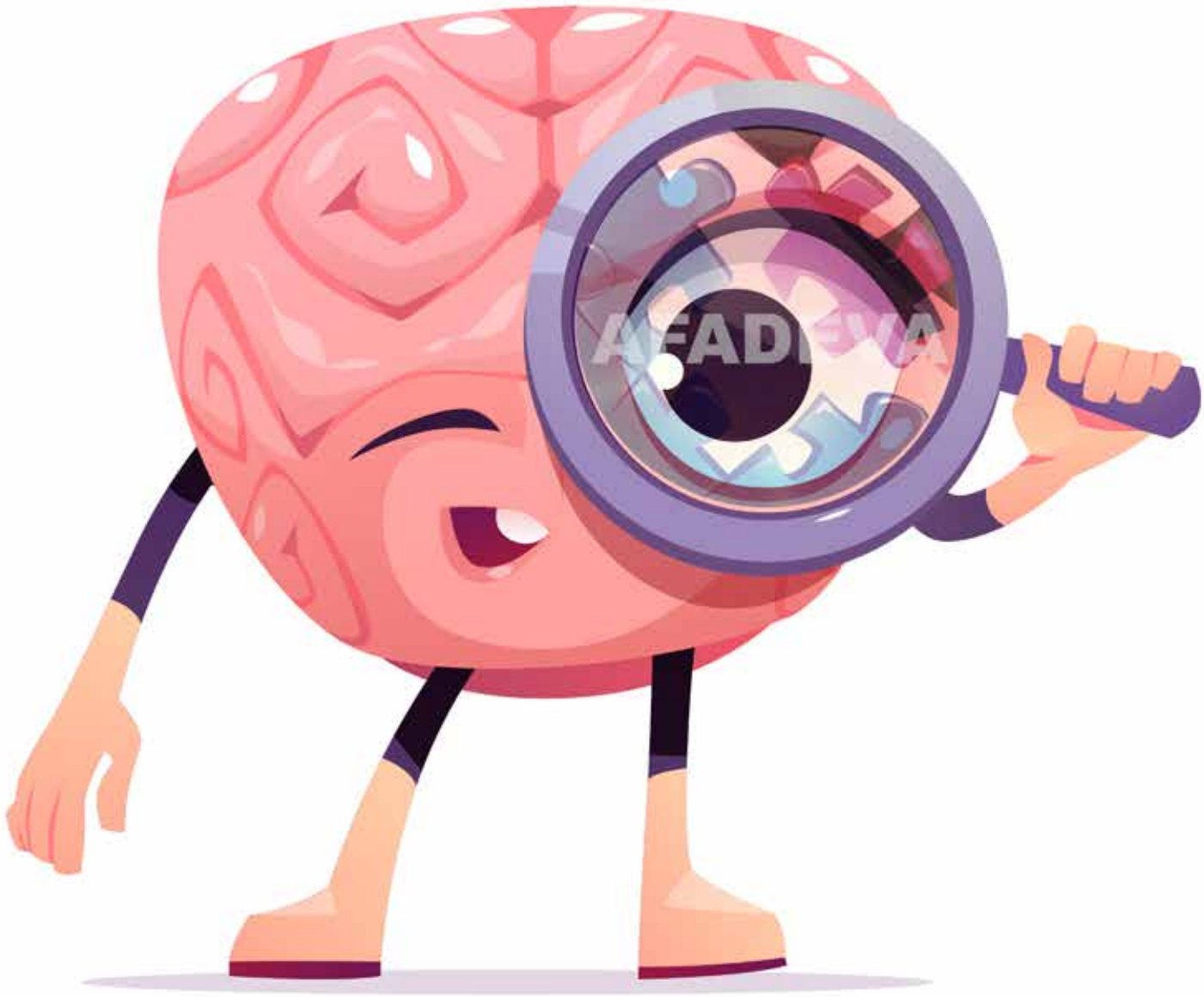
ACTIVIDADES DE LOS USUARIOS ..... 6 -13

COMIDA A DOMICILIO 14-17

FAMILIAS 18-19

SENSIBILIZACIÓN SOCIAL 20-25

JUNTA DIRECTIVA 26-27



Visítanos
en tu
dispositivo móvil

Edita:
Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer y Otras Demencias del Ayuntamiento de Valdepolo (AFADEVA).

D.L: LE-326-2011

PRODUCCIÓN:
d'INOVA Comunicación Editorial.
inovaimagenycomunicacion@gmail.com

LA ASOCIACIÓN EN DATOS

FECHA DE CONSTITUCIÓN LEGAL DE LA ENTIDAD:

7 de Junio de 2003.

FECHA DECLARACIÓN DE UTILIDAD PÚBLICA:

14 de Septiembre de 2012.

DATOS DE CONTACTO:

DIRECCIÓN: C/ Real S/N, 24920 La Aldea del Puente (León).
TELÉFONOS: 987336405 - 629769755

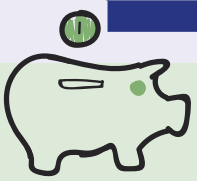
E-MAIL: afadeva@afadeva.es
PÁGINA WEB: www.afadeva.es

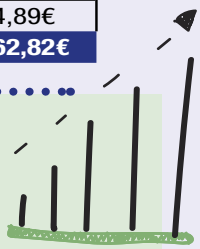
SOCIOS: 420.

USUARIOS ATENDIDOS: Centro de Día (19), Permanencia en el Entorno: Comida a Domicilio (147), Promoción Autonomía Personal (16/32) y Familias (129)

INGRESOS 2021	
FIANANCIACIÓN PROPIA	280.644,12€
Concierto	129.661,62€
Usuarios	140.630,50€
Socios	10.352,00€
SUBVENCIONES	71.849,11€
Gerencia Regional Ss., JCYL (IRPF)	21.008,65€
Consejería Ss., JCYL (Subv. Directa)	9.385,00€
Diputación	27.896,98€
Ayuntamientos (Santas Martas, Mansilla de las Mulas, Villasabariego, Mansilla Mayor, Campo de Villavidel y Gusendos de los Oteros).	13.558,48€
OTRAS FUENTES DE FINANCI.	7.669,59€
Donativos	5.794,70€
Otros ingresos	1.874,89€
TOTAL	**360.162,82€**

GASTOS 2021	
PERSONAL	248.581,37€
Nóminas	187.723,49€
Seguridad Social	60.857,88€
APROVISIONAMIENTOS	64.203,67€
Alimentación	54.090,03€
Limpieza	3.664,78€
Papelería /cocina	3.233,56€
Atención Usuarios	465,30€
EPIS	2.750,00€
TRANSPORTES	30.079,08€
Gasóleo	16.178,76€
Reparación Vehículos	13.900,32€
MANTENIMIENTO	3.932,67€
Teléfono/internet	715,17€
Reparación y conservación	2.604,36€
Butano	613,14€
PROFESIONALES EXTERNOS	19.249,53€
GASTOS DE GESTIÓN	7.185,58€
Seguros	3.373,45€
Servicios bancarios	1.962,04€
Cuota Federación	600,09€
Otros	1.250,00€
OTROS GASTOS	2.586,82€
AMORT. INMOV. MATERIAL	9.451,80€
TOTAL	**385.270,52€**





PRESUPUESTO 2022

GASTOS 2022	
PERSONAL	246.469,13€
Nóminas	178.000,00 €
Seguridad Social	68.469,13 €
APROVISIONAMIENTOS	68.500,00 €
Alimentación	59.000,00 €
Limpieza	4.000,00 €
Papelería /cocina	3.000,00 €
Atención Usuarios	1.000,00 €
EPIS	1.500,00 €
TRANSPORTES	32.000,00 €
Gasóleo	20.000,00 €
Reparación Vehículos	12.000,00 €
GASTOS DE GESTIÓN	5.850,00 €
Seguros	4.000,00 €
Servicios bancarios	1.200,00 €
Cuota Federación	650,00 €
PROFESIONALES EXTERNOS(gestorías/auditorias, informático, publicidad, desratización, prevención riesgos laborales, laboratorios tecnológicos, extintores,	17.000,00 €
MANTENIMIENTO	3.800,00 €
Reparación y conservación	2.500,00 €
Teléfono/ Internet	600,00 €
Butano	700,00 €
AMORT. INMOV. MATERIAL	5.000,00€
TOTAL	**378.619,13 €**

COLABORACIÓN AYTO. VALDEPOLO

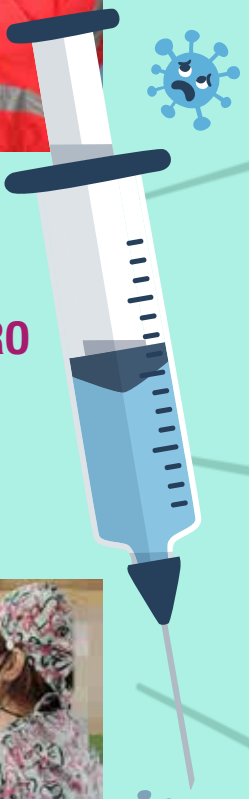
Energía eléctrica centro	3.118,49€
Combustible y carburantes	7.300,04€
Póliza de Seguro furgoneta	663,45€
TOTAL	**11.081,98€**

INGRESOS 2022	
FIANANCIACIÓN PROPIA	300.400,00€
Concierto	134.400,00 €
Usuarios	156.000,00 €
Socios	10.000,00€
SUBVENCIONES	59.219,13 €
Gerencia Regional Ss., JCYL (IRPF)	20.834,13 €
Consejería Ss., JCYL (Subv. Directa)	9.385,00€
Diputación	15.000,00 €
Ayuntamientos (Santas Martas, Mansilla de las Mulas, Villasabariego, Mansilla Mayor, Campo de Villavidel y Gusendos de los Oteros).	14.000,00 €
OTRAS FUENTES FINANC	19.000,00 €
Donativos	10.000,00 €
Otros ingresos	9.000,00 €
TOTAL	**378.619,13€**

¡¡¡HAN PASADO TANTAS **COSAS** ESTE AÑO….!!!

AUNQUE NO HA SIDO FÁCIL, HEMOS SEGUIDO TRABAJANDO TODOS COMO NOS IBAN INDICANDO

EN EL MES DE FEBRERO LLEGO LA VACUNA



Y CON LA VACUNA LLEGÓ TAMBIÉN LA ESPERANZA DE VOLVER A LA NORMALIDAD

Realizando talleres de 'Arte-terapia'

Haciendo talleres de 'psicomotricidad'

Haciendo manualidades

Celebrando el Carnaval

Celebrando los cumpleaños de nuestros usuarios

Y CRECIERON LAS GANAS DE CONTINUAR HACIENDO LO QUE MÁS NOS GUSTA.

Día del Abuelo

Hoguera de San Juan

Interacción social y estimulación funcional

Ludoterapia

Magosto

Navidad

Salidas

Terapia con perros

REINVENTANDO LAS UNIDADES DE MEMORIA, DE LA PRESENCIABILIDAD NOS METIMOS EN LA COCINA DE NUESTROS USUARIOS.

NUESTRO SERVICIO DE **COMIDA**

SE FIRMAN NUEVOS CONVENIOS

A lo largo del tiempo hemos seguido llevando a cabo la firma de nuevos convenios con diferentes entidades e instituciones, con el objetivo de potenciar y mejorar los servicios que ofrecemos desde Afadeva. Asimismo, se han seguido impartiendo charlas informativas relacionadas con la actividad de la Asociación y otros temas de interés relacionados con el alzheimer.

A DOMICILIO SIGUE CRECIENDO

VALDEPOLO

MANSILLA DE LAS MULAS

VILLASABARIEGO

SANTAS MARTAS

CAMPO DE VILLAVIDEL

MANSILLA MAYOR

MATADEÓN DE LOS OTEROS

La nutrición es un elemento clave para prevenir el Alzheimer en las fases iniciales de la enfermedad, más si lo combinamos con ejercicio físico y entrenamiento cognitivo. Este abordaje multimodal ha demostrado su eficacia sobre todo cuando más precozmente se interviene. (CEAFA junio 21').

GUSENDOS DE LOS OTEROS

VILLANUEVADELASMANZANAS

GORDALIZA DEL PINO

Carta de agradecimiento a la Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer de Valdepolo (AFADEVA)

En nombre del Ayuntamiento de Gusendos de los Oteros y en el mío propio, doy las gracias a **AFADEVA** por las atenciones y gestiones realizadas para poder llevar a cabo, en nuestro Municipio, vuestro pionero y eficaz servicio de comida a domicilio.

Llevo muchos años de alcalde, casi tantos como lleva existiendo vuestra Asociación, y tengo que deciros que poner en marcha este servicio, ha sido para mí, el mayor de los logros conseguidos, por muchas razones que ahora voy a exponer.

A pesar de las dificultades del momento y los días tan duros que hemos tenido todos, ha sido muy fácil poner en marcha este pionero y fructífero servicio de comida a domicilio con vosotros. Quiero poner en valor a todos los que componéis la gran familia de **AFADEVA**, sois el gran referente de la zona, es un honor para los vecinos de este Ayuntamiento, teneros a nuestro lado, siempre dispuestos a facilitar y superar cualquier adversidad a la hora de poner en marcha este servicio.

Para los que no lo conocen, este servicio persigue tres objetivos fundamentales, que no son otros que seguir viviendo en su casa, en su pueblo, en su entorno; tener una alimentación adaptada a base de dietas equilibradas para cada persona; y la más importante, que todos los días a la hora de la entrega de la comida, tienen ese contacto con profesionales, para que, si algo no va bien, avisar a la familia y poner remedio lo más rápido posible.
Los usuarios de este servicio de comida a domicilio no paran de manifestarme su agradecimiento, de repetirme lo rico que esta todo y la cantidad que les dais. Capítulo aparte, es lo que me transmiten del equipo que se encarga del reparto, aunque llevan mascarilla y no ven su boca, intuyen esa sonrisa de cariño y afecto.

Eran unos pocos y ahora son muchos, los que disfrutan de este servicio, ellos han sido los encargados de animar y demostrar al resto de los vecinos lo bien que les tratan.

Reiterando mi agradecimiento, y en la confianza de seguir contando siempre con esta magnífica Asociación, aprovecho para enviarles mi más cordial y afectuoso saludo.

Agradecemos esta carta y desde aquí animamos a colaborar a todos los que no conozcan la enorme labor social que está desarrollando **AFADEVA**.

Ánimo y muchas gracias familia.

Juan Carlos Melón Melón.
Alcalde de Gusendos de los Oteros.

FAMILIAS

Aunque el contacto con las familias se ha mantenido a pesar de las circunstancias, vía telefónica, a través de las auxiliares de transporte, visitas individualizadas… ya necesitábamos estar todos juntos.

Reconocer estas necesidades y ofrecerles opciones alivia a las personas con demencia y sus cuidadores.

Reconocer esas señales es importante para poder realizar un diagnóstico precoz.

NECESIDADES PACIENTE y PERSONA CUIDADORA

	Paciente	Persona Cuidadora	Otras Necesidades
Etapa inicial *(3-4 años de duración aprox.)*	Disminución de la autoestima. Olvidos ocasionales. Miedo al deterioro. Pérdida de vocabulario. Cierta confusión. Confusiones espacio-temporales. Se encuentra torpe. Dificultad en actividades mecánicas. Mecanismos de defensa. A veces, agitación, nerviosismo.	Observa las reacciones anómalas en el futuro enfermo. Lleva al enfermo al neurólogo. Impacto del diagnóstico. Fase de información. Fase de planificación. Aparece la persona cuidadora. Alteración de la vida familiar.	Obtener un diagnóstico preciso. Requerir la medicación conveniente en dosis correctamente ajustadas. Información y planificación. Comprensión con la persona enferma. Solidaridad familiar.
Etapa intermedia *(3-5 años de duración aprox.)*	Olvida sucesos recientes. Cada vez camina más torpemente. No se vale por sí mismo para vestirse, comer, caminar... Necesita una atención constante. La afectividad es el lazo que le une a la vida. Apenas realiza actividades. Ignora gran parte del léxico. No comprende situaciones nuevas. No reconoce lugares y tiempos.	Angustia ante el deterioro del enfermo. Miedo al futuro. Cansancio físico y psíquico. Familiares: establecimiento de una rutina para relevar a la persona cuidadora. Ansiedad y sentimientos ambivalentes.	Movilizar al enfermo (taca-taca). Gimnasia pasiva. Alimentación hiperproteica. Mantener rutinas.
Etapa final *(3-5 años de duración aprox.)*	No conoce ni reconoce. No habla. Incorsciente gran parte del día. Inmóvil. Alterna la cama con el sillón. Gran parte del tiempo durmiendo. Algunos breves momentos de consciencia. Aparición de problemas respiratorios, alimenticios, dermatológicos.	Sentimientos de soledad, impotencia. Dificultad para afrontar la muerte biológica del enfermo. Familiares: planificación para relevar a la persona cuidadora y ayudar en los cambios posturales, higiene del enfermo, etc.	Colchón de aire. Protectores para la piel. Cama articulada. Alimentación en purés, zumos con suplementos hiperproteicos y vitamínicos. Cambios posturales. Cuidadosa higiene del enfermo. Masajes para activar la circulación sanguínea.

Más información en www.ceafa.es

SÍNTOMAS DE ALARMA

Las personas que muestran los primeros síntomas de Alzheimer:

1. Experimentan cambios de memoria que dificultan la vida cotidiana
- Suelen olvidar información reciente.
- Olvidan fechas o eventos importantes.
- Piden la misma información repetidamente.
- Se apoyan en sistemas de ayuda o en familiares para la memoria.

2. Presentan dificultades para planificar o resolver problemas
- Dificultad en el desarrollo de plan de trabajo.
- Dificultad para seguir una receta de cocina.
- Dificultad para elaborar las cuentas mensuales.
- Suelen tener problemas de concentración.

3. Presentan dificultades para desempeñar tareas habituales en la casa, en el trabajo o en su tiempo libre
- Dificultad para llegar a un lugar conocido.
- Problemas en la administración de un presupuesto en el trabajo.
- Dificultad para recordar las reglas de un juego conocido.

4. Se desorientan en el espacio y en el tiempo.
- Olvidan fechas.
- Presentan dificultad de comprensión de algo que no está en proceso.
- Tienen dificultad para recordar dónde están y cómo llegaron.

5. Presentan dificultades para comprender imágenes visuales
- Tienen dificultad para leer, determinar distancias o colores.
- Experimentan problemas en la conducción de un vehículo.

6. Tienen problemas con el uso de vocabulario, tanto en el lenguaje oral como escrito
- Les resulta complicado seguir y participar en una conversación.
- Repiten las mismas palabras o expresiones varias veces.
- Llaman a las cosas por un nombre incorrecto o experimentan dificultades para encontrar el vocabulario correcto.

7. Colocan objetos fuera de su lugar y tienen dificultades para recordar dónde estaban
- Colocan cosas fuera de lugar y las pierden.
- Pueden acusar a los demás de robarles.

8. Ven disminuido el buen juicio
- Tienen dificultades para tomar decisiones.
- Prestan poca atención al aseo personal.

9. Carecen de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales
- Carecen de iniciativa para hacer pasatiempos o para participar en actividades sociales o deportivas.
- Les resulta complicado entender un pasatiempo.

10. Experimentan cambios de humor o de personalidad
- Pueden estar confundidos, deprimidos, temerosos o ansiosos.
- Fácil de enojarse en casa, en el trabajo, con amigos.

Ante cualquier duda, acude a tu centro de salud o Asociación más cercana

Y POCO A POCO VOLVIMOS A REENCONTRARNOS

Carrera del Ayuntamiento de Santas Martas

El 28 de agosto nos pudimos ver en la VII Carrera Popular del Ayuntamiento de Santas Martas. Los 562€ obtenidos con la inscripción se han utilizado de manera íntegra para financiar los servicios de AFADEVA.

Queremos agradecer al Ayuntamiento de Santas Martas que, un año más, hayan vuelto a contar con nosotros.

Día Mundial del Alzheimer

Con el lema 'Cero Omisiones, Cero alzheimer' comienza el mes de septiembre, mes del Alzheimer.

Teníamos la plena certeza de que en 2021 volvería nuestra marcha de manera presencial, pero las circunstancias derivadas de la pandemia volvieron a frustrar nuestras intenciones. Así, la XVIII Edición, nuevamente, tuvo que realizarse de manera virtual.
Nuestros socios, amigos y vecinos fueron adquiriendo las gorras y sombreros de Afadeva, que comenzaron a recorrer diferentes puntos de la geografía.

Al finalizar el mes de septiembre tuvo lugar el sorteo de una cena para dos personas que regalaba el restaurante 'Aïtalas Cheese And Grill', ubicado en Sahechores de Rueda, para los participantes.

Rafa fue el ganador y la entrega del vale corrió a cargo de una de las usuarias, que hizo entrega del mismo en la 'Unidad de Memoria', situada en Mansilla Mayor.

San Martino

Varios años llevaba en nuestra mente poder participar en la Feria de San Martino, que se celebra cada 11 de noviembre en la localidad de Mansilla de las Mulas.

A pesar del frío, fue un día para repetir. Pudimos encontrarnos con muchos amigos de Afadeva y hacer otros nuevos, nos visitaros algunos de nuestros usuarios del Centro de Día, familiares y diferentes autoridades de la zona.

Además, se cumplió con creces nuestro cometido: dar visibilidad a la enfermedad del Alzheimer y al trabajo que nuestra Asociación realiza cada día para mejorar la calidad de vida de las personas que lo sufren y la de sus familias.

Queremos agradecer al Ayuntamiento de Mansilla de las Mulas que haya facilitado la participación de Afadeva.

Comida Solidaria

Y acabamos 2021 de la mejor manera posible, con nuestra comida solidaria, en la que nos volvimos a encontrar, después de dos largos e interminables años, más de 200 personas. Buen día, buena comida, un entorno idílico… y lo mejor de todo, nuestros socios demostrando una vez más que podemos contar con ellos.

Queremos trasladar un agradecimiento especial al equipo médico del Ayuntamiento de Valdepolo, en especial a Antonio y Carmen. Porque sentimos la necesidad de agradecer siempre, pero sobre todo durante esta pandemia, su trato, atención y dedicación hacia nuestra Asociación.

Como cada año, no podía faltar el sorteo de numerosos detalles, donados por nuestros amigos de la gasolinera de Villamoros, Ebanistería "Rquer" e Isabel y su familia.

JUNTA DIRECTIVA

La Junta Directiva de Afadeva está compuesta por 8 miembros que ocupan sus cargos de manera voluntaria.

A continuación os mostramos algunos momentos desempeñando sus funciones de administración, dirección y representación.

AFADEVA

A veces hay cosas que aparecen en nuestra vida a las que al principio no damos importancia, pero que con el paso del tiempo se convierten en, especialmente importantes.

Cuando conocí a la Asociación de Alzheimer, AFADEVA, en el año 2006 gracias a Miguel Angel Bravo, alcalde del Ayuntamiento de Santas Martas, no me podía imaginar la suerte que había tenido.

Pronto empecé a colaborar con ella y no pasado mucho tiempo necesité de sus servicios para mi madre y aunque desgraciadamente no fue mucho tiempo, fui consciente del trabajo que realizaban.

En 2011 entro a formar parte de la Junta Directiva, de la que en este momento soy su secretario. En los últimos años se han incorporado a la Junta personas jóvenes, con nuevas ideas, y eso siempre es de agradecer pues facilita mucho las cosas.

Tengo que decir que hace mucho tiempo que me llama poderosamente la atención la capacidad de las personas que gestionan el día a día del centro, para resolver los problemas, no ya cotidianos, que son muchos, sino también los que surgen de forma extraordinaria como por ejemplo ahora la pandemia. También soy consciente de que las trabajadoras ayudan y mucho para que así sea.

Espero y deseo que, como SOCIOS, todos nos sintamos orgullosos de pertenecer a esta Asociación.

Confío en que esta maldita pandemia nos deje en paz de una vez y podamos volver a retomar la normalidad.

Un saludo.

Jose Luis.

AFADEVA

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y AMIGOS DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DEL AYUNTAMIENTO DE VALDEPOLO

C/ Real, s/n - La Aldea del Puente - 24920 (León)
Tel./Fax 987 336 405 - afadeva@afadeva.es