

BOLETÍN ACTIVIDADES

OCTUBRE 2023



NUEVAS ACTIVIDADES

Dirigidas a personas afectadas por Alzheimer u otra demencia

Taller Estimulación cognitiva grupal

Fecha: lunes y miércoles de 11.30 a 13.00 am. Lugar: Rosa Chacel,1. Las Rozas

Dirigidas a cuidadores

Grupo de Ayuda Mutua

Presencial: miércoles 12.00 a 13.00 h. Lugar: Rosa Chacel,1. Las Rozas

Online: lunes 16.00 a 17.30 h.

Taller Aprender a cuidar, aprender a cuidarse.

Presencial: miércoles tarde. Lugar y hora a definir. 6 sesiones, frecuencia semanal. (Inscripción previa)

Encuentros de cuidadores “Hablemos de cuidados”

Presencial: viernes de 12.30 a 13.30 h. Lugar: Rosa Chacel,1. Las Rozas.

Taller Monográfico “Relajación y Atención plena”

Presencial: miércoles de 13.00 a 14.00 h. Lugar: Rosa Chacel,1. Las Rozas

Dirigidos a la Comunidad

Coro “Canta y Recuerda”

Dirigido a cuidadores, personas con Alzheimer y público en general

Fecha: lunes de 11.30 a 13.00. Lugar: Rosa Chacel,1. Las Rozas. (Gratis)

Taller Mindfulness y Equilibrio emocional. Programa de 8 semanas para mejorar la salud emocional y aumentar la resiliencia.

Modalidad online

Día y hora a determinar

ACTIVIDADES PERMANENTES

ATENCIÓN A LA FAMILIA

Entrevista inicial. Información y asesoramiento familiar: Acogida de la persona enferma, la familia y su entorno con el objetivo de disminuir la ansiedad que implica enfrentarse a la enfermedad y a su proceso. En modalidad online y presencial.

Grupo de Ayuda Mutua (GAM): Espacio donde los cuidadores y las familias pueden compartir sus experiencias y proporcionarse un apoyo mutuo al interactuar con personas en situación similar. En modalidad online y presencial.

Asesoría familiar: Apoyo psicoeducativo a cuidadores sobre aspectos relacionados con la enfermedad y los cambios familiares asociados al nuevo rol de cuidador. En modalidad telemática y presencial.

Apoyo psicológico individual: Dirigido a la persona enferma en fase leve y al familiar cuidador. Desde una perspectiva humanista se ofrece un espacio donde tomar conciencia de las necesidades y recursos necesarios para adaptarse a la enfermedad afrontando de la mejor manera esta nueva situación. En modalidad online y presencial.

Asesoría legal: Proporciona una orientación inicial para procesos de incapacitación y otros temas legales derivados de la situación de dependencia de la persona enferma. Atendido por una abogada voluntaria y vocal de la entidad. Presencial y online

Escuela para cuidadores: Talleres psicoeducativos para cuidadores acerca de los diversos aspectos que rodean a las demencias. En modalidad presencial y online.

Respiro para cuidadores: Charlas coloquio en torno a temas de interés asociados al rol de cuidadores. Presencial.

SOS Alzheimer: Línea de atención psicosocial digital para familiares. Incluye seguimiento a familias. Disponible de Lunes a viernes de 10.00 h. a 18.00 h.

ATENCIÓN A LA PERSONA ENFERMA

Valoración psicosocial: Su objetivo es conocer el estado general de la persona afectada por Alzheimer y su familia, determinando sus recursos y necesidades para definir el plan de tratamiento. Atención domiciliaria.

Estimulación cognitiva en domicilio: Intervención psicológica con el fin de ralentizar el proceso de deterioro asociado a la demencia. Atención domiciliaria.

Paseo terapéutico: Modalidad de estimulación cognitiva fuera de casa que refuerza la estimulación funcional. Atención domiciliaria.

ATENCIÓN A LA COMUNIDAD

Talleres sobre envejecimiento activo y prevención de deterioro cognitivo: para conocer herramientas útiles en el día a día y mantener una adecuada capacidad cognitiva (Método UMAM). Presencial y online.

La Ruta por el Recuerdo. Sensibilización social a través de participación en jornadas y charlas en Centros sociosanitarios, farmacias y entidades privadas. Incluye actividades en torno al Día Mundial de la Salud (7 de Abril), Día de la Mujer (8 de Marzo), Día Mundial de Toma de conciencia del abuso y maltrato en la Vejez (15 de Junio), Día Mundial del Alzheimer (21 de Septiembre), Día de las Personas mayores (1 de Octubre) y Día del Cuidador (4 de Noviembre), entre otras.

Nota: Para participar de las actividades, es necesario contactar previamente con la Asociación.

Mail: contacto@afalasrozas.org

Tel: 665.085.932