# BOLETÍN ACTIVIDADES

JULIO 2025

AFA
Las Rozas
Noroeste de la CAM

# NUEVAS ACTIVIDADES

**Grupo de Ayuda Mutua en Las Rozas**
Dirigido a cuidadores de personas con Alzheimer y otras demencias.

- Presencial/mañanas: Lunes de 10:30 a 12:00 y viernes de 12.00 a 13.30h Frecuencia quincenal.
- Online ("Encuentro entre cuidadores" lunes 16.30 a 17.30 h. Frecuencia quincenal.

Lugar: C/ Comunidad de la Rioja,1. Centro Municipal El Abajón. Las Rozas Online: Vía Skype.

**Grupo de Ayuda Mutua en Valdemorillo**

- La fecha será concretada una vez formado el grupo.
- Las reuniones serán quincenales de 11:00 a 12:30 h.
- Gratuito para las familias de Valdemorillo, 20 euros para familias de otros municipios. Necesario estar asociado.
- Lugar: En el edificio donde se encuentran los Servicios Sociales. Dirección: C/ La paz, 53. Valdemorillo.
- Llamar al 722.179.972 (Tania)

**Grupo de Ayuda Mutua en Collado Villalba**

- La fecha será concretada una vez formado el grupo.
- Las reuniones serán quincenales de 11:00 a 12:30 h.
- 20 euros mensuales por asistente. Es necesario que las familias estén asociadas.
- Lugar: En el centro polifuncional. Plaza Príncipe de España s/n. En la 1ª planta.
- Llamar al 722.179.972 (Tania)

**Todas las actividades requieren inscripción previa.**

AFA
Las Rozas
Noroeste de la CAM

**Formación Módulo Básico**

- Miércoles 14 de mayo “Alzheimer, Humanización y sus cuidados” Dirigido a cuidadores familiares, nuevos socios y personas interesadas. de 16:30 a 18:30. Gratuito para socios / 10 euros interesados Bizum / Donativo.

- Viernes 16 de mayo “Alzheimer, Humanización y sus cuidados” Dirigido a cuidadores familiares, nuevos socios y personas interesadas. de 11:30 a 13:30. Gratuito para socios / 10 euros interesados Bizum / Donativo.

- Jueves 22 de mayo “Alzheimer, Humanización y sus cuidados” Dirigido a cuidadores familiares, nuevos socios y personas interesadas. De 16:30 a 18:00. Gratuito para socios / 10 euros interesados Bizum /Donativo.

(Actividad que se realizará de manera trimestral y en la que se invitará a participar a los nuevos socios)

**Actividades dirigidas a cuidadores familiares, socios y personas interesadas.**

**Taller Estimulación cognitiva grupal**
**Dirigido a personas afectadas por Alzheimer u otras demencias Presencial:**

• lunes por la mañana. Consultar horario
• miércoles: 12:30 a 14:00 am

**Actividad dirigida a personas dependientes por demencias.**

**Atención a familias:**
• Lunes, miércoles y viernes de: 10:00 a 14:00 (Cita previa)
Lugar: C/ Comunidad de la Rioja,1. Centro Municipal El Abajón. Las Rozas.

**AFA Noroeste. Atención a Familias**
Dirigido a las localidades de nuestra zona de actuación

- Valdemorillo: lunes de 10:45 a 13.30 h.
- Hoyo de Manzanares: martes de 10:00 a 14:00 h.
- Collado Villalba: Miércoles de 10.30 a 13.30 h.
- San Lorenzo de El Escorial: jueves de 10:45 a 13.15 h

Atención con cita previa: Tel. 722179972

## ACTIVIDADES PERMANENTES

### ATENCIÓN A LA FAMILIA

**Entrevista inicial. Información y asesoramiento familiar:** Acogida y valoración psicosocial de la persona afectada por Alzheimer, su familia y entorno con el fin de disminuir la incertidumbre, planificar los cuidados y recibir el apoyo necesario. En domicilio, presencial y online.

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

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

**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 personales y de aquellos aspectos que ayudan o dificultan el proceso de cuidado. En domicilio, presencial y online.

**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 y el bienestar del cuidador. Presencial y online.

**Coro “Canta y Recuerda”**
Dirigido a cuidadores, personas con Alzheimer y público en general Fecha: lunes de 11.30 a 13.00.
Lugar: Residencia Orpea Las Rozas. Calle Clara Campoamor, 2. 28232. Las Rozas. Gratuito

**SOS Alzheimer:** Línea de atención psicosocial digital para familiares. Disponible de Lunes a viernes de 10.00 h. a 18.00 h. Tel: 665.085.932//722.179.972

## ATENCIÓN A LA PERSONA CON ALZHEIMER

**Valoración psicológica y social:** 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.

**Taller Estimulación Grupal:** Intervención no farmacológica a través de estimulación cognitiva. Presencial

## ATENCIÓN A LA COMUNIDAD

**Formación Módulo Básico**

“Alzheimer, Humanización y sus cuidados” Dirigido a cuidadores familiares, nuevos socios y personas interesadas.

Con el objetivo de aportar nociones básicas sobre la enfermedad y maneras de afrontar y de adaptarse a los cambios que irán surgiendo con los primeros síntomas. Esto supondrá un mayor control de la situación por parte de los cuidadores principales que aportará seguridad en el entorno de la persona enferma.

(Actividad que se realizará de manera trimestral y en la que se invitará a participar a los nuevos socios)

**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 actividades en torno al Dia Mundial del Alzheimer (21 de septiembre), Dia de las Personas mayores (1 de Octubre) y Dia del Cuidador (5 de Noviembre), entre otras. Jornada Anual “La Voz de los cuidadores, hablemos de humanización de los cuidados”. Charlas coloquio en localidades de sierra noroeste de Madrid (Proyecto AFA Noroeste)

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

**Mail:** contacto@afalasrozas.org

**Tel:** 665.085.932

AFA
Las Rozas
Noroeste de la CAM