

**CONTENIDO:**

**IX Jornadas Informativas y**

El borrador de recuerdos	2
Risas y calidad de vida	2
Hazte con tu pulsera	2
Camiseta solidaria	3
Protección Civil y "Manolo"	3
Exposición Sigo siendo yo	3
Celebración Facebook	3
Un amargo adiós	4
Un alto en el camino	4
Calendario solidario	4
Sesión informativa	5
Nuestros estudiantes	5
El trabajo de AFAL	6
Entrega de diplomas	7
Portal de transparencia	7
Préstanos tu ayuda	7
Activa la mente	8
Programa de eventos	9
Ciencia e investigación	10



Más de 400 personas pudieron actualizarse de las novedades de temas referentes a la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Aspectos legales, Nutrición, defensa personal, psicología y hasta 10 ponentes más participaron en las Jornadas.



**Aquí su publicidad**  
[Infodemencias@gmail.com](mailto:Infodemencias@gmail.com)

**Qué puede hacer AFAL por ti:**

- Estimulación cognitiva y fisioterapéutica.
- Ayudas técnicas.
- Asesoramiento.
- Voluntariado.
- Formación y bolsa de empleo. 😊
- Y mucho más...

**Primavera y alergias, consejos**

1. Evitar la naturaleza en épocas de polinización de la planta que nos afecta.
2. Evitemos cortar el césped y estar en jardines donde se puede.
3. Los días de sol y viento no son idóneos para los alérgicos.
4. En el hogar, no debemos ventilar en horas de sol, por la noche debemos cerrar las ventanas.
5. Aplicar la aspiradora con rigor.
6. Es mejor secar la ropa en la secadora.
7. Debemos evitar frecuentar los ambientes contaminados de humo de tabaco.
8. El dormitorio debe de estar a una temperatura algo baja y en un ambiente seco.
9. En el coche ir con las ventanas cerradas.
10. No olvidar acudir a nuestro alergólogo, él es quien puede ayudarnos en esta época del año a combatir los alérgenos que nos rodean.

## Alzheimer: El borrador de recuerdos

El Alzheimer es como un monstruo que se alimenta de nuestros rescuerdos. Hay muchas formas de ralentizar esas pérdidas, tenemos herramientas para enfrentarnos al monstruo. En AFAL por ejemplo, nos quedamos maravillados al ver que nuestros pacientes aún recuerdan nuestras queridas pesetas.



## Las personas que ríen poseen una mejor calidad de vida



Tener una actitud positiva ante la vida, reír, poseer buen humor, ayuda a gozar de una mejor calidad de vida y un envejecimiento saludable según mantiene la farmacéutica y voluntaria en la AFAL Cartagena y Comarca, Cristina Muñoz Contreras, en la charla informativa que dio el 21 de mayo, sobre envejecimiento saludable en el Hogar de la Tercera Edad de Portman.

**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**

## Hazte con tu pulsera

Afal Cartagena y Comarca cuenta con stock de pulseras naranjas y violetas de la asociación, que dan energía y ayudan a colaborar en la prevención, atención y cuidado de nuestros usuarios y familiares con enfermedades neurodegenerativas.

Gracias por la gran acogida que están teniendo nuestras pulseras.



¡La pulsera que une las fuerzas de todos con una causa común: La lucha contra las enfermedades neurodegenerativas!





## Camiseta solidaria

Puedes colaborar con AFAL Cartagena y Comarca, adquiriendo nuestra **Camiseta solidaria y el Calendario**



## Agradecemos a la Unidad de Protección Civil que nos haya prestado a "Manolo"



Manolo es un maniquí que nos ha prestado la Unidad de Protección Civil San Javier para realizar practicas de reanimación cardiopulmonar...Sandra, enfermera de AFAL, nos lo enseña.



ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE FISIOTERAPEUTAS REGION DE MURCIA

18 de mayo inauguración de la nueva sede del Instituto Universitario de Investigación en Envejecimiento de la Universidad de Murcia

## Estamos de celebración: El Facebook de AFAL ya cuenta con más de 2000



Hemos celebrado los 2000 seguidores de AFAL con el sorteo de un cojín de semillas. Enhorabuena a la ganadora y gracias a todos los que nos seguís por estar ahí.

[www.facebook.com/infodemencias](http://www.facebook.com/infodemencias)



**actividad pública**



**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**



## Un amargo adiós



Este mes lamentamos la pérdida de Consuelo Benavente Tour, Isabel Raja Lorente, Antonio Gómez Rodríguez y Francisca López Moreno.

A todas las familias y allegados, nuestro más sentido pésame desde la Asociación.

D.E.P. †

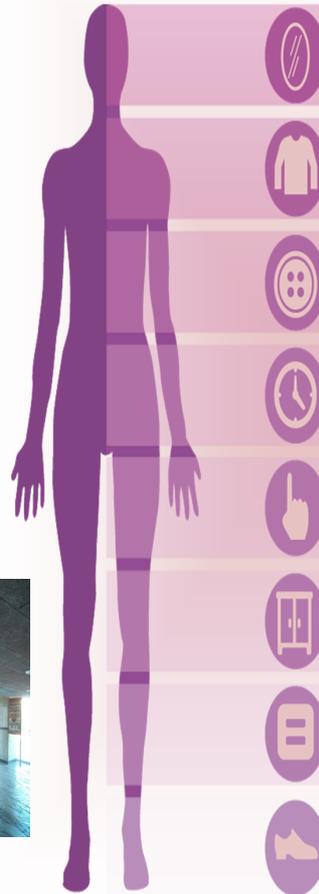
## La exposición "TENGO ALZHEIMER Y SIGO SIENDO YO" estuvo este

Durante el mes de mayo estuvo expuesta en la UNED de Cartagena la exposición bajo el título "TENGO ALZHEIMER Y SIGO SIENDO YO" que recoge el traba-



## Un pequeño "alto" en el camino...

### VESTIR Y ARREGLAR



Si es posible, terminar de arreglarle ante el espejo, lo que le ayudará a que sea capaz de reconocerse durante más tiempo.



Elegir con el enfermo la ropa que va a ponerse al día siguiente, dejándola colocada en el orden en que deberá ponérsela.



Cambiar los botones y cremalleras por tiras de velcro y utilizar prendas de una sola pieza elásticas y no ajustadas.



No anticiparse ni meter prisa. Dejar tiempo para que el paciente se vista él mismo y, si no es capaz, primero intentar darle órdenes sencillas.



No pensar que ya no puede hacer nada. Quizás sólo necesita su indicación.



Colocar en el armario sólo la ropa de temporada, identificando con dibujos donde se encuentra cada prenda.



Hacer que el enfermo guarde sus cosas siempre en el mismo sitio. Así es más difícil que se le olvide.



Es conveniente sustituir los zapatos de cordones por otros con cierre adhesivo, de suela antideslizante, sin tacones y de horma ancha.

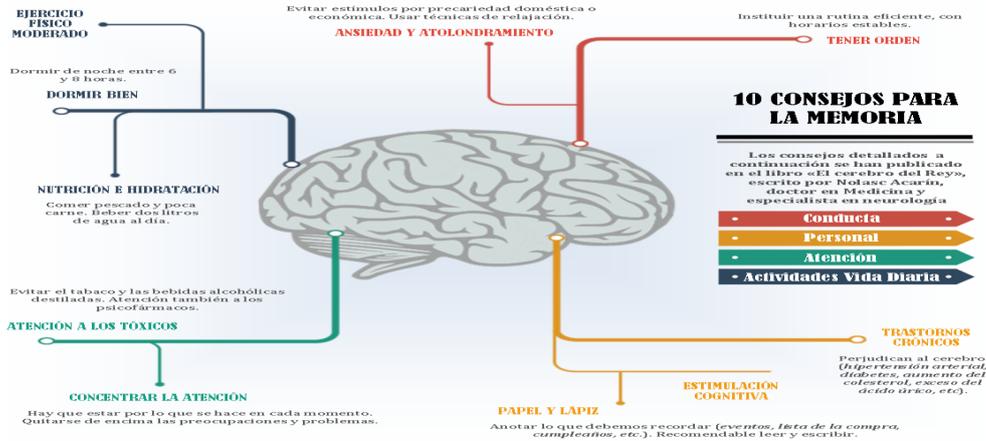
Fuente: [CRE Alzheimer](#)



Universidad Politécnica de Cartagena | Campus de Excelencia Internacional

**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**

# SESIÓN INFORMATIVA



- Realización de talleres de estimulación cognitiva.
- Evaluación y valoración.
- Historial de pacientes.
- Apoyo a las familias
- Actividades de ocio



Fuente: [CRE Alzheimer](#)

Aquí su publicidad  
Infodemencias@gmail.com

## NUESTROS ESTUDIANTES, NUESTRO FUTURO

Damos la bienvenida a un nuevo miembro en AFAL Cartagena y Comarca. Silvestre Pardo Montesinos, estudiante de administración y finanzas de la Fundación Universitaria Isidoriana que estará con nosotros de becario hasta julio. ¡Bienvenido! ¡Esperamos que tu experiencia sea enriquecedora!



Y Felicitamos a Natalia Morilla Montesinos, futura neuropsicóloga Universitat Oberta de Catalunya (UOC) que nos ha elegido para aprender sobre enfermedades neurodegenerativas. Estamos orgullosos, gracias por tu trabajo.



*“Vive como si fueras a morir mañana. Aprende como si fueras a vivir siempre”*  
Mahtama Gandhi



**FONTANERÍA**  
**Gas Garre**  
Plumbing and butane Gas  
REPARAMOS CALENTADORES Y TERMOS  
TODAS LAS MARCAS  
**607 294 851**  
EMPRESA AUTORIZADA POR INDUSTRIA

**¡HAZTE VOLUNTARIO/A!**





**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**  
**El trabajo de AFAL**



El siguiente objetivo está un poco más cerca, se trata de las ayudas de la Consejería de Familia e Igualdad de oportunidades.

5 de mayo: Obra de teatro El dentista 2 con la compañía Teatro a bordo [vídeo]

Boletín Oficial de la REGIÓN de MURCIA Número 124 Jueves, 31 de mayo de 2018 Página 14016

**I. COMUNIDAD AUTÓNOMA**

**3. OTRAS DISPOSICIONES**

Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades I.M.A.S.

**3370** Orden de 28 de mayo de 2018 de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades, por la que se establecen las normas reguladoras de las ayudas individualizadas a personas con discapacidad.



21 de mayo charla informativa sobre envejecimiento saludable



Juan, usuario de AFAL Cartagena y comarca, lleva el caos de su mente a la creatividad de sus manos. Su generosidad y bien hacer convierte en útil lo inservible.



Primeras flores de nuestros huertos, estamos preparando para volver pronto



Gracias al trabajo de los alumnos el ISEN por ayudarnos a combatir la apatía y potenciar la creatividad a través de manualidades artísticas.



22 de mayo Taller de memoria en El Mirador organizado por el Ayuntamiento de San Javier



30 de mayo Mercadillo Solidario en Cartagena.



**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**



### Entrega de diplomas de la 6ª Edición



Durante el mes mayo se entregaron los diplomas de la última edición de los cursos de formación sobre cuidados básicos de personas mayores en el domicilio De AFAL en La Unión, Balsicas y Cartagena.



¡Gracias a todos los que hicieron posible con su esfuerzo y presencia a que el éxito de estos cursos haya sido una realidad!

### Portal de Transparencia

**AFAL recibe del Gobierno Regional sobre 21.500€ para la atención de enfermos de Alzheimer y formación de cuidadores.**

AFAL ha recibido 21.647,28€ del gobierno regional. Dicha cantidad se destinará a la atención integral de personas mayores, tanto en el cuidado socio-sanitario como apoyo y formación a cuidadores. <http://afalct.org/>



**AFAL recibe de la FFEDAR; una subvención para sufragar el 10% de los gastos del servicio de fisioterapia.**



La Asociación de Familiares y Enfermos de Alzheimer de Cartagena y Comarca, AFAL, ha recibido una subvención de 25.767€ procedente de la Federación de Asociaciones de Enfermos de Alzheimer de la Región de Murcia, FFEDARM, para la realización del programa de fisioterapia que la Asociación ofrece a los usuarios.

<http://afalct.org/>



**AFAL recibe una donación de 100€ por parte de Toñi y Guillermo Pilates Yoga Air Pilates**

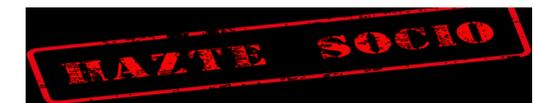
Muchas gracias por vuestra generosidad.

### Préstamos tu ayuda

La donación de máquinas de ayudas técnicas es una forma de colaborar con la Asociación y con las personas que más lo necesitan. Desde AFAL coordinamos un servicio de "Ayudas técnicas" a través del cual, adquirimos grúas, andadores, sillas de ruedas y otros elementos que ayudan a mejorar la calidad de vida de nuestros socios. Tú puedes colaborar con nosotros donando lo que ya no utilices. Ya lo sabes, si tienes alguna silla, andador, grúa, cámara... Puedes ayudar a que un socio se beneficie. ¡Averigua cómo! ¡Pregúntanos!



**Colabora: Hazte Socio**

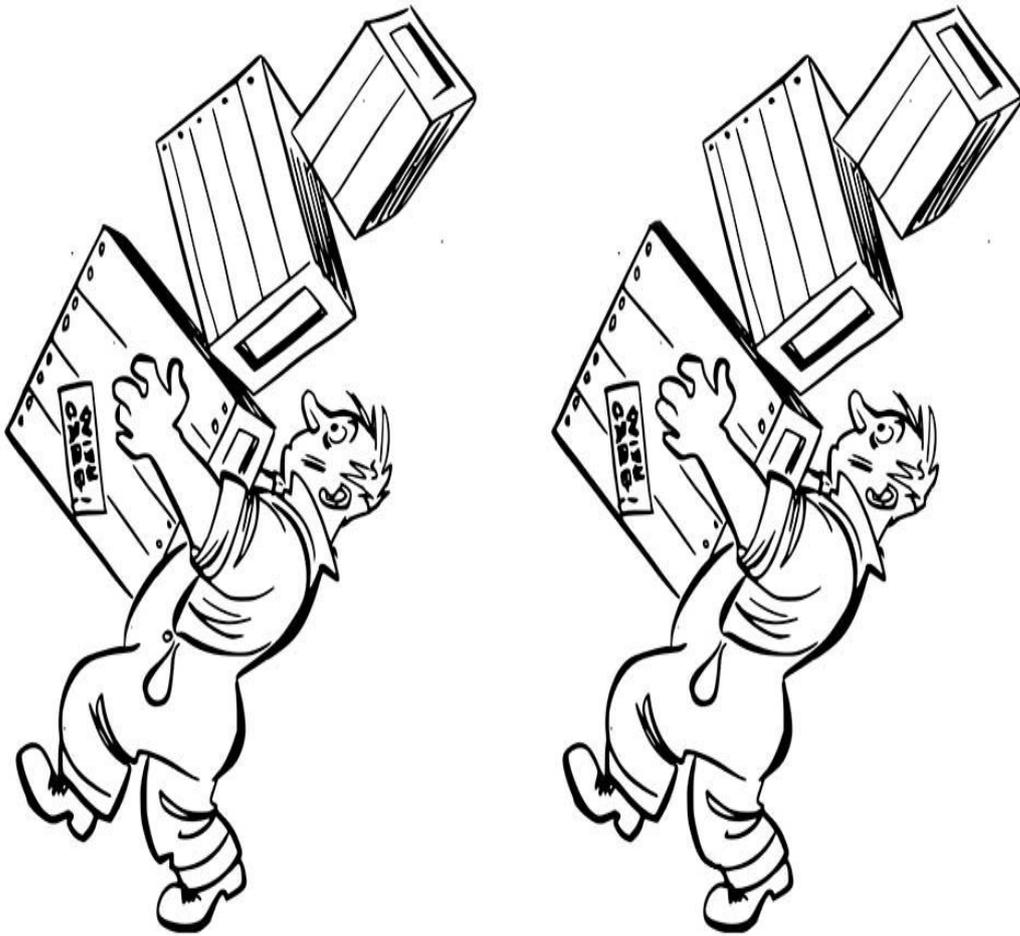


= **DEDUCCIÓN 2015**  
**32,5%**

**DEDUCCIÓN 2016**  
**35%**

"El amor es la energía más poderosa que posee el mundo y la más humilde que quepa imaginar".  
Mahatma Ghandi.

# Activa la mente. Otro ejercicio...



**ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS**

Fuente: [www.epasatiempos.es](http://www.epasatiempos.es)



**AYÚDANOS  
A MEJORAR  
SUGERENCIAS**

*Aquí su publicidad*

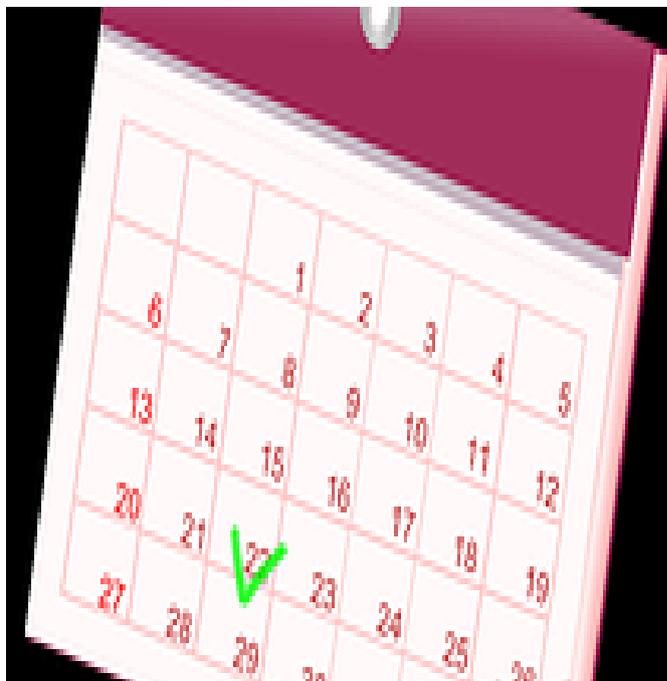
[Infodemencias@gmail.com](mailto:Infodemencias@gmail.com)

*Aquí su publicidad*

[Infodemencias@gmail.com](mailto:Infodemencias@gmail.com)

## Programa de eventos

- 14 de junio asamblea ordinaria
- 15 de junio desfile benéfico
- 28 de junio asesoramiento a familiares
- Durante el mes de junio Visitas al huerto de AFAL
- 20 de julio evento benéfico
- 27 de julio excursión a la playa



## ACTIVIDADES Y FECHAS PARA NO OLVIDAR



## ¡HAZTE VOLUNTARIO/A!



- Acompañamientos a familiares y enfermos
- Difusión de los valores de la Asociación.
- Colaboración en investigación.
- Campañas de prevención de Alzheimer.
- Captación de nuevos socios.
- Potencia tus capacidades.
- Aumenta tu autoestima.
- Cursos de Formación a auxiliares.
- Mediación en ofertas de empleo.



# Ciencia e investigación

El artículo de este mes es un estudio que refleja que la comprensión de la prosodia gramatical y emocional están afectados en la Enfermedad de Alzheimer

## Comprehension of grammatical and emotional prosody is impaired in Alzheimer's disease.

EXPORT Add To My List

Database: PsycARTICLES Journal Article

Taler, Vanessa Baum, Shari R. Chertkow, Howard Saumier, Daniel

### Citation

Taler, V., Baum, S. R., Chertkow, H., & Saumier, D. (2008). Comprehension of grammatical and emotional prosody is impaired in Alzheimer's disease. *Neuropsychology*, 22(2), 188-195. <http://dx.doi.org/10.1037/0894-4105.22.2.188>

Neuropsychology

Editor Gregory Brown, PhD

Journal TOC

Purchase PDF

### Abstract

Previous research has demonstrated impairment in comprehension of emotional prosody in individuals diagnosed with Alzheimer's disease (AD). The present pilot study further explored the prosodic processing impairment in AD, aiming to extend our knowledge

Se trata de un estudio piloto pionero que amplia nuestro conocimiento sobre la comprensión de la prosodia emocional y gramatical. Se observaron deficiencias en la prosodia emocional. También se descubrió que las personas con AD tienen alteración a la hora de detectar la modalidad de la frase, lo que puede atribuirse a un deterioro del procesamiento prosódico más general. Los participantes en el estudio con enfermedad de Alzheimer estaban en una etapa muy leve de la enfermedad, lo que sugiere que las alteraciones de la prosodia ocurren temprano en el curso de la enfermedad.

aler, V., Baum, S. R., Chertkow, H., & Saumier, D. (2008). Comprehension of grammatical and emotional prosody is impaired in Alzheimer's disease. *Neuropsychology*, 22(2), 188. En <http://psycnet.apa.org/record/2008-02526-006>

Colabora a través de Teaming



SITIO DE REFERENCIA EUROPEO DE ENVEJECIMIENTO



Aquí su publicidad Infodemencias@gmail.com

Aquí su publicidad Infodemencias@gmail.com



Cartagena  
El Algar  
Los Alcázares  
Torre Pacheco  
San Javier

Teléfono: 968126081

Correo: infodemencias@gmail.com

**MAYO 2018**

*"No hay olvido que valga! Tú guarda los sentimientos, que yo guardo los recuerdos..." @EF\_Roberto*

**Www.afalct.org**

## Ayuntamientos



Ayuntamiento de Los Alcázares



Ayuntamiento de Cartagena



Ayuntamiento de Mazarrón



Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar

Ayuntamientos de la Unión

AFAL Cartagena es una Asociación sin ánimo de lucro que nació el 15 de febrero de 1995 para dar apoyo multidisciplinar a los familiares y cuidadores de Alzheimer y otras demencias neurodegenerativas, dando apoyo a más de 7000 personas.

Con esfuerzo y tesón, conseguimos apoyar también a los pacientes, a través de Terapias de rehabilitación neuropsicológica y fisioterápica. Convertidos en Centro de Rehabilitación integral, actualmente, contamos con más de 220 socios, dando apoyo y consejo, tanto a PACIENTES como a FAMILIARES, gracias a un equipo de especialistas de distintos campos.

## Patrocinadores



## Colaboradores



## Servicios



**POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL**

**Aquí su publicidad**  
**Infodemencias@gmail.com**

**Aquí su publicidad**

**Infodemencias@gmail.com**