

AFA GUARDO

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y
OTRAS DEMENCIAS DE GUARDO Y COMARCA

MEMORIA ANUAL 2025



ÍNDICE



1 LA ENTIDAD

2 SERVICIOS DIRIGIDOS A PERSONAS
CON ALZHEIMER U OTRA DEMENCIA

3 SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y
PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA: DETERIORO COGNITIVO INICIAL

4 PROGRAMA DE ATENCIÓN A FAMILIAS

5 PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN EN EL ENTORNO

6 PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

7 EL AÑO 2025 EN IMÁGENES

8 DATOS EN CIFRAS

9 ANEXOS



La Entidad



La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Guardo (AFA-Guardo) es el resultado de un compromiso profundo. Un grupo de familiares y amigos, unidos por la experiencia de convivir con el Alzheimer y otras demencias, se dieron la mano para transformar la realidad. El objetivo principal es el que nos sigue moviendo hoy: elevar la calidad de vida de la persona afectada, del cuidador principal y de todo el núcleo familiar.

Los orígenes se remontan a 1998, cuando se inició la labor bajo el paraguas de AFA-Palencia, ofreciendo el vital servicio de la Unidad de Respiro Familiar (URF) en un local cedido por el Ayuntamiento de Guardo.

El verdadero salto hacia la autonomía llegó en 2002, cuando AFA-Guardo se constituyó legalmente como entidad independiente. El Ayuntamiento volvió a ser un aliado clave, facilitando un traslado a una nueva sede más céntrica y accesible, un espacio que se convirtió en el corazón de la actividad.

A partir de 2008, comenzaron a sumarse los programas de estimulación cognitiva y ayuda a domicilio. El compromiso se plasmó también en ladrillos y sueños, culminando en la remodelación y ampliación de nuestra sede en 2009, e inaugurando un nuevo local en septiembre de 2010, año en el que además se adquiere una furgoneta para ofrecer el servicio de transporte, rompiendo barreras geográficas, y rompiendo barreras arquitectónicas gracias a la segunda adquisición del vehículo adaptado en 2025.

En el año 2015 nos adherimos al proyecto piloto "En Mi Casa", promovido por la Gerencia de Servicios Sociales de Castilla y León. Este no es solo un programa; es una apuesta por el modelo de Atención Centrada en la Persona. Para AFA-Guardo, este modelo implica: que cada usuario se sienta verdaderamente "como en casa", una planificación individualizada, la máxima promoción de su autonomía, y un cambio no solo en la organización diaria sino, cuando es necesario, en el propio espacio físico.

AFA-Guardo es más que una asociación: es una comunidad que crece, se adapta y pone a la persona en el centro de cada acción.



DATOS DE LA ENTIDAD

Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias de Guardo y comarca

(AFA-Guardo)



C/ San Antonio 14, bajo-izda.
34880 Guardo, Palencia



979850179



628636955



afaguard@hotmail.com



G34202879



afaguardo.com



Actividad

Ayuda a personas con Alzheimer y otras demencias, a sus familiares

Ámbito de actuación

Comarcal

Horario de atención

De 9:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00

Entidades a las que pertenece

AFACAYLE

(Federación Regional de Asociaciones de familiares de Alzheimer de Castilla y León)



Federación Regional de
Asociaciones de Familiares de
Enfermos de Alzheimer de
Castilla y León

CEAFA

(Confederación Española de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Otras Demencias).



CONFEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE
ALZHEIMER



Ampliar nuestros servicios para mejorar la calidad de la atención y poder ser un referente dentro de nuestra comarca como Asociación que responde a las necesidades de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias y sus familiares.

Nuestra Asociación parte de una atención centrada en la persona cuya misión es mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por una demencia, así como de sus familiares y cuidadores ofreciendo servicios que respondan a sus necesidades teniendo en cuenta sus deseos y preferencias.

MISIÓN

VISIÓN

VALORES

Respeto, responsabilidad, fidelidad, compromiso, constancia y participación.



FINES DE LA ENTIDAD

Asesorar a los familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias en materias legales, sociales, económicas y asistenciales.

Asesorar a los familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias en materias legales, sociales, económicas y asistenciales.

Facilitar e inducir la asistencia de personas diagnosticadas de la enfermedad de Alzheimer u otras demencias, para contribuir a mejorar su calidad de vida.

Promover y divulgar en los medios de comunicación social y a través de los agentes y redes sociales, información referente al diagnóstico y prevención de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, y las terapias de intervención al objeto de sensibilizar a la ciudadanía a fin de normalizar y posibilitar una asistencia adecuada.

Contribuir al impulso de la investigación e innovación en estrategias y maneras de abordar la demencia, colaborando con los diferentes agentes implicados.

Potenciar la participación del voluntariado en los programas desarrollados por la Asociación.

Formar y orientar a familiares y profesionales en la atención y cuidados que necesitan los enfermos.

Contribuir al desarrollo sostenible impulsando los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en las actuaciones de la Asociación.



ORGANIGRAMA





SOCIOS DE LA ENTIDAD

Actualmente en la Asociación contamos con 252 socios. Para nosotros es muy importante la gran labor que hacen todos los socios en la Asociación, ya que es gracias a su colaboración y ayuda por la que nuestra Asociación sigue adelante intentando dar servicio a todas las personas del municipio y comarca que padecen esta enfermedad.



JUNTA DIRECTIVA

Presidente

Jose Antonio Villarino Matellán

Vicepresidente

Rosalina Martínez Martínez

Secretaria

Eduardo Lombraña Martín

Tesorero

Eusebio Gómez Lorenzo

Vocales

Ana Abad Herrero

Rebeca Poza Hierro

Consuelo García Rodríguez

Eugenio Bravo García



EQUIPO MÚLTIDISCIPLINAR

Profesionales que han formado parte en este 2024 del equipo multidisciplinar de AFA Guardo



Tamara Peñalvo Bautista

Ana L. Villalba Delgado

Maria Luisa González González

Virginia Turienzo Molinero

Profesionales de atención directa

Sara Macho González

Coordinadora

Ana B. León Fernández

Psicóloga

Yurena Rodríguez Liquete

Educadora Social



SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

C/San Antonio 14, bajo Izq

Guardo (Palencia)

N.I.F. G-34202879

Telf. 979.850.179 / 628.636.955

afaguard@hotmail.com



ACREDITACIONES

Gerencia de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León



La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Guardo y comarca (AFA- Guardo) ofrece un Servicio de Promoción de Autonomía Personal a través del modelo de Atención de Centrada en la Persona (ACP).



El horario de las actividades se distribuye en dos turnos: uno de mañana, de 11:00 a 14:00 horas y otro de tarde, de 17:00 a 20:00 horas.

En dicha unidad se llevan a cabo los siguientes servicios:



Servicio de Estimulación Cognitiva

con número de registro 340714S

Servicio de Habilitación y Terapia Ocupacional

con número de registro 340715S

FINANCIACIÓN

Para poder llevar a cabo nuestros objetivos, además de la colaboración de nuestros socios y voluntarios necesitamos el apoyo y colaboración de otras entidades.

¿CÓMO NOS FINANCIAMOS?

- Aportaciones de las personas usuarias de los diferentes servicios
- Cuotas de socios
- Donativos de personas físicas y empresas
- Fondos propios
- Actos benéficos
- Aportaciones de administraciones públicas



APORTACIONES DE ADMINISTRACIONES PÚBLICAS

SUBVENCIONES DIRECTAS DE ADMINISTRACIONES LOCALES: GASTOS DE MANTENIMIENTO DE LOS SERVICIOS DE AFA GUARDO



Ayuntamiento de Santibañez De La Peña



Ayuntamiento de Mantinos



Ayuntamiento de Villalba De Guardo



Ayuntamiento de Valderrueda



Ayuntamiento de GUARDO

CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE DIPUTACIÓN DE PALENCIA Y AFA GUARDO PARA EL DESARROLLO DE LOS TALLERES DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL ORGANIZADOS POR LA DIPUTACIÓN DE PALENCIA, Y GASTOS DE MANTENIMIENTO DE LA ENTIDAD



Diputación DE PALENCIA

SUBVENCIÓN DIRECTA DE LA JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN PARA EL PROGRAMA DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA INDIVIDUAL Y DEL ENTORNO

NOS IMPULSA



ECYL - LÍNEA PRORGAN PARA LA CONTRATACIÓN TEMPORAL DE PERSONAS DESEMPLEADAS EN COLABORACIÓN CON INSTITUCIONES SIN ÁNIMO DE LUCRO





APORTACIONES DE ADMINISTRACIONES PÚBLICAS

SUBVENCIÓN CON CARGO A LA ASIGNACIÓN TRIBUTARIA DEL IRPF PARA EL DESARROLLO DE LOS SIGUIENTES PROGRAMAS:

- Prevención, Promoción de la Autonomía y Autodeterminación de personas afectadas por Alzheimer u otras demencias
- Ayudas Técnicas para el Cuidado Personal en el Domicilio y Cuidados a través de las Nuevas Tecnologías
- Programa Integral de Promoción de la Autonomía Personal del Familiar-Cuidador de personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer
- Voluntariado: Promoción y Formación de la Figura del Voluntario para el Buen Trato hacia las personas con Demencia y sus familiares en las AFAS de CyL



SUBVENCIÓN PARA TRANSFORMACIÓN TECNOLÓGICA DE LA ATENCIÓN EN EL ÁMBITO DE LOS SERVICIOS SOCIALES DE CASTILLA Y LEÓN CON CARGO A LOS FONDOS EUROPEOS PROCEDENTES DEL PLAN DE RECUPERACIÓN, TRANSFORMACIÓN Y RESILIENCIA FINANCIADO POR LA UNIÓN EUROPEA





Durante el año 2025 las acciones realizadas han ido más allá de ralentizar el proceso neurodegenerativo de una demencia y el apoyo a los cuidadores, se ha puesto el foco en la prevención, en la atención desde los primeros síntomas, en la activación de recursos ante las primeras sospechas e, incluso, en el fomento de hábitos neurosaludables entre población que no presenta sintomatología. Es principal:

“Retrasar la aparición de fases graves de la enfermedad y garantizar que las personas afectadas mantengan su autonomía durante el mayor tiempo posible”

Este año, nuestras acciones se han centrado en tres pilares fundamentales para alcanzar este horizonte:

Sensibilización y Comunidad

Prevención y Educación

Intervención Temprana

Con estos tres pilares mantendremos dos puntos clave:

Plasticidad y Reserva: Mediante intervenciones personalizadas, buscamos mantener la plasticidad cerebral y aumentar la reserva cognitiva.

Bienestar Emocional: El objetivo no es solo clínico, sino también emocional, mejorando la autoestima del usuario y ofreciendo pautas de educación y apoyo a las familias.



**Servicios dirigidos a
personas con Alzheimer
u otra demencia**



SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

Desde la Asociación somos conscientes de que el Alzheimer provoca cambios significativos en la vida de la persona que la padece. El **servicio de Promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia individual** busca prevenir o reducir una limitación en la actividad capacitando a la persona para que alcance el mayor grado de independencia posible en su vida diaria, mejore su calidad de vida y se sociabilice.

El **objetivo general** que marcamos para este servicio es prevenir o reducir una limitación en la actividad física, intelectual, sensorial o mental, así como mantener y/o mejorar las habilidades que posee, con la finalidad de conseguir el mayor grado de autonomía posible.

Los **objetivos específicos** son:

- Fomentar la actividad de la persona usuaria a distintos niveles con el fin de mejorar su calidad de vida.
- Aumentar el tiempo de permanencia de los enfermos en el hogar.
- Retrasar el máximo tiempo posible el proceso degenerativo característico de la enfermedad de Alzheimer.
- Mantener las capacidades cognitivas.
- Trabajar la memoria tanto a corto como a largo plazo.
- Fomentar los procesos de atención y concentración.
- Trabajar la capacidad de comunicación de afecto.
- Mejorar y/o mantener la motricidad gruesa y la motricidad fina.
- Mantener la movilidad articular y el tono muscular.
- Mantener la independencia de los enfermos el mayor tiempo posible en las actividades de la vida diaria.
- Favorecer la autoestima del paciente y mejorar su estado de ánimo.
- Lograr una buena relación intergrupala y reforzar la sociabilización.

Posibilitar la descarga física y psicosocial del cuidador principal de la persona afectada de Alzheimer.



Para llevar a cabo estos objetivos, se realizan una serie de talleres distribuidos a lo largo de la semana. La intervención se realiza intentando adaptar la actividad a la capacidad de la persona y al grado y evolución de la enfermedad, procurando de esta manera individualizar la sesión lo máximo posible para sacar el máximo rendimiento de cada persona.

Se realizan los siguientes talleres:

ARTETERAPIA

Esta área puede ayudar a conservar y potenciar las capacidades y destrezas de las personas con demencia, dado que permite trabajar tres aspectos fundamentales: la psicomotricidad fina, el sentimiento de utilidad y el estado de ánimo. Favorece la autonomía personal y la conservación del manejo de herramientas, así como la satisfacción personal que siente el usuario al comprobar que es capaz de desarrollar actividades por sí mismo.

Se realizan actividades de cortar, pegar, dibujar, doblar, crear, etc., bien de forma individual o grupal. Cada sesión tiene una duración de 60 minutos y se realiza dos días a la semana, para lo que se crea un espacio de bienestar, confianza y relajación en el que se pretende estimular la creatividad a través de los sentidos.



PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad es el desarrollo físico, psíquico e intelectual que se produce en el sujeto a través del movimiento por eso, este taller es muy importante ya que en las personas mayores se puede observar una

disminución general y progresiva de la capacidad funcional del organismo y es necesario trabajarlo para mejorar y/o mantener todas las funciones el mayor tiempo posible para una mejor calidad de vida de la persona. Cada sesión tiene una duración de 45-60 minutos y se realiza cuatro días a la semana. Las actividades se han llevado a cabo normalmente en grupo realizándose ejercicios tanto activos como pasivos, así como juegos psicomotrices grupales de lanzamiento de pelota.



ESTIMULACIÓN COGNITIVA

La estimulación cognitiva se define como el conjunto de técnicas y estrategias que pretenden activar, estimular y entrenar las distintas capacidades y funciones cognitivas, mediante una serie de acciones y actividades concretas dirigidas a mejorar y/o mantener el funcionamiento cognitivo general. Las actuaciones se orientan a retrasar y a ser posible, minorar, el deterioro cognitivo, para mantener las habilidades psicosociales necesarias en las actividades de la vida diaria y la toma de decisiones personales.

Dado que el deterioro cognitivo de cada persona es diferente, es necesario que cada usuario realice ejercicios adecuados a sus capacidades y a sus preferencias. Las actividades son individuales y en grupo. Se trabajan las siguientes áreas: orientación, lenguaje, cálculo, atención, razonamiento, praxias, gnosias y funciones ejecutivas. Los materiales utilizados para este taller son cuadernos con ejercicios elaborados por los técnicos de la entidad o manuales de ejercicios como "Volver a empezar" (Fundación ACE), "Cuadernos de repaso" (Fundación ACE), "Entrena tu mente" (Rubio), y "Ágil mente" (Sanyres), libros de refranes y adivinanzas, audios para actividades de reconocimiento de sonidos, maletines (AKROS) con diferentes actividades como de secuenciación de acciones, reconocimiento de expresiones y de profesiones etc., puzzles, encajables, material de discriminación de formas, colores, tamaños etc., material de percepción táctil, etc. Desde el 2022 contamos con programas específicos de entrenamiento cognitivo: actualmente Estimulus.

Actualmente disponemos de Stimulus, una plataforma de estimulación cognitiva, que permite la intervención de manera individualizada y mediante el uso de las TIC.

Gracias al Club Rotary de Palencia, contamos con una pizarra digital interactiva que nos permite trabajar de otra manera todas estas actividades.



Se pretende intervenir sobre las capacidades residuales de la persona para evitar la frustración del usuario.

Todo ello contribuirá a una mejora global de la conducta y estado de ánimo como consecuencia de una mejora de la sensación de autoeficacia y autoestima por parte de la persona afectada.

LUDOTERAPIA

El juego tiene muchos beneficios ya que es una actividad que sirve para estimular la creatividad y la motivación, para mejorar la autoestima, para reforzar la memoria, la atención, la concentración, el cálculo y la comprensión entre otras áreas. También, con el juego, se trabaja la motricidad fina y la motricidad gruesa. Este taller se realiza de forma grupal. Cada sesión tiene una duración de 45-60 minutos y se realiza tres días a la semana. Entre las actividades que se han realizado están las cartas, el dominó, el bingo y otras actividades recreativas que se llevan a cabo oralmente y en las que participa todo el grupo, promoviendo de esta manera las relaciones interpersonales.

TALLER DE COCINA



En este taller observamos grandes beneficios ya que es una actividad que estimula su creatividad y su autoestima y en la que se puede observar una buena interacción social. Son actividades cotidianas que ayudan a mantener y/o mejorar sus capacidades funcionales y que le benefician en su vida diaria. Además, las recetas realizadas las degustan todos juntos, lo que supone una gran satisfacción para ellos. Este taller se realiza de forma grupal. Cada sesión tiene una duración de 60-90 minutos. Con motivo de la pandemia no se realiza con la misma frecuencia, siendo siempre elaboraciones individualizadas.

HUERTO TERAPÉUTICO

Se plantea como actividad significativa a la vez que aprovechamos su potencial como estimulación cognitiva y sensorial, así como de favorecer el bienestar físico de nuestros usuarios. Se realiza durante los meses de verano. Se lleva a cabo desde el año 2015, cuando se habilitó un espacio exterior para llevar a cabo esta terapia en la asociación.

Se consideró importante, pues son muchos los estudios que muestran una fuerte evidencia de que el contacto con las plantas es directamente beneficioso para la salud de personas con demencia. Se fundamentan en la innata conexión que experimenta el ser humano al entrar en contacto con la naturaleza. Y así lo hemos presenciado.



Hemos observado grandes beneficios. De entrada, el Huerto puede resultar una actividad muy gratificante para las personas que participan en él, muy relacionada con costumbres, hábitos, responsabilidades y tareas que ellos realizaban.



En otra palabra, supone una actividad significativa en muchos casos. Esto es, que, considerando el Modelo de Atención centrado en la persona, con el que trabajamos en AFA Guardo, es una actividad que conecta con los intereses y deseos de las personas usuarias. Y es que, gracias a las Historias de Vida vemos que la temática del “huerto” y el “jardín” son costumbres muy típicas en la zona rural, y por ello, el Huerto Terapéutico se convierte en una actividad significativa.

La tarea en el huerto es algo familiar para muchas personas por haber nacido en entornos rurales, por lo que muchos mayores tienen experiencia y se sienten cómodos en este ámbito, y ello les da confianza e interés a la hora de animarse a realizar esta actividad. A su vez, es una actividad con un propósito, significa algo para las personas que la realizan, más allá de la función requerida para llevar a cabo la actividad. Tiene un sentido. Y es que, cualquiera que haya tenido ocasión de descubrir los primeros brotes de flores en un jardín al llegar la primavera, o aquellos que se hayan sentido orgullosos al contemplar unos rojos tomates fruto de sus cuidados, podrán comprender la facilidad con que toda una serie de emociones se desarrollan cuando entramos en contacto con la naturaleza, y especialmente cuando participamos en tareas de horticultura y jardinería.



Por eso, desde el año 2015, se desarrolló en la asociación un proyecto de estimulación cognitiva y sensorial a través de los huertos y jardines terapéuticos, tratando de combinar el trabajo de las habilidades cognoscitivas y sensoriales, así como físicas para favorecer y/o aumentar el bienestar tanto físico como social de las personas destinatarias. Y es que el huerto es un espacio maravilloso en el que de verdad se consiguen todos estos objetivos. Y ofrece un sinfín de posibilidades

Lo planteamos a través del trabajo de las habilidades sensoriales (gusto, tacto, olfato, vista, etc.) con el fin de reforzar aquellas áreas afectadas por la enfermedad, realizando actividades de estimulación cognitiva, además de combinarlos con actividades físicas.



Todo ello conlleva múltiples beneficios para las personas que lo realizan. En cuanto a la organización, se trata de un huerto urbano que, gracias al Club de los Entibadores Palentinos, se distribuye en cajones de madera ubicado en el patio de la comunidad, incluyendo no sólo verduras y hortalizas, que luego ellos llevan a casa, o bien, se pueden utilizar en el Taller de Cocina, así como plantas aromáticas que luego nos permiten realizar otro tipo de actividades sensoriales.

Se trata de un proyecto consolidado, que aporta verdaderos beneficios a nuestros usuarios.

ACTIVIDAD ASISTIDA CON ANIMALES

Se trata de una terapia no farmacológica en la que el animal es parte integral del proceso. El objetivo principal fomentar la mejora en el funcionamiento físico, social, emocional y cognitivo de nuestros usuarios a través de la interacción con estos seres vivos que activas nuestra parte más emocional.



MÉTODO MONTESSORI

Este método de trabajo va dirigido a usuarios que tienen un deterioro cognitivo moderado, con el fin de estimular y mantener su autonomía y movilidad.

MUSICOTERAPIA



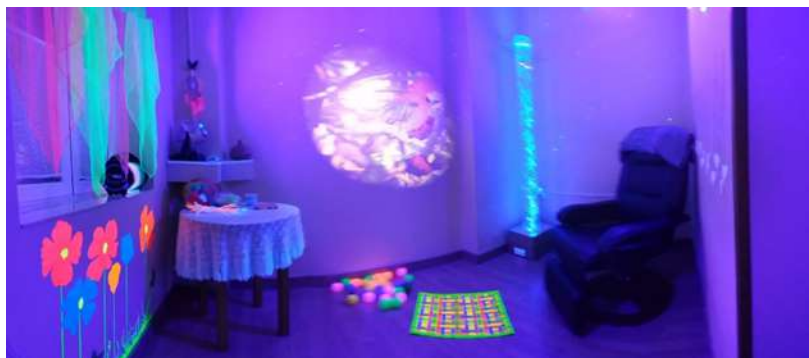
El uso de la música y sus elementos, dadas sus características no verbales, produce mejoras en la comunicación, socialización y en las capacidades cognitivas, perceptivas o físico-motrices. El objetivo principal es entrenar y estimular la memoria mediante evocación de recuerdos asociados a la música, así como la expresión sentimental y emocional, la interacción social y otros sentidos.



SALA DE ESTIMULACIÓN MULTISENSORIAL

Una estrategia de intervención de comprobada eficacia es la estimulación multisensorial que se define como un gran abanico de técnicas dirigidas a proporcionar diferentes sensaciones y/o estímulos específicos a personas que presentan ciertas dificultades cognitivas y/o motoras, con la finalidad de mejorar su calidad de vida y de propiciar o incrementar sus respuestas ante el entorno, sobre todo ante otras personas o bien ante diferentes objetos. Algunos de los beneficios observados han sido: una reducción de los sentimientos de ansiedad y estrés; una importante reducción de las alteraciones conductuales durante la sesión y en un periodo de tiempo corto al finalizarla; y un significativo efecto positivo en las conductas apáticas, depresivas y agresivas, así como una disminución de las conductas desinhibidas.

Además, se ha observado que las sesiones continuas favorecen el incremento en la interacción y la comunicación de estas personas con el entorno, así como una mayor independencia en las actividades de la vida diaria.





TALLER DE IMÁGEN PERSONAL

Se plantea como acciones de cuidado que contribuyan a una percepción adecuada de la imagen personal y bienestar.

HIDROTERAPIA



Este servicio se inició en 2019 y fue suspendido con motivo de la pandemia. En este año 2023 se retoma esta actividad que consiste en la realización de ejercicios en una piscina (climatizada y accesible a personas con movilidad reducida – spa municipal de Guardo), para el mantenimiento funcional, estimulando la motricidad, la mejora del estado de ánimo y la socialización. La periodicidad de la actividad será mensual



TERAPIA CON MUÑECAS

Continuamos implementando la “Doll Therapy” o terapia con muñecas. Este tratamiento consiste en la utilización de muñecos de manera simbólica, la interacción muñeco/usuario es capaz de ayudar a controlar los trastornos emocionales y de conducta de personas con algún tipo de demencias, el cual implica el uso de un muñeco de una forma simbólica. Son múltiples los beneficios que reporta esta terapia: Disminución de la ansiedad y el estrés; mejora del estado anímico, la comunicación e interacción, reduce comportamientos negativos; hay un aumento de la actividad significativa y una mejora de la movilidad, el ritmo y la salud física.



DETALLES CON SENTIDO

Con el fin de realizar actividades significativas y con sentido dentro del Servicio de Promoción de la Autonomía Personal, y fomentar el sentimiento de validez, las personas usuarias han comentado a tener una participación activa en la tienda solidaria de la Asociación a través de la elaboración de detalles solidarios para eventos: comuniones, bodas, cumpleaños, bautizos...



Conoce más
aquí

ENTRENAMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA



A través del Proyecto “Preloved y atención centrada en la persona” las personas usuarias realizan un entrenamiento en las diferentes actividades de la vida diaria fomentando el sentimiento de validez y de bienestar personal.

Se fomenta la funcionalidad y se retrasa la pérdida de capacidades con un componente medioambiental, utilizando la regla de las tres “R”: reducir, reciclar y reutilizar.

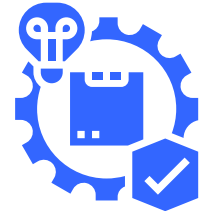
Trabajamos con productos infantiles donados. Al tratarse de ropa y elementos infantiles se genera una motivación especial y se fomenta el recuerdo autobiográfico y reminiscencias.

Las donaciones persiguen que las personas del entorno se involucren y conozca el proyecto, creando una red de trabajo muy interesante.





Organización



La atención en el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal se presta de lunes a viernes y se organiza en dos turnos. En la franja horaria de 11:00 a 14:00 horas se atiende a los usuarios que acuden al turno de mañana. Y de 17:00 a 20:00 horas se desarrolla el turno de tarde. Si bien, se ofrece una **amplia flexibilidad** en días de asistencia y horarios con el fin de facilitar a las familias la **conciliación** de su vida personal y el **descanso del cuidador**.

El modelo de trabajo que define todas las intervenciones es el **Modelo de Atención Centrado en la Persona**. La entidad participó desde el inicio en los programas piloto de la Junta de Castilla y León destinados a implementar las actuales Unidades de Convivencia. La entidad gestiona la **Unidad de Convivencia "San Antonio"**. Las personas usuarias que asisten cuentan con un profesional de referencia el cual intentará que su estancia en la Asociación sea lo más gratificante posible basándose en sus preferencias y deseos. Para llevarlo a cabo contamos con dos herramientas: la Historia de vida y el Proyecto de vida.

Usuarios



En lo que va de año, el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal ha contado con el siguiente número de usuarios:



Estas personas acuden en torno de mañana y/o de tarde, siendo el número de personas en cada turno a los largo del año las siguientes:





SERVICIO DE TRANSPORTE

Se trata de un servicio complementario para aquellas familias que necesitan el traslado de la persona usuaria desde su domicilio hasta las instalaciones de la entidad, ubicadas en la Calle San Antonio de Guardo. De esta manera damos cobertura no sólo a las personas que viven en el municipio y que se pueden desplazar sin dificultad, sino también a la Comarca y a aquellas personas que tienen dificultades a la hora de desplazarse.

En el año 2009 se inauguró el servicio de transporte con una furgoneta de nueve plazas, modificada para facilitar el acceso mediante un escalón plegable. La adquisición fue posible gracias a la financiación de un 75% por la Junta de Castilla y León y en un 25% con fondos propios.

Hemos contado con el apoyo de Cruz Roja para el traslado a la Asociación de personas con movilidad reducida, ya que la furgoneta que se adquirió en 2009 no está adaptada a sillas de ruedas. Este apoyo finalizó en julio de 2022, momento en el que surgió la necesidad de cubrir de manera urgente el servicio de transporte con un vehículo adaptado.

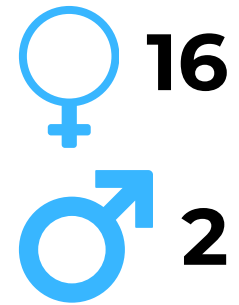
En enero de 2025 se adquirió un vehículo de 9 plazas, adaptado a dos sillas de ruedas, con el que se comenzó a prestar el servicio de transporte a personas con movilidad reducida, garantizando así el acceso a los servicio de la Entidad sin ningún tipo de barreras físicas.

Esta adquisición ha sido posible gracias a la colaboración de las siguientes administraciones locales y empresas de la zona:

- Renecal
- Fundación “la Caixa”
- Ayuntamiento de Fresno del Río
- Ayuntamiento de Mantinos
- Ayuntamiento de Respenda de la Peña
- Ayuntamiento de Valderrueda
- Ayuntamiento de Villalba de Guardo
- Ayuntamiento de Guardo
- Diputación de Palencia
- Persona asociada a la entidad



Datos del servicio en 2025



MUNICIPIOS



- Velilla del Río Carrión
- Muñeca de la Peña
- Guardo
- Mantinos
- Villalba de Guardo
- Fresno del Río
- Valderrueda



ESTIMULACIÓN COGNITIVA A DOMICILIO

Se da continuidad a este servicio que surge a raíz de adaptarse a las nuevas necesidades provocadas por la pandemia pasada; el cambio de rutinas y actividades que formaban parte de nuestra salud, no sólo física, sino también mental y el cambio de hábitos en las relaciones sociales, con las que trabajamos múltiples capacidades cognitivas, han contribuido a la aceleración del deterioro cognitivo, provocando además situaciones de ansiedad, depresión y falta de autoestima.

Por ello, el objetivo que se perseguía era el de compensar estas complicaciones, acercando a cada persona que así lo requiera un servicio totalmente individualizado y adaptado a sus capacidades y necesidades.

Hoy en día se mantiene con un objetivo mucho más amplio, que es el prevenir un deterioro cognitivo o, en su caso, evitar su aceleramiento.

Dado que el deterioro cognitivo de cada persona es diferente, es necesario que cada usuario realice ejercicios adecuados a sus capacidades y a sus preferencias. Las áreas que se pueden trabajar son: orientación a la realidad, lenguaje, cálculo, atención, razonamiento, praxias, gnosias y funciones ejecutivas. Aunque sin dejar de lado la motricidad fina y gruesa, con el fin de fomentar la capacidad funcional del organismo y mejorar, así, la calidad de vida.



Datos del servicio en 2024



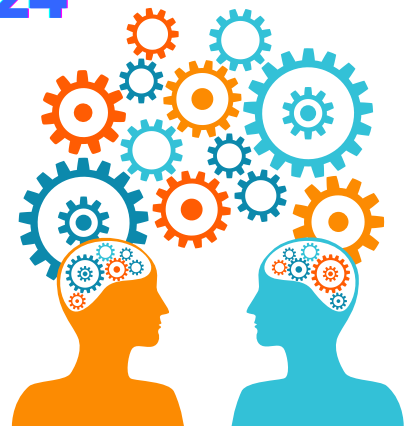
4



3



1





**Servicio de Promoción de
la Autonomía Personal y
Prevención de la
Dependencia: Deterioro
cognitivo inicial**



Dada la importancia que tiene la prevención, AFA Guardo continúa con el proyecto de Promoción de la Autonomía Personal **puesto en marcha en el 2014** por el área de Servicios Sociales de la Diputación de Palencia.

1.- Descripción de la actividad

Actividad semanal, supervisada por los técnicos del Programa de Promoción de Autonomía Personal de los Servicios Sociales de la Diputación de Palencia, en las localidades de Guardo, Santibáñez de la Peña y Velilla del Río Carrión, dirigida a personas mayores de 65 años con la que se pretende favorecer un mejor mantenimiento en el domicilio de la persona, conservar las capacidades cognitivas y funcionales y prevenir riesgos de accidentes domésticos.

2.- Destinatarios de la actividad

Personas Mayores que presenten deterioro cognitivo leve o moderado, dificultades de movilidad, riesgo de accidentes...

3.- Temporalización

De enero a junio y de septiembre a diciembre (coincidiendo con calendario escolar)

Nº de sesiones: 60/grupo

Duración de cada sesión: 90'

Horario: Mañana/2 veces por semana.

GRUPO	DÍAS DE REALIZACIÓN	HORARIO	LUGAR	PARTICIPANTES
I	LUNES Y MIÉRCOLES	10:50 - 11:20	CEAS GUARDO	10
II	LUNES Y MIÉRCOLES	11:20 - 13:50	CEAS GUARDO	12
III	LUNES Y MIÉRCOLES	11:00 - 12:30	VELILLA DEL RC	6
IV	LUNES Y MIÉRCOLES	12:30 - 14:00	VELILLA DEL RC	10
V	MARTES Y JUEVES	10:45 - 12:15	SANTIBAÑEZ DE LA P	8



CALENDARIZACIÓN DE SESIONES TALLERES PAP

GRUPO I: CEAS GUARDO I

LUNES Y MIÉRCOLES
DE 10:50 A 12:20 HORAS

GRUPO II: CEAS GUARDO II

LUNES Y MIÉRCOLES
DE 12:20 A 13:50 HORAS

GRUPO III: VELILLA I

LUNES Y MIÉRCOLES
DE 11:00 A 12:30 HORAS

GRUPO IV: VELILLA II

LUNES Y MIÉRCOLES
DE 12:30 A 14:00 HORAS

GRUPO V: SANTIBÁÑEZ DE LA PEÑA

MARTES Y JUEVES
DE 10:45 A 12:15 HORAS

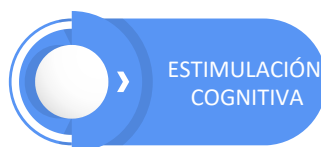
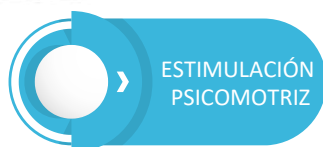
Primer trimestre: 22
Segundo trimestre: 18
Tercer y cuarto trimestre: 20
Número total de sesiones: 60

ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

5.- Objetivos

- Favorecer un mejor mantenimiento en el domicilio de la persona.
- Conservar las capacidades cognitivas y funcionales.
- Facilitar las habilidades de exploración del entorno, manipulación, orientación y movilidad, fomentando así la seguridad en sí mismos.
- Recuperar y/o mantener las funciones mentales superiores (orientación, memoria, atención, lenguaje y cálculo)
- Prevenir riesgos de accidentes en el domicilio y fuera de éste.

6.- Contenidos



Estimulación psicomotriz.

- Objetivo: facilitar las habilidades de exploración del entorno, manipulación, orientación y movilidad, fomentando así la seguridad en sí mismos.
- Actividades: dinámicas de grupo y ejercicios físicos individuales donde se trabajarán el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, las relaciones interpersonales, la orientación y la relajación de forma dinámica.

Estimulación cognitiva

- Objetivo: facilitar las habilidades de exploración del entorno, manipulación, orientación y movilidad, fomentando así la seguridad en sí mismos.
- Actividades: dinámicas de grupo y ejercicios físicos individuales donde se trabajarán el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, las relaciones interpersonales, la orientación y la relajación de forma dinámica.

Prevención de riesgos.

- Objetivo: prevenir accidentes en el domicilio y fuera de éste (caídas, incendios, intoxicaciones...).
- Actividades: explicación teórica de las causas y formas de prevenirlo, dinámicas para fomentar la participación de los asistentes y resolución de dudas.



Coordinación con EPAP Norte

El seguimiento del programa, llevado a cabo por los técnicos del Equipo de Promoción de la Autonomía Personal del área de Servicios Sociales de Diputación de Palencia y la técnico del Servicio de Animación Comunitaria del CEAS de Guardo, se realiza a través de sesiones periódicas.



En dichas reuniones se plantea el seguimiento de casos, la comunicación de incidencias, la información de novedades y la valoración de las intervenciones.

En 2025 se han celebrado los siguientes encuentros de coordinación:



5 de febrero



5 de marzo



2 de abril



7 de mayo



4 de junio



24 de septiembre



8 de octubre

ESTIMULACIÓN COGNITIVA, A TRAVÉS DE TABLET, CON PROGRAMA STIMULUS



Se trata de una plataforma de estimulación cognitiva, que permite la intervención de manera individualizada y mediante el uso de las TIC.

Sus actividades (+50) se clasifican en torno a 10 áreas funcionales (atención, percepción, memoria de trabajo, memoria a largo plazo, cálculo, razonamiento, funciones ejecutivas, funciones viso-motoras, lenguaje y velocidad).

Su principal objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas que presenten déficits a nivel cognitivo provocado por una lesión, discapacidad o enfermedad neurodegenerativa, así como mejorar la reserva cognitiva en poblaciones de riesgo.



Programa de atención a familias



SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO

Con este servicio lo que pretendemos es que los familiares conozcan la enfermedad y las consecuencias que ésta acarrea, así como indicarles los medios y servicios con los que pueden contar, cuáles son los más apropiados para ellos, etc. También procuramos dar, a los familiares, pautas generales de actuación respecto al enfermo, sobre todo en las actividades que tienen que ver con su vida diaria.

Además, aquí también se les informa de las actividades que se organizan desde otras entidades de la comarca (Ayuntamientos, el Centro de Día de Mayores, otras asociaciones, etc.) que puedan resultar interesantes para ellos.



En las instalaciones del centro



De lunes a viernes



De 9h a 14h y de 16h a 19h



En octubre se comienza a prestar este servicio en Saldaña los martes 12:00h - 14:00h

Objetivos

- Acoger a las personas que acuden por primera vez a AFA- Guardo.
- Informar sobre los servicios y funcionamiento de la Asociación.
- Proporcionar orientación e información básica sobre la enfermedad.
- Informar y derivar, en caso necesario, a otros recursos y/o entidades de carácter social que existen en nuestra localidad y comarca.
- Informar sobre el cuidado que requiere una persona afectada por la enfermedad de Alzheimer.
- Asesorar sobre los cuidados necesarios que el enfermo requiera para llevar a cabo las actividades de la vida diaria.



Número de personas atendidas



SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO



17 personas



APOYO PSICOSOCIAL A CUIDADORES Y GRUPOS DE AUTOAYUDA

AFA Guardo comenzó a prestar su servicio en 1998 como Unidad de Respiro Familiar, por lo que la atención a los cuidadores principales y familiares de las personas con demencia ha sido siempre una prioridad, considerando que el buen estado físico, psicológico y emocional de la persona cuidadora es un criterio indispensable para la mejora de la calidad de vida de la persona con demencia, posibilitando así la permanencia durante el mayor tiempo posible en su entorno habitual.

Desde los comienzos se ha ofrecido apoyo psicológico, individualizado o bien grupal a través de los Grupos de Ayuda Mutua (GAM), a estas personas cuidadoras. Ante los beneficios observados, queremos implantar el Proyecto de Apoyo Psicosocial a Familiares de Personas con Alzheimer u otras demencias, adaptándonos a la nueva realidad que se nos presenta, donde el apoyo emocional se hace más necesario que nunca.

Este servicio ha tratado de acompañar a las personas que viven un momento de incertidumbre e inseguridad ya que se enfrentan a cambios que afectan de manera importante a su vida y la de sus seres queridos, acompañando desde la información, la orientación y desde el apoyo emocional, de manera individual o través de los grupos de ayuda.

Entendemos el grupo de autoayuda como una reunión de personas que cuidan a una persona con demencia con el propósito de proporcionarles apoyo y permitirles así sobrellevar mejor la situación.

En octubre comienza a ofrecerse este servicio en Saldaña, en la Casa de Cultura, los martes, con cita previa.



Número de personas atendidas

APOYO PSICOLÓGICO INDIVIDUALIZADO

Semanalmente se ofrece sesiones individuales

→ 27 personas

APOYO PSICOLÓGICO EN SESIONES GRUPALES

Sesiones realizadas cada 6 semanas, salvo los meses de verano

→ 9 personas



**Programa de
sensibilización en el
entorno**



Desde la Asociación somos conscientes de que el Alzheimer provoca cambios significativos no solo en la vida del paciente, sino también en la de los miembros de la familia que asumen las funciones de cuidador principal y se ven sometidos a un fuerte estrés, además de, en muchas ocasiones, un sentimiento de aislamiento y soledad.

El enfermo de Alzheimer requiere atención las 24 horas del día, sobre todo cuando la enfermedad está más avanzada. Esta atención supone para los familiares mucha sobrecarga, ya no solo por los cuidados que precisa el enfermo, sino también porque en la mayoría de las ocasiones no saben qué situación se van a encontrar y cómo va a ir evolucionando la enfermedad.

Por este motivo creemos fundamental el desarrollo del programa Promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia del entorno, donde se enmarcan las siguientes **actuaciones de sensibilización y difusión**

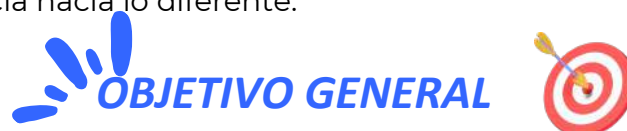
PROGRAMA INTERGENERACIONAL



Desde nuestra entidad vemos la importancia que tienen las actividades intergeneracionales tanto para nuestros usuarios como para los más pequeños ya que consideramos que son actividades muy positivas y enriquecedoras para todos, siendo a su vez, una manera de concienciar a la sociedad de la necesidad de conocer esta enfermedad que a tanta población afecta.

Son muchos los beneficios que se observan tanto para los mayores como para los niños. Los mayores experimentan un aumento de su vitalidad, autoestima y utilidad, se reducen también los sentimientos de soledad y aislamiento que en ocasiones se sufren durante la vejez y a nivel cognitivo se produce una potenciación de la memoria ya que aumentan las oportunidades de aprender de los más pequeños y se potencian las habilidades sociales y la empatía.

A su vez, los niños que interactúan con las personas de tercera edad se forman una idea más positiva y no estereotipada de las personas mayores. Gracias a los programas intergeneracionales, los pequeños aprenden a valorar a sus mayores como fuente de sabiduría y experiencia y mejoran también sus habilidades sociales, especialmente la empatía y la tolerancia hacia lo diferente.



Sensibilizar a la comunidad educativa sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, para conocer las características y dimensiones de esta problemática.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS



- Ofrecer en edades tempranas, una experiencia educativa basada en los valores de respeto, sensibilidad y solidaridad.
- Fomentar lazos de unión entre personas con cualquier tipo de demencia y niños.
- Conocer las actividades que se realizan en la asociación.
- Incentivar el respeto hacia las personas que padecen una demencia sea del tipo que sea.
- Trabajar la educación en valores (igualdad y tolerancia) dirigida hacia las personas con cualquier tipo de demencia.
- Desmontar mitos y estereotipos en torno a las demencias.
- Comprender qué tipos de conductas pueden ser síntomas de la aparición de una demencia.
- Conocer qué terapias se trabajan desde la asociación con las personas con demencia para ralentizar el deterioro cognitivo.

ORGANIZACIÓN

Las actividades se llevará a cabo en la Unidad de Estancias Diurnas de la Asociación de Alzheimer de Guardo, ubicada en la Calle San Antonio nº 14, Bajo Izquierda.

Se plantea la participación de diferentes grupos de niños/as, correspondientes a los seis cursos escolares de Educación Primaria. Se llevan a cabo cuatro sesiones con cada CEIP de Guardo y comarca, que se distribuirán a lo largo de seis meses, de noviembre de 2023 hasta mayo de 2024. Supone un total de 5 centro educativos y el Centro de Día El Castillo.

Se propone la realización de una última sesión en la que los usuarios de AFA - Guardo, aquellos con mayor grado de autonomía y movilidad mejor conservada, se trasladarán al Centro Educativo para desarrollar en sus instalaciones una última actividad.

Cada sesión tendrá una duración de 45-50 minutos aproximadamente siendo el horario de 11:30-12:30 los centros educativos de la comarca y de 18:30 a 19:15 el Centro de Día de menores.

Al finalizar el programa, se realizarán una serie de cuestionarios de satisfacción para evaluar el impacto que ha tenido la actividad tanto para los alumnos y el profesorado, como para nuestros usuarios y trabajadores del centro.



TALLER CUIDA Y ESTIMULA TU CEREBRO EN VERANO

TALLER DE MEMORIA EN VERANO!

"CONTINUA EL VIAJE POR EL MUNDO"

COMIENZO: 18 DE JUNIO

TODOS LOS MIÉRCOLES HASTA EL 16 DE JULIO INCLUIDO

DE 11:00 A 12:30 EN AFA GUARDO

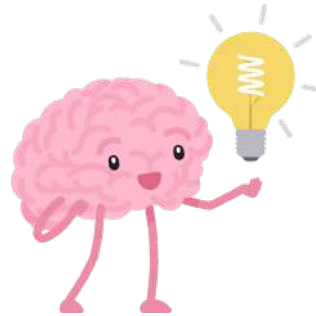
¡APÚNTATE!
628.636.955

AFA GUARDO

NOS IMPULSA **Servicios Sociales** **Junta de Castilla y León**

Este taller se ha desarrollado durante 5 sesiones en AFA Guardo para personas sin deterioro cognitivo, para personas con un deterioro cognitivo leve.

Se han ocupado la totalidad de plazas, con una asistencia regular. Se plantean actividades que supongan un desafío mental, y que permitan crear hábitos neurosaludables



Charlas de sensibilización y difusión sobre la importancia del cuidado cerebral y la prevención de la demencia, realizada en diferentes municipios de la comarca. Impartida en la semana cultural de Renedo de la Vega

CHARLAS HÁBITOS NEUROSALUDABLES

SEMANA CULTURAL RENEDO DE LA VEGA

Actividades VII Semana Cultural 2025 AGOSTO

4 Concierto: Grupo Musical "Valle y Montaña"

7 Teatro: "Don Juan Tenorio" con Hector Urien

5 Taller: "Delights Emocionales: Gestión de emociones y salud emocional"

8 Comparsa de NINA, con premios a partir de los 25 años. Participa (una sesión 2€ por persona)

6 Proyección de Verano

Todas las actividades se desarrollarán a las 19:30h. en la Bodega de Renedo de la Vega, a excepción de la Actuación Musical y el Teatro, que será en la Iglesia.

Organiza: Asociación Sociocultural "San Martín" de Renedo de la Vega. Colabora: Ayuntamiento de Renedo de la Vega, AFA Guardo.

NOS IMPULSA **Servicios Sociales** **Junta de Castilla y León**

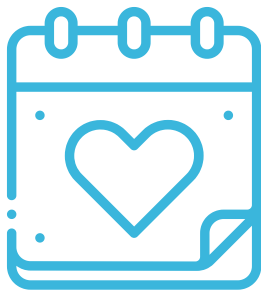
ACCIONES DE DIFUSIÓN Y SENSIBILIZACIÓN EN EL ENTORNO





CALENDARIO SOLIDARIO

Calendario solidario con el lema “El Hogar: no es un lugar, es un sentimiento” donde, una vez más, los protagonistas son las personas usuarias de la Asociación



EL HOGAR
NO ES UN LUGAR, ES UN SENTIMIENTO

afaguard@hotmail.com
979 850 179 / 628 636 955

C/ San Antonio 14, Bajo Izq. Guardo (Palencia)

Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer Y otras demencias de Guardo y comarca

EN COLABORACIÓN CON:

FOTOARTE Nieves Ibañez

Ayuntamiento GUARDO

Diputación DE PALENCIA

NOS IMPULSA

Servicios Sociales de Castilla y León

Junta de Castilla y León
Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades
Gerencia de Servicios Sociales

Conócenos

QR code

calendario 2025

ARTETERAPIA
CUIDA TU CEREBRO A TRAVÉS DE LA CREATIVIDAD

DURACIÓN: 4 SEMANAS
DEL 5 DE MARZO AL 26 DE MARZO

MIÉRCOLES DE 12:30 A 13:30 EN EL AYUNTAMIENTO DE VILLALBA DE GUARDO

¡APÚNTATE!
628.636.955

Ayuntamiento de Villalba De Guardo

ARTETERAPIA EN VILLALBA

Actividad de prevención desarrollada durante el mes de marzo en Villalba de Guardo.

La actividad de arteterapia supone una herramienta de entrenamiento cognitivo enfocada en la prevención



DÍA MUNDIAL DEL CEREBRO

DÍA MUNDIAL DEL CEREBRO
VIERNES, 25 DE JULIO
Ven a cuidar tu cerebro con nosotros
ESTIMULACIÓN COGNITIVA | AJEDREZ | MÚSICA

18:00H ENTRENA TU CEREBRO
PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN

19:00H PRESENTACIÓN FURGONETA
PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN

19:30H
HOGAR DEL PENSIONISTA

Organiza: AFA GUARDO

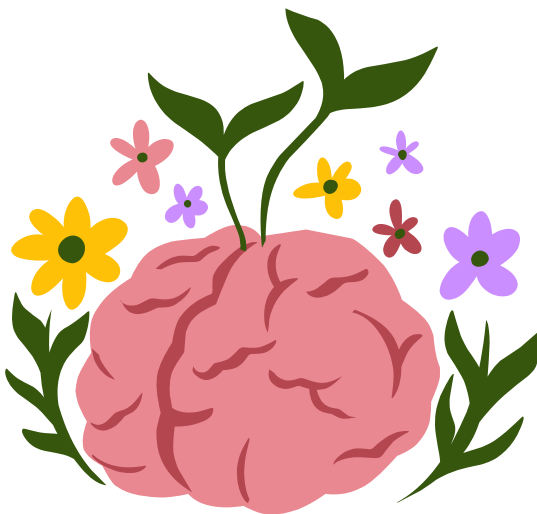
Colaboran: Ayuntamiento GUARDO, Diputación DE PALENCIA, MDS IMPULSA, Servicios Sociales, Junta de Castilla y León

Charola Guitars
Sesión de música en el Hogar del Pensionista de Guardo

Una jornada dirigida a toda la población donde ponemos de relieve la importancia del cuidado cerebral.

Se celebró el 25 de julio en la Plaza de la Constitución de Guardo, donde pudimos disfrutar de mesas con desafíos mentales y una sección de cocina neurosaludable.

Se finaliza con una actuación musical en el Hogar del Pensionista de Guardo a manos de Charola Guitars



CHAROLA GUITARS PRESENTAN

UNIDOS POR UNA CAUSA.....
CONECTADOS POR LA MÚSICA

CONCIERTO BENEFICO DE GUITARRA

EN HOGAR DEL PENSIONISTA
VIERNES 25 DE JULIO - 19:30 HORAS
EN COLABORACIÓN CON AFA GUARDO

AFA GUARDO
CHAROLA GUITARS



DÍA MUNDIAL DEL CEREBRO





PROGRAMA EN RADIO GUARDO

Desde AFA Guardo, respondiendo a su objetivo de difusión, sensibilización e información, se da comienzo a la participación en el espacio radio que AMGU nos concede en la Radio de la Montaña, **RADIO GUARDO**.

SARA MACHO Y ANA LEÓN

AFA GUARDO

Un espacio mensual para hablar del Alzheimer y otras demencias

Martes 11:00
Miércoles 19:00
(Última semana de cada mes)

RADIO GUARDO 107.2 FM

f Radio Guardo i @radioguardo_1
t @GuardoRadio 659 72 08 65



Su emisión es de carácter mensual. tratado temas tan diversos como los tratados a los largo de este año:

- **Programa 46:** alimentación y demencia
- **Programa 47:** reminiscencia e Historia de Vida
- **Programa 48:** Cuestiones legales en la demencia
- **Programa 49:** Voluntariado: Somos más que uno
- **Programa 50:** Talleres de Promoción de la Autonomía Personal y Prog Intergeneracional
- **Programa 51:** Especial Semana del Alzheimer
- **Programa 52:** Pagina Web + guardo en la memoria
- **Programa 53:** Cena Benéfica
- **Programa 54:** Especial de Navidad





PAGINA WEB

AFA Guardo ha dado un paso fundamental en su estrategia de comunicación y alcance con el lanzamiento de su nueva página web.

Este proyecto responde a la necesidad de modernizar nuestra presencia digital y ofrecer una herramienta más accesible, completa y dinámica para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por el Alzheimer y otras demencias, así como para sus familiares y cuidadores.

Gracias
a Pablo, de
Sunibérica por
su colaboración



www.afaguardo.com



REVISTA QUINQUÉ

Desde la entidad se ha mantenido la colaboración con la revista comarcal Quínque. Esta participación se ha concretado en la publicación semestral de artículos informativos y divulgativos, con el objetivo principal de:

1. Sensibilizar a la ciudadanía de Guardo y su comarca sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.
2. Informar sobre los servicios, actividades y logros de AFA Guardo.
3. Ofrecer pautas, consejos y recursos de apoyo a las familias y personas cuidadoras.





II CERTAMEN DE MONÓLOGOS

AFA Guardo celebró con éxito la segunda edición del Certamen de Monólogos "Humor para no Olvidar". Este evento, que se consolida como una cita destacada en el calendario cultural y solidario de la comarca.

El certamen tiene una doble finalidad crucial para la Asociación:

1. Recaudación de Fondos: Los ingresos generados por la venta de entradas se destinaron íntegramente a financiar los programas y terapias que AFA Guardo ofrece para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer y sus familias.
2. Sensibilización y Normalización: Utilizar el humor como herramienta de concienciación y para desestigmatizar las demencias. La risa compartida ofrece un espacio de respiro y bienestar emocional tanto para las familias afectadas como para el público en general.



La edición contó con la participación de 7 monologuistas y tuvo una gran acogida, logrando un aforo de aproximadamente 200 personas.

La gran participación y el apoyo unánime del público reafirman la efectividad de esta iniciativa para mantener la visibilidad del Alzheimer y reforzar la red de apoyo de AFA Guardo en la comunidad.



*Revive con nosotros
este recuerdo*



CAMPUS MULTIDEPORTE

CAMPUS MULTIDEPORTE

Solidario con AFA GUARDO

Recaudación íntegra a favor de AFA Guardo

Del 1 al 5 de Septiembre
Pistas municipales
De 10:00- 14:00
De 6 a 13 años

LUNES
CENTRO VICTORY
C. PEÑA TORQUILLA: "ARBORISMO"
PATINAJE CON CECI

MARTES
TAMARIA
RUTA DE MOUNTAIN BIKE

MIÉRCOLES
VOLLEYBALL
BALONCESTO

JUEVES
DEPORCYL F.S. GUARDO
C.B.FUENTES CARRIONAS

VIERNES
C.D. GUARDO
JUEGOS TRADICIONALES

Información e inscripciones:
del 22 al 27 de Agosto
628-636-955

1 DÍA=15 €
TODA LA SEMANA= 60 €

Logos: CENTRO VICTORY, TAMARIA CLUB DE BALONCESTO, Ayuntamiento

La primera semana de septiembre, AFA Guardo organizó y llevó a cabo con éxito el I Campus Multideporte, una iniciativa destinada a ofrecer una experiencia de ocio inclusivo y educativo para niños y niñas de 6 a 12 años de nuestra localidad, fomentando la sensibilidad intergeneracional.

Este Campus se destacó por su marcado carácter colaborativo y comunitario, siendo posible gracias a la implicación y el apoyo desinteresado de diferentes grupos deportivos y culturales de Guardo (ver imagen)

El Campus contó con una participación de 22 niños y niñas y reafirma el compromiso de AFA Guardo no solo con las personas afectadas por el Alzheimer, sino también con el tejido social y el futuro de nuestra comunidad.



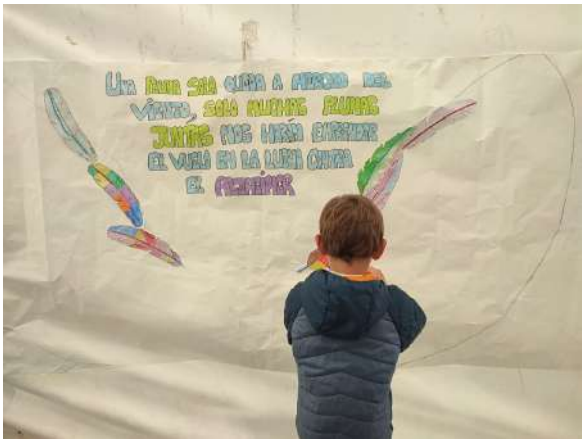


SEMANA DEL ALZHEIMER



Actividades en torno al 21 de septiembre, con el fin de visibilizar la enfermedad y concienciar a todos sobre esta realidad y su impacto en el conjunto de la sociedad.

TARDE INFANTIL



MESA JURADO CONCURSO DE DIBUJO ESCOLAR



Un pequeño recuerdo de la tarde infantil



TALLERES INFANTILES Y CHOCOLATADA



ACTO OFICIAL

Se trata del acto principal de la Semana del Alzheimer donde las personas usuarias realizan una lectura del manifiesto, les escuchamos contándonos cómo ha sido el año en AFA Guardo y disfrutamos de otros momentos como la entrega del premio al concurso de dibujo escolar, el homenaje a cuidadores, la presentación del calendario 2026, la presentación de la nueva página web y otros nuevos proyectos, finalizando con una actuación musical.



*Un pequeño recuerdo
de este acto oficial*





TARDE DE CONVIVENCIA



Una tarde donde vecinos, amigos, entidades, familias y voluntarios compartimos una eucaristía, una merienda y una actuación musical que nos mueve el cuerpo y muchas emociones



RUTA PARA EL RECUERDO

Un ruta donde poder intercambiar vivencias y conocimientos sobre nuestro entorno, a la vez que conocemos los paneles informativos de Guardo antiguo. Una ruta de 7,5km para andarines, y otro ruta para los más curiosos de la cultura



ESPECIAL DE RADIO

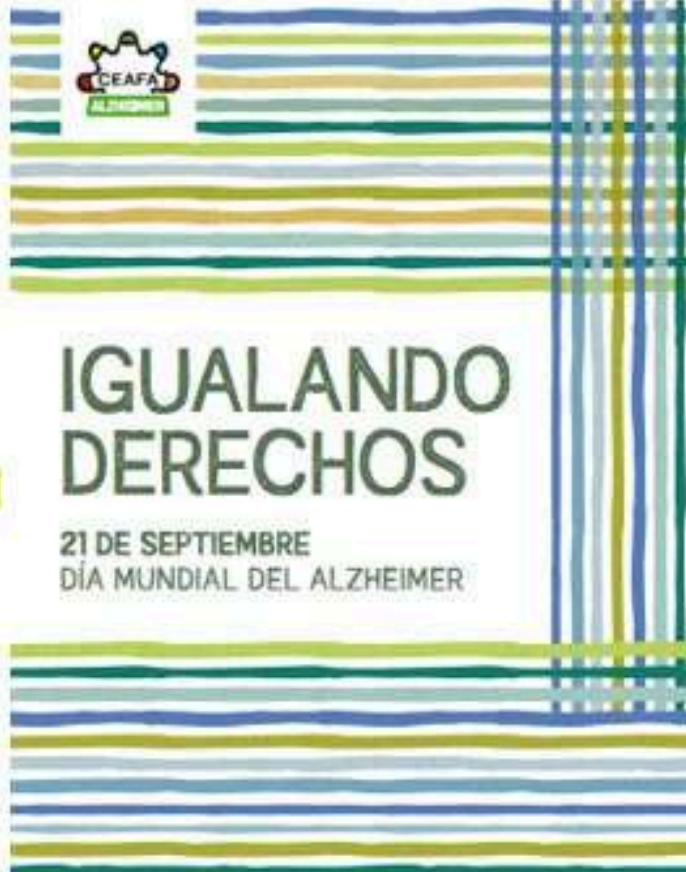


MESA REDONDA

Un espacio donde podemos escuchar el testimonio de personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer, a sus cuidadores y a profesionales implicados en la realidad de las demencias.

“Mi familiar tiene Alzheimer: ... ¿y ahora qué?”

Día Mundial del ALZHEIMER



IGUALANDO DERECHOS

21 DE SEPTIEMBRE
DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

DOMINGO, 21 DE SEPTIEMBRE

DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

MESA INFORMATIVA EN SANTUARIO DEL BREZO

Lugar: Exterior del Santuario de la Virgen del Brezo

ILUMINACIÓN DEL MONUMENTO AL MINERO

LUNES, 22 DE SEPTIEMBRE

ESPECIAL DE RADIO GUARDO

Hora: 12:00h.

Cadena: FM 107.2, Ivoxx, www.radioguardo.org

CONCURSO DE DIBUJO

Recogida de dibujos participantes en centros educativos

MESA REDONDA:

"Mi familiar tiene Alzheimer... ¿y ahora qué?"

Lugar: Salón de plenos

Hora: 17:30h.

MARTES, 23 DE SEPTIEMBRE

TARDE INFANTIL

Talleres infantiles, Fitness Dance, Chocolatada solidaria y Mesa jurado para el concurso de dibujo.

Lugar: Plaza de la Constitución

Hora: 17:00h.

MIÉRCOLES, 24 DE SEPTIEMBRE

TARDE DE ENCUENTRO

Eucaristía, merienda de convivencia y actuación Banda de Acordeones de AMGu

Lugar: En la carpa de la Plaza de la Constitución

Hora: 17:00

JUEVES, 25 DE SEPTIEMBRE

RUTA PARA EL RECUERDO

Marcha solidaria (2€) ruta urbana en Guardo.

Lugar: AFA Guardo

Hora: 17:00h.

VIERNES, 26 DE SEPTIEMBRE

ACTO OFICIAL

Con "Los mayores cuentan", Presentación calendario y otros proyectos, Premio concurso de dibujo, Homenaje a cuidadores, actuación musical.

Lugar: Auditorio Municipal

Hora: 18:00h.

Organiza:



Colaboran:



GRÁFICAS GUARDO

CENTRO SOCIOSSANITARIO DE GUARDO



Parroquia de Guardo



LIBRERÍA DACAR

Librería Liebana



Programa de voluntariado



PLAN VOLUNTARIADO AFA GUARDO

AFA VOLUNTARIOS

En AFA- Guardo contamos con un **grupo de personas que dedican parte de su tiempo a dar compañía, atención, apoyo emocional y humano** tanto a los usuarios de la Asociación como a sus familiares.



El programa pretende organizar y estructurar la participación de los voluntarios en los distintos servicios que presta la entidad. De esta forma, cada voluntario firma un compromiso de dedicación de su tiempo en función de su disponibilidad y sus preferencias.



19 personas voluntarias



hombres



11

mujeres

AFA GUARDO FIGURA INSCRITA COMO ENTIDAD DE VOLUNTARIADO EN EL REGISTRO REGIONAL DE ENTIDADES DE VOLUNTARIADO DE CASTILLA Y LEÓN CON EL NÚMERO DE REGISTRO A-0010.



Ley 8/2006 de 10 de Octubre del voluntariado en Castilla y León

Del mismo modo, se implica a los voluntarios en la realización y planificación del servicio y de sus actividades. Todo ello con el fin de conseguir que la experiencia de voluntariado sea lo más gratificante posible.



SERVICIOS EN LOS QUE PARTICIPAN LOS VOLUNTARIOS

Apoyo en el servicio de Habilitación y Terapia Ocupacional

Apoyo en el servicio de Transporte

Apoyo en salidas y eventos

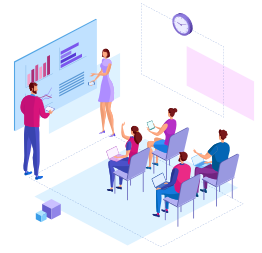
Apoyo en difusión y sensibilización

Apoyo en el huerto terapéutico

Apoyo en creación de material para terapia

Apoyo en la difusión y creación de medios como la pagina web

ACCIONES CON VOLUNTARIOS EN 2025



ACCIONES DE APOYO DE VOLUNTARIOS

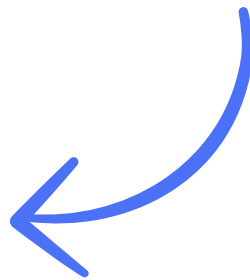
ACTIVIDAD	FECHA DE REALIZACIÓN	NÚMERO DE PARTICIPANTES
<ul style="list-style-type: none"> • Acto día Mundial del Cerebro • Apoyo en la elaboración de material Montessori • Desarrollo del Huerto Terapéutico • Semana del Alzheimer 	Del 01/01/2025 al 30/10/2025	15

ACCIONES FORMATIVAS / CAPACITACIÓN A VOLUNTARIOS

ACTIVIDAD	FECHA DE REALIZACIÓN	NÚMERO DE PARTICIPANTES
Psicoeducación en las demencias	29/01/2025	7
Botiquín emocional	27/03/2025	9
Mejora de la salud emocional de cuidadores de personas con demencia	15/05/2025	2



El año 2025 en imágenes



“Así ha sido nuestro año”



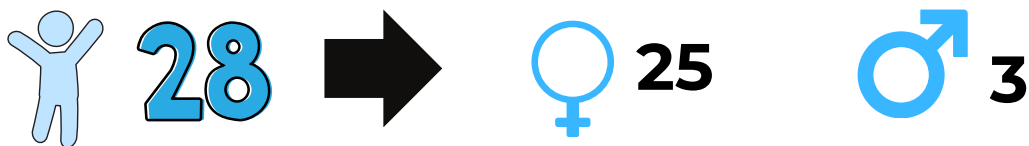
Datos en cifras

DATOS EN CIFRAS

Socios



Usuarios



Cuidadores

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO



APOYO PSICOLÓGICO INDIVIDUALIZADO



APOYO PSICOLÓGICO EN SESIONES GRUPALES



Voluntarios



19 personas voluntarias

