

Memoria del año 2023



Asociación Pro para el Cuidador Familiar

Nuestro Equipo



PRESIDENTE

Milagros Tejedor González



SECRETARIO

Luis Paisán Grisolia



TESORERO

Nicolas Pérez Rincón



VOCAL

Juan Isturiz Marquina



VOCAL

Juan María Pardavila Herrero

COLABORADORES Y SOCIOS



Nuestra Asociación nació hace ya muchos años, con el fin de preparar profesionalmente a los cuidadores familiares, asalariados o no, y procurarles su merecido descanso.

Por aquel entonces, esta profesión era casi desconocida, porque todo funcionaba gracias a la aportación y ayuda de familiares, que en un muy alto porcentaje eran mujeres. Eran cuidadores familiares no remunerados. A día de hoy podemos aseverar que esto ha cambiado y que la profesión de cuidador familiar asalariado es una realidad y una necesidad imperiosa, basada en las cifras que circulan, que se estiman en 2,3 millones de personas dependientes en nuestro país, que necesitan ayuda de un cuidador para las tareas habituales.

Como los cuidadores pasan muchas horas con la persona que cuidan, tienen el peligro de sentirse solos y estar atrapados por la soledad, ya que se olvidan de sí mismos por atender a la persona cuidada.

Por eso en la Asociación impartimos talleres, cursos, sesiones y escucha personalizada, dirigidos a formar y fortalecer al cuidador para que tenga los valores necesarios para que, afrontando sus tareas diarias, lleguen a saber descansar y hacer amigos, logrando una vida profesional y social de calidad.

Nuestro reto, acompañar y formar un CUIDADOR feliz y enamorado de su profesión, porque ayuda muchísimo a los más débiles nuestros mayores.

Nuestros Objetivos

Profesionalidad

Hacer de las personas que se quieren dedicar a cuidar, unos profesionales reconocidos, a través de seminarios de geriatría y talleres continuados.

Apoyo a la Familia

Tratamos de estar en contacto con las familias para paliar las necesidades del mayor en la vivienda, que son muchas, y la mayor parte tiene como preferencia permanecer en el domicilio.

Cuidar al cuidador y su descanso

Disponer de cuidadores familiares con una formación actualizada es gratificante para las familias y para los propios cuidadores. Por eso desde APCF seguimos su cualificación y protegemos su legalidad y necesario descanso.

Fomentar la valía del Cuidador y su autoestima

Es importante transmitir a los cuidadores seguridad y confianza en su hacer, para conseguir que su autoestima redunde en su eficacia profesional y dedicación a la persona.



Nuestras Actividades

Seminarios

Como cada año realizamos dos seminarios de geriatría: El primero, en primavera bajo el lema de **“La Excelencia significa hacer lo correcto, aunque nadie te vea”** y el segundo realizado en el mes de octubre, **“Servir te hará feliz”**.

Aunque en nuestra ciudad se realizan distintos cursos socios sanitarios, de continuo, que son preceptivos para poder trabajar con mayores, nuestras convocatorias fueron acogidas con una muy buena asistencia. En cada uno de ellos participaron cinco ponentes, médicos de reconocido prestigio y personas con distintas especialidades socio sanitarias. **Dr. Eduardo Alegría Ezquerro** cardiólogo Policlínica Gipuzkoa, **Dr. José Egido Arroyo** médico de medicina familiar comunitaria de Ermua, **Dr. Francisco Gil Bea** Investigador de IKERBASQUE Instituto Investigación Sanitario Bionostia, **Dr. Iván Antón Rodrigo** Geriatra Hospital de Éibar, **Iban Arrien Celaya** Coordinador de Fisioterapia del Hospital Aita Menni y Jefe de Servicio de Fisioterapia de daño cerebral, **José Javier Martínez Ormazabal** fisioterapeuta; **Dr. Ariel Gutiérrez Hoyos** anatomopatólogo, **Dra. Ana Martínez Bril** dermatóloga del Hospital Quirón Salud, **Dr. Jorge Alberto Villanúa Bernués** médico neuro-radiólogo, unidad Donostia OSATEC S.A.; **Dr. Wilson Astudillo Alarcón** presidente de Paliativos sin Fronteras.

Para obtener los correspondientes títulos, los alumnos cumplieron una asistencia obligada de veinte horas lectivas y realizan trabajos sobre cada una de las sesiones que fueron evaluados por los doctores de la Asociación. Además, a los alumnos se les ofrece la oportunidad de realizar prácticas en distintos centros asistenciales de nuestra ciudad. También se les ofrece la posibilidad de visitar el centro de material ortopédico **“Sumisan”**, donde les explican el funcionamiento de los aparatos y las novedades que van surgiendo para hacer la vida más fácil a las personas dependientes.

En ambos seminarios asistieron 69 personas, (58 mujeres y 11 hombres) todos eran emigrantes.



Cursos

En marzo terminamos el curso de formación integral. Este es el detalle del curso que se impartió:

- *Antropología de la persona humana en el siglo XXI.*
- *Normativa sobre extranjería: derechos y deberes.*
- *Geografía del entorno de España y Europa.*
- *Modos, modas y modales: adaptación a nuestro entorno con conocimiento de nuestra civilización y cultura.*
- *Tecnologías para mejorar la calidad de vida del mayor.*

La duración del mismo fue de seis meses.

Número de asistentes: 30 personas.

Este Curso Formativo tuvo tanta acogida que lo hemos reeditado, con variaciones



Por lo que seguimos impartiendo la formación integral.

Los temas se reflejan en el folleto.



FORMACIÓN INTEGRAL

**CURSO PARA CUIDADORES
FAMILIARES O ASALARIADOS**

Lunes, miércoles y jueves, de 16:30 - 18:00

- Antropología de la persona humana en el siglo XXI.
- Normativa sobre extranjería: derechos y deberes.
- Geografía del entorno de España y Europa.
- Modos, modas y modales: adaptación a nuestro entorno con conocimiento de nuestra civilización y cultura.
- Tecnologías para mejorar la calidad de vida del mayor.

Lugar: Paseo de los Fueros, 5 bajo ácha San Sebastián

943245334/688651450/688651470

fdscuifa@hotmail.com

Plazas limitadas

Talleres Mensuales

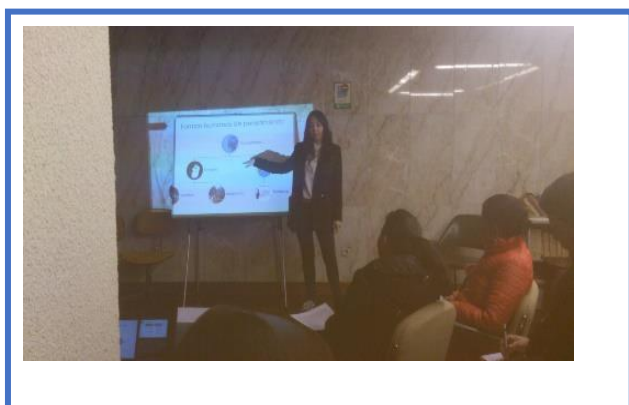
Las charlas de formación mensual tienen una amplia variedad de temas sugeridas muchas veces a petición de los asistentes, por temas que les preocupan y quieren mejorar.

En este año entre otros temas hemos hablado sobre: organización del trabajo del CUIDADOR, la importancia de la lectura, aprovechamiento del tiempo y eficacia del trabajo, la importancia de ser un buen profesional, la conciliación del trabajo con la vida familiar. Además, nos hemos preocupado de darles una formación financiera, y para eso hemos contactado con algunos directivos de CaixaBank que generosamente les han impartido esa formación.

Los talleres mensuales, se cuidan especialmente, invitando a participar a personas de ámbitos muy diversos, con el fin de ampliar los conocimientos de los cuidadores.

La asistencia siempre es muy numerosa, pues la gente valora la elección y diversidad. Los convocamos mediante los medios digitales.

Asistieron 232 personas.



Talleres Semanales

Se desarrollan con frecuencia semanal. Siempre tenemos mucha asistencia y vamos variando la metodología, ahora los hacemos muy participativos y resulta más enriquecedor. Siendo un taller que sólo se interrumpe en el mes de agosto hemos alcanzado una asistencia de 330 personas aproximadamente durante el año.



Talleres de cocina

Siempre pensamos que a las personas que se acercan a nosotros puedan acceder a una formación lo más completa posible. Por eso, en su momento empezamos con los cursos de cocina que son muy necesarios y prácticos para poder atender al mayor lo mejor posible en su domicilio.

Este curso hemos impartido en la Sociedad Kresala unas siete sesiones de cocina anuales, con menús completos. También se les imparte una sesión de dietética que les ayuda a poder confeccionar los menús diarios. Asisten muchos cuidadores y al terminar degustan los platos en la misma Sociedad.

El número de participantes aproximadamente es de 143 cuidadores.



Asistencia Personalizada

La atención personalizada es parte importante de la formación del cuidador. Desde la Asociación dedicamos mucho tiempo a la escucha dos días por semana durante once meses. Atendemos individualmente a cada cuidador que lo desea y con ese trabajo se consigue que las personas emigrantes que son la mayoría se vayan adaptando a nuestro entorno.



Voluntariado

Nuestro voluntariado ha cambiado sustancialmente, pero sigue vivo, lo hacemos distinto, y nos esforzamos en que no se apague, aunque se costoso.

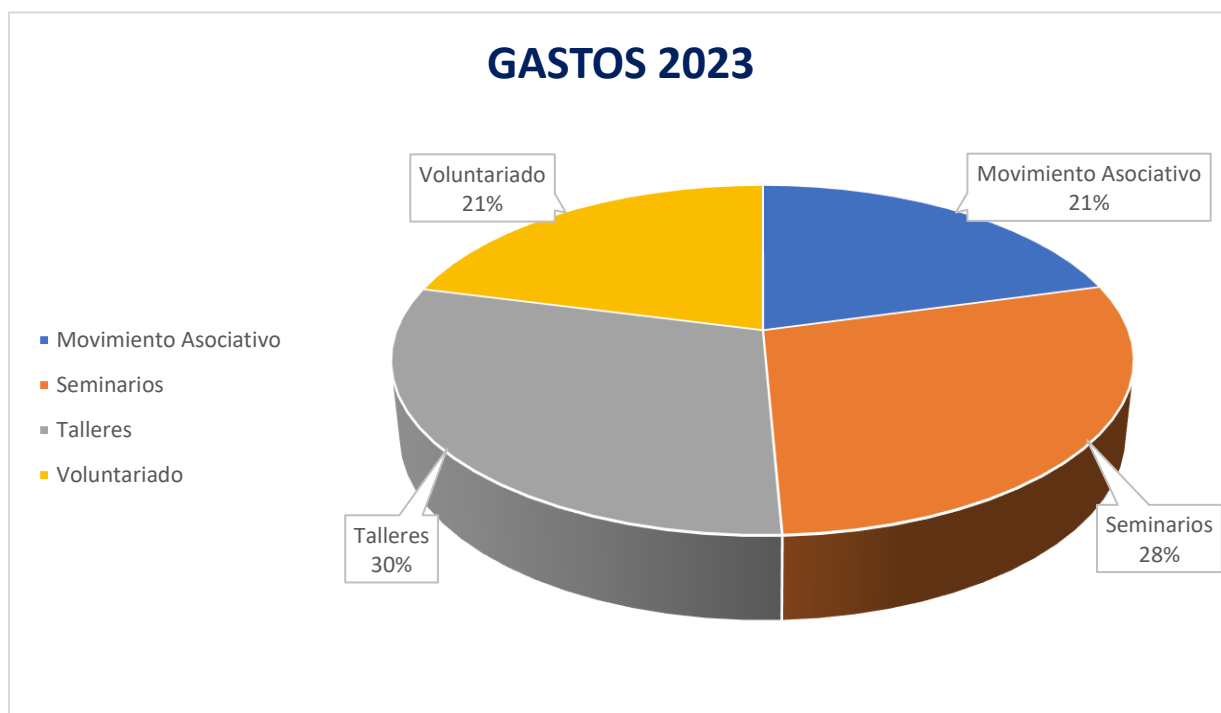
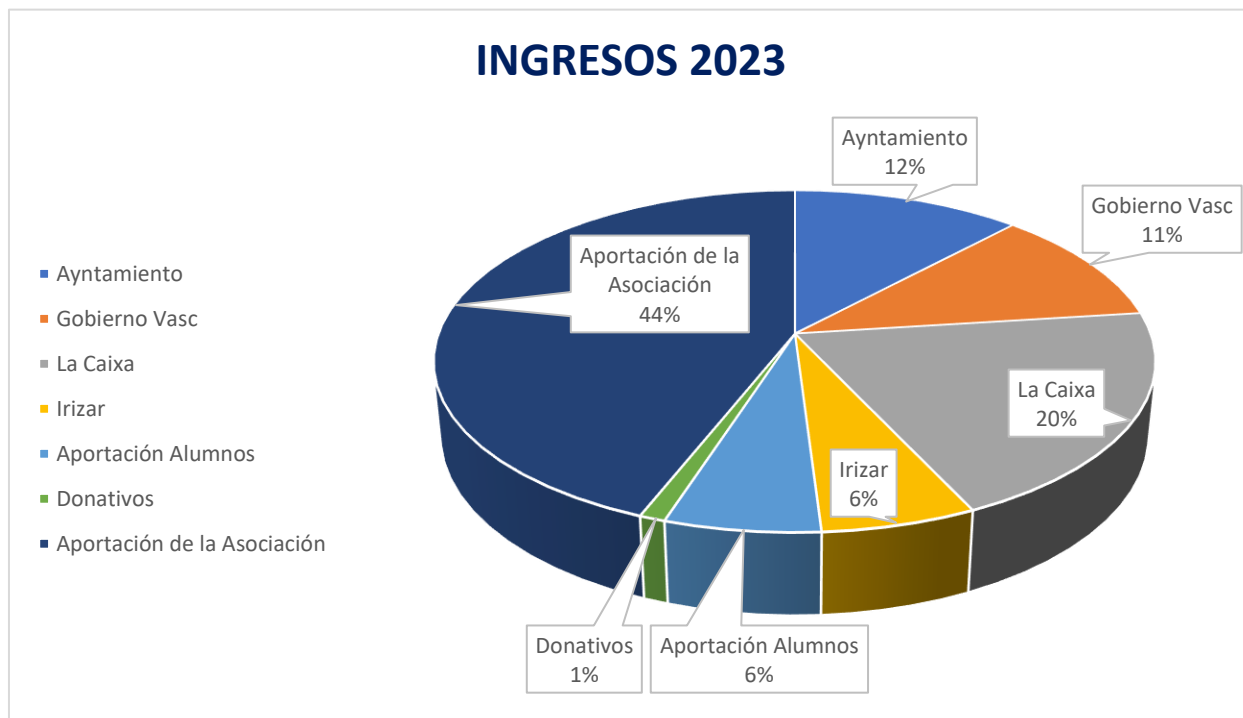
El "COVID" nos separó y nos limitó en nuestras residencias hay demasiadas medidas, por eso nos hemos reinventado y atendemos a los mayores solos que se acercan a nosotros o que nos llegan a través de los conocidos. Hacemos paseos, compañía, tertulias en sus casas, una atención más personalizada, que llega a concluir en una amistad, eso sí el número de voluntarios ha disminuido y las personas atendidas también. Trabajamos en superar estas cifras pero nos congratulamos del trato de persona a persona. Esperamos desaparezcan los impedimentos y podamos crecer en nuestro anhelo.

Algunos Eventos:

- Café tertulio de primavera en la cafetería Eceiza.
- Celebramos el día del descanso del Cuidador, organizando la excursión a Logroño.
- Después de los seminarios, se visitó la Ortopedia Sumisan para enseñar a los cuidadores el funcionamiento de todos los aparatos que facilitan el cuidado a las personas dependientes.
- Sesión online a cargo de Fundación Matia
- Celebración de la Navidad



Distribución de ingresos y gastos



Nuestros Patrocinadores

