



Estimados socios:

Les adjuntamos calendario de las charlas programadas para el 2021, que tendrán lugar en las instalaciones de A.F.A. "Altaamid" en C/ Gracia, 29 (Granada). El horario de inicio será a las **12:00 horas**.

Aprovechando la ocasión también se les informa de que:

1. El Doctor en Neurología **Don Rafael González Maldonado**, nos seguirá visita al menos, dos veces al mes para las consultas que puedan necesitar nuestros familiares **asociados**. Los interesados pueden llamar al **958276085** para concertar una cita.
2. Disponemos de "Unidad de Estancia Diurna" para personas mayores con horario de 9 a 17 horas de lunes a viernes (plazas públicas y plazas privadas).
3. Talleres de Estimulación Cognitiva de 10 a 14 horas de lunes a viernes.
4. Estimulación Cognitiva por ordenador (**Programa GRADIOR**) y Sala de Estimulación Multisensorial **SNOE-ZELEN**, para enfermos de Alzheimer y otras Demencias.

CHARLAS - TALLER (Para cuidadores de enfermos de Alzheimer y otras Demencias)

- Abiertas al público en general - 12:00 horas

1. Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria (Básicas e Instrumentales). (Dpto. de Terapia Ocupacional) **27 de ENERO**
2. Técnicas de movilización y transferencias. Higiene postural (Dpto. de Fisioterapia) **24 de FEBRERO**
3. Prevención y cuidados de úlceras por presión (Dpto. Enfermería) **31 de MARZO**
4. Atención al cuidador. Prevenir el síndrome de Burnout (Dpto. Psicología) **28 de ABRIL**
5. Entornos accesibles y prevención de accidentes (Dpto. Terapia Ocupacional) **26 de MAYO**
6. Estimulación cognitiva como herramienta para reducir el avance progresivo de la enfermedad (Dpto. de Pedagogía) **29 de SEPTIEMBRE**
7. Herramientas para afrontar la demencia (Dpto. de Psicología) **27 de OCTUBRE**
8. Alimentación del enfermo en el ámbito familiar (Dpto. de Enfermería) **24 de NOVIEMBRE**

GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Para cuidadores de enfermos de Alzheimer y otras Demencias)

- Abiertos al público en general - 12:00 horas

Recomendaciones para el Grupo: Una vez constituido el Grupo de Ayuda Mutua (GAM), por entre 15 / 18 cuidadores aproximadamente (los cuales sean susceptibles de intercambiar experiencias y propiciar un soporte emocional al compañero), se aconseja que todos los interesados tomen conciencia de grupo y procuren asistir a la mayoría de las sesiones para la eficiencia de la Terapia de Grupo.

- Primera sesión de GAM - **3 de FEBRERO**
- Segunda sesión de GAM - **3 de MARZO**
- Tercera sesión de GAM - **7 de ABRIL**
- Cuarta sesión de GAM - **5 de MAYO**
- Quinta sesión de GAM - **1 de SEPTIEMBRE**
- Sexta sesión de GAM - **6 de OCTUBRE**
- Séptima sesión de GAM - **3 de NOVIEMBRE**

*Estas sesiones tendrán lugar una vez la situación y condiciones sanitarias lo permitan.

Granada, a 7 de enero de 2021