



# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

---

## MEMÒRIA 2020





# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

## **L'ASSOCIACIÓ/ FINALITAT**

L'Associació de familiars i malalts d'Alzheimer i altres demències del Ripollès (FADES) va néixer l'any 2.000 per donar a conèixer la malaltia de l'Alzheimer entre la gent de la comarca i posar a la seva disposició un servei d'atenció i ajuda a les famílies afectades. En aquests anys FADES ha treballat per reduir l'impacte emocional en el cuidador principal fent xerrades i grups de suport. I també ha realitzat tallers d'estimulació cognitiva i d'art teràpia per a persones amb diagnòstic d'Alzheimer i altres demències, a la majoria de poblacions de la comarca.

## **ACTIVITATS**

- 1- Realitzar tallers d'estimulació cognitiva per a persones amb malaltia d'Alzheimer.** S'ha demostrat que la seva aplicació ajuda al retard del deteriorament cognitiu, es redueixen les alteracions conductuals associades a la demència i contribueixen a millorar la qualitat de vida, tant dels pacients com dels familiars (Calvo et al., 2010). L'objectiu d'aquests tallers es basa en entrenar les capacitats preservades per mantenir-les actives, enfortir-les i retardar el màxim el possible deteriorament d'elles mateixes mitjançant l'aplicació de diferents exercicis, activitats i tècniques.

Aquesta activitat es portarà a terme 1 hora a la setmana durant el curs escolar, és una activitat gratuïta per als assistents i es du a terme **als 5 Centres d'Atenció Primària de Salut del Ripollès: Ripoll (Vallfogona del Ripollès i les Llosses), Campdevànol (Gombrèn), Ribes de Freser (Vall de Ribes), Sant Joan de les Abadesses (Ogassa) i Camprodon (Vall de Camprodon).**



# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

## **2- Realitzar teràpies individuals i grupals per a familiars de persones diagnosticades de la malaltia d'Alzheimer i/o anàloga.**

El benestar del malalt d'Alzheimer depèn del benestar dels seus cuidadors. Degut a la gran càrrega que afronten l'entorn de les persones, es troben amb una gran pressió emocional que els pot portar a problemes psicològics i de salut, com depressió, ansietat, sensació de sobrecàrrega... Per tant, l'objectiu d'aquestes teràpies és oferir un espai de suport emocional, d'acompanyament, d'assessorament, per als familiars després del diagnòstic i al llarg de l'evolució de la malaltia, potenciant l'acceptació de la malaltia, fomentant l'autocura, tractant els conflictes i modificant les conductes desadaptatives, gestionar els estat de sobrecàrrega, fomentar habilitats de comunicació, acompanyament en processos de dol, preparació del futur, entre d'altres. Tenir aquest espai millorarà la qualitat de vida de les cuidadores/s, i a la vegada del malalt d'Alzheimer.

Aquestes teràpies es duran a terme a la seu de FADES, per part de la psicòloga, 1h a la setmana a nivell individual, i una hora al mes a nivell grupal. S'atendran a totes les persones cuidadores que ho sol·licitin.

## **3- Realitzar tallers d'entrenament de la memòria i estimulació cognitiva per a persones grans de la comarca del Ripollès.**

L'objectiu d'aquests tallers és prevenir o retardar l'aparició de la demència. Un dels factors per prevenir l'Alzheimer i /o anàloga és l'activitat cognitiva, per tant, seguint l'exemple del primer objectiu, realitzar tallers d'entrenament de la memòria i estimulació cognitiva la població gran és una bona manera de realitzar prevenció primària de la malaltia d'Alzheimer i anàloga i potenciar hàbits saludables per un envelliment actiu.



# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

Aquests tallers d'entrenament seran de 8 sessions de 1:30h setmanals, i es duran a terme als municipis del Ripollès, serà el mateix Ajuntament qui ho sol·liciti donat que és qui n'assumirà el cost.

**RIBAS JAUME NUNO**  
ASSOCIACIÓ DE JUBILATS I PENSIONISTES SANT JOAN DE LES ABADESSES

**Fades**  
Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer i d'altres Demències del Ripollès

L'Associació FADES organitza el

**TALLER de la MEMÒRIA**

que impartirà la pedagoga Sra. Lurdes Ribas

Els dimarts  
8, 15, 22 i 29  
d'octubre  
i 5, 12, 19 i 26  
de novembre,  
de les 18:00  
a les 19:30,  
a l'Aula 3  
del 2n pis  
del Palmàs.

8 sessions subvencionades per  
**AJUNTAMENT DE LA BARONAL VILA DE SANT JOAN DE LES ABADESSES**

Places limitades.  
Cal apuntar-se  
972 722 136

4- **Divulgació i sensibilització.** La millor manera de fer front aquestes malalties és a través de la consciència col·lectiva, per tant, és important realitzar divulgació sobre les activitats que es duen a terme, realitzar xerrades sobre prevenció, tractament, comunicació amb el malalt...

Aquestes xerrades seran realitzades per persones expertes en aquest camp, per tal d'aportar informació i coneixements a les famílies, professionals, persones interessades i població en general donat l'envelliment de la comarca del Ripollès.

D'acord amb l'objectiu es realitzarà una jornada a l'any per commemorar el dia mundial de l'Alzheimer obert a tota la població de la comarca.



# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

## **RECURSOS I FINANÇAMENT**

FADES i la Fundació Tutelar del Ripollès compten amb un conjunt de professionals en l'àmbit social, jurídic i de la salut per poder realitzar les diferents activitats. Només serà necessària la participació de personal extern, en cas de realitzar jornades o xerrades i es vulgui convidar a una persona experta en un tema concret.

En relació als espais utilitzats, FADES ja compte amb la seu social ubicada a la ctra. de Barcelona, 74 de Ripoll, i diferents espais cedits al conjunt de la comarca on poder realitzar les activitats proposades, com ja s'ha comentat en l'explicació de cada activitat.

### **INGRESSOS**

Quotes anuals dels socis 2020 **1.590€**

Ajuntament de Ripoll per la realització dels tallers de prevenció de la memòria per a la gent gran del seu municipi **500,00€**

Col·laboració de l'Obra social la Caixa **1.250,00€**

Tallers de memòria externs **500€**

**TOTAL INGRÉS: 3.840,00€**

### **DESPESES**

**TOTAL DESPESES: 3.231,70€** (professionals, IRPF, comissions i material oficina)

Agraïm a les persones i entitats que en aquest 2020 han fet possible la continuïtat de l'associació, dipositant la confiança en el projecte de **l'Associació FADES.**



# Fades

Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer  
i d'Altres Demències del Ripollès

## **DADES**

### **2020**

#### **Tallers de prevenció per a gent gran**

Ripoll 1 (1er Trimestre)

Total 6 persones i 12 hores

#### **Tallers per a persones diagnosticades**

(1er Trimestre)

Total 23 persones i 43 hores

Assessorament i acompanyaments a les famílies 54.

### **LA COVID-19**

**En l'exercici 2020 els tallers de memòria per a gent gran i els tallers de teràpia cognitiva es van suspendre des de l'estat d'alarma del mes de març. A la vegada hi hagut un increment del suport psicològic a les famílies degut, entre d'altres, per al tancament dels serveis diürns per la Covid-19, amb un total de 54 acompanyaments i suports.**