

ZAMHORA

DONA UNA HORA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS CON ALZHEIMER

Ana Fraile Martínez

Responsable de Comunicación de AFA Zamora



25 años
avanzando juntos



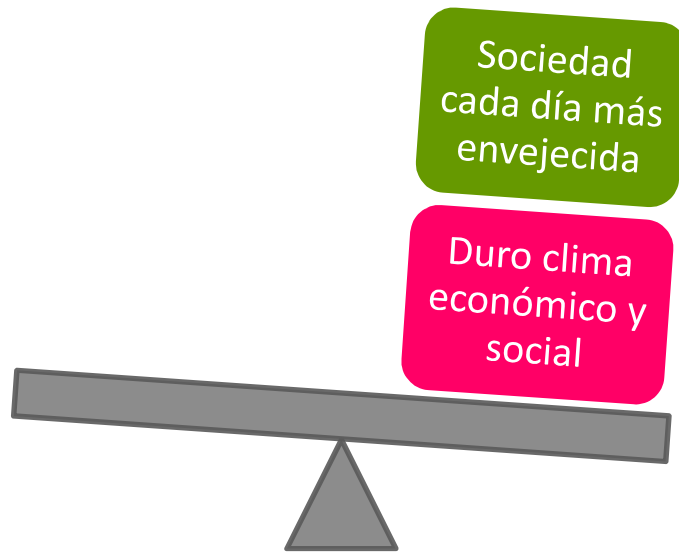
VI Congreso Nacional de Alzheimer. Valladolid - 12, 13 y 14 de noviembre de 2015



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Realidad



El **voluntariado** con personas mayores y aquellas que padecen algún tipo de demencia se hace **cada vez más necesario**.

Nuevo modelo de atención que contribuya a una mejora de la calidad de la vida.

No sólo es importante para proporcionar apoyo y compañía a la persona, sino que también sirve de **respiro y nexo con la realidad exterior** para el familiar o cuidador del enfermo.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Espacio Transfronterizo sobre el Envejecimiento

(aprobado por el Programa Operativo de Cooperación Transfronteriza España-Portugal POCTEP)



Experiencia pionera en Zamora
Campaña de concienciación social

ZAMHORA
DONA UNA HORA PARA MEJORAR LA CALIDAD
DE VIDA DE LAS PERSONAS CON ALZHEIMER

Objetivo: recaudar horas de apoyo 'voluntario', destinadas a la atención y el apoyo de las personas con enfermedad de Alzheimer y sus familiares que viven la ciudad de Zamora y Toro, así como a reforzar los Recursos y Servicios de AFA Zamora.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



¿Cuál es la novedad?

Sólo pedimos UNA HORA.

No produce agobio, la gente está más predispuesta, no lo piensa tanto, al fin y al cabo, es una hora... **sin compromiso.**

¿Cuál es el resultado?

Prácticamente el 100% de los voluntarios adquirieron una regularidad y manifestaron que les gustaría repetir la experiencia. **Nadie donó sólo una hora.**



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Población objetivo:

No existen requisitos de formación ni experiencia previa.



De aquí la necesidad de que el proyecto contemple la **preparación, asesoramiento y satisfacción** de dichas colaboraciones.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Objetivos

- Fomentar un mejor conocimiento acerca de la enfermedad Alzheimer y el estigma que la rodea.
- Favorecer la calidad de vida de las personas mayores y la de aquellos que padecen la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.
- Concienciar a la sociedad sobre la enfermedad de Alzheimer, la población envejecida y las necesidades de las familias afectadas por esta realidad.
- Reforzar y apoyar a AFA Zamora en el suministro de servicios de apoyo a los familiares.
- Apoyar a los cuidadores y familiares de las personas mayores ayudándoles en las tareas diarias.
- Promover una mayor integración social, tanto de las personas mayores como de todas aquellas que viven diariamente con la enfermedad de Alzheimer, aprovechando la oferta cultural y social de su ciudad.
- Hacer que el ámbito de las personas mayores y la enfermedad de Alzheimer una causa 'atractiva' para el voluntariado y los profesionales.
- Promover y concienciar una cultura de voluntariado en la sociedad.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Voluntariado general

Centros Terapéuticos

'Ciudad Jardín' (Zamora)

'Palacio de Valparaíso' (Toro)

- Directamente con el **enfermo**.
- Indirectamente hacia el beneficiario en colaboración con **profesionales**.

Apoyo a Familias

- Participación en actividades de carácter sociocultural dirigidas a los **familiares**.
- Colaboración en la unidad de convivencia familiar proporcionando desahogo al cuidador y apoyo para contrarrestar la soledad que conlleva la situación en el día a día.

Programa de Sensibilización y Divulgación

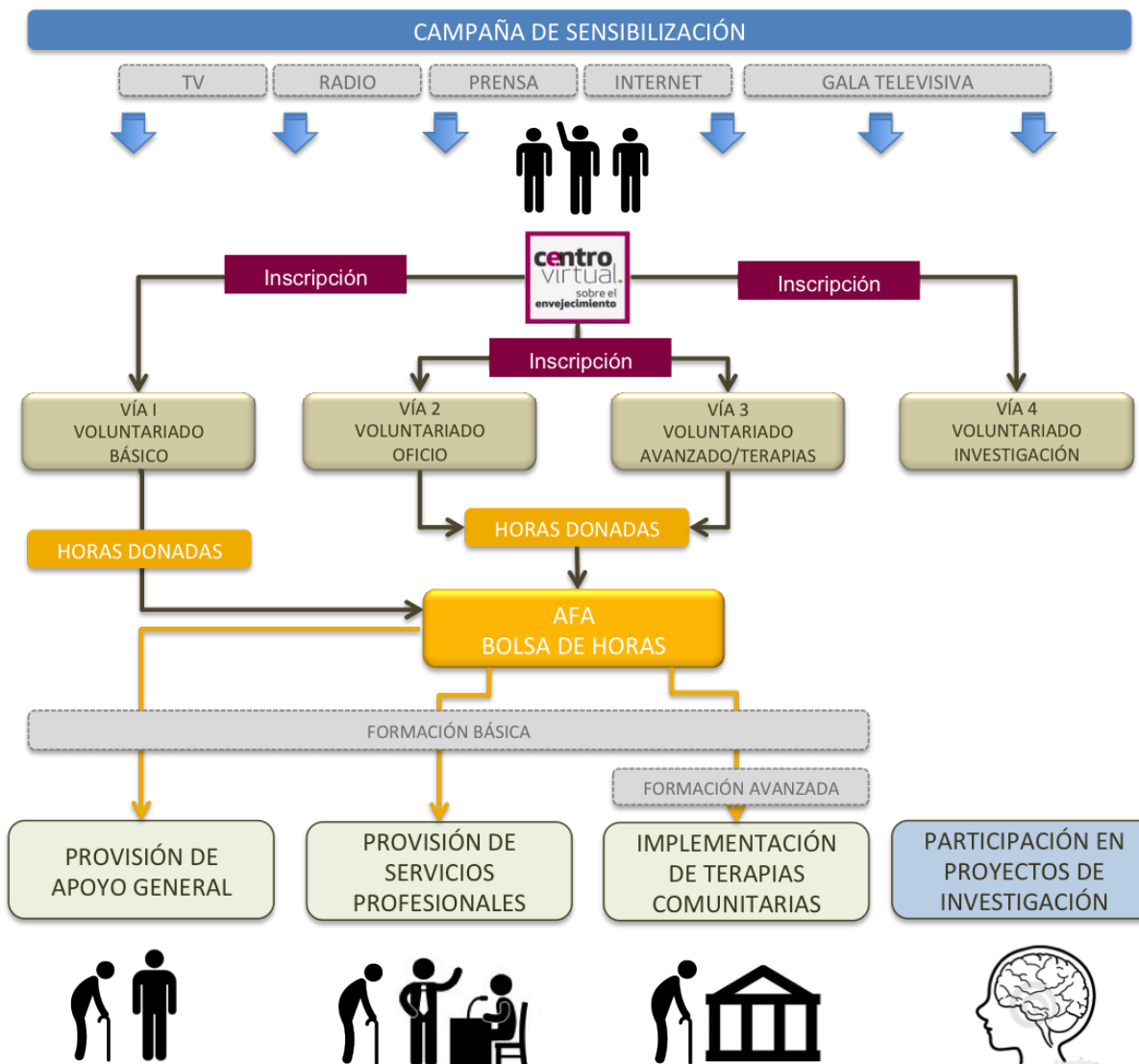
- Difusión de material divulgativo.
- Apoyo en actos de sensibilización.

Horas profesionales

Provisión de servicios profesionales

Profesionales tan dispares como fisioterapeutas, abogados, peluqueros, médicos, cocineros, carpinteros, podólogos, etc. pueden ofrecer su colaboración. **Por ejemplo, un taxista, puede donar el desplazamiento de los beneficiarios y/o de sus familiares.**

Metodología propuesta por CVE



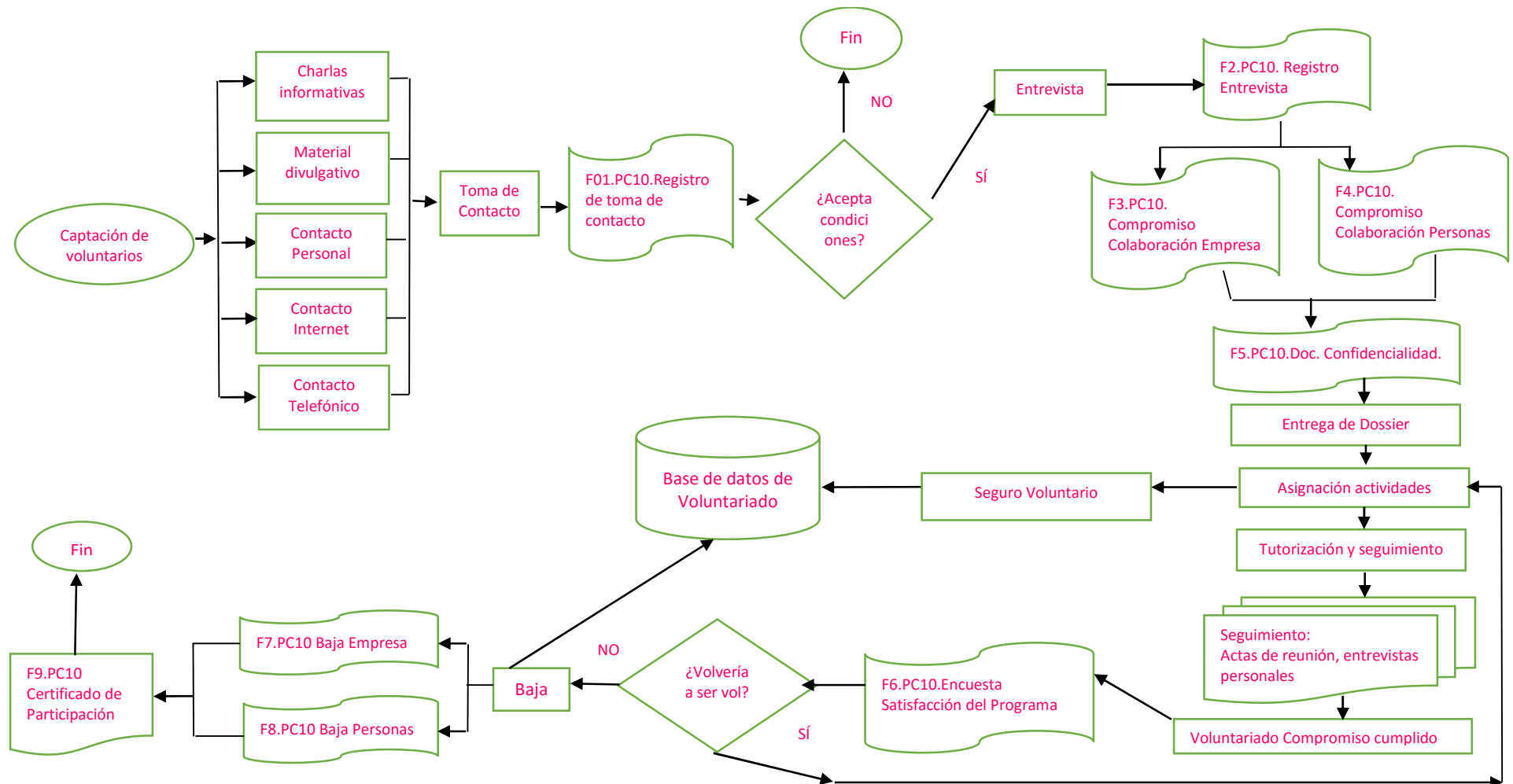


ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



La **metodología propuesta por CVE** se integra y adapta al **proceso de voluntariado propio de AFA Zamora**, por lo que queda implementado en el **Sistema de Gestión de Calidad según el Modelo de Excelencia EFQM**.

DIAGRAMA DE FLUJO





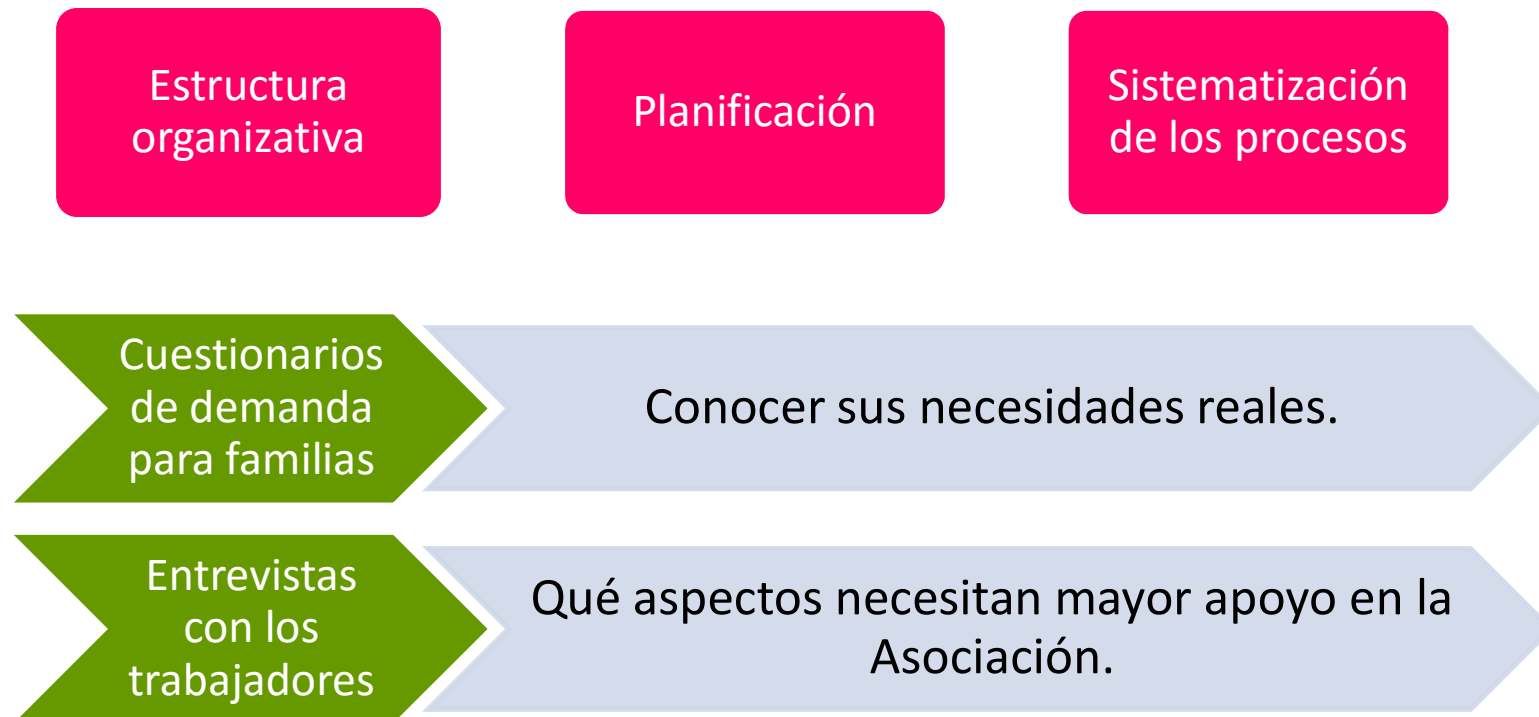
ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE I: ANÁLISIS DE LAS NECESIDADES

Las acciones que hay que desarrollar en este sentido se concretan en tres grandes líneas:





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE II: CAPTACIÓN. DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Análisis de la capacidad organizativa en relación con el volumen de voluntariado.

Decidir cuántas personas voluntarias son necesarias para cubrir los puestos definidos por la entidad y en qué medida pueden incorporarlas en su momento actual.

Un **desequilibrio** significativo entre el **número de voluntarios** que se **necesitan** y el **existente** genera **dificultades en la organización**.

Cuando el **número de voluntarios** es muy **superior** al que la entidad es capaz de asumir se generan **situaciones de insatisfacción** por parte del voluntariado, así como la incapacidad de dar respuesta a sus expectativas.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE II: CAPTACIÓN. DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Labor en torno a los canales de captación.

Actitud proactiva.

Posibles vías de captación:

- **Envío postal o por correo electrónico** a personas relacionadas con la organización.
- **Boca a boca** (el propio voluntariado, el personal remunerado o los órganos de gobierno pueden ser una vía de captación).
- **Federaciones, coordinadoras o plataformas de voluntariado locales** (Ej. Red de Voluntariado, hacesfalta.org, etc.).
- **Publicación de ofertas de voluntariado** en la página web de la entidad, en otros portales, etc.
- **Medios de comunicación** generales o locales (periódicos, radios, televisión, etc.).
- **Carteles** en sitios estratégicos (definiendo el lugar según el perfil buscado).
- **Actos de presentación** de la entidad.
- **Actos de sensibilización.**
- **Actos del Banco de Recuerdos.**



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



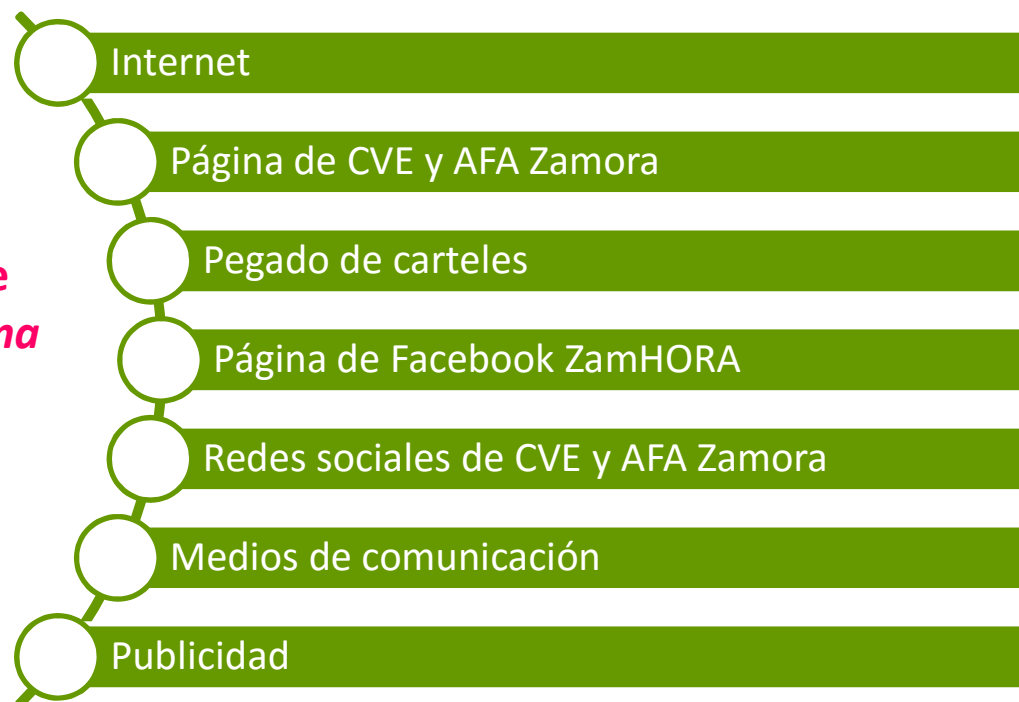
FASES DE LA CAMPAÑA

FASE II: CAPTACIÓN. DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Labor en torno a los canales de captación.

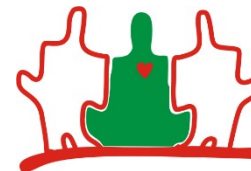
Actitud proactiva.

Para la optimización de 'ZamHORA: Dona una hora'





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



centro virti

TESTIMONIOS

22/01/15
IGNACIO COMPARTE SU TIEMPO...
Ignacio es voluntario de Alzheimer Zamora y hasta ahora habia realizando distintas laborales en el Centro Terapeutico...
0 comentarios

25/10/13
EL MAGO PAULINO GIL COLABORA...
Durante una hora, el mago Paulino Gil ha realizado un espectáculo para 20 personas del Centro Terapeutico de Dia '...'
0 comentarios

25/10/13
ALBERTO DE CASTRO PARTICIPA...
El delegado de la Junta de Castilla y León en Zamora, Alberto de Castro, ha donado una hora de su tiempo a los usuarios...
0 comentarios

BANCO de Recuerdos

DESCRIPCIÓN DE LA CAMPAÑA

- Descubre la misión y los objetivos de ZamHORA.
- Conoce las diversas maneras en las que puedes participar y ayudar a una familia afectada por el Alzheimer.

APROYA ZAMHORA →

DONA TU TIEMPO →

INFORMATE →



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



¿Quién puede donar horas? ¿Qué se necesita para ser voluntario de la campaña ZamHora? No hay establecido ningún criterio previo o requisito que deban cumplir las personas que solicitan colaborar voluntariamente, aparte de poseer una madurez emocional y responsabilidad que permita desempeñar las tareas que se le puedan designar. No existen requisitos de formación ni experiencia previa, basta con que tengas más de 16 años y quieras ofrecer parte de tu tiempo libre para mejorar la calidad de vida de las personas mayores y aquellas que padecen la enfermedad de Alzheimer.

ZAMHORA
DONA UNA HORA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS CON ALZHEIMER

www.zamhora.org

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y AMIGOS DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS ENFERMEDADES ZAMORA
C/HERNÁN CORTÉS, Nº 48 BS
49013 ZAMORA
Tel: 980 510607 / 619 819474



rtvcyl.es radio televisión de castilla y león

Portada Noticias Programación Directo Deportes

Astú. Burgos. León. Palencia. Salamanca. Segovia. Valladolid. Zamora.

8 Zamora

Donar una hora en...

FÉNIX DIRECTO

TERCEROS CON ASISTENCIA 160€

Calcula aquí tu Seguro

El tiempo

Hoy	Mañana	Pasado
Nubes altas	Máx. 22° Mín. 7°	Máx. 19° Mín. 6°

Donar tu tiempo.

Zamora se convierte en el punto de partida de la campaña nacional de donación de horas. Un programa que nace con el fin de que voluntariamente los ciudadanos donen su tiempo para dedicarlo a las personas con Alzheimer y sus familiares para mejorar su calidad de vida.

Zamora 3.0

Tu Periódico Digital

Portada Zamora Cultura Mercado R.A.H. Agenda

El Tiempo en Zamora 15° 20 / 1°

Síguenos en Facebook, Twitter, YouTube

Jueves, 23 de Mayo de 2013

Zamora dona una hora por el Alzheimer

La Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias (AFA) de Zamora y la Fundación General de la Universidad de Salamanca ponen en marcha esta campaña por la que los ciudadanos podrán colaborar para mejorar la vida de estas personas.

La campaña Zamhora Dona UNA HORA para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer tiene el fin de recoger donaciones de horas de miles de voluntarios y voluntarias para dedicárselas, según su disponibilidad, a que las personas con Alzheimer y sus familiares o cuidadores mejoren su calidad de vida.

Las horas donadas se convertirán en acciones voluntarias relacionadas con la actividad de las personas con Alzheimer, que están organizadas según la oferta que hagan los voluntarios y voluntarias, en coordinación con la demanda de apoyos de AFA Zamora.

En este contexto, las funciones que el voluntario podrá realizar como apoyo a las personas con Alzheimer y sus familias serán proporcionar compañía y apoyo emocional; apoyar a la persona y su familia en la realización de actividades diarias; acompañamiento para pasear; proporcionar un respiro al cuidador o colaborar en las diferentes actividades organizadas por la asociación.

También esta campaña permite que muchos profesionales puedan donar una hora de su trabajo mediante su trabajo, por lo que abogados, psiquiatras, psicólogos, médicos o cocineros pueden donar una hora de su trabajo ayudando a las personas con Alzheimer.

A partir del próximo lunes se podrán hacer las donaciones en la página web que para la ocasión ha dispuesto la asociación. La iniciativa se enmarca en el proyecto "Espacio Transfronterizo sobre el Envejecimiento" aprobado dentro del Programa Operativo de Cooperación Transfronteriza, España-Portugal (PO2) de la Unión Europea y cuenta con la colaboración del Ayuntamiento de Zamora y el apoyo de la Confederación Española de Asociaciones de Familiares de personas con Enfermedad de Alzheimer y otras demencias (CEAF), la Fundación Rosa Solís y el Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y otras demencias del IMSerso.

Comentarios

10 ZAMORA Sábado, 4 de mayo de 2013 La Opinión

Los zamoranos podrán donar horas a enfermos de Alzheimer

Zamora desarrolla una experiencia piloto para implantar en todo el país un novedoso sistema de voluntariado

Carles Gil "Zamora es el nombre elegido para el desarrollo de una novedosa experiencia de voluntariado que consiste en pedir a los ciudadanos que donen una hora de su tiempo en favor de los familiares y pacientes de Alzheimer y otras demencias. Es la Asociación de Familiares y Amigos de enfermos de Alzheimer y otras demencias de Zamora, que gestiona el Centro de Día Ciudad Jardín, la encargada de poner en marcha la experiencia, que se enmarca en el proyecto de cooperación transfronteriza sobre el envejecimiento que lleva la Fundación General de la Universidad de Salamanca, fueron precisamente el director del Centro de Alzheimer de Zamora, Manuel Figueroa, y el director general de la Fundación de la Universidad de Salamanca, Alejandro Escalera, acordados por la alcaldesa de la ciudad, Rosa Valcárcel, los encargados de presentar el proyecto, calificado como «un reto que no solo tiene las responsabilidades su puesta en marcha sino por toda la ciudad, ya que la respuesta ciudadana es fundamental. La hora de que la iniciativa tenga éxito en Zamora, de hecho, será el punto de partida para una campaña que pretende extenderse a todo el país en un futuro.

Irene Villa presenta el lunes el Banco de Recuerdos en el Ayuntamiento

El salón de actos del Ayuntamiento celebrará el lunes a las 12.30 horas un acto denominado Banco de Recuerdos, relacionado con la iniciativa de la donación voluntaria de horas. En esta ocasión se trata de personalidades relevantes de la vida civil zamorana (políticos, periodistas, deportistas o artistas, por ejemplo) donar un recuerdo, que convencionalmente eliminado, podrán recuperar en su futuro. La presentación será la periodista y escritora Irene Villa, quien se verá por las cámaras tras sufrir un accidente de tráfico, y se convirtió en un referente de la lucha auterística.

La campaña consiste en captar donaciones de horas de los voluntarios para dedicárselas a enfermos y familiares en tareas de compañía y

ayuda emocional, ayuda para realizar las actividades diarias, acompañamiento para pasear, proporcionar un respiro al cuidador, acompañar en reuniones y convivencias o colaborar en actividades variadas. Otra vía de acción voluntaria es que determinados profesionales puedan dedicar una hora de su tiempo a prestar servicios a estas personas, como de fisioterapeutas, abogados, psiquiatras, psicólogos, médicos, cocineros, carpinteros, tallas de trabajadores sociales, entre otros.

También se prevé otro tipo de ayudas, como visitas guiadas a asociaciones culturales o la realización de Alzheimer café, entre otros.

La Asociación de Familiares se encargará de proporcionar formación específica a los voluntarios, además de los espacios y materiales necesarios para llevar a cabo su labor.

Las personas interesadas en donar horas pueden hacerlo ya a partir del lunes en la página web diseñada para este fin: www.zamhora.org.

Figueroa señaló que la puesta en marcha del proyecto es un reto para la organización en Zamora, ya que el apoyo que pueden prestar los ciudadanos no tiene nada que ver con el que desarrollan los profesionales. Eso sí, puede ser de mucha ayuda para enfermos y familias. Asimismo indicó que la idea es hacer un seguimiento individualizado, con el fin de que el trabajo voluntario sea gratificante.

Desde la izquierda, Estévez, Valcárcel y Figueroa, en el Centro de Alzheimer.

abrirte cosas en momentos de crisis, ya que el apoyo que pueden prestar los ciudadanos no tiene nada que ver con el que desarrollan los profesionales. Eso sí, puede ser

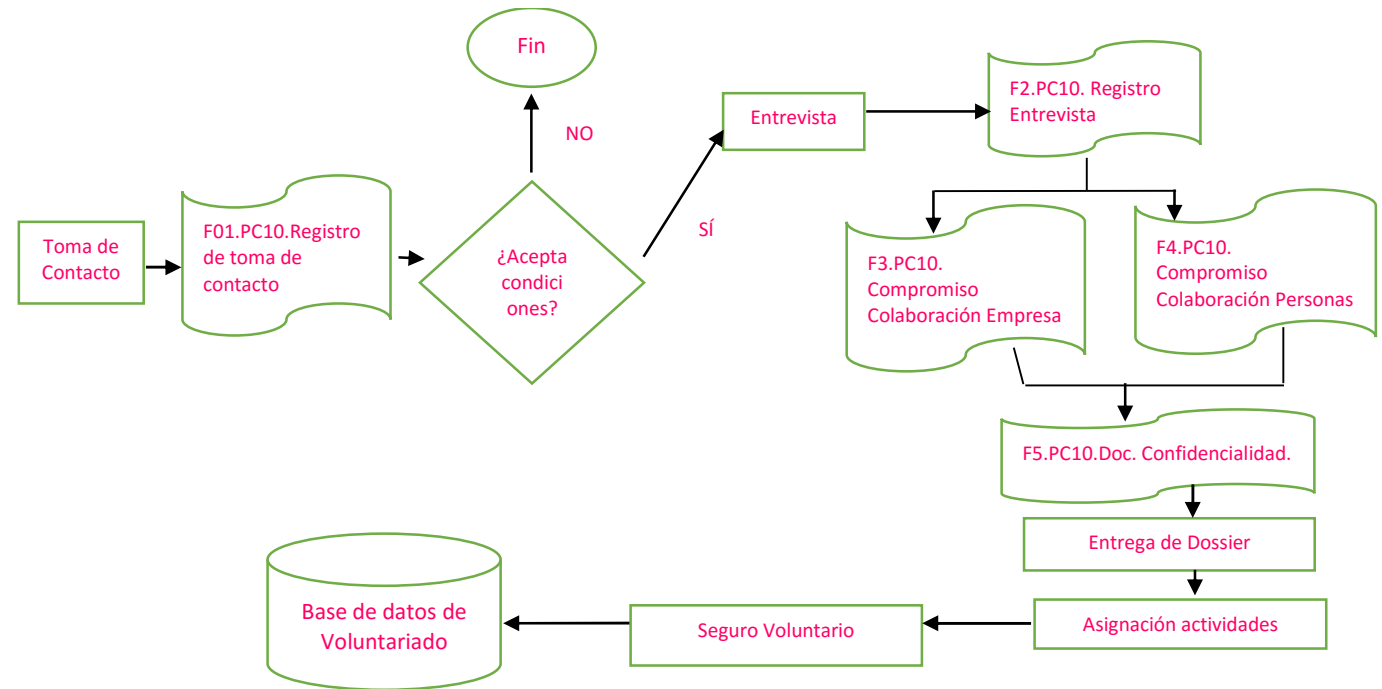


ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE III: ACOGIDA





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE IV: FORMACIÓN

Fomentar la evolución de los voluntarios.

Cuando se inscriben, se les proporciona un **documento explicativo** sobre la enfermedad, sus síntomas, la carga del cuidador, etc., además de consejos para hacerle frente.

Para aquellos voluntarios que quieren apoyar en **terapias comunitarias** (Ej. Café Reminiscencia con familiares, visitas culturales con enfermos, etc.), la Asociación ofrece una **formación específica**, de la mano de aquellos profesionales que la aplican.

A mayores, y de manera constante, se les ofrece asistir a diferentes **actividades formativas**, dependiendo de la acción voluntaria que estén desarrollando, para suplir las posibles carencias en sus conocimientos.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Esta acción se podría realizar en **distintos entornos**:





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Servicios profesionales

Acordeonista



Mago



Empresa de jardinería





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Emilio Merchán, piragüista
6 veces campeón del mundo



La Opinión de Zamora



RTV CYL, La 8 Zamora





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Sensibilización y divulgación

Feria de Voluntariado

Mesas Informativas en Toro

Día Mundial Alzheimer





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Representantes institucionales

Alcaldesa de Zamora
y Primer Teniente



Delegado Territorial
de la Junta de CyL



Subdelegada del Gobierno
En Zamora





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Apoyo en los Centros Terapéuticos
(Zamora y Toro)

Apoyo general, paseos...



Talleres



Elaboración de material



Salidas Socioculturales





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE V: DESARROLLO DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA

Cumplir con el tiempo donado.

Apoyo a familias

Visita guiada
por un catedrático



Café Reminiscencia



Seminario impartido
por una médico





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



FASES DE LA CAMPAÑA

FASE IV: SEGUIMIENTO DEL VOLUNTARIADO

Análisis continuado.

Finalidad: conocer la evolución del programa de voluntariado, identificando las causas de **posibles desviaciones o deficiencias** y elaborar y proponer **medidas reductoras** o alternativas a los problemas detectados.

- No debe comportar excesivo **tiempo**.
- **Momentos previamente fijados** en el programa (trimestralmente/semestralmente) o ante situaciones que muestren desviaciones o deficiencias en el mismo.
- **Concertado** con los que intervienen.
- Integrador de **datos cuantitativos y cualitativos**: no debe detenerse sólo en la cantidad sino que también debe evaluar la calidad de las prestaciones.



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 1.** Banco de Recuerdos en el Ayuntamiento de Zamora.
- **ACTO 2.** COMIENZO DE LA CAMPAÑA EN TORO – Banco de Recuerdos en la calles de Toro.
- **ACTO 3.** ACTO MESAS INFORMATIVAS EN ZAMORA – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER: Banco de Recuerdos en la calle.
- **ACTO 4.** SALIDA CULTURAL AL AIRE LIBRE.
- **ACTO 5.** ACTO DE CLAUSURA – Banco de Recuerdos con las Escuelas Universitarias.

ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 1.** Banco de Recuerdos en el Ayuntamiento de Zamora



ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 2.** COMIENZO DE LA CAMPAÑA EN TORO – Banco de Recuerdos en la calles de Toro





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 3.** ACTO MESAS INFORMATIVAS EN ZAMORA – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER: Banco de Recuerdos en la calle





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 4. SALIDA CULTURAL AL AIRE LIBRE**



ACTOS REALIZADOS:

- **ACTO 5.** ACTO DE CLAUSURA – Banco de Recuerdos con las Escuelas Universitarias

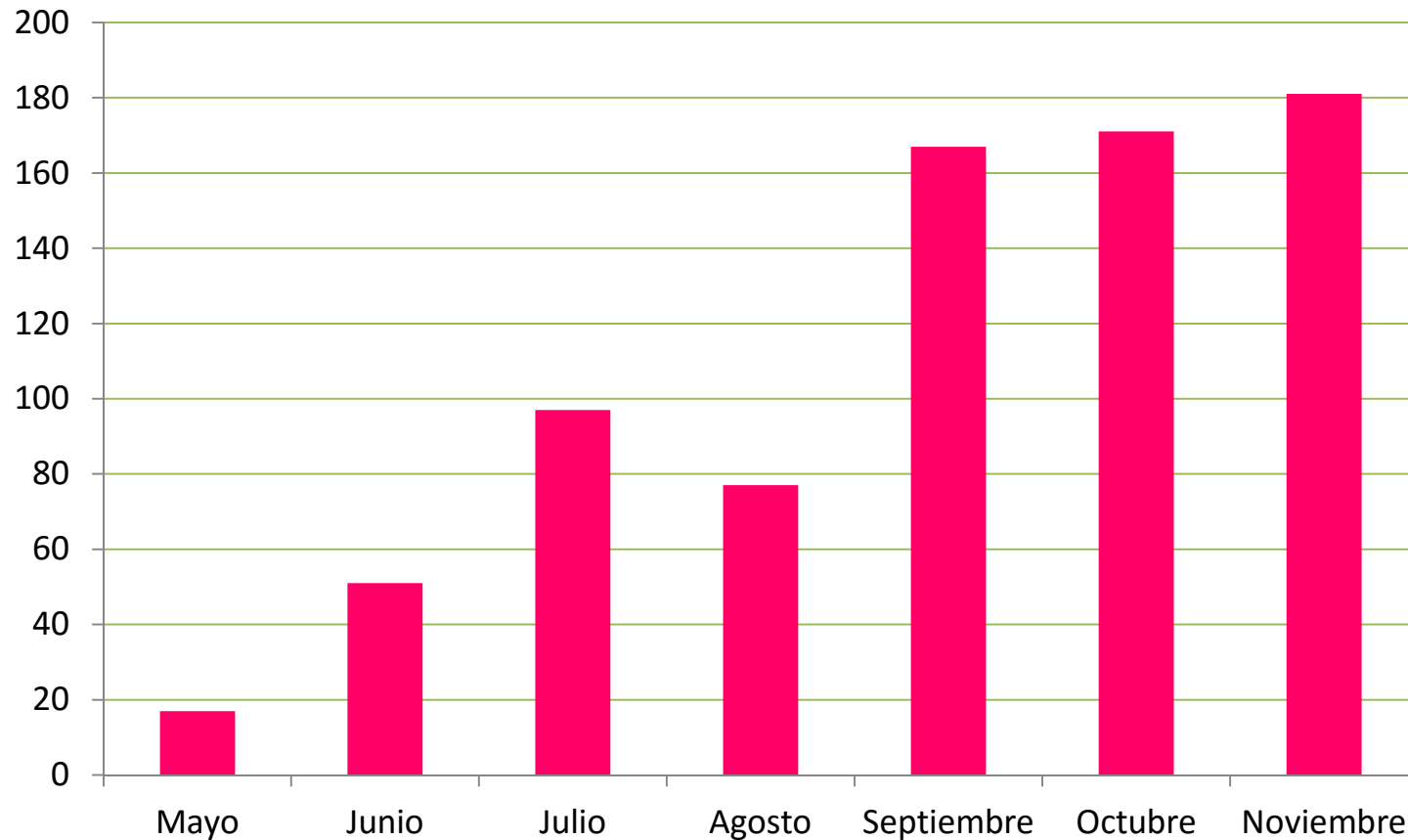




ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Número de horas donadas

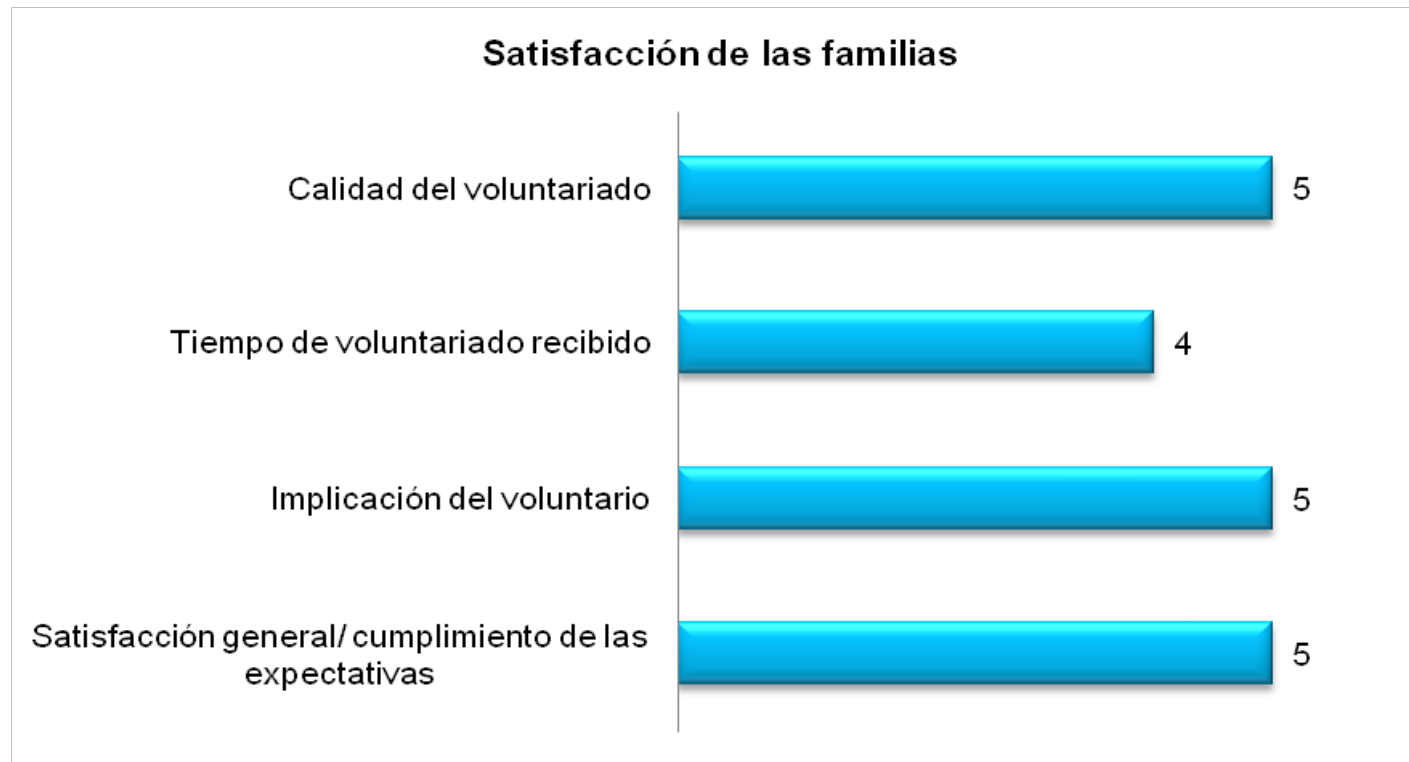




ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Evaluación de la satisfacción general del programa





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Evaluación de la satisfacción general del programa

Satisfacción de los trabajadores de AFA Zamora

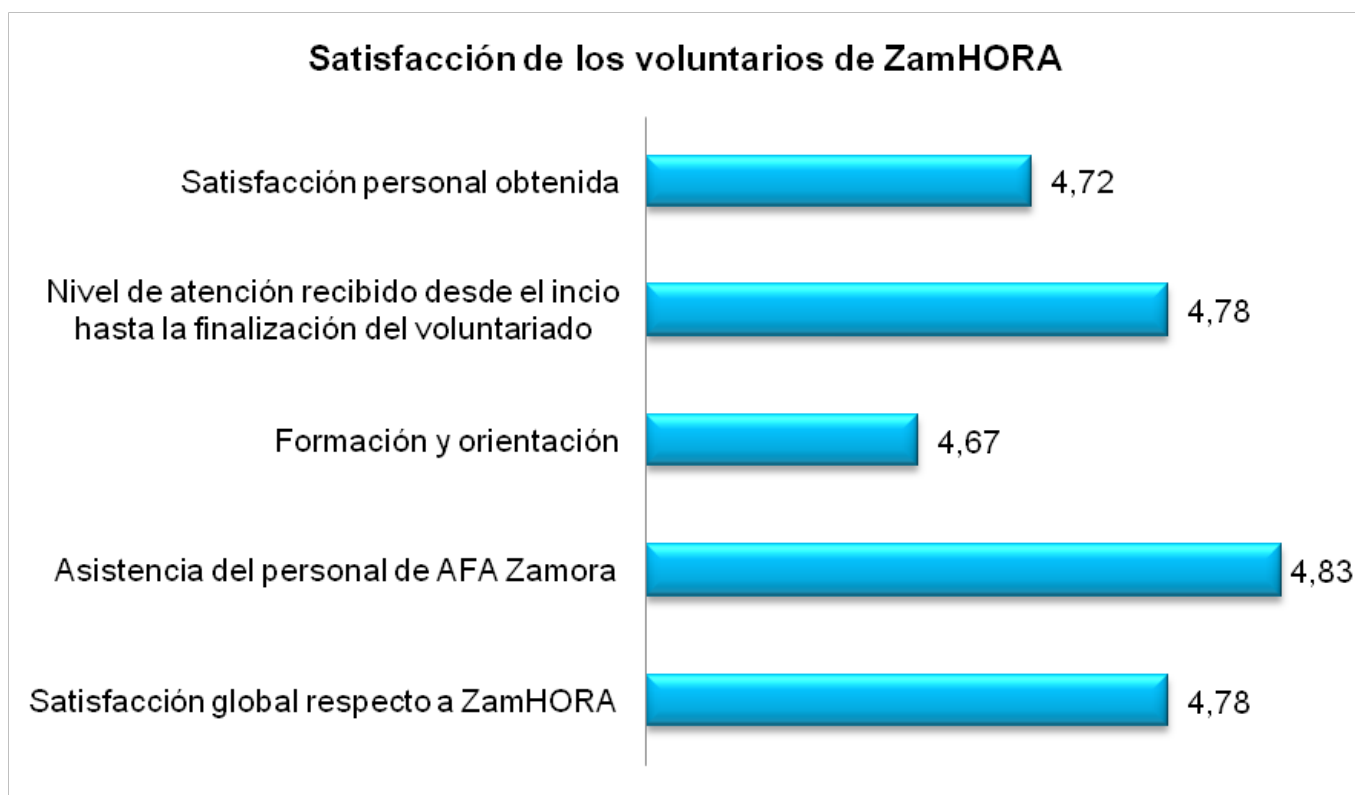




ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Evaluación de la satisfacción general del programa





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



Evaluación de la satisfacción general del programa

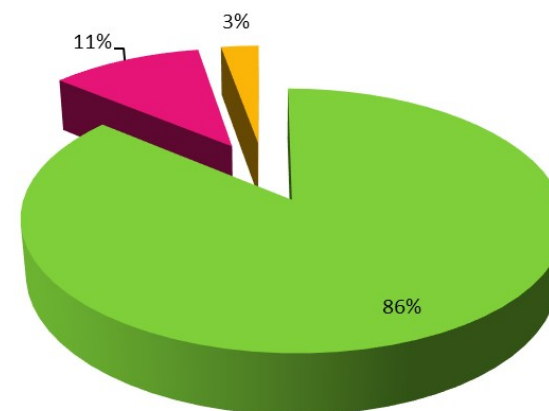
¿Volvería a ser voluntario?

No
0%



¿Le gustaría colaborar en otra acción voluntaria distinta?

■ Sí ■ No ■ No contesta



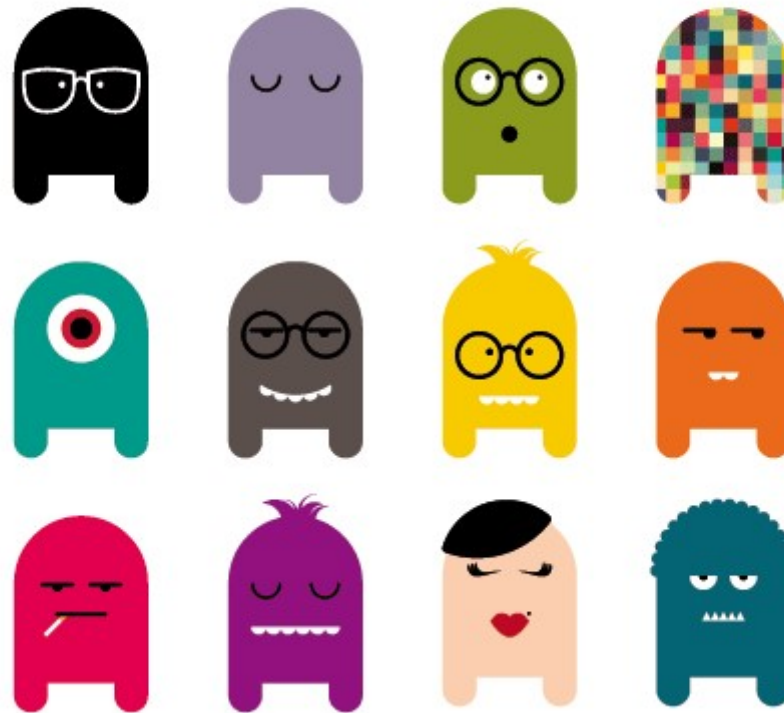


ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



CONCLUSIONES

Se consigue **llegar a un público más amplio** mediante acciones de sensibilización. Se normaliza en cierto modo la enfermedad.



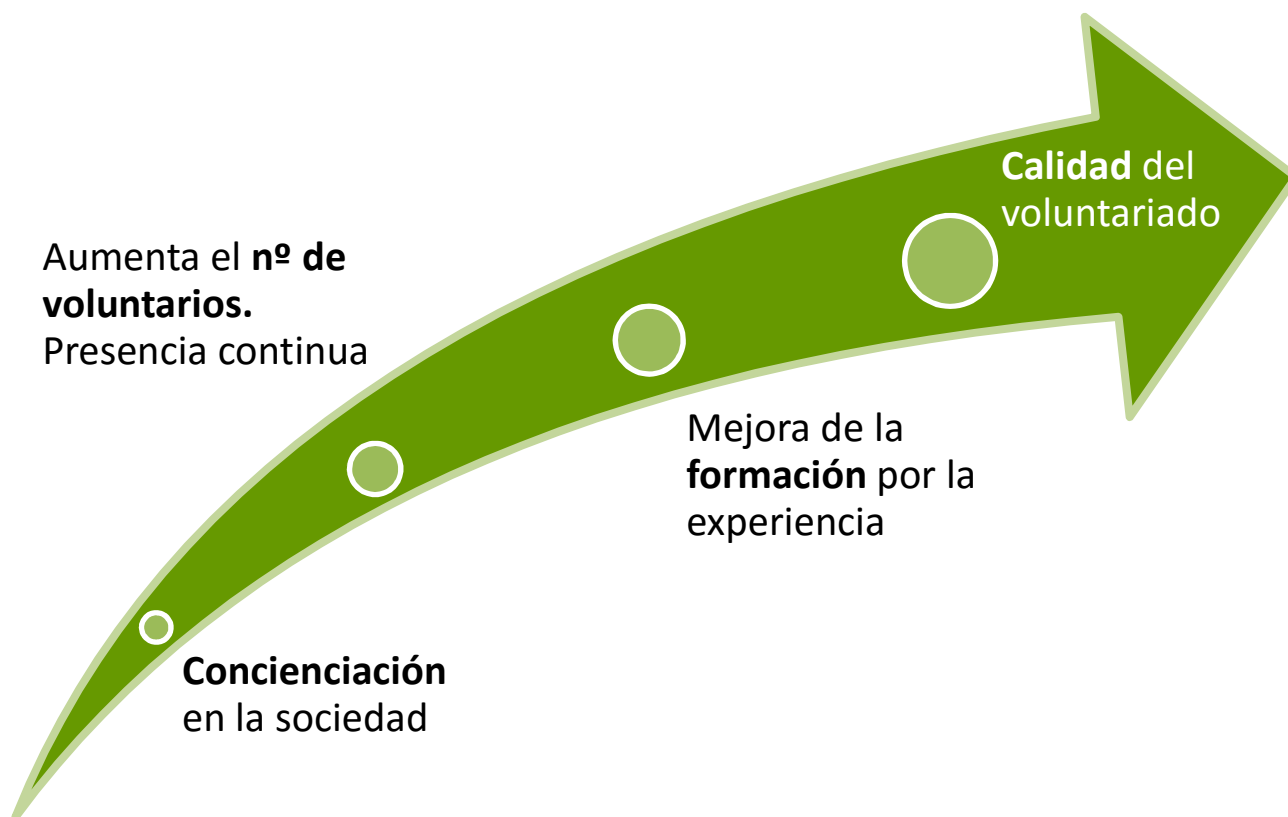
'ZamHORA es posible en cualquier lugar.'



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



CONCLUSIONES

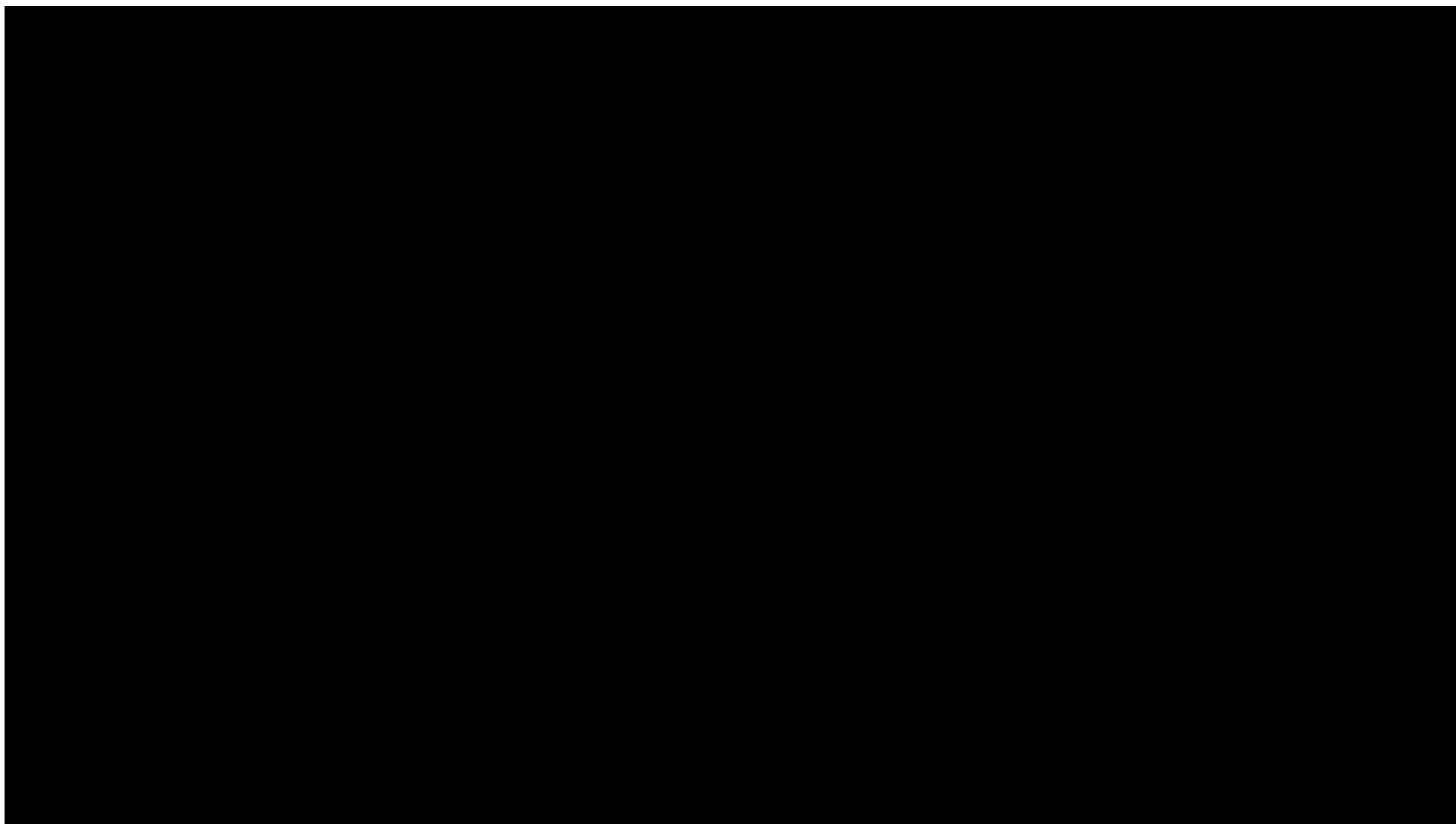


Ventajas percibidas tanto por los **profesionales** como por **beneficiarios** directos (enfermos y familiares). Desahogo y bienestar.

'ZamHORA es posible en cualquier lugar.'



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



CONCLUSIONES



'ZamHORA es posible en cualquier lugar.'



ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer





ZamHora: dona una hora para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer



**66 personas
y empresas**
han donado
768 horas

17 representantes
del mundo cultural
deportivo
insitucional
han participado con su tiempo

todos ellos han hecho posible

ZAMHORA

DONA **UNA HORA** PARA MEJORAR LA CALIDAD
DE VIDA DE LAS PERSONAS CON ALZHEIMER