

PLAN DE VOLUNTARIADO



C/ Pintor Maeztu, 2 bajo 31008 Pamplona. 948 275252– afan@alzheimernavarra.com

Paseo del Queiles s/n. 31500 Tudela 948 410299 tudela@alzheimernavarra.com

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE NAVARRA
A.F.A.N.

Declarada de Utilidad Pública, orden de 6 de febrero de 2001. N.º nacional 97.862

Acreditada como centro sanitario en 2014 por Depto. Salud de Gobierno de Navarra

Sello de Calidad de Fundación Navarra para la Excelencia. Gestión avanzada bronce. 13 diciembre 2021

Contenido

1. LA ENTIDAD	3
2. JUSTIFICACIÓN.....	4
3. OBJETIVOS	4
4. TIPOS DE VOLUNTARIADO.....	5
1. Junta Directiva.....	5
2. Acompañamiento familiar.....	5
3. Sede.....	5
5. GESTIÓN DEL VOLUNTARIADO	6
5.1. Recursos humanos	6
5.2. Captación.....	6
5.3. Acogida.....	7
5.4. Formación inicial	7
5.5. Funciones y actividades.....	8
5.6. Seguimiento	9
5.6.1. Formación específica.....	9
5.6.2. Encuentros	9
5.6.3. Seguimiento familiar	9

1. LA ENTIDAD

AFAN, Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer y otras demencias de Navarra es de carácter uniprovincial. Tiene dos sedes, en Pamplona y Tudela, con la misión de abarcar toda la comunidad foral desde 1990. Pertenece a CEAFA (Confederación Española de Asociaciones de Familiares de personas con Alzheimer) que a su vez forma parte del grupo Estatal de Demencias, impulsado por el IMSERSO y liderado por el Centro de Referencia Estatal de Alzheimer de Salamanca. También pertenecemos a COCEMFE.

La asociación, sin ánimo de lucro, es declarada de utilidad pública desde el año 1996 y en el 2014 se acreditó como centro Sanitario por el Departamento de Salud del Gobierno de Navarra. En agosto de 2021 y por resolución 823/2021, el director general de salud concedió la autorización de funcionamiento como centro sanitario a la sede de la asociación en Tudela.

La asociación ha obtenido el sello (bronce) de Calidad de la Fundación Navarra para la Excelencia, en el modelo Gestión avanzada Euskalit, el 13 de diciembre de 2021.

La visión de AFAN es conseguir una vida de calidad para la persona cuidadora familiar y la persona afectada y su **misión** es la de acompañar a la persona cuidadora, sensibilizar a la sociedad, apoyar la investigación y reivindicar los derechos de las personas afectadas.

Los valores de AFAN, están alineados con los de las personas que la componen, tanto a nivel de Junta Directiva como de personal técnico. Solo una buena alineación entre los valores personales y corporativos permitiría el éxito en el despliegue de la estrategia:

- **Calidad:** Ofrecer servicios con responsabilidad, rigor, honestidad y confidencialidad.
- **Transparencia:** Dar a conocer no solo el uso que se da a los recursos económicos sino también la toma de decisiones y las acciones que se realizan. Es un valor estratégico que nos permite actuar e informar sobre todas y cada una de nuestras decisiones y actuaciones de cara a la sociedad.
- **Profesionalidad:** Poner al servicio de la familia y de todos los agentes implicados nuestra experiencia, conocimientos, capacidad de trabajo en equipo y buenas prácticas.
- **Equidad:** Garantizar una atención igualitaria desde la pluralidad.
- **Compromiso:** Ser leales a los principios y a los acuerdos establecidos de la Asociación, y procurar la colaboración en el trabajo del conjunto de personas involucradas (personas usuarias, voluntariado, personas y entidades proveedoras y colaboradoras, administración...)

Para este fin disponemos de 2 sedes una en Pamplona y otra en Tudela, aunque acudimos mensualmente a otras poblaciones de Navarra como son: Alsasua, Peralta, Estella, Viana y Tafalla.

Para cumplir con el objetivo de la asociación AFAN cuenta con el equipo técnico, conformado por cuatro psicólogas sanitarias, dos administrativas y una trabajadora social y se apoya en el equipo de voluntariado para llevar a cabo su labor.

2. JUSTIFICACIÓN

El Alzheimer y las demencias en general son enfermedades neurodegenerativas e implica que, a medida que el tiempo va pasando, la enfermedad avanza, la exigencia de atención y cuidados a la persona afectada aumenta y el desgaste ocasionado en personas cuidadoras va siendo cada vez mayor. Esta situación produce una sobrecarga en la persona cuidadora, con el consiguiente incremento del riesgo de padecer alteraciones tanto físicas como psíquicas.

La situación más habitual de las familias con una persona afectada por la enfermedad de Alzheimer es que se encuentre alterada en mayor o menor medida, y que la principal persona encargada de los cuidados abandone casi todas las actividades de ocio, sus relaciones sociales y en algunos casos hasta la actividad laboral, para atender a la persona afectada.

En muchas ocasiones las personas cuidadoras no disponen de apoyos familiares y los servicios profesionales no cubren necesidades como el acompañamiento, el apoyo o la escucha.

La necesidad de contar con un equipo humano voluntario, formado y funcional, surge, por tanto, del intento de dar respuesta a las necesidades constatadas en nuestro propio colectivo. Es por eso por lo que, las Asociaciones deben promover la participación social a través del diseño de programas de voluntariado, donde las personas que altruista y solidariamente quieran dedicar su tiempo a las personas afectadas de Alzheimer y otras demencias y sus familias puedan contar con nuestro respaldo y nuestros recursos.

3. OBJETIVOS

- **General:** Contribuir a la mejora de la situación y de la calidad de vida del colectivo afectado por Alzheimer y otras demencias, tanto las personas afectadas por la enfermedad como sus familias.
- **Específicos:**
 - Satisfacer las necesidades de descanso y apoyo de las personas cuidadoras
 - Respiro familiar, acompañamiento
 - Facilitar a las familias recursos que contribuyan a que puedan seguir haciéndose cargo del cuidado de la persona afectada.
 - Fortalecer el tejido social facilitando la colaboración solidaria de personas con inquietudes y disposición personal para hacerlo.
 - Conseguir un servicio de voluntariado estable y duradero.
 - Garantizar al voluntariado la formación y el soporte necesario para que puedan desarrollar su labor en las mejores condiciones de satisfacción y ajuste posibles

4. TIPOS DE VOLUNTARIADO

1. Junta Directiva

La Asociación está gestionada y dirigida por una Junta directiva, formada por personas asociadas que de forma voluntaria trabajan para la asociación y ostentan la representación del conjunto del colectivo.

Las personas que conforman la Junta tienen una participación en todos los Programas que integran el Proyecto Integral para familiares cuidadores de personas con demencia. Al final son ellas las que tienen el poder de decisión para adoptar, junto con el personal técnico, la mejor manera de llevarlos a cabo. También interactúan con el voluntariado en las Campañas de Sensibilización que se llevan a cabo y son muy activos en Congresos Nacionales como el de CEAFA (Confederación Española de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias), etc.

La mayoría de las personas que la forman llevan colaborando con AFAN en la junta varios años, la junta actual:

- Presidenta- Amelia Lekumberri Esparza
- Vicepresidenta- Raquel García Salaberri
- Secretaria- M.^a Ángeles Esteban Fernández
- Vocal- Lucia Álava Zaporta
- Vocal- Inmaculada Capilla Frías
- Vocal- María Teresa Pascual García
- Vocal- Goretti Irisarri Goñi
- Vocal –Jokin Zelaia Oiarbide (Alsasua)
- Vocal – Maria Perez Anadón (Tudela)



<https://www.alzheimernavarra.com/quienes-somos/>

Se celebra una reunión mensual de Junta Directiva y una reunión cada 2 meses entre equipo técnico y junta, en las que se han planifican y organizan todas las actividades de la Asociación.

El día 4 de abril de 2022 se realizó la Asamblea General de AFAN, donde se aprobó la memoria del año 2021, el Plan de actividades de 2022, el balance del año anterior y el presupuesto de este año.

2. Acompañamiento familiar

Personas cuya labor como personas voluntarias es el apoyo a las familias. Las personas voluntarias acuden con la persona afectada e invierten un rato de su tiempo en esa relación que permite el descanso de la persona cuidadora. Además, como la experiencia demuestra, aporta una relación especial a la persona afectada y un rato de disfrute.

Las actividades que la persona voluntaria realiza son variadas, pero se resumen en aportar ocio y entretenimiento a la persona afectada: paseo, tomar un café, ocio, juegos de mesa en el hogar...

3. Sede

Personas voluntarias que, por cualquier razón, quieren colaborar con la asociación no quieren estar en la actividad de acompañamiento directo con la persona afectada.

Este grupo de personas ayudan a ensobrar, a preparar donaciones de detalles de boda, están presentes en acciones puntuales como por ejemplo en las mesas informativas del día mundial...

5. GESTIÓN DEL VOLUNTARIADO

5.1. Recursos humanos

Las personas responsables del servicio de voluntariado de AFAN son:

- Ana Remírez de Ganuza, Psicóloga de AFAN
- Alba Mozún, Psicóloga de AFAN
- Arantza Gainza, administrativa de AFAN

Funciones:

- Formación continuada
- Encuentros de supervisión y seguimiento
- Resolución de problemas y dificultades en los casos en los que ha sido necesario.
- Asignación del personal voluntario a las familias que han realizado la demanda del servicio siguiendo los habituales criterios de idoneidad y adecuación.
- Reasignación del voluntariado a nuevas familias cuando ha sido necesario (fallecimiento del enfermo, ingreso en residencia, etc.)
- Seguimiento tanto de personas voluntarias como de las familias con el objetivo de garantizar en todo momento la calidad del servicio y la satisfacción de las dos partes
- Todas aquellas actividades, necesarias para el adecuado funcionamiento y desarrollo del programa: elaboración de fichas, entrevistas tanto con el voluntariado como con las familias usuarias del servicio, entrevistas conjuntas con la familia y la persona voluntaria (ajuste de expectativas, estrategias y pautas de intervención, coordinación para el inicio de la labor de colaboración, etc.).
- Seguimiento telefónico.

5.2. Captación

AFAN busca un equipo de voluntariado solvente y estable. Se trata de un recurso imprescindible para la asociación y un servicio muy valioso para familias afectadas por esta enfermedad.

El primer paso es analizar cuál es la realidad de la Asociación y cuáles son las necesidades en materia de voluntariado. Tras el primer análisis, cada cierto tiempo, se realizan diversas acciones para captar a personas voluntarias que se sumen al equipo de voluntariado.

Se utilizan diferentes canales de comunicación (internet, prensa...) mediante los cuales se informa de las necesidades y se solicita colaboración.

Por ejemplo, para fortalecer el servicio tras el parón que hubo en los años de pandemia, se realizó una campaña de captación a finales de 2022.

Publicaciones en prensa:

- <https://www.alzheimernavarra.com/noticias/una-amistad-a-prueba-de-olvidos-voluntariado/>
- <https://www.noticiasdenavarra.com/sociedad/2022/12/03/alzheimer-demencias-amistad-prueba-olvidos-6277210.html?fbclid=IwAR1IsBroMozbQLGrDKxW85Pz35F2hrDpf197p6m148BBEei9wMGz13FbL9s>
- <https://www.noticiasdenavarra.com/sociedad/2022/12/03/afan-necesita-voluntarios-acompanar-personas-6277191.html>



Sociedad



Jacky y Asiese llevan 50 años de diferencia. Cada martes convierten una tarde de ocio en un paseo y charla. El propósito de la familia es voluntariado. Jacky le aporta "mucho tranquilidad". "Es para amar", afirma.

Un reportaje de M. Patricia Rodríguez González

Una amistad a prueba de olvidos

Señorita de 80 años, con una vida plena y activa, se dedica a cuidar a su marido, un hombre de 130 años que vive con Alzheimer. Cada martes convierten una tarde de ocio en un paseo y charla. El propósito de la familia es voluntariado. Jacky le aporta "mucho tranquilidad". "Es para amar", afirma.

AFAN NECESITA VOLUNTARIOS PARA "ACOMPANAR" A LAS PERSONAS CON ALZHEIMER

En momentos de familiares y amigos se les olvida lo que se les olvida, que facilitan el autocuidado de la vida y se puede vivir con "un amigo"

El Alzheimer es una enfermedad que afecta a millones de personas en todo el mundo. En Navarra, según los datos de la Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer y otras Demencias (AFAN), se estima que hay más de 10.000 personas afectadas por esta enfermedad. Esto supone un gran desafío para las familias y el sistema de salud.

AFAN necesita voluntarios para acompañar a las personas con Alzheimer. Los voluntarios ayudan a las familias a cuidar a sus seres queridos y a mejorar su calidad de vida. También ayudan a las personas con Alzheimer a mantener su autonomía y a participar en actividades sociales.

Los voluntarios de AFAN realizan actividades como: acompañar a las personas con Alzheimer a paseos, ir al supermercado, hacer compras, ir a citas médicas, etc. También ayudan a las familias a organizar actividades y a cuidar de los animales de compañía.

Si quieres ser voluntario de AFAN, puedes contactar con nosotros por teléfono o por correo electrónico. También puedes ir a una de nuestras reuniones de información y formación.

AFAN es una asociación sin ánimo de lucro que trabaja para mejorar la vida de las personas con Alzheimer y sus familias. Necesitamos voluntarios de todas las edades y con diferentes habilidades.

Si tienes cualquier duda o necesitas más información, no dudes en contactar con nosotros. Estamos aquí para ayudarte.

En el caso de la junta directiva, anualmente se facilita información de la Asamblea General a todas las personas socias de AFAN (vía email o telemática) con información referente, entre otras, a la composición de la junta directiva. Las personas socias interesadas en incorporarse a la Junta Directiva presentan su candidatura el día de la Asamblea y acceden directamente a la misma, siempre y cuando no esté ya cubierta por la máxima capacidad de sus integrantes.

5.3. Acogida

Se realiza una primera entrevista con la persona responsable de la zona donde:

- se recoge experiencia, inquietudes, intereses y aptitudes
- se valora la idoneidad para formar parte del equipo de voluntariado
- se informa sobre AFAN
- se trasladan las funciones de la persona voluntaria y los diferentes tipos de voluntariado de la asociación

Al final de la reunión, persona voluntaria y persona responsable, decidirán y acordarán el tipo de voluntariado que realizará la persona habiendo estudiado su perfil e intereses.

AFAN trabaja desde el modelo centrado en la persona y las personas responsables del voluntariado se rigen de este mismo modelo para la actividad de voluntariado. No solo tiene en cuenta la familia beneficiaria sino la persona voluntaria para adecuar la actividad a ésta con el fin de que ser persona voluntaria de AFAN sea algo satisfactorio para todas las personas implicadas.

Toda la información queda recogida en un documento llamado "Entrevista de selección voluntariado" (anexo 1).

5.4. Formación inicial

Toda persona voluntaria que haya sido apta pasa por un ciclo formativo independientemente de las actividades que luego vaya a desempeñar como persona voluntaria.

Objetivos

- Dotar a la persona de los conocimientos básicos sobre la entidad
- Aportar información sobre la enfermedad y la realidad a la que se enfrentan las familias afectadas
- Proporcionar herramientas técnicas para el desarrollo de sus funciones

Contenidos

- La Asociación AFAN: servicios y programas
- Características clínicas de las demencias y pautas de manejo
- Comunicación con la persona afectada
- Repercusiones en la familia
- Voluntariado: concepto y funciones

Recursos

- La formación se imparte en la sede de la Asociación, tanto de Pamplona como de Tudela (Pintor Maeztu nº2, en Pamplona y Avenida Zaragoza, 1, entreplanta izquierda, Tudela)
- Las sesiones serán dirigidas por la Psicóloga de AFAN y responsable del programa de Voluntariado en cada una de las sedes
- Se les proporciona documentación elaborada en la Asociación, cuadernillos informativos y el material necesario para su labor, como ejercicios de estimulación, etc.

5.5. Funciones y actividades

Tras la formación inicial, comienza la actividad de voluntariado propiamente dicha y cada persona voluntaria entra dentro de su labor.

1. Junta Directiva: participan en la gestión de la asociación. Semanalmente reciben información sobre el trabajo realizado en AFAN y forman parte de las decisiones. Cada mes realizan una reunión la junta directiva para repasar las acciones que se están llevando a cabo y tratar diferentes temas. Además de la comunicación continua con el equipo técnico, trimestralmente se realiza una reunión equipo técnico – junta para poner en común opiniones, líneas de trabajo etc.

2. Asociación: las personas que forman parte del voluntariado de la asociación realizan sus funciones a demanda. Se les solicita colaboración para las diferentes acciones y quienes pueden acuden a la asociación a ayudar. Ensobrar, preparar detalles de boda, voluntariado testimonial, mesas informativas... son algunas de esas actividades que realizan

3. Acompañamiento familiar: tras la formación sigue su proceso:

1. Las personas responsables del voluntariado de AFAN estudian el perfil de cada persona voluntaria y repasan las demandas de las familias asociadas. Según esos perfiles y las necesidades e intereses, se selecciona a la persona voluntaria a una familia

2. Se cita en la asociación y se realiza una presentación de la familia y persona voluntaria. En este encuentro además de presentaciones, se recuerdan las normas de funcionamiento del voluntariado y se informan de los derechos y deberes de ambas partes.

Se utiliza el espacio para que la familia pueda aportar información de la historia de vida de la persona afectada a la persona voluntaria para permitir que la relación fluya y favorecer la aceptación.

3. Persona voluntaria acude con la persona afectada y realiza actividades de ocio y entretenimiento como paseo, tomar algo, juegos en casa... En ocasiones, existen demandas específicas y es la persona voluntaria quien decide si acepta o no. Por ejemplo: acompañamiento a citas médicas días fuera del horario acordado

5.6. Seguimiento

5.6.1. Formación específica

Objetivos

- Reciclar y seguir formando, dotándoles de nuevas herramientas, técnicas y destrezas en temas concretos para el desarrollo óptimo de su labor

Tipos

- Reciclaje: encuentro anual de la coordinadora con todo su personal voluntario para valoración general, puesta en común de estrategias y afrontamiento de las diferentes situaciones que plantea la atención a personas con demencia. Revisión de los derechos y deberes del voluntariado y aprendizaje de nuevas estrategias de actuación y manejo.
- Cursos variados: Se les ofrecen todos los cursos que organice anualmente AFAN a toda la población relacionados con las demencias. Estos cursos contribuirán a un mayor conocimiento sobre la enfermedad y, por tanto, un mayor enriquecimiento de su labor.

5.6.2. Encuentros

Las personas responsables del voluntariado de AFAN organizan uno o dos encuentros anuales con el objetivo de:

- Fomentar la cohesión del equipo de voluntariado y la pertenencia a AFAN
- Fomentar nuevas actitudes y generar propuestas

En estos casos se genera espacio de compartir las experiencias de cada tipo de voluntariado, impresiones etc. Se realizan meriendas, un encuentro café...

5.6.3. Seguimiento familiar

En el caso del voluntariado familiar, el seguimiento es mayor y más periódico. Una vez empiezan a acudir con una persona afectada, hay un seguimiento telefónico tanto con la persona voluntaria como con la familia.

Además, se resuelven situaciones a demanda. Desde el primer momento se les recuerda que acudan a la persona responsable para cualquier situación que les resulte difícil (tanto de manejo con la persona afectada como en la relación con la familia) o cualquier duda. Estas demandas se solventan vía telefónica o presencial en algún caso.