

Memoria Anual 2023



Plaza Andrés Moro, nº 2, Bajo
34005 Palencia
www.parkinsonpalencia.es

Índice

1	Introducción
2	La Asociación
3	Nuestros talleres
4	Memoria anual 2023
5	Colaboraciones
6	Resumen & Datos
7	Retos

1. Introducción

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

La Asociación Palentina de Parkinson presenta la Memoria Anual del año 2023 como testimonio de sus esfuerzos y logros en la atención y apoyo a las personas con enfermedad de Parkinson y sus familiares. Esta memoria ofrece una visión general de nuestras actividades, colaboraciones y la dedicación de nuestro equipo para mejorar la calidad de vida de quienes padecen esta enfermedad.

Con un enfoque en la rehabilitación, el apoyo psicosocial y la sensibilización, seguimos consolidándonos como un referente en la provincia de Palencia, impulsando iniciativas que llegan a un mayor número de personas y promoviendo la autonomía y el bienestar de nuestros socios.

A través de los diferentes apartados del presente documento, podremos conocer la realidad y la situación de la Asociación, así como aquellas actividades más importantes que hemos organizado y en las que hemos sido partícipes.

Podemos adelantar que este año 2023 se han cumplido grandes retos y ha supuesto un año de crecimiento para nuestra entidad, siendo una referencia para muchas personas que encuentran en la asociación una segunda familia donde el temblor y la rigidez pasan a un segundo plano y la libertad para expresarnos y compartir experiencias generan un lugar seguro, un punto de encuentro donde escapar por un momento de una sociedad a la que trasladamos un ruego: “Dame mi tiempo”.



2. La Asociación

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

La **Asociación Palentina de Parkinson** (CIF: G-34203398) es una entidad sin ánimo de lucro, fundada el 20 de Junio de 2002 mediante la reunión de varias personas afectadas por esta enfermedad. El objetivo desde entonces ha sido mejorar la calidad de vida de las personas con Parkinson, así como la de sus familiares, mediante la promoción de la autonomía personal y el apoyo integral a personas enfermas y su entorno, sin olvidarnos de la importante función de sensibilización, procurando dar a conocer esta enfermedad tan nombrada, pero tan desconocida.



La Asociación Palentina de Parkinson cumple con una **triple función**:

1. **Informativa:** Ponemos a disposición de la población información sobre la enfermedad de Parkinson, intentando dar a conocer lo máximo posible todo lo relativo a ella. Es por eso, que la sensibilización se convierte en una de nuestras prioridades y eso se demuestra en nuestras redes sociales, en nuestro trato personal y en los actos programados.
2. **Educativa:** Es importante para quien padece Parkinson y para los cuidadores saber cómo hacer que la enfermedad sea lo más llevadera posible. Nuestra experiencia y nuestros profesionales nos hacen expertos en intentar ayudar en esa difícil tarea de "saber vivir con la enfermedad".
3. **Terapéutica:** Nuestros talleres de logopedia y psicología son el mejor ejemplo de esta función. Intentamos que los síntomas sean lo más llevaderos posible, procurando la mejor autonomía y que la calidad de vida sea lo más alta posible.

Nuestra asociación enmarca su actividad en el **contexto** de la Federación Española de Parkinson, COCEMFE Castilla y León, Federación de Párkinson de Castilla y León y FEDISPA, lo que nos permite estar en contacto con más asociaciones y entidades con diferentes objetivos, pero con un fin común: hacer que el mundo sea un lugar mejor para todos.



Tal y como figura en el artículo 4 de nuestros estatutos, la actividad de la entidad se centra en la ciudad de Palencia, procurando extender nuestra misión al conjunto de la provincia. En la sede social contamos con material y **actividades** para desarrollar varias áreas (Logopedia, Educación Social, Terapia Ocupacional...).

También hemos organizado eventos que amplían la visibilidad de la enfermedad, como carreras, jornadas informativas, exposiciones de pintura, conciertos...



El secreto es hacer mucho con poco

3. Nuestros talleres

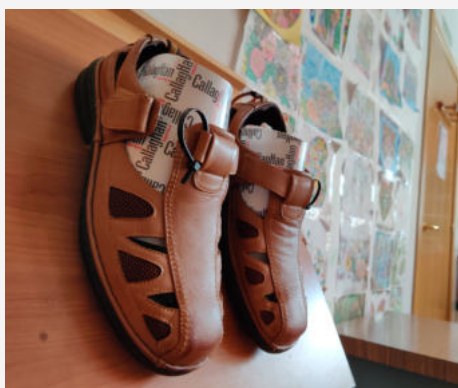
Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

Los talleres terapéuticos son el foco principal de acción de la asociación, la esencia de lo que somos y lo que buscamos conseguir: lo mejor para las personas con enfermedad de Parkinson y sus familiares y cuidadores. Por ello, durante 2023, hemos ofrecido el siguiente abanico de talleres y actividades a nuestros socios:



Logopedia

La comunicación y la deglución son aspectos muy a tener en cuenta en el tratamiento de la enfermedad de Parkinson, por lo que logopedia es uno de los talleres principales de la asociación, para mejorar la voz y la respiración y evitar los atragantamientos.



Fisioterapia

Terapia fundamental para poner en funcionamiento los grandes grupos musculares y fomentar un estilo de vida que incluya ejercicio y movilidad para hacer frente a los aspectos físicos de la enfermedad, mejorando la postura y la musculatura.



Terapia Ocupacional

Un taller dinámico que se adapta a cada uno de los socios y su momento. Ejercicios de psico-motricidad fina memoria y comunicación, para mantener y mejorar las habilidades físicas, intelectuales y sociales afectadas por el Parkinson.



Psicología

La actitud positiva, la actividad y las estrategias para afrontar la enfermedad son aspectos fundamentales en la gestión de emociones que promueven las psicólogas especializadas que han impartido charlas este año para afectados y familiares.



Trabajo Social

Servicio de entrada a la asociación con una doble vertiente: conocer a los socios y facilitarles a ellos y sus familiares atención en lo relativo a los servicios sociales y facilitar la coordinación interna de la propia entidad.



Actividades de ocio

Espacio auto-gestionado que se genera a través de las necesidades e ideas de nuestros socios. Karaoke, cartas, cianotipia, manualidades... Cualquier actividad social que pueda suponer un beneficio físico, cognitivo o social es bienvenida.



Tenis de mesa

La actividad deportiva por excelencia en nuestra entidad. Una terapia revolucionaria que practicamos desde 2020 y que ha ido creciendo tanto en jugadores como en técnica, a través de colaboración con el Club de Tenis de Mesa de Palencia.

4. Memoria anual 2023

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

2023 ha sido un año fructífero para la **Asociación Palentina de Parkinson** tanto en números como en experiencias y participación. Con un aumento considerable de talleres y socios afectados, podemos hablar de 2023 como el año en que superamos los números pre-pandemia. En esta memoria, se pretende recoger de forma resumida aquellos eventos destacados en los que hemos participado, más allá de las terapias y actividades que ocupan el día a día de la asociación y de sus profesionales.

De hecho, con esta memoria cerramos un ejercicio en el que se han asentado colaboraciones y actividades en conjunto y en contacto con otras entidades de nuestro entorno. Así lo demuestra el primer evento que destacamos: el taller creativo **“No Sólo Rampas”** organizado por FEDISPA en colaboración con la Fundación Díaz-Caneja de Palencia y celebrado el 10 de febrero, donde pudimos comprobar que existen muchas barreras que no se salvan solo con rampas, pero que el arte y la discapacidad pueden ir de la mano para sortear muchas de ellas.

Otro de las actividades esenciales que han marcado el año ha sido el **Tenis de Mesa**, que no sólo ha servido como terapia para nuestros socios, sino como punto de encuentro con otras asociaciones, como ALCER Palencia, con quienes hemos llevado a cabo un taller



semanal desde principios de año y que nos llevó a mostrar nuestros progresos en una actividad enmarcada en la **Semana de la Salud de COCEMFE**, un encuentro de Tenis de Mesa al aire libre que organizamos en el Parque del Sotillo de Palencia.

Además, con este evento, se daba inicio a las actividades que sirven de prólogo para la celebración del Día Mundial del Parkinson y sirven para dar visibilidad a todas aquellas actividades que se realizan en el día a día de la asociación.



Una de las iniciativas de sensibilización es el **Concurso de Tulipanes** elaborado con material reciclado, promovido por FEPACYL, la Federación de Parkinson de Castilla y León. En esta primera edición, un participante de Palencia se alzó como ganador en la categoría de 3º de Primaria con su obra titulada "Tulimones".

Otra de las actividades principales tiene relación con uno de las relaciones más fructíferas que hemos generado durante los últimos años con la Facultad de Educación de Palencia, a través de la cual, los alumnos del **Grado de Educación Social** y las personas con enfermedad de Parkinson de la asociación tienen contacto a través de encuentros, realizan estudios e impartimos charlas en la facultad. Uno de los más especiales se produjo el 10 de abril en nuestra sede social, donde hablamos de la enfermedad, de sus síntomas desconocidos, de las terapias y del ping-pong.

Llegamos al día más importante del año, 11 de abril, **Día Mundial del Parkinson**, con varios actos programados entre los que destacan la campaña #DameMiTiempo y la entrega de los tulipanes de papel hechos a mano por nuestros socios y repartidos en la Calle Mayor de Palencia tras la lectura del manifiesto. Además, por la tarde, se realiza un jornada de puertas abiertas con una merienda para todos los asistentes. Un acto que ya es costumbre y que este año ha destacado especialmente por su alta participación y dedicación.





Tras un evento tan significativo, que fue cubierto por diversos medios de comunicación (La8 Palencia, TVE Castilla y León, Cadena SER, Diario Palentino, Cadena COPE, El Norte de Castilla...), queremos resaltar la participación de nuestra asociación en el evento de la **Fundación La Caixa** para las entidades seleccionadas en su Convocatoria de Ayudas Sociales. Además, varios miembros de la corporación municipal del **Ayuntamiento de Palencia** asistieron a un encuentro de Tenis de Mesa en nuestra asociación, que tuvo lugar el 20 de abril.

Durante el mes de mayo, tuvimos la oportunidad de exponer en la **Muestra artística** organizada por FEDISPA junto a Mundo Azul y ALCER Palencia en la Biblioteca Municipal de Palencia, así como de participar en el **II Taller Creativo** de FEDISPA, en el que a través de la naturaleza conocimos la técnica de la cianotipia, que posteriormente hemos llevado a cabo en la asociación en el taller de Terapia Ocupacional.



El 20 de junio, una representación de la asociación se desplazó hasta Soria para asistir a la presentación de la exposición “**Parkinson Rural: Historias con enfoque**” organizada por la Federación Española de Parkinson, donde pudimos coincidir con representantes de todo el territorio nacional y conocer las historias de los protagonistas reflejadas en los paneles expuestos y en la charla ofrecida.

Uno de los eventos más satisfactorios llegó de la mano de los vecinos de Pino del Río, que organizaron una **Pancetada Solidaria** en favor de nuestra entidad y se pudo disfrutar de una agradable jornada de convivencia y de la visita de representantes de la corporación municipal a nuestra sede para hacer entrega de la recaudación.



I Encuentro Autonómico de Párkinson
15 de septiembre de 2023
Burgos

¿En qué consiste?
Jornada de formación y convivencia para todos las personas que forman el entorno asociativo de la enfermedad de Parkinson en Castilla y León.

¿Quién puede asistir?
Personas con parkinson, familiares, cuidadores, profesionales y cualquier persona interesada.

¿Cómo inscribirse?
• Rellenando el siguiente formulario y entregándolo en las asociaciones provinciales o enviándolo al correo: fepacyl@yahoo.es antes del 31 de agosto de 2023.
• Datos personales:
Nombre y apellidos: _____
Profesional: SI NO Socio: SI NO ONI
Reserva comida: SI NO (precio aproximado por participante 15 euros)
CUOTA DE INSCRIPCIÓN PARA NO SOCIOS DE ASOCIACIONES DE PARKINSON: 30 EUROS
Nº de cuenta: E354 2100 750353200034767
SOCIOS INSCRIPCIÓN GRATUITA.

Fundación ONCE



Un total de 14 personas de la asociación se desplazaron hasta Burgos el 15 de septiembre con motivo de la celebración del **I Encuentro Autonómico Parkinson** organizado por FEPACYL, la Federación de Parkinson de Castilla y León, donde pudimos asistir a una serie de interesante charlas, además de aportar nuestro granito de arena con la ponencia ofrecida por Adrián Díaz, nuestro trabajador social, sobre una de las terapias estrella de nuestra asociación y en la que hemos sido prácticamente pioneros: “Tenis de mesa”. Una charla para plantar la semilla de la curiosidad en el resto de las entidades castellano-leonesas de una actividad divertida y efectiva. En resumen, una jornada muy interesante y entretenida en la que nuestros socios disfrutaron y aprendieron.

Dos semanas más tarde, los días 28 y 29 de septiembre, acudimos al **Inspira IV**, encuentro estatal de Asociaciones de Parkinson, organizado por la Federación Española de Parkinson en Madrid.



Un encuentro diferente, centrado en la participación y en la reflexión a través de actividades dinámicas, poniendo en común las realidades y formas de trabajo de otras entidades. Además, también pudimos conocer las últimas novedades de la federación nacional y los proyectos en desarrollo, como es el caso de la red social Nexo.

SACYL y la Junta de Castilla y León votaron nuestra iniciativa “Parkinson y Tenis de Mesa” como una de las 11 seleccionadas que se presentaron en la **Jornada de Experiencias** de Asociaciones de pacientes y familiares 2023, celebrada en las Cortes de Castilla y León (Valladolid) el 6 de octubre. Una breve charla ofrecida por nuestro trabajador social, en una jornada donde pudimos conocer otros programas muy interesantes.



Para finalizar el año, destacamos la conmemoración del **Día Internacional de las Personas con Discapacidad**, celebrado el 1 de diciembre en Palencia. Actividad organizada por FEDISPA en la que colaboramos activamente para dar visibilidad y voz a las personas con enfermedad de Parkinson y otras patologías en una semana repleta de formación y actividades que reunieron a un gran número de personas y entidades.

5. Colaboraciones & Proyectos

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

La colaboración es uno de los pilares que sostiene la actividad de la Asociación Palentina de Parkinson. Por ello, a lo largo de 2023, hemos trabajado estrechamente con diversas entidades y organizaciones, con el fin de ampliar el alcance de nuestras actividades, enriquecer los servicios que ofrecemos y crear nuevas oportunidades para la sensibilización y el apoyo a nuestro colectivo.

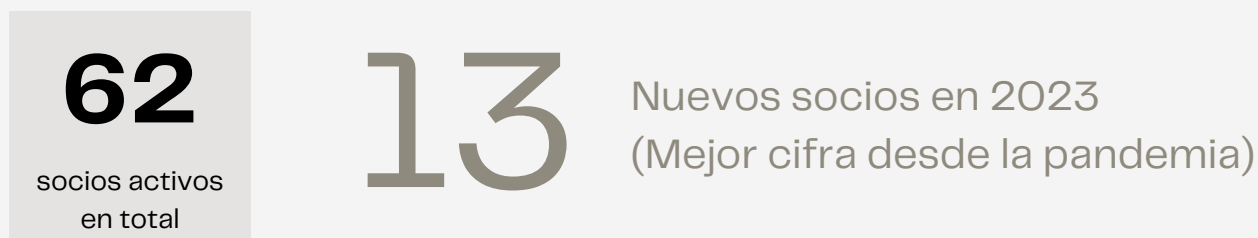
Entidad	Departamento	Proyecto
Facultad de Educación de Palencia	Grado de Educación Social	Sensibilización y Tenis de mesa
Universidad de Valladolid	Escuela de Ingenierías Industriales	Investigación de dispositivo de prevención de caídas
Universidad Popular de Palencia	Radio Colores	Sensibilización
Fundación "la Caixa"	Convocatoria de Proyectos Sociales 2022	Proyecto de Apoyo Integral para afectados y familias
Federación Española de Parkinson	Junta Directiva	Vocalía
Federación de Parkinson de Castilla y León	Junta Directiva	Vocalía
FEDISPA	Junta Directiva	Vocalía

6. Resumen & Datos

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

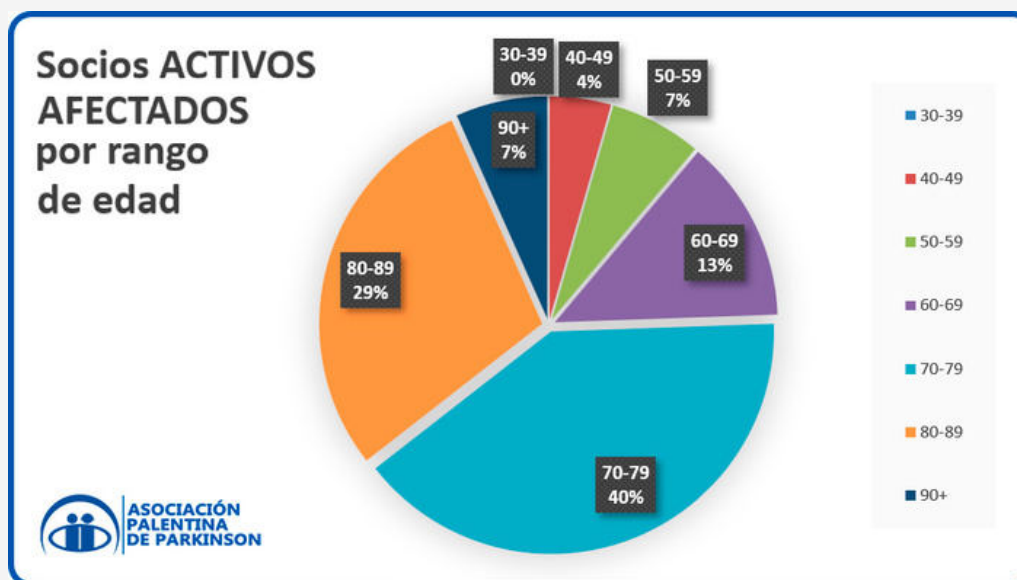
En la Asociación Palentina de Parkinson creemos que recopilar información de nuestros socios relativa a la enfermedad resulta de gran utilidad de cara a mejorar los servicios y terapias y la forma en que atendemos a las personas que llegan por primera vez a la asociación, además nos permite tener una imagen de la realidad que vivimos y de la evolución de la propia entidad.

Así pues, durante el año 2023 hemos mejorado nuestras herramientas de recopilación y tratamiento de datos para gozar de un mejor análisis. Uno de los datos fundamentales para la asociación es el de **socios activos**, que este año ha ascendido hasta los 62 al cierre del ejercicio, teniendo en cuenta un ascenso de 13 nuevos socios, de los cuales sólo 2 tiene el perfil de colaborador, siendo las otras 11 personas afectadas por la enfermedad de Parkinson. Este dato demuestra un interés continuo en los servicios y el apoyo que ofrece la asociación y, teniendo en cuenta la importancia que tiene el “final” de la pandemia, podemos relacionar este incremento con la implementación de nuevos talleres y profesionales durante este año.



Este dato de nuevos socios nos permite establecer un nuevo hito, puesto que no que no había una cifra tan elevada desde el año 2017 y nos permite certificar la salida del “bache” que atravesaba la asociación en años como 2020 y 2021, con 1 y 4 altas respectivamente. Somos conscientes de la importancia que tiene el respaldo económico de este año por parte de entidades como Fundación “la Caixa”, que nos ha permitido aumentar el número de profesionales y terapias, así como la labor de difusión y sensibilización, logrando llegar a muchas más personas que no conocían la asociación o no se atrevían a dar el paso de acudir a nosotros.

Un dato a tener en cuenta es la equidad que existe entre **hombres y mujeres** entre los socios activos de la entidad, puesto que se reparte en un 52% para hombres y un 48% en mujeres. Así mismo cabe destacar que entre los socios activos afectados, el rango de edad más elevado es el de los 70-79 años, que representa casi el 40% de los mismos, como se puede observar en el gráfico adjunto.



Este porcentaje no resulta un indicador excesivamente relevante de cara a la investigación de la enfermedad de Parkinson, poniendo en perspectiva que en Palencia el índice de envejecimiento es de 205 personas mayores de 65 años por cada 100 menores de 16 años (CENIE, 2018). Sin embargo, sí que resulta interesante la combinación de este dato con el de **edad media de diagnóstico** de nuestros socios, la cual se sitúa en los 65,7 años, siendo ligeramente superior en los hombres, ya que nos ayuda a entender el momento en que la mayoría de los afectados empiezan a enfrentar los síntomas y recurren a apoyo profesional y comunitario, pudiendo ofrecer una serie de servicios más enfocados a este rango de edades.

Respecto a los **socios colaboradores**, cabe destacar que tienen un perfil de edad más variado, aunque predominan los grupos de 60 a 69 años (31,25%).

Estos colaboradores son una parte fundamental del funcionamiento de la Asociación, ya que muchos de ellos son familiares de los afectados o personas con interés en la labor social de la entidad y son miembros importantes para el desarrollo de muchas de nuestras actividades.

7. Retos

Asociación Palentina de Parkinson | Memoria Anual 2023

En la Asociación Palentina de Parkinson, los desafíos se perciben como oportunidades para crecer y adaptarse a las necesidades de nuestros socios y la comunidad. A lo largo de 2023, hemos identificado áreas clave en las que concentrar nuestros esfuerzos en el futuro. Estos retos reflejan nuestro compromiso de mejora continua, innovación y expansión de servicios, así como de fortalecimiento de los lazos con otras entidades y de sensibilización social. Aquí presentamos los objetivos que guiarán nuestra actividad en el próximo año.



Seguir siendo una pieza clave en la representación de las personas con enfermedad de Parkinson y sus familiares en la provincia de Palencia, llegando a más personas que puedan requerir de nuestra ayuda.



Seguir buscando innovación y formas de reinventar la actividad de la asociación y las formas de afrontar la enfermedad que ofrecemos a nuestros socios. Aumentar la cartera de servicios y terapias disponibles.



Continuar con la importante misión de sensibilización, por una mayor visibilidad de la enfermedad de Parkinson y las familias que la sufren.



Ampliar el alcance de la asociación, generar nuevos nexos y fortalecer aquellos con las entidades con las que colaboramos actualmente.



Gracias a todas las personas y entidades que hacen que la Asociación Palentina de Parkinson pueda completar esta Memoria con grandes momentos y actividades que hemos compartido.

Contacto

Asociación Palentina de Parkinson

Plaza Andrés Moro, nº 2, Bajo (Palencia)

979 104 227

www.parkinsonpalencia.es

parkinsonpalencia@gmail.com