



**A.P.A.T.**  
**Asociación de Parkinson**  
**“Alhaurín de la Torre”**  
**NIF G93580249**

# **MEMORIA 2024**

## **DE LA**

## **ASOCIACIÓN DE PARKINSON**

## **“ALHAURÍN DE LA TORRE”**





### **A.P.A.T.**

Asociación de Parkinson  
“Alhaurín de la Torre”  
NIF: G93580249



Ana Sánchez Villalobos, enferma de Parkinson y primer miembro de nuestra Asociación. Fue el motor que nos puso en marcha.

Dirección: Calle Albaicín, 1 (Barrio Viejo)  
Cerca de la Iglesia Parroquial  
29130 Alhaurín de la Torre

E-mail: [parkinsonalhaurindelatorre@gmail.com](mailto:parkinsonalhaurindelatorre@gmail.com)

Teléfonos de contacto: Rubén Martín: 626 79 31 74  
Pepe Segovia: 661 20 51 50  
José Antonio: 609 34 80 57

### **SERVICIOS OFRECIDOS**

- Información y orientación
- Taller de lectura
- Yoga adaptado
- Taller de Psicología
- Taller de Musicoterapia
- Taller de pintura
- Juego de petanca en las pistas del club de petanca
- Fisioterapia
- Taller de teatro
- Taller de Logopedia
- Taller de baile adaptado
- Taller de poesía
- Taller de desarrollo personal



## Carta del Presidente

Queridas amigas y amigos de la Asociación:

Una vez más os saludo para desearos un feliz año 2025, donde seamos capaces de alcanzar todos los objetivos que nos hemos fijado para este fin del primer cuarto del siglo XXI, pero con la aclaración de que para conseguir objetivos, es necesario esfuerzo, tiempo y sacrificios. Por esta razón, quiero aprovechar la oportunidad que me brinda este saludo que desde estas páginas hago a todos, para agradecer muy especialmente a los voluntarios, voluntarias, organismos, clubes y empresas que nos han ayudado a alcanzar los objetivos del año 2024, con su esfuerzo, su tiempo y sus sacrificios.

Saludo en primer lugar a Pepe Segovia, ya que él fue uno de los iniciadores de esta labor, estando desde entonces siempre disponible para todo lo que se necesita.

Igualmente a José Antonio Palomo, el chicarrón de León, otro de los primeros en sumarse a la idea de poner en marcha nuestra Asociación y a la que ha dedicado esfuerzos rayanos en el heroísmo.

A Manolo Martín, el manitas que sabe de todo y que todo lo hace bien. Sigue al pie del cañón a pesar de la gran pérdida habida en su vida.

A José Manuel Cañete y María Victoria de Juan que, con su guitarra, sus voces, su modo melódico de silbar y tocar otros instrumentos de percusión, nos llevan a hacernos creer que somos el mejor grupo musical del mundo.

A Pedro Gómez y a su ayudanta Hassana Chateret, que desde el primer momento hicieron, con su modalidad de yoga adaptado, que nos sintiéramos los mejores yoguis del mundo, consiguiendo mantener la flexibilidad de nuestras articulaciones.

A las hermanas Toñi y Ana Díaz, voluntarias para acompañar en las clases de baile. Disponibles para animar, colaborar en todos los eventos y ofreciendo siempre su mejor sonrisa.

A Elena Estoenescu, la voluntaria quiromasajista llegada desde Italia, que ya empieza a levantar vuelo montando su propio gabinete, donde esperamos tenga mucho éxito.

A Ana Ruiz, maestra de pintura, animadora sin par. ¡Anita! desde aquí queremos animar a nuestra animadora, para ver si somos capaces de montar una exposición con nuestras obras de arte.

A Floriana Tullio, la Logopeda venezolana que desde el Callejón de 2024 está con nosotros como voluntaria. Sus conocimientos de inglés y su amabilidad, la hacen imprescindible.

A Mari Cortes, que calienta nuestras articulaciones con sus clases de gimnasia y nos ayuda en otras muchas actividades. Gracias, Mari Cortes, por tu humanidad y tu disponibilidad.

Dentro del grupo de organismos, agradecer a nuestro Ayuntamiento las ayudas que nos presta para la preparación de todos los eventos.

Al Club de Petanca de Alhaurín de la Torre por su colaboración en la organización de los Campeonatos Provinciales de Petanca para Asociaciones de Párkinson. Son imprescindibles.

Al Grupo musical Íkarus por su participación desinteresada, animando nuestros encuentros.

A Juan Peña, gerente de Casa Peña, por sus aportaciones para preparar las bebidas.

A Ly Company, preparando unas magníficas paellas para los participantes en los Campeonatos de Petanca.

A Viveros Guzmán por sus obsequios florales en las fiestas de Navidad.

Gracias a todos los socios que, con sus aportaciones hacen posible esta magnífica labor que llevamos a cabo. Muchas gracias.

Rubén Martín Soto, Presidente

## ACTIVIDADES EXTRAS, REALIZADAS DURANTE 2024

### MES DE ENERO

Después del parón de la Navidad, iniciamos las actividades **el día 8 de enero**. Es un día de reencuentros.

**El día 12 de enero** nos comunican desde la Asociación de Párkinson de Málaga, los primeros contactos mantenidos con la empresa NeuronUp, especializada en trabajos para mantener la mente activa en las personas con enfermedades neurodegenerativas.

Con fondos de la Diputación, las Asociaciones de Párkinson de la provincia, podremos acceder a estos programas, que pueden ser utilizados en clases grupales de Psicología y Logopedia, e igualmente a nivel individual, para desarrollar en casa, disponiendo de una tablet u ordenador.

**El 17 de este mes**, asistimos en la sede de Párkinson Málaga, a una conferencia de la doctora en Neurología, Dª Lucía de Flores García Trujillo. En ella se habló de los últimos progresos habidos en el campo de mejora de la enfermedad de Párkinson, como es la tecnología HIFU, también aplicada en este campo.

**El viernes 26**, tuvimos la Asamblea General Ordinaria, que es preceptiva en nuestros Estatutos. Se aprueba la Memoria 2023, las cuentas del mismo año y se renueva la Junta Directiva. Asimismo se aprueban las nuevas cuotas para nuestros socios.

**El sábado 27**, se celebra el evento organizado por la Concejalía de Fiestas del Ayuntamiento, “Callejea’2024”. Su finalidad es dar a conocer las Asociaciones existentes en nuestro pueblo. Como es lógico, nuestra Asociación participó y en ella tuvimos la gran suerte de contactar con la Logopeda Floriana Tullio, que se ofreció a trabajar como voluntaria en nuestra Asociación, prestando unos servicios muy valiosos. También se recogieron donativos por importe de 272 €.

# Párkinson “Alhaurín de la Torre” en Callejera’2024

Un año más la Asociación ha participado en Callejera’2024, que es un evento organizado y promovido por la Concejalía de Fiestas del Ayuntamiento



Previo a la fiesta, miembros de la Asociación prepararon empanadas y pasteles para obsequiar con ellos al público que se acercó a nuestro stand.



Nuestra Asociación siempre ha tratado de colaborar, relacionarse y compartir actividades con otras asociaciones. Aquí nos encontramos acompañados de miembros de la Asociación “Girasoles” que trabaja para investigaciones sobre el cáncer infantil.



El señor alcalde visitó nuestra carpa, saludando a los miembros presentes en ese momento.



El público acudió a nuestro stand, eligiendo trabajos de nuestra exposición elaborados artesanalmente y entregando donativos, vitales para nuestro funcionamiento.

Este año se recaudaron 272 €. y nos dimos a conocer más, entre nuestros vecinos.

## MES DE FEBRERO

**El día 16 de febrero**, cuatro representantes de nuestra Asociación, asisten a la Jornada Gastrosocial, organizada por la Asociación de Párkinson de Málaga. En ella se trató de cocina saludable para el párkinson y dirigida a enfermos y familiares de esta enfermedad.

### Nuestra Asociación celebra el Día de Andalucía



Es el día 28 de febrero. Nuestra sede se prepara para celebrar el día de Andalucía. Se adorna con banderas, farolillos, guirnaldas y banderolas que anuncian que es fiesta.

Cada socio ha aportado alguna vianda para invitar a los compañeros.

Las más flamencas se marcan unos pasos de baile. ¡Que viva la gracia!

Hubo una gran animación.



Exquisiteciones aportadas por los socios: jamón ibérico y un aceite de oliva hojiblanca aportada por nuestro compañero Salvador Villalobos. Todo para chuparse los dedos.

Manos que hicieron un delicioso pan, dirigidos por Pedro Gómez.



## MES DE MARZO

En la reunión de Junta Directiva de 8 de marzo, se acuerda pedir a los autores del libro “A la sombra del Párkinson” hagan la presentación de su libro en Alhaurín de la Torre.

También se acuerda que dos miembros de nuestra Asociación asistan al I Congreso Andaluz de Asociaciones de Párkinson, que se celebrará en Sevilla. Los gastos serán financiados por la Asociación y por un donante anónimo.

El día 21 de este mes se hizo el sorteo del jamón que la Asociación lleva dos años haciendo, coincidiendo con el sorteo de la ONCE, siendo el agraciado nuestro compañero y amigo Manolo Rocha.

## MES DE ABRIL

Debido al crecimiento de nuestra Asociación, nuestro local se nos ha quedado pequeño. Es por ello que se solicita una reunión con el señor Alcalde para proponer que el Centro Cívico lo podamos usar por las mañanas, compartiendo el espacio con AMFAT, AyFEM y AFA Lauro. El Alcalde nos recibe el día 3 de abril, reconoce nuestro problema, ve la necesidad de un espacio más amplio y digno, pero que el Centro Cívico no se puede ceder para lo que hemos solicitado.

### Hacemos senderismo

Lanzarnos a la calle siempre es un reto. Cuando hablamos de salir, son muchas las dificultades que se acumulan. Este año estamos dispuestos a superar este reto. Por eso, el sábado 6 de abril, decidimos salir a caminar por la avenida principal de nuestro pueblo. Fue una salida tímida, pero finalmente logramos reunirnos un grupo de doce personas y caminar unos tres kilómetros. Aquí está la comprobación de nuestra “hazaña”



Los días 12, 13 y 14 de abril, participamos 18 personas de nuestra Asociación, en el II Encuentro Provincial de Asociaciones de Párkinson, celebrado en Mollina y promovido desde la Asociación de Párkinson Málaga.



En este encuentro se hizo la presentación de la página web para todas las Asociaciones de Párkinson de la provincia. Dentro de ella, cada Asociación tendrá su espacio. Por lo que respecta a nuestra Asociación, Francisco Caparrós y José Antonio Palomo se encargarán de meter las informaciones nuestras.

## **Nuestra Asociación asiste al I Congreso de Asociaciones andaluzas de Párkinson**

A través de la Asociación de Párkinson de Málaga, se nos comunica que se va a celebrar el I Congreso de Asociaciones andaluzas de Párkinson, convocado por la Federación Andaluza de Asociaciones de Párkinson de Andalucía. Aunque nuestra Asociación no está federada, sí va a poder asistir formando parte de la de Málaga.

En reunión de Junta Directiva se propone y acuerda que asistan Mari Sánchez (miembro de la Junta Directiva) y Aisa Aguirre (Psicóloga)



1. Vista general de los asistentes al Congreso.
2. Grupo de congresistas malagueños.
3. Nuestras representantes en el Congreso

## MES DE MAYO

El día 3 de mayo, estudiando la posibilidad de compartir con la Asociación de Vecinos de Viña Grande su Centro Social, fueron a visitar dicho centro cuatro miembros de nuestra Asociación.



Vistas del Centro Social Viña Grande: magníficas instalaciones, junto a parada de autobús, edificación totalmente exenta

A todos les pareció unas instalaciones magníficas, pero a la hora de decidir si se iniciaban gestiones para el cambio de sede, en reunión de la Junta Directiva, se rechazó la idea por decisión mayoritaria.

Según se aprobó en la Junta Directiva de 8 de marzo, se realizó la presentación del libro “A la sombra del Párkinson” el día 10 de mayo.

Se realizó en el Edificio de la Mujer, del Ayuntamiento. Fue muy interesante conocer, de los propios autores, sus experiencias de la enfermedad. A continuación se invitó a comer a los autores y autoras en Casa Peña. Todo ello pagado por los asistentes de nuestra Asociación. Los autores hicieron una donación de 250 € por los libros vendidos.



## **Cuidar al cuidador:**

En nuestra Asociación, todos conocemos muy de cerca el desgaste enorme que sufren todas las personas que, día a día, tienen que encargarse de cuidar a la persona que padece la enfermedad que la hace dependiente para llevar a cabo todas sus funciones.

Por esta razón se acordó celebrar unos talleres en los que se pudieran desarrollar algunas pistas que hicieran más llevaderas las funciones del que tiene que cuidar. El 27 de mayo se tuvo el primer Taller sobre “Cuidar al cuidador”. Se celebró en los salones parroquiales y estuvo dirigido exclusivamente a los cuidadores, donde pudieron expresar libremente sus problemas.

## **MES DE JUNIO**

### **La alimentación del enfermo de Párkinson:**

10 de junio

Mari Ángeles Rueda Gaona, farmacéutica, hija de madre que tiene la enfermedad de Párkinson y socia de nuestra organización, dio una charla sobre las interacciones que producen, en el organismo del enfermo, las proteínas y lípidos, con los medicamentos que tienen que tomar cada día, y que reducen su eficacia si no se toman adecuadamente, observando el tiempo que debe transcurrir entre la ingesta de alimentos y la de los medicamentos.

### **Cuidar al cuidador:**

11 de junio

Siguiendo con los talleres de “Cuidar al cuidador”, Reinaldo Aguilera, párroco de nuestra localidad, dio una charla-coloquio en la que incidió en la importancia que tiene lo que él llamó **el factor Fe**, tanto desde el punto de vista humano (la fe en que una empresa que afrontamos tendrá éxito) como desde el punto de vista religioso, creer en un Dios Padre Bueno que cuida de sus hijos.

### **Feria de San Juan:**

22 de junio

Como cada año, nuestro pueblo celebra en junio, la feria de San Juan



Los socios aportan las viandas, la decoración y la alegría



Todas las parejas, cada cual más engalanada, celebrando el acontecimiento de la feria, que un día al año hay que echar la casa por la ventana.

## Reunión en el Colegio de Médicos de Málaga:

22 de junio

Coincidiendo con nuestro evento local de la Feria de San Juan, se había organizado una reunión en el Colegio de Médicos, organizada por la Asociación de Málaga, entre representantes de las Asociaciones de Párkinson de toda la provincia y un grupo de neurólogos de los distintos centros médicos, donde se atiende a gran número de los pacientes de Párkinson.

El objetivo de esta reunión era tratar de buscar vías que permitieran una mayor agilidad en los contactos entre pacientes y sus médicos neurólogos. De aquí nace el acuerdo de crear la figura de una enfermera especializada en el trato con los enfermos de Párkinson, a través de la cual se canalizaran los contactos con los médicos y las consultas de cualquier incidencia surgida, pudieran hacerse con rapidez.

Por parte de nuestra Asociación, asistieron Aisa Aguirre y Mari Sánchez.



En estas fotos vemos a nuestras representantes en la citada reunión de Asociaciones de Párkinson de la provincia y médicos neurólogos de centros médicos de Málaga, tanto de la Sanidad Públicas, como de la privada.

## MES DE JULIO

### **Cuidar al cuidador:** 01 de julio

Nuestras charlas-talleres de “Cuidar al cuidador”, siguen adelante. Esta vez el turno es para nuestra psicóloga Aisa Aguirre con el sugerente título de “El arte de tomar un respiro”. Es el propio cuidador quien tiene que estar atento al cuidado de su salud y buscar estos “respiros” que le permitan cuidar su salud mental y física.

### **Salida a la playa con AMFAT:** 04 de julio

En el año 2023, los compañeros de AMFAT, organizaron salidas a la playa, con baño asistido. Fuimos invitados a participar y resultó muy bien. En este año 2024, se volvió a repetir la salida a la playa y nos volvieron a invitar. Fueron pocos compañeros, la jornada resultó estupendamente bien, pero no se volvió a ir. La propuesta era de estar todo el día en la playa, y parecía una duración excesiva.



A propuesta de nuestra psicóloga, Aisa Aguirre, se hizo otra propuesta de salida a la playa, organizada por nuestra Asociación, pero tampoco salió.

Definitivamente, parece que nos gusta poco la playa.



### **Cuidar al cuidador:** 08 de julio

Con la cuarta charla-taller, a cargo de nuestro párroco Reinaldo Aguilera, se da por terminada, por este curso, las sesiones dedicadas a este tema tan principal. En esta ocasión, Reinaldo desarrolló el tema “Del factor Fe, al factor Esperanza”. Fue muy interesante tanto desde el punto de vista humano, como desde el punto de vista religioso.

## **Velada en la heladería Retamar:**

25 de julio

En vista de que la salida a la playa no cuajaba, Aisa propuso reunirnos en Retamar para tomar un helado. Esto sí tuvo mucha aceptación y nos reunimos un gran grupo, pasando los asistentes una velada muy agradable.



Cada participante pagó su consumición, se autosirvió sus pedidos, recogimos todo y... muy felices y contentos volvimos a casa.

Hay que repetir momentos así.



## MES DE AGOSTO

### Desayuno en la sede: 08 de julio

Como al grupo de amigos (más que amigos somos como familia) que formamos la Asociación nos gusta vernos con frecuencia, el verano se nos hace muy largo. Por esta razón se propuso reunirnos en la sede para celebrar un desayuno y así pasar una mañana con la compañía de los demás.

## MES DE SEPTIEMBRE

Al igual que en 2023, también hemos celebrado en este año, el II Campeonato Provincial de Petanca para Asociaciones de Párkinson. Fue el sábado, 14 de septiembre.



### Inauguración del acto:

El Alcalde, el Diputado Provincial del Tercer Sector, junto con nuestro Presidente, declaran abierto este Campeonato.

Nuestro equipo de Petanca, en competición con los compañeros de la Asociación de FuenMijas.



El equipo de la Asociación de la Axarquía (de blanco) juega con los compañeros de Sol de Estepona.



Sol de Estepona compite con los compañeros de la Asociación de Málaga.

## Compañeros y colaboradores que trabajan para que todo funcione



Previo a la celebración externa de los fastos del Campeonato, otros muchos compañeros se afanaron en preparar comidas, postres, organización, etc. para que todo estuviera preparado para el momento justo en que fuera necesario.

En esta foto están representados los miembros que prepararon la repostería para agasajar a los 120 compañeros y amigos que se esperaban.

Miembros de la Empresa Ly Company están en plena faena de preparación del plato estrella con el que se obsequió a los asistentes: una suculenta paella.

Esta Empresa es el segundo año que nos brinda su colaboración. Les estamos muy agradecidos.



## Final de fiesta: entrega de trofeos y agradecimientos



La concejala de Asuntos Sociales y el concejal de Deportes, entregan el trofeo de segundos clasificados al equipo de FuenMijas.

Placa de agradecimiento a los miembros del equipo de música Ikarus, que por segundo año, también tocaron gratis.



## **MES DE OCTUBRE**

En la reunión de Junta Directiva de 2 de octubre, se aprueba contratar a un profesor de Teatro. Es una idea largamente pensada, pero nunca habíamos encontrado a una persona adecuada, dispuesta a dar este tipo de actividad. Lucas Mora, que ha estudiado Arte Dramático, acepta el encargo y dará una hora a la semana, para iniciar a nuestros compañeros en el arte de Melpómene (musa del teatro).

## **MES DE NOVIEMBRE**

En la reunión de Junta Directiva de 15 de noviembre, se acuerda y aprueba aumentar el 10% el sueldo de los trabajadores, para compensar el aumento del costo de la vida .

### **Charlas sobre enfermedades neurodegenerativas en los IESs:** 20 de noviembre

Con esta fecha se inician las charlas sobre enfermedades neurodegenerativas que, desde hace cuatro años, venimos desarrollando como encargo de un trabajo por el Ayuntamiento.

## MES DE DICIEMBRE

### Día Internacional de la Discapacidad:

03 de diciembre

Con motivo de la celebración del Día Internacional de la Discapacidad, el Ayuntamiento montó una carpa para cada Asociación que trabaja con personas discapacitadas, en la Plaza de España de nuestro pueblo. Cada una de ellas dio a conocer sus finalidades, se leyó un Manifiesto común y nosotros desarrollamos allí las actividades programadas para ese día



Cartel anunciador del evento



Clase de Gimnasia con Mari Cortes

Ambiente general de la celebración.

El señor Alcalde visita nuestro grupo.



## Comida de Navidad:

05 de diciembre

Como cada año, nuestra Asociación celebró la comida de Navidad. Consideramos que fue todo un éxito, pues asistimos más de 60 personas. Tuvimos aperitivos, paella, segundo plato, tarta especial de postre y... baile, animado ¡cómo no! por nuestra muy querida Aísa



Ambiente general de la comida.



Dos bailarines marcando sus pasos de baile.



Tarta de postre.

Al margen de todas estas actividades desarrollada, en momentos puntuales a lo largo del año 2024, cada día hemos seguido nuestro programa de actividades, que se indican en estos cuadrantes:

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES DESDE ENERO 2024

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10 a 11	Taller Lectura	Logopedia	Taller Poesía	Pintura	Petanca
11 a 12	Manualidades	Psicología	Musicoterapia	Fisioterapia	
12 a 13	Yoga	Baile	Yoga	Entrenamiento Personal	

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES DESDE ENERO 2024

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10 a 11	Logopedia Nayara Segura	Gimnasia Mari Cortes	Musicoterapia José Manuel	Entrenamiento Personal Aísa Aguirre	Petanca
11 a 12	Medicina Emocional ONG René Mey	Psicología Aísa Aguirre	Teatro Lucas Mora	Fisioterapia Mireia Requena	
12 a 13	Yoga Pedro Gómez	Baile Aísa Aguirre	Yoga Pedro Gómez	Dibujo y Pintura Ana Ruiz	

Entre los objetivos propuestos para alcanzar en este 2024 que ha finalizado, estaban:

**Aumento del número de socios:** hemos pasado de 60 a 73 socios.

**Abrir nuevos campos de actividades:** se ha conseguido iniciar la actividad de teatro, tras lo cual hemos tenido mucho tiempo de búsqueda, pero sin lograrlo. ¡A ver si el proyecto cuaja!

**Buscar una sede más amplia:** Son muchos los esfuerzos que se han hecho para buscar solución a un gran problema para nosotros, pero no se ha encontrado solución.

## **OBJETIVOS PARA 2025:**

- Aumentar el número de eventos que nos permitan tener ocasiones de convivencia entre los socios (propuesta de nuestra Psicóloga).
- Hacer una programación a largo plazo de las actividades propuestas (propuesta de Aísa)
- Seguir aumentando el número de socios y mantener un nivel alto de actividades con calidad contrastada.
- Perseverar en la búsqueda de una sede para la Asociación que sea amplia y digna, con buena accesibilidad, facilidad de aparcamiento y buenas condiciones físicas de aislamiento térmico y acústico.

Alhaurín de la Torre, enero de 2025.

Eulogio Carrera Sánchez  
Secretario

Rubén Martín Soto  
Presidente