ALCER
CASTALIA

Memoria de actividades 2006

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

"ALCER Castalia es una asociación sin ánimo de lucro, declarada de utilidad pública, que desde 1981 lucha por mejorar la calidad de vida de l@s enferm@s renales y sus familiares, mejorar su adaptación a la enfermedad y a los tratamientos, prevenir la IRC y sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de la donación de órganos."

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

ÍNDICE

Introducción _____ 4

Programas _____ 6

- Atención básica
- Nutrición y dietética
- Cooperación e integración
- Educación para la salud y el desarrollo personal y social
- Información y sensibilización de la sociedad
- Apoyo a la familia
- Promoción de la actividad física
- Otros servicios

Comunicación y difusión _____ 19

- Web
- Boletín
- Otras acciones

Red de relaciones _____ 23

Organización y funcionamiento _____ 27

Reflexión _____ 31

Anexos _____ 33

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

INTRODUCCIÓN

Hasta principios de 2006, sólo una persona trabajaba, remunerada, constante y exclusivamente, para ALCER Castalia. Ella se encargaba tanto de las tareas administrativas como de otras relacionadas con aspectos más técnicos: información y atención global; solicitud de subvenciones y justificación; elaboración de memorias; organización de las diferentes acciones tanto de sensibilización como de información; organización de convivencias para los/as socio/as; relaciones institucionales, etc. Debido al volumen de trabajo que cada vez iba más en aumento, se planteó entre los miembros de la Junta Directiva la contratación de una trabajadora social, encargada en un principio de reforzar el trabajo de la que ha pasado a denominarse **Técnica de información y apoyo**, debido especialmente a las características del trabajo que realiza, que además de administrativo es de implicación directa en los programas y actividades.

Fue a principios de año cuando empezó a trabajar para la asociación, dos tardes a la semana, una **trabajadora social**, encargada tanto de redactar y diseñar proyectos para solicitar subvenciones como de otras acciones relacionadas con el funcionamiento de la asociación, así como de la atención psicosocial a enfermos/as renales y familiares, todo ello dentro de las posibilidades que el corto horario posibilita.

Gracias a una subvención concedida por Obra Social Caja Madrid, en mayo se pudo contratar a esta trabajadora social a jornada completa y se contrató también a una **psicóloga** a media jornada. Estas contrataciones han llevado a una mayor dinamización de la asociación, poniendo en marcha una serie de programas, servicios y acciones específicas, que dan forma a lo que desde ALCER Castalia podemos denominar el Plan de Atención Integral a los/as Enfermos/as Renales y a sus Familiares.

De esta forma, y como se detalla más adelante, hemos puesto en funcionamiento el **Programa de atención básica**, que incluye el servicio de atención social, el de atención psicológica, el de asesoría jurídica y el de orientación formativa y laboral; el **Programa de nutrición y dietética**, en el que además de realizar charlas específicas

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

y facilitar documentación sobre el tema, los/as enfermos/as renales acuden a consulta dietética y reciben asesoramiento personalizado; el **Programa de educación para la salud y el desarrollo personal y social**, que incluye diferentes charlas y talleres, destacando el de Risoterapia; el **Programa de cooperación e integración**, formado por convivencias, Grupo de Ayuda Mutua y otras acciones de cooperación; el **Programa de apoyo a la familia**, en el que por ahora se ha hecho acompañamiento infantil, y el **Programa de promoción de la actividad física**, que se ha puesto en marcha recientemente. Además, se han ampliado las acciones y actividades que forman parte del **Programa de información y sensibilización de la sociedad**, como se describe a continuación en el apartado correspondiente, destacando la celebración del Festival de la Risa "La Risa del Riñón", organizado con motivo del **25º aniversario de ALCER Castalia**.

Muy importante ha sido este año el tema de la comunicación y visibilización de la asociación, destacando la realización de la Web **www.alcercastalia.org**, que además de hacer visible la asociación, es una fuente de información sobre la enfermedad renal, y el **Boletín ALCER Castalia**, que repartimos gratuitamente entre todos/as los/as enfermos/as renales de la provincia, así como entre otras entidades y que podemos editar gracias a la financiación de Fundación Ruralcaja.

Y para poder continuar con el buen funcionamiento de la asociación se está haciendo hincapié en otros aspectos: se han mantenido contactos con diferentes entidades para posibles colaboraciones, se ha establecido una comunicación fluida y constante con los/as socios/as, se le está dando gran importancia a la visibilización de la asociación en la sociedad y se pretende establecer un control de la calidad como ONL.

La financiación económica para poder llevar a cabo todo esto durante 2006, ha llegado de diferentes entidades tanto públicas como privadas: Consellería de Bienestar Social, Consellería de Sanidad, Diputación de Castellón, Ayuntamiento de Castellón, Fundación ONCE, Bancaja y Caja Madrid.

A continuación, se describe con detalle todo lo realizado por ALCER Castalia en 2006, empezando por los diferentes programas de actuación y continuando con otras acciones específicas para el buen funcionamiento de la asociación.

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

PROGRAMAS

ALCER Castalia – Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales
Registro Provincial de Castellón nº 561. Nº Registro Nacional de Asociaciones 43.024
DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

PROGRAMA DE ATENCIÓN BÁSICA

Este programa se dirige tanto a enfermos/as renales y sus familiares como a aquellas personas que puedan estar interesadas por la IRC, como profesionales y/o estudiantes de la sanidad y de la educación. Está formado por el servicio de atención social, el de atención psicológica, el de asesoría jurídica y el de orientación formativa y laboral.

SERVICIO DE ATENCIÓN SOCIAL

Este servicio está a cargo de la trabajadora social y de la técnica de información y apoyo y las acciones que se llevan a cabo son:

- Acogida de la persona enferma y de sus familiares.
- Información, orientación y asesoramiento global sobre cualquier cuestión relacionada con la enfermedad.
- Valoración y cobertura de necesidades.
- Información y asesoramiento en ayudas sociales y certificados de minusvalía.
- Información, derivación y coordinación con otros recursos.
- Visitas a los centros de diálisis: en estas, además de presentarnos y explicar qué hacemos, se realiza atención individualizada a los/as enfermos/as, recogiendo sus demandas e intentando darles una respuesta.
- Gestión de reserva de plazas de diálisis en vacaciones: Gestionamos las peticiones de Diálisis en Vacaciones y transporte de esto/as enfermo/as que lo solicitan a toda España, tanto de lo/as enfermo/as de Castellón que se van a otras provincias como de lo/as enfermo/as de otras provincias que acuden de vacaciones a Castellón, en coordinación con los ALCER provinciales.

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Dirigido a pacientes renales y familiares y a cargo de la psicóloga, que realiza:

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

- Acogida, atención y terapia psicológica en la asociación y en los centros de diálisis.
- Establecimiento de pautas para liberar el estrés originado.
- Terapia sexual
- Visitas a domicilio, para atenciones cuando la persona no puede desplazarse.

SERVICIO DE ASESORÍA JURÍDICA

Gracias a un convenio de colaboración entre ALCER Castalia y la asesoría jurídica SAD, podemos ofrecer el servicio de asesoramiento jurídico telefónico a enfermos/as y familiares de la asociación.

SERVICIO DE ORIENTACIÓN FORMATIVA Y LABORAL

Dirigido a las personas con IRC que pueden y quieren estudiar o trabajar. En él se asesora en la búsqueda de empleo y en el proceso de formación y se informa sobre otros servicios y programas de orientación e inserción laboral a los que puede acceder. También se facilita la búsqueda de empleo a través de la inclusión en bolsas de empleo que hay en Internet, tanto específicas para discapacitados/as como generales.

PROGRAMA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CONSULTA DE DIETÉTICA

Desde finales de año y en colaboración con Coop Salus, contamos con los servicios de especialistas en Nutrición y Dietética, encargados/as tanto de hacer asesoramiento dietético personalizado como de prescribir dietas y hacer seguimientos nutricionales.

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

CICLO DE CHARLAS SOBRE NUTRICIÓN PARA ENFERMOS/AS RENALES

Estas charlas son impartidas por profesionales del equipo de nutrición y dietética del Centro de Salud Natural Coop Salus, en una sala del Edificio Hucha de la Fundación Caja Castellón. La primera charla tuvo lugar el pasado 19 de octubre ante 40 personas y llevó como título "Consejos prácticos en la dieta de los/as enfermos/as renales". Hay programadas otras dos charlas para los dos primeros trimestres de 2007: en febrero tratará sobre la nutrición de los/as enfermos/as en diálisis y en mayo sobre técnicas culinarias específicas en la dieta de los/as enfermos/as renales.

La documentación que se repartió en la charla, también ha sido enviada a dos personas de Valencia que nos solicitaron información.

* Se anexa cartel.





PROGRAMA DE COOPERACIÓN E INTEGRACIÓN

Este programa incluye aquellas acciones mediante las cuales se persigue tanto la integración de los/as afectados/as en la sociedad y en la vida de la asociación, como la cooperación y la solidaridad con los/as demás.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

GRUPO DE AYUDA MUTUA – G.A.M.

Estos grupos son una forma de apoyo mutuo en el que enfermos y familiares se ayudan y se asisten mutuamente, para superar situaciones conflictivas personales, mediante la reciprocidad de ayuda material, emocional y motivacional.

El grupo, que dio comienzo en octubre de este año, funciona en torno a reuniones mensuales, en las que sólo hay una persona externa al grupo, concretamente la psicóloga de la asociación, que actúa como observadora y dinamizadora, fomentando al máximo la autonomía e independencia del grupo. Lo forman una media de 8 personas y se reúne en nuestra sede el último lunes de cada mes, a las 18:00 h.

* Se anexa cartel.

CONVIVENCIAS

A lo largo del año se van realizando acciones convivenciales para fomentar las relaciones y la cooperación entre los/as participantes, a través del ocio y el tiempo libre. Así, pueden intercambiar diversos aspectos relacionados con su problemática.

El **13, 14 y 15 de octubre** de este año realizamos un viaje de fin de semana a Madrid, aprovechando la celebración de las XIX Jornadas Nacionales sobre IRC. Participaron 10 personas, que pudieron reunirse con otros/as participantes de los diferentes ALCERes provinciales de toda España.

* Se anexa programa convivencia y cartel Jornadas.





ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

El domingo **3 de diciembre** organizamos una marcha a pie por el Desierto de Las Palmas (Castellón – Benicàssim), visita guiada por el Monasterio y comida en el municipio de Los Rosildos. En esta actividad, que también forma parte del Programa de Promoción de la Actividad Física, participaron 31 personas.







DÍA DEL/DE LA SOCIO/A

Como forma de agradecer a todos/as los/as socio/as su colaboración en la asociación y hacerles partícipes de esta, se ha establecido el último domingo de noviembre como día para conmemorarles.

ACCIONES PARA LA INTEGRACIÓN EN LA ORGANIZACIÓN

Estas acciones persiguen hacer partícipes a enfermos/as y familiares en la organización y la toma de decisiones de la asociación, y así ofrecer un servicio que se adecue a las necesidades y las preferencias de los/as propios/as afectados/as.

Cuestionario de necesidades y preferencias: Hemos diseñado un cuestionario mediante el cual presentamos la posibilidad a enfermos/as y familiares de hacernos saber qué servicios y recursos necesitan y qué actividades les gustaría que hiciéramos. Se ha enviado a todos/as los/as socios/as y a todos/as los/as enfermos/as

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

de los centros de diálisis de la provincia, además de colgarse en nuestra Web para que se los puedan descargar y enviárnoslo a través del correo electrónico.
Hasta el momento nos han sido devueltos casi 100 cuestionarios rellenados, con los que ya hemos empezado a realizar una evaluación, aunque esperamos que estos nos sigan llegando, para al final hacer un informe real que recoja las necesidades que plantean los/as enfermos/as y sus familiares y las preferencias que tienen respecto a los servicios y actividades de la asociación.

* Se anexa cuestionario.

Buzones en los centros de diálisis (en proyecto): Para que todas las personas en diálisis puedan hacernos llegar su opinión, sugerencias y/o quejas en lo referente a cualquier aspecto relacionado con su situación o con la organización de la asociación, hemos pensado establecer en los diferentes centros de diálisis de la provincia de Castellón, unas hojas dirigidas a ALCER Castalia y buzones para introducirlas.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y EL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL

Este programa persigue proporcionar pautas a la persona enferma y a sus familiares para que alcancen mayor desarrollo personal y social y disminuyan el estrés provocado por el tratamiento de la IRC, así como para capacitarles en la vigilancia de los tratamientos y en la prevención de complicaciones. Para lograr esto, hemos organizado diversos talleres y charlas específicas dirigidas a enfermos/as y familiares.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

TALLER DE DESARROLLO PERSONAL

Se realizó en noviembre y constó de 4 monográficos, en cada uno de los cuales se trabajó un aspecto importante para el desarrollo tanto personal como social de la persona enferma, así como de sus familiares. La finalidad, además de proporcionar unas pautas básicas, fue valorar la idoneidad de trabajar estos aspectos en talleres más amplios y específicos.

Los monográficos realizados han sido:

- "Relajación y eliminación del estrés": martes 7 y miércoles 8
- "Habilidades sociales y personales": martes 14 y miércoles 20
- "Aprender a organizar y gestionar nuestro tiempo": miércoles 15 y martes 21
- "Mejora de la sexualidad y la relación en pareja": martes 28 y miércoles 29

Para que pudiera asistir todo el mundo independientemente del turno de diálisis, se realizó en martes por la mañana y miércoles por la tarde. La media de participantes en el taller ha sido de 11 personas, siendo el monográfico de "Relajación y eliminación del estrés" el que más éxito ha tenido, con una valoración positiva para realizar un taller específico más adelante.

TALLER DE RISOTERAPIA

A cargo del risoterapeuta Francis Monferrer. Tiene lugar en la sede de ALCER Castalia, todos los miércoles de 18:30 a 20:00 horas. Dio comienzo en octubre y en cada sesión participan una media de 15 personas, entre enfermos/as, familiares y simpatizantes.

* Se anexa cartel.



ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

CURSO-TALLER DE EDUCACIÓN SANITARIA

Se titula "*Cuidados de la salud del/de la paciente renal*" y está organizado como un ciclo de charlas-taller, dirigidas especialmente a enfermos/as en prediálisis y en diálisis, aunque es interesante tanto para el resto de enfermos/as y familiares como para personas que se dediquen o quieran dedicarse profesionalmente a la atención de enfermos/as renales. Consta de 6 sesiones, impartidas por Rosa María Carreras y Vicente Cerrillo, del Servicio de Nefrología del Hospital General de Castellón. Dio comienzo el 14 de diciembre y finalizará el 1 de febrero de 2007 y para poder realizar las sesiones, la Fundación Caja Castellón-Bancaja nos ha cedido una sala en el Edificio Hucha. Las dos sesiones que se han celebrado durante 2006 y a las que han asistido 14 y 19 personas, han sido las siguientes, teniendo lugar las demás durante enero y febrero de 2007:

1ª sesión: Jueves 14 de diciembre de 2006 "C*onceptos básicos en la IRC*"
2ª sesión: Martes 19 de diciembre de 2006 "*La elección del tratamiento de la IRC*"

* Se anexa cartel.

PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN DE LA SOCIEDAD

Como su propio nombre indica, con este programa pretendemos informar a la sociedad sobre la enfermedad renal, a la vez que la prevenimos y sensibilizarles ante la importancia de la donación de órganos.
Este programa es el más antiguo de ALCER Castalia y durante 2006 se han seguido haciendo las acciones que ya se venían realizando, implementándose otras nuevas.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

IX JORNADA PROVINCIAL SOBRE IRC

Como cada año, ALCER Castalia ha celebrado su Jornada Provincial sobre IRC, siendo esta la IX edición. Tuvo lugar el domingo 19 de noviembre en el Casino Antiguo de Castellón y asistieron unas 70 personas.

La IX Jornada, patrocinada por Fundación ONCE y los laboratorios farmacéuticos Fresenius y AMGEN, trató temas de gran interés para los/as enfermos/as renales: La anemia y los problemas de huesos, los aspectos sociosanitarios y médicos de la diálisis en casa o los aspectos psicosociales del paciente trasplantado. Además, la trabajadora social de ALCER Castalia hizo una ponencia sobre los objetivos y las acciones de los distintos programas que tiene en marcha la asociación. Al finalizar las ponencias, se sirvió un vino de honor entre los/as asistentes.

* Se anexa programa, cartel y noticia prensa.







DÍA NACIONAL DEL DONANTE DE ÓRGANOS

El 7 de junio celebramos el Día Nacional del Donante de Órganos, que cada año tiene lugar el primer miércoles de junio. Lo celebramos organizando una campaña informativa en Castellón ciudad, Grao y Vinaroz, donde instalamos varias mesas, atendidas por voluntarios/as de la asociación y en las que se repartieron más de cinco mil trípticos (con volante de donación).

* Se anexa folleto donación.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org





DÍA NACIONAL DE LA ENFERMEDAD RENAL

El 5 de marzo, en el marco de la celebración del 30 aniversario de la Federación Nacional ALCER, se instauró oficialmente el Día Nacional de la Enfermedad Renal, coincidiendo en el tiempo con el Día Mundial del Riñón. El acto se desarrolló en la Fundación Jiménez Díaz de Madrid, celebrándose una Jornada sobre "Prevención y detección precoz", a la que asistieron miembros de la Junta de ALCER Castalia. A partir de 2007, ambas iniciativas se celebrarán el segundo jueves de marzo.

FESTIVAL DE LA RISA "*LA RISA DEL RIÑÓN*"

Fue un acto de visibilización de ALCER Castalia y de los/as enfermos/as renales de Castellón ante la sociedad castellonense, con motivo del **25º aniversario de ALCER Castalia**, aunque visto su éxito nuestra intención es establecerlo anualmente. Se hizo el sábado 16 de diciembre por la mañana en la Plaza Pescadería, con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Castellón de la Plana y de la Caja Rural Castellón y estando la animación a cargo del risoterapeuta Francis Monferrer. Se repartieron casi 1.000 puntos de lectura, dípticos y boletines de ALCER Castalia entre las personas que por allí pasaron, que o bien estaban cerca y acudían llamadas por el espectáculo, o bien sabían de su celebración y acudieron expresamente, como fue el caso de enfermos/as renales, asociaciones y estudiantes.

* Se adjunta cartel.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

CHARLAS EN COLEGIOS E IES

Son charlas de información, prevención y sensibilización dirigidas al alumnado de educación primaria y secundaria. Durante este año hemos organizado charlas en los colegios de Almazora, aunque no se realizarán hasta principios de 2007, ya que en 2006 hemos estado realizando los contactos y preparando el material.
Entre este alumnado se realizará también un **concurso de redacción y dibujo** sobre la IRC y la donación de órganos.

PROGRAMA DE APOYO A LA FAMILIA

Este es un programa completamente nuevo y que aun se encuentra en fase de diseño, siendo las únicas actividades que se han realizado las de acompañamiento infantil y el Taller de Risa para niños/as.
Las acciones que esperamos poner en marcha durante 2007, gracias sobretodo al voluntariado con el que esperamos poder contar, son el Servicio de Ayuda a Domicilio, el Apoyo escolar y Actividades infantiles.

ACOMPAÑAMIENTO INFANTIL

Durante 2006 se han hecho acompañamientos a niños/as hijos/as de enfermos/as renales. Estos han consistido en llevarles a diferentes actividades como cuentacuentos, títeres y talleres organizadas por otras entidades, con el objetivo tanto de que disfruten y se desarrollen como de que sus cuidadores/as tengan un respiro:

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

- Sábado 1 de abril: Cuentacuentos, en la Librería Babel. Acompañamos a tres niños/as.
- Domingo 16 de abril: Actividades de Dinamización de Espacios Naturales de Castellón, en el Parque Rafalafena. Acompañamos a tres niños/as.
- Viernes 2 de junio: Teatro de *L'Home Dibuixat*. En el Salón de Actos del Edificio Cavallers de Bancaja. Acompañamos a seis niños/as.
- Sábado 21 de octubre: Taller *Aprendiendo con los cuentos*, dentro del programa de actividades de Abacus. Acompañamos a tres niños/as.
- Viernes 27 de octubre: Representación de *El Rey Volteretas*. Organizada por Fundación Caja Castellón, en el Salón de Actos del Edificio Cavallers de Bancaja. Acompañamos a cinco niños/as.
- Sábado 25 de noviembre: Taller de postales de Navidad, dentro del programa de actividades de Abacus. Acompañamos a cuatro niños/as.

TALLER DE RISA PARA NIÑOS/AS

Los viernes 29 de septiembre y 1 de diciembre se hizo el Taller de Risa para niños/as en la sede de ALCER Castalia, acudiendo 10 y 8 niños/as respectivamente. Igual que el taller de risoterapia para adultos, estuvo dirigido por Francis Monferrer.

PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Persigue beneficiar directamente la salud de los/as enfermos/as renales. En las personas en diálisis, se pretende romper con la inactividad a la que se ven obligados/as por el tratamiento, ya que es totalmente perjudicial si tenemos en cuenta que es un factor de riesgo y profundiza las afecciones cardiovasculares asociadas a la IRC. De las personas trasplantadas, la mayoría presentan un riesgo considerable de

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

desarrollar complicaciones vasculares, y la práctica de ejercicio de forma regular ayuda a controlar ciertos factores de riesgo cardiovascular en trasplantados renales.
De momento, sólo se organizan marchas por la montaña, aunque nuestra intención es ampliar el abanico de actividades físico-deportivas para los/as enfermos/as.

MARCHAS POR LA MONTAÑA

Se organizan salidas por la montaña, que también forman parte del Programa de Cooperación e Integración, como ya se ha dicho. La primera tuvo lugar el domingo **3 de diciembre** y se realizó en el Desierto de Las Palmas (Castellón – Benicàssim), siendo 18 las personas que hicieron la marcha. Hay otras previstas para 2007.

OTROS SERVICIOS

BIBLIOTECA

Se pretende incidir tanto en el aspecto lúdico como en el desarrollo personal de los/as enfermos/as y de sus familiares a través de la lectura.
Además, la biblioteca también servirá como fuente documental para aquellas personas interesadas en diferentes aspectos relacionados con la IRC, ya que se dispone de ejemplares que tratan esta enfermedad de forma específica.

AULA INFORMÁTICA

Gracias a la Fundación Bip Bip disponemos de ordenadores para ser utilizados por nuestros/as socios/as en la sede de ALCER Castalia.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

En esta aula también se imparten clases de informática para aquellos/as socios/as que necesiten adquirir unos conocimientos básicos de ofimática e Internet.
Durante 2006, varios/as socios/as han utilizado estos ordenadores, contando los/as que lo han necesitado y solicitado, con la ayuda de una persona, voluntaria y miembro de la Junta Directiva, que les ha enseñado a manejar tanto el Office como Internet.

PUBLICACIONES

Además del Boletín ALCER Castalia, repartimos gratuitamente entre los/as socios/as, los centros de diálisis y aquellas personas que acuden solicitando información, otras ediciones, como la Revista de Federación ALCER y libros y publicaciones sobre IRC.
* Se anexa listado de publicaciones.

CORREO ELECTRÓNICO

Ofrecemos, de forma gratuita, cuentas de correo electrónico para los/as socios/as que lo deseen, con el dominio de la asociación: @alcercastalia.org.

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

ALCER Castalia – Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales
Registro Provincial de Castellón nº 561. Nº Registro Nacional de Asociaciones 43.024
DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

WEB

Este año hemos logrado uno de los objetivos prioritarios marcados, que ha consistido en la realización de una página Web propia: **www.alcercastalia.org**, diseñada por un informático que colabora con la asociación.

Esta Web es una herramienta básica para la comunicación y la visibilización de la asociación, dando a conocer la enfermedad renal y sirviendo como fuente de actualización constante de nuestras actividades. Además, en ella se pueden encontrar noticias y artículos interesantes relacionados con diversos aspectos de la enfermedad: nutrición, psicología, prestaciones sociales, etc. También se ha abierto un foro para que puedan participar todas aquellas personas interesadas.

El diseño de la Web es sencillo pero completo, con información actualizada constantemente. A finales de 2006 está en proceso de construcción algún apartado, pero que esperamos poder activar en breve.

BOLETÍN ALCER CASTALIA

En septiembre, gracias a la financiación de Fundación Ruralcaja, pudimos sacar el primer número de nuestro Boletín, que tiene una tirada trimestral. El segundo número ha salido en diciembre y esperamos poder sacar el siguiente en febrero de 2007.

Entre el contenido del Boletín, encontramos artículos interesantes sobre diversos aspectos relacionados con la enfermedad renal: nutrición, psicología, prestaciones sociales, aspectos médicos… También se informa de las actividades programadas en la asociación e incluye noticias importantes.

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

De cada número se distribuyen mil ejemplares entre: socios/as; enfermos/as de los centros de diálisis; asociaciones de Castellón (ONGs, asociaciones de mujeres, asociaciones de jubilados/as…); ALCERes provinciales del resto de España; médicos especialistas en Nefrología, Urología y Endocrinología de la provincia; centros de salud de Castellón; hospitales de las provincias de Castellón y Valencia; Ayuntamientos de la provincia; autoridades y organismos públicos, y otras entidades.

* Se anexa ejemplares.

OTRAS ACCIONES

MATERIAL GRÁFICO

Además de la Web y el Boletín, en 2006 hemos hecho el **díptico de presentación** de la asociación, un **punto de lectura** con motivo del 25º aniversario y la **postal** de felicitación de Navidad.

* Se anexa díptico, punto lectura y postal.

INTERNET

Teniendo en cuenta la gran importancia de estar visible en la red para llegar al máximo número de personas posible, además de tener nuestra propia Web, nos hemos hecho visibles introduciendo nuestros datos (y actualizándolos con frecuencia) en otras páginas que incluyen directorios y que están destinadas a favorecer el funcionamiento, la visibilización y la comunicación de las ONGs: Canal Solidario, Soluciones ONG, Haces Falta, Portal Solidario, ONG Consumer, Idealistas, Guía ONGs, Socialia, Fundar, Fundación Lealtad, Tu Patrocinio, ONGinfo, BIV@, Ágora Social, Suport, Xarxanet y Portal Social.

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

En alguna de estas Webs también comunicamos frecuentemente lo que hacemos, publicando nuestros eventos y noticias destacadas.

PARTICIPACIÓN EN ENCUENTROS

También como forma de hacernos visibles ante la sociedad, participamos siempre que podemos en diferentes encuentros y ferias junto a otras organizaciones.
Durante este año, la participación ha sido la que sigue:

6 de junio: Reunión del Consejo Municipal de Bienestar Social, del Ayuntamiento de Castellón de la Plana.

6 de junio: Reunión organizada por FUNDAR en el Edificio Hucha con diferentes asociaciones, con la finalidad de recoger el conocimiento de estas sobre Fundar y conocer las necesidades y expectativas de las ONGs castellonenses.

13 de junio: Jornada de Trabajo organizada por la Fundación Isonomía, en la que se trató el tema de comunicación y asociacionismo y a la que asistimos diferentes ONGs de la provincia.





28 de septiembre: Reunión del Consejo Municipal de Bienestar Social, del Ayuntamiento de Castellón de la Plana.

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

RED DE RELACIONES

ALCER Castalia – Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales
Registro Provincial de Castellón nº 561. Nº Registro Nacional de Asociaciones 43.024
DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

ALCER Castalia mantiene relación con diversas entidades con las que comparte objetivos comunes y con las que realiza, puede realizar o ha realizado acciones conjuntas.

FEDERACIÓN NACIONAL ALCER Y ALCERes PROVINCIALES

Federación Nacional ALCER aglutina a los diferentes ALCER de cada provincia, aunque cada cual tenga autonomía propia.

Hay que destacar que este año y al menos durante los próximos tres, la máxima representación de la Federación recae sobre ALCER Castalia, representada por D. Alejandro Toledo, nuestro Vicepresidente 1º.

Este año, entre las acciones relacionadas con Federación y con otros ALCERes, al margen de las de D. Alejandro Toledo como Presidente, destacamos las siguientes:

Asamblea General Ordinaria y Extraordinaria, el 4 de abril, en la que participaron miembros de esta Junta Directiva y en la que salió elegido Alejandro Noguera, en representación de ALCER Castalia, como nuevo Presidente de Federación Nacional ALCER.

Creación del Grupo de Investigación en Psicología Renal, donde participan psicólogos/as y trabajadores/as sociales de los ALCERes provinciales, que nos encontramos en permanente contacto. Actualmente estamos realizando un estudio sobre el Burnout en el personal de enfermería de los centros de diálisis.

I Jornada de Psicología Renal: fue en Madrid el 14 de octubre y celebramos así la primera reunión de psicólogos y trabajadores sociales del Grupo de Investigación en Psicología Renal.

XIX Jornadas Nacionales sobre Enfermedad Renal, a las que asistió una representación de nuestra asociación. Se celebraron los días 14 y 15 de octubre.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

FEVALCER

FEVALCER es la Federación Valenciana de Asociaciones ALCER, de la que forman parte ALCER Alicante, ALCER Turia y ALCER Castalia. Después de varios años de estar inoperante, se volvió a retomar en 2005 con una reunión entre los tres ALCERes y representantes de la Administración Autonómica.
El 15 de febrero de 2006 se realizó la primera reunión, en la que se acordó que la presidencia recaía sobre ALCER Alicante. Además de diversos acuerdos, durante este año se han rehecho los estatutos de esta Federación.

ASOCIACIÓN AZAHAR

La Asociación Azahar es la Asociación Valenciana para la Prevención, Control y Tratamiento del Tabaquismo, con sede en Castellón.

Hemos colaborado con esta asociación en un programa para enfermos renales: **La Enfermedad Renal y el Tabaquismo**, en la que el trabajo ha consistido en pasar una encuesta sobre el tabaco a lo/as enfermo/as que están en programa de diálisis y a lo/as que ya han sido trasplantado/as, para así poderles facilitar ayuda a lo/as que tienen adicción al tabaco con terapias de grupo o individuales, charlas, controles periódicos etc. y que así puedan llegar a superarla. Nuestra función ha consistido básicamente en intermediar entre la Asociación Azahar, los centros de diálisis y los/as enfermos/as.

El 26 y 27 de abril la Asociación Azahar organizó, en la Universitat Jaume I de Castelló, el **IV Congreso Valenciano sobre Tabaquismo y las IV Jornadas Castellón Ciudad Sana**, siendo una de las ponencias “Tabaquismo y patología renal”, a la que acudieron los/as socios/as de ALCER Castalia.

ENTIDADES SOCIOSANITARIAS

Junto con otras asociaciones que representan a colectivos de enfermo/as hemos estado organizando grupos de trabajo y manteniendo reuniones periódicas, con la idea de organizarnos como coordinadora o similar de asociaciones y entidades

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

sociosanitarias y así poder dar salida a las muchas peticiones que nos llegan sobre temas sociosanitarios de diversa índole y que pretendemos hacer llegar a los distintos estamentos.
Las reuniones realizadas durante 2006 han sido los días 10, 17 y 30 de enero, 27 de febrero, 29 de marzo y 21 de abril. Por problemas de salud de una de las personas organizadoras se ha paralizado, aunque esperamos volver a retomarlo durante 2007.

FUNDACIÓN ISONOMÍA

En junio nos asociamos a la Red de la Fundación Isonomía, formada por diferentes ONGs y entidades de la provincia de Castellón.
Como ya se cita en el apartado de comunicación, el 13 de junio se celebró una Jornada de Trabajo organizada por la Fundación Isonomía, en la que se trató el tema de comunicación y asociacionismo y a la que asistimos diferentes ONGs de la provincia.

COCEMFE CASTELLÓN

En noviembre nos federamos en COCEMFE Castellón y desde entonces intentamos participar en las acciones conjuntas que van organizando, como la VIII Jornada informativa realizada el 12 de diciembre y a la que asistió la Presidenta de ALCER Castalia.

COOP SALUS

Coop Salus es un Centro de Salud Natural, además de un centro de formación, que entre otras, tiene una consulta de Nutrición y Dietética. La colaboración que hemos establecido con este centro se basa principalmente en atender en consulta de nutrición a los/as enfermos/as renales derivados/as por ALCER Castalia y en realizar charlas específicas organizadas por nuestra asociación.

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

Para un buen funcionamiento de la asociación, es necesario realizar una serie de acciones de organización y gestión, que van a hacer posible que todos los programas puedan ser llevados a cabo de forma correcta y que posibilitará que la entidad funcione de la mejor forma.

Entre estas acciones, se incluyen tanto las que tienen que ver con el tema de la financiación como con la planificación, la calidad, la formación del personal, la comunicación, la dirección, etc.

En apartados anteriores ya se han descrito las acciones más destacadas referentes a la comunicación y la visibilización, así como las relaciones con otras entidades, por lo que a continuación se citarán las que no hayan tendido cabida en estos.

ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

El domingo 14 de mayo se celebró la Asamblea Gral. Ordinaria de ALCER Castalia en un Salón de Cruz Roja, seguido de un aperitivo para los/as socios/as asistentes.



REUNIONES DE LA JUNTA DIRECTIVA

Durante 2006, la Junta Directiva de ALCER Castalia se ha reunido 7 veces, aproximadamente cada dos meses. En estas reuniones, se han tomado decisiones importantes para la buena marcha de la entidad y se ha ido planificando las actuaciones.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

PLANIFICACIÓN

Durante este año se ha hecho una planificación de todos los programas que lleva a cabo la asociación, con unos objetivos y metodología específicos para cada uno.

FORMACIÓN DEL PERSONAL

La trabajadora social de ALCER Castalia ha asistido a diferentes acciones formativas, con la finalidad de mejorar en su trabajo y en la atención a las personas, además de conocer o profundizar en otros temas de actualidad.

Curso de Agente de Igualdad de Oportunidades, organizado dentro del Proyecto Compass y con las clases impartidas en la UJI.

Curso de Gestión del tiempo, organizado por Escuela de Voluntariado de Madrid y modalidad a distancia.

Curso Básico de Voluntariado, organizado por Fundación ARSIS y modalidad a distancia.

Curso Comunicación básica para pequeñas organizaciones, organizado por Fundación ARSIS y modalidad a distancia.

Curso Régimen jurídico de asociaciones, fundaciones y voluntariado, organizado por Escuela de Voluntariado de Madrid y modalidad a distancia.

ADQUISICIÓN DE MOBILIARIO Y EQUIPAMIENTO INFORMÁTICO

Debido a la ampliación de personal, ha sido necesario el cambio de mobiliario del despacho de atención, para lo que hemos comprado tres mesas, tres cajoneras y tres sillas de oficina. Además, hemos adquirido dos ordenadores, de los que hemos comprado las pantallas nuevas y nos han regalado las torres, de segunda mano. También se ha comprado la pantalla de un tercer ordenador que ya teníamos anteriormente.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

EXPECTATIVAS DE FUTURO

Con ánimo de ampliar nuestros servicios y abarcar cada vez más aspectos y a una mayor población, desde ALCER Castalia tenemos pretensiones de llevar a cabo diferentes proyectos a medio plazo:

Estudios: en cuanto contemos con los medios adecuados, nuestra intención es realizar diversos estudios relacionados con los/as enfermos/as renales y su enfermedad. Estos estudios irán encaminados a conocer aspectos psicológicos, socio-familiares, de calidad de vida, necesidades reales, expectativas, etc. La finalidad de estos sería dar respuesta a todo lo que estas personas realmente necesitan.

Extensión – nuevas sedes: El centro neurálgico de la asociación está en Castellón ciudad y, de momento, no tenemos ninguna otra sede. Además, la mayoría de las actividades se realizan en la capital, especialmente debido a la falta de medios humanos, técnicos y económicos. Nuestra pretensión es poder establecer al menos un par de sedes más en la provincia, una en el Norte y otra en la zona Sur, para así poder llegar a muchos/as más ciudadanos. En estas sedes estarían los puntos de atención y desde ellas se facilitaría la realización de actividades en municipios de la zona.

Programa de Voluntariado: En 2007 queremos comenzar con un Programa de Fomento del Voluntariado, empezando por la sensibilización, continuando por la formación y llegando a la inclusión de las personas voluntarias en la ejecución de nuestros programas, como el de apoyo a la familia, donde acciones como la ayuda a domicilio o el apoyo escolar no podemos realizarlas ahora por falta de personal.

Mejora del Programa de Nutrición y Dietética: Nuestra pretensión es poder contratar un/a nutricionista a media jornada que preste sus servicios dentro de la asociación.

Servicio de Enfermería Nefrológica: Porque consideramos importante que la persona que es diagnosticada con una Insuficiencia Renal Crónica pueda tener acceso a toda la información necesaria que le ayude a elegir el mejor tratamiento, el que más se le adecue, así como conocer todo lo referente a su enfermedad desde ese momento. Todo ello siendo atendido de forma personalizada, con toda la dedicación que se merece y, sobretodo, considerándolo persona con unas características físicas, psicológicas y emocionales individuales.

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

REFLEXIÓN

Desde ALCER Castalia consideramos que la línea seguida durante 2006, aunque mejorable, es la adecuada, por eso nuestra intención es poder mantenerla. Pero para ello es indispensable poder seguir contando con los recursos humanos actuales, para lo que necesariamente necesitamos recursos económicos.

Desde la Junta Directiva se tiene la ilusión y las ganas de que así sea, aunque somos conscientes de que no depende única y exclusivamente de ello y es necesaria la colaboración e implicación de otras entidades, especialmente de organismos públicos.

Hay que tener en cuenta que este año, gracias sobretodo a la subvención concedida por Caja Madrid para contratar a la trabajadora social y a la psicóloga, ha habido un gran empujón respecto a la dinamización de ALCER Castalia, implantando nuevos programas y ampliando los que ya existían, destacando la importancia que se le ha dado a la integración y participación activa de las personas afectadas.

Además de la trabajadora social y de la psicóloga, también trabaja, desde hace años, una administrativa y técnica de información y apoyo, para la que año tras año llega la financiación justa.

El trabajo realizado por las personas que hacemos posible todo esto ha sido reconocido, destacado y agradecido por los/as enfermos/as renales y sus familiares, que han notado como se les da más importancia y se les presta más atención, una atención más cercana a sus necesidades reales.

Ahora nos encontramos con el problema de que la subvención de Caja Madrid sólo cubre hasta abril de 2007, sin posibilidad de ampliación ni renovación, por lo que necesitamos que lleguen fondos desde otras fuentes si, como es el deseo de todo el colectivo de enfermos/as renales, familiares y profesionales, queremos continuar en la misma línea en la que lo estamos haciendo, que es la de trabajar lo máximo y lo mejor posible por mejorar la calidad de vida de los/as enfermos/as renales y de sus familiares.

ALCER
CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

Desde ALCER Castalia consideramos que no es justo que ahora que hemos tomado un camino que agrada a todos/as y que al parecer es el adecuado, nos quedemos sin poder continuar por no tener el apoyo de otros sujetos de la sociedad, que también han de hacerse responsables de ayudarnos a cumplir nuestro objetivo.

Sin más preámbulos, considerando que queda demostrado nuestro trabajo por mejorar la calidad de vida de enfermos/as y familiares y fomentar la solidaridad de la sociedad castellonense, instamos a las entidades privadas y, especialmente a las públicas, a que nos ayuden financiando los gastos que genera nuestra actividad, que provienen mayoritariamente del personal.

ALCER Castalia

Castellón, 11 de enero de 2007

ALCER CASTALIA

C/ Enmedio, 22 – 2º E 12001 Castellón
Tlf. y fax: 964 228 363
alcer@alcercastalia.org
www.alcercastalia.org

ANEXOS

1. Charla Nutrición 19/10/06: cartel.
2. G.A.M.: cartel.
3. Convivencia Madrid – XIX Jornada Nacional 14-15/10/06: programa y cartel.
4. Cuestionario necesidades y preferencias: modelo cuestionario.
5. Taller de Risoterapia: cartel.
6. Curso – taller Educación Sanitaria: cartel.
7. IX Jornada Provincial 19/11/06: cartel, programa y noticia prensa.
8. Día Nacional del Donante 07/06/06: folleto de donación.
9. Festival de la Risa 16/12/06: cartel.
10. Publicaciones: listado.
11. Boletín ALCER Castalia: ejemplares 1 y 2.
12. Material gráfico: díptico, punto de lectura y postal Navidad.