

**ACALUCA**  
**(Asociación Caudetana de Lucha contra**  
**el Cáncer)**



---

**MEMORIA 2019**

## **1.- INTRODUCCIÓN:**

Acaluca se constituye el 3 de diciembre de 2015, y se presenta a la sociedad caudetana comenzando su andadura en marzo de 2016.

Acaluca es una organización sin ánimo de lucro que se funda gracias a la inquietud de algunas personas afectadas o no de cáncer o familiares, con la intención de apoyar al enfermo y familiar de cáncer en Caudete.

La Asociación Caudetana de Lucha Contra el Cáncer (Acaluca) ha llegado a los objetivos previstos durante el año 2019, centrados principalmente en:

- Sensibilización, información y concienciación sobre la enfermedad.
- Apoyo y mejora de calidad de vida de afectados y familiares, mediante talleres, excursiones y convivencias, sesiones de cuidados y atenciones directas (asesoramiento, fisioterapia, apoyo emocional y psicológico, etc.).

En la primera línea de trabajo se pretende informar a la población en general para que sea consciente de la magnitud de la enfermedad, intentando dar una información concreta y clara, tratando de eliminar prejuicios y estereotipos que surgen alrededor de dicha enfermedad. Todo ello a través de campañas informativas, soporte online, charlas, puntos de información y actividades complementarias que se explicarán en otros apartados.

Con la segunda línea de trabajo, mediante talleres, excursiones, convivencias, sesiones de cuidados y atenciones directas (apoyo emocional y psicológico, fisioterapia, asesoramiento, etc), se pretende acompañar y apoyar a los familiares y pacientes oncológicos. Un gran reto establecido este año ha sido la contratación de una psicooncóloga, cuyo servicio se ha vuelto imprescindible tanto para pacientes como para familiares y que además ha supuesto una inversión muy importante para la asociación.

Consideramos que la información sobre la enfermedad, su tratamiento y secuelas, ofrece seguridad y confianza en el paciente y su entorno familiar, a la vez que la labor preventiva es sin duda primordial para el resto de la población, ya que llevando una vida saludable, se eliminan muchas posibilidades de desarrollo de la enfermedad.

### **Componentes:**

Directivos	13
Socios	225
Voluntarios	38

### **Colectivo al que se dirige**

El perfil directo al que nos dirigimos son, tanto al propio afectado de cáncer, como a su sistema familiar. También han participado los socios de nuestra Asociación y la población en general, pues es importante tener información sobre la prevención y tratamientos de la enfermedad tratando de eliminar prejuicios y estereotipos sociales.

### **Ámbito geográfico de actuación**

En este caso, el alcance geográfico sería la población de Caudete (Albacete). Acaluca es la única asociación de este tipo en nuestra población.

## **Objetivos:**

### **Objetivos generales:**

- Ofrecer herramientas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los pacientes afectados de cáncer y sus familiares.
- Mantener informada a la población sobre esta enfermedad y promover una vida saludable.

### **Objetivos específicos:**

- Mejorar la calidad de vida de afectados y familiares, mediante talleres, excursiones y convivencias, sesiones de cuidados y atenciones directas (asesoramiento, fisioterapia, apoyo emocional y psicológico, etc).
- Contribuir al mejor conocimiento de esta enfermedad y sus tratamientos a través de charlas informativas dirigidas tanto a los pacientes y familiares como a la población en general.
- Sensibilizar y concienciar a la población mediante campañas específicas, de la necesidad de normalizar esta enfermedad, para poderla afrontar mejor llegado el momento.
- Concienciar a la ciudadanía de la necesidad de llevar una vida saludable para disminuir el factor de riesgo.
- Realizar campañas de prevención y detección precoz del cáncer, mediante campañas específicas y charlas informativas.

## **2.- RECURSOS**

### **Recursos humanos 2019**

- Equipo de Junta Directiva, compuesto por:

<i>PRESIDENTE</i>	<i>José Ramón Uribe-Echevarría Anza</i>
<i>VICEPRESIDENTA</i>	Teresa Arnedo Marco
<i>SECRETARIA</i>	Josefa Requena Albero
<i>TESORERO</i>	Juan Molina Bordallo
<i>VOCALES</i>	M <sup>a</sup> del Mar Muñoz Sánchez
	María Sánchez López
	Rosa M <sup>a</sup> Gómez López
	Arturo González-Campos Jiménez
	Inmaculada García López
	Angeles Benito Sánchez
	Ana M <sup>a</sup> Ubiedo Rubio
	Petra Piñeiro de Castro
	Joaquín Pagán

- Grupo de voluntarios, formado por 38 personas, de diferentes perfiles y edades que prestan su apoyo en actividades, acompañamiento, asesoramiento psicológico, asistencial, organización de eventos, etc.

### Recursos materiales:

- Instalaciones: 1 sala de actividades y 1 despacho. Ambos situados en el Centro Social Alcalde Vicente Lillo cedido por el Ayuntamiento, con mobiliarios y servicios básicos como agua, luz, teléfono.
- Equipamiento: 1 ordenador de sobremesa, 1 ordenador portátil, 1 impresora láser, 1 impresora inyección tinta con servicio escaner y copiadora, 1 proyector, 1 pantalla proyección, 1 calefactor, 1 cafetera, roller.
- Material fungible de papelería: folios, carpetas, archivadores, fundas plástico, grapadoras, bolígrafos, soportes para folletos, y todo el material necesario para el correcto funcionamiento...
- Otros materiales: 3 colchones antiescaras, 1 prótesis mamaria, 4 pelucas, 1 carpa, percheros, plantas, tablón de anuncios, mesa portátil.

### 3.- SERVICIOS Y BENEFICIARIOS:

Se han prestado diversos servicios para cubrir las necesidades de las personas afectadas y sus familias.

**Soporte integral al afectado de cáncer y su sistema familiar**, en la sede, domicilio u online. Dentro de éste programa de ACALUCA, se incluye la atención psicológica, social y fisioterapéutica del propio afectado y cualquier miembro del sistema familiar.

**EL TRABAJADOR SOCIAL** contribuye en el bienestar bio-psico-social de las personas, localizando y ofreciendo los recursos a las necesidades que presentan. También es la figura que gestiona, coordina y coopera con diversos agentes y entidades sociales y sanitarias y con la sociedad en general para ofrecer respuesta a aquellas carencias que presentan los afectados. De momento no disponemos de profesional que atienda estas necesidades, atiende esta demanda voluntarios derivando al organismo o profesional correspondiente, manteniendo una estrecha colaboración con Servicios Sociales locales, Gepac y Aecc.

Ayuda a informar y asesorar sobre trámite de ayudas sociales (dependencia, minusvalía), trámites y gestión sobre préstamo de material ortopédico (sillas de ruedas, grúas de movilización, colchones antiescaras, orugas), valoración para ayuda de fisioterapia, gestión para utilizar pisos para familiares de pacientes de ingreso prolongado, etc.

### **Nº ATENCIONES AYUDAS**

	15
<i>Nº DE PERSONAS ATENDIDAS</i>	9
<i>INFORMACION AYUDAS</i>	10
<i>PRÉSTAMO MATERIAL PROPIO</i>	1
<i>TRAMITES PISOS Y LARGA ESTANCIA</i>	0
<i>OTROS (información y trámites paliativos, hospital, prótesis, oncoestética, ..)</i>	4

- La misión del **PSICÓLOGO** es valorar y evaluar, orientar y potenciar la mejor adaptación posible de los pacientes y familiares a las distintas fases de la enfermedad. Se trata de favorecer cambios en actitudes, conductas, emociones y hábitos, a través, principalmente del acompañamiento y la intervención psicológica durante el recorrido del proceso de enfermedad.

Este servicio se presta tanto en atención en despacho como en asistencia domiciliaria, independientemente del tipo de cáncer y momento de la enfermedad en el que se encuentra el paciente.

<b>USUARIOS PSICOONCOLOGICOS INDIVIDUALES</b>		
	PACIENTES CÁNCER	33
	FAMILIARES	30
	<b>TOTALES</b>	<b>63</b>
<b>INTERVENCIONES INDIVIDUALES</b>		
	CONSULTA EN SEDE	142
	DOMICILIO	9
	TOTAL SESIONES	151
	SEGUIMIENTO TELEFÓNICO	63
	<b>TOTAL ATENCIONES INDIVIDUALES</b>	<b>214</b>
<b>TALLERES en GRUPO</b>		
	Nº USUARIOS	34
	<b>Nº ASISTENCIAS GRUPALES</b>	<b>201</b>

- El **FISIOTERAPEUTA** es el profesional responsable de la prevención y el tratamiento de las secuelas producidas por el cáncer. Durante y después de los tratamientos y tras las cirugías, se hace especialmente necesario seguir un programa de rehabilitación específico que permita recuperar el control de las actividades de la vida diaria lo antes posible, además de resolver limitaciones asociadas a los tratamientos como pueden ser fatiga, ansiedad, restricción en rango de movimiento, inflamación, adherencias cicatriciales, síndrome de cordón axilar, linfedema, dolor muscular...

Acaluca ha firmado convenios de colaboración con diversas clínicas de fisioterapia y técnicas de relajación de nuestra localidad, que ofrecen sus servicios para promover **rehabilitación física de sus pacientes oncológicos, pudiendo beneficiarse de bonificaciones y gratuidades en dichos servicios.**

Hay que tener en cuenta que la asociación no cuenta con ningún profesional contratado y que la intervención se realiza de forma voluntaria o mediante convenio, intentando siempre ofrecer una continuidad al proyecto y a los usuarios.

**Nº ATENCIONES FISIOTERAPIA** 99

**Nº PERSONAS en TRATAMIENTO** 16

**Programa de grupos de ayuda mutua:** Estos grupos se desarrollan con los matices de la cercanía que precisa una persona que está padeciendo esta enfermedad. Al entrar en contacto con otra persona que está pasando o que ha pasado por su misma situación, produce un ambiente agradable de diálogo, cercanía y siempre contando con la orientación de la psicóloga que facilita que se den muchas situaciones, dentro del grupo, para efectuar un cambio en la situación por la que pasan o viven.

**Programa de ocio y convivencia:** Aquí se encuadran varias actividades que se desarrollan como: tarde de convivencia con usuarios, participación en actividades de la asociación, fiesta de navidad,...

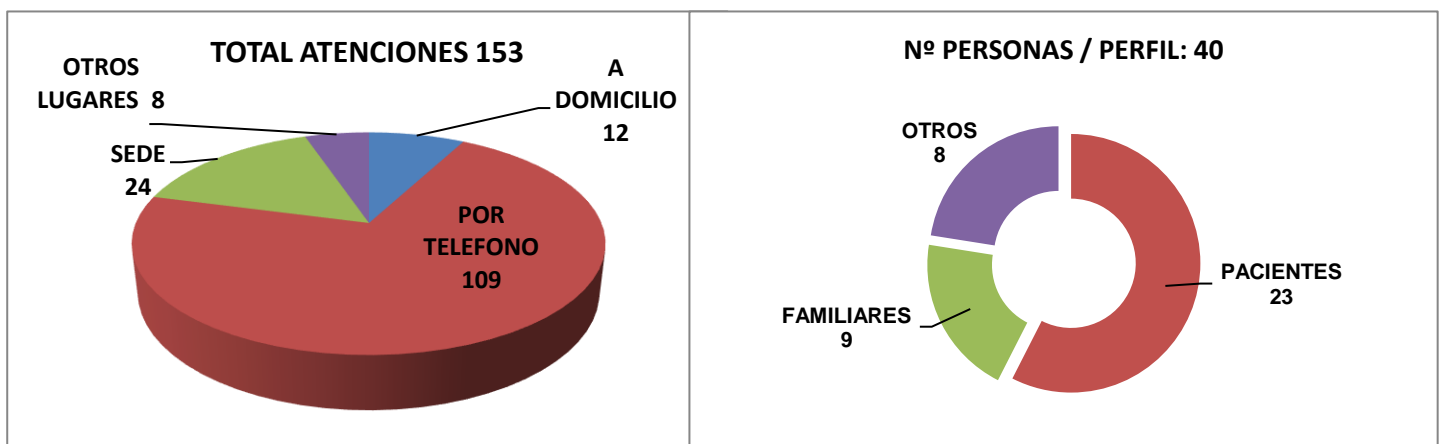
**Programa de actividades y talleres:** Se trata de actividades o talleres que favorecen la óptima ocupación del tiempo, amplían la información existente y tratan de mejorar en bienestar psicosocial de los usuarios.

**Programa de prevención y fomento de hábitos de vida saludable.** Talleres o charlas que ayuden a mejorar la calidad de vida.

**Programa de sensibilización y concienciación:** mediante campañas informativas (Día Mundial del Cáncer, Día Mundial Cáncer de Mama, jornada de sensibilización...), talleres, cursos, charlas, soporte online..

**Programa de voluntariado:** recurso y pieza fundamental. Va desde su captación (campañas de sensibilización) hasta su formación, incorporación, seguimiento y evaluación, participando activamente en todos los programas anteriores, así como en el suyo propio, además de la creación de nuevas actividades y eventos que ellos mismos puedan ofrecer

## OTRAS ATENCIONES POR VOLUNTARIOS



<b>Nº TOTAL DE PESONAS ASISTENTES A EVENTOS / ACTIVIDADES / CHARLAS / TALLERES</b>	<b>2.983</b>
--	--------------

#### **4.- ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA LÍNEA DE INTERVENCIÓN**

Siguiendo la línea de intervención, esta Asociación ha realizado numerosas actividades a lo largo del año y el resultado de todas ellas ha superado la previsión de la Directiva, por lo que muchas de las actividades se volverán a realizar en 2020 y además se realizarán otras en relación con las necesidades de los afectados, familiares y socios de nuestra Asociación.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GALA DE BAILE</b>	<b>FECHA</b>	<b>19/01/18</b>	<b>HORA</b>	<b>19:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>AUDITORIO CASA DE CULTURA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>310</b>	<b>VOLUNT.</b>	<b>4</b>

El sábado 19 de enero se realizó una Gala Benéfica de baile con la actuación de Anabeth Ballet compuesto por 20 bailarinas y se representaron un conjunto de coreografías de distintos tipos de modalidades de bailes, con coreografía, escenografía y dirección de Anabel Úbeda Sánchez. El acto se dividió en dos partes y en el intermedio las dos Asociaciones organizadoras ACALUCA y Asociación Anabeth ballet hicieron una presentación de cuáles eran sus objetivos y sus finalidades como asociación.



La entrada al espectáculo era un donativo de tres euros que fue dividido a partes iguales para las dos asociaciones.

Los resultados fueron muy satisfactorios y el público asistente quedó encantado con la actuación.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DIA MUNDIAL DEL CANCER</b>	<b>FECHA</b>	<b>03-02-19</b>	<b>HORA</b>	<b>12:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SALA MULTIUSOS CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>150</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>12</b>

Para conmemorar el Día mundial del Cáncer se ha organizado un acto el domingo 3 de febrero en la Sala multiusos del Centro Vicente Lillo, lugar donde tiene la sede nuestra Asociación Acaluca que llevaba por título "Yo soy vida y voy a mimarme", el presidente de la asociación José Ramón Uribe hizo, junto con la vicepresidenta Teresa Arnedo, la lectura del manifiesto que la Asociación Internacional del Cáncer ha preparado como todos los años. A continuación los asistentes fueron invitados a una chocolatada y pudieron poner su huella en el árbol de la vida, pintado por la voluntaria M<sup>a</sup> José Martínez, dejando su muestra de lucha en la batalla contra esta enfermedad.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>AUTOEXPLORACION MAMARIA</b>	<b>FECHA</b>	<b>05-02-19</b>	<b>HORA</b>	<b>17:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>65</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>JUANA M<sup>a</sup> LAJARA ALMENDROS</b>				

El martes 5 de Febrero, se realizó un interesante Taller de Autoexploración Mamaria, impartido por la Matrona del Hospital de Almansa, Juana María Lajara Almendros, siendo un taller práctico sobre esta técnica basada en la observación y palpación de las mamas.

La acogida y participación por parte de los asistentes fue muy satisfactoria y productiva, pretendiendo concienciar a la población sobre la prevención del cáncer de mama.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER ANSIEDAD</b>	<b>FECHA</b>	<b>26/03/19 07/05/19</b>	<b>HORA</b>	<b>16:30</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>28 24</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>M<sup>a</sup> Carmen Rodríguez</b>				

En este 1º taller básico, se explicó qué es la ansiedad, sintomatología asociada y estrategias de desactivación y se tomó contacto con la técnica de respiración profunda y visualización, como parte práctica. La ansiedad es un tema recurrente en todos los pacientes de cáncer y miembros de su núcleo familiar, en muchos momentos del proceso. Se practicó la respiración profunda. Fue muy interesante y participativo.

En un próximo taller se profundizará sobre diversas técnicas de autorregulación.



El martes 7 de mayo Acaluca realizó el II Taller sobre la Ansiedad, que fue impartido por la psicooncóloga M. Carmen Rodríguez Muñoz.

La ansiedad es un tema recurrente en todos los pacientes de cáncer y miembros de su núcleo familiar, en muchos momentos del proceso.

La segunda parte del taller, realizado el 07 de mayo, fue meramente práctico, en el que se introdujeron y practicaron diversas técnicas de desactivación:

- Respiración diafragmática profunda
- Entrenamiento en relajación muscular progresiva
- Meditación por respiración
- Relajación autógena
- Visualización guiada

Un taller muy interesante y que seguiremos profundizando con nuestros pacientes y familiares.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA CANCER DE PROSTATA</b>	<b>FECHA</b>	<b>03/04/19</b>	<b>HORA</b>	<b>19:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>MUSEO RAFAEL REQUENA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>80</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Argimiro Collado Serra</b>				

El miércoles 3 de Abril, se realizó una charla informativa sobre el cáncer de próstata, impartida por el doctor Argimiro Collado, jefe clínico del servicio de urología del Instituto Valenciano de Oncología

(IVO) en la especialidad de Urodinámica, donde se habló desde aspectos básicos de la anatomía de la próstata, hasta los tratamientos actuales frente al cáncer de próstata, y estructurado alrededor de la prevención.

La participación de los asistentes fue numerosa y satisfactoria, y la información productiva, sobre cómo prevenir y detectar el cáncer a tiempo y no ser afectados de ésta enfermedad que atenta con la vida de muchos hombres.



**Charla**

**CÁNCER DE PRÓSTATA**  
PRIMER DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTOS ACTUALES

Impartida por el Dr. Argimiro Collado Serra  
Jefe Clínico del Servicio de Urología del Instituto Valenciano de Oncología (IVO) en la Especialidad de Urodinámica

**3 abril 2019 / 19:30 h.**  
Casa de Cultura / Museo Rafael Requena / Caudete

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GALA PREMIOS GEPAC, LA GALA DEL TALENTO</b>	<b>FECHA</b>	<b>11/04/19</b>
<b>LUGAR</b>	<b>ATENEO, MADRID</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>2</b>

Acto de entrega de premios a nivel nacional de las primeras figuras en el ámbito oncológico, tanto a nivel médico, farmacéutico y de investigación.

Acaluca participó en la 7ª edición a los premios al talento, la implicación y el compromiso con las personas enfermas de cáncer.

Con estos premios, los pacientes han galardonado a investigaciones, médicas y voluntarios y periodistas, farmacéuticos, enfermeros y empresarios.

Personas o entidades que han sabido aprovechar su potencial para cambiar la realidad de mucha gente. Acaluca entregó el diploma a la categoría Responsabilidad Social Corporativa, cuyo ganador fue "Quimioterapia a domicilio" del Hospital de Torrejón.

Después se nos ofreció un conbite de agradecimiento en el que tuvimos la suerte de intercambiar opiniones tanto con otras asociaciones como con grandes profesionales de la medicina como farmacéuticos, a los cuales podemos pedir ayuda para nuestras diversas campañas.

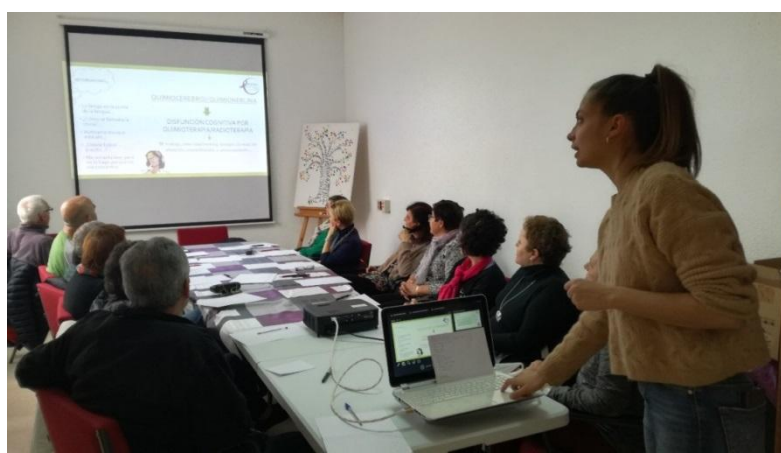


ACTIVIDAD	TALLER DE MEMORIA	FECHA	22/04/19	HORA	16:30
LUGAR	Sede Acaluca	ASISTENTES	14	VOLUNTARIOS	2
PONENTE	Itziar González				

Se ha constatado que la quimioterapia puede afectar las funciones cognitivas, teniendo repercusiones en áreas como concentración, memoria, lenguaje, cálculo etc

En estos talleres, además de conocer las diferentes áreas se han realizado ejercicios de estimulación cognitiva y se ofrecen recursos para potenciar y mantener las distintas variables y estrategias que pueden ayudar a lidiar la pérdida del funcionamiento cognitivo.

Ha sido aceptado muy bien por las pacientes y con mucho entusiasmo. Con ganas de continuar mensualmente.



El jueves 2 de Mayo, Acaluca ofreció a la Asociación de Mujeres Santa Bárbara el Taller «Comer sano, comer diferente». Llevar una dieta sana es imprescindible para gozar de buena salud y

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER COMER SANO, COMER DIFERENTE</b>	<b>FECHA</b>	<b>2/05/19</b>	<b>HORA</b>	<b>16:30</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Sala Vicente Lillo</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>32</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>3</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Natalia Martínez</b>				

prevenir enfermedades.

Natalia Martínez, Dietista - Nutricionista, condujo de forma amena el taller, intentando concienciarnos de modificar hábitos en nuestra dieta. Pudimos también comprobar y degustar, lo fácil que es preparar batidos saludables y ricos, ricos.

También se realizó un batido que se compartió con los asistentes.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MESA INFORMATIVA MERCADILLO Y CUESTACION</b>	<b>FECHA</b>	<b>03/05/19</b>	<b>HORA</b>	<b>10:00 - 12:45 h.</b>
------------------	---	--------------	-----------------	-------------	-------------------------

<b>LUGAR</b>	<b>Calles del Mercadillo de los viernes</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>200</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>15</b>
--------------	---	-------------------	------------	--------------------	-----------

El viernes 3 de Mayo, la Asociación de Mujeres Santa Bárbara, apoyadas por miembros de nuestra asociación, voluntarios y afectados de cáncer, realizó una cuestación a favor de Acaluca.

Este dinero será destinado a recursos y programas para mejorar la calidad de vida y el bienestar de pacientes y familiares afectados de cáncer.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>VIAJE A ARCHENA</b>	<b>FECHA</b>	<b>22/05/19</b>	<b>HORA</b>	<b>Todo el día</b>
		<b>ASISTENTES</b>	<b>24</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>

El 22 de mayo se realizó una excursión al Balneario de Archena con pacientes y familiares de primer grado.

Con esta actividad se pretende que los asistentes salgan de su rutina y se relajen y diviertan dejando atrás todas las preocupaciones que conllevan la enfermedad tanto para el paciente como para su entorno familiar directo. Las magníficas instalaciones del balneario lograron su objetivo quedando todos los asistentes muy satisfechos, creándose al mismo tiempo un vínculo de unión importante entre todos ellos.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MAREA ROSA</b>	<b>FECHA</b>	<b>08/06/19</b>	<b>HORA</b>	<b>20:00 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Calles de Caudete</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>623</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>53</b>

La carrera volvió a ser un éxito como en años anteriores, no hubo ningún incidente destacable, la gente participó con entusiasmo y agradecieron el esfuerzo de la organización, que al igual que otros años corrió a cargo de la Junta directiva de la asociación y de la concejalía de deportes del Ayuntamiento de Caudete.

Como en años anteriores la población local caudetana se volcó y demostró su solidaridad, en las calles los vecinos colgaron las camisetas en sus fachadas y algunos establecimientos locales también engalanaron sus escaparates, hubo mucho público para aplaudir a los corredores y participantes y los voluntarios volvieron a mostrar su implicación activamente.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA SOBRE MICROPIGMENTACIÓN</b>	<b>FECHA</b>	<b>11/06/19</b>	<b>HORA</b>	<b>18:00h</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>12</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Nieves García Llorens</b>				

El martes 11 de JUNIO, Nieves García Llorens, del Centro de Estética ALBERTINA GARCÍA LLORENS, impartió una charla sobre la técnica de micropigmentación y su aplicación en oncoestética.

Uno de los mayores impactos que generan los tratamientos oncológicos es la caída del pelo, que afecta también a las cejas y a las pestañas. Aunque en la mayoría de los casos vuelve a crecer después de un tiempo, la micropigmentación y microbleeding son técnicas con resultados muy satisfactorios en estos casos.

También se informó sobre la especialización del centro en la micropigmentación y tatuaje de areola y pezón, que finaliza el proceso de reconstrucción mamaria, produciendo un cambio importante en la imagen y autoestima del paciente.

Acaluca agradece la profesionalidad y tacto con la que se ha transmitido todo este tipo de información y que nos es muy valiosa.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA ALUMNOS DE 3º de ESO</b>	<b>FECHA</b>	<b>19/06/19 21/06/19</b>	<b>HORA</b>	<b>12:30h</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Instituto Rafael Requena y Colegio Amor de Dios</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>80</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Mª Carmen Rodríguez</b>				

Acaluca continúa como todos los años con sus charlas de sensibilización y prevención del cáncer, con charlas dirigidas a los alumnos del Instituto y colegio "Amor de Dios" de 3º E.S.O., con el objetivo de concienciar e informar sobre la enfermedad, así como mejorar el estilo de vida saludable, y dando a conocer los fines de la asociación.

Asistencia numerosa y participativa por parte de los alumnos.

Desde nuestra asociación, seguiremos transmitiendo dicha información, aunque se ha valorado la posibilidad de cambiar y realizarlo a los alumnos de 4º de E.S.O.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MESA INFORMATIVA PROTECCION SOLAR Y CANCER DE PIEL</b>	<b>FECHA</b>	<b>22/06/19 11/07/19</b>	<b>HORA</b>	<b>11-13 17-19</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Club de Tenis y Piscina Municipal</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>210</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Sara Gómez</b>				

La asociación Acaluca, instaló el sábado 22 de Junio en el Club de Tenis de Caudete, y el día 11 de Julio en la Piscina Municipal, una mesa informativa para concienciar sobre los riesgos que entraña exponerse al sol sin la protección solar adecuada, seguiremos transmitiendo dicho mensaje antes del verano para concienciar a la población.

La farmacia Sarah Gómez de Caudete participó en dicha campaña.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MANUALIDADES</b>	<b>FECHA</b>	<b>19 y 26/08/19 25/09/19</b>	<b>HORA</b>	<b>17 h.</b>
------------------	---------------------	--------------	-----------------------------------	-------------	--------------

<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>22 / 20 / 19</b> <b>TOTAL 51</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>5</b>
<b>PROFESORA</b>	<b>Rosa Amorós</b>				

Durante tres tardes, las terulianas y algunas componentes de la directiva, se han reunido para hacer las manualidades que se repartirán en la feria medieval. Han estado dirigidas por Rosa Amorós voluntaria y profesora que ha enseñado y aconsejado a las asistentes para realizar unos preciosos marcapaginas de colores variados y muy bonitos. Cada uno de estos marcapáginas llevaba escrito una frase de ánimo y fuerza para todos.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA MINDFULNESS</b>	<b>FECHA</b>	<b>23/09/19</b>	<b>HORA</b>	<b>17 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Centro Vicente Lillo</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>22</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>M<sup>a</sup> Carmen Rodríguez</b>				

Con esta Charla se pretendía dar a conocer a los pacientes de la asociación que es Mindfulness y sus beneficios, ya que se pretende hacer un taller de Mindfulness y es importante que los posibles asistentes al mismo, conozcan de antemano en qué va a consistir el taller, para que así el mismo cumpla las expectativas que cada uno tenga sobre el mismo. Tuvo muy buena aceptación y se apuntaron 20 personas.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>FERIA MEDIEVAL Y DE LA SOLIDARIDAD</b>	<b>FECHAS</b>	<b>5 Y 6/10/19</b>	<b>HORA</b>	<b>DE 10 A 20 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>PUERTA DE LA VILLA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>350</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>20</b>

Por cuarto año consecutivo Acaluca participó en esta Feria de la Solidaridad, donde el stand estuvo atendido en turnos de mañana y tarde por unos 20 voluntarios.

El buen tiempo propició buena afluencia de público. Nuestro stand ofreció información sobre las actividades de la asociación, sobre como colaborar con nosotros.

Esta feria nos sirve para incentivar la solidaridad entre la población de Caudete, motivándoles para que colaboren con Acaluca, bien sea como socios, o acudiendo a nuestros eventos y actividades.

Con el fin de atraer a los visitantes, mediante las redes sociales se instó a la población en general para que nos dejaran palabras o frases que conformaría nuestro logo. A cambio Acaluca les ofrecía unos marcapáginas con frases motivadoras que para la ocasión el grupo de pacientes realizó durante varios talleres de manualidades.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER MINDFULNESS</b>	<b>FECHA</b>	<b>Del 14/10/19 al 14/01/20 (8 sesiones)</b>	<b>HORA</b>	<b>18:15 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Centro de Mayores</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>128</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>M<sup>a</sup> Carmen Rodríguez</b>				

Este taller se realiza en 8 sesiones: 14 y 28 OCT, 4, 11 y 26 NOV, 2 y 16 DIC y 14 ENE.

Todos ellos constan de una parte teórica y otra práctica y tiene 1 h y 45' de duración.

La idea del mindfulness es practicar la atención plena, la escucha activa, sintonizar nuestros pensamientos con lo que estamos sintiendo en el momento presente, en vez de repetir el pasado o imaginar el futuro. La atención plena también implica aceptación, lo que significa que prestamos atención a nuestros pensamientos y sentimientos sin juzgarlos. Rara vez estamos completamente presentes en el momento. La atención consciente, sin embargo, está completamente comprometida con la experiencia del momento presente: el aquí y el ahora. Dejamos ir la tensión causada por querer que las cosas sean diferentes, la tensión de querer constantemente más, y en cambio aceptamos el momento presente tal como es. Nos ayuda a centrarnos en una sola cosa.

Ha sido un taller muy positivo que ha dado unas pautas para seguir practicando diariamente y acoplar esta disciplina en el día a día, para ayudarnos a vivir plena y conscientemente desde la aceptación, a la vez que, al ser una técnica de relajación, reduce la ansiedad, la insatisfacción y el malestar asociado a emociones negativas.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MESA INFORMATIVA DIA MUNDIAL CANCER DE MAMA</b>	<b>FECHA</b>	<b>21/10/19</b>	<b>HORARIO</b>	<b>De 10h a 12 h</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO DE SALUD</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>150</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>7</b>

Con motivo de este día se puso una mesa informativa en el Centro de Salud, con el fin de sensibilizar al público en general sobre el problema del Cáncer de Mama, así como reforzar las medidas preventivas y la detección precoz. También se puso un lazo rosa y pancartas de Acaluca tanto en inmediaciones de Sede como en balcón de Sala de la Villa dl ayuntamiento de Caudete.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER LINFEDEMA</b>	<b>FECHA</b>	<b>17/10/19</b>	<b>HORA</b>	<b>18:30 h</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Centro Social Vicente Lillo</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>19</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>M<sup>a</sup> Gracia Ortuño</b>				

Con motivo de la celebración del Día Mundial de Cáncer de Mama se ha realizado un taller dirigido a pacientes de cáncer de mama donde se ha explicado qué es el sistema linfático, causas, prevención y tratamiento de linfedema y hemos realizado ejercicios prácticos. También se han puesto en común dudas y preocupaciones al respecto.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CURSO DE FORMACION GEPAC Y CONGRESO</b>	<b>FECHA</b>	<b>21-24/11/19</b>
<b>LUGAR</b>	<b>MADRID</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>3</b>

Los días 21 y 22 de Noviembre se realizaron las jornadas de formación a asociaciones, durante las cuales se impartieron cursos y talleres:

- Inmunoterapia Car-T
- Investigación, aprobación y desarrollo de fármacos oncológicos,
- Comunicación y redes sociales
- Aprender a hablar y exponer en público
- Protocolo de intervención con pacientes en situación de crisis

Son muy interesantes estas jornadas en las que se convive con asociaciones del resto de España para poner en común nuestras inquietudes en el quehacer diario.

Los días 23 y 24 noviembre se asistió al congreso con diversas ponencias de los mejores profesionales nacionales.

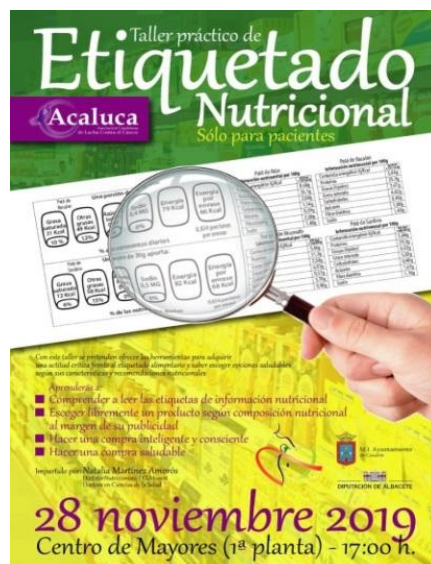


<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER ETIQUETADO NUTRICIONAL PARA PACIENTES</b>	<b>FECHA</b>	<b>28/11/19</b>	<b>HORA</b>	<b>17:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>Centro de Mayores</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>10</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PONENTE</b>	<b>Natalia Martínez</b>				

Con este taller se pretendía dar las herramientas para adquirir una actitud crítica frente al etiquetado alimentario y escoger opciones saludables según sus características y recomendaciones nutricionales.

Aprendimos a:

- Entender a leer las etiquetas de información nutricional
- Escoger libremente un producto según composición nutricional al margen de su publicidad
- Hacer una compra inteligente y consciente
- Hacer una compra saludable



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CAFÉ TERTULIA</b>	<b>FECHA</b>	<b>1 AL MES</b>	<b>HORA</b>	<b>16:30</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>151</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>

Celebrado 1 vez al mes, el taller para pacientes, Café – Tertulia, tiene como objetivo poner en contacto a diversas pacientes con diferentes tipos de cáncer, en una reunión donde comparten sus experiencias, emociones e inquietudes de forma distendida, pasando un buen rato con sus semejantes. En ocasiones, al mismo tiempo, se realizan tareas como realización de lazos, corazones solidarios, y otras actividades. Siempre están acompañadas por psicóloga.

El nivel de satisfacción de las pacientes es muy elevado, creándose un vínculo muy especial entre todas ellas, ya que se comparten experiencias y se descargan emociones, y hay un gran apoyo moral entre las mismas. El número de asistentes oscila en función de la situación en la que se encuentren las pacientes, ya que a veces no pueden acudir por los tratamientos a los que están sometidas.

Sesiones:

14 ENE: 14  
 11 FEB: 16  
 08 MAR: 20 comida  
 02 ABR: 13 corazones marea rosa  
 09 ABR: 7 corazones marea rosa  
 14 MAY: 14 corazones marea  
 03 JUN: 16 terraza Arnica  
 31 JUL: 6 terraza Picó  
  
 02 AGO: 16 Terraza Paseo  
 17 SEP 10  
 08 OCT: 9  
 19 NOV: 10



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>COMIDA NAVIDAD PACIENTES</b>	<b>FECHA</b>	<b>18/12/19</b>	<b>HORA</b>	
<b>LUGAR</b>	<b>GONDOLA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>16</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>

Con el fin de pasar un rato divertido y fomentar convivencia entre pacientes, se realizó una comida por cuenta de cada uno en restaurante Góndola.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CORTADORES DE JAMON POR UN RETO</b>	<b>FECHA</b>	<b>14 DIC</b>	<b>HORA</b>	<b>DE 17 A 21H</b>
<b>LUGAR</b>	<b>PLAZA DEL CARMEN</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>400</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>17</b>

El 14 de diciembre se realizó este evento para recaudar dinero exclusivamente para la investigación. Se contó con la presencia de 5 cortadores de jamón que hicieron posible el acto.

Para la decoración de la Plaza se colgaron paraguas identificativos con todos los tipos de cáncer que fueron pintados en la asociación.

Contamos con la colaboración de bar Morgul y restaurante la Notaría, para la gestión de la barra. Nos fueron donados 4 jamones por carnicerías de la localidad.

La Notaría también ofreció humus para los veganos.

El evento tuvo una gran aceptación y se superaron las previsiones.



**Cortadores profesionales de jamón por un Reto Solidario**

- **TAPAS SOLIDARIAS**  
de jamón con vino, cerveza, refrescos...
- **SORTEOS**  
una tapa = una opción
- **MÚSICA**  
a cargo de Dave M. Sánchez y Dj Fran

**Acaluca**  
Asociación de Lucha Contra el Cáncer

Colaboran: **MORGUL** y **LA NOTARÍA**

Recaudación íntegra para la **INVESTIGACIÓN DEL CÁNCER**

**14 DICIEMBRE 2019**  
de 17:00 a 21:00 horas / Plaza del Carmen / CAUDETE

# MEMORIA FINANCIERA 2019

## INGRESOS

CONCEPTO	AÑO 2019
CUOTA DE SOCIOS	4.405,00
SUBVENCIONES	6.532,27
DONACIONES	720,00
EVENTOS CASA CULTURA	467,50
FERIA MEDIEVAL	345,26
CUESTACIONES	912,22
EVENTO MAREA ROSA	7.989,00
PULSERAS SOLIDARIAS	1.202,00
EVENTO CORTADORES DE JAMON	1.268,00
<b>IMPORTE TOTAL</b>	<b>23.841,25</b>

## GASTOS

CONCEPTO	IMPORTE
GASTOS INVESTIGACION CANCER	1.500,00
CONSERVACION Y REPARACION	37,51
SERVICIOS PROFESIONALES	60,50
CUOTA FEDERACION ESPAÑOLA CANCER	100,00
TRATAMIENTOS FISIOTERAPIA	2.075,99
SERVICIO PROTECCION DATOS	181,50
PREVENCION Y SANIDAD	229,90
PRIMAS DE SEGUROS	494,91
SERVICIOS BANCARIOS	136,74
CORREOS	7,80
MATERIAL DE OFICINA	77,77
SUMINISTRO DE TELEFONO	121,00
GASTOS INTERNET	133,10
GASTOS VARIOS	189,35
DIA MUNDIAL DEL CANCER	218,05
GASTOS DE VIAJE	259,54
MAREA ROSA 2019	3.341,87
CAFÉ TERTULIA	95,80
EVENTO CORTADORES JAMON	322,05
CHARLA CANCER COLORRECTAL	13,61
FERIA MEDIEVAL	350,95

CONGRESO GEPAC	595,55
DIA MUNDIAL CANCER DE MAMA	35,42
GALA BENEFICA ANABEL	8,45
TALLER DE MEMORIA	93,73
CHARLA INFORMATIVA NUTRICION	65,80
CHARLA CANCER DE PROSTATA	32,46
CAMPAÑA PROTECCION SOLAR	440,68
VIAJE BALNEARIO ARCHENA	388,00
TALLER COMER SANO, COMER DIFERENTE	58,15
TALLER AUTOEXPLORACION MAMARIA	7,50
GASTOS FLORISTERIA	360,00
TALLER MICROPIGMENTACION	9,00
TALLER DE ANSIEDAD	18,72
TALLER DE MANUALIDADES	52,56
TALLER LINFEDEMA	15,00
TALLER MINDFULNESS	98,81
OTROS TRIBUTOS (TASAS)	338,38
SUELDOS MARY CARMEN	5.509,56
S.SOCIAL MARY CARMEN	2.006,41
<b>TOTAL DE GASTOS E INVERSION</b>	<b>20.082,12</b>

## RESULTADO FINAL

TOTAL DE INGRESOS	23.841,25
TOTAL DE GASTOS E INVERSION	20.082,12
<b>RESULTADO POSITIVO AÑO 2019</b>	<b>3.759,13</b>
SALDO POSITIVO BANCARIO AÑO 2018	7.402,89
<b>IMPORTE TOTAL BANCARIO AL 31-12-2019</b>	<b>11.162,02</b>