

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



---

**MEMORIA 2023**

## **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 2023, 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, asistencia social, nutrición 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, dietética y nutrición, dental, logopeda, etc.), se pretende acompañar y apoyar a los familiares y pacientes oncológicos.

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	15
Socios	<u>300</u>
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 2023**

- Equipo de Junta Directiva, compuesto por:

PRESIDENTA	Teresa Arnedo Marco
VICEPRESIDENTA	Petra Piñeiro de Castro
SECRETARIA	Josefa Requena Albero
TESORERO	Juan Molina Bordallo
VOCALES	Rosa M <sup>a</sup> Gómez López
	Mar Muñoz Sánchez
	Inmaculada García López
	Ana M <sup>a</sup> Ubiedo Rubio
	M <sup>a</sup> Carmen Sánchez Arnedo
	José Ángel Galdón Gracia
	Candelaria Fausto Marín
	Natalia Ortuño Algarra
	M <sup>a</sup> Jesús Solera Figuera
	Silvia Algarra Díaz
	José Vila Marco

- Psicóloga a tiempo parcial
- Trabajadora Social a tiempo parcial
- 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 Cl. Santa Barbara, 34 - 1º de Caudete, cedido por el Ayuntamiento, con mobiliario y servicios básicos como agua, luz, teléfono.
- Equipamiento: 1 ordenador de sobremesa, 1 ordenador portátil, 1 impresora láser multifunción, ~~1 impresora inyección tinta con servicio escaner y copiadora~~, 1 proyector, 1 pantalla proyección, 2 calefactores, 1 cafetera, roller, dispensador agua, 1 trituradora, 1 purificador de aire.
- 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, 4 carpas, percheros, plantas, tablón de anuncios, mesa portátil, 2 sillas de ruedas, 1 silla para WC y aseo y 1 grúa.

### **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 y social, además de otros servicios, del propio afectado y cualquier miembro del sistema familiar.

Este año se han incluido además diversos servicios como el de nutrición, dental, logopeda, ortopedia-farmacia, servicio cuidado integral, servicio oncoestético, etc. a través de convenios concertados con profesionales. Si bien, el más demandado sigue siendo el de fisioterapia.

**LA TRABAJADORA 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. Realiza la primera acogida al paciente o familiar que acude a la asociación y detecta las necesidades y problemas sociales que se producen o agravan con la enfermedad ayudando a las personas y grupos, a desarrollar sus capacidades para encontrar soluciones, participando en el proceso.

Ayuda a informar y asesorar sobre trámite de ayudas sociales (dependencia, diversidad funcional), trámites y gestión sobre préstamo de material ortopédico (sillas de ruedas, grúas de movilización, colchones antiescaras, orugas), valoración para ayuda de fisioterapia, nutrición, y otros servicios, gestión para utilizar pisos para familiares de pacientes de ingreso prolongado, etc. Además se encarga de la organización y planificación de actividades para pacientes y familiares.

Disponemos de una Trabajadora Social en plantilla a media jornada, atendiendo esta área de una forma profesional, realizando su intervención tanto en sede como a domicilio cuando sea necesario.

La misión de la **PSICÓLOGA** 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.

La psicóloga tiene un contrato de servicios de 20h semanales y éste 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	71
	FAMILIARES	51
	<b>TOTALES</b>	<b>122</b>
<b>INTERVENCIONES INDIVIDUALES</b>		
	CONSULTA EN SEDE	278
	DOMICILIO	16
	VIDEOCONFERENCIA / TELEFONO	183
	<b>TOTAL ATENCIONES INDIVIDUALES</b>	<b>477</b>
<b>TALLERES EN GRUPO</b>		
	Nº USUARIOS	20
	<b>Nº ASISTENCIAS GRUPALES</b>	<b>62</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** 161

**Nº PERSONAS en TRATAMIENTO** 24

El **NUTRICIONISTA**, es también un agente fundamental en el proceso oncológico. El principal objetivo es reducir los efectos secundarios de los tratamientos, restablecer las carencias nutricionales y mejorar así la calidad de vida de los pacientes.

Existe un convenio con dos nutricionistas de la población, colegiados, que atienden a los pacientes en sus propias clínicas. El proceso de acogida se realiza tras la derivación de la trabajadora social, quien pone en contacto a paciente y profesional. Antes de llevarse a cabo esta 1º consulta, el nutricionista siempre tiene una reunión con trabajadora social para la exposición del caso, estudio de necesidades y objetivos a trabajar. Estos servicios son totalmente gratuitos para los pacientes, costeándolo en su totalidad la entidad.

<b>Nº ATENCIONES NUTRICIONISTA</b>	<b>52</b>
<b>Nº PERSONAS en TRATAMIENTO</b>	<b>12</b>

**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 el 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

<b>Nº TOTAL DE PESONAS ASISTENTES A EVENTOS / ACTIVIDADES / CHARLAS / TALLERES</b>	<b>3.674</b>
--	--------------

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

Destacar, que todas las actividades realizadas han tenido una gran acogida y han superado las expectativas, dadas las circunstancias.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ENTREPALABRAS</b>	<b>FECHAS</b>	<b>De Ene a May</b>	
<b>LUGAR</b>	<b>Redes sociales y whatsapp</b>	<b>PARTICIPANTES</b>	<b>10</b>	

Entrepalabras quiere dar voz a socios/as, familiares y pacientes de ACALUCA, para que mediante la palabra escrita puedan expresar sus emociones, sentimientos, vivencias y todos aquellos momentos que llenan su día a día, porque cuando escribimos estamos explorando nuestras obsesiones, miedos, preocupaciones y fantasías. También estamos sacando a la luz lo que somos y lo que sentimos.

Se realizan 2 publicaciones al mes en Facebook, Instagram y también a través de whatsapp a todos nuestros socios.

#### **TITULOS TEXTOS:**

- 13 ene: Esos momentos
- 27 ene: Perfume de rosa roja
- 10 Feb: Huir
- 10 Feb: Esto pasará
- 10 Mar: Ausencias
- 24 Mar: Espectadora
- 07 Abri: Un mal sueño
- 28 Abri: Diversas
- 13 May: Quiérete como eres
- 26 May: Vivir lo que me quiero llevar



## ENTRE PALABRAS

### ESOS MOMENTOS

Cande Fausto



Nos dejamos llevar por la vida, con su caminar lento en algunos momentos, trepidante en otros, pero siempre pensando en lo que está por venir, en lo que haremos cuando el trabajo, las obligaciones nos den un respiro.

Pensamos que somos dueños del futuro, y que llegaremos "hasta el infinito y más allá", como decía un personaje de una película infantil.

Creemos que tenemos todo el tiempo del mundo para retomar una palabra no dicha, una caricia que erice la piel, una mirada llena de ternura...

Pero de la noche a la mañana todo eso se rompe y nos sentimos indefensos, frágiles, y pensando ¿por qué a mí?

Y gritamos en silencio. Y nos rebelamos contra lo humano y lo divino. Y lloramos. Y queremos saber, saber y saber.

En ese querer saber nos vamos haciendo a una realidad, no quiero llamarla nueva, que a partir de ese momento será la única.

Y comienzas a respirar un aire que te sabe a vida en cada inspiración y exhalación.

Y sientes, en cada abrazo, en cada caricia, que tu cuerpo vibra.

Y comprendes cada mirada, las de apoyo, las de compasión, las que no saben qué decir, pero lo están diciendo todo.

La vida es aquí y ahora y los momentos son únicos e irrepetibles. ¡Disfrátales!



## ENTRE PALABRAS

### Diversas

Carmen Requena



Altas, bajas, morenas, rubias, jóvenes, no tan jóvenes. Grupo muy heterogéneo. Hay quien diría, ¿qué tienen en común este grupo de mujeres? Nos unen muchas cosas. Somos hijas, somos hermanas, muchas somos madres, otras abuelas. La circunstancia de la vida nos hizo que nos conociéramos. Las miradas bastaban, no hacía falta preguntar por qué estábamos allí. Una mirada puede decir mucho, sobran las palabras. Los sentimientos, lo vivido se refleja en la mirada. Todas sabemos lo que nos trajo aquí. Pero este grupo es algo más que el reflejo de lo que nos ocurrió. Cada una aportamos nuestro granito de arena. Somos divertidas, somos creativas, somos trabajadoras incansables, somos ganadoras de batallas y si alguna vez caemos nos volvemos a levantar todavía más fuertes y reforzadas. El grupo nos une y nos empuja hacia delante. Estamos ansiosas de aprender, de reír, de viajar, de soñar, de expresar la vida al máximo. No hay mañana, no hay pasado, sólo hay presente. Cuando estamos juntas solo existe ese momento.

Contamos lo que nos pasa, lo que sentimos, lo que nos preocupa, sabiendo que nos entendemos. Cada rato que estamos juntas crecemos como personas, nos reforzamos.

Tenemos ganas de expresar el presente, de volar, de soñar, de VIVIR.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CLUB DE LECTURA ENLAZANDO PALABRAS</b>		
<b>FECHAS</b>	<b>De feb a may y de oct a dic, todos los martes</b>	<b>HORA</b>	<b>11:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>BIBLIOTECA MUNICIPAL</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>6 cada sesión</b>
<b>MODERADORA</b>	<b>CANDELARIA FAUSTO</b>		

En colaboración con la Biblioteca Publica Ana María Matute se ha puesto en marcha el Club de Lectura "Enlazando palabras" dirigido tanto a PACIENTES como a FAMILIARES de Acaluca.

El objetivo de este Club de lectura es Promover el bienestar y la salud de los lectores aprovechando el potencial de la literatura

Un libro puede ayudar a evadirnos, por un momento, de ese problema que está presente cuando nos sumergimos en una realidad distinta.

Aunque, obviamente, cuando regresas del “viaje” tu realidad seguirá en el mismo lugar, pero tú puedes sentirte con más fuerzas para afrontarlo, más animado o más decidido.

Se celebra una sesión semanal de 1h aprox. de duración. En las reuniones se debate sobre lo que se ha leído en casa y es bastante frecuente derivar desde el libro a las experiencias personales de los miembros del club. En cada reunión se acuerda la cantidad a leer en los días posteriores, y es ese trozo solamente el que se comenta en la siguiente reunión.

Se ha afianzado como actividad para realizarla de nuevo.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DIA MUNDIAL DEL CÁNCER CAMPAÑA “MARCAPAGINAS SOLIDARIOS CENTROS EDUCATIVOS”</b>		
<b>FECHA</b>	<b>04-02-22</b>	<b>Voluntarios</b>	<b>4</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CPEI Jardín de Infancia Centro El Los Peques Colegio Gloria Fuertes Colegio Amor de Dios Colegio El Paseo Colegio Alcazar y Serrano IES Rafael Requena</b>	<b>PARTICIPANTES</b>	<b>1000</b>

Con motivo del Día Mundial del Cáncer, 4 de febrero, hemos realizado una campaña en la que hacemos partícipes a los niños y niñas de los colegios de la localidad, a los alumnos/as de 1º de ESO del IES y Amor de Dios, y también a los más peques del CPEI Jardín de Infancia y Centro Educación Infantil los Peques

El objetivo es concienciarles de este día y dar a conocer la labor de Acaluca en sus hogares también.

Nos hemos colado en sus clases con un vídeo para que conozcan nuestra labor y con un video-cuento “La Cola de Sparky”, donde con mucha sutileza su protagonista nos ayuda a comprender los cambios que pueden afectar en su vida tras el diagnóstico de cáncer de su mamá. Ambos vídeos realizados por miembros de Acaluca.

Los niños y niñas colaboran con un “marcapáginas solidario” que colorean en su clase y posteriormente lo venderán a su familia por 1€ para recaudar fondos para la asociación.

Enlace de los vídeos que han recibido para la campaña. Vídeo campaña sensibilización Centros Educativos Marcapáginas Solidario, Día Mundial del Cáncer 2022:  
<https://youtu.be/zTpgPmpqqeU>

Cuento “La Cola de Sparky”: <https://youtu.be/3MhDQfRbZGI>



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER GRUPAL PARA FAMILIARES Y CUIDADOR, SOBRE EMOCIONES</b>				
<b>FECHAS</b>	<b>8 feb, 1 mar, 3 may y 7 jun / 22</b>			<b>HORARIO</b>	<b>16:30</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>14</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>PSICOLOGA</b>	<b>EMILIA CABANES</b>				

El papel del cuidador es de vital importancia. La salud física, mental y emocional requiere de una adaptación integral porque tu vida también cambia.

Se ha planteado una sesión mensual que se realiza en la Sede de la asociación.

Se trata de establecer en grupo, un espacio de comunicación y escucha para que los familiares tomen conciencia de la necesidad de cuidar una parte esencial de ellos mismos, la emociones. Entenderlas, conocerlas, escucharlas y acompañarlas en este camino de cuidar. Desarrollar una serie de estrategias y recursos que les ayuden a mejorar su calidad de vida.

La psicóloga plantea un tema a tratar en cada sesión, en las que también está presente la trabajadora social.

- 08 Febrero: Taller para familiares. Cuido mis emociones
- 01 Marzo: El cuidador y sus emociones
- 03 Mayo: Taller familiares: Cuidando relación entre cuidador y paciente
- 07 Junio: Taller familiares: herramientas para mejorar la relación con el paciente



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER DE YOGA</b>	<b>FECHAS</b>	<b>12 y 26 de feb/22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>17:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO TIERRA YOGA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>16</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>LOURDES PUCHE DIAZ</b>				

Se organizó un taller de yoga para pacientes y familiares con el fin de que tomaran contacto con esta modalidad y descubrieran lo que el yoga puede aportar para mejorar la calidad de vida de

los participantes, y que posteriormente pudieran incorporarlo en su día a día, tomando conciencia del cuerpo, mente y emociones; reconociendo el miedo, la ansiedad y permitiéndote un momento de paz y tranquilidad.

Dinámica:

- Escuchar el cuerpo y descubrir sus necesidades, movimientos suaves y fluidos a través de la escucha.
- Aprender a respirar a través de respiraciones lentas y profundas.
- Calmar nuestros pensamientos a través de la relajación y la meditación.

Todo unido en una clase de Yoga, para atender y conceder el espacio que el cuerpo, la mente y el alma necesitan en este momento.

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR EN EL PROCESO ONCOLÓGICO</b>				
<b>FECHA</b>	<b>27-02-22</b>	<b>HORA</b>	<b>17:00 h.</b>		
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>70</b>	<b>VOLUNT.</b>	<b>5</b>
<b>PONENTES</b>	<b>José Luis Sánchez, Jefe del Servicio Oncología del Hospital Gral. de Almansa</b> <b>Raquel Núñez, enfermera supervisora de Críticos, Quirófano y Esterilización, del Hospital Gral. de Almansa</b> <b>Nuria Carrilero, Psicooncóloga</b> <b>Pilar Soria, Psicooncóloga, Sexóloga y Psicóloga Clínica del Hospital Gral. de Almansa.</b>				

El jueves día 24 de febrero Acaluca organizó la Charla “Acompañamiento familiar en el proceso oncológico”, y entre los temas abordados se encontraron la respuesta emocional del paciente y la familia, tras el diagnóstico de cáncer, la responsabilidad de los profesionales en el acompañamiento oncológico y la implicación de la familia y la pareja en el proceso oncológico.

Los ponentes resaltaron la importancia de desmitificar la palabra cáncer, evitar la conspiración del silencio y el gran cambio que supone a nivel personal y familiar recibir este diagnóstico. También se reflexionó sobre qué información quieren recibir las personas con cáncer, habiendo amplias diferencias entre ellas y dificultades para interpretar hasta dónde quiere saber cada uno realmente. Se debatió sobre el equilibrio entre dar información y ser sincero, y mantener un hilo de esperanza durante el proceso, empatizando con los afectados.

Se habló sobre la importancia de la comunicación tanto con los responsables sanitarios, como dentro de la unidad familiar y sobre todo con la pareja, expresando las necesidades tanto del paciente como del cuidador, destacando la necesidad de cuidar al cuidador. Hay que dar espacio a todas las emociones y normalizar la vida, retomando lo antes posible el trabajo, las actividades físicas y el ocio.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>PASEOS SALUDABLES</b>	<b>FECHAS</b>	<b>2, 9 y 16 mar 26 abr 4, 18 y 25 may 1 y 8 jun</b>	<b>HORA</b>	<b>16:30</b>
<b>LUGAR</b>	<b>PARAJES DEL MUNICIPIO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>47</b>		

Acaluca inicia una nueva actividad para pacientes que consiste en disfrutar de paseos en grupo por parajes de Caudete. Mediante una caminata semanal de aproximadamente una hora a través de una ruta sencilla y asequible, las personas participantes van adquiriendo el hábito de caminar incrementando así su nivel de actividad física.

**Beneficios de esta práctica:**

- Fomenta el funcionamiento tanto del cuerpo como del cerebro
- Reduce la sensación de cansancio o fatiga
- Ayuda a disminuir la depresión y ansiedad
- Podría ayudar a dormir mejor
- Mantiene o mejora la habilidad física para poder hacer las cosas
- Mejora la fuerza muscular, la salud ósea y el rango de movimiento
- Fortalece el sistema inmunitario
- Aumenta el apetito
- Ayuda a lograr y mantener un peso saludable
- Mejora su calidad de vida
- Reduce los efectos secundarios del tratamiento

No pudimos realizar mas salidas ya que muchos miércoles salieron con lluvia.

# PASEOS SALUDABLES



PARA PACIENTES



Todos los MIÉRCOLES

Salida: 16.30h

Desde Pº Luis Golf  
(frente Toyca)

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TEATRO, LISISTRATA</b>	<b>FECHA</b>	<b>11-03-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>20:00 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>AUDITORIO CASA DE CULTURA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>150</b>		
<b>GRUPO DE TEATRO MUJERES VALIENTES</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>			

Es una obra arreglada y dirigida por Jose M<sup>a</sup> Bañón, basada en “Lisístrata” de Aristófanes (siglo IV a.C.)

Es una comedia reivindicativa y divertida, dirigida a un público adulto, en la que el director, con el vestuario y los diálogos, fusiona pasado, presente y futuro, dando lugar a situaciones surrealistas.

Está interpretada por mujeres de Caudete que, junto con la colaboración de Juan Bañón y versión musical que Rafael Soriano ha hecho del tradicional “Los Higos” de los Bailes del Niño, el director ha conseguido una obra teatral muy original, que no te dejará indiferente.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>PROYECTO MICKY</b>	<b>FECHA</b>	<b>15-03-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>12</b>		

El grupo de pacientes femeninos ha confeccionado corazones que se han entregado ya a pacientes con cáncer de mama.

Esta almohada está realizada con materiales especiales y con un patrón específico, demostrándose su eficacia en el descanso del brazo después de la operación.

A lo largo del año se realizan varios talleres al respecto

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>FISIOYOGA</b>	<b>FECHAS</b>	<b>19 y 26-03-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO NURIA FISIOYOGA</b>			<b>VOLUNTARIO</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>NURIA REQUENA</b>			<b>ASISTENTES</b>	<b>18</b>

Nuria Requena fisioterapeuta, organizó unas sesiones de fisioyoga, adaptada a pacientes y familiares para que tomaran contacto con esta modalidad y descubrieran lo que puede aportar para mejorar la calidad de vida de los participantes.

El fisioyoga es un método de Fisioterapia que teniendo como base el movimiento consciente, combina los fundamentos y herramientas del control y aprendizaje motor, del ejercicio terapéutico, del entrenamiento funcional y el yoga. A través del movimiento del cuerpo y de sus articulaciones de forma consciente para mejorar la fuerza y el equilibrio, enseñando también a respirar y controlar el estrés y mejorar y/o prevenir problemas respiratorios.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DIA MUNDIAL SIN TABACO, CAMPAÑA 1º ESO</b>				
<b>FECHAS</b>	<b>10 y 11-05-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>lectivo</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>115</b>
<b>LUGAR</b>	<b>COLEGIO AMOR DE DIOS E INST. RAFAEL REQUENA</b>			<b>VOLUNTARIO</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>MARCOS PLA</b>				

El educador inició la actividad haciendo varias preguntas en general, tales como: ¿Creéis que en España se fuma más ahora que hace 10 años? ¿Creéis que en la actualidad cerca de donde vivís hay más bosques? Con estas preguntas iniciaba un debate entre los alumnos/as que posteriormente daba paso al juego denominado "MEMORY". Consistía en unir parejas de imágenes que se encontraban mezcladas y boca abajo. Cada equipo formado por varios alumnos/as debía levantar una pareja de imágenes, intentado hacerlas coincidir. Si lo conseguían se iniciaba un debate sobre ellas.

<b>IMAGEN</b>	<b>DEBATE</b>
Cigarros	Sustancias que contienen
Pulmones llenos de alquitrán	Consecuencias de fumar
Paquetes de tabaco	Coste económico
Planta tabaco	Sustancias nocivas
Fábricas de tabaco	Grandes empresas que se enriquecen

A destacar que en ninguno de los grupos dio tiempo a terminar el juego. Aunque se habló con cada tutor presente en la actividad, para seguir trabajando lo visto en las tutorías.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ACTIVIDAD FISICA AL AIRE LIBRE</b>	<b>FECHA</b>	<b>12-05-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>18:00</b>
<b>LUGAR</b>	<b>PINADA SANTA ANA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>10</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>2</b>
<b>MONITOR</b>	<b>SIMON QUINQUER</b>				

Con la intención de promover la actividad física entre pacientes, se organizó una actividad al aire libre en la Pinada de Santa Ana. Un lugar tranquilo y muy agradable.

A las 16:45 h quedamos a tomar un café en una terraza de la localidad y a las 17:30 nos fuimos andando a la pinada.

Realizamos una serie de ejercicios físicos de fuerza, equilibrio y series, juegos muy amenos y divertidos: calentamiento, movilidad articular, juego por grupos, acrosport, circuito fuerza por estaciones, ejercicio de velocidad y relajación.

Después merendamos y volvimos andando de nuevo al centro.

Todas dispuestas a repetir la experiencia.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA DETECCION PRECOZ CANCER DE COLON</b>				
<b>FECHA</b>	<b>17-05-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>19:00</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>75</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>
<b>PONENTE</b>	<b>JUAN SOLERA ALBERO</b>				

El 17 de mayo tuvo lugar una charla muy interesante sobre la importancia de la detección precoz en el cáncer de colon.

El ponente realizó una buena exposición en la que el hilo conductor fue la tesis que realizó sobre el cáncer de colon y la atención primaria; con un estudio del mismo en las poblaciones de la provincia de Albacete.

El objetivo de la charla era concienciar a la población de la importancia de acudir a los programas de cribado que convoca el Sescam, para poder detectar a tiempo cualquier anomalía.

De una forma clara y llana, el ponente insistió sobre algunos factores de riesgo que podemos controlar como: evitar sobrepeso, disminuir consumo alcohol y tabaco, realizar ejercicio físico regularmente evitando sedentarismo, limitar consumo de carnes rojas y procesadas, aumentando ingesta de frutas, verduras y productos integrales. Y tomar alimentos que contengan calcio aumentando la exposición al sol para captar la vitamina D.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MAREA ROSA Y CORTADORES DE JAMON POR UN RETO</b>		<b>HORARIO</b>	<b>18:30 h.</b>	
<b>FECHA</b>	<b>04-06-22</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>532</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>70</b>
<b>LUGAR</b>	<b>RECORRIDO HABITUAL MAREA Y PLAZA DEL CARMEN, CORTADORES</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. El lema de este año fue 'Corre con una Sonrisa'.

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.

Como novedad este año, la Marea acabó en la Plaza del Carmen, donde se estaba realizando la actividad de Cortadores de Jamón por un reto, y todo el dinero recaudado del corte de Jamón se destinó a la Investigación, concretamente a la Asociación Fundación Mari Paz Jimenez, para la línea de Sarcomas.



**VII Marea Rosa 2022**  
Caudete

**corre con una sonrisa**

**Acaluca**  
Donativo: 10 euros  
**REGALO DE CAMISETA**

Distancia: 4.000 km. SALIDA Y META: Ciudad Deportiva "Pascual Amador"

Inscripciones hasta el 2 de junio  
Cada inscripción incluye: camiseta  
CALENDARIO PRECIO: 15 euros

**ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEO DE LOTES** donados por EMPRESAS COLABORADORAS en la Plaza del Carmen a las 20:00 h.

**NOVA SALIDA MARCHA 18:30 HORAS**

Continuaremos nuestras "sonrisas" en el TARDEO SOLIDARIO de la PLAZA DEL CARMEN a partir de las 18:00 h.

**Cortadores de Jamón Profesionales**

por un **Reto solidario**

TARDE FESTIVA SOLIDARIA  
SOPAS PARA VEGANOS  
MÚSICA en directo

Realización atpge para la INVESTIGACIÓN DEL CÁNCER

**Acaluca** **DEPORTES**

**4 JUNIO 2022**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER CHI KUN</b>	<b>FECHA</b>	<b>9-06-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>18:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>PINADA DE STA. ANA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>12</b>	<b>VOLUNTARIO</b>	<b>1</b>
<b>MONITORA</b>	<b>CARMEN IÑIGUEZ</b>				

Realizamos un taller de Chi King dirigido por la monitora Carmen Iñiguez, consistente en una práctica de suaves movimientos físicos, ejercicios respiratorios y concentración mental. Finalizamos con una sesión de relajación.

El Chi Kung es un arte terapéutico que se utiliza para mantener la salud, aumentar la vitalidad y prevenir enfermedades.

Era algo desconocido para todos y les sorprendió gratamente esta modalidad. Se quedó para volverlo a hacer en septiembre.



ACTIVIDAD	CONVIVENCIA DE PACIENTES Y FAMILIARES				
FECHA	22-06-22	HORARIO	18:00 h.		
LUGAR	PINADA DE STA. ANA	ASISTENTES	31	VOLUNTARIOS	3

Acaluca ha organizado una tarde de convivencia para despedir las actividades grupales hasta el mes de septiembre.

Divertidos juegos y merienda como colofón, han permitido compartir unas horas en muy buena compañía, dejando atrás los momentos complicados y creando un vínculo de unión entre similares.





<b>ACTIVIDAD</b>	<b>FESTIVAL DE DANZA ANABEL</b>	<b>FECHA</b>	<b>25-06-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>18:00 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>AUDITORIO CASA DE CULTURA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>224</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>

El estudio Danza Anabel dedicó el festival de fin de curso a nuestra asociación, donando todos los beneficios.

Este año, la primera parte de la obra tuvo como hilo conductor la película de Maléfica, donde los alumnos y alumnas de danza clásica pusieron en escena todo un espectáculo, con vestuario, escenificación y coreografía basados en esta película.

En la segunda parte de la obra, participan los alumnos/as de:

- 3º Grado elemental danza clásica y española
- 1ª Profesional Danza clásica y español
- Baile Deportivo Iniciación
- Baile Deportivo Avanzado
- Universidad Popular
- Centro Mayores

Todos ellos actuaron en sus correspondientes modalidades, merengue, salsa, baile flamenco y baile deportivo, entre otros.

Además, 2 miembros de Junta Directiva de Acaluca, realizaron un vídeo y narraron a modo de cuento, la actividad y labor que realiza nuestra asociación

Se recaudaron 673€



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CAMPAÑA PROTECCION SOLAR Y CANCER DE PIEL</b>				
<b>FECHA</b>	<b>21-07-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>De 17 a 19 h.</b>		
<b>LUGAR</b>	<b>PISCINA MUNICIPAL</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>150</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>3</b>

Acaluca llevó a cabo una campaña de protección solar y prevención de cáncer de piel, en la Piscina Municipal, y para ello contó con la colaboración de Sarah Gómez gerente de la Farmacia el Paseo. Se repartieron más de 100 muestras de protector solar.

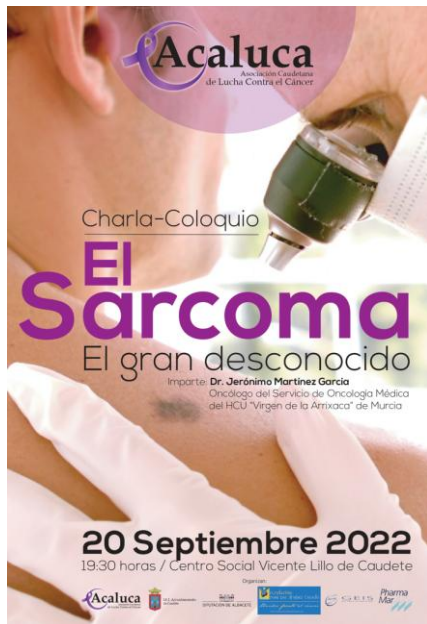
El objetivo principal, fue informar y concienciar a las personas de los efectos nocivos que provocan las radiaciones solares y la importancia de protegernos del sol, incorporando los protectores solares como rutina diaria, para evitar no solo las quemaduras y manchas en la piel, sino también la degeneración celular tan peligrosa, que puede derivar en un cáncer de piel o melanoma.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CHARLA SARCOMA</b>	<b>FECHA</b>	<b>20-09-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>17:30 h.</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>60</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>
<b>PONENTE</b>	<b>JERONIMO MARTINEZ</b>				

Con motivo del Día Mundial de Sarcoma, Acaluca ofreció una Charla con el fin de dar a conocer este tipo de cáncer tan desconocido y que afecta tanto a huesos como tejidos blandos.

Contamos con la presencia del Dr. Jerónimo Martínez García, oncólogo del Servicio de Oncología del Hospital Clínico Universitario "Virgen de la Arrixaca" de Murcia, perteneciente al Grupo Español de Investigadores de Sarcoma, GEIS, y además intervinieron también miembros directivos de la Fundación Mari Paz Jimenez Casado, que está dedicada a la divulgación del Sarcoma y financia varias becas y proyectos de investigación, sobre esta enfermedad.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>FERIA DE ARTESANIA Y SOLIDARIDAD</b>				
<b>FECHAS</b>	<b>24 y 25-09-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>De 11 a 22 h.</b>		
<b>LUGAR</b>	<b>PLAZA DE LA IGLESIA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>200</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>20</b>

Una vez más y tras el parón por pandemia, Acaluca participó en esta Feria de la Solidaridad, donde el stand estuvo atendido en turnos de mañana y tarde por unos 20 voluntarios.

Nuestro stand ofreció información sobre las actividades de la asociación y sobre cómo 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.

Acaluca ofrecía por un donativo, diversos artículos de hogar y decoración que el comercio Imagina nos donó cuando cerró.





<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER AUTOEXPLORACION MAMARIA</b>				
<b>FECHA</b>	<b>18-10-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>18:00 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>40</b>
<b>LUGAR</b>	<b>CENTRO SOCIAL VICENTE LILLO</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>4</b>
<b>PONENTE</b>	<b>M<sup>a</sup> GRACIA PARRA</b>				

Con motivo del Día Mundial del Cáncer de Mama, se ha llevado a cabo un taller de autoexploración mamaria. M<sup>a</sup> Gracia Parra, matrona del Centro de Salud, nos ha hablado de esta técnica de detección precoz del cáncer de mama, basada en la observación y palpación que la mujer se hace de sus mamas. Se trata de un procedimiento sencillo y fundamental para detectar cualquier anomalía o cambio que se produzcan en los pechos.





<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER DE AUTOMAQUILLAJE</b>				
<b>FECHA</b>	<b>24-10-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:00 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>15</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>CENTRO ESTETICA ALBERTINA GARCIA LLORENS, ALBA TOMAS ORTUÑO</b>				

Acaluca ofreció un Taller práctico de Maquillaje, dirigido a pacientes oncológicos que fue impartido por Alba Tomás, del Centro de Estética Albertina García Llorens.

El objetivo principal era ayudar a las pacientes con cáncer (estuvieran o no en proceso activo) a recuperar su imagen y autoestima, modificados por los efectos secundarios de la quimioterapia. El tratamiento oncológico, suele producir algunos cambios en la piel, siendo los más frecuentes el aumento de la sequedad y de la sensibilidad. Por ello, enseñarles a maquillarse y a cuidar su piel es tan importante, ya que les ayuda a sentirse mejor y a tener una actitud más positiva ante la enfermedad. El grupo quedó muy contento y además, todo el material fue facilitado por el Centro de Estética.



**LUNES 24 OCTUBRE**  
16H

Sede Acaluca Cl Santa Bárbara 34

**TALLER DE AUTOMAQUILLAJE**  
Para pacientes

Taller práctico sobre cuidado de la piel y uso maquillaje para recuperar imagen y reforzar autoestima, durante y después de tratamientos oncológicos.



**Acaluca**  
ALBERTINA  
GARCÍA LLORENS



DIPUTACIÓN DE ALBACETE

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER DE MEDITACION</b>				
<b>FECHA</b>	<b>5-11-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>17:00 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>13</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>ARACELI DIAZ FRANCES</b>				

El sábado 5 de noviembre, Araceli impartió un taller de iniciación a la Meditación. Nos habló sobre la meditación, origen, beneficios y técnicas e hicimos varias prácticas que resultaron muy gratificantes. A través de la música y un clima realmente apropiado, nos iniciamos en la meditación. Fue una tarde muy especial.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MOVIMIENTO MOVEMBER</b>		
<b>FECHA</b>	<b>DEL 10 AL 25-11-22</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>450</b>

Acaluca ha realizado una campaña con motivo de la celebración del movimiento Movember. Se imprimieron unos 300 dípticos y el grupo de pacientes recortó unos bigotes que se entregaron en numerosos colectivos deportivos, culturales y población en general, junto con los dípticos para se subieran fotos a las redes sociales.

El lema fue “No solo en Movember hay que tocarse las pelotas, sino durante todo el año”. Autoexplórate 1 vez al mes. ¡Sigue las reglas y ayúdanos en la prevención!

La participación fue extraordinaria, con lo cual se consiguió el objetivo de dar visibilidad a esta campaña de Movimiento Movember para mejorar la salud de los hombres, intentado dar visibilidad, prevenir y concienciar sobre:

Cáncer de Próstata  
Cáncer de testículos  
Salud Mental y prevención suicidio

Se realizaron numerosas publicaciones en redes sociales para dar a conocer estas enfermedades, intentar que los hombres se quiten el miedo a hablar de sus problemas de salud.

**MOVIMIENTO NOVEMBER  
ACALUCA**

*¿El bigote te molesta?  
Da igual, ayudas a un colega*

- Cáncer de próstata.
- Cáncer de testículo
- Depresión masculina
- Prevención contra el suicidio



**Acaluca**  
Asociación Caudetana  
de Lucha Contra el Cáncer



**TÓCATE**

No sólo en November hay que tocarse las pelotas, sino durante todo el año.  
Autoexplórate 1 vez al mes.  
Sigue las reglas y ayudanos en la prevención.  
Hazte una foto solo o en grupo con el bigote y etiquétanos en redes:

@acalucacaudete  
#movimientonovember  
Acaluca somos tod@s

**Acaluca**  
Asociación Caudetana  
de Lucha Contra el Cáncer



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER IMAGEN PERSONAL</b>				
<b>FECHA</b>	<b>17-11-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:30 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>9</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>
<b>PONENTE</b>	<b>PATRICIA LOPEZ</b>				

El taller consiste en un programa teórico-práctico donde las participantes aprendieron a conocerse mejor, a definir su estilo, conocer su cuerpo y saber potenciar su imagen a través de los conocimientos adquiridos.

Las participantes disfrutaron de una tarde amena y divertida potenciando su imagen personal.





## TALLER IMAGEN PERSONAL

PARA  
PACIENTES

**17 NOVIEMBRE  
16.30H  
SEDE ACALUCA**

Inscripciones: Sede ó  
whatsapp 623489765  
602241686  
Antes del 10 noviembre

Imparte:  
**Patricia López**  
Stilazo.es





<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MERCADILLO NAVIDEÑO</b>				
<b>FECHA</b>	<b>19 Y 20-11-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>DE 11 A 13:30 H. Y DE 17 A 20 H.</b>		
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>200</b>	<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>15</b>

Se organizó un fin de semana el mercadillo navideño en la Sede de Acaluca con el fin de recaudar fondos, con los productos navideños que nos donó el comercio Imagina, tras su cierre.

Se pusieron precios populares con la intención de dar salida a todos los productos. La población colaboró mucho con nuestra asociación y se liquidó prácticamente todo.



<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TALLER RISOTERAPIA</b>				
<b>FECHA</b>	<b>23-11-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:30 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>10</b>
<b>LUGAR</b>	<b>SEDE ACALUCA</b>			<b>VOLUNTARIOS</b>	<b>1</b>
<b>MONITORA</b>	<b>MAITE REQUENA</b>				

Acaluca realizó un taller de Risoterapia para familiares y pacientes, impartido por Maite Requena, que con su simpatía y buen hacer, nos hizo pasar una tarde realmente divertida y relajante, donde a través de dinámicas y juegos se provocó la risa. Con ello se pretende liberar tensiones, bloqueos y modificar el estado general del organismo, aumentando su sistema defensivo-inmunológico, que se ve mermado por situaciones de estrés y por el mismo proceso oncológico.



**Imparte: Maite Requena**

**23 Noviembre  
16.30h  
Sede Acaluca**



**Inscripciones  
whatsapp  
623489765-602241686**

DIPUTACIÓN DE ALBACETE

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>COMIDA DE NAVIDAD</b>				
<b>FECHA</b>	<b>13-12-22</b>	<b>HORARIO</b>	<b>14:00 h.</b>	<b>ASISTENTES</b>	<b>23</b>
<b>LUGAR</b>	<b>ESENCIA GASTROBAR</b>				

Se organizó una comida de convivencia aprovechando el periodo de Navidad. Fue muy entrañable ya que desde antes pandemia no se había realizado.

La firma Krash Cosmetics nos regaló un lote de productos de maquillaje veganos que sorteamos entre los/as asistentes. A cada uno/a regalamos un corazón que contenía una emoción y un número que nos sirvió para realizar el sorteo.

Este tipo de reunión nos hace disfrutar de los compañeros/as compartiendo buenos momentos y afianzando lazos de amistad.



## RESULTADO AÑOS 2022

### INGRESOS

#### RESULTADO AÑO 2022

#### CONCEPTO

CUOTA DE SOCIOS	6.467,00
SUBVENCION AYUNTAMIENTO	4.000,00
SUBVENCION DIPUTACION	5.965,00
SUBVENCION JUNTA CLM	5.295,00
DONACIONES	2.329,60
CUESTACIONES	1.257,29
EVENTO MAREA ROSA	6.170,00
COLABORACION EMPRESAS	6.840,00
VENTA DE LOTERIA	3.605,00
EVENTO CORTADORES DE JAMON	2.430,00
GALA BENIFICA ANABEL	672,97
PULSERAS SOLIDARIAS	199,00
RECAUDACION MERCADILLO	1.075,72
SAQUITOS TERMICOS	874,00
INGRESO MARCA PAGINAS	1.069,66
BODAS Y COMUNIONES	1.300,00
<b>IMPORTE TOTAL</b>	<b>49.550,24</b>

### GASTOS

#### CONCEPTO

AYUDA INVESTIGACION CANCER	1.500,00
CONSERVACION Y REPARACION	30,25
SERVICIO PROFESIONAL PSICOLOGIA	12.543,78
SERVICIO PROFESIONAL FISIOTERAPIA	4.348,00
SERVICIO PROFESIONAL NUTRICION	123,34
SERVICIO PROFESIONAL DENTISTA	810,00
SERVICIO PROFESIONAL INFORMATICA	72,60
CUOTA FEDERACION ESPAÑOLA CANCER	100,00
SERVICIO PROTECCION DATOS	181,50
PREVENCION Y SANIDAD	243,75
PRIMAS DE SEGUROS	747,82
SERVICIOS BANCARIOS	312,66
CORREOS	0,00
MATERIAL DE OFICINA	105,04
SUMINISTRO DE TELEFONO	239,30
GASTOS INTERNET	145,20
GASTOS VARIOS	461,93
GASTOS DE LIMPIEZA	690,00
DIA MUNDIAL DEL CANCER	104,26
GASTOS DE VIAJE	127,85
MAREA ROSA	2.819,34
CAFÉ TERTULIA	0,00
EVENTO CORTADORES JAMON	1.241,99
CHARLA CANCER COLORRECTAL	233,15

TALLER GRUPAL FISIOTERAPIA	480,00
FERIA SOLIDADIDAD	70,38
DIA MUNDIAL CANCER DE MAMA	0,00
GALA BENEFICA ANABEL	103,46
CAMPAÑA PROTECCION SOLAR	20,35
HARLAS ACOMPAÑ. FAMILIAR	74,35
TALLER AUTOEXPLORACION MAMARIA	71,20
GASTOS FLORISTERIA	452,50
TALLER DE YOGA	20,00
TEATRO ACALUCA	12,00
DIA MUNDIAL SIN TABACO	21,72
TALLER ACTIVIDAD AIRE LIBRE	22,00
CONVIVENCIA PACIENTES Y FAMILIARES	37,19
CHARLA SARCOMAS	110,15
TALLER ALMOHADAS SWEL CORAZON	33,10
CHARLA ALIMENT, EN PACIENTES ONC.	12,50
TALLER CHI-KUN	12,00
TALLER AUTOMAQUILLAJE	23,45
TALLER DE MEDITACION	16,80
TALLER IMAGEN PERSONAL	103,43
CAMPAÑA MOVIMIENTO NOVEMBER	121,61
OTROS TRIBUTOS (TASAS)	11,49
SUELDO TRABAJADORA SOCIAL	11.171,57
S.SOCIAL TRABAJADORA SOCIAL	3.591,86
COMPRA DE INMOVILIZDO	1.476,99
GASTOS EXTRAORDINARIOS	73,82
<b>TOTAL DE GASTOS E INVERSION</b>	<b>45.325,68</b>

## RESULTADO FINAL

TOTAL DE INGRESOS	49.550,24
TOTAL DE GASTOS E INVERSION	45.325,68
<b>RESULTADO AÑO</b>	<b>4.224,56</b>