MEMORIA 2022

Solc

ASSOCIACIÓ COMARCAL D'AJUDA
EN EL TRACTAMENT DEL CÀNCER

ÍNDICE

Índice…….Página 2

Programa de prevención.....….Página 3-12

Actividades divulgación y captación..... Página 12-16

Programa apoyo psicosocial, nutricional y fisioterapéutico .....Página 17-33

Programa de formación.....Página 34-38

Programa de Ocio y tiempo libre.....Página 39-40

Donde nos encontrarás…….Página 41

PROGRAMA DE PREVENCIÓN, INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN SOCIAL

Los objetivos que se establecen con tal programa son:

- Informar a la población en general de la importancia de la prevención en una enfermedad como el cáncer.
- Sensibilizar a la población más joven sobre pautas y estilos de vida saludables para prevenir la enfermedad.
- Desmitificar creencias erróneas que existen en la enfermedad del cáncer.

Las actividades que hemos realizado dentro de dicho programa con el fin de alcanzar estos objetivos han sido las siguientes:

PROYECTO "Educación y Cáncer"

Dirigido a los alumnos de primaria, de secundaria, Bachillerato y Ciclos Formativos superiores.
A lo largo del año 2022, se asistió a un total de 14 centros educativos de la ciudad de Alcoy y su comarca.

Cuantificación de los alumnos beneficiarios por centros y cursos:

- Colegio La Salle
  - 3º ESO: 57

- Colegio Salesianos Juan XXIII
  - 3º ESO: 54

- Colegio Las Esclavas:
  - 3º ESO: 23

- IES Pare Vitoria:
  - 3º ESO: 92

- IES Cotes Baixes
  - 3º ESO:46
  - Bachillerato:25

- Colegio José Arnauda
  - 3ºESO: 46

- Colegio Las Carmelitas
  - 3ºESO: 53

- Colegio San Juan y San Pablo de Ibi
    - 3º ESO: 50

- Colegio San Vicente Paul
    - 5º Y 6º de primaria. 43
    - 3ºESO: 41

- IES Pare Arques de Cocentaina
    - 3ºESO:82

- IES Enric Valor de Castalla
    - 3º ESO: 104

- IES Pare Arques de Benilloba
    - 3ºESO: 16

- IES Serra de Mariola de Muro
    - 3ºESO: 103

- Colegio Fundación Ribera de Bañeres
    - 4º ESO: 43

- Colegio San Roque
    - 3º primaria: 76

CICLOS FORMATIVOS

- I.E.S Cotes baixes
    - FP Básica:35

- Colegio Salesianos Juan XXIII
    - Ciclo formativo Informática:23
    - Ciclo formativo Mecánica: 21
    - Ciclo formativo de comercio:18

Tras analizar y desglosar el número de alumnos por centro y curso a los que se les ha impartido la charla informativa y de prevención del cáncer, extraemos que la suma total es:

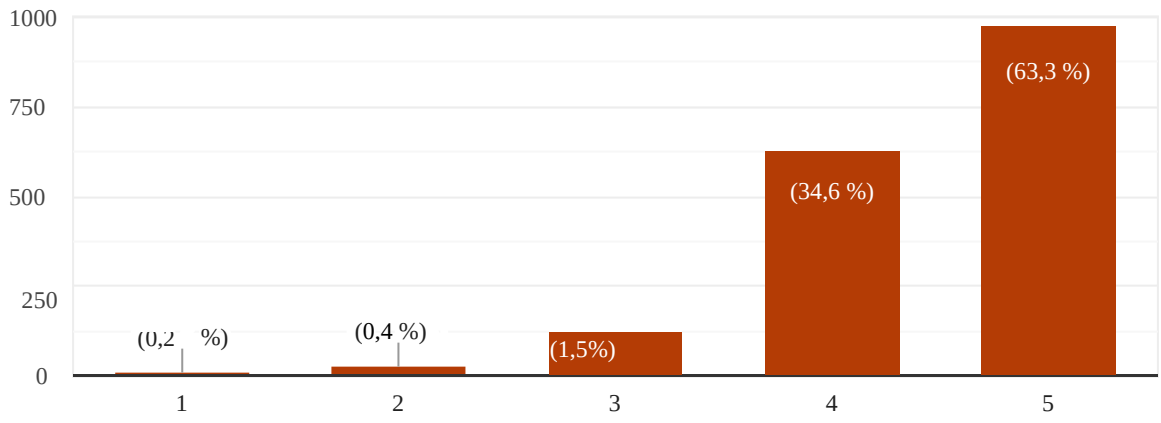
Alumnos de primaria y ESO: 954
Alumnos de ciclos formativos: 97

TOTAL: 1051

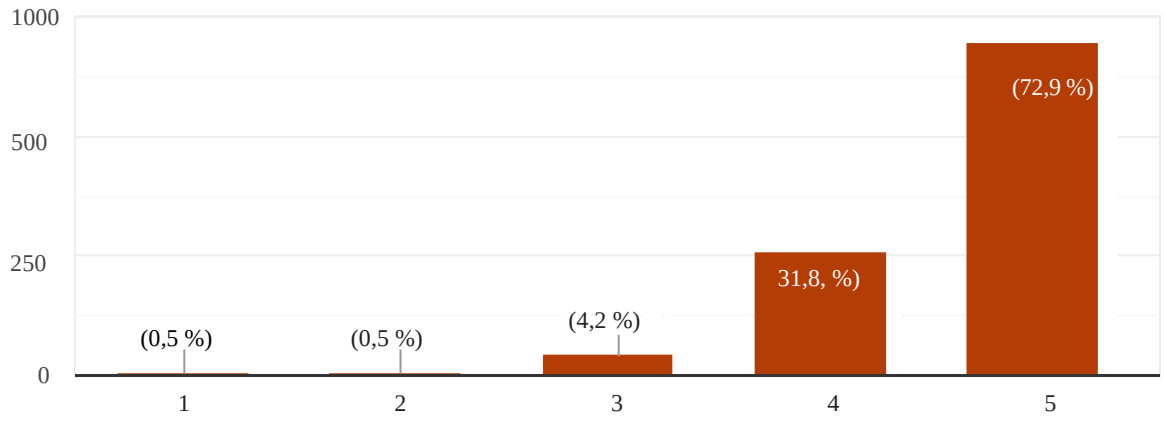
RESUMEN GRÁFICO de los resultados conseguidos en el proyecto "Educación y cáncer"

Por medio de encuestas que contestaron los alumnos tras la charla informativa, se les pidió que respondieran a un cuestionario, para poder evaluar la información obtenida por los alumnos, tras la charla. Los resultados quedan reflejados en los siguientes gráficos:

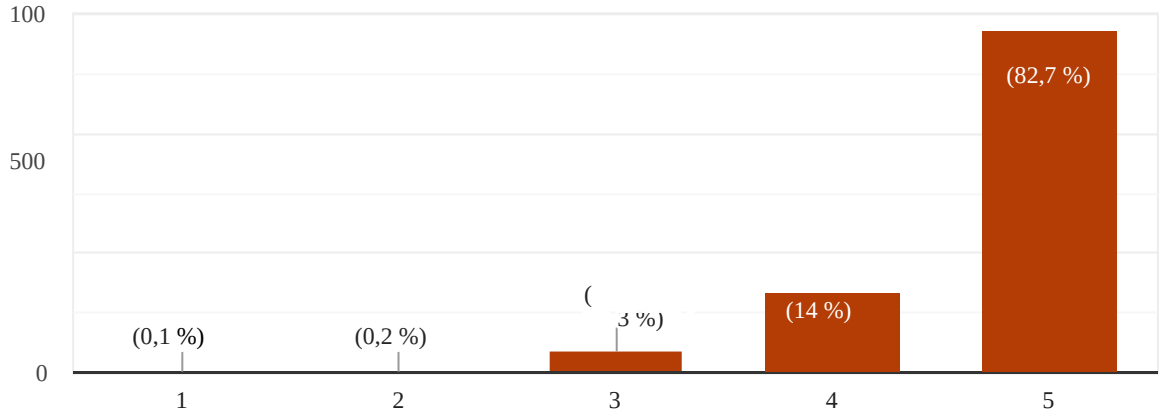
1. He ampliado la información sobre el cáncer.

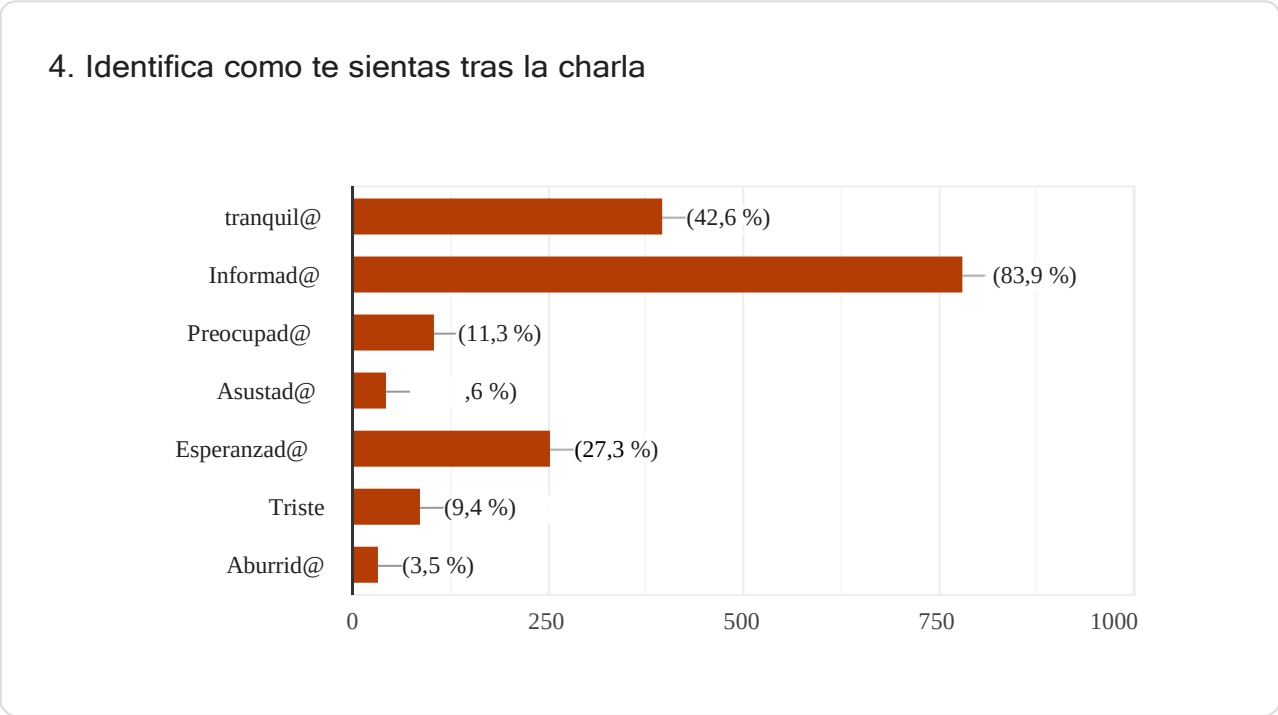


2. He entendido las explicaciones de la profesional.



3. Me ha gustado la intervención del voluntari@.





PREVENCIÓN DE HABITOS TABÁQUICOS

A lo largo de todo el año se han impartido charlas dinámicas y participativas con el fin de concienciar a los chavales entre 14 y 15 años de los perjuicios del tabaco y los beneficios que conlleva no fumar. Esta actividad se incluye dentro del Proyecto de Prevención de Hábitos Tabáquicos y tuvo una muy buena acogida, tanto por los centros y profesores como por los alumnos. En total se atendió a los siguientes centros:

- I.E.S Pare Victoria: 97
- Colegio Arnauda:46
- I.E.S Enric Valor de Castalla: 113
- Colegio Fundación Ribera, Bañeres: 43
- I.E.S Manuel Brosseta, Bañeres: 75
- IES Pare Arques de Cocentaina: 67
- Colegio San Juan y San pablo de Ibi:53
- Colegio las Esclavas:47

- I.E.S Andreu Sempere: 70
- I.E.S Jaime II, Alicante: 100

TOTAL: **711 alumnos**

PARTICIPACIÓN EN CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN

Son varias las conmemoraciones a lo largo del año, por ejemplo, el Día mundial del cáncer, Día mundial del cáncer de mama, día mundial del cáncer de pulmón, colon y piel. La actividad bajo el proyecto "A pie de calle" transcurre en horario de mañana principalmente. Consiste en montar stands en los cuales se entregan folletos informativos, trípticos, revistas y demás artículos que hacen referencia al día que se celebra. Paralelamente a esta actividad, se realizan programas en emisoras de radio locales, con una frecuencia aproximada de cada tres meses. Además, se envían artículos a la prensa y se llevan a cabo charlas y/o cursos en los que se tratan dichos temas.

En el 2022 se instalaron un total de 16 mesas informativas en Alcoy, Cocentaina e Ibi, por los días mundiales del cáncer en general, en febrero, del cáncer de colon en marzo, en mayo y junio por los cánceres de melanoma y piel, del cáncer de mama, en octubre y el cáncer de pulmón en noviembre. Los responsables de dichas mesas son personal voluntario formado y encargado de estas tareas, siempre coordinado por el técnico responsable. En total han sido alrededor de 370 personas atendidas en los stands informativos.

CAMPAÑAS INFORMATIVAS EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Previamente a la puesta en marcha de actividades se hace la difusión necesaria en los medios de comunicación con el fin de llegar a la máxima población posible. La prensa, radio, TV y redes sociales ejercen una gran influencia entre los ciudadanos, por lo que es necesario hacer uso también de ellos para fines como la divulgación, reivindicación y sensibilización de la enfermedad y todo lo que rodea a la misma.

Por otro lado, se ha publicado en el 2022 toda la información referente a actividades o artículos de opinión que creemos de interés a los Periódicos "El nostre" "Información" " Ara Multimedia", "Comarcal" "Las provincias" "Página 66" así mismo en la página web de Solc www.asociacionsolc.com, en Facebook http://www.facebook.com/#!/profile.php?id=100000654635229 con 3000 seguidores ,Twitter https://twitter.com/prevencionyapoy e Instagram https://www.instagram.com/asociacionsolc/?hl=es

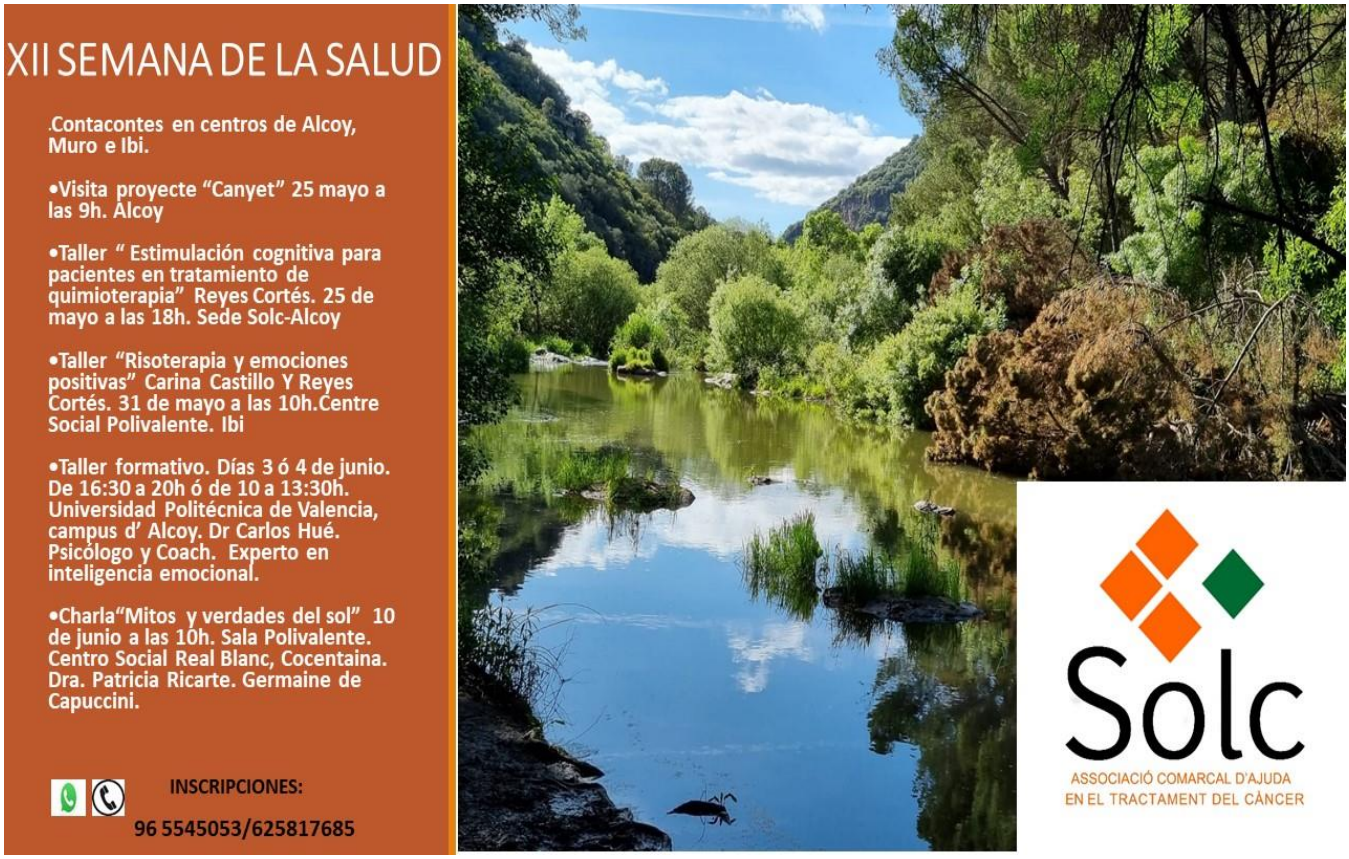
BIBLIOTECA Y VIDEOTECA ESPECIALIZADA

Servicio disponible para todos los soci@s, tanto los afectados, como sus familiares o aquellos que no cumplen con los requisitos anteriores. El número total de libros que se prestaron en el 2022 fueron 6 y 2 DVD de películas.

PROGRAMA DE AYUDA PARA DEJAR DE FUMAR

El objetivo es la ayuda y apoyo a las personas que deciden dejar de fumar, trabajando con ellos durante la etapa del abandono y de seguimiento para evitar recaídas. A través de varias sesiones se enseñan técnicas de deshabituación y control del consumo del tabaco. 2 fueron las personas beneficiadas en el programa individual de abandono del tabaco.

SOLC CELEBRA SU XII SEMANA DE LA SALUD CON UN BALANCE MUY POSITIVO POR LA VARIABILIDAD DEL PROGRAMA Y LA RESPUESTA DEL PERSONAL ASISTENTE.



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A LA DIVULGACIÓN Y CAPTACIÓN DE FONDOS.

ENTREGA DONATIVO CENTRO DE MAYORES PLAZA ESPAÑA, ALCOY.

SPRINT TRAIL & ECO MARCHA.

Acto organizado por el grupo sprint trail del colegio Santa Ana, cuyos fondos destinaron a Solc, siendo un gran éxito la respuesta que hubo.

" TU LO HACES POSIBLE" JORNADA ORGANIZADA POR FUNDACIÓN MUTUA LEVANTE.

Varias entidades en las que Fundación Mutua Levante, tiene convenio, nos reunimos en la sala de actos para conocernos y compartir con el resto de asociaciones nuestros proyectos. Fue una jornada muy enriquecedora para todos los asistentes. La trabajadora Social explicó los diferentes proyectos, acompañada por la voluntaria, Susana, quien compartió sus experiencias como usuaria de servicios de Solc.

REALIZACIÓN CALENDARIO BENÉFICO 2023 en colaboración con Generali Club Platinum, con Paco Agulló, presentador del acto, periodista de Radio Alcoy y en Ibi con la presentadora, directora de Radio Ibi, Lola Manso, en presencia de la regidora de Inclusión social, MªJosé Herrero.

TRAIL SOLIDARI CIUTAT D'ALCOY EN AYUDA A LA INVESTIGACIÓN DEL CÁNCER

Se celebró la edición Nº9 del trail solidari ciutat d'Alcoi, desde Solc colaboramos con la ayuda del voluntariado cubriendo puestos en avituallamientos y vestuarios.

TORNEO DE PÁDEL WEEK GENERALI-SOLC

En noviembre se celebró el torneo de pádel week Generali-Solc organizado por Generali Club Platinum en el Club Altamira.

II JORNADA SOLIDARIA: DEPORTE Y SALUD

Por segundo año se realizó la Jornada Solidaria en las instalaciones del centro deportivo Kikotraining de Alcoy.

DONATIVO ENTREGA PREMIOS ANUALES IB A LA EXCELENCIA ACADÉMICA

ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN EN EL MERCADO DE LOS REYES MAGOS, EN IBI

DONATIVO VENTA TOTE BAG SOLIDARIAS POR LA BOUTIQUE DE ALCOY SILVIA SOLER

DONATIVO DE LA ASOCIACIÓN INTERCULTURAL "TRAVADELL" POR VENTA DE PRODUCTOS ARTESANOS.

PARTICIPACIÓN MERCAT SOLIDARI ORGANIZADO POR EL COLEGIO JOSE ARNAUDA Y LA ASOCIACIÓN DE VECINOS ZONA NORTE.

GALA BENÉFICA EN EL TEATRO PRINCIPAL POR EL BALLET DE MAITE PONSODA

I MARCHA CÁNCER DE MAMA EN IBI Y 7 VOLTA ALS PONTS ALCOY

INAUGURACIÓN EXPOSICIÓN DORI CANTÓ

En la Sala de la Fundación Mutua Levante, se expusieron para su venta solidaria cuadros de la fallecida artista Dori Cantó.

Jornada solidaria Colegio San Vicente Paul- Alcoy

PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL, NUTRICIONAL Y FISIOTERAPÉUTICO A ENFERMOS ONCOLÓGICOS Y SUS FAMILIAS

Los objetivos a alcanzar con tal programa son:

- Ofrecer apoyo psicosocial tanto a la persona diagnosticada de cáncer como a sus familiares.
- Promover el aprendizaje de diversas técnicas para que la persona se convierta en un agente activo de su propio proceso.
- Prevenir psicopatologías mayores tales como depresión, ansiedad, hipocondría, duelo patológico...
- Promocionar cambios de estilos de vida y estimular conductas saludables para su mantenimiento ofreciendo así una mejora en la calidad de vida.
- Orientar y preparar al paciente y a sus familiares de modo que puedan hacer frente a la enfermedad de una forma consciente y positiva.
- Ofrecer recursos y prestaciones a la enfermedad que puedan ser de utilidad en el proceso del enfermo y/o de sus familiares.

Las actividades que se han llevado a cabo para la consecución de tales objetivos han sido:

SERVICIO DE TRABAJO SOCIAL.
FASE DE ACOGIDA. ENTREVISTA SOCIAL CON EL USUARIO
POBLACIÓN: ALCOY , COCENTAINA E IBI.

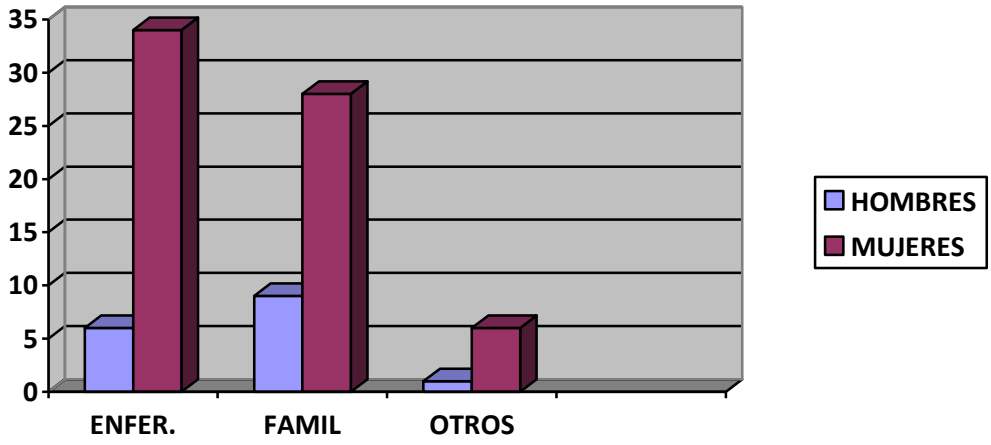
REYES CORTÉS.

En un primer momento, tras recibir el diagnóstico generalmente, la persona se encuentra desorientada y desinformada y desea recibir información general acerca de cuestiones que rodean la enfermedad. Hablaríamos en ese momento de una primera fase, la llamada de acogida donde los fines son orientar y asesorar al usuario en la primera fase de su proceso así como dar respuestas según los recursos disponibles. De esta manera con una información objetiva restaremos muchas dudas y creencias irracionales que están obstaculizando la adaptación al proceso. Un total de **84 personas** fueron atendidas en las sedes de Cocentaina, Alcoy e Ibi, en la anualidad 2022 en el departamento de atención social, información y

orientación que lleva a cabo la Trabajadora Social, los resultados según perfil de la población atendida fueron:

Hombres: 16
Enfermos: 6
Familiares: 9
Otros: 1

Mujeres: 68
Enfermas: 34
Familiares: 28
Otros: 6



SERVICIO DE PRÉSTAMO.

PRESTACIÓN DE MATERIAL TÉCNICO, REHABILITADOR y ESTÉTICO

En el año 2022 se gestionó y tramitó la ayuda de material técnico, rehabilitador y préstamo de pelucas a pacientes:

Cama articulada : 4
Hombre: 1
Mujer: 3

Silla de ruedas: 4
Mujer: 3
Hombre: 1

Andador: 2
Mujeres: 2

Cojín antiescaras: 2

Mujer: 1
Hombre: 1

Préstamo de pelucas, turbantes y pañuelos: 4

El préstamo no conlleva unos plazos concretos, sino mientras dure la necesidad, puede ser durante un corto o largo tiempo.

Piso de acogida
Estuvo habitado por una usuaria afectada por cáncer hasta su fallecimiento, agosto de 2022.

Tramitación valoración grado de discapacidad dirigidos al Centro Base de la provincia de Alicante: 8

Mujeres: 7
Hombres: 1

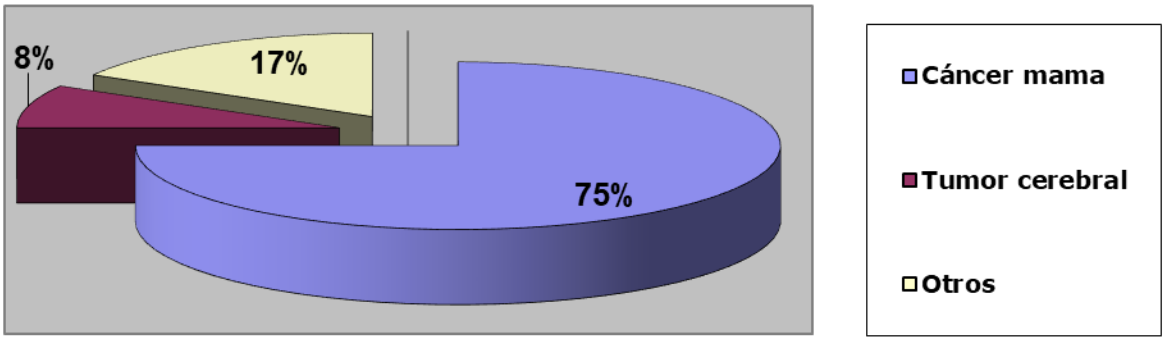
SERVICIO DE PSICO-ONCOLOGÍA INDIVIDUAL A ENFERMOS DE CÁNCER Y SUS FAMILIARES EN ALCOY, COCENTAINA E IBI

CARINA CASTILLO.

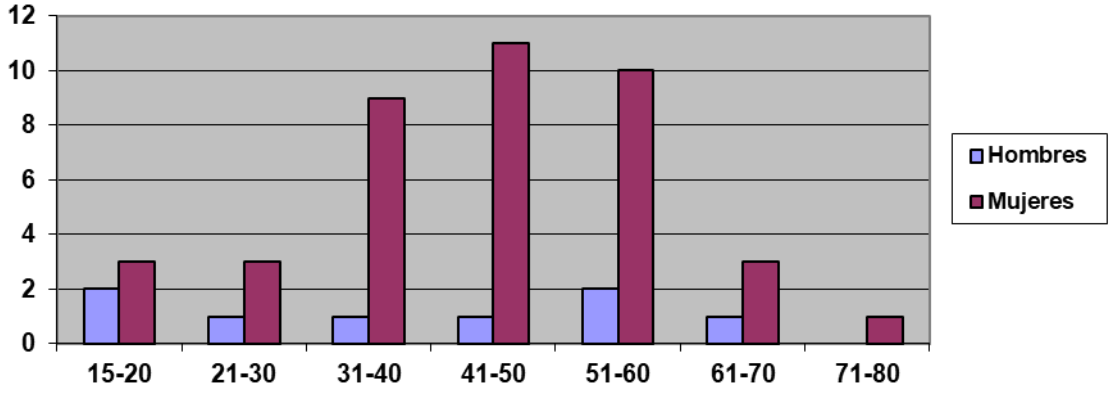
POBLACIÓN: ALCOY
Lugar: Sede Social

- **Según género y edad:**
  - Enfermos Hombres: 2
  - Familiares Hombres: 6
  - Enfermas Mujeres: 25
  - Familiares Mujeres: 17
  - Total:50

- **Según Localización del tumor:**
  - Cáncer de Mama:18
  - Tumor cerebral: 2
  - Otros..:5



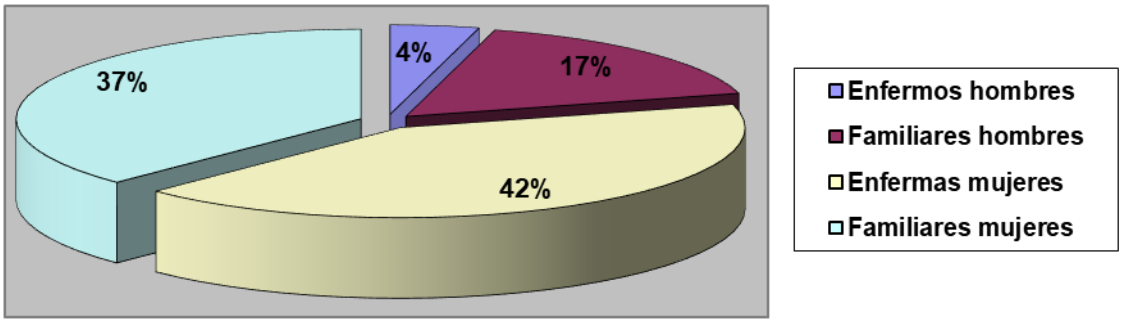
- **Por edad**



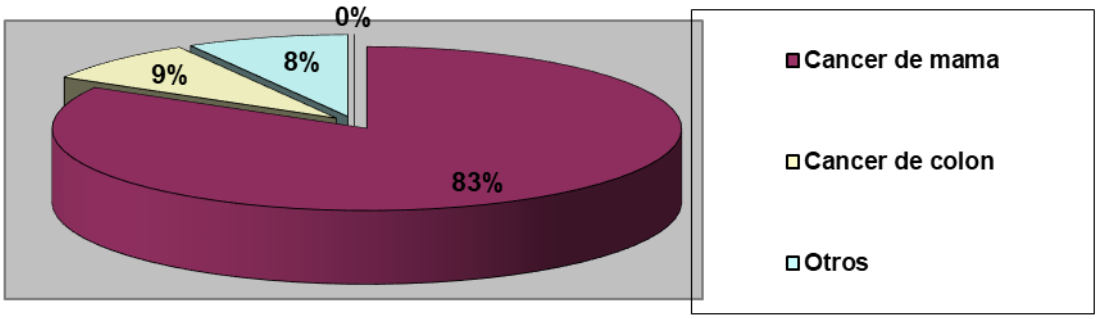
POBLACIÓN: COCENTAINA
Lugar: Centro Social "Real Blanc"

- **Según género y edad**

  - Familiares hombres: 4
  - Enfermos hombres: 1
  - Enfermas mujeres: 10
  - Familiares mujeres: 7
  - Total: 22

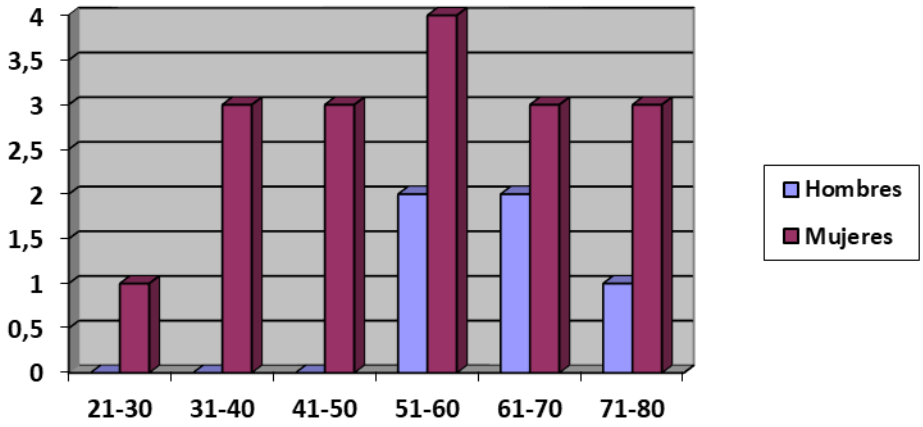


- **<u>Según Localización del tumor:</u>**
    - Cáncer de mama: 9
    - Cáncer de colon: 1
    - Otros:1



Tanto en la sede de Alcoy como en la de Cocentaina, las técnicas empleadas son; trabajo de duelo, autoestima y asertividad, reestructuración cognitiva, técnicas de relajación, expresión de emociones y/o comunicación.

-**Según edad:**



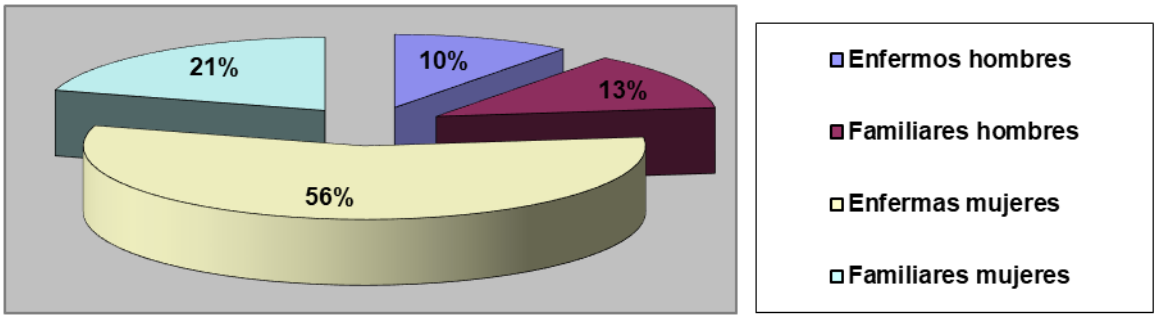
POBLACIÓN: IBI

Lugar: Centro de Salud II

En el mes de octubre del 2015, se puso en marcha el programa de apoyo psicosocial en el Centro de Salud II de Ibi, respondiendo a la demanda de los pacientes que se atienden de dicha población. El horario de atención es durante las mañanas de los jueves, con cita previa.

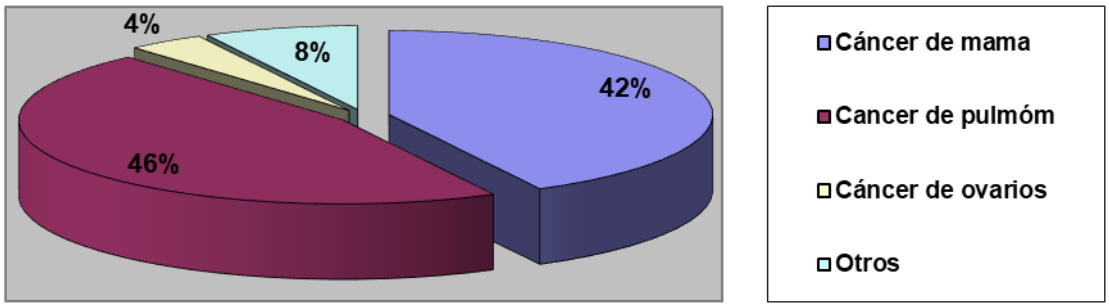
- **Según género y edad**

  - Enfermos hombres: 4
  - Familiares hombres: 5
  - Enfermas mujeres: 22
  - Familiares mujeres: 9
  - Total: 39

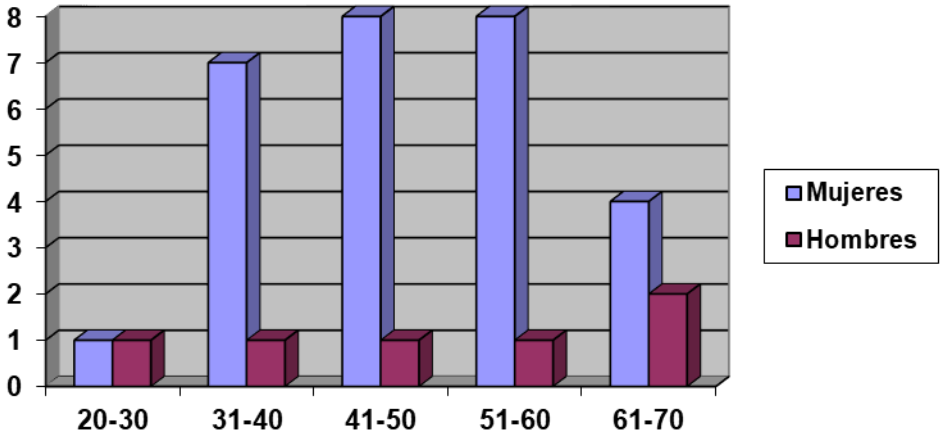


- **Según localización del tumor**

  - Cáncer de mama:11
  - Cáncer de pulmón:12
  - Cáncer de ovarios:1
  - Otros:2


4%
8%
42%
46%
Cáncer de mama
Cancer de pulmóm
Cáncer de ovarios
Otros

- **Según edad:**


8
7
6
5
4
3
2
1
0
20-30
31-40
41-50
51-60
61-70
Mujeres
Hombres

SERVICIO DE PSICO-ONCOLOGÍA - 2022
HOSPITAL VIRGEN DE LOS LIRIOS
Pacientes atendidos en Hospital de Día (derivados de Oncología, Hematología, UHD, Cirugía)

BEATRIZ CORTÉS.

TOTAL PACIENTES ATENDIDOS en 2022: 111

Hombres: 30; 27 %

Edad:
-20 años: 1
21-30: 1
31-40: 1
41-50: 2
51-60: 10
61-70: 11
71-80: 3
+80: 1

Por localización:

Cáncer pulmón: 13

Colon-recto: 3

Páncreas: 2

Hematológico: 3

Melanoma: 1

Vejiga (Urológicos): 4

ORL: 1

Otros: 3 (Duelo por Covid y duelo perinatal)

Mujeres: 81 ; 73 %

Edad:

-20 años: 1
21-30 años: 1
31-40: 6
41-50: 21
51-60: 27
61-70: 17
71-80: 6
+80: 2

Por localización:

Cáncer mama: 43

Ginecológicos: 5

Pulmón: 8

Colon-recto: 6

Gástro-esofágico: 3

Melanoma: 4

Hematológicos: 4

SNC: 2

Otras: 6 (Ictus, Duelo perinatal, ELA…)

Visitas en domicilio: **2 hombres** y **1 mujer** han requerido visitas domiciliarias por dificultad para la movilidad, progresión de la enfermedad y /o situación de últimos días.

TOTAL FAMILIARES ATENDIDOS en 2022: 89
(Cuidadores principales durante la enfermedad, otros familiares directos y familiares en Duelo)

Hombres: 19 ; 21 %

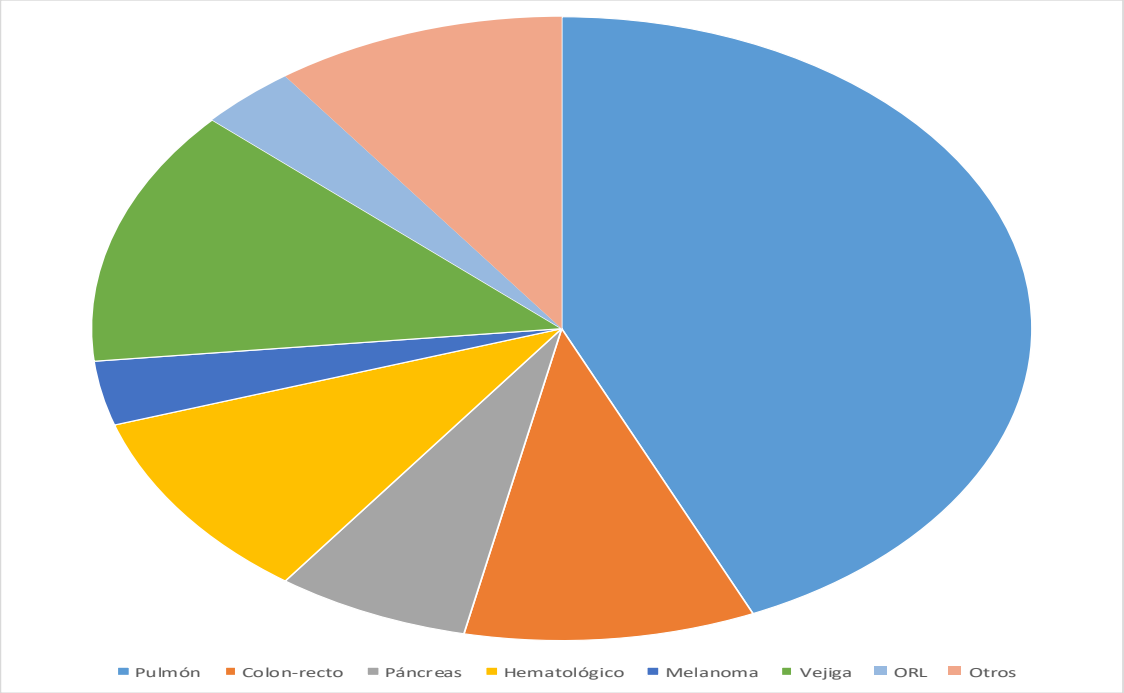
-10 años: 0
11-20 años: 1
21-30: 2
31-40: 3
41-50: 4
51-60: 4
61-70: 3
71-80: 2
+80: 0

Mujeres: 70 ; 79 %

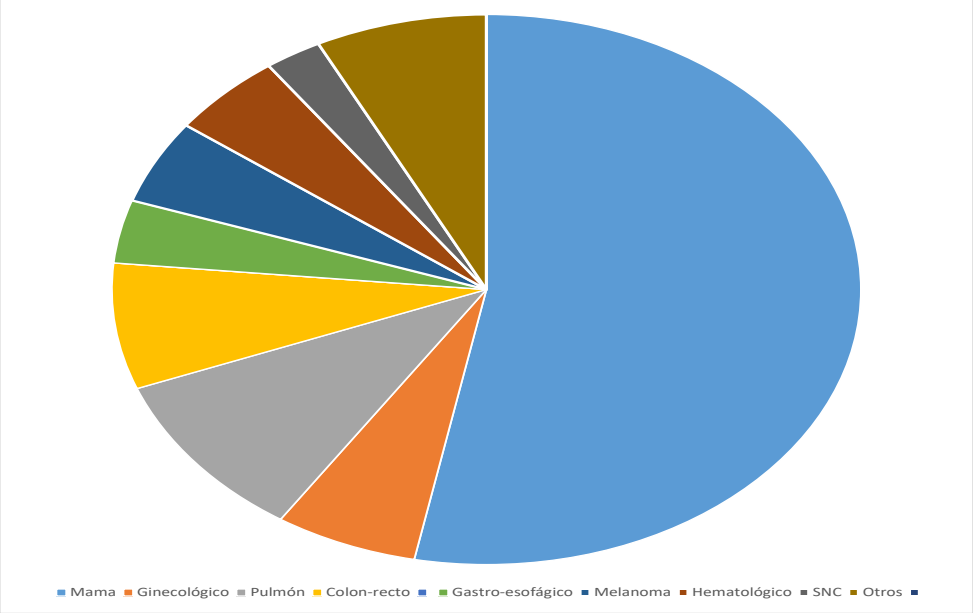
-10 años: 2
11-20 años: 4
21-30: 11
31-40: 6
41-50: 14
51-60: 13
61-70: 18
71-80: 2
+80: 0

Las consultas-sesiones se han llevado a cabo presencialmente en 2022 en **Hospital de día** en su mayor parte (85% del horario) y en **Solc** (fundamentalmente familiares en Duelo y seguimiento-revisión); 1 familiar es atendida telefónicamente- videollamada por dificultad para el desplazamiento y 4 por Meet por residencia en otra población.

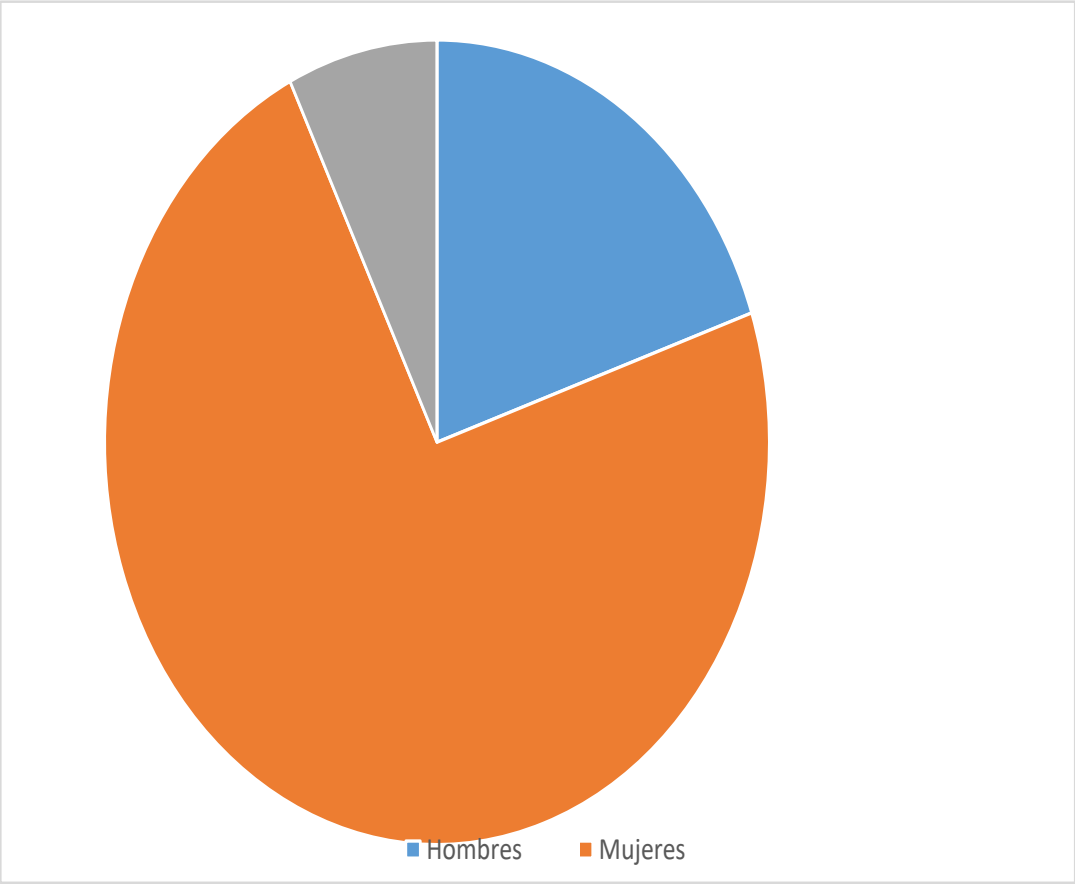
Pacientes HOMBRES



Pacientes MUJERES



FAMILIARES



MINDFULNESS, HIPNÓSIS, Y TALLER DE RELAJACIÓN (ALCOY,COCENTAINA E IBI)

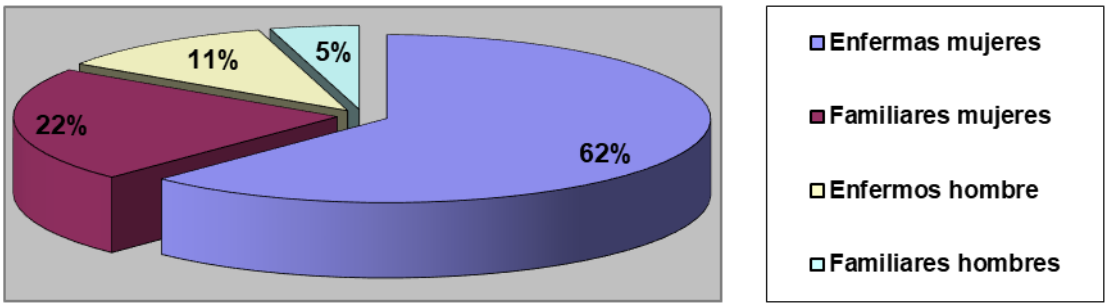
Mindfulness o Atención Plena ha sido en esta ocasión la técnica más utilizada, tanto en grupo como de manera individual. Para tratar el dolor crónico, la aceptación , problemas de ansiedad, insomnio, trastornos cognitivos.
La hipnosis se utilizado principalmente en mujeres enfermas, para paliar efectos secundarios del tratamiento, para reducir ansiedad, estrés, pensamientos anticipatorios de miedo, angustia, también problemas de insomnio. También se ha aplicado con la finalidad de aumentar la eficacia de los tratamientos, tanto quimioterapia, radioterapia, así como otros.

En las sesiones grupales realizadas en la población de Alcoy se han aplicado todas las técnicas, visualización, técnicas de respiración,

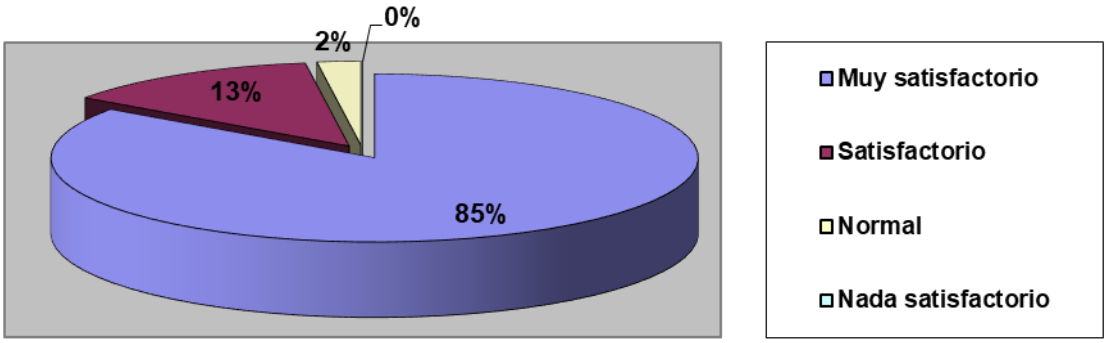
teniendo siempre como objetivo las necesidades del grupo en ese momento. En Cocentaina e Ibi, las sesiones han sido individuales.

Según genero, familar o enfermo:

- Enfermas mujeres:28
- Familiares mujeres:10
- Enfermos hombres:5
- Familiares hombres:2



Para medir la consecución de objetivos en cada ocasión , se ha utilizado un cuestionario en el que cada paciente puntuaba el grado de satisfacción, según observaba si se habían obtenido o no los resultados perseguidos, obteniéndose los siguientes resultados:



SERVICIO DE NUTRICIÓN Y FISIOTERAPIA

JOAN PÉREZ.

Un total de 37 pacients han sol·licitat exclusivament el servei del nutricionista, el que ha fet augmentar les consultes nutricionals (en 9 pacients respecte a l'any passat) i les hores invertides en els pacients, respecte a l'any passat. A més el servei de fisioteràpia exclusivament l'han demanat 7 persones, i 6 persones més han demanat la combinació entre fisioteràpia i nutrició. De forma que, al cap del any han estat atinguts un total de 50 pacients.

Cal destacar que del 50 pacients atesos, 48 eren pacients oncològics i dos pacients eres socis familiars sense patir aquesta patologia (1 dona i 1 home). Dels pacients oncològics atesos 43 han estat dones i 5 homes, 10 pacients han repetit de l'any anterior i 38 han sigut nous (els 2 familiars també han sigut nous d'aquest any). Tot i l'augment d'homes en valors absoluts que aconseguim any rere any, cal considera que no es veu reflectit en el percentatge de persones ateses, pel qual es considera important seguir treballant perquè els homes s'adonen de la importància que té la nutrició, no sols durant la malaltia sinó en la repercussió en la seua vida diària.

Entre els homes atesos les franges d'edat eren de 2 persones de 40 a 50 anys, 2 més entre els 50 i 60, i altre entre els 60 i 70. Els tumors que tenien aquests pacients eren:

- Mieloma múltiple
- Melanoma amb metàstasis òssies
- Colon
- Pàncrees
- Pulmó

D'entre les pacients 43 pacients femenines, les franges d'edat han estat: 4 persones de 30 i 40; 18 entre 40 i 50 anys, 12 més entre els 50 i 60, 5 entre els 60 i 70; 3 entre 70 i 80; i 1 major de 80. Els tumors que tenien aquestes pacients eren:

- 31 Càncer amb de mama
- 3 Càncer de Colon
- 2 Melanomes
- 2 Tumors cerebrals
- 2 Càncers d'ovaris
- 1 Càncer de pàncrees
- 1 Càncer d'úter
- 1 Sarcoma

Aquest any tot i mantenir-se el servei online que vam implantar per les complicacions solament s'ha fet servir en un parell de pacients (per a fer els seguiments), i hem pogut recuperar el contacte de proximitat al cent per cent amb els pacients.

A més de les consultes més individualitzades que s'ha detallat als apartats anteriors, s'han realitzat altres activitats per part del nutricionista i fisioterapeuta per a l'associació de Solc, com són les següents:

- S'ha mantingut en contacte mitjançant via telefònica, principalment amb whatsapp, amb tots aquells pacients ja donats d'alta nutricionalment, de manera que s'ha resolt dubtes alimentaris o del funcionament de l'associació sempre que ho han requerit, a més de preguntar amb regularitat, d'una a dues vegades mensualment com es troben. La majoria d'aquests pacients han vist amb satisfacció aquesta preocupació per part del nutricionista, per veure que no solament importen quan formen part de la consulta rutinària, sinó que se'ls continua prestant serveis una vegada acabada la fase més clínica.

El darrer trimestre d'aquest any 2022 a Solc s'han incrementat els serveis d'ajuda en el tractament del pacient oncològic, quedant instaurada la secció de fisioteràpia, on es treballen tots aquells aspectes físics que poden delimitar la qualitat de vida d'aquests pacients, i s'incrementa així la varietat de conductes saludables que poden ajudar tant a la prevenció com al tractament del càncer.

A més del nou servei, en Solc hem continuat apostant per l'assessorament al pacient i a la família per a fomentar una alimentació individualitzada com a ajuda per a una millor recuperació, evitar recaigudes i millorar la qualitat de vida.

Aquestes dues peces sanitàries que darrerament s'estan introduint en la gestió del pacient oncològic i els seus familiars, permeten anticipar-se i corregir complicacions pròpies d'aquest tipus de pacients com la pèrdua de pes o de massa corporal, la instauració de sarcopènia, el dolor musculoesquelètic i les mancances nutricionals.

YOGA TERAPÉUTICO

En 2022, se realizaron dos clases semanales de yoga terapéutico en la Sede Social de Alcoy, un total de 10 alumnas asistieron al taller semanal.

IV EDICIÓN RELATOS CORTOS, el cáncer: el cambio de mi vida”

I EDICIÓN CONCURSO DIBUJO Y FOTOGRAFÍA

PROGRAMA DE FORMACIÓN

Los objetivos de tal programa son:

- Ofrecer formación e información a los profesionales y estudiantes sanitarios, así como a público en general.
- Dotar de las herramientas necesarias en la relación de ayuda profesional-paciente.
- Captar y formar a personal voluntario en el acompañamiento al paciente oncológico.
- Formar a los profesionales para poder dar una atención de mayor calidad y especialización en procesos oncológicos.

CURSO DE FORMACIÓN EN VOLUNTARIADO ONCOLÓGICO.

Como cada año, se impartió un curso de formación del voluntariado, en 2022 un total de 9 personas recibieron formación en habilidades sociales y de comunicación, donde la Trabajadora Social de la asociación, encargada de la impartición del curso, ofreció información y formación sobre la enfermedad, habilidades sociales y de comunicación e incluso a aprender a gestionar sus propias emociones, todo para que puedan llevar a cabo su tarea de la mejor manera posible. En Solc el equipo de voluntarios es sumamente importante, ya que sin ellos no se podrían llevar a cabo actividades tan importantes para la asociación como, las charlas informativas y de prevención en los institutos, las mesas informativas, las ferias, rastrillos, etc…

<u>Talleres en Cocentaina :</u> "Aprenent a cuidar-se"

De junio a octubre realizamos en el Centro Social de Cocentaina un ciclo de talleres subvencionado por el Ayuntamiento, abordando los siguientes temas:

-*Ars corpore i balls,* a cargo de la instructora de pilates Rosa López

- *Hàbits per a millorar la conciliació del son* por Joan Pérez, nutricionista y fisioterapeuta de Solc.

-*Com posar limits i Empodera't* por Carina Castillo, psicóloga de la entidad

-*Gestionant les nostres emocions* por Reyes Cortés, trabajadora social de la asociación

<u>TALLERES FORMATIVOS EN MURO</u>

En diciembre dio inicio un ciclo de talleres en Muro subvencionados por su Ayuntamiento, siendo en total cuatro a impartir, entre finales de año y el 2023. Los temas a abordar son: Hábitos para mejorar la conciliación del sueño por Joan Pérez, Entrenando la memoria por Reyes Cortés, Risoterapia y emociones positivas por Carina Castillo y Reyes Cortés y Creciendo ante las adversidades por la psicóloga también

TALLERES FORMATIVOS EN IBI

Ciclo de talleres impartidos dirigidos a la mujer subvencionados por el Ayuntamiento de Ibi, se realizaron en los meses de febrero y octubre/noviembre en horario de mañanas y tardes.

- Hábitos para mejorar la conciliación del sueño. Por Joan Pérez
- Cómo crecer ante las adversidades. Por Reyes Cortés
- Autocuidados para vivir mejor por Reyes Cortés y Carina Castillo
- Emociones positivas por Reyes Cortés y Carina Castillo

-TALLERES DE RISOTERAPIA Y EMOCIONES POSITIVAS

Durante el 2022 se realizaron talleres de risoterapia y emociones positivas organizados directamente por la entidad, en Ibi dentro de la Semana de la Salud, así como a grupos externos de la asociación, en concreto a miembros de la Fundación AEPA, de drogodependencias de Alcoy y al personal docente del Colegio José Arnauda, para terminar el curso escolar en un lugar privilegiado, la Font Roja.

Las profesionales encargadas fueron Reyes Cortés y Carina Castillo

SOLC ASISTIÓ AL CONGRESO DE FECMA EN SANTANDER

La coordinadora de actividades de la entidad, Marcela Ripoll y la voluntaria Sari Tendero estuvieron en el congreso formativo en el mes de junio en Santander organizado por FECMA, federación de la que Solc forma parte. Ampliaron la formación en temas de actualidad relacionados con el cáncer de mama.

COMITÉ DE BIOÉTICA

En Mayo-2021 se crea un nuevo Comité de Bioética en el Hospital Virgen de los Lirios formado por distintos especialistas médicos, de enfermería, psicología, trabajo social, paliativos y filosofía, del que la psico-oncóloga de Solc, Beatriz Cortés, forma parte.

Los encuentros se realizan el primer viernes de cada mes con el fin de aclarar temas en donde la toma de decisiones por parte del personal sanitario pueda ser compleja o genere dificultad al paciente y/o la familia. Como órgano consultivo, no vinculante, que es el comité, pueden plantearse al equipo dificultades cuya solución se intuye o entiende que puede poner en duda aspectos éticos, legales o moralmente complejos y/o dudosos. Así en el comité se debatirá, desde las leyes en vigor y protegiendo al profesional y al paciente, la solución o las opciones posibles que servirán de guía en la toma de decisiones.

ALUMNA EN PRÁCTICAS DEL MÁSTER DE PSICOLOGÍA GENERAL SANITARIA

Durante meses hubo una alumna en prácticas del para la realización del TFM con la **Universidad de Valencia**. Asistió a la consulta de Psico-Oncología del Hospital con Beatriz Cortés, a la sede social de Alcoy con Carina Castillo y Reyes Cortés así como impartió un taller acerca el tema elegido para su trabajo final " importancia de la amabilidad hacia uno mismo en el afrontamiento del cáncer de mama.

ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN EN EL COMI´TE DE BIOÉTICA

Asistencia y participación en el **Comité de Bioética** en el Hospital Virgen de los Lirios, comité formado por distintos especialistas médicos, de enfermería, psicología, trabajo social, paliativos y filosofía, del que la psico-oncóloga de Solc, Beatriz Cortés, forma parte.

Los encuentros se realizan el primer viernes de cada mes con el fin de aclarar temas en donde la toma de decisiones por parte del personal sanitario pueda ser compleja o genere dificultad al paciente y/o la familia. Como órgano consultivo no vinculante que es el comité, pueden plantearse al equipo dificultades cuya solución puede poner en duda aspectos éticos, legales o moralmente complejos y/o dudosos. Así en el comité se debatirá, desde las leyes en vigor y protegiendo al profesional y al paciente, la solución o las opciones posibles que servirán de guía en la toma de decisiones.

Asistencia el 24 de marzo a la Jornada de Bioética en el Hospital La Fe de Valencia.

TALLERES MENSUALES DE AYUDA A PACIENTES Y FAMILIARES DE CÁNCER

Desde octubre de 2022 hasta junio de 2023 se llevarán a cabo talleres mensuales con diferentes temáticas, para dotar a los pacientes y familiares de recursos de afrontamiento y habilidades para sobrellevar de mejor manera la enfermedad. Estos talleres son impartidos, por un lado, por personal técnico de la entidad, Joan Pérez, Bea Cortés, Carina Castillo y Reyes Cortés en colaboración con personal externo, Andrea Pérez, pedagoga y sexólogo y Mamen Vercet, trabajadora Social y musicoterapeuta.

PROGRAMA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

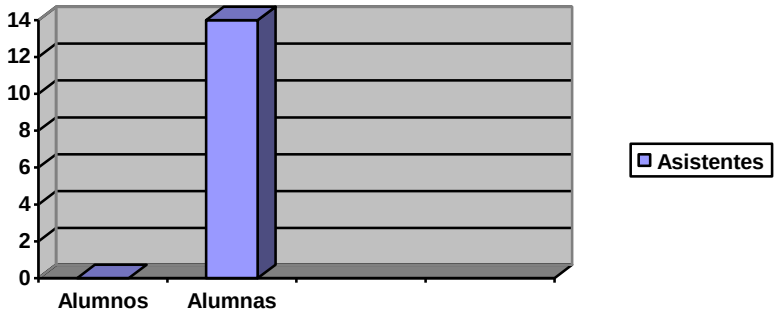
Los objetivos son:

- Construir el ocio de una manera diferente.
- Favorecer la expresión y la creatividad mediante la realización de las distintas actividades.
- Recuperar habilidades manuales.
- Desarrollar la creatividad y la imaginación por medio de talleres y actividades lúdicas y educativas
- Aumentar la mejora de las capacidades personales.
- Facilitar el contacto y la comunicación entre las personas afectadas por una misma enfermedad.

Las actividades y/o talleres que se han realizado han sido:

CURSO DE MANUALIDADES

Realizado de enero a diciembre, descansando los meses de julio, agosto y parte de septiembre. Los asistentes según sexo quedan reflejados en el siguiente gráfico:



Cristina Llácer en apoyo de MªJosé Botella fueron las encargadas de llevar a cabo dicho grupo, donde cada mes se aprendieron y trabajaron técnicas distintas, con el fin que fuese un curso dinámico y cambiante, adaptado a todos los públicos, edad y aficiones. Las actividades que se llevaron a cabo son; tarjetas navideñas, botellas decoradas, centros de mesa, cajas, adornos…Los resultados fueron muy positivos en todos sus aspectos, lográndose alcanzar el 100% de los objetivos previstos. Las valoraciones fueron muy altas

especialmente las dirigidas al profesorado, temática del curso, ocupación del tiempo libre en actividades creativas y aumento de las relaciones sociales que se establecen.

VIAJE OCIO Y TIEMPO LIBRE

El tercer domingo del mes de septiembre realizamos el viaje de un día en colaboración con la Diputación de Alicante, para usuarios de la entidad. En esta ocasión el destino fue el Palau Ducal de Gandía y paseo por su casco histórico.

CELEBRACIÓN DÍA HOMENAJE AL VOLUNTARIADO

Tras la pandemia pudimos volver a celebrar el día de homenaje al voluntariado de Solc, con una comida en el Restaurante Lolo reuniendo a todas las personas que forman el voluntariado de la entidad, de las poblaciones de Alcoy, Cocentaina e Ibi.

NOS ENCONTRARÁS EN:

C/ Sant Domènec, 8-bajo
03801 ALCOY

Centre Social Real Blanc s/n 1ªplanta
03820 COCENTAINA

Centro de Salud II
03440 IBI.

Tel y fax: 965545053
Móvil: 625817685

associacio.solc@gmail.com
Página web: www.asociacionsolc.com

PRESIDENTA: MªJOSÉ GRAU RICO.

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2022