



... MEMORIA DE ACTIVIDADES 2024 ...

ACOFI Y SFC

ORGANIGRAMA DE ACOFI Y SFC



ASAMBLEA

PRESIDENCIA

JUNTA DIRECTIVA

DIRECCIÓN

● ÁREA TÉCNICA
DE PROGRAMAS

● ÁREA TÉCNICA
DE GESTIÓN

● ÁREA TÉCNICA
DE ATENCIÓN

LÍNEAS
DE
ACTUACIÓN

JUNTA DIRECTIVA

ACOFI Y SFC



**Encarnación
Sarria Moya**
Presidenta



**Ana Mª Gacio de
la Fuente**
Vicepresidenta



**Salud Criado
Romero**
Secretaria



**Isabel Amor
Calero**
Tesorera



**Salvador Roldán
Aragonés**
Vocal



**José M. De Lara
Bermúdez**
Vocal



**Javier Jiménez
Vázquez**
Vocal



**Pilar Velasco
Crespo**
Vocal

CONTACTO



957002043 - 620821520



www.acofi.es



acofi@fepamic.org



ACOFI Y SFC es miembro de:

sefifac



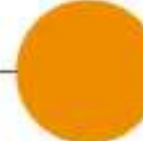
Federación
Provincial de
Personas con
Discapacidad Física
y orgánica de
Córdoba



Coalición Nacional
de Fibromialgia,
Síndrome de Fatiga
Crónica,
Sensibilidad
Química



Fundación FF,
afectados y
afectadas de
Fibromialgia y
Síndrome de
Fatiga Crónica



Sociedad
Española de
Fibromialgia y
Síndrome de
Fatiga Crónica



Foro de
Discapacidad
y Sociedad
Córdoba

ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL



- Juntas Directivas y Rectoras
- Asambleas Ordinaria y Extraordinaria
- Reunión de Presidentes
- Reuniones de trabajo con presidencia
- Reuniones de Comisión de Salud
- Reuniones con administración
- Reuniones con equipos profesionales
- Representación en eventos



ORGÁNICAS

ACTIVIDAD ORGANICA E INSTITUCIONAL



Reuniones con:

- Administración Pública
- Representantes de otras entidades
- Organización del Foro de Discapacidad
- Celebración del Día de los Derechos de las Personas con Discapacidad
- Representación en eventos



INSTITUCIONALES

ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL

- Reuniones de programación y organización para las Jornadas de Discapacidad
- Celebración de las jornadas
- Celebración del Día de las Personas con Discapacidad





ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL



- **Asambleas Ordinaria y Extraordinaria**
- **Reuniones de trabajo**
- **Organización del Día Mundial**
- **Intervención Formativa**
- **Participación y**
- **Colaboración en programas**



CONFESQ

ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL

- **Colaboración en la organización de la Celebración del Día Mundial**
- **Campañas de divulgación en redes sociales**
- **Participación y colaboración en programas y acciones**





ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL

- **Colaboración en la celebración del Día Mundial de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica**
- **Participación en Campañas de divulgación en redes sociales**
- **Participación y colaboración en actividades**



PLATAFORMA DE VOLUNTARIADO

- **Reuniones de responsables de entidades**
- **Asamblea General Ordinaria**
- **Talleres de formación del Voluntariado**
- **celebración del 25 aniversario**
- **Participación en Campañas de divulgación en redes sociales**
- **Participación y colaboración en actividades**



ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL

- **Asambleas Ordinaria y Extraordinaria**
- **Juntas Directivas**



ACTIVIDAD ORGÁNICA E INSTITUCIONAL



- **Reuniones con:**
- **Administración Pública**
- **Grupos Políticos**
- **Foro Discapacidad**
- **Otras Entidades**





LÍNEAS DE ACTUACIÓN ACOFI Y SFC

- 1 SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO
- 2 SERVICIO DE INTERVENCIÓN FÍSICA Y REHABILITADORA
- 3 SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA, AYUDA MUTUA Y COACHING
- 4 SERVICIO DE ASESORAMIENTO JURÍDICO
- 5 SERVICIO DE INTERVENCIÓN NUTRICIONAL
- 6 SERVICIO DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN SOCIAL
- 7 SERVICIO DE FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

SERVICIOS DE ACOFI Y SFC:



1

SERVICIO DE INFORMACIÓN
Y ASESORAMIENTO

2

SERVICIO DE
FISIOTERAPIA

3

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA:
INDIVIDUAL, GAM, COACHING Y
ENTRENAMIENTO COGNITIVO

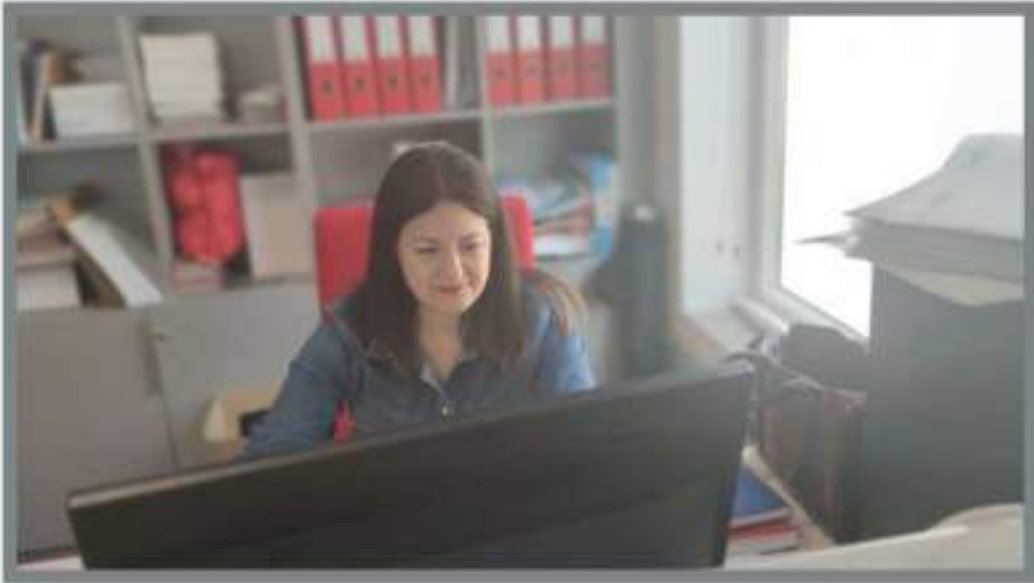
4

SERVICIO DE
ASESORAMIENTO JURÍDICO



1

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO



A EN 2024 SE HAN ATENDIDO 106 SOLICITUDES DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO.

B MODALIDAD DE ATENCIÓN:

		
PRESENCIAL 59	EMAIL/WEB ACOFI 24	TELÉFONO 23

2

SERVICIO DE FISIOTERAPIA

SERVICIO PRESTADO DURANTE TODO
EL AÑO EN CORDOBA Y PROVINCIA



3.1.

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL



A

Llevada a cabo por una Psicóloga Sanitaria, con experiencia en pacientes con FM Y SFC.

B

Acceso mediante cita previa en la sede de ACOFI y SFC.

C

Intervención presencial en la consulta de la psicóloga.

D

Duración de las sesiones individuales: 1 hora.



3.2. GRUPOS DE AYUDA MUTUA



A Llevada a cabo por la misma Psicóloga Sanitaria de A.P.I.

B Mediante:
Acceso directo
Por derivación.

C Se lleva a cabo en:
• CÓRDOBA
• MONTILLA

D Servicio prestado durante todo el año.



3.3. GRUPO DE COACHING

1 Coaching orientado en salud por un Coach profesional.

2 Acceso mediante: inscripción de las socias/os.

3 TRABAJAMOS:

- Hábitos saludables
- Herramientas adaptativas
- Afrontamiento

4 Servicio prestado durante todo el año.



3.4.

TALLER DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO

1

Llevado a cabo por la misma Licenciada en Psicología de A.P.I. y G.A.M

2

Acceso mediante: inscripción de los socios.

3

¿QUÉ HACEMOS? frenar y prevenir síntomas de deterioro cognitivo.

4

Servicio prestado durante todo el año.





A

ASESORAMIENTO EN:

- PROCESOS DE INCAPACIDAD
- RECONOCIMIENTO DISCAPACIDAD
- BAJAS LABORALES
- OTROS

B

INTENSIDAD



*Todo el año. Dando respuesta
a las demandas presentadas por
los/as socios/as.*

C

*Con la colaboración de José Manuel De Lara
Bermúdez, socio y miembro de la Junta
Directiva de ACOFIY SFC*



JOSÉ MANUEL DE LARA BERMUDEZ

PROGRAMA DESARROLLADOS 2024 POR ACOFI Y SFC:

... CON LA COLABORACIÓN DE:



1

REEDICIÓN PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL A PACIENTES DE FIBROMIALGIA Y DOLOR CRÓNICO Y SUS FAMILIAS

2

MANTENIMIENTO DE SEDE ACOFI Y SFC

3

REEDICIÓN PROGRAMA PONTE EN MARCHA: RECUPERACIÓN FUNCIONAL EN FM Y SFC

4

ATENCIÓN TERAPEUTICA Y PSICOSOCIAL PARA LA REHABILITACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN PACIENTES CON FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA

5

VOLUNTARIADO POR Y PARA MAYORES. CAMPAÑA Y FORMACIÓN PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL

6

SERVICIO DE APOYO Y ATENCIÓN INTEGRAL A PACIENTES CON FM Y SFC

7

ACOFI TE ACOMPAÑA

8

CORRESPONSABILIDAD Y PREVENCIÓN EN FAMILIA

9

PAIN MANAGEMENT: TÉCNICAS Y ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA LA GESTIÓN DEL DOLOR CRÓNICO M.E

10

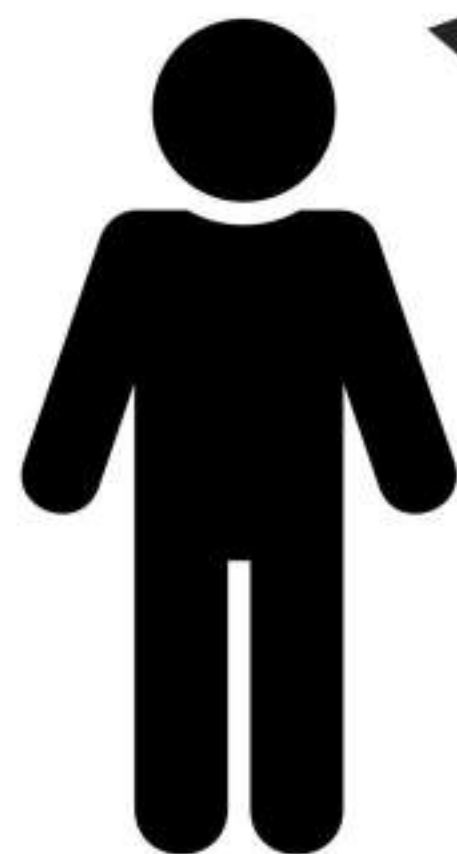
APOYO AL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL PARA MAYORES PACIENES DE FM Y SFC

11

LA IGUALDAD EMPIEZA EN CASA



REEDICIÓN PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL A PACIENTES DE FIBROMIALGIA Y DOLOR CRÓNICO Y SUS FAMILIAS



¿CUÁNDO SE HA
LLEVADO A CABO?
¿CUÁNTAS
PERSONAS HAN
PARTICIPADO?

SE HAN BENEFICIADO
DIRECTAMENTE 20
PERSONAS E
INDIRECTAMENTE UNAS
150 PERSONAS

SE HA LLEVADO
A CABO DESDE 1
DE SEPTIEMBRE
HASTA EL 31 DE
DICIEMBRE DE
2024



MANTENIMIENTO ACOFI Y SFC 2024 Y 2025



Con la colaboración
de la Consejería de
Inclusión Social,
Juventud, Familias
e Igualdad de la
Junta de Andalucía.



PERIODO DE
EJECUCIÓN:

01/01/24–
31/12/24



CONCEPTOS
SUBVENCIONADOS:

- MATERIAL DE OFICINA
- SEGURO R. CIVIL Y VOLUNTARIADO
- LICENCIAS SOFTWARE
- MANTENIMIENTO WEB

REEDICIÓN PROGRAMA PONTE EN MARCHA: RECUPERACIÓN FUNCIONAL EN FM Y SFC

COLABORACIÓN CON:



- El servicio se ha prestado a través de la Clínica de Fisioterapia Fisioartema, ubicada en la localidad de Cabra,
- Beneficiarios: personas afectadas de FM y/o SFC.
- Objetivo principal: mejorar la condición física de las personas que padecen discapacidad debido a las enfermedades de FM y SFC.

COFINANCIADO POR:



- Programa desarrollado con la financiación del Patronato de Bienestar Social del ayuntamiento de Cabra.
- PERIODO DE EJECUCIÓN: del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

ATENCIÓN TERAPEUTICA Y PSICOSOCIAL PARA LA REHABILITACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN PACIENTES CON FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA

***Se plantean dos líneas de intervención principales:**

A.INTERVENCIÓN REHABILITADORA: TERAPIAS PALIATIVAS Y DE REHABILITACIÓN.

-  **Terapia de Rehabilitación Funcional**
-  **Terapia de Entrenamiento Cognitivo**
-  **Programa de Entrenamiento Neuromuscular grupal**

B.INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL.

• líneas de atención:

-  **Valoración integral de la autonomía y recursos de los/as usuarios/as**
-  **Sesiones individuales de información y búsqueda de recursos socioeconómicos**
-  **Sesiones de asesoramiento psicosocial**

VOLUNTARIADO POR Y PARA MAYORES. CAMPAÑA Y FORMACIÓN PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL



CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN Y CAPTACIÓN DE VOLUNTARIADO PARA LA AYUDA MUTUA A MAYORES. **DIFUSIÓN DEL PROGRAMA.**



FORMACIÓN PARA EL **VOLUNTARIADO SOCIAL** PARA Y ENTRE MAYORES.



FORMACIÓN PARA **ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL DIGITAL.**



GUIA DE VOLUNTARIADO SOCIAL PARA EL APOYO A MAYORES.

SERVICIO DE APOYO Y ATENCIÓN INTEGRAL A PACIENTES CON FM Y SFC



A. SERVICIO DE APOYO Y ASESORAMIENTO PSICOSOCIAL:

1. Sesiones de información y búsqueda de recursos socioeconómicos.
2. Sesiones de asesoramiento psicosocial y autonomía personal.



**B. INTERVENCIÓN TERAPEÚTICA:
REHABILITACIÓN FUNCIONAL Y
PSICOLÓGICA
FISIOTERAPIA Y G.A.M**



ACOFI TE ACOMPAÑA





CORRESPONSABILIDAD Y PREVENCIÓN EN FAMILIA

1

Módulo 1. Sensibilización en materia de género. Evitando estereotipos en el acompañamiento a hombres y mujeres

2

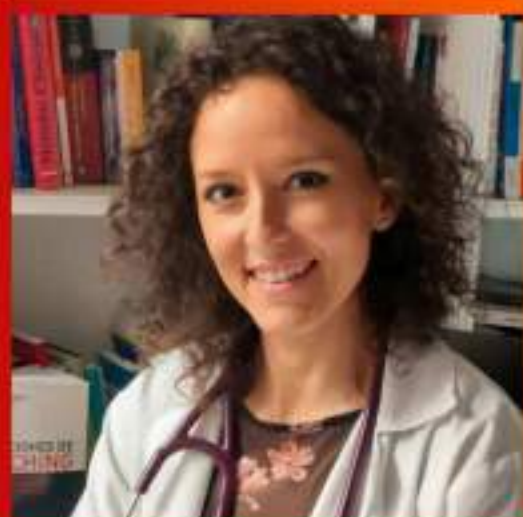
Módulo 2. Estrategias motivacionales para la competencia digital en mujeres. Intervención individual dentro de la actividad "Formación para el acompañamiento social digital"

3

Módulo 3. Experiencias para abordar la soledad y el aislamiento de las personas mayores. Estrategias de afrontamiento desde la perspectiva de género.

PAIN MANAGEMENT: TÉCNICAS Y ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA LA GESTIÓN DEL DOLOR CRÓNICO M.E

Desde ACOFI Y SFC se proponen 2 líneas de intervención:



A) PROGRAMA DE INTERVENCIÓN TERAPEÚTICA.

- **BIOFEEDBACK en Coherencia Cardíaca:** detención de la respuesta fisiológica al estrés y prevenir el desgaste físico y psicológico asociado con los diversos factores que genera el dolor crónico. Se ha incluido una posterior formación como PACIENTES EXPERTOS para consolidar estas técnicas en futuros/as usuarios/as.
- **MINDFULNESS** orientado al control de mecanismos de atención sobre el dolor: estrategias de atención como alternativa terapéutica, que además de ayudar a gestionar el dolor, el estrés, la ansiedad y depresión.



B) PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL.

Impartido por una psicóloga sanitaria, que presta **atención y orientación psicológica** a pacientes y sus familiares. Para ello, se evalúa su realidad, el impacto del dolor crónico en la vida diaria y la de sus familiares, y las necesidades de cada uno/a, a fin de ofrecer una intervención eficaz y afín a cada situación personal y/o familiar.

APOYO AL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL PARA MAYORES PACIENTES DE FM Y SFC

El objetivo de este programa ha consistido en continuar el despliegue del proyecto global de voluntariado dirigido al colectivo de personas mayores vulnerables con FM y SFC que favorezca la captación y formación de las personas voluntarias como agentes de acompañamiento social.



APOYO AL PROGRAMA DE
ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL PARA
MAYORES PACIENTES DE FM Y SFC.

TALLERES DE FORMACIÓN DEL
VOLUNTARIADO

14 DE NOVIEMBRE DE 11:00 A 13:00 Y

17 DE DICIEMBRE DE 11:00 A 13:00

CENTRO DE FORMACIÓN DE FEPAMIC

C/Músico Cristóbal de Morales

info@fepamic.org

957002043

CONTENIDO DEL PROGRAMA:

1

Actividad Nº 1: Selección de los temas a tratar en la campaña de captación de voluntariado e inicio del despliegue de la campaña.

2

Actividad Nº 2: Talleres formativos en competencias técnicas básicas para el voluntariado. (Formación básica).

3

Actividad Nº: 3 Denominación de la actividad: Diseño y confección del material audiovisual y gráfico.

4

Actividad Nº: Reedición y adaptación de una Guía de Voluntariado por y para el colectivo objeto de atención y su difusión y publicidad en plataformas online.

LA IGUALDAD EMPIEZA EN CASA



CAMPAÑA "IGUALES Y CORRESPONSABLES".



**TALLERES DE CAPACITACION
EN VALORES PARA LA
CORRESPONSABILIDAD Y
CONCILIACIÓN.**



**GRUPO DE APOYO Y
EMPODERAMIENTO PARA
MUJERES.**

ENCUENTROS, JORNADAS Y ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

1

CELEBRACIÓN DEL
DÍA MUNDIAL DE LA
FIBROMIALGIA Y
SÍNDROME DE FATIGA
CRÓNICA.

2

COMIDA NAVIDAD
2024.

3

FIBROMERIENDAS.

4

OTROS ACTOS DE
INTERÉS.



1 CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA.

- Entrevistas en radio y Canal Sur
- Mesas informativas por la FM en el centro de Córdoba, Hospital Reina Sofía y Centro de Especialidades Castilla del Pino.
- Mesas informativas en las localidades de Cabra (Hospital Infanta Margarita) y Montilla.
- Carrera Virtual por la FM, junto a la federación CONFESQ.
- Iluminación de edificios emblemáticos de Córdoba.
- Lectura del Manifiesto por el 12 de mayo, Día de la Fibromialgia.
- Rotulación autobuses urbanos AUCORSA.



 **12 de mayo**
DÍA MUNDIAL
DE LA
FIBROMIALGIA 

Síndrome de Fatiga Crónica
Sensibilidad Química Múltiple
Electrohipersensibilidad



1.1.

CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA.



Por otro lado, para visibilizar a las personas afectadas por FM y SFC, el **10 de mayo de 2024** se ha realizado un acto conmemorativo en el **Centro Azahara de Villarrubia**, Córdoba. Ha sido la primera edición en la que se ha celebrado el día mundial con unos de **400 niños y niñas**, de manera que se ha podido acercar a los mismos la **realidad** de las personas afectadas por FM y SFC, teniendo en cuenta que, por otro lado, se ha trabajado la **brecha intergeneracional**.



2 COMIDA NAVIDAD 2024.



De manera tradicional, tanto personas profesionales como personas usuarias de ACOFI y SFC, han realizado un encuentro el día **13/12/2024** para celebrar la navidad en el año 2024. El encuentro ha consistido en realizar una comida en la que profesionales y usuarios han **compartido vivencias**, se han cumplido con criterios de **visibilización** del colectivo, así como la creación de un espacio de **ocio** considerado como **agradable**.

3 FIBROMERIENDAS.

Durante el año 2024, se han llevado a cabo una serie de **encuentros** entre los socios y/o personas afectadas por FM o SFC, con el objetivo de **compartir experiencias**, así como entender la enfermedad **fuera de un ambiente "terapéutico"**. Trás la realización de **talleres grupales**, se han creado espacios distendidos, para merendar, relajarnos y conocernos mejor.



4 OTROS ACTOS DE INTERÉS.



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

ACOFI TE ACOMPAÑA



APOYO PSICOSOCIAL



COACHING EN SALUD

ENTRENAMIENTO
NEUROMUSCULAR



TALLER PREVENCIÓN
VIOLENCIA DE GÉNERO EN
JÓVENES

ORGANIZA ACOFI

MARTES 19 Y 26 DE NOVIEMBRE, Y 2 DE DICIEMBRE
CENTRO DE FORMACIÓN FEPAMIC



REHABILITACIÓN TERAPEÚTICA Y APOYO PSICOSOCIAL EN
PACIENTES DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA.



APOYO PSICOSOCIAL



TALLERES DE
ENTRENAMIENTO COGNITIVO

ENTRENAMIENTO
NEUROMUSCULAR



REHABILITACIÓN
FUNCIONAL



REEDICIÓN:
**PROGRAMA DE APOYO
PSICOSOCIAL A
PACIENTES DE
FIBROMIALGIA Y
DOLOR CRÓNICO Y SUS
FAMILIAS**

ACOFI Y SFC
2024



Ayuntamiento de
Montilla
Servicios Sociales

FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC



IGUALES Y CORRESPONSABLES
GUÍA PARA AVANZAR EN DERECHOS Y OPORTUNIDADES

ASOCIACIÓN CORDOBESA DE FIBROMIALGIA Y
SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA (ACOFI)

Programa financiado por:



APOYO AL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL PARA MAYORES PACIENTES DE FM Y SFC.

TALLERES DE FORMACIÓN DEL
VOLUNTARIADO

14 DE NOVIEMBRE DE 11:00 A 13:00 Y
17 DE DICIEMBRE DE 11:00 A 13:00
CENTRO DE FORMACIÓN DE FEPAMIC
C/Músico Cristóbal de Morales

acofi@fepamic.org
957002043

LA IGUALDAD EMPIEZA EN CASA

CAMPAÑA "IGUALES Y CORRESPONSABLES"

- TALLERES EN VALORES PARA LA CONCILIACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD.
- GRUPO DE APOYO A MUJERES PARA LA CONCILIACIÓN.

Proyecto financiado por:



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

SERVICIO DE APOYO Y ATENCIÓN INTEGRAL A
PACIENTES CON FM Y SFC.



**REEDICIÓN PROGRAMA "PONTE EN MARCHA:
RECUPERACIÓN FUNCIONAL EN FM Y SFC"**

SESIONES DE FISIOTERAPIA
Centro FISIOARTEMA (C/Rafael Leña Caballero 6, CABRA)

SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2024

**Información e inscripciones: acofi@fepamic.org o
llamando al 957 00 20 43**

Programa financiado por:



Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad



Patrimonio
Municipal
Bienestar
Social

Servicio de Fisioterapia

Oficina de información y valoración

Atención Psicosocial

Grupo de Ayuda Mutua

**INICIO FORMACIÓN PARA EL
VOLUNTARIADO SOCIAL PARA Y
ENTRE MAYORES.**

1ª SESIÓN 29/01/24

Salón de Actos Residencia FEPAMIC

18:00-19:30

acofi@fepamic.org
957002043
www.acofi.es



Proyecto financiado por:



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN



GRUPO DE APOYO Y AYUDA MUTUA EN SALUD PARA PACIENTES DE FM Y SFC

CON EL COACH ALEX CALVACHE

Próximas sesiones (18:00 - 20:00):

28/10

28/11

11/12

Salón de Actos Residencia Fepamic
(Entrada C/Victoria Kent)

Más información:
acofi.es//acofi@fepamic.org

ATENCIÓN TERAPÉUTICA Y PSICOSOCIAL PARA LA REHABILITACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN PACIENTES DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA



APOYO PSICOSOCIAL



TALLERES DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO



PROGRAMA DE COHERENCIA CARDÍACA



REHABILITACIÓN FUNCIONAL



Proyecto financiado por:



VOLUNTARIADO POR Y PARA MAYORES. CAMPAÑA Y FORMACIÓN PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL.

- CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN Y CAPTACIÓN DE VOLUNTARIADO.
- FORMACIÓN PARA EL VOLUNTARIADO SOCIAL PARA Y ENTRE MAYORES.
- FORMACIÓN PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL DIGITAL.
- GUÍA DE VOLUNTARIADO SOCIAL PARA EL APOYO A MAYORES.

Información y contacto:
957002043 y
acofi@fepamic.org



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOF y STC

PAIN MANAGEMENT: TÉCNICAS Y ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA LA GESTIÓN DEL DOLOR CRÓNICO

PRÓXIMAS SESIONES ONLINE:

- 15/10 17:00 - 19:00
- 22/10 17:00 - 19:00
- 29/10 17:00 - 19:00



PROGRAMA PACIENTE EXPERTO: DE PACIENTE ACTIVO A EXPERTO EN PATOLOGÍAS QUE CURSAN CON DOLOR CRÓNICO

Con la colaboración de:



Fundación "la Caixa"



TALLER AVANZADO EN TÉCNICAS DE COHERENCIA CARDIACA



06/06 17:00 ONLINE PLATAFORMA ZOOM

Con la colaboración de:



Fundación "la Caixa"



LA #CORRESPONSABILIDAD ES CLAVE PARA UNA SOCIEDAD EQUITATIVA



Diputación de Córdoba



957002043
acofiafefamic.org

ConvocatoriasSociales2023
#FundacionlaCaixa

FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y STC

PROYECTO PAIN MANAGEMENT: TÉCNICAS Y ATENCIÓN PARA LA GESTIÓN DEL DOLOR CRÓNICO

- TÉCNICAS BIOFEEDBACK PARA LA GESTIÓN DEL DOLOR CRÓNICO.
- PROGRAMA MINDFULNESS PARA LA MODULACIÓN ATENCIONAL AL DOLOR.
- INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL.
- PROGRAMA PACIENTE EXPERTO.

Información e inscripciones: 957002043 y acofi@fepamic.org

#ConvocatoriasSociales2023 #FundacionlaCaixa

Con la colaboración de:



Fundación "la Caixa"



¿QUÉ ES LA
#CORRESPONSABILIDAD?



Diputación
de Córdoba



#CORRESPONSABLES

UN FUTURO DONDE LA IGUALDAD Y LA CORRESPONSABILIDAD PERMITEN VIVIR PLENAMENTE EN LO PERSONAL Y EN LO PROFESIONAL



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFGSFC

**Reedición
"Ponte en
marcha:
Recuperación
funcional en
FM y SFC"**

**CENTRO FISIOARTEMA
(CABRA)
C/ RAFAEL LEÑA
CABALLERO, 6**

**Inscripciones en:
acofi@fepamic.org o
llamando al 957 00 20 43**



PROGRAMA MINDFULNESS

¡¡ÚLTIMA SESIÓN!!

11 de diciembre

**CENTRO CULTURAL
"ANTONIO CARPIO"**



PROGRAMA MINDFULNESS

**CENTRO CULTURAL
"ANTONIO CARPIO"**

**Información e inscripciones:
acofi@fepamic.org
o llamando al 957 00 20 43**



**Información e inscripciones:
acofi@fepamic.org
o llamando al 957 00 20 43**



**Ayuntamiento de
Montilla
Servicios Sociales**



**Ayuntamiento de
Montilla
Servicios Sociales**



**ASOCIACIÓN
CORDOBESA
de FIBROMIALGIA
y SÍNDROME
de FATIGA CRÓNICA**

FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

VOLUNTARIADO:
LA AVENTURA QUE NUNCA TERMINA



MÁS INFORMACIÓN:
acofi@fepamic.org
957 00 20 43

 Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

 ASOCIACIÓN COORDINADA DE FAMILIAS EN FERIA CRÓNICA

¡NUNCA ES TARDE PARA SER UN HÉROE!

¡ÚNETE AL VOLUNTARIADO



MÁS INFORMACIÓN:
ACOFI@FEPAMIC.ORG
957 00 20 43

 Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

 ASOCIACIÓN COORDINADA DE FAMILIAS EN FERIA CRÓNICA

Tu sabiduría transforma vidas
ÚNETE AL VOLUNTARIADO



Más información:
acofi@fepamic.org
o llamando al 957 00 20 43

Programa financiado por:

 Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

 ASOCIACIÓN COORDINADA DE FAMILIAS EN FERIA CRÓNICA

*Tu tiempo es un tesoro,
¡compártelo como voluntario!*



MÁS INFORMACIÓN:
acofi@fepamic.org
957 00 20 43

 Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

 ASOCIACIÓN COORDINADA DE FAMILIAS EN FERIA CRÓNICA

FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

Habilidades y competencias para el voluntariado

- Análisis y resolver problemas
- Autonomía o capacidad para emprender
- Flexibilidad y capacidad de innovar
- Capacidad de liderazgo
- Organización y gestión
- Capacidad de comunicación
- Trabajo en equipo



Contáctanos:

Calle María Montessori S/N
14011, Córdoba, España

957 00 20 43

acofi@fepamic.org

Financiado por:



Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familia e Igualdad



ASOCIACIÓN CORDOBESE DE PERSONAS CON SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA

VOLUNTARIADO PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL POR Y PARA MAYORES



La participación social de las personas mayores puede verse obstaculizada por las etiquetas de connotación negativa asociadas a la edad...
¿Cómo podemos superarlas?

- Actualizar términos que puedan causar prejuicios
- Darle valor a la experiencia y al conocimiento acumulado
- Rechazar las limitaciones basadas en la imagen estereotipada del envejecimiento

VOLUNTARIADO EN MAYORES

VENTAJAS	OBSTACULOS
Medio de aprendizaje	Dificultades de movilidad o dependencia
Autoconfianza, paciencia y tolerancia	Actividades sin adaptación
Nuevas relaciones sociales	Estrategias de captación orientadas a jóvenes
Favorece el proceso de transición a la jubilación	Falta de tiempo
Mayor integración de las comunidades	No sabe dar el primer paso
Promueve la salud física y mental	Estar al cuidado de un familiar
Mayor satisfacción y bienestar social	



Actividades intergeneracionales para...

- Fomentar la asertividad, la empatía y la tolerancia
- Descubrir el valor y el potencial de otras personas
- Valorar las relaciones como enriquecedoras
- Fomentar la asertividad, la empatía y la tolerancia
- Crear espacios de interacción participativa
- La recuperación de tradiciones
- Transmisión de valores culturales, sociales y etnográficos



FORMACIÓN PARA LA CAPACITACIÓN EN VALORES DE CORRESPONSABILIDAD Y CONCILIACIÓN

Organiza ACOFI y SFC

Lunes 7 de OCTUBRE y
jueves 21 de NOVIEMBRE

Centro de formación de FEPAMIC



ASOCIACIÓN CORDOBESE DE PERSONAS CON SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

PROYECTO PONTE EN MARCHA: RECUPERACIÓN FUNCIONAL EN FM Y SFC

EN CENTRO FISIOARTEMA (CABRA)
C. RAFAEL LEÑA CABALLERO, 6

Programa financiado por:



Más información: 957002043
acofi@fepamic.org

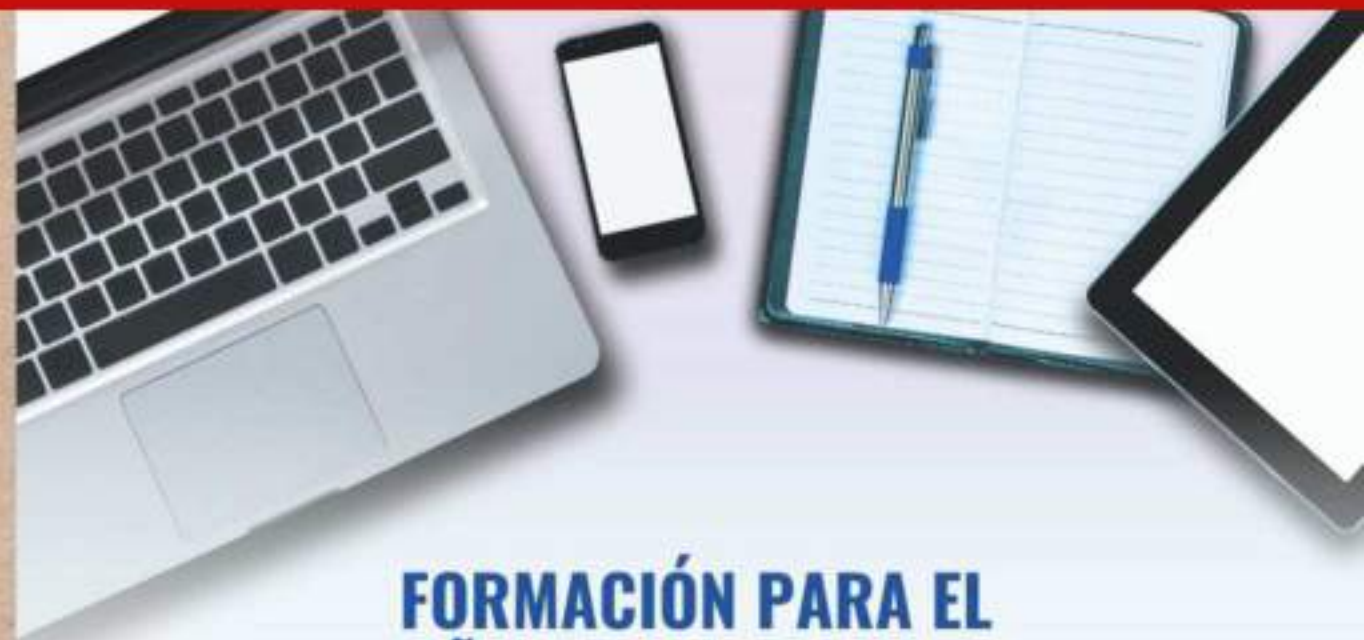


APOYO PSICOSOCIAL A PACIENTES Y FAMILIARES DE FIBROMIALGIA Y OTRAS PATOLOGÍAS QUE CURSAN CON DOLOR CRÓNICO



GRUPO DE TERAPIA MINDFULNESS Y
ATENCIÓN PSICOSOCIAL (17:00-
19:00. Centro Cultura "Antonio
Carpio"). FECHAS:

27/09
11/10
23/10
15/11
29/11
13/12



FORMACIÓN PARA EL ACOMPANIAMIENTO SOCIAL DIGITAL

Próxima sesión 12/12/23
Centro de formación FEPAMIC 17:30 - 19:00



acofi@fepamic.org
957002043
www.acofi.es



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y STC

SESIÓN ONLINE ENTRENAMIENTO EN COHERENCIA CARDIACA

Con la Dra. M^a José Vargas Sánchez

7 FEBRERO
17:00 A 19:00



Financiado por:



PROGRAMA MINDFULNESS

CENTRO CULTURAL ANTONIO CARPIO
PRÓXIMAS SESIONES: 15 Y 29 NOVIEMBRE
17:00-19:00



Información e inscripciones:
acofi@fepamic.org o 957002043



MEJORA TU
CONCENTRACIÓN

FOCALIZA TU
ATENCIÓN

DOMINA LA
MULTITAREA

ESTIMULA TU
MEMORIA

OPTIMIZA TU
ORIENTACIÓN



2º TALLER DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO.
18/12/23 18:00 SALÓN DE ACTOS RESIDENCIA FEPAMIC

Actividad financiada por:



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y STC

2ª SESIÓN: COACHING PARA EL VOLUNTARIADO POR Y PARA PERSONAS MAYORES

12/05/24 18:00-20:00

Actividad Presencial: Salón de actos Residencia Fepamic (entrada C/Victoria Kent)

Información e inscripciones:
957002043 o acofi@fepamic.org
www.acofi.es

AYUNTAMIENTO DE CORDOBA
Delegación de Servicios Sociales



3ª SESIÓN: COACHING PARA EL VOLUNTARIADO POR Y PARA PERSONAS MAYORES

26/02 a las 18:00
Salón de actos Residencia Fepamic



Con la financiación:

AYUNTAMIENTO DE CORDOBA
Delegación de Servicios Sociales



Con el Coach
Alex Calvache

15/04/24 DE 18:00 A 20:00

6ª SESIÓN: FORMACIÓN PARA EL VOLUNTARIADO POR Y PARA PERSONAS MAYORES

*Acompañando a personas mayores:
el papel de las emociones.*

MÁS INFORMACIÓN:
acofi@fepamic.org
957002043



Con la financiación:

AYUNTAMIENTO DE CORDOBA
Delegación de Servicios Sociales



Con el Coach
Alex Calvache

FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOFI y SFC

12 de mayo
DÍA MUNDIAL
DE LA
FIBROMIALGIA

Síndrome de Fatiga Crónica

Sensibilidad Química Múltiple

Electrohipersensibilidad



GUIA DE VOLUNTARIADO PARA EL APOYO A MAYORES

Preparados para el
lanzamiento de
nuestra GUIA DE
VOLUNTARIADO
PARA EL APOYO A
MAYORES!!
Proximamente
disponible en
nuestra web:
acofi.es



Proyecto financiado por:



FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

ACOF y SFC



Generaciones unidas

EL PODER DEL
VOLUNTARIADO EN
MANOS DE LAS
PERSONAS MAYORES



FORMACIÓN EN ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL DIGITAL

DEL 07 DE NOVIEMBRE AL 12 DE
DICIEMBRE DE 2023.

Martes de 17:30 a 19:00

Centro de Formación de Fepamic, C/Músico Cristobal
Morales, local 13.

Información: 957002043 o acofi@fepamic.org

Programa financiado por:



**Insistir
Persistir
Resistir**

y nunca desistir



ASOCIACIÓN
CORDOBESA
de FIBROMIALGIA
y SÍNDROME
de FATIGA CRÓNICA