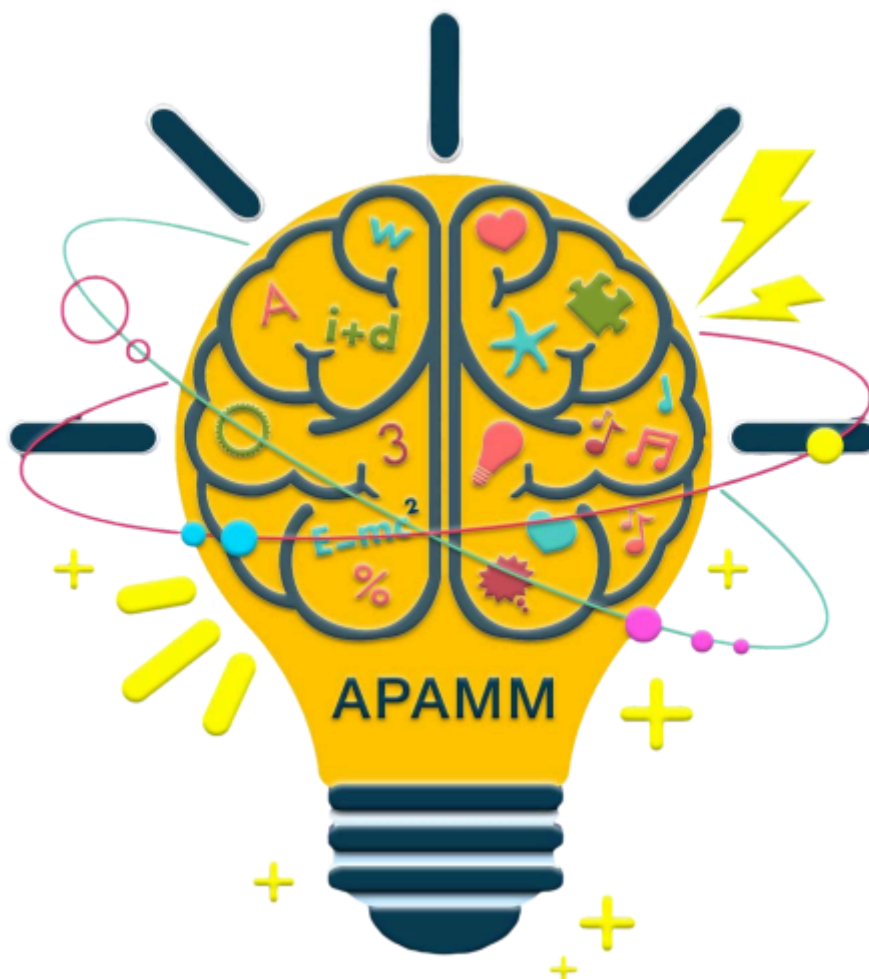
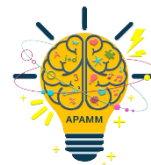


MEMORIA DE ACTIVIDADES

Ejercicio

2025





1. DATOS DE LA ENTIDAD

1.1. Identificación de la entidad

Denominación

Asociación Parkinson Mar Menor (APAMM)

Régimen Jurídico

Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación.

Registro de Asociaciones

Registro de asociaciones de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. Consejería de Transparencia, Participación y Administración Pública.

Número de Inscripción en el Registro
correspondiente

Fecha de Inscripción

CIF

12.203/1ª

13/10/2014

G73860918

1.2. Domicilio de la entidad

Calle/Plaza

Número

Calle Padre Juan

s/nº

Localidad / Municipio

Provincia

Teléfono

Santiago de la Ribera, San Javier

Murcia

633 84 25 22

Dirección de Correo Electrónico

Fax:

parkinsonmarmenor@gmail.com

2. FINES ESTATUTARIOS

- Atender, asesorar y en su caso prestar ayuda a las personas afectadas con la enfermedad de Parkinson (de ahora en adelante, “EP”) de la comarca del Mar Menor de la Región de Murcia, así como a sus familias.
- Proporcionar información relacionada con la enfermedad, y asesorar en cuestiones médicas, psicológicas, jurídico-legales, económicas, éticas y prestaciones sociales.
- Promover que cada persona con EP se reconozca con plena dignidad, sin esconderse, avergonzarse o culpabilizarse; conociendo y trabajando por sus derechos, así como manteniéndose activa y socialmente integrada.



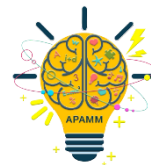
- Representar ante la Administración y otras instituciones los intereses de las personas con EP y sus familias.
- Conseguir que la Asociación constituya un punto de encuentro y de apoyo para todas aquellas personas y familiares que sufren la EP, así como para las personas asociadas que no la padezcan y formen parte de la Asociación.
- Dar a conocer a las Administraciones Públicas, medios de comunicación y sociedad en general todo lo referido al conocimiento de la EP, con la finalidad de sensibilizar y poder obtener la asistencia integral adecuada.
- Establecer, en los casos en los que sean pertinentes, un convenio entre APAMM y la entidad de la que provengan personas asociadas colaboradoras que se regirá sobre la legislación vigente y el funcionamiento de la Asociación.
- Apoyar a las personas que padecen la EP a través de grupos de autoayuda y con la ocupación del ocio y tiempo libre.
- Facilitar, mejorar y controlar el apoyo a las personas con EP para mantener la máxima calidad de vida digna posible, procurando al mismo tiempo, que los servicios sanitarios, sociales y otros que procedan de los poderes públicos, sean funcionalmente operativos para las personas afectadas y sus familiares.
- Potenciar el derecho de las personas con EP a una información veraz, sin ser manipulada ni instrumentalizada.
- Trabajar para lograr la aportación laboral a la sociedad de todas las personas con EP que lo deseen y puedan, mediante la adopción de las medidas adecuadas.
- Auspiciar la investigación y determinación de las causas que originan la EP, su tratamiento y prevención.

3. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

Durante el año 2025, la Asociación Parkinson Mar Menor (APAMM) ha desarrollado un programa integral de atención dirigido a personas con enfermedad de Parkinson y a sus familias, basado en un enfoque interdisciplinar que combina terapias especializadas, atención social, apoyo sanitario y actividades de integración social, comunitaria y de sensibilización.

La asociación ha prestado servicios de fisioterapia (grupal, individual, a domicilio e hidroterapia), logopedia, atención psicológica, estimulación cognitiva, atención social, terapia ocupacional, gimnasia adaptada, baile terapéutico, y apoyo sanitario a través de una auxiliar de enfermería. Todas estas intervenciones han sido coordinadas por un equipo profesional cualificado y reforzadas por la participación activa de personas voluntarias.

El objetivo principal del trabajo realizado ha sido mejorar la calidad de vida de las personas con Parkinson, ralentizar el deterioro funcional, mantener la autonomía personal el mayor tiempo posible y ofrecer apoyo continuado a las familias y personas cuidadoras. De forma complementaria, se han desarrollado numerosas actividades de ocio, convivencia,



sensibilización y captación de fondos, contribuyendo a la participación social, la visibilidad de la enfermedad y el fortalecimiento del tejido asociativo.

4. ACTIVIDADES DESARROLLADAS, RESULTADOS Y BENEFICIARIOS

4.1. Actividades autorizadas

- Servicio de Atención y Apoyo a Familias
- Centro para el desarrollo del servicio de Promoción de la Autonomía Personal de Intensidad Genérica
- Servicio de Voluntariado Personas con Discapacidad
- Centro de Atención a Personas con Discapacidad
- Servicio de Respiro Familiar

4.2. Servicios comprendidos en las actividades

- Asistencia Psicológica
- Información, Orientación y Asesoramiento social
- Logopedia
- Fisioterapia grupal, individual y a domicilio
- Gimnasia adaptada
- Terapia Ocupacional y Estimulación Cognitiva
- Apoyo sanitario

4.3. Descripción de las actividades

Durante 2025, la Asociación Parkinson Mar Menor ha continuado ofreciendo un modelo de atención integral e interdisciplinar, adaptado a las distintas fases de la enfermedad de Parkinson y centrado en la persona.

Las terapias se han realizado de forma presencial en la sede de la asociación, ubicada en el Centro de Personas Mayores de Santiago de la Ribera (San Javier), así como a domicilio en aquellos casos en los que la situación funcional de la persona asociada lo ha requerido.

El equipo de trabajo ha estado compuesto por fisioterapeuta, logopeda, psicóloga, trabajadora social, terapeuta ocupacional, profesional graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, auxiliar de enfermería y personal voluntario, trabajando de manera coordinada para garantizar una atención global, personalizada y continuada.



- **Fisioterapia**

El servicio de fisioterapia ha sido uno de los ejes principales de la intervención terapéutica de la asociación. A través de sesiones grupales, individuales, a domicilio y en medio acuático, se ha trabajado la mejora de la movilidad, la fuerza muscular, el equilibrio, la marcha, la coordinación y la prevención de caídas en las personas asociadas con Parkinson.

Las sesiones grupales se han organizado considerando el estadio de la enfermedad y las capacidades funcionales de cada persona asociada, permitiendo una atención ajustada, segura y motivadora.

La fisioterapia individual ha ofrecido una atención completamente personalizada, basada en la valoración inicial de cada persona asociada, la identificación de objetivos específicos, la planificación de ejercicios adaptados y el seguimiento continuo de la evolución funcional. Este enfoque ha permitido trabajar de manera más intensiva sobre las dificultades particulares de movilidad, fuerza, equilibrio y coordinación de cada persona asociada, así como diseñar estrategias para la prevención de caídas y la optimización del rendimiento físico. Además, se han proporcionado herramientas y pautas para la práctica en el domicilio, fomentando la autonomía y la implicación activa de las personas asociadas y sus familias en la recuperación y mantenimiento de sus capacidades.

La fisioterapia a domicilio ha facilitado la continuidad de la intervención en fases más avanzadas de la enfermedad, garantizando que la atención llegue a las personas asociadas que presentan limitaciones de desplazamiento y ofreciendo acompañamiento y apoyo directo a las familias y personas cuidadoras.

La hidroterapia y el aquagym terapéutico han complementado el trabajo en sala, proporcionando beneficios físicos, funcionales y emocionales en un entorno seguro, inclusivo y motivador, favoreciendo la participación activa y el bienestar general de las personas asociadas.

La intervención fisioterapéutica se ha desarrollado de manera coordinada con el resto del equipo interdisciplinar garantizando un enfoque integral y centrado en las necesidades individuales, con el objetivo de mejorar la calidad de vida, la autonomía funcional y la participación en actividades significativas.

- **Logopedia**

El servicio de logopedia ha estado orientado al mantenimiento y mejora de las funciones de comunicación, la voz, el habla y la deglución en personas con Parkinson, con el objetivo de preservar la funcionalidad y favorecer la participación activa en la vida diaria.



Durante 2025 se han desarrollado sesiones grupales y, cuando la situación individual lo ha requerido, intervenciones logopédicas individualizadas, adaptadas al estadio de la enfermedad y a las necesidades específicas de cada persona asociada afectada. La intervención ha tenido un enfoque preventivo, rehabilitador y de mantenimiento, atendiendo a la evolución progresiva de la patología.

A través de ejercicios específicos de respiración, articulación, control del volumen e intensidad vocal, ritmo del habla y motricidad orofacial, se ha trabajado la mejora de la inteligibilidad del discurso, la eficacia comunicativa y la capacidad de expresión. Asimismo, se han abordado las dificultades relacionadas con la deglución (disfagia), mediante pautas y ejercicios dirigidos a reducir riesgos asociados, como atragantamientos, aspiraciones o problemas nutricionales.

La intervención logopédica ha contribuido de forma significativa a la mejora de la autoestima, la interacción social y la calidad de vida de las personas asociadas, favoreciendo su autonomía y manteniendo sus capacidades comunicativas el mayor tiempo posible.

- **Atención psicológica y estimulación cognitiva**

La atención psicológica ha sido fundamental para abordar el impacto emocional y psicológico de la enfermedad de Parkinson, tanto en las personas asociadas como en sus familiares y personas cuidadoras, acompañándoles a lo largo de las distintas fases de la enfermedad.

Durante 2025 se han realizado intervenciones psicológicas individuales y grupales, orientadas al manejo de la ansiedad, la depresión y el estrés, así como al acompañamiento en los procesos de adaptación a la enfermedad, la aceptación del diagnóstico y los cambios personales, familiares y sociales derivados de su evolución. Estas intervenciones han permitido ofrecer un espacio de escucha profesional, contención emocional y adquisición de herramientas psicológicas para afrontar las dificultades del día a día.

De manera complementaria, desde el área de Psicología se han desarrollado Grupos de Ayuda Mutua (GAM) dirigidos a familiares y personas cuidadoras, con el objetivo de proporcionar un espacio estructurado de apoyo emocional, psicoeducación y acompañamiento. Estos grupos han favorecido el intercambio de experiencias y estrategias de afrontamiento, la normalización de las vivencias asociadas al rol cuidador y el fortalecimiento de la red de apoyo social, contribuyendo a la mejora del bienestar psicológico y a una mayor comprensión de la enfermedad y de su impacto en el entorno familiar.

Asimismo, se han desarrollado talleres de estimulación cognitiva, centrados en el trabajo de la memoria, la atención, la concentración y otras funciones cognitivas, con un enfoque preventivo y de mantenimiento. Estos talleres han tenido como objetivo mantener la mente



activa, ralentizar el deterioro cognitivo y favorecer la autonomía personal, promoviendo la participación activa y el envejecimiento saludable.

La intervención psicológica se ha llevado a cabo de forma coordinada con el resto del equipo interdisciplinar, permitiendo una atención integral y ajustada a las necesidades emocionales, cognitivas y sociales de cada persona asociada y su entorno familiar.

- **Atención y orientación social**

El servicio de orientación y atención social, gestionado por la trabajadora social de la asociación, ha ofrecido información, orientación y asesoramiento continuado a personas con Parkinson y a sus familias, especialmente en las fases iniciales tras el diagnóstico, facilitando el acceso a recursos y apoyos adecuados a cada situación.

Como parte de la intervención social, se han realizado entrevistas sociales individualizadas con las personas asociadas, orientadas a la elaboración y actualización de la ficha social, permitiendo conocer la historia social, familiar y socioeconómica de cada persona. Esta valoración social ha sido clave para identificar necesidades, detectar situaciones de vulnerabilidad y adaptar las intervenciones de manera personalizada, en función de las circunstancias y la evolución de cada caso.

Durante 2025 se ha acompañado a las personas asociadas en la tramitación y gestión de ayudas y prestaciones sociales, tales como el reconocimiento del grado de discapacidad, la valoración de la situación de dependencia, el acceso a recursos sociosanitarios y la información sobre pensiones y otras prestaciones económicas. Asimismo, se ha realizado el seguimiento social de los casos y la elaboración de planes individualizados de intervención social, adaptados a las necesidades personales, familiares y sociales derivadas de la enfermedad.

De manera complementaria, la trabajadora social ha asumido la gestión y seguimiento de las convocatorias de proyectos sociales, participando en la identificación de oportunidades de financiación, la preparación y presentación de solicitudes, así como en la coordinación y justificación de los proyectos concedidos, contribuyendo a la sostenibilidad y continuidad de los programas desarrollados por la asociación.

Este servicio ha desempeñado un papel fundamental como recurso de apoyo y referencia a lo largo de todo el proceso de la enfermedad, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida, la autonomía personal y la continuidad asistencial, así como a la coordinación con otros recursos y profesionales del ámbito sociosanitario.



- **Terapia ocupacional**

La terapia ocupacional ha tenido como objetivo principal mantener y mejorar la autonomía en las actividades de la vida diaria, adaptando tareas, rutinas y entornos a las capacidades y necesidades de cada persona asociada.

La intervención se ha centrado en aspectos como el cuidado personal, la alimentación, la higiene, las actividades domésticas, el ocio y la participación social, proporcionando estrategias, adaptaciones y recomendaciones que permitan preservar la independencia y la funcionalidad el mayor tiempo posible. De manera específica, se ha trabajado de forma continuada la motricidad fina, fundamental para el desempeño de actividades cotidianas como la escritura, el manejo de objetos, el vestido o la alimentación.

En determinados casos, la intervención se ha realizado en el domicilio de la persona asociada, facilitando la valoración del entorno real, la adaptación de espacios y la enseñanza de técnicas que favorezcan la seguridad, la comodidad y la autonomía en el día a día.

De forma complementaria, se han desarrollado actividades de carácter creativo y expresivo, como arteterapia, cerámica y manualidades, con el apoyo de una persona voluntaria, que han permitido trabajar la motricidad fina, la coordinación, la creatividad y la expresión emocional, al tiempo que se ha fomentado la participación social y el bienestar emocional de las personas asociadas.

La terapia ocupacional ha trabajado de manera coordinada con el resto del equipo interdisciplinar, garantizando una atención integral, adaptada a las necesidades físicas, cognitivas y emocionales de cada persona asociada.

Esta intervención ha contribuido de forma significativa a mejorar la calidad de vida, la participación en actividades significativas y la autonomía personal, así como a fomentar la implicación activa de las personas asociadas y sus familias en el manejo de la enfermedad de Parkinson.

- **Gimnasia adaptada y actividad física**

Además del servicio de fisioterapia, la asociación ha desarrollado programas de gimnasia adaptada, dirigidos por una profesional graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, así como sesiones complementarias impartidas por personas voluntarias, ampliando la oferta de intervención física y favoreciendo la participación continuada de las personas asociadas.

Estas actividades han estado orientadas al mantenimiento de la condición física general, trabajando el equilibrio, la coordinación, la resistencia, la movilidad y la fuerza, desde un



enfoque preventivo y de envejecimiento activo, adaptando los ejercicios al estadio de la enfermedad y a las capacidades funcionales de cada persona asociada, garantizando en todo momento la seguridad y la correcta ejecución.

La gimnasia adaptada se ha desarrollado principalmente en formato grupal, favoreciendo la motivación, la adherencia a la actividad física y la interacción social, y se ha coordinado con el resto del equipo interdisciplinar, especialmente con fisioterapia y apoyo sanitario, para asegurar la adecuación de las sesiones a las necesidades individuales.

Asimismo, se han realizado sesiones de baile terapéutico, impartidas por personal voluntario, que han contribuido a mejorar la coordinación, el ritmo, la expresión corporal y el bienestar emocional, reforzando la cohesión grupal y la participación activa. Esta actividad ha sido especialmente valorada por las personas asociadas, tanto por sus beneficios físicos como por su impacto positivo en el estado de ánimo y la convivencia.

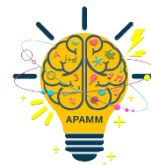
- **Apoyo sanitario**

Durante 2025, la asociación ha contado con el apoyo de una auxiliar de enfermería, cuya labor ha sido fundamental para el seguimiento básico del estado de salud de las personas asociadas, el apoyo en la administración de medicación cuando ha sido necesario, la observación de síntomas y el acompañamiento durante las distintas terapias y actividades.

La intervención de la auxiliar de enfermería ha permitido identificar cambios en el estado de salud de manera temprana, derivando a los servicios sanitarios pertinentes cuando ha sido necesario, y proporcionando un apoyo directo que ha favorecido la seguridad, el bienestar y la continuidad de las terapias.

Su coordinación constante con el resto del equipo profesional interdisciplinar ha facilitado la planificación integral de la atención, garantizando un enfoque personalizado y centrado en las necesidades de cada persona asociada.

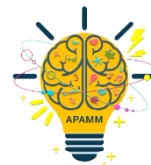
Además, durante 2025 la Asociación Parkinson Mar Menor ha desarrollado numerosas actividades complementarias de carácter físico, social, solidario y de sensibilización, destinadas a fomentar la participación, la convivencia y la visibilidad de la enfermedad de Parkinson, fortaleciendo el tejido social y la integración de las personas afectadas y sus familias.



Entre las actividades realizadas en 2025 destacan:

- Aquagym terapéutico
- Participación Semana saludable San Javier
- Sesiones de risoterapia
- Sorteo benéfico
- Concierto benéfico
- Semana del Parkinson “Ven a conocer APAMM”
 - Lectura del manifiesto Día Mundial del Parkinson
 - Ponencias de: Dr. José López Sánchez (Neurología) y Dr. Chunshao Hu Yang (Neumología)
 - Video FEP (Federación Española de Parkinson) “No des nada por sentado”
 - Reconocimiento de la labor de la presidenta
 - Visita del Centro de Atención Diurna de Personas con Diversidad Funcional e Intelectual Gregorio Ortiz
- Participación en la feria de asociaciones
- Salida cultural, comida y visita a Cartagena (Museo Arqueológico)
- Jornadas de convivencia
- Comida de Navidad
- Atención social gratuita sobre la Enfermedad de Parkinson
- Gran tarde solidaria
- Día Mundial del Parkinson
- Charla informativa “Conoce la enfermedad de Parkinson”
- Clases sobre el teléfono móvil “Competencias clave”
- Sensibilización a través de medios sociales
- Integración y acogida de personas voluntarias
- Acompañamiento
- Salida cultura y comida de convivencia en Cartagena (Teatro Romano)
- Asistencia a “Charla Mayores Informados, Mayores Protegidos”, organizada por el Ayto. de San Javier

Estas actividades han contribuido a reforzar el bienestar emocional, la cohesión grupal y el sentimiento de pertenencia a la asociación, además de favorecer la sensibilización social y la captación de fondos para el mantenimiento de los servicios.



4.4. Recursos humanos

Tipo de personal	Número
Personal por cuenta ajena (asalariado)	6
Personal por cuenta propia (autónomo)	2
Personal voluntario	15

4.5 Medios materiales

- Centros o establecimientos de la entidad

Número	Titularidad o relación jurídica	Localización
1	Ayuntamiento de San Javier	Calle Padre Juan s/n, Santiago de la Ribera CP:30720

Características

Centro Municipal de Mayores Santiago de la Ribera. Nos ceden un gimnasio y un despacho. Así como la utilización del salón principal del centro para ciertas actividades.

- Equipamiento

Número	Equipamiento y vehículos	Localización/identificación
0		

4.6. Personas beneficiarias

Las personas beneficiarias de las actuaciones desarrolladas por la Asociación Parkinson Mar Menor (APAMM) durante el año 2025 han sido, principalmente, personas diagnosticadas con la enfermedad de Parkinson residentes en la comarca del Mar Menor y municipios cercanos, así como sus familiares y personas cuidadoras. Los servicios y actividades de la asociación se dirigen a personas adultas, independientemente del estadio de la enfermedad en el que se encuentren, ofreciendo una atención adaptada a sus necesidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales a lo largo de todo el proceso de la enfermedad.

Además, determinadas actuaciones, como las charlas informativas y las actividades de sensibilización sobre la enfermedad de Parkinson o sobre las personas con discapacidad, se



dirigen a la población en general de la comarca del Mar Menor, incluyendo a niñas, niños, adolescentes y personas adultas, con el objetivo de promover el conocimiento, la concienciación social y una mirada inclusiva hacia las personas con Parkinson y otras discapacidades.

De manera indirecta, las intervenciones realizadas benefician también al entorno familiar y social de las personas con Parkinson, especialmente a quienes ejercen labores de cuidado, contribuyendo a mejorar la convivencia, reducir la sobrecarga del cuidador y favorecer una mejor adaptación a la enfermedad.

Asimismo, pueden beneficiarse de las actividades realizadas por la asociación todas aquellas personas mayores de edad y con capacidad de obrar que deseen cooperar con los fines de la entidad y acepten sus Estatutos, sin perjuicio de la participación de menores no emancipados mayores de catorce años, con el consentimiento expreso y documentalmente acreditado de las personas que deban suplir su capacidad.

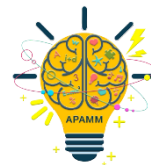
5. CONCLUSIONES, RESULTADOS OBTENIDOS Y GRADO DE CUMPLIMIENTO

La ejecución de los servicios y actividades desarrollados durante 2025 ha permitido consolidar a la Asociación Parkinson Mar Menor como un recurso de referencia a nivel comarcal para las personas con enfermedad de Parkinson, sus familias y personas cuidadoras, garantizando una atención especializada, continuada y centrada en la persona.

El enfoque integral e interdisciplinar, junto con el aumento del horario de terapias y la diversificación de las intervenciones, tanto terapéuticas como sociales y comunitarias, ha favorecido una atención más completa, coordinada y adaptada a las necesidades reales de las personas asociadas, teniendo en cuenta la evolución de la enfermedad y las distintas dimensiones de la calidad de vida.

Los resultados obtenidos reflejan un alto grado de cumplimiento de los objetivos planteados, evidenciado en la mejora del mantenimiento funcional, la autonomía personal, la participación social y el bienestar emocional de las personas asociadas, así como en el fortalecimiento del apoyo y la orientación ofrecidos a las familias y personas cuidadoras.

La valoración global por parte de las personas beneficiarias y de su entorno familiar ha sido muy positiva, destacando especialmente la calidad profesional del equipo interdisciplinar, el trato humano y cercano, la accesibilidad de los servicios y la mejora percibida en la calidad de vida y en la capacidad para afrontar la enfermedad en el día a día.



De cara a los próximos años, la Asociación continuará trabajando en esta línea, con el compromiso de reforzar y consolidar los servicios terapéuticos, ampliar las actividades de carácter comunitario, social y preventivo, y promover una mayor sensibilización y visibilidad social de la enfermedad de Parkinson, contribuyendo así a una sociedad más inclusiva y comprometida con las personas afectadas y sus familias.

6. GALERÍA





VENTAJAS:

- ★ No precisa de ningún tipo de soporte.
- ★ No hay que temer ningún tipo de efecto secundario.
- ★ El método es completamente inofensivo.
- ★ “La **RMP** te recuerda que el control empieza por aprender a soltar.”

EL OBJETIVO

Percibir la presencia de tensiones innecesarias y **reducirlas**, manteniendo estables los niveles de tensión del resto de músculos.

Tú puedes lograrlo
TE AYUDAMOS

RELAJACIÓN MUSCULAR PROGRESIVA DE JACOBSON

Presentado por

APAMM
Asociación Parkinson Mar Menor

La **relajación muscular progresiva de Jacobson**, es una de las técnicas más efectivas de relajación para reducir tus niveles de estrés y ansiedad. Además, ayuda durante los periodos off o cuando notamos rigidez o inquietud.

Situaciones cotidianas, como tomar decisiones, el tráfico, tener una discusión o pensamientos intrusivos relacionados con preocupaciones de la enfermedad. Son interpretadas por la mente como peligrosas. Cuando nuestra percepción de alerta aumenta, se generan mayores niveles de ansiedad aumentando así la tensión muscular.

Con esta herramienta, que es nuestro cuerpo. Uno aprende a identificar las sensaciones corporales relacionadas al estrés o ansiedad, sabiendo que es capaz de inducir la relajación al propio cuerpo.

SIGUE ESTAS INDICACIONES:

- 1 Inhala, activa y tensa la zona indicada.
- 2 Mantén la tensión durante 7 segundos, sintiendo cómo se concentra la energía.
- 3 Exhala y relaja por completo, permitiendo que la zona se destense.
- 4 Avanza pasando de una zona muscular a la siguiente.

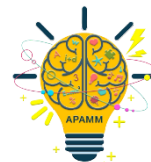
TOTAL 6 PASOS:

1. MANOS Y BRAZOS.
2. CARA
3. CUELLO Y HOMBROS.
4. ABDOMEN.
5. CULO Y PIERNAS.
6. PIES.

Debemos realizarlo en un lugar sin distracciones y sin preocupaciones.

Recuerda: no tensar muy fuerte, no hay que aguantar si molesta y cada persona va a su ritmo.

“Necesitamos poca preparación, pero sí mantener una **práctica regular**. Es importante practicar con frecuencia —a ser posible, todos los días— y tener un poco de paciencia.”



ASOCIACIÓN PARKINSON MAR MENOR (APAMM)
ORGANIZA UNA...
...TARDE BENÉFICA

SORTEO DE NÚMEROS POR PREMIOS
7 JUGADAS POR 10€ + RIFAS A 1€ EL Nº

DOMINGO 16 DE NOVIEMBRE 17:00

C/Padre Juan s/n. Centro de Personas Mayores.
Santiago de la Ribera

FEPAMUR **AYUNTAMIENTO DE SAN JAVIER CIUDAD DEL AIRE**

COMPRENDIENDO EL PÁRKINSON: AVANCES Y DESAFÍOS

PONENTES:

MARÍA TRINIDAD HERRERO
Investigadora NICE-UMU - IMIB

ICIAR AVILÉS
Neuróloga - Clínica Universidad de Navarra

LAÍN HERMES
Neurocirujano - Clínica Universidad de Navarra

IGNACIO FERNANDEZ-MATA
Genetista - Cleveland Clinic, EEUU

20 de diciembre de 2025 10:30 am

Universidad De Murcia Facultad De Letras,
Hemiciclo Facultad de Letras
Campus de la Merced
C. Santo Cristo, Planta Baja,
30001 MURCIA

Organizan:
UNIVERSIDAD DE MURCIA **NICE** **IMIB** **CIJUE** **FEPAMUR**

POR FAVOR, CONFIRMA TU ASISTENCIA AL (+34) 655537310

SEMANA DEL PARKINSON
VEN A CONOCER A APAMM
ASOCIACIÓN PARKINSON MAR MENOR
EN CENTRO PERSONAS DE MAYORES SANTIAGO DE LA RIBERA

JUEVES 10 DE ABRIL

10:00 BIENVENIDA Y LECTURA DEL MANIFIESTO DÍA MUNDIAL DEL PARKINSON

10:15 **PONENCIAS Y ESPACIO DE PREGUNTAS**
Dr. José López Sánchez (Neurología)
Dr. Chunshao Hu Yang (Neumología)

12:00 **APERITIVO**
Proportionado por las personas que forman la Asociación Parkinson Mar Menor (APAMM)

13:00 **VIDEO DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE PÁRKINSON**
"No des nada por sentado"

13:30 **RECONOCIMIENTO A LA LABOR DE LA PRESIDENTA:**
María Victoria Martínez Gómez

VIERNES 11 DE ABRIL

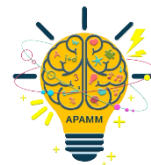
10:00 a 11:30 **VISITA DEL CENTRO DE ATENCIÓN DIURNA DE PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL E INTELECTUAL GREGORIO ORTIZ**
Dinámicas y lecturas compartidas.

ORGANIZA: **FEPAMUR** **AYUNTAMIENTO DE SAN JAVIER CIUDAD DEL AIRE** **ÁREA DE SALUD VII MAR MENOR** **FAMIDIF/CEMFE-MURCIA** **PARKINSON**

XII FERIA DE ASOCIACIONES
VEN A CONOCER Y DISFRUTAR DEL MOVIMIENTO ASOCIATIVO DE SAN JAVIER

EXPLANADA BARRIUEVO SANTIAGO DE LA RIBERA
SÁBADO 12 ABRIL 2025
DE 10.30 A 18.30H

AYUNTAMIENTO DE SAN JAVIER CIUDAD DEL AIRE **CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO, DERECHOS SOCIALES Y FAMILIA** **BANCO DEL TIEMPO - CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO**
<https://asociaciones.sanjavier.es/>



ASOCIACIÓN PARKINSON MAR MENOR
(APAMM)

**¿QUIERES SER
VOLUNTARIO O
VOLUNTARIA Y
AYUDAR A
PERSONAS CON
ENFERMEDAD DE
PARKINSON?**

PUEDES ENCONTRARNOS EN:

 seleccionapamm@gmail.com

 602 724 382

 C/ Padre Juan s/n.
Dentro del Centro de Personas Mayores, Santiago de la Ribera

ASOCIACIÓN PARKINSON MAR MENOR
(APAMM)

 NECESITAMOS PERSONAS VOLUNTARIAS  

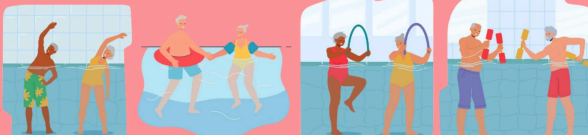
PARA AYUDAR EN CLASES DE AQUAGYM

A PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PARKINSON

LOS JUEVES DE 10:00 A 11:00

EN LA PISCINA PEQUEÑA CLIMATIZADA DEL POLIDEPORTIVO DE SAN JAVIER

CONTACTO:  parkinsonmarmenor@gmail.com  602 724 382



CHARLA INFORMATIVA

“CONOCE LA ENFERMEDAD DE PARKINSON”



JUEVES, 18 DE SEPTIEMBRE, A LAS 11:00 horas

LUGAR: Centro Social de Personas Mayores ROLDÁN

IMPARTIDA POR LA ASOCIACIÓN PARKINSON MAR MENOR (APAMM)

(Inscripción en Conserjería del CSPM Roldán)

La Dirección

En San Javier, a 31 de diciembre de 2025

La presidenta

C/Padre Juan s/n,
30720, Santiago de la Ribera, Murcia.
Tlf.: 602724382 parkinsonmarmenor@gmail.com