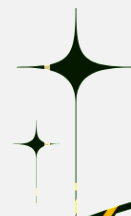


# OS SENTIDOS DA MEMORIA



FAGAL  
FEDERACIÓN ALZHEIMER GALICIA



Día Mundial do Alzheimer

21

de setembro

Día

FEDERACIÓN ALZHEIMER GALICIA

Centro Cadoiro, Rúa República Checa 52 | 15707, Santiago de Compostela. A Coruña  
www.fagal.org | fagal@fagal.org | 981 595 121



## ÍNDICE

FEDERACIÓN ALZHEIMER GALICIA.....	3
AS DEMENCIAS EN GALICIA .....	4
QUÉ FACEMOS? .....	5
OS SENTIDOS DA MEMORIA. ....	6
Contexto .....	6
Fundamentación.....	10
Obxectivos .....	11
Actividades .....	12
Execución.....	15
Resultados .....	16
Difusión dos resultados .....	17
Día mundial do alzhéimer 2024 .....	17





# AS DEMENCIAS EN GALICIA



## DATOS ESTADÍSTICOS DA POBOACIÓN DE GALICIA (IGE)

### POBOACIÓN TOTAL DE GALICIA:

2020	2021
2.701.819	2.695.645

Home  
s  
48.1%



Mullere  
s  
51.9%

### MAIORES DE 64 ANOS:

2020	2021
687.824	694.140

Home  
s  
43%



Mullere  
s  
57%

### PREVALENCIA DAS DEMENCIAS:

70.000

4 DE CADA 100 PERSOAS  
TEÑEN DEMENCIA  
EN GALICIA

15 DE CADA 100 PERSOAS  
MAIORES DE 64 ANOS  
TEÑEN DEMENCIA

O envellecemento é o principal factor para a aparición dunha demencia e as proxeccións demográficas de Galicia nos próximos anos fan prever un aumento das persoas maiores de 65 anos do 26,1% actual ao 41% no ano 2050, aparelado a un descenso xeral da poboación. O Instituto Nacional de Estatística (INE) prevé que, para o 2050, Galicia terá 1.762.249 habitantes, dos cales a poboación maior pasará do 26,1% ó 41% serán maiores de 65 anos.



# QUÉ FACEMOS?

“Moitos dos proxectos descritos a continuación realízanse co apoio das asociacións galegas de alzhéimer”



## ATENCIÓN A FAMILIAS

- Formación
- Asesoramento



## ATENCIÓN A PERSOAS CUNHA DEMENCIA

- Atención en centros de día
- Atención a persoas con deterioro cognitivo
- Atención no rural
- Programa para o emprego de novas tecnoloxías (TICS)
- Programa de adaptacións e axudas técnicas



## PROFESIONAIS

- Elaboración de documentos de interese (informes, guías...)
- Formación



## SOCIEDADE COMPROMETIDA

- Día Mundial do Alzheimer
- Obradoiros Interxeneracionais
- Campañas de sensibilización e difusión



## FORTALECIMENTO ASOCIATIVO

- Comunicación coas administracións
- Redacción de informes e xestión do coñecemento



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## CONTEXTO

Galicia conta cun rico patrimonio cultural constituído por bens materiais e inmateriais que, polo seu recoñecido valor propio, deben ser estudados e considerados para a permanencia e a identidade da cultura galega a través do tempo.

### A GASTRONOMÍA

A gastronomía galega é coñecida a nivel nacional e internacional e non é para menos, está moi relacionada e influenciada pola súa contorna, moi variada, con produtos de primeira calidade de quilómetro 0, onde o mar e a terra surten os elementos básicos para a súa creación.

Aínda que se seguen cociñando receitas de pratos ancestrais, cunha elaboración sinxela, este arte tamén se foi actualizando, incorporando novos métodos na produción de alimentos así como novas técnicas, o que fai que persista a súa orixe caseira e familiar cun toque sofisticado pero sen perder a súa esencia que a fai única.

A gastronomía galega, actualmente, caracterízase polo aproveitamento dos produtos de tempada, a creatividade e as emocións.

En cada provincia pódense atopar diferentes pratos tradicionais nos que destacan os produtos máis sobresaíntes da contorna: pescados, mariscos, lácteos, carnes e verduras.

Segundo as provincias, podemos destacar algúns pratos típicos que nos provocan lembranzas e emocións de tempos pasados.

- A Coruña: a tortilla de Betanzos, os pementos de Padrón, o queixo de Arzúa...
- Lugo: o bonito de Burela, o butelo, o capón recheo de verduras, o lacón trufado...
- Ourense: pan de Cea, polbo do Carballiño, pementos de Arnoia, bica...
- Pontevedra: lamprea á bordelesa, ostras, ameixas á mariñeira...

A importancia que a gastronomía ten para os galegosponse de manifesto nas máis de 300 festas gastronómicas que se desenvolven ó longo do ano nesta comunidade. Estas exaltacións dos produtos da terra e do mar teñen os seus orixes nas celebracións locais nas que se conmemoran, coincidindo coas colleitas, romarías ou festas relixiosas. Algunhas destas reunións que nun principio comezaron sendo de familiares e amigos, a día de hoxe son recoñecidas como festas de interese turístico nacional, demostrando así a importancia destes encontros a nivel social.



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## A MÚSICA

Galicia é recoñecida pola súa gran riqueza patrimonial de música tradicional e folclórica con cancións e danzas populares moi diversas, entre elas a “muiñeira” que foi ó longo do tempo, a danza máis recoñecida en Galicia, sen embargo existen outros cantos populares moi destacados como os alalás, as pandereteiras, os aturuxos... música de raíz en permanente evolución

Os instrumentos tradicionais máis significativos son a gaita e a pandeireta, pero non sempre foron instrumentos doados de conseguir. Por esta razón cunchas, piñas, tixolas, baldes de metal, un sacho golpeado cun seixo, paus... servían de acompañamento habitual nos momentos de traballo ou cando non se dispuña doutra posibilidade.

As letras e melodías combínanse moitas veces libremente, e incluso unha mesma melodía adáptase a diferentes ritmos e funcións, dependendo do intérprete e da zona. Con todo distínguense algúns xéneros con características ou temáticas propias: cantos relixiosos, panxoliñas, entroido, maios, cantos de berce...

## A ARTESANÍA

Aínda que as actividades principais dos galegos foron os labores agrícolas e gandeiras, tamén estivo presente na vida diaria os oficios artesáns, que ían desde a fabricación de utensilios para a casa, ferramentas de labranza ou mobiliario hasta traballos máis artísticos.

A vantaxe de convivir entre a terra e o mar, fixo que nunca faltara materia prima para este arte: madeira, pedra, ferro, carbón, liño e incluso cunchas de mar. O concepto de quilómetro 0 e produtos sostibles lévase realizando en Galicia desde hai moitos séculos con aqueles materiais que estaban máis á man.

Era moi frecuente que os artesáns se agrupasen para intercambiar coñecementos e experiencias, o que ocasionou que a día de hoxe, cada comarca sexa recoñecida pola industria da zona: o encaixe de Camariñas, os mobles na Estrada, a cerámica de Buño, a orfebrería en Santiago e Allariz, as colareiras do Grove...



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## O GALEGO

O galego pertence á familia das linguas románicas (coma o francés ou o catalán) e é o resultado da evolución do latín introducido polos romanos no noroeste da Península Ibérica. Aínda que o territorio xeográfico da lingua galega está delimitado pola Comunidade Autónoma galega, tamén se fala en comunidades próximas como Asturias, León e Zamora e debido á emigración da nosa poboación por todo o mundo, tamén en cidades como Barcelona, Zurich, Montevideo ou Bos Aires.

Aínda que o galego e o castelán conviven en Galicia influíndose mutuamente, a un galego recoñécese polo resto de España non so polo seu acento, senón tamén pola súa particular forma de falar: apenas se utilizan tempos compostos, as expresións son máis simples e úsanse palabras que pensamos que son casteláns pero en realidade son galegas.

Tanto é así que no resto de España ós bebés non se “collen no colo”, o pan non se pon “reseso” e a xente non é tan “riquiña ou rabuda”. Isto débese a que hai palabras únicas no galego, que dificilmente se poden traducir a outros idiomas e non teñen substitutas.

Pola contra, tamén existen palabras con diferentes usos e variantes, por exemplo a palabra “xeito” que de forma literal fai referencia a modo, maneira ou forma, pero unha cousa é facer ás cousas dun xeito, e outra, facer as cousas con xeito (maña, estilo..) ou sen xeito (mal), aínda que todos podemos ser xeitosos para algo.

## A CONTORNA

Hai multitude de elementos que nos rodean que son tan típicos da nosa cultura que nos fan sentir como na casa. Construcións como os pazos e os hórreos non son as únicas características de Galicia, os cruceiros, mosteiros, muíños, igrexas e mesmamente a tradicionais casas labregas séguense a conservar polo que un día foron e polo que representan para nos, os nosas raíces.





# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## A SÚA POBOACIÓN

Galicia, cunha poboación de 2.701.631 habitantes, é a quinta Comunidade autónoma con maior poboación.

O incremento do número de persoas maiores de 65 anos, fronte a diminución dos menores de 15 anos, fai de Galicia a segunda Comunidade autónoma máis envellecida de España. O número de persoas maiores representa xa o 26,1% do total, cun incremento de 8.490 persoas en comparación co ano pasado.

1 de cada 4 persoas é maior de 64 anos



A idade media dos galegos ascendeu de forma gradual nos últimos anos, acadando a actual cifra: 47,74 anos.

Despois de Baleares, Galicia sitúase como a comunidade con maior esperanza de vida, 83 anos, sendo para as mulleres de 86 e para os homes de 80 anos.

## PREVALENCIA DAS DEMENCIAS EN GALICIA:

- 70.000 persoas con demencia en Galicia
- 4 de cada 100 persoas teñen demencia en Galicia
- 15 de cada 100 persoas maiores de 64 anos teñen demencia en Galicia.

O envellecemento é o principal factor para a aparición dunha demencia e as proxeccións demográficas de Galicia nos próximos anos fan prever un aumento das persoas maiores de 65 anos do 23,15% actual ao 41% no ano 2050, aparellado a un descenso xeral da poboación. O Instituto Nacional de Estatística (INE) prevé que, para o 2050, Galicia terá 1.762.249 habitantes, dos cales o 41% serán maiores de 65 anos.



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## FUNDAMENTACIÓN

Tendo en conta os datos mostrados anteriormente, e sendo coñecedores de que a idade é o principal factor de risco na aparición dunha demencia, compre ir un paso por diante ós retos futuros da nosa sociedade.

Ante a ausencia de tratamentos farmacolóxicos eficaces, as terapias non farmacolóxicas desenvolvidas polos profesionais das asociacións membro, están teoricamente sustentadas e validadas, podendo ser tan efectivas ou incluso máis nalgúns casos, como o uso de fármacos para aliviar os síntomas e mellorar a calidade de vida das persoas con demencia e das súas familias.

O proxecto “OS SENTIDOS DA MEMORIA” fomentará a nosa cultura a través da realización de actividades gastronómicas desenvolvidas por persoas con demencia. A estimulación cognitiva mediante actividades sensoriais de reminiscencia fan evocar momentos, emocións e lembranzas a través dos sentidos, xa que o sabor dunha comida pode estimular o noso estado anímico, pode evocar o prato favorito da nosa nai ou unha comida romántica do pasado; ou quizais o perturbe, se nos lembra o que comemos e non nos gustou. O mesmo ocorre ao identificar un aroma determinado, recoñecer un obxecto especial ou escoitar unha melodía, se gardan un precedente na nosa memoria.

Sabemos que quen padece enfermidade de Alzheimer mostra precozmente alteración da olfacción e ás veces do gusto. Cando avanza a demencia nunha persoa, redúcese ó mínimo a capacidade para comprender a utilidade das cousas e para comunicarse mediante a palabra. Con todo, o discurso segue actuando sobre a persoa con demencia a través do ton de voz, que lle induce tranquilidade ou desasosiego. Tamén sente o que representa unha caricia ou un abrazo. Unha melodía que sempre lle produciu emoción ou relaxación, segue tendo ese efecto. Unha mascota pode ser a gran compañeira, se xa o era antes de xurdir a enfermidade. En definitiva, os sentidos activan o cerebro.

Cando as funcións complexas se deterioran, as básicas adquiren un protagonismo supletorio. Esta potencialidade é aproveitada polos profesionais das asociacións galegas nas terapias de estimulación cognitiva para mellorar a capacidade funcional e a calidade de vida das persoas con demencia mediante técnicas de estimulación sensorial (aplicación de masaxes, aromaterapia, luminoterapia, musicoterapia...).



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

Diversos estudos teñen acordado que as actividades culturais poden ser unha excelente vía para a inclusión social das persoas con demencia na súa contorna máis próxima, favorecendo a xeración de redes sociais no marco de ditas actividades e contribuíndo a unha maior autoestima e sensación de pertenza. Neste sentido, xeraranse oportunidades de encontro con entidades, empresas e comercio local, no que se favoreza a normalización, comunicación e o recoñecemento da persoa maior, potenciando así a súa conexión coa comunidade á vez que se promociona a súa autonomía persoal e se rompen estigmas e etiquetas asociadas ás persoas maiores e ás persoas con demencia. Crearase un vínculo con outras entidades da contorna para compartir experiencias e realizar actividades conxuntas que favorezan a socialización.

## **OBXECTIVOS**

1. Divulgar a cultura galega a través das actividades gastronómicas realizadas polas asociacións galegas de familiares e persoas con demencia.
2. Facer partícipe á sociedade galega acerca da enfermidade de Alzheimer e os seus efectos nas familias e na sociedade en xeral.
3. Crear espazos de inclusión e interacción coa sociedade máis achegada.
4. Promover actividades que fomenten unha sociedade comprometida coas demencias.
5. Romper etiquetas e estigmas asociados ás persoas maiores e ás persoas con demencia.
6. Promulgar a validez das terapias non farmacolóxicas nas persoas cunha demencia neurodexenerativa.



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## ACTIVIDADES

Durante todo o ano 2024 as 15 asociacións que compoñen a Federación Alzheimer Galicia participarán no proxecto a través actividades que terán como fío condutor a gastronomía de Galicia, ligada a súa contorna máis próxima.

**Gastronomía:** o gusto e o olfacto son dous sentidos que, traballados de forma terapéutica poden crear un ambiente gratificante onde se fortalezan as conexións entre as persoas cuidadoras e as persoas con demencia. Os efectos das actividades de cociña son terapéuticas e proporcionan un importante significado para os adultos maiores, facendo das actividades de cociña unha maneira moi eficaz de reducir os efectos negativos a nivel emocional e condutual indeseados provocados pola enfermidade de Alzheimer. Contribúese facilmente a crear sentimentos de alegría e entusiasmo e evocar memorias de eventos pasados agradables. Mercar os produtos, preparar os alimentos, cociñalos, organizar a mesa e a presentación, poden reducir a pasividade da persoa con demencia, involucrándoa nunha actividade gratificante e reducindo significativamente os seus niveis de axitación.

**Música:** a nosa capacidade de percibir, producir e gozar da música é unha característica universal, presente en todas as culturas e que nos acompaña durante toda a vida, desde a primeira infancia ata a vellez. A música é unha das experiencias sensoriais, motoras, cognitivas e emocionais máis potentes e diversas que un ser humano pode gozar. Ó longo da historia, a gastronomía e a música estiveron intimamente conectadas. Ambas forman parte de celebracións e eventos culturais, servindo como elementos clave para unir ás persoas e fomentar a interacción social. O deleite gastronómico xa non se concibe sen música, xa que esta inflúe nos comensais e nas sensacións e emocións que senten. Está demostrado que a música afecta tanto ó sabor da comida como ó apetito. Cando comemos e/ou escoitamos música, actívanse as mesmas zonas cerebrais, as que nos provocan pracer e recompensa. Realizar estas accións fan que o noso cerebro libere dopamina, serotonina e endorfinas, uns neurotransmisores vitais na regulación do noso estado de ánimo. A música ten unha enorme capacidade para evocar recordos, regular as nosas emocións, proporcionar confort e aliviar o estrés. No caso das persoas con demencia, os efectos da música vese particularmente potenciado si as cancións son significativas e teñen unha vinculación emocional cos seus recordos e vivencias.



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

**Artesanía:** a artesanía galega típica de zonas costeiras ou interiores son o reflexo da gastronomía da nosa terra. A preparación dos pratos, a súa presentación e o material utilizado para os mesmos son o sinal de identificación de cada localidade. Todas as tarefas artesanais obrigan a estimular as conexións neuronais. Esixe ao cerebro traballar a súa parte creativa. O traballo artesán obriga a tomar decisións propias e a facerse cargo dun proxecto, o que axuda a mellorar a confianza. Son unha boa forma de recuperar a vitalidade e de que as persoas con demencia poidan conectar con elas mesmas e co seu ambiente, devolvéndolles ao momento presente.

**O Galego:** os refráns, ditos populares ou frases feitas, forman parte da nosa cultura popular. Adoitan aprenderse ó longo da vida e son lembrados en multitude de ocasións a través do uso que facemos deles na vida cotiá. A información almacenada na memoria remota das persoas con demencia mantense intacta incluso en estadios avanzados da enfermidade. A linguaxe da persoa con demencia vólvese pobre a medida que a enfermidade avanza. Os refráns son unha ferramenta que permiten falar de forma segura, mellorar a autoestima e conseguir un mellor estado de ánimo durante e tras a actividade. Moitos destes ditos populares están intimamente vencellados á gastronomía da terra “galiña vella fai bo caldo”, “polo pan baila o can”, “quedar como un Pepe” ou “ser máis listo que un allo” son solo algún dos exemplos.

**A contorna:** o que se come, o xeito de comelo, onde se come e como se sente quen come, son elementos relacionados coa identidade cultural. A búsqueda das raíces gastronómicas e a forma de entender a cultura dun lugar por medio da súa cociña está adquirindo cada vez maior importancia. A cociña tradicional está sendo recoñecida como un compoñente valioso do patrimonio intanxible. En Galicia, a gastronomía está moi ligado ás actividades de ocio da nosa cultura, casas, prazas, igrexas.. onde se adoitaban reunir os veciños. Son estes lugares os que aportan sentimentos de pertenza, tanto á propia localidade como ó grupo que o rodea. Para unha persoa con demencia, esquecer unha parte da súa historia ou da súa contorna pode provocar desorientación, frustración ou emocións negativas. A través da reminiscencia con fotografías, alimentos, obxectos ou acudindo ó lugar onde foron felices, poderán rememorar vellas lembranzas, situacións e sensacións que poden reforzar a súa identidade, mellorar a autoestima e favorecer a comunicación.

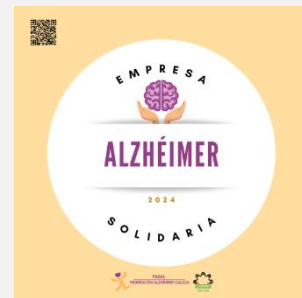
# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

O obxectivo deste proxecto é divulgar a cultura galega a través destes elementos característicos tendo como fío condutor a nosa gastronomía.

Deste xeito, as persoas usuarias das 15 asociacións membro, deseñarán, prepararán e executarán 15 receitas tradicionais, unha por cada localidade onde existe unha sede.

Fomentarase a inclusión social de todas as persoas con demencia participantes, pois as actividades serán na súa contorna máis próxima, buscando o contacto con empresas, entidades e comercios locais, que participarán tamén nas actividades e colaborarán na execución das mesmas, de forma que os produtos serán de temporada e de quilómetro 0, favorecendo así o comercio de proximidade.

Cada unha destas entidades unirase á nosa rede de “empresas solidarias co alzhéimer” e facilitaráselle un distintivo no que se pon de manifesto o seu apoio, sensibilización e concienciación acerca desta enfermidade. Este acto, que será difundido a través das redes sociais e páxinas web, servirá de exemplo para que outras empresas ou institucións se unan á nosa causa.



Durante toda a execución, terase un conta a contorna cultural que rodea a cada asociación, así realizaranse tarefas de reminiscencia a través de historias de vida contadas polas propias persoas participantes mediante fotografías, obxectos, alimentos ou olores que lles fagan lembrar acontecementos ligados a eses pratos: festas parroquiais, aniversarios, comidas familiares...

Todas as actividades serán desenvolvidas baixo o modelo de atención centrada na persoa. Este modelo busca e prioriza a calidade de vida das persoas usuarias, proporcionando atención desde a profesionalidade e o coñecemento técnico pero poñendo no centro da planificación terapéutica á persoa con demencia, partindo das súas necesidades, pero sobre todo, garantindo os seus dereitos e respectando as súas preferencias e os seus desexos na atención.

Neste sentido, os profesionais non son os únicos que deciden. Trátase de establecer unha relación de axuda ás persoas usuarias onde o apoio se proporciona de forma horizontal e onde a persoa con demencia ten un papel central e activo, buscando aumentar a calidade de vida das persoas usuarias mellorando a súa autoestima e evitando conductas disruptivas.



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## EXECUCIÓN

As actividades poderán variar tendo en conta as festividades, tradicións, costumes e preferencias de cada localidade, sen embargo a súa execución será a mesma:

- **Participantes:** no proxecto participarán as persoas usuarias das quince asociacións membro, con estadio leve-moderado da enfermidade. Igualmente, naquelas actividades que así o considere o equipo técnico, poderán participar familiares e cuidadores das persoas con demencia. Estas actividades, estarán tamén abertas a aqueles grupos de envellecemento activo que traballan nas AFAS federadas.
- **Colaboracións:** o proxecto persigue a inclusión social das persoas con demencia na súa contorna, polo que se fomentará colaboración e a participación activa de entidades, empresas e comercio local que queira unirse á causa. Igualmente, co fin de buscar un maior impacto social do proxecto, buscarase a participación de cociñeiros de alto prestixio que colaboren na preparación e execución das receitas escollidas por cada asociación.
- **Inicio do programa:** xaneiro de 2024
- **Actividades a desenvolver:** cada asociación deberá realizar desde xaneiro hasta setembro como mínimo unha actividade de estimulación cognitiva a través dos sentidos unha vez por semana.
- **Materiais:** cada asociación contará co material necesario para o correcto desenvolvemento das actividades desde o inicio hasta o final. É dicir, a persoa con demencia participará, xunto co persoal técnico, en todo o proceso da actividade (deseño da actividade, compra de material, preparación, recollida, degustación...)



# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## RESULTADOS

De todas as actividades realizadas, elaborárase diferente material de sensibilización que nacerá deste proxecto:

- **Receitario solidario:** aínda que mensualmente se levarán a cabo diferentes receitas nas asociacións, cada asociación escollerá aquela máis típica da súa localidade para poder incorporala a un receitario solidario. Ademais de incluír os ingredientes da mesma, realizarase coas persoas usuarias un traballo de reminiscencia, que será plasmado no receitario. Neste libro, tamén se farán mención das empresas, entidades e comercios locais colaboradores.
- **Reportaxe:** aproveitando este proxecto, realizarase un traballo documental co propósito de dar visibilidade ás actividades que se realizan nas asociacións. Nesta reportaxe haberá testemuñas tanto das persoas con demencia que participan no proxecto, como do persoal técnico, persoas coidadoras e responsables das entidades, empresas e comercio local que colabora para que proxectos como os nosos saian adiante.
- **Merchandising:** nas actividades de artesanía realizarase produtos que ademais de servir como terapia, se poida utilizar como material de sensibilización que sexa atractivo para á sociedade, á vez que informativo acerca das actividades que se desenvolven nas asociacións a través deste proxecto (broches, bolsas, chaveiros, marcos de fotos, pendentos, marca páxinas..).





# OS SENTIDOS DA MEMORIA.

## DIFUSIÓN DOS RESULTADOS

Durante todo o ano 2024, darase difusión ó proxecto a través das redes sociais da Federación Alzheimer Galicia así como das asociacións membro que participan. Igualmente, enviaranse notas de prensa e crearanse diversas novas na páxina web. A medida que as entidades colaboradoras se vaian adherindo á nosa causa, subirase na páxina web da Federación o seu logo xunto cunha breve descrición do seu traballo, agradecendo a súa participación. Todas estas novas irán incluídas na Newsletter que mensualmente envía FAGAL a preto de 700 persoas tanto a nivel autonómico como nacional.

## DÍA MUNDIAL DO ALZHEIMER 2024

Como colofón final, no mes mundial do Alzheimer, en setembro de 2024, e co fin de conmemorar o 21 de setembro, todas as asociacións de persoas con demencia de Galicia reuniranse en Santiago de Compostela para presentar a reportaxe e o receptor elaborado, así como para poñer en valor o traballo das asociacións membro e a importancia da inclusión social das persoas con demencia.

Este evento, estará aberto a todos os usuarios das asociacións membro, ás familias cuidadoras, ós cociñeiros e empresas colaboradoras e a todas aquelas persoas interesadas en unirse á nosa causa.



# GRACIAS



FAGAL  
FEDERACIÓN ALZHEIMER GALICIA

