

Cómo empezar y mantener un café de la memoria



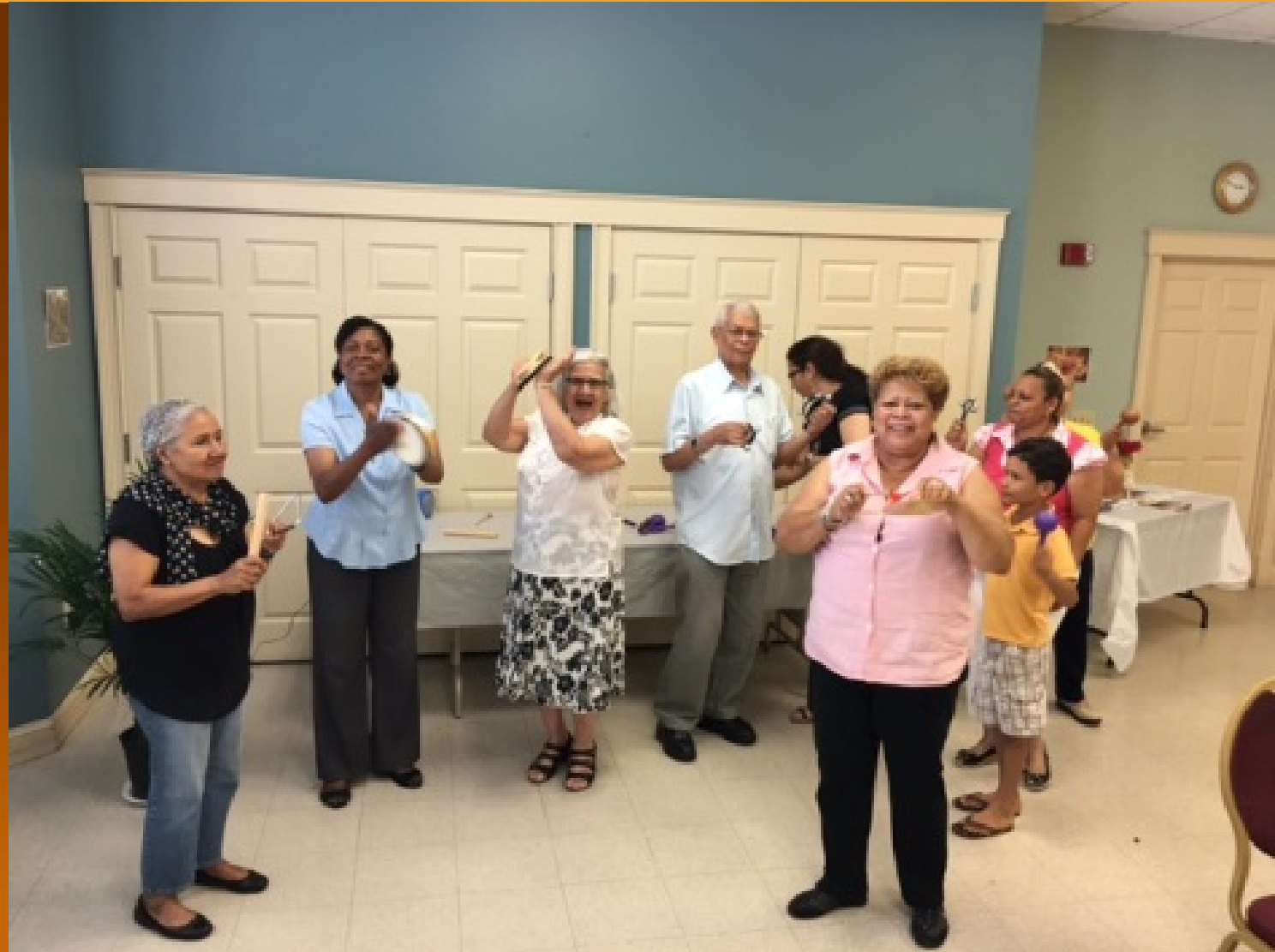
Presentado por:

- **Leonor Buitrago**
Diversity Outreach Manager, Alzheimer's Association
- **Ana Karchmer**
Family Caregiver Support Program Manager, Executive Office of Elder Affairs
- **Martha Velez and Angie Garcia**
Lawrence Council on Aging

Gracias al *Jewish Family & Children's Service* por crear la Guía para Cafés de la Memoria, y al *Massachusetts Association of Councils on Aging (MCOA)* por su apoyo generoso.

¿Qué es un café de la memoria?

Es una reunión
social y
acogedora...



...para las personas que viven con demencia
y sus parientes o cuidadores .



La demencia es un término general que describe un deterioro de la capacidad mental, que es lo suficientemente grave como para interferir en la vida diaria. La pérdida de la memoria es un ejemplo. La enfermedad de Alzheimer es el tipo de demencia más común.

- Alzheimer's Association

En los cafés de la memoria los participantes se divierten juntos y se centran en sus habilidades, no en sus incapacidades.



Las actividades están orientadas a abarcar una amplia gama de habilidades cognitivas.



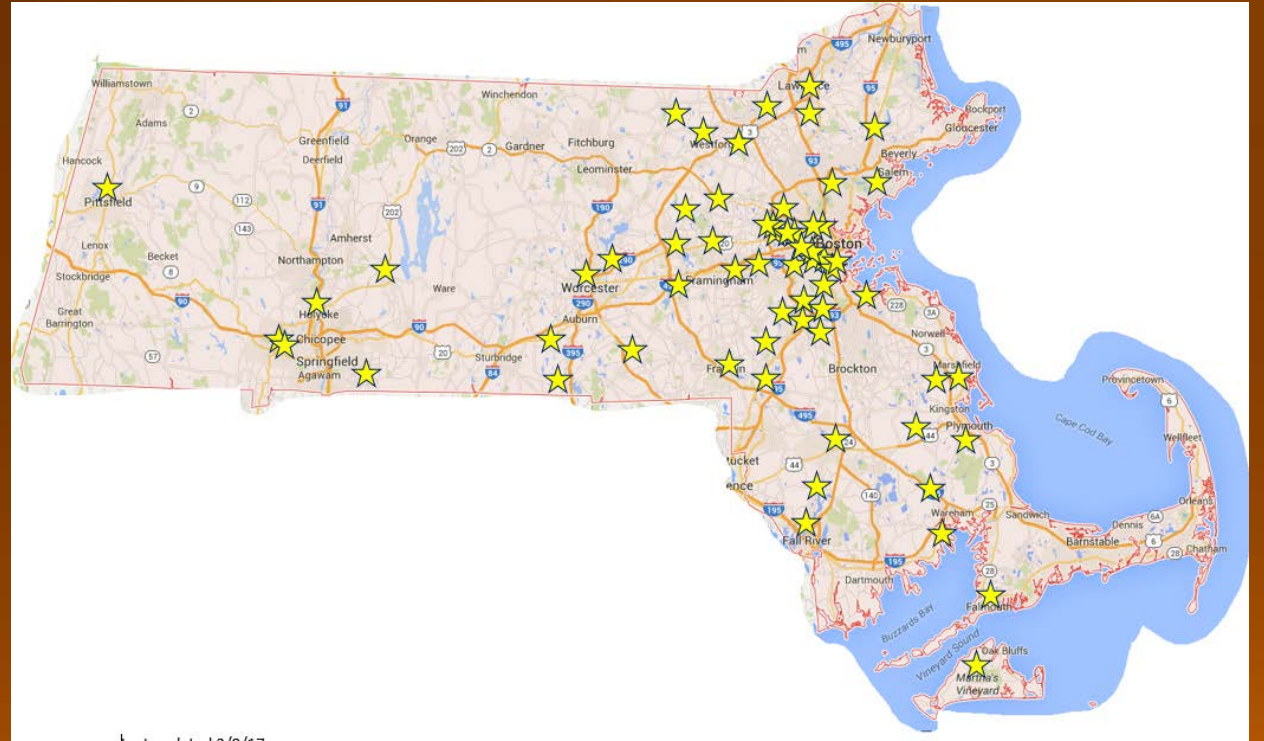
A nadie se le pregunta sobre su diagnóstico.



Los cafés se reúnen en la comunidad en lugares seguros y de fácil acceso.



El primer café comenzó en Holanda en 1997



¡Ahora hay casi 60 cafés en Massachusetts!

Se puede ver la lista completa en www.jfcsboston.org/MemoryCafeDirectory

¿Por qué necesitamos cafés de la memoria?

La demencia afecta a uno de cada nueve adultos de 65 años o más, y a muchos adultos de mediana edad.

Los latinos tienen un alto riesgo de demencia.

¡ La demencia afecta a toda la familia!

Las personas que viven con demencia y sus familiares en ocasiones tienen que hacer frente a la soledad.



¡Los cafés de la memoria conectan a la gente!



**¿Cómo se puede iniciar un
café de la memoria?**

¡Descargue gratis la guía!

www.jfcsboston.org/GuiaCafeDeMemoria



Este formulario nos permite rastrear el uso de la guía

Nombre de pila

First Name

Last Name

Correo Electrónico

Organización

Código postal

☐ Sí, por favor póngame el la lista de correo electrónico de Percoladores.

SUBMIT

Aquí puede
unirse a la lista
de correo de
Percoladores.

La guía incluye instrucciones paso a paso

Cómo empezar y mantener un Café de la Memoria

Dónde tenerlo.....	página 11
Quiénes deberían de participar.....	página 13
Cuándo toma lugar.....	página 16
Qué hacer en su Café.....	página 16
Cómo mantener su Café.....	página 19
Evaluación: cómo mejorar.....	página 24

y plantillas que se
pueden descargar
y adaptar a su
programa

Descargas

1. [Normas y estándares de cafés de la memoria \[PDF\] ↓](#)
2. [Programa de apoyo familiar para alzheimer's y padecimientos relacionados "percolador" de cafés de la memoria \[PDF\] ↓](#)
3. [Folleto del red "percolador" sin pestañas \[PDF\] ↓](#)
4. [Folleto del red "percolador" con pestañas \[PDF\] ↓](#)
5. [Hoja de trabajo para planear cafés de la memoria \[PDF\] ↓](#)
6. [Preguntas frecuentes \(FAQs\) \[Word\] ↓](#)
7. [Hoja de consejos para voluntarios \[Word\] ↓](#)
8. [Guía para artistas invitados/facilitadores de actividades \[Word\] ↓](#)
9. [Artículos recomendados a comprar para un café de la memoria nuevo \[PDF\] ↓](#)
10. [Plantilla para el formulario MCOA para autorizar ser fotografiado \[Word\] ↓](#)
11. [Directorio en línea del "percolador" de cafés de la memoria \[Word\] ↓](#)
12. [Ideas para la difusión \[PDF\] ↓](#)
13. [Hoja de inscripción \[Word\] ↓](#)
14. [Plantilla modelo para un café de la memoria \[Excel\] ↓](#)
15. [Plantilla del programa del café/tareas del coordinador de voluntarios y requisitos de tiempo \[Excel\] ↓](#)
16. [Oportunidades de patrocinio \[Word\] ↓](#)
17. [Plantilla para la evaluación del café de la memoria \[Word\] ↓](#)

La guía incluye además la historia de “Aroma de Café”, el primer café hispanohablante de Massachusetts.

Abrió en julio
del 2016



“Aroma de Café”

Será un momento para conversar, disfrutar de un rico café y hacer una actividad que le dará a todos la oportunidad de probar algo nuevo y tener algo de diversión. Un lugar acogedor para las personas con problemas de memoria y su cuidador.



Para mas información llamar a
Martha Medina o Angie al 978-620-3540
Lawrence Senior Center 155 Haverhill St.

alzheimer's association

Primer paso: decida el lugar apropiado para el café

Es esencial:

- Que el lugar y los baños sean de fácil acceso.
- Que tenga estacionamiento suficiente.
- Que tenga acceso a transporte público.

Considere:

- Que el uso del local sea gratuito o a cambio de una cuota mínima.
- Que el lugar esté disponible a largo plazo.
- Que tenga un baño familiar.
- Que tenga acceso a una cocina para la preparación de la comida y la limpieza.
- Que sea un lugar con ambiente comunitario, atractivo y acogedor .



Luego decida: ¿a quienes va a invitar?



Los invitados:

Considere los distintos grupos culturales y lingüísticos de su comunidad y los contactos que usted tiene.



Los voluntarios :

Pueden ser miembros de la comunidad o estudiantes. Así se benefician ellos y sus invitados a la vez.

Es importante explicar claramente las reglas

La mayoría de los cafés anuncian en sus volantes que
" el participante que necesite asistencia personal debe venir con
un acompañante".



¿Qué actividades va a ofrecer en su café de la memoria?

- Arte
- Música
- Bailar
- Conversar
- Celebrar ocasiones especiales
- Y por supuesto, tomar café y estar juntos.



¿Cómo piensa cubrir el costo de su café de la memoria?

- La mayoría de los cafés cuestan menos de \$10,000 al año.
- En general, el tiempo del coordinador es el gasto más grande.
- Los cafés de la memoria han tenido éxito gracias al apoyo de organizaciones y negocios en la comunidad. Ellos pueden contribuir con el costo de la comida, los materiales de arte y otros gastos.
- También se puede buscar la ayuda de otros patrocinadores.



- Para más información y para descargar la Guía para Cafés de la Memoria, visite www.jfcboston.org/GuiaCafeDeMemoria
- Cuando esté por empezar su café, por favor comuníquese con Beth Soltzberg, bsoltzberg@jfcsboston.org para agregar la información al directorio en línea.

Gracias por estar con nosotras.
¡Nos vemos en el café!

