

# BOLETIN

## ALDIZKARIA

Nº 3. ZBK

JULIO | 2026 | UZTAILA

### NOTA INFORMATIVA

#### VACACIONES

Informamos que la sede de ASPARBI permanecerá cerrada **desde el 31 de julio hasta el 30 de agosto**, ambos inclusive. Retomaremos la actividad habitual a partir del 1 de septiembre. **¡Feliz verano!**

### INFORMAZIO- OHARRA

#### OPORRAK

Jakinarazten dugu ASPARBIren egoitza itxita egongo dela uztailaren 31tik abuztuaren 30era arte, biak barne. Irailaren 1etik aurrera ohiko jarduerari ekingo diogu berriro. **Uda on!**

Recordamos que tenéis a vuestra disposición **Neurogimnasio**, la aplicación móvil gratuita de ASPARBI, para que puedas seguir realizando tus terapias durante este periodo. Encontrarás información, recomendaciones prácticas y videos donde los mismos profesionales de la asociación te explican paso a paso cómo realizar los ejercicios para continuar con tu rutina desde casa.

La app ya está disponible para su descarga tanto en dispositivos Android como en iPhone.

Escanea el QR o búscala en [App Store](#) / [Play Store](#).

Gogoan izan **Neurogimnasio**, ASPARBIren doako aplikazio mugikorra, duzuela zuen eskura; aldi horretan terapiak egiten jarrai dezazun. Informazioa, gomendio praktikoak eta bideoak aurkituko dituzu, eta elkarteko profesionalek azalduko dizute, urratsez urrats, nola egin ariketak, etxetik zure errutinarekin jarraitzeko.

Aplikazioa eskuragarri dago Android eta iPhone gailuetan deskargatzeko.

QR eskaneatu edo [App Store](#) / [Play Store](#)n bilatu.



# NOTICIAS

# BERRIAK

## ¡ASPARBI BIZIA TODA LA SEMANA!

*Ampliamos de 3 a 5 días (lunes-viernes)  
la actividad del centro*

**ASPARBI BIZIA**, nuestro centro de autonomía personal con manutención y transporte adaptado, da un gran paso adelante. A partir de septiembre, el servicio se amplía de **lunes a viernes**: de **10:30 a 18:00 h** (viernes hasta las **15:00 h**).

Esta ampliación nos permite reforzar las terapias, tanto grupales como individuales. Aumentamos los horarios de servicios que teníamos hasta ahora: **fisioterapia, logopedia, arteterapia, psicología, comunicación y actualidad, y estimulación cognitiva**.

¿Te interesa? Si quieres recibir más información visita nuestra página web o ponte en contacto directo llamando a la asociación.

**ASPARBI BIZIA**, gure autonomia pertsonaleko zentroa, mantenuarekin eta garraio egokituarekin, aurrerapauso handia ematen ari da. Irailetik aurrera, zerbitzua **astelehenetik ostiralera** luzatuko da: **10:30etik 18:00etara** (ostiraletan 15:00ak arte).

Hedapen horri esker, taldeko nahiz banakako terapiak indartu ditzakegu. Orain arte genituen zerbitzuen ordutegiak handituko ditugu: **fisioterapia, logopedia, arteterapia, psikologia, komunikazioa, eta estimulazio kognitiboa**.

Interesatzen al zaizu? Edozein zalantza argitu nahi baduzu, bisitatu gure webgunea edo jar zaitez zuzenean harremanetan elkartera deituz.

## SABER MÁS SOBRE ASPARBI BIZIA



ARTETERAPIA



FISIOTERAPIA



LOGOPEDIA



ESTIMULACIÓN  
COGNITIVA

## LEY DE DEPENDENCIA 2026

La Diputación Foral de Bizkaia ha aprobado el **Decreto Foral 35/2026**, que regula e incrementa las cuantías de las prestaciones económicas destinadas a la dependencia.

Debido a estas modificaciones, os transmitimos **dos recomendaciones**:

## MENDEKOTASUN LEGEA 2026

Bizkaiko Foru Aldundiak **35/2026 Foru Dekretua** onartu du, mendetasunerako prestazio ekonomikoen zenbatekoak arautzen eta handitzen dituen.

Aldaketa horiek direla eta, **bi gomendio** ematen dizkizuegu:

## 1. Si hace mucho tiempo que no realizáis la valoración de dependencia

Si la última valoración tuvo lugar hace años, os recomendamos **solicitar una revisión de grado por empeoramiento**.

## 2. Si habéis realizado la valoración o revisión de forma reciente

En el caso de que la Diputación os haya evaluado hace poco, es importante que **traigáis a la asociación una copia de vuestra resolución actualizada**.

## 1. Mendetasunaren balorazioa aspaldian egin ez baduzue

Azken balorazioa duela urte batzuk egin bazen, **graduako berrikuspen bat eskatzea** gomendatzen dizuegu, okerrera egin duelako.

## 2. Balorazioa edo berrikuspena berriki egin baduzue

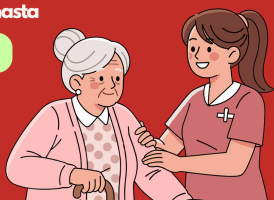
Aldundiak duela gutxi ebaluatu bazaituzte, garrantzitsua da zuen **ebazpenaren kopia eguneratua ekartzea** elkartera.

## GRADO III + (DEPENDENCIA EXTREMA)

Diseñado específicamente para **procesos de alta complejidad** o fases muy avanzadas de la enfermedad.

Da acceso a una **Prestación de Asistencia Personal** profesional en el hogar con un importe máximo de hasta

**9.859€ /MES**



## ¿CUÁNDO ENTRA EN VIGOR?



El **Decreto Foral 35/2026** ya está plenamente vigente.

Se aplicará con efecto retroactivo para todas las solicitudes de valoración, prestaciones de Grado III+ y revisiones de PIA presentadas desde el **23 de octubre de 2025**.



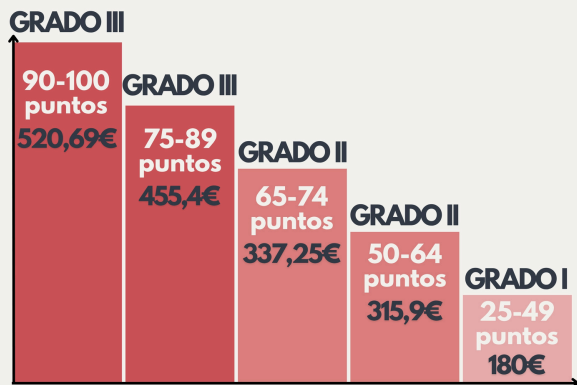
Más información en la **web de la Diputación** ([bizkaia.eus](http://bizkaia.eus)) o en el **BOB-2026a072-(I-403)**



# AYUDAS PARA CUIDADOS FAMILIARES



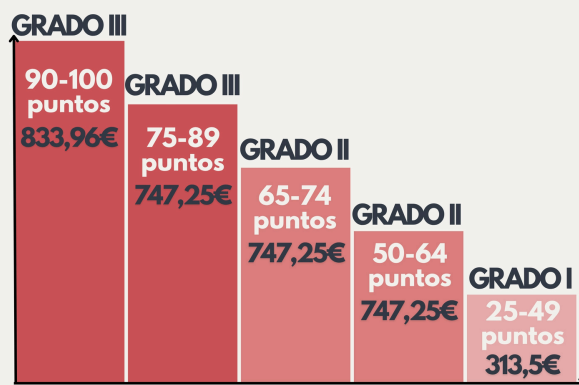
Si cuidas de tu familiar en el entorno del hogar, las **cuantías máximas mensuales** son:



# APOYO PARA TERAPIAS Y CENTROS DE DÍA



Para personas que contratan **profesionales** o acuden a **centros privados acreditados**:



# EVENTOS

# EKITALDIAK

11 de abril

## DÍA DEL PÁRKINSON 2026

El 11 de abril Bilbao se tiñó de compromiso y esperanza. El evento organizado con motivo del **Día Mundial del Parkinson** superó todas las expectativas, tanto en asistencia como en recaudación. Gracias a la generosidad de los asistentes y al talento de los artistas, la jornada se convirtió en un homenaje a la resiliencia y un impulso vital para la ciencia.

Apirilak 11

## PARKINSON EGUNA 2026

Apirilaren 11n Bilbo konpromiso eta itxaropenez bete zen. **Parkinsonaren Nazioarteko Egunaren** harira antolatutako ekitaldiak aurreikuspen guztiak gainditu zituen, bai bertaratzeari dagokionez, bai diru-bilketari dagokionez. Bertaratutakoen eskuzabaltasunari eta artisten talentuari esker, erresilientziaren omenaldi eta zientziarentzako bizi-bultzada bihurtu zen jardunaldia.



LEE MÁS

GEHIAGO IRAKURRI

22 de abril

## CONFERENCIA

*Nutrición y párkinson*

Más de 110 personas acudieron a la sede de ASPARBI para participar en la jornada informativa «**Importancia de la nutrición en el párkinson**». La experta Naroa Campo Olano explicó las claves dietéticas para mejorar la eficacia de los tratamientos y prevenir complicaciones graves derivadas de la enfermedad.

Tras la gran acogida de esta charla, la dietista-nutricionista inició un **ciclo de talleres personalizados**. Se impartieron sesiones prácticas todos los viernes con grupos reducidos para garantizar una atención individualizada. Estos talleres se retomarán en septiembre con nuevos temas relacionados con el párkinson y la nutrición.

LEE MÁS

Apirilak 22

## HITZALDIA

*Nutrizioa eta parkinsona*

110 pertsona baino gehiago joan ziren ASPARBIren egoitzara «**Nutrizioaren garrantzia parkinsonarekin**» jardunaldi informatiboan parte hartzera. Naroa Campo Olano adituak tratamenduen eraginkortasuna hobetzeko eta gaixotasunak eragindako konplikazio larriak prebenitzeko gako dietetikoak azaldu zituen.

Hitzaldiaren ondoren, dietista-nutrizionistak **tailer pertsonalizatu**en ziklo bati ekin zion. Ostiralero saio praktikoak eman ziren talde txikiekin, banakako arreta bermatzeko. Tailer horiei irailan ekingo zaie berriro, parkinsonarekin eta nutrizioarekin lotutako gai berriei.

GEHIAGO IRAKURRI





18 de mayo

## CONFERENCIA

*Avances en cirugía para el párkinson*

La evolución de la medicina ofrece hoy nuevas **esperanzas y soluciones** para mejorar la calidad de vida de las personas con la enfermedad de Parkinson. Con el objetivo de acercar este conocimiento a nuestros asociados y familias, organizamos una sesión clínica centrada en las **técnicas más seguras de la actualidad**. Contamos con la visita de la **Dra. Edurne Ruiz de Gopegui**, neurocirujana funcional del Hospital Universitario de Cruces. Nos detalló cómo la tecnología y los nuevos protocolos médicos están transformando de raíz los tratamientos quirúrgicos.

LEE MÁS

Maiatzak 18

## HITZALDIA

*Aurrerapenak parkinsonerako kirurgian*

Medikuntzaren bilakaerak **itxaropen eta irtenbide berriak** eskaintzen ditu gaur egun Parkinson gaixotasuna duten pertsonen bizi-kalitatea hobetzeko. Ezagutza hori gure bazkideei eta familiei hurbiltzeko asmoz, saio kliniko bat antolatu genuen, **gaur egungo teknikarik seguruenetan** oinarrituta. **Edurne Ruiz de Gopegui** Gurutzetako Unibertsitate Ospitaleko neurozirujau funtzionalaren bisita izan genuen, eta hark zehaztu zigun teknologia eta protokolo mediko berriak errotik aldatzen ari direla tratamendu kirurgikoak.

GEHIAGO IRAKURRI





# VISITAS

Durante estos últimos meses, hemos tenido el placer de recibir dos visitas institucionales muy especiales para nuestra entidad: la de **Mamen Álvarez** y la de **Carlos García**.

Ambos encuentros nos han permitido seguir estrechando lazos con representantes que, con su escucha y apoyo, impulsan nuestro compromiso con la mejora de la calidad de vida de las personas con párkinson y sus familias.

# BISITAK

Azken hilabeteotan, gure erakundearentzat oso bereziak diren bi bisita instituzional jaso ditugu: **Mamen Álvarezena** eta **Carlos Garciarena**.

Bi topaketa horiei esker, harremanak estutzen jarraitu ahal izan dugu ordezkariekin, haiek entzun eta lagunduta parkinsona duten pertsonen eta haien familien bizi-kalitatea hobetzeko konpromisoa sustatzen baitute.

28 de mayo

Maiatzak 28

## Mamen Álvarez Zubizarreta

*Directora de Atención Sociosanitaria*

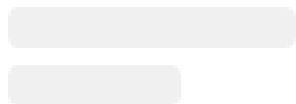


LEE MÁS

GEHIAGO IRAKURRI

# Carlos García Buendía

*Subdelegado del Gobierno en Bizkaia*



[View this post on Instagram](#)



LEE MÁS

GEHIAGO IRAKURRI



# GRUPO DE APOYO PSICOLÓGICO

# LAGUNTZA PSIKOLOGIKORAKO TALDEA

El grupo de apoyo psicológico para familiares y cuidadores, dinamizado por el psiquiatra **Ander Retolaza**, cierra el curso con un espacio seguro para gestionar el impacto emocional del párkinson, la ansiedad y la autoestima.

De cara al verano, **las sesiones harán un parón hasta el 25 de septiembre**, pero el ciclo se cerró como se merecía: con una comida de usuarios junto al psiquiatra. Este almuerzo sirvió para estrechar los vínculos afectivos y la red de apoyo mutuo, además de ser el marco ideal para rendir un **merecido homenaje a Retolaza** en agradecimiento a su gran labor y dedicación.

**Ander Retolaza** psikiatrak dinamizatzen duen familiarteko eta zaintzaileentzako laguntza psikologikoko taldeak itxi du ikastaroa, parkinsonaren inpaktu emozionala, antsietatea eta autoestimua kudeatzeko espazio seguru batekin.

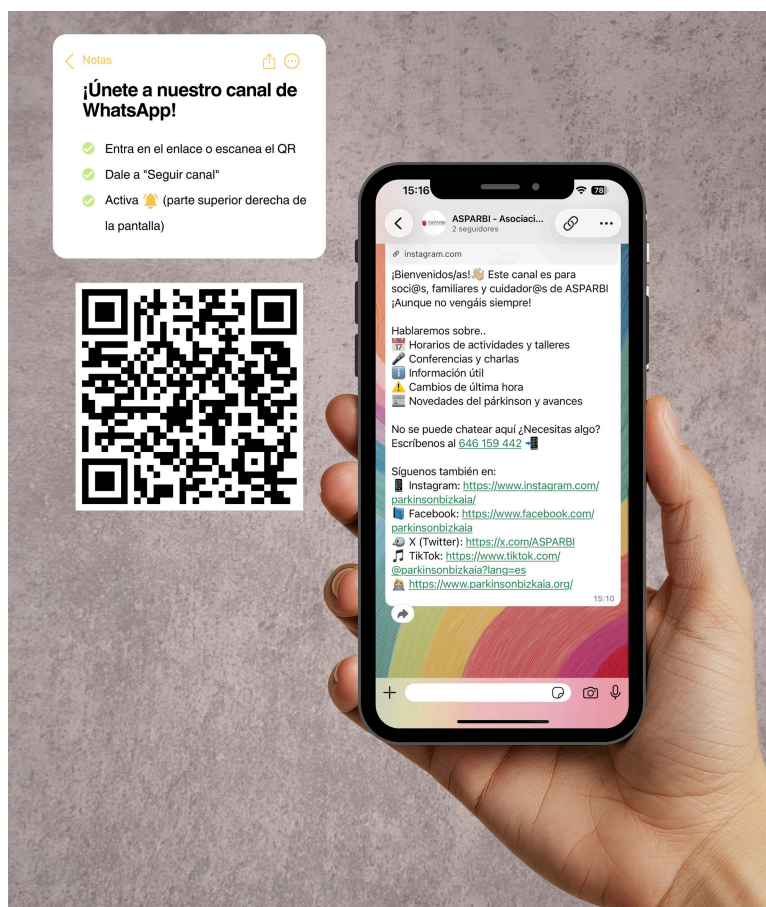
Udari begira, **saioek geldialdi bat egingo dute irailaren 25era arte**, baina zikloa merezi bezala itxi zen: erabiltzaileen bazkari batekin, psikiatrarekin batera. Bazkari horrek lotura afektiboak eta elkarri laguntzeko sarea estutzeko balio izan zuen, baita Retolazari merezitako omenaldia egiteko ere, egindako lan eta dedikazio handia eskertzeko.







# MÁS INFO GEHIAGO



## ¡Únete al Canal de WhatsApp de ASPARBI!

Te invitamos a unirse a este nuevo **espacio gratuito de comunicación**, diseñado para que recibas de forma cómoda, rápida y directa en tu móvil todas las novedades, avisos importantes, actividades y contenidos de interés de la asociación.

Solo tienes que hacer **clic en el enlace** para suscribirte y estar al día de todo lo que pasa en ASPARBI.

## Bat egin ASPARBIren WhatsApp kanalarekin!

**Doako komunikazio-espazio** berri honetan parte hartzera gonbidatzen zaitugu, elkartearen berriak, ohar garrantzitsu, jarduera eta eduki interesgarri guztiak zure mugikorrean modu erosoa, azkar eta zuzenean jaso ditzazun.

Egin **klik estekan** harpidetzeko eta ASPARBI n gertatzen den guztiaren berri izateko.

**CLIC AQUÍ PARA ENTRAR AL CANAL DE WHATSAPP**

**Aprende sobre párkinson**

**Parkinsonari buruz ikasi**

**Asociación Parkinson Bizkaia - ASPARBI**

Islas Canarias, 53 Bajo, Bilbao 48015

asparbi@parkinsonbizkaia.org

Tel. 94 448 32 70 - 646 159 442

