avelaíña
ASOCIACIÓN SAÚDE MENTAL

MEMORIA 2013 DE ACTIVIDADES

ÍNDICE

1. LA ASOCIACIÓN 5
- 1.1 Datos de la Asociación 6
- 1.2 Presupuesto Económico 10
- 1.3 Dpto. de Comunicación 12

2. SERVICIOS 16

2.1 SERVICIO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL 19

- 2.1.1 CENTRO REHAB. BAIXO MIÑO 20
  - **Área Terapéutica** 21
    - 1. Valoración Inicial y Contínua 22
    - 2. Asamblea 23
    - 3. Psicoeducación 24
    - 4. Apoyo/Psicoterapia individual 26
    - 5. Intervención Familiar 27
    - 6. Coordinación con otros profesionales externos 28
    - 7. Talasoterapia 29
    - 8. Taller de expresión creativa 30
  - **Área Socioeducativa** 32
    - 1.Ocio y Tiempo Libre 33
    - 2.Actividades de la vida diaria 35
    - 3.Educación de adultos 39
    - 4.Taller de memoria 41
    - 5.Taller de prensa 43
    - 6.Taller de Habilidades socio- saludables 45
    - 7. Informática 49
    - 8. Clases de pilates 50
  - **Área Ocupacional** 51
    - 1.Taller de Cerámica 52
    - 2.Taller de Artes Plásticas 53
    - 3. Taller de Expresión Creativa 54

- 2.1.2 CENTRO REHAB. VAL MIÑOR 56
  - **Área Terapéutica** 57
    - 1. Valoración Inicial y Contínua 58
    - 2. Asamblea 59
    - 3. Psicoeducación 60
    - 4. Apoyo/Psicoterapia individual 63

5. Terapia de grupo 65
6. Relajación 67
7. Intervención familiar 69
8. Talasoterapia 71

Área Socioeducativa 74

1.Ocio y Tiempo Libre 75
2.Actividades de la vida diaria 78
3.Taller de memoria 81
4.Taller de Habilidades sociales 83
5. Canto 99

Área Ocupacional 100

Taller de Artes Plásticas 101

2.2 VIVIENDA RESIDENCIAL 104

2.3 SERVICIO DE ORIENTACIÓN 108

2.4 RESPIRO FAMILIAR 110

2.5 SERVICIO DE ATENCIÓN A DOMICILIO 113

2.6 ESCUELA DE FAMILIAS 117

2.7 SERVICIO DE ORIENTACIÓN LABORAL 120

2.8 SERVICIO DE ACOMPAÑAMIENTO, GESTIÓN Y TRAMITACIÓN 127

2.9 CONVENIO EUROPEO COMENIUS REGIO 130

INTRODUCCIÓN

Un año más presentamos la Memoria anual de la Asociación donde reflejamos los hechos, iniciativas y logros alcanzados a lo largo del 2013.

Avelaíña no ha sido ajena al contexto de grave crisis económica y social que vive España, y si por algo ha destacado este año es por las dificultades económicas que nuestra Entidad ha pasado para poder mantener los servicios. Al mismo tiempo, ha tenido que aumentar otros, como el de la tutela integral, una necesidad primordial que ningún otro dispositivo cubre y que muchos de nuestros usuarios, por razones familiares, al encontrarse solos, necesitan, lo que lleva a la Asociación a realizar un esfuerzo mayor, de acompañamientos y coordinación con otros dispositivos a nivel social, sanitario, judicial..., repercutiendo en el gasto económico de nuestra Entidad.
Todo esto ha supuesto un mayor esfuerzo, teniendo que tocar muchas puertas para buscar otras formas de financiación, pero al mismo tiempo sintiéndonos muy orgullosos por los resultados obtenidos:

Un logro importantísimo y especialmente significativo para nosotros, ha sido la cesión obtenida por parte de la Tesorería General de La Seguridad Social de la antigua casa del Mar de Baiona. Gracias a esta cesión, el salto cualitativo en la mejora de los servicios en el Val Miñor será enorme, al pasar de un bajo alquilado de 98 mts 2 a casi 400 del nuevo local. Esto no sería posible sin el apoyo que hemos recibido de las distintas administraciones Públicas que han apoyado esta gestión.

También destacamos varias acciones llevadas a cabo por Avelaíña para darse a conocer e informar a la población, y donde hemos logrado el apoyo de numerosas personas y de entidades tanto públicas como privadas. Una de estas acciones se llevó a cabo en la calle, donde Avelaíña estuvo presente con mesas informativas, conmemorando el Día Mundial de la Salud Mental para informar y sensibilizar a la población. Durante estos días hemos recibido un gran apoyo por parte de la población a través de donativos y formando parte de la Asociación, dándose de alta como socios.

Otro evento que también queremos destacar fue la Gala Solidaria "despertando sorrisos" que la Asociación organizó por primera vez para poder recaudar fondos para el Centro de Rehabilitación de Val Miñor. En esta gala tuvimos la colaboraron de entidades públicas y empresas de la zona, así como de los artistas que participaron en ella, y como no, de la población en general que acudió a la Gala.

Todas estas acciones nos han hecho ganar notoriedad en la sociedad, teniendo más presencia en los medios de comunicación.

Me gustaría concluir esta presentación de la Memoria, dando las gracias a todas las personas y entidades, tanto públicas como privadas que han hecho posible la consecución de todos estos logros.

1

La asociación

1.1 DATOS DE LA ASOCIACIÓN

DENOMINACIÓN

Asociación Avelaíña de axuda ás persoas con problemas de Saúde Mental

SEDE SOCIAL

2° Transversal - Coruto Vello, n°33 - 36789 Salcidos - A Guarda

Cruz de Mera, n°7 -36380 Gondomar

DATOS DE CONTACTO:

Teléfono Centro A Guarda: 986 61 00 21

Teléfono Centro Gondomar: 986 38 92 33

Correo electrónico: asociacion@avelaina.org.es

Web: www.avelaiña.es

CONSTITUCIÓN:

Avelaíña fue constituida en octubre de 1997

FORMA JURÍDICA

Su forma jurídica es la de asociación sin ánimo de lucro, con registro de Asociación n° 4405 - Entidad prestadora de Servicios Sociales S-1090

UTILIDAD PÚBLICA

Avelaíña fue declarada de Utilidad Pública según Orden del 16 de noviembre de 2010 (DOGA n° 236 del 10/12/2010)

PERTENECE A

FEAFES Galicia, Federación de Asociacións de Familiares e Enfermos Mentais de Galicia

FEAFES, Confederación Española de Agrupaciones De Familiares y Enfermos Mentales

Mercado Solidario, junto a otras 5 Asociaciones del mundo de la discapacidad.

QUIÉNES SOMOS

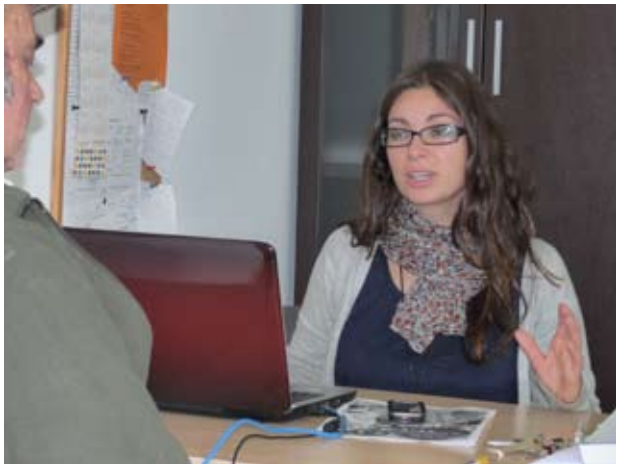
Actualmente Avelaíña está formada por 500 socios que colaboran con esta entidad a través de una cuota anual y donativos.

- Personas con enfermed mental (PEM)
- Familiares y allegados
- Otros cuidadores
- Personas sensibilizadas con la problemática de la enfermedad mental y dispuesta a colaborar, para lograr la mejora de la calidad de vida de los afectados.

ESTRUCTURA

Desde la creación de la Asociación, hasta la actualidad, ha habido todo un proceso de evolución y crecimiento, en número de personas asociadas, en profesionales, colaboradores y voluntarios.

Este equipo humano se ha convertido en una herramienta fundamental para la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias, en las comarcas de Baixo Miño y Val Miñor (zona sur de Pontevedra)



ESTE EQUIPO HUMANO ESTÁ FORMADO POR:

ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS:

Actualmente formada por 500 socios

JUNTA DIRECTIVA:

Compuesta por:

La Presidenta: Carmen Liliana Barreto de Vicente
El Vicepresidente: Serafín Villanueva Bembibre
Secretario: José María Regueiro Otero
Tesorero: Luis de Lorenzo Sánchez
5 vocales: Isaac Penela Carbajales
Francisco Ramón Alonso Gándara
Maria Fernanda Orduna Vela
Alicia Méndez Batán
María Neves Piñeiro Gaviño

GERENCIA: Garantiza el buen funcionamiento de la Asociación y de los servicios que gestiona.

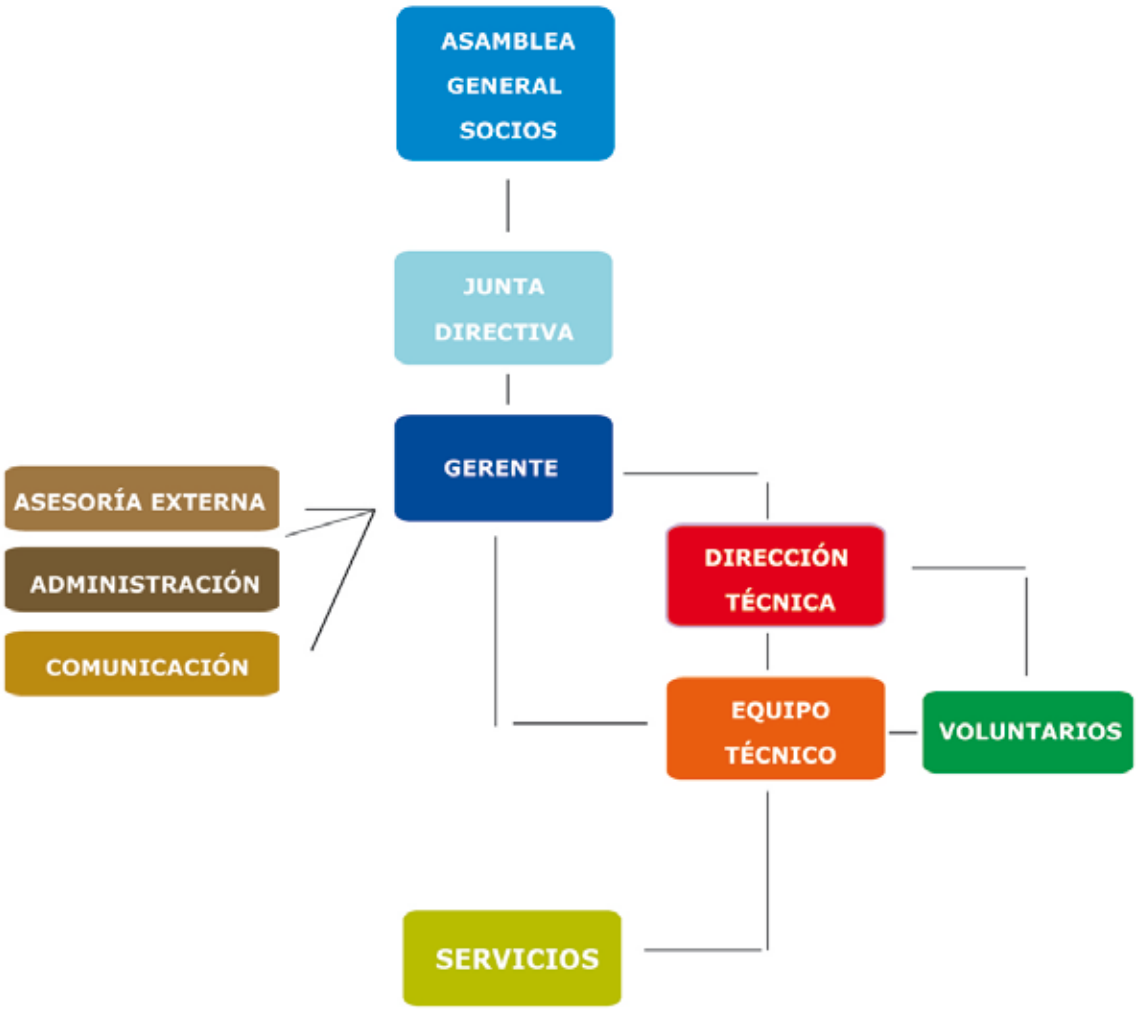
EQUIPO TÉCNICO:

Formado por profesionales de distintas áreas: Una diretora Técnica, psicóloga,trabajadora Social,terapeuta ocupacional, educadora Social, monitores de taller, técnica de Comunicación, administrativa y limpiadora.

VOLUNTARIADO:

Personas que colaboran de forma altruista y desinteresada.

ORGANIGRAMA



MISIÓN

Su misión es potenciar la inclusión de las personas con enfermedad mental de la zona del Baixo Miño y de Val Miñor, mediante la promoción de la mejora de su calidad de vida y la de sus familiares.

OBJETIVOS

- **Promover aquellas intervenciones** en el área de salud mental no cubiertas por las instituciones existentes, buscando una mejor relación entre la persona con enfermedad mental y su medio.

- **Informar, educar y concienciar** sobre la enfermedad mental.

- **Facilitar el apoyo solidario** entre las familias afectadas.

- **Estimular aquellas iniciativas** propias y las dirigidas a facilitar una posible reinserción psicosocial de los afectados.

- Potenciar y promover la **formación profesional** de las personas con enfermedad mental.

ÁMBITO DE ACTUACIÓN

ÁMBITO DE ACTUACIÓN: PROVINCIA DE PONTEVEDRA

Avelaíña Val Miñor
Cruz de Mera, nº 7
36380 - Gondomar
Teléfono: 986 38 92 33

Avelaíña Baixo Miño
2º Transversal
Coruto Vello, nº 33
36789 Salcidos - A Guarda
Teléfono: 986 61 00 21

1.2 PRESUPUESTO ECONÓMICO

Las fuentes de financiación principales en el 2013 están constituidas por subvenciones y ayudas públicas, ayudas de entidades privadas, donaciones, cuotas de asociados y otros recursos propios.
Gracias a esta financiación, Avelaíña logra mantener su estructura, los recursos de salud mental que gestiona, y cubrir así las necesidades detectadas.

Administraciones Públicas

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales E Igualdad

Diputación de Pontevedra

Concello de A Guarda

Concello de Tui

Concello de Gondomar

Concello de Tomiño

Consellería de Traballo e Benestar

Consellería de Sanidade SERGAS

Entidades y Empresas privadas

ATSA

Talaso Atlántico

Cocacola

Agua Sana

Paradores

Gadis

Terras Gauda

Cultura Activa

Hebe

Recursos Propios

Donaciones

Cuotas de socios

Cuotas por servicios

Ventas de productos elaborados en talleres

PRESUPUESTO ANUAL 2013

El presupueso anual para este año 2012 se desglosó en los siguientes montantes:

GASTOS	TOTALES
Compras varias (601)	21.300,00 €
Arrendamientos (621)	8.760,00 €
Reparaciones y conservación (622)	5.900,00 €
Servicios profesionales indep. (623)	100,00 €
Seguros (625)	3.475,00 €
Comisiones bancarias (626)	750,00 €
Publicidad (627)	1.000,00 €
Suministros (628)	9.550,00 €
Otros servicios (629)	18.010,00 €
Tributos (631)	350,00 €
Sueldos y Salarios (640)	169.533,14 €
Seguridad Social (642+649)	53.451,35 €
Ayudas monetarias	400,00 €
Amortización I .Material (681)	23.100,00 €
Dotacion Prov. Otras Operac (695)	6.000,00 €
TOTAL GASTOS	**321.679,49€**

INGRESOS	TOTALES
Ventas de productos (701)	10.000,00 €
Prestación de servicios (705)	202.660,00 €
Cotas de usuarios (720)	38.820,00 €
Cuotas de socios (721)	7.500,00 €
Subvenciones oficiales (725)	58.063,39 €
Subvenciones privadas (726)	9.350,00 €
TOTAL INGRESOS	**326.393,39€**
RESULTADO PREVISTO	**4.713,90 €**

1.3 DPTO. DE COMUNICACIÓN

PROFESIONALES RESPONSABLES

Técnica de comunicación

OBJETIVOS

- Establecer, mantener y mejorar las **relaciones de la Asociación** con los diferentes públicos, proyectando una imagen favorable de la misma.

- Procurar el mayor grado de **presencia posible en los medios de comunicación** de la zona de influencia.

- Canalizar la información desde Avelaíña a la opinión pública.

- Incentivar y mejorar la **comunicación con los socios** colaboradores y establecer una relación más fluida.

- Establecer un contacto con empresas del área de Baixo Miño y Val Miñor para dar a conocer la Asociación y buscar una financiación privada a través de aportaciones económicas o donaciones de productos para la Asociación.

- Informar sobre la enfermedad mental, dando una visión positiva, rompiendo los tópicos y falsas creencias, reduciendo así el estigma de las personas que padecen una enfermedad mental.

- Diseñar y maquetar el material informativo y divulgativo para dar a conocer los servicios ofrecidos por Avelaíña.

ACTIVIDADES

La gestión del servicio hizo hincapié en las siguientes actividades:

1. Comunicaciones internas:

Gestión y actualización del tablero de anuncios de la Asociación y redacción de los comunicados internos para usuarios y trabajadores.

2.Gestión de la comunicación y relación con los medios:

- Identificar las acciones de la Asociación que generan noticia y elaborar las notas de prensa y comunicados para su posterior envío a los medios de comunicación.
- Seguimiento de la información aparecida en los medios.

- Elaboración y actualización del dossier de prensa.

3. Internet: Web-site:

Actualización periódica del diseño y formato de la web, así como de los contenidos, con noticias de la Organización y otras noticias de interés relacionadas con la enfermedad mental.

Perfil en facebook: Este año se elaboró un perfil profesional de facebook.
Desde esta herramienta se informa de las diversas iniciativas que se organiza y del material audiovisual y gráfico que se va creando.
También publicamos links de interés y noticias sobre la salud mental en general.
Logramos así una mayor interactividad y fomento de la participación social.

4. Imagen corporativa:

A partir del rediseño del logotipo, se elaboró la papelería corporativa, con fotografías de las distintas actividades de la Asociación, con mucho color, para hacerla más cercana y alegre.

4. Diseño del material informativo y divulgativo:

Este material es diverso, destacando:
Memoría en cifras y memoria resumida, con toda la información relevante de las actividades de la Asociación de 2012.

6.Elaboración de campañas:

6.1 GALA SOLIDARIA espertando sorrisos

La Asociación Avelaíña en colaboración con la concejalía de Cultura de Baiona, organizó en diciembre de 2013 una Gala Solidaria en el Auditorio Municipal de Baiona
La recaudación obtenida mediante la venta de entradas y otras aportaciones realizadas fueron destinadas íntegramente al Centro de Rehabilitación del Val Miñor.
La Gala fue presentada por el actor, cómico y presentador de televisión Rafa Durán y contó con las actuaciones de Marcos Rodriguez, el grupo musical Los Del Barro, Escuela de Danza Moderna de Gondomar, y Peter Punk, clown y humorista, que colaboraron de forma totalmente altruista.

Durante la Gala se sortearon varios premios donados por empresas de la comarca, en agradecimiento al público asistente.

Acudieron autoridades locales, familiares y personas sensibilizadas con nuestra

problématica.

6.2 Día Mundial de La Salud Mental

Avelaíña realizó actos informativos en el Val Miñor con la finalidad de informar y sensibilzar a la población
La Asociación Avelaíña organizó en el Val Miñor una serie de actos para conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental que se celebra el 10 de octubre. Este año

Espertando sorrisos
avelaíña
ASOCIACIÓN SAÚDE MENTAL

con el lema "Alternativas frente a la Crisis. El Valor de Nuestros Derechos", la Entidad quiso reivindicar los derechos que este colectivo posee como ciudadanos, y debido a la crisis económica y a los sucesivos recortes sociales, se están debilitando gravemente.

La asociación instaló mesas informativas en la zona del Val Miñor para sensibilizar acerca de sus objetivos y su ámbito de actuación e informar sobre las enfermedades mentales. Estas mesas estuvieron atendidas por familiares y usuarios/as y personal de la Asociación. En concreto estuvieron ubicadas en:

GONDOMAR en la Plaza de la Alameda el martes día 8 de octubre

BAIONA, en la Plaza de la Fruta, el miércoles día 9 de ocubre

NIGRÁN, en la Plaza del Concello, jueves el 10 de octubre

6.3 Noche de Avelaíña `s

El jueves 18 de julio el Concello de Baiona organizó un concierto del cantautor Marcos Rodríguez, que estuvo dedicado a la Asociación Avelaíña, en apoyo a las personas con enfermedad mental.

Este concierto se enmarcó dentro de la Programación que el Concello de Baiona tenía para los meses de verano y que desde la Concejalía de Cultura se ha querido dedicar a Avelaíña para apoyar esta entidad que en esos momentos atravesa-

ba grandes dificultades para lograr un local en la zona del Val Miñor.

Se trataba de una campaña de sensibilización hacia el cuidado de la salud mental "para que todos podamos mejorar nuestra calidad de vida" así como normalizar la imagen del colectivo de las personas que padecen una enfermedad mental

El concierto comenzó a las 23:00 horas en la Pza. del Concello de Baiona. La entrada fue gratuita y abierta a todo el público.

7. Relación con entidades públicas y privadas

Desde el Val Miñor se fomentó el acercamiento de autoridades locales y asociaciones deportivas, culturales y de bienestar social de la zona para dar a conocer los servicios de Avelaíña y establecer lazos de colaboración. Desde el Dpto. de Comunicación se concertaron citas con los Alcaldes del Val Miñor y presidentes de las distintas asociaciones.

8. Diseño de trofeos

Para los distintos pedidos realizados en el taller de cerámica. (trofeos para competiciones deportivas, conmemoraciones culturales, fiestas patronales, etc.)

2

SERVICIOS

El Servicio de Rehabilitación Psicosocial de Avelaíña se ha llevado a cabo en los siguientes centros:

CRP AVELAÍÑA en A Guarda

CRP AVELAÍÑA en Gondomar

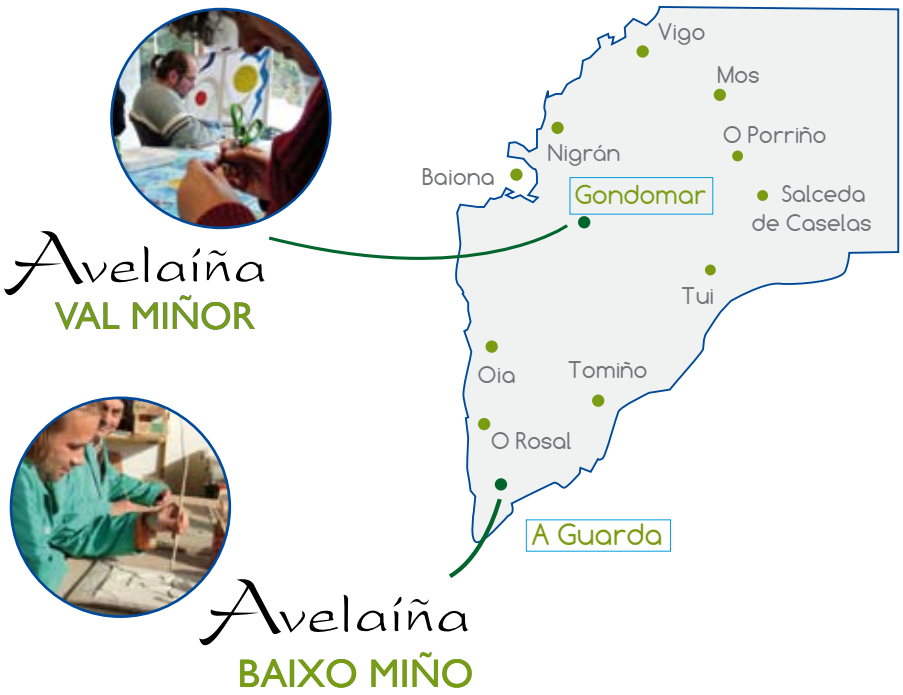
Los **Centros de Rehabilitación Psicosocial** son dispositivos de apoyo comunitario que atienden de forma diurna, globalizada e interdisciplinar a personas con enfermedad mental persistentes, estabilizados clínicamente, a sus familiares y a la comunidad en general.

los **objetivos** principales son promover la integración social de las personas con discapacidad por causa de enfermedad mental, que presentan dificultades en su funcionamiento psicosocial.

Se intenta evitar, en lo posible, las recaídas y el deterioro producido por la enfermedad.

También ofrecen un apoyo a las familias a través de psicoeducación y asesoramiento que en cada caso puedan demandar.

CENTROS DE REHABILITACIÓN:



FUNCIONES

En los Centros de Rehabilitación Psicosocial se dan apoyos específicos para la integración psicosocial.

Las funciones son:

Socialización
Ofrecer soporte a las personas con enfermedad mental crónica, para integrarse en su entorno comunitario.

Educación
Mejorar las posibilidades de autonomía personal.

Terapia
Conocer su enfermedad y aprender a convivir con ella, según sus particularidades.

Apoyo a la familia
Apoyar a los familiares de las personas con enfermedad mental, con la intención de promover una mejor calidad de vida del grupo primario de referencia.

Rehabilitación
Prestar servicios para la rehabilitación, tanto psíquica como social y, en último término, laboral.

2.1

SERVICIO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL

2.1.1

Centro de Rehabilitación baixo miño

1- Valoración Inicial y Contínua

2- Asamblea

3- Psicoeducación

4- Apoyo/ Psicoterapia Individual

5- Intervención Familiar

6- Coordinación con otros profesionales externos

7- Talasoterapia

8- Taller de expresión creativa

área terapéutica

Profesional Responsable:

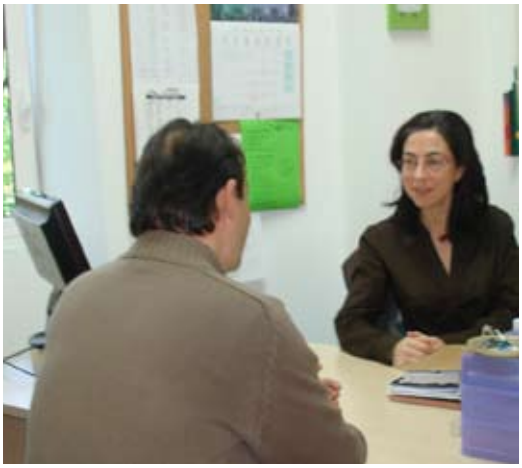
PSICÓLOGA

1.VALORACIÓN INICIAL Y CONTÍNUA

FUNDAMENTACIÓN

Evaluación de las condiciones con las que el paciente inicia su asistencia al CRP para marcar los objetivos de trabajo con él, en su Programa Individualizado de Rehabilitación (PIR) y posteriores revisiones de su PIR.

En dicho programa constan las necesidades y recursos detectados de cada área de intervención, los objetivos específicos planteados con ese paciente en función de nuestra valoración y las necesidades que el paciente y familia consideran prioritarias.



OBJETIVOS

El objetivo es focalizar el trabajo en aquellos aspectos que puedan permitir, de una manera realista, una mayor situación de autonomía personal y social, un reentrenamiento de habilidades funcionales básicas para el logro de dicha autonomía, prevenir recaídas, y mejorar la capacidad para la comunicación y la resolución de problemas de la vida diaria.

METODOLOGÍA

- Entrevistas abiertas /semiestructuradas
-Cuestionarios de: Calidad de Vida, Ansiedad, Depresión, Habilidades Sociales,Habilidades de la Vida Diaria.
- Valoración del Equipo de Intervención
- Programa Informatico XAF

26

2. ASAMBLEA

FUNDAMENTACIÓN

Reunión del Equipo de intervención con los/as usuarios / as en la que expresan y comentan rutinas diarias, algunas situaciones conflictivas, etc., al tiempo que es un espacio de información por parte del Equipo sobre la dinámica del CRP y una oportunidad para que los/as usuarios / as participen con propuestas propias.
Aquí se aprovecha también para anotar citas médicas y gestiones en la agenda de los usuarios.

OBJETIVOS

- Comunicación, información e intercambio
- En ocasiones sirve como terapia grupal
- Fomentar cohesión grupal e implicación en CRP y en el proceso rehabilitador.
- Observatorio del "tono" grupal y el estado individual

METODOLOGÍA

Semi-directiva. Dirige la psicóloga con el apoyo de las monitoras.

EVALUACIÓN

Este año se ha mantenido el incremento del número de usuarios, aunque no así el nivel de participación y propuestas de los/as usuarios / as.
Durante 2013 este espacio ha perdido interés y cierta eficacia al entrar el grupo en una rutina monótona y la presencia de usuarios nuevos que ejercen cierto liderazgo negativo.

23

3. PSICOEDUCACIÓN

FUNDAMENTACIÓN

Basado en el modelo vulnerabilidad-estrés se persigue el aumento de integración de la enfermedad en la vida diaria, la adherencia a tratamientos, la prevención de recaídas, la potenciación de factores de protección y de salud y la asunción de un papel motivador y más activo en el autocuidado y afrontamiento de la enfermedad.

OBJETIVOS

- Aumentar la conciencia de enfermedad.
- Aumentar la adherencia al tratamiento.
- Prevenir crisis
- Responsabilizar al usuario de su rehabilitación

USUARIOS: 23

METODOLOGÍA

Las intervenciones en esta área se enmarcan generalmente dentro del contexto metodológico denominado como **psicoeducativo.** Se trata de un enfoque que ha tenido un fuerte auge en las intervenciones destinadas al tratamiento de enfermedades físicas de larga duración y que presenta unos resultados prometedores dentro del tratamiento de personas que sufren enfermedades mentales, tanto aquellos destinados a los propios usuarios (Anderson, Reiss y Hogarty, 1986), como los destinados a las familias (Liberman, 1983).

Los enfoques psicoeducativos se pueden definir como un **conjunto de técnicas y recursos** educativos, organizados y destinados a implantar en el repertorio conductual de los usuarios, las habilidades necesarias para afrontar problemas de larga duración de la forma más autónoma posible.

Enfatiza lo educativo y se definen roles, con el ambiente estructurado como una clase: el rol del terapeuta redefinido como profesor o facilitador, el de la fa-

milia como cuidadores informados y el de la persona afectada redefinido como estudiante y participante activo en la resolución de sus problemas, más que como paciente (Rebolledo y Lobato, 1998).

Técnicas de intervención:

- **Transmisión de información** apoyada en distintos soportes visuales (videos,transparencias,diapositivas, material escrito, pizarra,...) que faciliten el aprendizaje.
- **Técnicas de elaboración** de información en grupo.
- **Intervenciones individuales** dentro del Seguimiento Individual.
- **Ejercicios prácticos** durante la sesión apoyándonos en material real como por ejemplo: la propia medicación de la persona, prospectos, la pauta farmacológica escrita por el psiquiatra o informes de ingresos.
- **Ejercicios de "Role-playing"**, modelado, "feedback".
- **Reestructuración de ideas** disfuncionales.
- **Uso de registros.**
  Prácticas de **resolución de problemas** sobre situaciones concretas pertenecientes a la vida de la persona.
- **Tareas de generalización** para realizar en su contexto natural.
- **Intervenciones con la familia** y coordinación con otros recursos relacionados con el área de intervención.Se lleva a cabo una evaluación individualizada antes y después del programa, con el fin de valorar si se han cumplido los objetivos propuestos y si se han producido cambios.

RECURSOS

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil, cañón y material interactivo.

Humanos: Psicóloga

18

4. APOYO/ PSICOTERAPIA INDIVIDUALIZADA

FUNDAMENTACIÓN

Englobamos estos tres aspectos en la intervención psicológica individualizada que a lo largo de todo el año mantiene la psicóloga con cada uno de los usuarios del CRPL.

OBJETIVOS

-Psicoterapia: Aumentar la conciencia de enfermedad y sus limitaciones, pero sobre todo de las posibilidades personales.

Responsabilización subjetiva
Elaboración de conflictos
Aumentar la autoestima

-Apoyo Psicológico:

Identificar factores de estabilización
Apoyo emocional ante conflictos

-Seguimiento: Responsabilizar frente a la rehabilitación
Valoración contínua y reformulación del PIR (Programa Individualizado de Rehabilitación).

METODOLOGÍA

- De la Psicoterapia de apoyo:
  Escucha y señalamientos.
- Del Seguimiento: Entrevistas abiertas
- Consulta con familiares
- Evaluación a través de: Entrevistas abiertas y cuestionarios
- Planteamiento de nuevos objetivos/actividades

VALORACIÓN FINAL

Se ha mantenido el seguimiento de los usuarios habituales y se ha iniciado en seis casos nuevos.

26

5. INTERVENCIÓN FAMILIAR

FUNDAMENTACIÓN

Se trata de entrevistas, reuniones y contactos telefónicos sólo con los familiares de algún usuario o conjuntamente con éste, con objeto de informarnos mutuamente sobre la marcha del tratamiento psicosocial, valorar cambios en el usuario o temas a trabajar. También se realizan algunas sesiones puntuales de terapia familiar.

Otro objetivo es el de coordinar nuestras actuaciones con los hábitos de las familias para adaptar la intervención psicosocial con el usuario a su contexto habitual o, en su caso, incidir sobre éste para mejorar algún aspecto.

OBJETIVOS

- Implicarles en la rehabilitación
- Escucha y apoyo
- Resolución de conflictos
- Psicoeducación

METODOLOGÍA

Entrevistas a demanda familiar o de psicóloga

Previa cita

Sin cita previa en casos de cierta urgencia/imprevisto

Contactos telefónicos

9

6. COORDINACIÓN CON OTROS PROFESIONALES EXTERNOS

FUNDAMENTACIÓN

Se refiere a todo contacto presencial o telefónico (lo más frecuente) con profesionales sociosanitarios que atienden al usuario.

OBJETIVOS

El objetivo es conseguir la máxima coordinación de nuestras actuaciones con estos profesionales.

18

7. TALASOTERAPIA

FUNDAMENTACIÓN

La talasoterapia esta indicada en muchos procesos patológicos, entre ellos debemos destacar:
- Factor analgésico, produce una disminución del dolor tanto a nivel general como en zonas concretas de nuestro cuerpo.
- Está indicada en procesos crónicos o agudos del aparato locomotor como reumatismos crónicos, osteoporosis y patología de la columna vertebral.
- A nivel del sistema circulatorio principalmente patología circulatoria periférica. Post-operatorios, traumatismos, patología respiratoria, afectación neurológica, o cualquier tipo de patología en la que este indicada la recuperación funcional.
- En patología del sistema respiratorio, indicado para procesos asmáticos y faringitis.

OBJETIVOS

- Relajar y mejorar la salud mental.
- Proporcionar una alternativa de ocio y tiempo libre.

TEMPORALIZACIÓN

Miércoles de 15:00 – 18:00 hrs

RECURSOS

Educadora Social

17

EVALUACIÓN

Esta actividad es una de las que mejor acogida tiene entre los usuarios ya que supone un encuentro y punto de relax. La relajación es un ensanchamiento del campo de conciencia. Esto quiere decir que al estar tranquilos, nuestra visión sobre los acontecimientos se amplia, generando más opciones. Aumenta su nivel de conciencia disfrutando beneficiosamente de la actividad.

8.TALLER DE EXPRESIÓN CREATIVA

FUNDAMENTACIÓN

Es un espacio que da la oportunidad a los usuarios de desarrollar su creatividad y sus habilidades para la expresión plástica. A través de diversas técnicas de fácil ejecución se estimula la expresión del potencial creativo de cada usuario al tiempo que se fomenta la interacción en el grupo. Las actividades plásticas propuestas se planifican según unos objetivos terapéuticos:

OBJETIVOS

- Favorecer la comprensión y aceptación de las normas para el trabajo en grupo
- Fomentar la integración grupal
- Promover un clima favorable para la expresión espontánea y el respeto a las individualidades
- Entrenar las capacidades de observación y evaluación
- Favorecer la motivación y la conciencia de los propios intereses y valores
- Facilitar actitudes lúdico creativas para experimentar con distintos materiales.

METODOLOGÍA

Se usan técnicas sencillas de pintura, dibujo, y creación con materiales diversos, según el objetivo que se quiera alcanzar los trabajos se realizan por parejas, por pequeños grupos, guiando un usuario al resto del grupo o de forma individual para luego compartir los resultados con los compañeros.

18

RECURSOS

Humanos: Terapeuta ocupacional
Materiales: papel, cartulinas, bolígrafos, tijeras, pegamento, acurelas, pintura acrílica, flores secas, plastilina, barro, revistas y periódicos, ordenador y archivos musicales, etc.

TEMPORALIZACION

Viernes de 12:00 a 13:40 hrs.

EVALUACIÓN

La participación de los usuarios en este taller ha sido muy positiva y aunque el grado de desarrollo de las habilidades para la expresión creativa y la comunicación asertiva es diferente en cada usuario, estos han manifestado en general interés por las actividades propuestas cuyo factor común fue la promoción de un ambiente distendido y la libertad de expresión creativa.

El taller sirvió para fomentar el conocimiento entre los componentes del grupo y para que emergieran cuestiones emocionales, valores e intereses de cada usuario creándose así mayor cohesión entre ellos. Valorando la adecuación de este tipo de actividad para el funcionamiento grupal y el desarrollo personal de cada participante se ha visto conveniente incluir esta actividad el la programación del próximo año.

1- Ocio y Tiempo Libre

2- Actividades de la Vida Diaria

3- Eduación y Formación de Adultos

4- Taller de Memoria

5- Taller de Prensa

6- Taller de Habilidades Sociosaludables

7- Informática

8- Clases de pilates

área socioeducativa

Profesional Responsable:

TERAPEUTA OCUPACIONAL

EDUCADORA SOCIAL

1.OCIO Y TIEMPO LIBRE

FUNDAMENTACIÓN

El manejo adecuado del ocio y del tiempo libre es una de las formas más idóneas de **integración y realización personal** de las personas afectadas siendo un factor más en su calidad de vida.

A través de las actividades de ocio no solo se **relacionan con otras personas,** lo cual contribuye al refuerzo de su personalidad, sino que también se pone al usuario en confrontación con situaciones de convivencia social, lo que genera **dos claros beneficios:**

El primero, claramente **terapéutico.**

El segundo, de **concienciación,** no en balde las actividades de tiempo libre permite sensibilizar al resto de la sociedad de las dificultades que enfrentan a la hora de disfrutar de un ocio normalizado.

METODOLOGÍA

Actividad activa y participativa de modo que hagan propuestas y dirijan la programación de las visitas y demás iniciativas.

PROFESIONALES

Educadoras sociales

Terapeuta ocupacional

RECURSOS

El contexto que nos rodea

Vehículo del centro

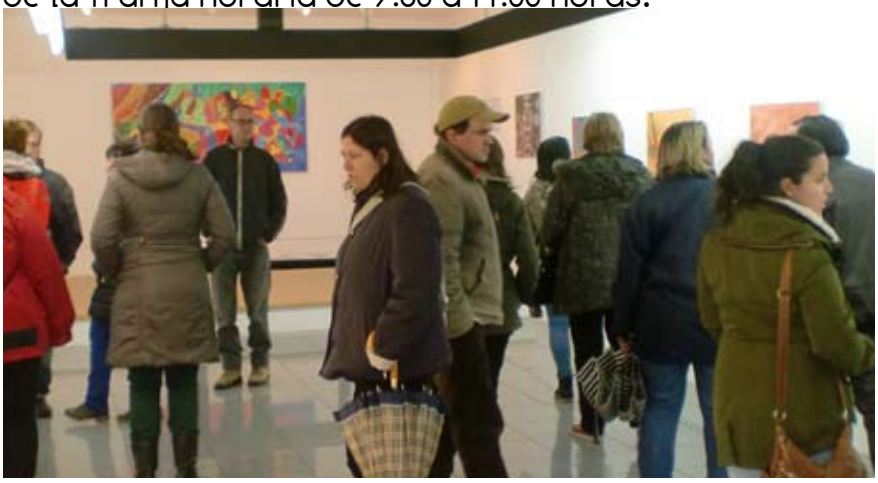
OBJETIVOS

- Adquirir un **papel activo** en la gestión del propio tiempo libre.
- **Planificar y programar** las actividades de forma coherente.
- Favorecer que el grupo participe en actividades lúdicas aumentando sus sensaciones de bienestar y de calidad de vida.
- **Fomentar la empatía.**
- Fomentar la **interrelación grupal.**
- Favorecer la integración en la comunidad.

TEMPORALIZACIÓN

Miércoles 15:00 – 18:00 hrs.

Durante los meses de mayo, junio y julio ampliamos esta actividad, realizando salidas también los viernes, durante las mañanas aprovechando el buen tiempo.
El horario fue variable en función de la actividad prevista, pero siempre dentro de la franja horaria de 9:30 a 14:00 horas.



ACTIVIDADES

- **Rutas de senderismo** a: Ruta dos Pescadores, Ruta dos Areais, Ruta dos Cetáceos, Ruta dos molinos do Folón e Picón, Ecopista Valença do Miño, Senda Litoral...

-Exposición en Goián de "Formas" de Carlos Fernández y Carlos Fierro.

-Exposición ornitológica

-Ciclo de cine Medioambiental de 3 sesiones ("O Ouro azul", "Os espigadores e a espigadora", "A pegada ecolóxica do home")

-Ciclo de cine sobre discapacidad, de 3 sesiones ("Bailo por dentro", "Elling", Intocable")

-Paseos por el entorno:
Valença de Miño, Murallas, casco antiguo
Vilanova de Cerveira, paseo por el Miño, casco antiguo..
Tui, casco antiguo, catedral...
Baiona, Parador, casco antiguo...

26

usuarios atendidos

2. ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

METODOLOGÍA

El modo en que las personas desarrollan sus habilidades es a través de la participación y realización de las actividades, aumentando su conocimiento personal y el de los individuos que les rodean, incrementándose al mismo tiempo el sentimiento de competencia y confianza sobre su propia capacidad y habilidad en y para la vida diaria.

Una determinada enfermedad u otras alteraciones pueden producir un déficit de diferentes habilidades necesarias para las AVD. Sin embargo, es frecuente que la persona sólo se dé cuenta de la importancia de estas habilidades tras la pérdida temporal o permanente de las mismas; esta situación puede originar una dificultad o imposibilidad para realizar determinadas actividades así como una alteración de su propia imagen.

El programa para la recuperación de algunas de estas AVD se está realizando desde hace varios años en el CRP principalmente a través de estas dos actividades: taller de cocina y merienda saludable.

2.1 TALLER DE COCINA

Este taller consiste en la realización de un menú por parte de 3 usuarios con apoyo de un tercer usuario con amplios conocimientos culinarios. Posteriormente sirven la comida para el grupo de usuarios que participa en este taller a lo lago del año.

OBJETIVOS

Se intenta que los participantes adquieran las habilidades necesarias para poder desenvolverse con autonomía en esta AVD. Incluiría entre otros aspectos:

- Conocer diferentes alimentos
- Seleccionar recetas sencillas
- Hacer la compra de los ingredientes

- Aprender distintos procesos relacionados con la elaboración: pelar, picar, batir, rehogar, rebozar, freír, asar, cocer...
- Planificación y control del tiempo de preparación de los alimentos.
- Servir la comida y comer juntos supone una oportunidad para que los usuarios desarrollen sus habilidades sociales. Los objetivos planteados en relación a esto incluyen:
- Aprender a compartir y repartir alimentos con los compañeros.
- Adquirir pautas de comportamiento adecuadas para mantener la higiene y la educación en la mesa.
- Favorecer la interrelación entre los usuarios.
- Disfrutar de una comida informal afianzando el sentimiento de grupo.
- Distribuirse las tareas de limpieza.

METODOLOGÍA

Un usuario del CRP con alto grado de conocimiento en cocina junto con otros dos usuarios (que organizados por turnos cambian cada semana para que todos los interesados en el taller de cocina puedan participar) son los encargados de realizar el menú para ese día. El usuario "coordinador" actúa como profesor de sus compañero, enseñándole los pasos necesarios para llevar a cabo la receta elegida pero dando espacio para que los otros dos usuarios participen activamente tomando decisiones en las distintas fases del taller.

La profesional del CRP actúa como apoyo y supervisión durante la realización del taller. En la comida coordina las tareas grupales de limpieza y dinamiza el grupo.

13

usuarios atendidos

RECURSOS

- Humanos: Terapeuta Ocupacional
- Materiales: instalaciones del CRP (cocina dotada de menaje y electrodomésticos.

TEMPORALIZACIÓN

De enero a diciembre (excepto agosto), los miércoles, de 10:00 – 15:00 hrs.

EVALUACIÓN

Es conveniente señalar que para la adecuada adquisición de las habilidades implicadas en esta AVD es necesario un aprendizaje práctico y repetitivo. Sería idóneo que para que los usuarios aumentasen su nivel de autonomía en esta actividad, el taller de cocina se realizase con más frecuencia semanal.

Sin embargo el tiempo disponible para llevarla a cabo permite obtener diversos beneficios y mejoras partiendo del nivel inicial de desempeño que tenía cada usuario al comienzo del taller. Por otra parte en la comida de grupo los compañeros refuerzan positivamente a los cocineros incidiendo en lo que les ha salido bien, esto resulta gratificante para la autoestima de estos al tiempo que fomenta la comunicación del grupo.

En cuanto a las habilidades sociales han aprendido a tener en cuenta aspectos importantes como la higiene, la negociación en la distribución de las tareas y la comunicación asertiva.

2.2 MERIENDA SALUDABLE

Hasta este año 2013 y dentro del plan de entrenamiento en actividades de la vida diaria, los usuarios, según los turnos establecidos, preparaban el café durante la pausa de media mañana para compartir con el resto del grupo, inicialmente esta actividad facilitaba el trabajo sobre aspectos como la organización y secuenciación adecuada de la tarea, la limpieza y las habilidades sociales que implica tener que servir a los demás. Sin embargo, aunque se apreciaron mejoras evidentes en los usuarios a la hora de desempeño dicha tarea, no fue así para el resto del grupo que falló en la apreciación de dicho esfuerzo por parte del compañero encargado y se instaló en la rutina de ser servido. Por ello, desde el equipo se valoró

oportuno promover la 'merienda saludable' previo repaso de los beneficios de una alimentación equilibrada con lo que cada usuario pasó a traer fruta o un tentempié sano. Igualmente se valoró oportuno establecer un periodo de descanso en 20 minutos en lugar de 30 con el objetivo de evitar el adormecimiento o una inconveniente pasividad.

OBJETIVOS

- Promover una alimentación completa y saludable.
- Fomentar el cuidado personal y la responsabilidad de traer el aperitivo saludable.
- Disfrutar de una pausa informal en compañía de los usuarios y profesionales del CRP mientras se come saludablemente.

METODOLOGÍA

Cada usuario se trae fruta o aperitivo saludable y se encarga de dejar limpia la zona donde ha comido usando los útiles oportunos para ello.

RECURSOS:

-Humanos: terapeuta ocupacional /educadora social
-Materiles: trapo y producto limpiador genérico.

TEMPORALIZACIÓN:

Enero – diciembre (excepto agosto). Duración del descanso 20 minutos.

22

usuarios atendidos

EVALUACIÓN:

La iniciativa ha tenido muy buena acogida y la mayoría de los usuarios traen algún alimento saludable para esta pausa.

3. EDUCACIÓN DE ADULTOS

METODOLOGÍA

Elaboración de **fichas educativas** en relación a los niveles de formación. Así se aporta una explicación en general y se corrigen y refuerzan aspectos de modo individual a medida que se sumergen en la realización de los ejercicios. Para ello, durante este año diferenciamos dos grupos según el nivel para poder atender mejor las necesidades de los usuarios.

RECURSOS

Materiales:
Material de papelería y útiles para escribir.

Humanos:
Educadora Social.

OBJETIVOS

- Mejorar la expresión escrita.
- Aumentar el vocabulario.
- Mejorar la ortografía.
- Adquirir conocimientos de geografía.
- Repasar conocimientos de cultura general.
- Mantener y mejorar capacidades cognitivas

ACTIVIDADES

Atención
Concentración
Cálculo
Lectura
Escritura
Comprensión
Memoria
Asociación
Razonamiento abstracto

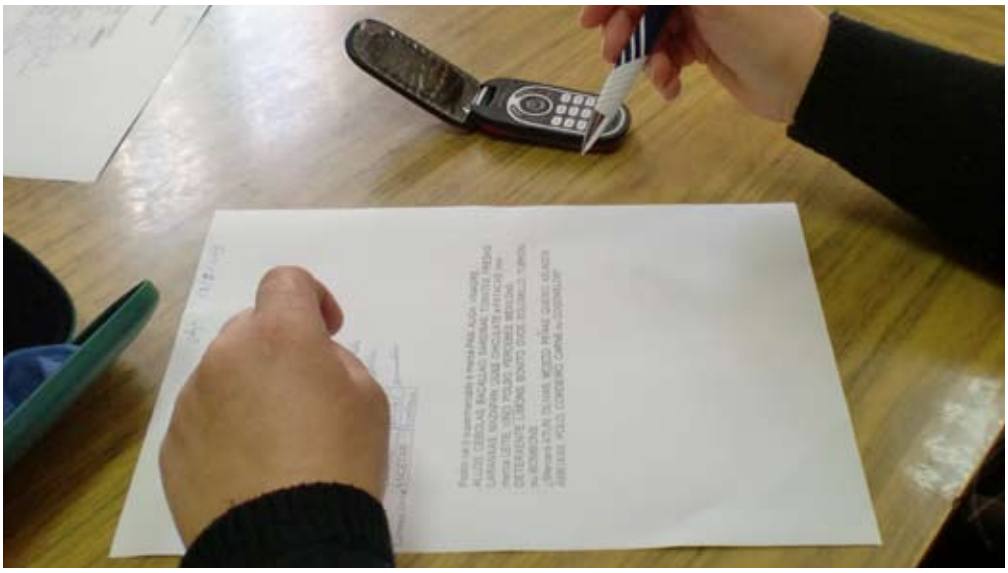
CONCLUSIONES

Se procuraron mejorar todos los aspectos cualitativos de la educación, para conseguir resultados de aprendizaje reconocidos por los propios usuarios especialmente en lectura, escritura, y competencias prácticas esenciales.

Así se aumentaron los conocimientos de cultura general, a la par que se refrescaron conocimientos adquiridos durante el transcurso de su educación formal.

PROFESIONALES RESPONSABLES

Educadora social



TEMPORALIZACIÓN:

Lunes de 12:30 a 13:45 hrs. (grupo uno)

Martes de 12:30 a 13:45 hrs. (grupo dos)

26

usuarios atendidos

4. TALLER DE MEMORIA

FUNDAMENTACIÓN

En este taller de memoria, se aportaron una gama de técnicas memorísticas, adaptadas a la estructura mental de cada participante y se trabajan la atención y el lenguaje para ayudarles a memorizar fácilmente cualquier tipo de información, de forma sistemática.

RECURSOS

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil, cañón y material interactivo.

Humanos: Terapeuta ocupacional
Psicóloga

OBJETIVOS

- Conservar **la autonomía** de los usuarios aprovechando los recursos y aumentar así su calidad de vida.
- **Reducir la ansiedad** que provocan los fallos de memoria.
- **Detectar deterioros cognitivos** y ralentizar su avance.
- Aumentar la **autoestima**.
- Mejorar el **rendimiento de la memoria**.
- Entrenar las **capacidades cognitivas** (concentración, atención, etc.)
- Aprender técnicas **nemotécnicas** (asociación, visualización y organización).
- Entrenar procesos cognitivos básicos relacionados con la memoria (atención y lenguaje).

ACTIVIDADES

Con el fin de ordenar y clasificar el programa de ejercicios elaborado **para incidir en la memoria**, lo hemos organizado a partir de aquellos aspectos que intervienen en el proceso de la memoria. De esta manera, hemos agrupado las **actividades** del siguiente modo:

- Asociaciones
- Secuencias
- Actividades sensomotrices: vista, oído, tacto y olfato.
- Repeticiones
- Combinaciones
- Atención y observación
- Lenguaje
- Visualizaciones

METODOLOGÍA

Se establecieron dos subgrupos en función del nivel de deterioro cognitivo de cada participante.

La metodología empleada es **didáctica.**
Se le da a cada participante una explicación de cada una de la **fichas** y un tiempo para hacerlas (se es flexible en el tiempo según se vea el grado de dificultad).

También se emplean **diversos juegos** que facilitan el entrenamiento de una forma más lúdica.

TEMPORALIZACIÓN

Lunes 9:50 a 10:30 hrs.

26

usuarios atendidos

5. TALLER DE PRENSA

FUNDAMENTACIÓN

El ser humano tiende al conocimiento; más aún, lo busca. Lo hacemos a través del diálogo con los otros seres humanos, desarrollando la capacidad de cada uno de nuestros sentidos y buscando la información que resulta necesaria para resolver nuestros problemas.

Así, la prensa se nos presenta como un instrumento para alcanzarlo, como una herramienta de perfeccionamiento, como un medio para satisfacer nuestras necesidades y como una posibilidad para acercarnos a otras realidades geográficas, culturales, sociales, religiosas o políticas distintas a la propia.

OBJETIVOS

- Mantener y mejorar el conocimiento del medio a través de la lectura de prensa.
- Adquirir conocimientos sobre temas de cultura general.
- Establecer un foro de opinión y debate grupal.
- Fomentar la expresión verbal de los usuarios.
- Mejorar las capacidades de lectura y compresión de textos.
- Adquirir un hábito de escucha activa.

METODOLOGÍA

Básicamente se utiliza la prensa escrita como fuente de información, como documentos vivos que generarán temas de investigación y de aprendizaje.

Dentro de la heterogeneidad del grupo, se modelan unos objetivos comunes.

TALLERES: tareas encaminadas a profundizar en la estructura de este género. Así actividades relacionadas con la publicidad o con el texto periodístico. Lectura de prensa y comentario de temas de actualidad.

Como novedad, durante este año, y en la misma franja horaria que el taller de prensa, hemos ido introduciendo un taller

de lectura, probando distintas dinámicas para observar su efecto, con el objetivo de implantarlo como taller propio en el 2014.

21

usuarios atendidos

EVALUACIÓN

El resultado se orientó hacia un conocimiento de la realidad que les rodea y que consideren a este medio de comunicación escrita como una fuente de información necesaria, que permite debatir, elaborar y sacar conclusiones que faciliten posteriormente descubrir los recursos existentes en el entorno.

Así de forma autonómica constituye este medio un referente para ellos en el cual encontrar propuestas de ocio, así como información sobre temas de actualidad.

6. TALLER DE HABILIDADES SOCIO-SALUDABLES

6.1 TALLER DE HABILIDADES SOCIALES:

Este taller surge para atender la necesidad que presentan los usuarios de manifestar respuestas socialmente adecuadas para relacionarse efectivamente con otras personas en los diferentes contextos sociales en los que participan o quisieran participar habitualmente.

El programa del taller incluye entrenamiento en técnicas básicas de comunicación, y promueve la adquisición y/o mejora de habilidades sociales básicas y complejas.

OBJETIVOS

- Mejorar las **habilidades de comunicación** verbales y no verbales para mejorar las relaciones interpersonales.
- Adquirir y utilizar **habilidades sociales** básicas y complejas.
- Conocer y entrenar las habilidades **asertivas.**
- Mejorar el autoconocimiento y la **autoestima.**
- Fomentar la **cohesión del grupo.**

METODOLOGÍA

El método de trabajo es fundamentalmente práctico con una breve introducción teórica al tema que se trata en cada sesión. Se fomenta especialmente el trabajo en grupos o por pares para obtener los beneficios del reforzamiento positivo de los propios compañeros. El trabajo se realiza a través de dinámicas de grupo, técnicas de entrenamiento en habilidades sociales como el modelado, el juego de roles y el moldeamiento entre otras, y la visualiza-

ción de videos y presentaciones.

Las dinámicas y conceptos teóricos desarrollados incluyen los siguientes temas:

- Los elementos de la comunicación
- El lenguaje no verbal
- Las barreras en la comunicación
- La voz
- La escucha activa
- La empatía
- Estilos comunicativos
- Técnicas para mejorar la asertividad
- La autoestima

- Hacer y recibir críticas

Cabe señalar que los profesionales del centro trabajan día a día de manera transversal la mejora de las habilidades sociales de los usuarios según las circunstancias e interacciones que se dan entre los asistentes al centro durante el desarrollo de la jornada.

RECURSOS

- Humanos: Terapeuta ocupacional con apoyo de psicóloga en prácticas, educadora social o voluntario.
- Materiales: papel y bolígrafos, ordenardor y proyector.

20

usuarios atendidos

TEMPORALIZACION

jueves de 10 a 11:30 hrs.

EVALUACIÓN

Se ha valorado muy positivamente la participación de los usuarios en este taller y a pesar de la diversidad de niveles de desarrollo en las habilidades sociales que cada uno manifestaba inicialmente se ha apreciado que muchos de los usuarios han integrado de forma efectiva conceptos y estrategias para dar respuestas asertivas a determinadas situaciones sociales.

Sin embargo este tipo de entrenamiento requiere de una continuidad para que los resultados puedan perdurar y ser verdaderamente apreciables en todos los usuarios ya que en general tienen importantes carencias en lo que respecta a la comunicación efectiva.

Dada la diversidad en los grados de adquisición de habilidades se considera oportuno crear dos grupos para trabajar de una forma más ajustada a las necesidades reales de cada persona.

6.2 TALLER DE HÁBITOS SALUDABLES

Este taller surge para que los usuarios aumenten sus conocimientos y mejoren la práctica de hábitos de vida saludables relacionados fundamentalmente con la alimentación y el ejercicio físico.

OBJETIVOS

– Promover la adquisición de conocimientos sobre el significado de una vida saludable.
- Analizar la importancia y ventajas que conlleva mantener la higiene personal y del hogar.
– Crear hábitos que lleven a una alimentación saludable.
– Evitar el consumo excesivo de comida rápida y dulces.
- Potenciar la conciencia sobre las ventajas del ejercicio físico para una vida saludable.

METODOLOGÍA

Se combina la presentación de la información de manera teórica con dinámicas de grupo, ejercicios prácticos y visualización de videos y presentaciones ilustradas. Se fomenta asimismo el trabajo en pequeños grupos para estimular la interacción y el refuerzo positivo de los compañeros.
Durante las sesiones de este año los temas desarrollados han incluido:
- Salud e higiene
- La higiene de las diferentes partes del cuerpo
- Higiene en el hogar
- La importancia de una dieta saludable

RECURSOS

Humanos: Terapeuta ocupacional
Materiales: papel, bolígrafos, tijeras, pegamento, alimentos de distinta clase, menaje de cocina básico, ordenardor y proyector.

20
usuarios atendidos

TEMPORALIZACION

De Marzo a Julio, los jueves de 10:00 a 11:30 hrs.

EVALUACIÓN

Las clases breves y eminentemente prácticas han hecho que los usuarios respondieran positivamente a las propuestas de trabajo, interesándose en muchos casos por los nuevos conocimientos y participando activamente en las dinámicas de grupo y tareas por pares. Muchos temas están relacionados con la adquisición de hábitos saludables y esto requiere cierto grado de repetición y práctica por lo que se contempla la posibilidad de repetir alguno de los temas ya sea en su vertiente teórica o en la práctica.

7. INFORMÁTICA

FUNDAMENTACIÓN

Las tecnologías de la información son unas herramientas poderosas para avanzar hacia la Sociedad del Conocimiento, contribuyendo a mejorar la educación, la salud, el nivel de vida, el bienestar, la seguridad y la gestión de los servicios públicos.

OBJETIVOS

- Adquirir formación en nuevas tecnologías.
- Aumentar los conocimientos de los usuarios (para un futuro laboral).
- Realizar una actividad normalizada en un recurso comunitario (fuera de las instalaciones del CRPL).

RECURSOS

Humanos:Trabajadora social

Materiales: Aula CEMIT (Centro para a Modernización e a Inclusión Tecnolóxica de Galicia) del Centro Cultural del Concello de A Guarda

10

usuarios atendidos

TEMPORALIZACIÓN

De viernes de 10:00 a 11:00 hrS

8. CLASES DE PILATES

FUNDAMENTACIÓN

Lograr un control preciso del cuerpo de la forma más saludable y eficiente posible. En definitiva, conseguir equilibrio muscular, reforzando los músculos débiles y alargando los músculos acortados. Esto lleva a aumentar el control, la fuerza y la flexibilidad del cuerpo, respetando las articulaciones y la espalda. De este modo, el método permite conseguir la armonía de cuerpo y mente y desarrollar sus movimientos con gracia y equilibrio.

OBJETIVOS

- **Mejorar la postura**
- Alargar y fortalecer el **tono muscular**
- Estabilizar la espina dorsal
- **Prevenir y rehabilitar lesiones**
- Perfeccionar el **equilibrio y la coordinación**
- **Reducir el stress**
- **Mejorar la apariencia física**

ACTIVIDADES

Técnicas del método Pilates.

14

usuarios atendidos

METODOLOGÍA

Se reproduce música relajante para crear un ambiente agradable.

Se prepara un leve calentamiento inicial moviendo con suavidad cabeza, cuello, hombros, brazos, caderas.

Se dota a cada uno de los usuarios de una esterilla y se realizan una serie de ejercicios recostados en la misma.

TEMPORALIZACIÓN

Jueves de 16:00- 17:00 h. en Centro de Rehabilitación Baixo Miño

1-Taller de Cerámica

2- Taller de Artes Plásticas

3- Taller de expresión creativa

área ocupacional

Profesional Responsable:

TERAPEUTA OCUPACIONAL

1.TALLER DE CERÁMICA

Parte principal del área ocupacional que se desarrolla en el CRP. En este taller se realizan todos los procesos de elaboración de productos cerámicos para su posterior venta al público en ferias y mercados o para la entrega de pedidos solicitados.

OBJETIVOS

- **Amentar las destrezas y habilidades** ocupacionales /prelaborales, por ejemplo: calidad, rendimiento
- **Aceptación de normas**

funciones cognitivas (concentración, planificación de tareas, memoria)

- **Destrezas manuales**
- **Tolerancia al trabajo** repetitivo, puntualidad, asistencia
- **Fomentar la creatividad** y la expresión emocional
- **Incentivar el trabajo** en grupo y la socialización

METODOLOGÍA

El terapeuta ocupacional analiza las operaciones o tareas de las actividades propuestas, situándolas en el nivel óptimo de ejecución del usuario, favoreciendo la competencia personal y el éxito con su realización.
Se emplea con frecuencia el refuerzo positivo, visible y objetivo, a través de de las piezas de cerámica realizadas por el usuario.

RECURSOS HUMANOS Terapeuta Ocupacional

TEMPORALIZACIÓN

Enero – diciembre (excepto el mes de agosto) Entre 75 y 105 minutos en horario variable los miércoles, jueves y viernes.

26

usuarios atendidos

EVALUACIÓN

En general el taller de cerámica es una actividad que genera poco interés y moti-

vación en los usuarios. Así es todo la planificación individualizada ha conseguido que en algunos casos haya aumentado el nivel de implicación en las tareas a desarrollar con la consecuente obtención de los objetivos planteados.
Cabe destacar que en general todo el grupo ha apoyado dentro de sus posibilidades las tareas a llevar a cabo dentro del taller de cerámica sobre todo las de mayor dificultad que son las relacionadas con pedidos externos en los que se debe garantizar unos resultados óptimos.

2.TALLER DE ARTES PLÁSTICAS

Consiste en la realización de diferentes actividades. Se requiere menor nivel de competencia del usuario para la elaboración de los artículos.

ACTIVIDADES

- Apoyo al taller de cerámica en la preparación de piezas para la venta /entrega de pedidos (etiquetado, empaquetado...)
- Elaboración de postales navideñas
- Macramé, punto de cruz, papel de aguas, bisutería, fieltro
- Creatividad: dibujo y pintura
- Manualidades con material reciclado

OBJETIVOS

- **Mejorar las capacidades motoras** (coordinación, destreza motora fina)
- Mejorar las **capacidades cognitivas**: atención, memoria, concentración
- Incentivar la **creatividad** y la expresión emocional
- Trabajar en equipo: colaboración, cooperación
- **Mejorar la autoestima**

METODOLOGÍA

La intención de este taller es ofrecer un abanico de posibilidades en cuanto a su contenido para, en la medida de lo posible, poder involucrar a los usuarios a través de actividades significativas para ellos.

No es un taller productivo, se fomenta sobre todo el goce del placer de hacer. Se intenta dar cabida a la expresión personal y a la creatividad

RECURSOS HUMANOS

Terapeuta ocupacional

Educadora Social

26

usuarios atendidos

TEMPORALIZACIÓN

Enero – diciembre (excepto el mes de agosto)

Lunes, y miércoles (12:00 – 13:45) Viernes (12:00 – 13:45)

EVALUACIÓN

Al ofrecerse distintas posibilidades los usuarios disfrutan pudiendo realizar aquella tarea o manualidad que más les gusta. Se ha detectado la necesidad de aumentar la tolerancia a la frustración (con técnicas de resolución de problemas) y disminuir la ansiedad provocada por el deseo de terminar el proceso de elaboración.

1.TALLER DE EXPRESIÓN CREATIVA

Es un espacio que da la oportunidad a los usuarios de desarrollar su creatividad y sus habilidades para la expresión plástica. A través de diversas técnicas de fácil ejecución se estimula la expresión del potencial creativo de cada usuario al tiempo que se fomenta la interacción en el grupo. Las actividades plásticas propuestas se planifican según unos objetivos terapéuticos.

OBJETIVOS

- Favorecer la comprensión y aceptación de las normas para el trabajo en grupo.
- Fomentar la integración grupal.
- Promover un clima favorable para la expresión espontánea y el respeto a las individualidades.
- Entrenar las capacidades de observación y evaluación.

- Favorecer la motivación y la conciencia de los propios intereses y valores.
- Facilitar actitudes lúdico-creativas para experimentar con distintos materiales.

METODOLOGÍA:

Se usan técnicas sencillas de pintura, dibujo, y creación con materiales diversos, según el objetivo que se quiera alcanzar los trabajos se realizan por parejas, por pequeños grupos, guiando un usuario al resto del grupo o de forma individual para luego compartir los resultados con los compañeros.

RECURSOS

Humanos: Terapeuta ocupacional

Materiales: papel, cartulinas, bolígrafos, tijeras, pegamento, acuarelas, pintura acrílica, flores secas, plastelina, barro, revistas y periódicos, ordenador y archivos musicales, etc.

TEMPORALIZACION: viernes de 12 a 13:45 o de 12:50 a 13:45

26

usuarios atendidos

EVALUACIÓN:

La participación de los usuarios en este taller ha sido muy positiva y aunque el grado de desarrollo de las habilidades para la expresión creativa y la comunicación asertiva es diferente en cada usuario, estos han manifestado en general interés por las actividades propuestas cuyo factor común fue la promoción de un ambiente distendido y la libertad de expresión creativa.

El taller sirvió para fomentar el conocimiento entre los componentes del grupo, la acogida de nuevos usuarios y para que emergieran cuestiones emocionales, valores e intereses de cada uno creándose así mayor cohesión entre ellos. Se prevé incluir esta actividad en la programación del próximo año dados los resultados positivos que se han obtenido relacionados con la mejora del funcionamiento grupal y el desarrollo personal de cada participante.

2.12

Centro de Rehabilitación Val Minor

1- Valoración Inicial y Contínua

2- Asamblea

3- Psicoeducación

4- Seguimiento y apoyo individual

5- Terapia de grupo

6- Relajación

7- Intervención familiar

8- Talasoterapia

área terapéutica

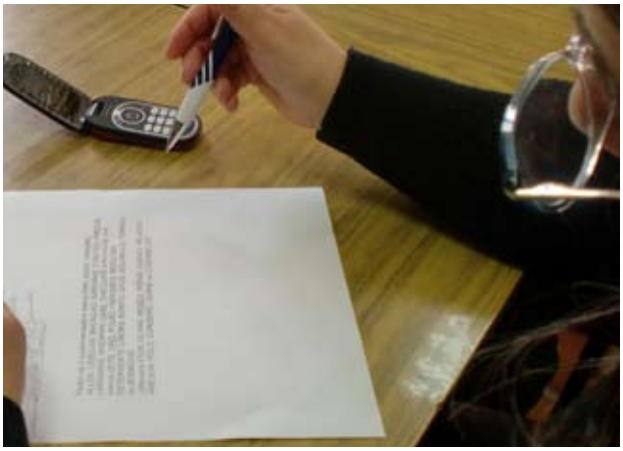
Profesional Responsable:

PSICÓLOGA

1. VALORACIÓN INICIAL Y CONTÍNUA

FUNDAMENTACIÓN

Evaluación de las condiciones con las que el paciente inicia su asistencia al CRP para marcar los objetivos de trabajo con él, en su Programa Individualizado de Rehabilitación (PIR) y posteriores revisiones de su PIR.
En dicho programa constan las necesidades y recursos detectados de cada área de intervención, los objetivos específicos planteados con ese paciente en función de nuestra valoración y las necesidades que el paciente y familia consideran prioritarias.



El objetivo es focalizar el trabajo en aquellos aspectos que puedan permitir, de una manera realista, una mayor situación de autonomía personal y social, un reentrenamiento de habilidades funcionales básicas para el logro de dicha autonomía, prevenir recaídas, y mejorar la capacidad para la comunicación y la resolución de problemas de la vida diaria.

ACTIVIDADES

- Información, asesoramiento, acogida, evaluación inicial, evaluación continua y seguimientos.

- Instrumentos:
  . Entrevistas abiertas/ semiestructuradas
  . Cuestionarios de:
  -Calidad de Vida, Funcionamiento Global, Habilidades Sociales, Autoestima, Depresión, Habilidades de la vida diaria. Autorregistros. Escalas estandarizadas, Checklist, Subescala de Evaluación de Alucinaciones Auditivas, Funcionamiento Social, Autoinformes personalizados. RAI-SALUD MENTAL. Escala Breve de Valoración Psiquiátrica (B.P.R.S.)
  -Informes médicos.
  . Valoración del equipo de intervención

25

TEMPORALIZACION: De enero a diciembre de 2013

2.ASAMBLEA

FUNDAMENTACION

Reunión del Equipo de intervención con los/as usuarios / as en la que se comentan rutinas sobre la convivencia en el centro, y lo que se debe mejorar, horarios, actividades, programación, situaciones conflictivas o malos entendidos entre compañeros y/o profesionales, se decide quienes participan en determinadas actividades ,es un espacio de información por parte del Equipo sobre la dinámica del CRP y una oportunidad para que los/as usuarios / as participen con propuestas propias.

Aquí se aprovecha también para anotar citas medicas próximas y días en los que no puedan asistir al centro por diferentes motivos.

OBJETIVOS

- Comunicación, información e intercambio
- En ocasiones sirve como terapia grupal
- Fomentar cohesión grupal e implicación en CRP
- Concienciarlos en su proceso rehabilitador.

METODOLOGÍA

Semi-directiva. Dirige la psicóloga con la presencia de la educadora social

17

usuarios atendidos

EVALUACIÓN

Hemos notado que este año han sido mas autónomos con sus decisiones, y con lo que les apetece o no hacer, también han aumentado las propuestas de los/as usuarios / as, con respecto a actividades nuevas, muchas veces inviables por los recursos tanto materiales como humanos.
Así mismo, se ha mantenido el logro en cuanto a la escucha activa y el respeto a las diferentes opiniones de los participantes.

3. PSICOEDUCACIÓN

FUNDAMENTACIÓN

Psicoeducar no consiste únicamente en informar a los pacientes con enfermedad mental acerca de la patología que padecen. La psicoeducacion esta basada en el modelo medico biopsicosocial y proporciona al paciente un acercamiento teórico y practico hacia la comprensión y el afrontamiento de las consecuencias su enfermedad (Colom, 1998)

Se persigue el aumento de integración de la enfermedad en la vida diaria, la adherencia a tratamientos, la prevención de recaídas, la potenciación de factores de protección y de salud y la asunción de un papel motivador y más activo en el autocuidado y afrontamiento de la enfermedad.

Este taller se llevo a cabo desde enero hasta mayo, el cual se interrumpió para dejar paso a la actividad de Ingles, volviéndose a retomar en el mes de octubre hasta diciembre.

OBJETIVOS

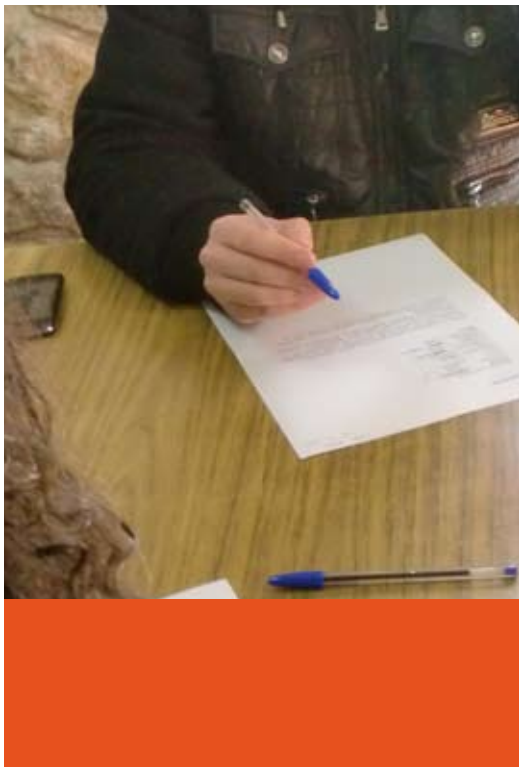
1. Aumentar la conciencia de enfermedad.
2. Aumentar la adherencia al tratamiento.
3. Prevenir crisis
4. Responsabilizar al usuario de su rehabilitación.

METODOLOGÍA

Las intervenciones en esta área se enmarcan generalmente dentro del contexto metodológico denominado como psicoeducativo. Se trata de un enfoque que ha tenido un fuerte auge en las intervenciones destinadas al tratamiento de enfermedades físicas de larga duración y que presenta unos resultados prometedores dentro del tratamiento de personas que sufren enfermedades mentales, tanto aquellos destinados a los propios usuarios (Anderson, Reiss y Hogarty, 1986), como los destinados a las familias (Liberman, 1983).
Los enfoques psicoeducativos se pueden definir como un conjunto de técnicas y recursos educativos, organizados y destinados a implantar en el repertorio conductual de los usuarios las habilidades necesarias para afrontar problemas de larga duración de la forma más autónoma posible.

Técnicas de intervención:

• Transmisión de información apoyada en distintos soportes visuales (videos, transparencias, diapositivas, material escrito, pizarra,...) que faciliten el aprendizaje.



• Técnicas de elaboración de información en grupo.

• Intervenciones individuales dentro de Terapia Individual.

• Ejercicios prácticos durante la sesión apoyándonos en material real como por ejemplo: la propia medicación de la persona, prospectos, la pauta farmacológica escrita por el psiquiatra o informes de ingresos.

• Ejercicios de "Role-playing", modelado, "feeback".

• Reestructuración de ideas disfuncionales.

• Uso de registros.

• Prácticas de resolución de problemas sobre situaciones concretas pertenecientes a la vida de la persona.

• Tareas de generalización para realizar en su contexto natural.

• Intervenciones con la familia y coordinación con otros recursos relacionados con el área de intervención.

Se lleva a cabo una evaluación individualizada antes y después del programa, con el fin de valorar si se han cumplido los objetivos propuestos y si se han producido cambios.

TEMPORALIZACIÓN:

De enero a diciembre del 2013, alternando con otras actividades, como son Mañanas de Actualidad e Inglés, en el siguiente horario: Viernes de 10:45- 11:30h

RECURSOS:

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil y cañón, material interactivo.

13

usuarios atendidos

EVALUACIÓN:

Esta actividad se ha valorado positivamente por los/as usuarios/as participantes, ya que supone un acercamiento a su problemática desde otro punto de vista, dejando de ser "pacientes enfermos mentales" y adquiriendo el rol de personas que están aprendiendo a controlar un trastorno mental de larga duración. Ello ha supuesto un aumento en su conciencia de enfermedad.

Hemos notado, que al llevar un par de años con el mismo taller, los usuarios se interesan por temas mas normalizados pero vinculados a su enfermedad mental, como puede ser formar una familia, pareja, hijos, métodos anticonceptivos, trabajo, etc.. y no tanto por los propios síntomas de la enfermedad, los cuales los tienen ya claros, por esta demanda, se han variado los contenidos del taller.

4.SEGUIMIENTO/APOYO INDIVIDUAL

FUNDAMENTACIÓN

Dentro de la atención psicológica se ha trabajado tanto a nivel individual como a nivel familiar y de pareja, para abordar diferentes conflictos surgidos en diferentes ámbitos y/o dificultades relacionados con la propia patología del enfermo.

En el apartado de seguimiento, se ha seguido de cerca diferentes casos tanto de exusuarios y sus familias, mediante llamadas telefónicas o citándolos en el centro, tal como se hace con los usuarios del mismo.

OBJETIVOS:

- Aumentar la conciencia de enfermedad
- Responsabilización subjetiva
- Elaboración de conflictos
- Aumentar la autoestima
- Apoyo psicológico
- Identificar factores de estabilización
- Apoyo emocional ante conflictos
- Seguimiento: responsabilizar frente a la rehabilitación
- Valoración continua y reformulación del PIR

USUARIOS

Atendidos: 25 / En Seguimiento: 8

TEMPORALIZACIÓN: De enero a diciembre de 2013

METODOLOGÍA

De la terapia individual: cognitivo-conductual.
Terapia conjunta: familiar y de pareja.
Del apoyo: escucha y orientación.
Del seguimiento: entrevistas abiertas, consulta con familiares y profesionales de la salud.

Evaluación a través de: entrevistas abiertas/cerradas semidirectivas , escalas y cuestionarios.
Planteamiento de nuevos objetivos/ actividades

EVALUACIÓN

Destacar que progresivamente se ha conseguido un mayor acercamiento de la mayoría de los/as usuarios/ as de Val Miñor a la psicóloga y por tanto la creación de un vínculo terapéutico necesario para la consecución de cambios.

5. TERAPIA DE GRUPO

FUNDAMENTACIÓN

La terapia o psicoterapia de grupo centra su trabajo terapéutico en las interacciones interpersonales, de modo que puedan abordarse los problemas personales e interpersonales en contexto grupal.
La psicoterapia de grupo, al igual que la psicoterapia individual, está destinada a ayudar a las personas que desean mejorar sus habilidades para afrontar los problemas que se presentan en la vida cotidiana. El objetivo de la psicoterapia de grupo es ayudar a resolver las dificultades emocionales y estimular el desarrollo personal de los participantes.

12
usuarios atendidos

METODOLOGÍA

El grupo de enfermos/as como elemento psicoeducativo y rehabilitador. Los/as usuarios/as, seleccionados/as a partir de ciertos criterios, se colocan en grupo coordinado por la psicóloga del centro, para ayudarse unos a otros a efectuar cambios y afrontar sus dificultades.

TEMPORALIZACIÓN

De enero a diciembre de 2012, en el siguiente horario: Miércoles de 10:45-11:30h

RECURSOS

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil y cañón, material interactivo.

EVALUACIÓN

Durante este año, se ha favorecido la cohesión grupal creándose un ambiente acogedor y facilitador de la expresión de las dificultades de los/as usuarios/as. El grupo ha participado activamente a la hora de compartir experiencias y estrategias de afrontamiento.

6.RELAJACIÓN

FUNDAMENTACIÓN

La relajación puede considerarse como un estado psicológico de hipoactivación facilitado por diferentes procedimientos o técnicas.

La relajación permite el control tanto físico como psíquico, así como el control emocional.
Además, a través de la relajación tomamos conciencia de nuestro propio cuerpo, al reconocer el funcionamiento de los distintos grupos musculares y de los propios ritmos, en especial de la respiración.
La actividad de relajación de este año 2013, se empezó a desarrollar en enero hasta mayo, mes en el que se cambio a canto, por profesional nueva en el centro, retomando la actividad previa en octubre.

OBJETIVOS

- Mejora de la sensación de competencia personal a la hora de afrontar situaciones estresantes de la vida diaria.
- Aprendizaje de técnicas específicas de relajación y respiración.

Utilización de estas técnicas en situaciones de la vida diaria

ACTIVIDADES

- Relajación muscular progresiva (Jacobson, 1929).
- Actividades de respiración

- Actividades de visualización (relajación guiada)

METODOLOGÍA

Al principio de cada sesión, se hace un recordatorio de las condiciones necesarias para llevar a cabo la relajación y el grupo acondiciona la sala. Las indicaciones

son lo más claras posibles, facilitando la comprensión de las mismas. En las primeras sesiones se entrena el método de relajación facilitando así la realización correcta de los ejercicios. Una ve conocido el método se dan indicaciones y se apoya para que cada usuario/a lo lleve a cabo. Tras cada sesión se fomenta la realización del método de relajación en casa.

Se lleva a cabo una evaluación individualizada con el fin de valorar si se han cumplido los objetivos propuestos y si se han producido cambios. Para llevar a cabo dicha evaluación, se pasa el siguiente cuestionario:

STAI. CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (SPIELBERGER).
CUESTIONARIO GADI (Valora el nivel de ansiedad generalizada)

TEMPORALIZACIÓN

Miércoles 12:00 a 13:45 h

13
usuarios atendidos

RECURSOS

Materiales: lecturas, ordenador portátil, música y colchonetas individuales.
Uso del salón de actos de la Casa de la Cultura en Gondomar.

EVALUACIÓN

Esta actividad es muy valorada por los/as usuarios que participan, ya que aprenden un método para disminuir la tensión y controlar su ansiedad.

Este año se ha reducido el numero de usuarios en esta actividad, ya que coincide con la actividad de bicicletas, con lo cual hemos podido quedarnos en el centro, lo que se ha traducido en mas comodidad y mejor aprovechamiento de la actividad para usuarios y profesionales, al no estar desplazándonos fuera del mismo.

7. INTERVENCIÓN FAMILIAR

FUNDAMENTACIÓN

La irrupción de la enfermedad mental en la familia suele ir asociada a un grave deterioro de las relaciones sociales, cuyo origen se sitúa en la dificultad del entorno para entender las conductas de la persona afectada.

La familia pasa a convertirse en el "paciente oculto" de la enfermedad, al sufrir el estrés asociado a la convivencia con una persona con Trastorno mental grave, y al carecer de conocimientos y estrategias para comprender y hacer frente tanto a los síntomas positivos (pensamiento desorganizado, alucinaciones, delirios...), como los negativos (retraimiento social, falta de motivación, etc.) que presenta el paciente, lo que da lugar a continuos reproches, a un proceso de degradación afectiva y a un aumento de la conflictividad familiar.

Se ha demostrado que las intervenciones con familiares, pueden cambiar la manera de manejar la enfermedad e influir positivamente en el curso del TMG. Aparte de enseñar conocimientos sobre la enfermedad a la familia, trabajamos con un programa integral (casi siempre incluimos al usuario) con el objetivo de aumentar la comprensión del paciente y sus síntomas, disminuir la emoción expresada, mejorar las habilidades de comunicación entre la familia y dotar de estrategias de resolución de problemas.

OBJETIVOS:

-Implicarles en la rehabilitación y en el conocimiento de la patología de su familiar.
-Escucha y apoyo
-Resolución de conflictos
-Reintegración en la comunidad.
-Desarrollar en la familia expectativas realistas
-Evitar riesgo de recaídas
-Mejorar la comunicación familiar
-Evitar el aislamiento social de la familia

METODOLOGÍA:

- Entrevistas a demanda familiar o de psicóloga
- Previa cita
- Sin cita previa en casos de cierta urgencia/imprevisto
- Contactos telefónicos

359
intervenciones

EVALUACIÓN

Se busca establecer una alianza terapéutica con el paciente y la familia. Se trabaja conjuntamente con la familia la reducción del sentimiento de culpa y el control del estrés familiar.

A continuación se revisa la experiencia de la familia ante la enfermedad, se evalúan las estrategias de afrontamiento de los familiares ante situaciones problemáticas, se refuerzan las estrategias eficaces y se buscan otras para cambiar comportamientos inadecuados. Este año, al incorporarse nuevos usuarios al centro, se ha notado mayor implicación de las familias en su proceso rehabilitador, que aquellas que llevan con su familiar mas tiempo en el dispositivo.
El tipo de intervenciones con familias de personas con enfermedad mental grave son necesarias, útiles y eficaces.

8. TALASOTERAPIA

FUNDAMENTACIÓN

La Talasoterapia es un método terapéutico que se basa en la utilización del medio marino (agua de mar, algas, barro y otras sustancias extraídas del mar) y del clima marino como agente terapéutico.

Es totalmente natural, el agua se recoge a mas de 1000 metros de la orilla, se depura y esteriliza para garantizar la ausencia de agentes patógenos antes de su aplicación en los distintos tratamientos. Etimológicamente proviene del griego "Thalasso" que significa mar y "Therapeia", terapia.

La talasoterapia esta indicada en muchos procesos patológicos, entre ellos debemos destacar:

Factor analgésico, produce una disminución del dolor tanto a nivel general como en zonas concretas de nuestro cuerpo.

Esta indicada en procesos crónicos o agudos del **aparato locomotor** como reumatismos crónicos, osteoporosis y patología de la columna vertebral.

A nivel del **sistema circulatorio** principalmente patología circulatoria periférica.

Post-operatorios, traumatismos, patología respiratoria, afectación neurológica, o cualquier tipo de patología en la que este indicada la recuperación funcional.

En patología del sistema respiratorio, indicado para procesos asmáticos y faringitis.

En patologías del aparato locomotor y sistema músculo-esquelético, está muy indicado para la disminución de edemas.

A nivel **dermatológico**, indicado para la psoriasis.

A nivel ginecológico, los problemas de menopausia y pubertad.

OBJETIVOS

- Relajar y mejorar la salud mental.
- Proporcionar una alternativa de ocio y tiempo libre.

METODOLOGÍA

Actividad realizada mensualmente enmarcada dentro de la programación de Ocio.

TEMPORALIZACIÓN

Miércoles de 16:30 a 19:30 h.

12
usuarios atendidos

RECURSOS

Humanos: Educadora Social
Físicos: Centro de Talasoterapia

EVALUACIÓN

Esta actividad de hidroterapia supone un método muy eficaz para aliviar el dolor y promover el bienestar en una serie de áreas diferentes, y también desempeña un papel importante en el alivio de la ansiedad y la tensión.
Cabe decir que es un espacio de disfrute personal pero que favorece la interacción del grupo ya que se logra un ambiente positivo.

1- Ocio y Tiempo Libre

2- Actividades de la Vida Diaria

3- Taller de Memoria

4- Taller de Habilidades Sociales

5- Canto

área socioeducativa

Profesional Responsable:

TERAPEUTA OCUPACIONAL

EDUCADORA SOCIAL

1. OCIO Y TIEMPO LIBRE

FUNDAMENTACIÓN

En el ocio y sus diversas prácticas se encuentra un ámbito de realización personal, identificación, relación y socialización.
Determinadas características de la persona con enfermedad mental provocan a menudo que la utilización del tiempo libre sea insatisfactoria, consecuencia de un ocio de baja calidad. Por un aparte, la presencia de determinados factores como la tendencia al aislamiento, las dificultades para disfrutar, falta de motivación e interés en general, baja autoestima y percepción de déficit de habilidades sociales.

Por todo ello, estos programas buscan crear marcos adecuados para la adquisición y puesta en marcha de habilidades que permitan alcanzar una mayor calidad de ocio, facilitando en lo posible el acceso a recursos comunitarios y la utilización placentera del tiempo libre.

OBJETIVOS

-Adquirir un papel activo en la gestión del propio tiempo libre.

-Planificar y programar las actividades de forma coherente.

-Favorecer que el grupo participe en actividades lúdicas aumentando sus sensaciones de bienestar y de calidad de vida

-Fomentar la empatía.

-Fomentar la interrelación grupal

-Favorecer la integración en la comunidad.

USUARIOS:

8

Personas en salidas (en función de la capacidad de transporte)

15

Cineforum

ACTIVIDADES

- Relaciones sociales
- Actividades deportivas
- Visitas culturales
- Cine, teatro.
- Playa, campo
- Senderismo
- Aprender a gestionar su propio tiempo de ocio

METODOLOGÍA

Actividad activa y participativa de modo que hagan propuestas y dirijan la programación de las visitas y demás iniciativas.
Así la programación se basó en tres propuestas fijas y rotativas:

1º Semana: Escogen usuarios
2º Semana: Cine forum
3 º Semana: Senderismo

TEMPORALIZACIÓN

MIÉRCOLES
16.00 – 20.00 h.

MAÑANAS DE OCIO
JUNIO - JULIO
11.00-13.45 h

RECURSOS

El contexto que nos rodea y transporte del centro

EVALUACIÓN

El ocio es una realidad en la sociedad actual. Se considera un elemento central de la cultura, en tanto en cuanto guarda relación con ámbitos importantes de nuestra vida, como la familia y los amigos.

Las nuevas concepciones de salud y bienestar incluyen la duplicidad cuerpo-mente como un elemento dinámico, y requieren un aprendizaje de nuevas ideas y el enriquecimiento de la noción de uno mismo. El encuentro de la persona consigo misma y la búsqueda de equilibrio interior son indicadores de salud. El equilibrio

se encuentra cuando hay un balance entre la actividad y el descanso, el movimiento y la quietud, el ruido y el silencio.

EXPOSICIONES

FAUNA E FLORA DA EUROCIDADE VALENÇA – TUI E ANIMAIS
EXPOSICIÓN ORNITOLÓGICA

PASEOS / RUTAS DE SENDERISMO

RÍO TAMUXE (ROSAL)
PASEO MARÍTIMO CAMIÑA (PORTUGAL)
PASEO PLAYA AMÉRICA
RUTA SENDERISMO MONTEFERRO
CAMIÑA PORTUGAL
RUTA CHANDEBERITO: MIRADOR DOS OUTEIROS
RUTA TAMUXE. O ROSAL
PASEO PLAYA AMÉRICA
RUTA SENDERISMO MONTEFERRO
CAMIÑA PORTUGAL
RUTA CHANDEBERITO: MIRADOR DOS OUTEIROS
RUTA TAMUXE. O ROSAL
MONTECASTELO: RUTA DOS MOUROS
PASEO MARÍTIMO CAMIÑA (PORTUGAL

EXCURSIONES

PAZO DA OCA

CINE FORUM

CINE MEDIOAMBIENTAL
A GUERRA DA AUGA
OS ESPIGADORES E A ESPIGADORA
HUELLA ECOLÓGICA DEL HOMBRE
CINE DISCAPACIDAD

MAÑANAS DE OCIO

ANFACO - Museo ANFACO de la Industria Conservera
SANTUARIO VIRXE DA CABEZA -Área recreativa con zonas verdes en Valença-Portugal.
MUSEO DEL MAR - O Cachalote (Physeter macrocephalus): biología y conservación.

2. ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

FUNDAMENTACIÓN

Las situaciones de independencia personal son una parte básica del día a día de las personas, pero no todos estamos preparados para resolver las demandas que la vida cotidiana nos exige.

En este sentido, el aprendizaje de habilidades para resolver distintas situaciones de autonomía personal es una de las tareas básicas del Programa de Actividades de la Vida Diaria que tiene como objetivo contribuir a la mejora de la conducta autodeterminada y calidad de vida de las personas que padecen una enfermedad mental.

OBJETIVOS

El objetivo que se persigue es la AUTONOMÍA. Se hace referencia a la AUTONOMÍA PERSONAL, cuando el sujeto es capaz de realizar actividades de la vida diaria basadas en sus propias capacidades, habilidades e intereses sin depender de nadie.

- Recuperar y/o mantener las habilidades de limpieza y organización doméstica.
- Conseguir una autonomía en el manejo de las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria.
- Recuperar roles que desarrollaban y que dan a la persona un sentimiento de utilidad.

15

usuarios atendidos

ACTIVIDADES

HABILIDADES DE LIMPIEZA Y ORGANIZACIÓN DEL CENTRO

1. ASIGNACIÓN DIARIA DE DOS ENCARGAD@S:

Limpieza baño y mantenimiento del centro.

2. LIMPIEZA GENERAL SEMANAL

-LIMPIEZA: utilización de utensilios de la casa, fregar, barrer, etc.

-ORGANIZACIÓN: realización de la lista de material necesario y adecuado. Realizar pequeñas reparaciones, prevención de accidentes.

METODOLOGIA

Este Programa se aborda en grupo o individualmente, dependiendo de la limpieza individual o semanal grupal. La realización en una o otra manera dependerá de las características de los usuarios propuestos para el programa, de si son o no homogéneos, es decir si tienen las mismas características y las mismas necesidades. Por lo tanto se trabajará en grupo numeroso, en pequeño grupo e individualmente si el caso lo requiere.

TEMPORALIZACIÓN

VIERNES
13:00 a 13:45 h.

RECURSOS

Humanos: Educadora Social

Materiales: Útiles limpieza

VALORACIÓN

Las situaciones de independencia personal son una parte básica del día a día de las personas, pero no todos estamos preparados para resolver las demandas que la vida cotidiana nos exige. Así pues, el entrenamiento en este tipo de habilidades supone una mejora de su situación personal con el entorno. Al realizar tareas dentro de la actividad del centro implica una resolución de dudas y puesta en práctica.

Destaca la mejora de iniciativa por parte de los usuarios en la adquisición de responsabilidades respecto al mantenimiento del centro, colaborando con funciones espontáneas asumidas voluntariamente.

3. TALLER DE MEMORIA

FUNDAMENTACIÓN

La memoria es la capacidad de adquirir, almacenar y recuperar la información. Podemos hablar de tres tipos de memoria, entre otras,
-Memoria sensorial (MS), nos permite reconocer las características físicas de los estímulos.
-Memoria a corto plazo (MCP), guarda la información que necesitamos en el momento presente, por ejemplo la memoria de trabajo.
-Memoria a largo Plazo (MLP), guarda la información para su utilización posterior.
Desde este taller, lo que se intenta es detener o prevenir el déficit en funciones cognitivas necesarias para el procesamiento de la información, la percepción social, la regulación de la conducta y las habilidades funcionales de la vida diaria.
Se trabaja grupalmente distintas fichas con ejercicios de visualización, memorización, dibujo y copia, atención, lenguaje y razonamiento, asociación de palabras, cálculo y categorización.

OBJETIVOS

-mantenimiento y mejora de la capacidad de atención
-mantenimiento y mejora de la capacidad de observación
-mantenimiento y mejora de la capacidad de concentración
-mantenimiento y mejora de la capacidad de abstracción
-mantenimiento y mejora de la capacidad de percepción
-mantenimiento y mejora de la capacidad de aprendizaje
-mantenimiento y mejora de la memoria sensorial, a corto plazo, de trabajo, a largo plazo, episódica, semántica y procedimental.
-Mantenimiento y mejora del equilibrio
-Velocidad de reacción
-Mantenimiento y mejora de la capacidad de comunicación

ACTIVIDADES

Con el fin de ordenar y clasificar el programa de ejercicios elaborado para incidir en la memoria, lo hemos organizado a partir de aquellos aspectos que intervienen en el proceso de la memoria. De esta manera, hemos agrupado las actividades en forma de las siguientes estrategias:
- Asociaciones
- Secuencias
- Actividades sensomotrices: vista, oído, tacto y olfato.
- Repeticiones

- Combinaciones
- Atención y observación
- Lenguaje
- Visualizaciones
- Coordinación motora
- Percepción espacio temporal
- Acertijos, juegos de ingenio y de lógica

14

usuarios atendidos

METODOLOGÍA

Al principio de cada sesión, se hace un recordatorio de la sesión anterior y se define el objetivo de la misma, situándola dentro del programa. Las explicaciones son lo más claras posibles, dando la información necesaria y concreta. Se fomenta la participación de todos los usuarios y se refuerza su puntualidad y su iniciativa.
Se lleva a cabo una evaluación individualizada antes y después del programa, con el fin de valorar si se han cumplido los objetivos propuestos y si se han producido cambios.
En las sesiones se llevan a cabo actividades tanto grupales como individuales predominando las de tipo oral, aunque también hay escritas.

TEMPORALIZACIÓN

LUNES de 13:00 -13:40 hrs.

RECURSOS

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil, cañón y material interactivo.

EVALUACIÓN

Esta actividad es muy valorada por los/as usuarios/as, ya que además de entrenar habilidades cognitivas, se divierten. Esta dinámica de juego y de aprendizaje les motiva para participar activamente en cada sesión.
Se han introducido ejercicios nuevos, combinando más tareas visuales y de grupo, lo que anima a los usuarios a concentrarse mas en el taller.
Se ha observado en los/as usuarios/as mejorías en la atención, concentración, velocidad de reacción y observación, así como un aumento en el uso de reglas nemotécnicas. Consideramos necesario continuar esta actividad para el próximo año de cara a seguir mejorando en sus habilidades.

4. TALLER DE HABILIDADES SOCIALES

FUNDAMENTACIÓN

Consta de los siguientes contenidos impartidos en forma de obradoiros y actividades:

a) **Formación de Adultos:** alfabetización, cultura general, refuerzo de los aprendizajes instrumentais, manejo de la informática, apoyo a estudios formales.

b) **Conocimiento del entorno** y desenrollo de la expresión verbal y opinión crítica (lectura y comentario grupal de la prensa escrita).

c) **Ocio comunitario** (uso de la oferta/posibilidades del entorno).

d) Entrenamiento en el manejo de habilidades y comportamientos socialmente adecuados (Psicoeducación,Terapia de grupo).

e) Entrenamiento en la **resolución de situaciones sociales**/familiares lo en relación a la propia enfermedad (Psicoeducación,Terapia de grupo).

f) Fomento Y avance de la **comunicación verbal** y la participación en el grupo (Asamblea, Club Social).

Programa financiado por la Diputación de Pontevedra

OBJETIVOS

- Posibilitar la recuperación, mantenimiento y ampliación de la red social de apoyo del usuario/la.
- Facilitar la autonomía en el mantenimiento del tratamiento de la enfermedad.
- Recuperar/dotar de habilidades de comunicación básicas para integrarse en diferentes situaciones sociales.
- Facilitar lo manejo de servicios y recursos comunitarios de la vida cotidiana.

RECURSOS

Una psicóloga (la psicóloga del Centro)

Una educadora social (la educadora del Centro)

TEMPORALIZACIÓN

Se desarrolla a lo largo de todo el año excepto en agosto por vacaciones.

DÍAS: de lunes a viernes.

Nº TOTAL DE HORAS: 396

4.1 FORMACIÓN DE ADULTOS

FUNDAMENTACIÓN

Las múltiples funciones que se atribuyen tradicionalmente a la educación y a la formación, combinadas con el énfasis que dan nuestras sociedades modernas a los cambios constantes (políticos, económicos ambientales, tecnológicos, sociales) exigen inevitablemente que el aprendizaje se convierta en una función permanente. Si el conocimiento, las calificaciones y las capacidades de aprendizaje no se renuevan, la capacidad de los particulares, y por extensión de las comunidades o de las naciones, para adaptarse a un nuevo entorno se verá considerablemente reducida, cuando no completamente anulada. Se trata de una cuestión de supervivencia.

ACTIVIDADES:

- Atención
- Concentración
- Cálculo
- Lectura
- Escritura
- Comprensión
- Memoria
- Asociación
- Razonamiento abstracto

OBJETIVOS

- Mejorar la expresión escrita.
- Aumentar el vocabulario.
- Mejorar la ortografía.
- Adquirir conocimientos de geografía.
- Repasar conocimientos de cultura general.
- Mantener y mejorar capacidades cognitivas:

METODOLOGÍA

La observación de los usuarios por parte de la educadora ha de ser constante y sistematizada a nivel individual o colectivo. La evaluación inicial nos permite tomar decisiones que conformaran la respuesta educativa mediante la elaboración del programa de atención individualizada.

ELABORACIÓN DE FICHAS EDUCATIVAS en relación a los niveles de formación. Instrumentos de educación y cultura capaz de atraer la atención e intereses, a la vez que respondan a sus necesidades.

Así se aporta una explicación en general y se corrigen y refuerzan aspectos de modo individual a medida que se sumergen en la realización de los ejercicios.

TEMPORALIZACIÓN

Jueves de 10.45 – 11.30

USUARIOS: 15

RECURSOS

Material: Material de papelería y útiles para escribir.

Humanos: Educadora Social

EVALUACIÓN

Se trataron de conseguir resultados positivos y trabajar aquellas áreas donde se pudo conseguir cierta mejora o mantenimiento, sin incidir en un error que suele ser común; estimular a cierto nivel capacidades que por la propia patología están deterioradas. Resultaría entonces contraproducente, ya que lo que se potencia es el fracaso y la consecuente frustración de la persona. Por este motivo fue crucial la evaluación inicial y continuada del paciente.

4.1.1 Cultura general y refuerzo instrumental

La educación permanente, como instrumento de adaptación y de progreso, eleva el nivel de competencia, permitiendo vivir a la altura de los cambios.

Esta educación permite, ante todo, el robustecimiento de la calificación ocupacional y el auge de las competencias individuales, así como la adaptación del individuo a su profesión y a su medio, o sea a su sociedad, a su grupo social y a la cultura.

OBJETIVOS

Mejorar la expresión escrita
Aumentar el vocabulario
Mejorar la ortografía
Adquirir conocimientos de geografía

4.1.2 Mañanas de actualidad

FUNDAMENTACION

Es un espacio de ocio en el propio centro donde se trabajan aspectos relacionados con la actualidad y al mismo tiempo se tiene en cuenta el trabajo en grupo.

13

usuarios atendidos

OBJETIVOS

Entrenamiento de las habilidades sociales conversacionales
Tolerancia y respecto a las opiniones diferentes
Entrenamiento en aspectos cognitivos (orientación, concentración, atención, me-

moria, lenguaje).

METODOLOGÍA:

Dinámicas grupales participativas
Cine forum
Debates y coloquios

TEMPORALIZACIÓN:

Horario: los viernes de 10:45 a 13 h.

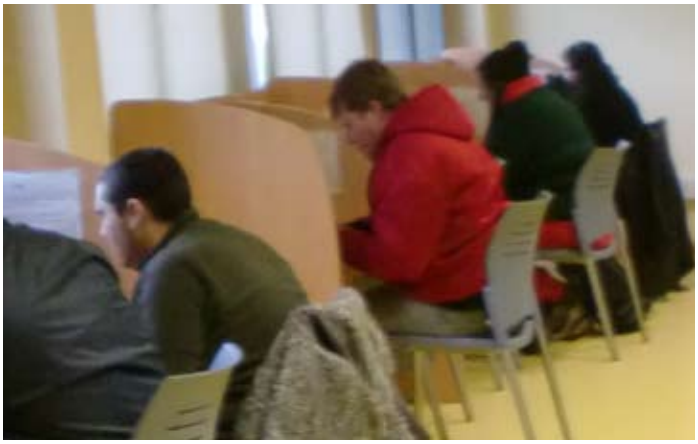
EVALUACIÓN:

Estas sesiones son muy valoradas por los/as usuarios / as participantes, ya que a través de ellas pueden dar sus opiniones, aprender y aportar conocimientos a los/as demás, aspecto que resulta muy motivador en general.
En las sesiones se genera debate y discusión entre los diferentes temas, donde generalmente se animan casi todos los usuarios a participar.

4.1.3 Informática

FUNDAMENTACIÓN

La importancia de las nuevas tecnologías, ha sido y es un hecho incuestionable. Su influencia y desarrollo vertiginoso se deja sentir en todos los campos de nuestra sociedad (audiovisual, informática y telemática), lo que implica la necesidad de utilizar en educación herramientas audiovisuales, informáticas y telemáticas que permitan a nuestros usuarios integrarse con la mayor autonomía posible en una sociedad en permanente proceso de cambio y transformación.



OBJETIVOS

- Adquirir formación en nuevas tecnologías.

- Aumentar los conocimientos de los usuarios (para un futuro laboral).
- Realizar una actividad normalizada en un recurso comunitario (fuera de las instalaciones del CRPL).

15

usuarios atendidos

ACTIVIDADES

- Navegación por Internet a nivel usuario.
- Elaboración y administración de un correo electrónico.
- Diseño y búsqueda de información para publicar en el blog de la Asociación.

www.farodeavelaiña.wordpress.com

- Temas de actualidad: sociedad, leyes, anécdotas públicas, cambios políticos, reformas educativas,
- Temas informativos y de interés cultural: Concursos literarios, Días Mundiales (Día del Agua, Día del Libro, Días de la Mujer Trabajadora, Día Mundial de Salud, Día Mundial de la Salud Mental, etc).
- Temas libres o comentarios personales sobre algún tema social o agenda cultural.

METODOLOGÍA

Programación individual.

Aprendizaje significativo.

Criterios de agrupamiento (por niveles de dificultad).

RECURSOS

Humanos: Educadora Social.

Materiales: Sala de informática del CDL (Centro de Desenvolvemento Local) del

Ayuntamiento de Gondomar.

EVALUACIÓN

Cuando pensamos en tecnología, la asociamos a la ciencia e industria más avanzada, sin darnos cuenta de que la tecnología está presente en todo el ámbito humano, y como es lógico también en el educativo.

Una de las ventajas del uso de las nuevas tecnologías es aprovechar la novedad que supone su uso, aunque esto poco a poco está desapareciendo debido a que cada día es más común el empleo de este tipo de herramientas tanto a nivel educativo como en la vida privada.

El conocimiento excesivo o superficial del uso de la tecnología puede derivar en algunos casos en un uso inadecuado de ella por lo que deberemos vigilar para su correcto uso y también para evitar una excesiva dependencia.

4.2 . CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

4.2.1 Lectura de prensa escrita

FUNDAMENTACIÓN

Opera mediante la presentación de información relacionada con la orientación (tiempo, espacio y persona), lo cual se considera que proporciona a la persona una mayor comprensión de aquello que le rodea, y posiblemente produce un aumento en la sensación de control y en la autoestima.

La orientación es el principal proceso cognitivo sobre el cual se trabaja.

OBJETIVOS

-Mantener y mejorar el conocimiento del medio a través de la lectura de prensa
-Adquirir conocimientos sobre temas de cultura general
-Establecer un foro de opinión y debate grupal
-Fomentar la expresión verbal de los usuarios
-Mejorar las capacidades de lectura y compresión de textos
-Adquirir un hábito de escucha activa

ACTIVIDADES

TALLERES: tareas encaminadas a profundizar en la estructura de este género. Así actividades relacionadas con la publicidad o con el texto periodístico.
Lectura de prensa y comentario de temas de actualidad.

METODOLOGÍA

Básicamente se utiliza la prensa escrita como fuente de información, como documentos vivos que generarán temas de investigación y de aprendizaje.
Las sesiones tienen un enfoque cognitivo, comenzando habitualmente por la orientación temporal, espacial y siguiendo por la discusión de eventos, generalmente del entorno próximo a los pacientes.

TEMPORALIZACIÓN

LUNES de 10.15 a 11.00 h.
De martes a viernes: 10:15 a 10:45 hrs como alternativa a una actividad exterior "Andaina"

RECURSOS

Humanos: Psicóloga y Educadora social
Materiales: Prensa

15

usuarios atendidos

EVALUACIÓN

Mediante esta técnica se pretendió estimular y mantener las capacidades mentales obteniendo un mejor rendimiento cognitivo.

El empleo de un recurso como la prensa, hace que se creen hábitos cercanos a toda la población. Consiste en despertar inquietudes y acercar a los usuarios a la actualidad que sucede en el ámbito que les rodea.

En este contexto se propició el debate marcado por un carácter cultural en el que se tratan temas variados, así como convocatorias de cine, teatro, literatura, o musicales.

4.2.2 Visitas didácticas

"Fauna e Flora da eurocidade valença – Tui e animais"

Exposición ornitológica

4.3 OCIO COMUNITARIO

FUNDAMENTACIÓN

En el ocio y sus diversas prácticas se encuentra un ámbito de realización personal, identificación, relación y socialización.

Determinadas características de la persona con enfermedad mental provocan a menudo que la utilización del tiempo libre sea insatisfactoria consecuencia de un ocio de baja calidad.
Presencia de determinados factores como la tendencia al aislamiento, las dificultades para disfrutar, falta de motivación e interés en general, baja autoestima y percepción de déficit de habilidades sociales.

Por todo ello, estos programas buscan crear marcos adecuados para la adquisición y puesta en marcha de habilidades que permitan alcanzar una mayor calidad de ocio, facilitando en lo posible el acceso a recursos comunitarios y la utilización placentera del tiempo libre.

OBJETIVOS

- Adquirir un papel activo en la gestión del propio tiempo libre.
- Planificar y programar las actividades de forma coherente.
- Favorecer que el grupo participe en actividades lúdicas aumentando sus sensaciones de bienestar y de calidad de vida

- Fomentar la empatía.
- Fomentar la interrelación grupal
- Favorecer la integración en la comunidad.

USUARIOS

7 personas en salidas (capacidad transporte).

10 Cineforum.

4.3.1 Mañanas de ocio

- Museo ANFACO de la Industria Conservera
- Asociación Nacional de fabricantes de Conservas de Pescados y Mariscos
- Santuario Virxe da Cabeza: Área recreativa con zonas verdes en Valença-Portugal
- Museo del mar: O Cachalote (Physeter macrocephalus): biología y conservación.

4.4 MANEJO DE HABILIDADES Y COMPORTAMIENTOS SOCIALMENTE ADECUADOS

Adiestramiento en el manejo de habilidades y comportamientos socialmente adecuados

PSICOEDUCACIÓN

Adiestramiento en la resolución de situaciones sociales/familiares y en relación a la propia enfermidad

TERAPIA DE GRUPO

Fomento y mejora de la comunicación verbal y la participación en el grupo

ASAMBLEA

Reunión del equipo de Intervención con nuestros usuarios

CLUB SOCIAL

Actividad grupal que fomenta la participación activa sobre el entorno que nos rodea.

4.5. CLASES DE INGLÉS CON MÚSICA

FUNDAMENTACIÓN

Existen muchas ventajas de aprender inglés en la sociedad actual.
Quien tiene aspiraciones laborales sabe que un buen conocimiento de este idioma siempre será una buena carta de presentación para cualquier trabajo.
En el mundo audiovisual es el idioma base. La mayor parte de la música que se escucha, tanto en reproductores personales como en emisoras de radio, está en inglés.

Así mismo, es el lenguaje de los ordenadores ("enter", "escape"...), y en internet existen infinidad de páginas interesantes en este idioma.
Por supuesto, además de todo esto, está el simple hecho de aprender un idioma. Dominar una nueva lengua nos enriquece como personas y nos abre las puertas hacia nuevos puntos de vista que pueden ayudarnos en nuestro crecimiento personal, y eso es lo más importante.

En el colectivo de personas con discapacidad, las clases de inglés elaboradas u ortodoxas pueden resultar tediosas, difíciles e incluso frustrar al receptor, bien por un nivel cognitivo en deterioro o por problemas de atención.
Por ese motivo, un buen modo de acercar el idioma a personas con necesidades especiales es a través de la música.

Traducir canciones que nos gustan en otro idioma es un gran modo de interesarnos por su significado y aprender expresiones comunes, vocabulario, y de forma indirecta y amena, gramática.

OBJETIVOS

- Mejorar el **conocimiento general del inglés.**
- Aprender **expresiones, vocabulario y gramática** anglosajona.
- **Aprender canciones** conociendo su significado, cantarlas y deshinibirse.
- Desarrollo **sensorial y perceptivo.**
- Desarrollo de la **discriminación auditiva.**
- Desarrollo de la **locución y de la expresión oral** mediante la articulación, vocalización, acentuación, control de la voz y expresión.

USUARIOS: 11

ACTIVIDADES

- Reproducción de una canción
- Traducción de la misma
- Interpretación grupal

METODOLOGÍA

-Se dota a los usuarios de una lámina con la letra de una canción conocida en inglés.
-Se reproduce la canción y se insta a los usuarios a tratar de seguir la letra sirviéndose de la lámina que tienen ante ellos.
-Se analiza entre todos para descubrir de cuántas palabras conocen el significado.

-Se traduce, frase a frase y palabra a palabra, escribiendo la traducción en un encerado para que puedan copiar su significado.
-Al tiempo que se traduce cada palabra, se analiza qué tipo de palabra es y que similitudes o diferencias encontramos entre la gramática española y la inglesa.
-Cuando se tiene traducida una frase, se intenta cantar entre todos, trabajando así la pronunciación, el sentido del ritmo y haciendo que los participantes se desinhiban y pasen un buen rato.

TEMPORALIZACIÓN

JUEVES 10:00- 11:30 (Baixo Miño)
VIERNES 10:45- 11:30 (Val Miñor)

RECURSOS

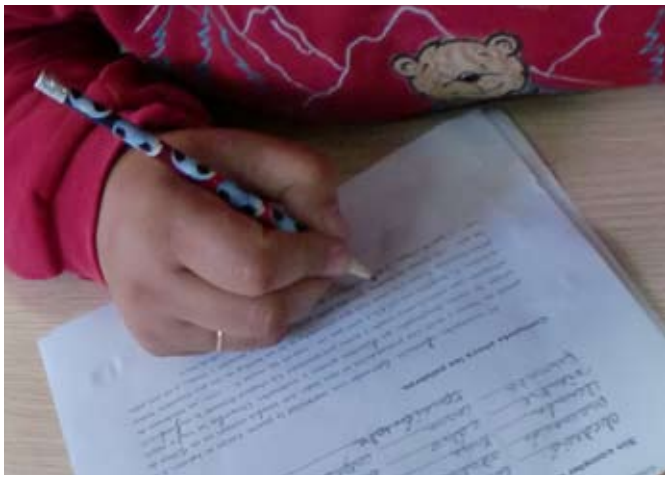
Materiales:Folios, bolígrafos y un ordenador con altavoces
Humanos: Integradora social con conocimientos de inglés

EVALUACIÓN

El resultado de las clases ha sido muy enriquecedor, habiendo aumentado los co-

nocimientos generales acerca del idioma en todos los usuarios asistentes, y con apoyos, el nivel de inglés particular de algunos alumnos que han llegado a solicitar ejercicios a mayores para realizar fuera del horario del centro.

Al margen de los conocimientos adquiridos, los usuarios han demostrado pasar un buen rato en general, se han animado a cantar, han aprendido a respetar los turnos de preguntas y la sensación por parte de los profesionales es positiva a todos los niveles.



4.6 BAILE MODERNO

El baile siempre fue un método natural de expresión corporal ante un estímulo sonoro. Además, es una forma atractiva de hacer ejercicios aeróbicos, lo que es muy interesante para las personas que se encuentran en baja forma o tienen problemas de movilidad. Socialmente se trata de un acto agradable y facilitador de la interacción.

OBJETIVOS

-Realización de ejercicios aeróbicos una vez por semana con el objetivo de mejorar el estado de salud general.
-Lograr que los usuarios se desinhiban y se dejen llevar por la música, dejando a un lado el miedo al ridículo y las inseguridades.

- Conocimiento personal: desinhibición y adaptación personal al entorno.
- Fomentar la comunicación interpersoal: comunicación verbal y no verbal.

10

usuarios atendidos

6. CANTO

A menudo, en la rehabilitación para personas con discapacidad se integran aspectos de la musicoterapia, dado que ayudan a hacer que los usuarios pierdan la vergüenza, estimulen sus sentidos y se desinhiban, así como crear el sentimiento de pertenencia a un grupo y facilitar su integración social.
En musicoterapia, uno de los métodos más efectivos y completos es el canto, ya que se integran diversas técnicas (entonación, respiración, relajación...) muy terapéuticas y útiles para la vida de los discapacitados de cualquier índole.

14

usuarios atendidos

Taller de Artes Plásticas

área ocupacional

Profesional Responsable:

EDUCADORA SOCIAL

ARTES PLÁSTICAS

FUNDAMENTACIÓN

Las artes plásticas consisten en formar y conformar ideas con distintos materiales mediante acciones como la pintura, el dibujo, o la escultura; es decir, las artes plásticas representan un conjunto de acciones y actividades de tipo gráfico-plástico, en donde intervienen la vista y el tacto para apreciarlas y estimular nuestra imaginación y pensamiento.

Destacar la importancia de este conjunto de expresiones artísticas como medio para manifestar sentimientos.

OBJETIVOS

-Ampliar la formación ocupacional de los usuarios.
-Conocimiento de nuevas técnicas y materiales.
-Fomentar la capacidad creativa.
-Trabajar en equipo.
-Reforzar la interrelación de los usuarios.

USARIOS: 12

ACTIVIDADES

Talleres temáticos:
Día Internacional De Las Personas Sordas (1 De Octubre)
Día Mundial De La Enfermedad Mental (10 De Octubre)
Día Mundial De La Discapacidad

Decoración del centro:
Estaciones del año
Festividades
Halloween

Reciclaje
Utilizando el material recogido en el centro.

Composiciones con diferentes texturas y materiales.

Taller de títeres

Creación de personajes del cuento "Fufú" de sensibilización sobre la enfermedad mental.

Macramé

Mediante esta técnica, elaboración de pulseras, llaveros y artículos para su posterior puesta en venta.

Fusing

Consiste en unir vidrios de distintos colores para formar dibujos fundiéndolos entre sí, generalmente sobre una plancha de vidrio transparente formando bellos conjuntos en un solo volumen.

Madera

- Tratamiento y Decoración.
- X Edición concurso felicitaciones navideñas 2012

Presentación de candidaturas.

- Elaboración de tarjetas navideñas del centro
    - Diseño de composición de postal.
    - Montaje del diseño.
    - Etiquetado y ensobrado.

PEDIDOS

MARCOS DE MADERA: decorados con detalles en cerámica, fieltro, hojas secas, cuero, etc.

METODOLOGÍA

- Programación individual
- Aprendizaje significativo
- Criterios de agrupamiento (nivel de dificultad, relación personal, clima grupal)
- Organización de espacios y tiempos

TEMPORALIZACIÓN

MIÉRCOLES de 12.00 – 13.45 h.

RECURSOS

Materiales:

Aula de Artes Plásticas

Material específico para Talleres temáticos.

Humanos:

Educadora Social.

EVALUACIÓN

Los talleres ocupacionales suponen un espacio donde se superan algunos objetivos marcados por el programa de atención individualizada. El trabajo educativo se basó en la motivación y la superación de los diferentes obstáculos mostrando optimismo ante los retos.

Así usuarios que inicialmente mostraban rechazo ante los trabajos manuales consiguieron a largo plazo identificarse con alguna técnica o con algún proceso artístico llevado a cabo en la programación de los talleres.

2.2

VIVIENDA RESIDENCIAL

PISO PROTEGIDO

PISO PROTEGIDO

"Programa de Atención a la Dependencia": Actividades de la Vida Diaria
Tras el inicio del programa, en el año 2007, el piso protegido gestionado por la Asociación Avelaíña se ha consolidado como una alternativa de vivienda para personas con enfermedad mental persistente, con cierto nivel funcional pero con necesidad de apoyo para su autonomía personal y que carecen de esa posibilidad de apoyo por parte de familiares.
Desde octubre del 2009, se ha mantenido la ubicación del piso en la sede de Salcidos, en A Guarda.
A lo largo del 2011, rotó una plaza con un nuevo residente en junio.
Durante el año 2012 y 2013 se mantuvieron los cuatro residentes del último periodo de 2011.

OBJETIVOS

- Apoyar la integración psicosocial de los residentes.
- Reforzar hábitos cotidianos del autocuidado y actividades de la vida diaria avanzadas de los residentes.
- Fomentar la relación de los residentes con el entorno comunitario.

METODOLOGÍA

En las Supervisiones Diarias en La Vivienda: la metodología utilizada es activa, participativa y flexible. En ocasiones algunas tareas son dirigidas, en otras, es necesario realizar una supervisión a los residentes, según el nivel de independencia para llevarlas a cabo en cada caso.
En Las reuniones con los residentes: se utiliza la misma metodología. Se intenta que sea un espacio de expresión-comunicación entre residentes y equipo asistencial, en el que propongan cambios coherentes, iniciativas y también de resolución de posibles conflictos internos.
Se les refuerza sus avances, mejorías y/o su buena implicación con las tareas o con los compañeros.
Se promueve un clima afable que facilite la "complicidad" entre los residentes.
Asimismo en estas reuniones se les informa de todo cambio, novedad o acontecimiento que les afecte directamente como residentes.
La frecuencia de estas reuniones ha sido irregular, en función de la dinámica de

convivencia y de las tareas. El último trimestre aumentó el número de reuniones debido al cambio en el personal implicado.

ACTIVIDADES

Mañanas: Se realizan las tareas domésticas, siempre supervisadas por la Terapeuta Ocupacional, quien también comprueba la toma correcta de medicación matutina. Después se acude al Centro de Rehabilitación Psicosocial. Antes de comer se administra dinero y tabaco . Durante la comida se supervisa la toma de medicación.

Tardes: Tiempo Libre individual o bien Ocio grupal una tarde a la semana con el grupo de Ocio del CRP, dirigido por la Educadora Social. Dos veces a la semana los usuarios realizan con supervisión, la limpieza de las zonas comunes y de su habitación.

Noches: Se supervisa la toma nocturna de medicación.

Fines de Semana: Tiempo Libre personal.

Vacaciones: Una monitora acompaña en compras y cocina, además de actividades de ocio.

Personal De Intervención Directa:

Supervisión diaria de tareas y tomas del tratamiento

Acompañamiento a compras y gestiones

Reuniones periódicas del equipo de Intervención con el grupo de residentes

Distribución del tiempo de los residentes

Guardias semanales y de fines de semana

Programas de ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA, subvencionados por Benestar Social y gestionados por FEAFES GALICIA.

AAVD: PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

Las actividades desarrolladas con cargo a dicho programa fueron las siguientes:

Higiene personal y cuidados para la salud

Cuidados personales para mantenerse saludable.

Manejo de las tareas domésticas (compra, cocina y limpieza): promoviendo la responsabilidad para mantener limpias las zonas comunes y la propia habitación.

Prevención de riesgos en el hogar y autonomía en la alimentación

Automanejo y uso de los recursos normalizados
(socio-culturales, sanitarios...)
Habilidades sociales
Manejo de sistemas de comunicación (móvil y ordenador)

CONCLUSIONES

Durante este año con la revisión de objetivos personales de cada usuario y la reestructuración de las actividades, se apreció una significativa mejora tanto en el desempeño de las tareas grupales de limpieza y mantenimiento del piso como en la adquisición de hábitos de higiene y alimentación adecuada.

Cabe señalar la mejora en las relaciones entre los usuarios del piso en parte favorecida por el desarrollo del taller de Habilidades sociales.

4

usuarios atendidos

2.3

SERVICIO DE ORIENTACIÓN

SERVICIO DE ORIENTACIÓN COMUNITARIO

FUNDAMENTACION

Atención a las demandas de información u orientación de la población en general que se encuentren relacionadas con la Salud Mental.

METODOLOGÍA

A partir de una valoración inicial, se da una respuesta a la demanda.

Instrumentos:

. Llamadas telefónicas a usuarios y familiares
. Entrevistas con usuarios y familiares
. Coordinaciones con Servicios sociales y Sanitarios

INTERVENCIONES REALIZADAS:

- Orientación
- Información sobre recursos sociosanitarios
- Apoyo emocional
- Psicoeducación
- Asesoramiento

2.4

RESPIRO FAMILIAR

RESPIRO FAMILIAR

FUNDAMENTACION

La familia se presenta como un núcleo prioritario de atención al cual habrá que ofrecerle los recursos necesarios para que se conviertan en apoyo natural. Queremos hacer a los familiares partícipes de situaciones de desahogo, ofreciendo a éstos y a los usuarios, viajes, excursiones o visitas a museos.

OBJETIVOS

- Facilitar a los/as familiares de nuestros/ as usuarios / as tiempo libre de la preocupación que conlleva la afectación de salud mental.
- Facilitar a los/as familiares de los/as afectados / as la realización de actividades alternativas a las diarias.
- Favorecer el bienestar percibido por las personas con enfermedad mental.
- Aliviar las situaciones de estrés en el ámbito familiar.

METODOLOGÍA:

- Planificado el calendario anual básico, se envía por escrito a las familias la explicación de actividades previstas con fechas e instancia de solicitud.

- Previamente a cada actividad se reenvía carta recordatorio y hoja de solicitud.

- Seleccionados los grupos, unos días previos a salir se les informa sobre el pago, enseres necesarios y detalles de actividades, horarios, etc.

- El número de personal responsable depende del tamaño del grupo y de la participación de discapacitados que requieran acompañante.

- Los destinos pueden partir del equipo profesional, del programa de FEAFES Galicia o de propuestas a iniciativa de los usuarios.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

- Respiro Familiar (Febrero)
- "Coñece a túa provincia" Deputación de Pontevedra – Pazo de Oca (febrero)
- Intercambio Francia (Comenius) (febrero)
- Excursión a Cíes (Comenius (abril)
- Viaje Sanxenxo (abril)
- Respiro familiar (junio)

- Ping Pong (julio)
- Camino de Santiago (septiembre)
- Respiro Familiar (Noviembre)
- Respiro Familiar (diciembre)

usuarios atendidos 38

2.5

atención a domicilio

SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

FUNDAMENTACION

La asistencia psicosocial a las personas con enfermedad mental y a sus familiares, en su propio domicilio, siendo un refuerzo al tratamiento médico-psiquiátrico y tiene como finalidad mantener al enfermo/a en su entorno con una calidad de vida digna.

OBJETIVOS

- Ampliar la red de apoyo al enfermo/a
- Formar sobre la enfermedad
- Reforzar el cumplimiento del tratamiento
- Potenciar la autonomía cotidiana
- Dar soporte emocional

METODOLOGÍA

Metodología: A partir de una valoración inicial, se establece un calendario aproximado de visitas en el domicilio para hablar de las necesidades de la familia y/o usuario/a en relación a la problemática mental y buscar de forma conjunta una solución.

Instrumentos:

. Contactos telefónicos con usuarios y familiares

. Visitas domiciliarias

. Entrevistas con familiares

. Registro de llamadas y visitas

. Coordinaciones con Servicios Sociales y Sanitarios

ACTIVIDADES

- Recepción y valoración de demandas

- Estudio individual de casos

- Plan individualizado de intervención

- Autocuidados (pautas de higiene personal y hábitos)

- Actividades de la vida diaria

- Psicoeducación

- Apoyo emocional

- Intervención familiar

- Acompañamientos

PROGRAMAS

"Programa Ayuda a Domicilio (Pad)"
Subvención IRPF a través del Ministerio de Sanidad, Politica Social e Igualdad

"Programa de Atención A Domicilio En El Medio Rural Gallego (Atedom)"
Financiado a través de FEAFES GALICIA por la Consellería de Traballo e Benestar

EVALUACION

Destacar que la atención domiciliaria ha supuesto en la mayoría de los casos un refuerzo de la red social de los/as usuarios / as atendidos / as así como un apoyo emocional importante.

3

usuarios atendidos

2.6

escuela de familias

2.6 ESCUELA DE FAMILIAS

FUNDAMENTACIÓN

El programa se basa en tres pilares fundamentales:

- **Información sobre la Esquizofrenia**: dotar a las familias de información clara y objetiva sobre la naturaleza de la Esquizofrenia y/o el Trastorno Bipolar, su tratamiento, pronóstico y prevención de recaídas.

- **Habilidades de Comunicación:** es importante mejorar la comunicación desviada (comunicación vaga, confusa, complicada y contradictoria, comunicación basada en la crítica). El programa va dirigido al incremento de la comunicación y de la capacidad de establecer estrategias de solución de problemas.
- **Disminuir la Emoción Expresada:** los comentarios críticos, las actitudes hostiles y sobreprotectoras repercuten negativamente en el propio enfermo.

OBJETIVOS

•Acoger nuevos familiares
•Buscar el apoyo y la colaboración de la familia en el proceso de rehabilitación
•Involucrar a los familiares en las actividades de la Asociación
•Que conozcan la enfermedad y se conciencien de su papel como agentes y promotores de cambio y normalización
•Que se mejoren las relaciones interpersonales disminuyendo la tensión familiar (entre los familiares no afectados por la enfermedad mental y entre éstos y el familiar afectado por la enfermedad mental)
•Que se incremente la red social de la familia, no aislándose y persiguiendo sus propias metas y proyectos

20

Número de usuarios

METODOLOGÍA

-Metodología: Reuniones con una parte informativa y otra de debate y puesta en común, usando los siguientes instrumentos:

. Programación calendarizada de sesiones entregada a participantes

. Correspondencia

. Llamadas telefónicas

. Documentación y material didáctico

. Bibliografía: -Programa Escuela Familias de FEAFES

-"Cómo afrontar la esquizofrenia". Rebolledo y Lobato. FEAFES.

-" ¿Qué es el trastorno bipolar? Vieta E. Colom F., Martinez-Aran, A Janssen-Cilag

- " Un camino de vuelta. El tratamiento de la esquizofrenia y su cumplimiento" Rodríguez A. Ed. Glosa

- "DSM III: Manual diagnostico y estadístico de los trastornos mentales"

. Medios audiovisuales

RECURSOS:

Materiales: lecturas, pizarra, artículos de libros, periódicos y revistas, ordenador portátil, cañón y material interactivo.

BENEFICIARIOS

•Familias con al menos un miembro enfermo mental crónico

•Familias con problemas de convivencia con el enfermo

•Familias que no se hayan beneficiado nunca de un Programa de Familias

•Familias que hayan demandado Terapia Familiar de forma activa

•Familias con un alto grado de Emoción Expresada (EE)

EVALUACION Y CONCLUSIONES:

Acoger nuevos / as familiares: Se han incorporado 4 nuevos / as familiares más. Este año, ha sido muy innovador y enriquecedor el introducir el empleo (practicas no remuneradas) y la formación con apoyo, donde las familias han visto como sus familiares pueden y se benefician de integrarse en un entorno normalizado.

2.7

SERVICIO DE ORIENTACIÓN LABORAL

2.7.1 SERVICIO DE ORIENTACIÓN LABORAL

FUNDAMENTACIÓN

La Orientación laboral consiste en ayudar a personas desempleadas, o aquellas que quieran cambiar de empleo, a conseguir un puesto de trabajo. Esto se consigue proporcionando asesoramiento, información y entrenamiento que facilite su inserción profesional. La orientación persigue incrementar la empleabilidad de una persona formándola en técnicas de búsqueda de empleo como la elaboración de un curriculum vitae, la preparación de una entrevista de selección o la búsqueda de ofertas de empleo, así como desarrollando aquellos aspectos personales que la ayuden en la consecución de sus objetivos, como aumento de la autoestima, concienciación de que el control de su vida depende de ella misma, etc.

En los colectivos que se hallan en riesgo de exclusión social este tipo de orientación es recomendable para poder encaminar hacia la consecución de un empleo a personas que ya de por sí tienen dificultades para la misma.

OBJETIVOS

Dotar a los usuarios de herramientas eficaces para la **búsqueda de empleo:** páginas web, elaboración de un currículum, etc.

- **Aconsejar a cada usuario** dependiendo de sus aptitudes o habilidades específicas para encuadrarlo en un perfil acorde con las mismas.
- **Solucionar sus dudas** en cuanto al mundo laboral se refiere.
- **Orientación académica** de quienes se hallen interesados.
- Apoyar su **búsqueda de empleo** o de formación de forma continuada.

ACTIVIDADES

Se dedica un momento del día para ir entrevistando a aquellos usuarios que estén interesados en recibir orientación laboral o académica.

METODOLOGÍA

-En un despacho, el entrevistador se sienta frente al usuario y le pide sus datos, si no los tiene, o completa información relevante acerca del mismo.

-Durante la entrevista se tratan sus motivaciones, miedos, intereses y se trata de resolver sus dudas.

-Se dedica alguna hora a realizar tests y ejercicios para medir sus niveles de motivación al trabajo, así como de orientación académica (como el CIPSA) en los que se recoge valiosa información sobre los temores y preferencias de los usuarios en el ámbito laboral y académico.

TEMPORALIZACIÓN

En el día de la semana y la hora que resulte más conveniente para los usuarios y los profesionales, adecuándose al resto de actividades del centro.

RECURSOS

MATERIALES:
-Material de papelería, fichas con test
HUMANOS: Integradora social.

USUARIOS: 9

EVALUACIÓN

En el caso de la orientación laboral, los resultados de las entrevistas con los usuarios lo son todo a la hora de realizar una evaluación.

A grandes rasgos, se puede decir que la media de usuarios que realmente se encuentran interesados en incorporarse al mercado laboral es reducida, dado que la propia enfermedad unida al hecho de estar percibiendo, en muchos casos, una pensión, supone un hándicap para muchos o el encontrarse en una situación de comodidad y conformismo de la que es difícil abstraerlos.

Como orientadores, nuestro trabajo también consiste en animar a aquellos que consideramos con capacidades y probabilidades de éxito a tratar de plantearse la posibilidad de desempeñar un empleo o de realizar prácticas en algún puesto dentro de sus preferencias, sabiendo que el desempeño de un empleo es a menudo una terapia magnífica para mejorar la autoestima de las personas con discapacidad, y una oportunidad de vivir experiencias nuevas y enriquecedoras.

2.7.2 PROSPECCIÓN LABORAL

FUNDAMENTACIÓN

Dentro del colectivo de desempleados con mayor dificultad de inserción en el mercado laboral, se encuentran las personas con discapacidad psiquiátrica. Los factores que agravan su situación de desempleo provienen de diferentes ámbitos:

-Situación del mercado laboral

-Prejuicio social frente a la enfermedad mental

-Dificultades del usuario derivadas de su propia discapacidad

OBJETIVOS

-Favorecer la **inserción sociolaboral** de los usuarios, en puestos del mercado laboral (ordinario o protegido), ofreciéndoles apoyos individualizados para el acceso y mantenimiento del empleo.

-Ofrecer un **contexto de demostración** de las capacidades laborales del colectivo y de sus posibilidades de inserción laboral normalizada.

-**Valorar, incrementar y potenciar** sus competencias profesionales como trabajador.

-Paralelamente, el cuidado **de su salud mental.**
-Propiciar **el cambio de rol** de enfermo a trabajador, utilizando previamente los recursos disponibles para conseguir su incorporación al mundo laboral.

USUARIOS: 3

METODOLOGÍA

-**Ordenar los datos de los usuarios por perfiles,** de forma que se tengan archivados por intereses, capacidades, formación, aspiraciones, etc.

-**Preparar un listado con empresas** que puedan resultar interesantes para la colocación de nuestros usuarios, acorde con los perfiles de los que disponemos. La experiencia nos dicta que son preferibles los trabajos manuales, mecánicos, en los que no haya mucho contacto con el público o trabajos en grupo, ya que las personas con enfermedades mentales suelen trabajar mejor cuando no tienen que coordinarse con otros.

-**Llamar a las empresas** para presentarse como asociación y tratar de concertar una entrevista personal con el encargado de RR.HH o el gerente para tratar el

tema con más detalle, hablarle de las enfermedades mentales y la lucha contra el estigma, de experiencias satisfactorias previas de este colectivo en el trabajo y tratar de llegar a un convenio de prácticas o de inserción laboral.

RECURSOS

MATERIALES:
-Equipo informático (ordenador, impresora, etc.)
-Material de papelería (folios, bolígrafos, etc.)
-Teléfono

HUMANOS:
-Integradora Social

ACCIONES REALIZADAS

PRÁCTICAS

Durante dos meses dos usuarios de Avelaíña realizaron prácticas profesionales en el centro de Talasoterapia Talaso Atlántico, realizando tareas de mantenimiento y cocina.
El convenio supuso un avance importante en el camino hacia la integración laboral y la normalización de la vida de las personas con enfermedad mental.

CURSO DE JARDINERIA

Actividades auxiliares en viveros, jardines y centros de jardinería'
impartido por la Asociación Avelaíña terminará el 17 de marzo de este año tras 330 horas lectivas .
Organizado por FSC Inserta, entidad para la formación y el empleo de la Fundación ONCE, que lo desarrolla dentro del Programa 'Por talento', con la cofinanciación del Fondo Social Europeo.
Fecha de comienzo: 2 de diciembre de 2013
Finalización: 17 de marzo de 2014

EVALUACIÓN

El servicio de Prospección laboral de Avelaíña tiene por objeto facilitar la inserción laboral de los usuarios/as, mediante el acercamiento y ajuste entre oferta y demanda de empleo, pudiendo, además, realizar un seguimiento individualizado en el empleo.
En la medida de lo posible, se persigue consolidar un Servicio de Intermediación para la selección/contratación de personal por parte de las empresas, entendiendo por "intermediación", facilitar la relación y el conocimiento entre la persona desempleada que busca un empleo y la empresa que requiere cubrir dicho puesto de trabajo.

Para ello, este año se ha realizado un sondeo a base de entrevistas individualizadas a usuarios y llamadas telefónicas a empresas en donde se ha procurado:
- Conocer las expectativas y necesidades de ambas partes (usuarios y empresas).

- Conciliar intereses e identificar los puntos de coincidencia entre las necesidades de la empresa y las competencias que la persona desempleada posee.
- Completar el itinerario de inserción sociolaboral, favoreciendo la colocación de los usuarios en el mercado laboral.
- Acercar la oferta a la demanda.
- Retroalimentar el conjunto del dispositivo y el planteamiento de estrategias.

2.8

SERVICIO DE acompañamientos, GESTIÓN Y TRAMITACIÓN

SERVICIO DE ACOMPAÑAMIENTOS, GESTIÓN Y TRAMITACIÓN

FUNDAMENTACIÓN

Dadas las características de las personas con problemas de salud mental y sus dificultades a la hora de enfrentarse tanto a actividades cotidianas en el ámbito comunitario, como a tareas o gestiones con un grado más elevado de dificultad, se hace necesario un acompañamiento social como apoyo en su consecución.

OBJETIVOS

Mediante el acompañamiento podemos:

- Proporcionar **apoyo al usuario,** establecer contacto así como crear lazos de confianza, relajar, generar alternativas, centrar a la persona identificando sus potenciales.

-Desarrollar **acciones positivas.** Se trata de identificar dificultades, analizarlas y explorar alternativas, para poder llevarlas a cabo mediante el refuerzo, en un principio, del acompañante.

Todo ello conducente a dotar al usuario de las herramientas necesarias para que en un futuro pueda desarrollar una serie de actividades de forma autónoma.

METODOLOGÍA

El acompañamiento suele ser individual, aunque también puede realizarse en grupo. No solo se trabaja el acercamiento al recurso, sino también el acompañamiento durante todo el proceso.

Consiste en acompañar a un usuario durante la realización de actividades cotidianas en el ámbito comunitario, siendo el acompañante, en este caso la Traba-

jadora Social, facilitador de situaciones de interacción social y de integración con su comunidad. Estarían incluidos aquí todos aquellos acompañamientos en el domicilio y en el entorno (Centros de Salud, Servicios Sociales, entidades bancarias, compras varias...).

Especial mención requieren aquellas personas tuteladas por la FUNGA o aquellas que sin estarlo, carecen de todo tipo de apoyo familiar, con las cuales el acompañamiento será más exhaustivo y con mayor carga de horas y servicios al acompañante, incluyendo además de los ejemplos mencionados, todos aquellos relacionados con el entrenamiento en AVD´s básicas e instrumentales.

USUARIOS

16

usuarios atendidos

(De los cuales tutelados o sin apoyo familiar: 9)

2.9

PROGRAMA EUROPEO COMENIUS REGIO

PROGRAMA EUROPEO COMENIUS REGIO

PROGRAMA DE INTEGRACIÓN DE LA DISCAPACIDAD: "Comenius Regio", en colaboración con CEIP e IES A Sangriña, y el Centro de Discapacidad San Xerome Emiliani, también de A Guarda.
Se trata de un Programa financiado por la Comunidad Europea, dentro del Programa de Aprendizaje, como medio para intercambiar experiencias educativas entre diferentes regiones europeas.

En este caso, las dos regiones que colaboran en este Programa son A Guarda (España) y la Región Nord-Pas de Calais (Francia).

Esta iniciativa tiene una duración de dos años y los participantes suman un total de 800 alumnos pertenecientes a los tres centros educativos, EL IES A Sangriña, la Asociación San Xerome Emiliani y la Asociación Avelaíña.

OBJETIVOS

El proyecto pretende crear una comunidad de aprendizaje entre dos realidades europeas, con el fin de favorecer la cooperación y la comunicación entre ambas, comparando diferentes maneras de enseñar y diferentes sistemas escolares.

En el programa se estudian los programas europeos, como motor de inclusión de personas con discapacidad intelectual y personas con enfermedad mental.

PROFESIONALES

Psicóloga

Terapeuta ocupacional

Educadora social

ACTIVIDADES

-Taller de danza moderna: a partir del 10 enero, y hasta el 21 de marzo, todos los jueves de 15:30 a 16:30 en IES A Sangriña.

-Ciclo de cine Medioambiental:

30 enero: O ouro azul

6 febrero: Os espigadores e a espigadora

6 marzo: A pegada ecolóxica do home.

-Taller de cerámica: 7, 14 y 22 marzo

-Intercambio con Francia (2 al 9 abril)

-Representaciones teatrales (3 abril)

-Excursión a Cíes (4 abril)

-**Viaje a Santiago de Compostela** (6 abril)

-Visita a Viana do Castelo y ruta por costa portuguesa (7 abril)

-Piragüismo (8 abril)

-Ciclo de cine sobre discapacidad

10 abril: Bailo por dentro

17 abril: Elling

24 abril: Intocables

-Torneo futbito (30 abril)

-Ciclo do millo. Tercera parte – elaboración de pan (8 mayo)

-Senderismo – Ruta Muíños do Folón (10 mayo)

-Viverismo (23 mayo)

avelaíña

ASOCIACIÓN SAÚDE MENTAL

Memoria de Actividades 2013