

 	PLAN ANUAL	MR058 Edición: 01.Data: 12/01/2010
---	-------------------	---

PLAN OPERATIVO ANUAL DE ADISBISMUR AÑO 2023

DATA: 19/12/2022

COMITÉ PLANIFICADOR: Ramón Sestayo Lestón, Fina Lestón Barreiros, Loreto Sambade, Antonieta Outón Suárez e Benigno Vara Sendón.

1. INTRODUCCIÓN:

O Comité Planificador revisa toda a información recollida ao longo do ano, a través das enquisas de satisfacción, de necesidades e expectativas e das distintas reunións con socios/as, profesionais, usuarios/as do Centro e familiares. Tamén se tivo presente a situación económica e social tanto da comarca como da entidade. Unha vez analizada toda esta documentación e tendo tamén en conta as necesidades das persoas con discapacidade e as previsións financeiras, acordouse propoñer os seguintes obxectivos para o próximo ano.

2. OBXECTIVOS E ACCIÓNS A DESENVOLVER:

OBXECTIVO 1: Manter as actividades e talleres que se realizaron o ano pasado e que serían as seguintes:

•ALFABETIZACIÓN.

O obxectivo xeral da actividade é perfeccionar a comprensión e expresión escrita a través do traballo práctico, fomentando o hábito de lectura e escritura, tentado mellorar así as súas capacidades cognitivas e de formación.

Impartiranse dúas horas diarias tódolos días excepto os venres, unha hora para os/as usuarios/as do centro de día (de 10 a 11 h.) e outra para os/as do centro ocupacional (11 a 12 h.).

Nº de horas previstas: 360 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez e Dolores Rei Novio

•INFORMÁTICA.

O obxectivo desta actividade é adquirir uns coñecementos básicos no manexo do ordenador.

Impartirase de luns a xoves dúas horas diarias, alternando os grupos con alfabetización: os/as usuarios/as de Centro Ocupacional, (de 10 a 11 h.) e os/as de Centro de Día (de 11 a 12 h)

Nº de horas previstas: 360 horas

Responsables: Maria Beiro Fernández e Manuel Castelo García.

Actividades da vida diaria (AVD's)

O obxectivo destas actividades é acadar unha maior autonomía nas seguintes tarefas:

Afeitado:

Preténdese que os usuarios sexan capaces de afeitarse de forma autónoma.

Realizarase martes e xoves de 15:00 a 15:30 h e venres de 10 a 10:30 h.

Nº de horas previstas: 66 horas

Responsable: Manuel Castelo García

Manexo de euros, manexo do reloxo e atado de cordóns :

O obxectivo destas actividades é que as persoas sexan capaces de conseguir unha maior independencia persoal.

Impartirase diariamente de 10 a 12 h.

Nº de horas previstas: 360 horas



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

Responsable: Alicia Creo Lago.

Para facer as prácticas do manexo do euro contamos coa actividade de **compra no supermercado**.

Realízase os luns de 10:30 a 12:00.

Nº de horas previstas: 67 horas

Responsable: Dolores Rey Novío e Alicia Creo Lago.

Limpeza :

O Obxectivo desta actividade é acadar unha maior autonomía nas labores de limpeza.

Realizarase a limpeza dos baños os martes e xoves, os de abaixo de 10:00 a 11:00h e os de arriba de 16:00 a 17:00h.

Nº de horas previstas: 88 horas

Responsable: Loreto Sambade Lestón (baños de abaixo) e Rosa Núñez Mayo (baños de arriba).

Os venres limpeza de aulas, talleres e baños, que se fai conxuntamente monitores/as e usuarios/as.

A limpeza de comedor realízase todos os días de 15:00 a 16:00.

Nº de horas previstas: 230 horas

Comedor:

O obxectivo é adquirir suficiente destreza nesta actividade, que os/as usuarios/as aprendan a colocar os pratos, cubertos, vaso, etc., no lugar correspondente, para posteriormente aplicar os coñecementos adquiridos na súa vida diaria.

Diariamente de 12 a 12:30 e de 15:30 a 16:00 todos os/as usuarios/as do centro repartidos en un grupo cada día.

Nº de horas previstas: 115 horas

Responsable : Rosa Núñez Mayo

Ducha e vestido:

O obxectivo desta actividade é conseguir ducharse e vestirse de maneira independente.

Para a realización destas actividades temos fixado o luns e o venres no centro e o día de piscina de 10:00 a 11 :00.

Nº de horas previstas: 104 horas

Responsables: Manuel Castelo García, Loreto Sambade Lestón, María Couselo Ferreiro.



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

Cociña:

O obxectivo desta actividade é adquirir os coñecementos necesarios para realizar esta actividade de maneira autónoma.

Grupos de cinco usuarios/as de 11 a 12 h os martes.

Nº de horas previstas: 46 horas

Responsable: Ramiro Bao Vázquez e M^a Dolores Rey Novío.

Lavado, tendido e pranchado de roupa:

O obxectivo é adquirir uns coñecementos básicos na actividade, que favorezan a autonomía, independencia e autosuficiencia no día a día.

De luns a xoves de 11:00 a 11:45, farano os/as usuarios/as que o teñan establecido na planificación individualizada.

Nº de horas previstas: 33 horas

Responsable : Rosa Núñez Mayo

TALLERES OCUPACIONAIS.

O obxectivo xeral destes talleres é facilitar a formación para unha posterior integración laboral das persoas con discapacidade.

•Taller Viveirismo .

Adquirir coñecementos na produción de plantas en Viveiros, produtos hortícolas e mantemento de xardíns.

Este taller impártese de luns a venres de 15:00 a 17:00.

Nº de horas previstas: 360 horas

Responsable: M^a Carmen Estévez Lourido, José Antonio Bermúdez Sánchez e M^a Consuelo Molinos Núñez.

•Taller de Cerámica

Adquirir coñecementos nas técnicas de manipulado e creatividade co barro.

Este taller impartirase de luns a venres polas tardes de 15:00 a 17:00 horas,.

Nº de horas previstas: 360 horas

Responsable: Benigno Vara Sendón e María Beiro Fernández e

Alicia Creo Lago.

•**Taller de Cestería**

Aprender distintas técnicas de entrelazado do mimbre.

Tamén se impartirá de luns a venres polas tardes co mesmo horario de cerámica. Os/As usuarios/as destes talleres están organizados por quendas, para rotar polos tres talleres.

Nº de horas previstas : 360 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez, Loreto Sambade Lestón, Manuel Castelo García.

ATENCIÓN ESPECIALIZADA

•**Fisioterapia**

O obxectivo desta actividade é adquirir maior independencia fisco-motora, deter ou minimalos procesos dexenerativos, potenciais capacidades residuais e loitar contra as secuelas de inactividade.

O horario é de 10:00 a 14:00 e de 15:00 a 18:00 horas

Nº de horas previstas: 1260 horas

Responsable: Cristina Carregal Fernández.

•**Logopedia**

Destinada a aquelas persoas que necesitan traballar a mobilidade dos órganos fonoarticulatorios para aumentar a capacidade de comunicación.

Impártese de luns a venres de 09:00h. a 14:00h. e de 15:00 a 17:00 h., 7 horas diarias.

Nº de horas previstas: 1260 horas

Responsable: Laura Fiúza Portela

•**Terapia ocupacional.**

O obxectivo desta actividade é mellorar a autonomía persoal nas actividades básicas e instrumentais da vida diaria, así como mellorar as capacidades cognitivas das persoas con discapacidade. Impártese de luns a venres de 10:00h a 14:00 e de 15:00 a 18:00.

Nº de horas previstas:1260 horas

Responsable: María Adelina Couselo Ferreiro



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

•Educación Social

O obxectivo desta actividade é traballar coas familias e coas persoas con discapacidade a diferentes niveis para mellorar as relacións sociais.

Horario de luns a venres de 10:00h a 14:00 e de 15:00 a 18:00

Nº de horas previstas: 1260 horas

Responsable: Alicia Creo Lago

•Atención Psicolóxica

O obxectivo desta actividade é traballar coas persoas e coas familias a nivel psicolóxico para mellorar tanto a autoestima como as actitudes disruptivas dos/as usuarios/as.

Horario de luns a venres de 9:00h a 14:00 e de 15:00 a 18:00.

Nº de horas previstas: 1440 horas

Responsable: Ismael Pena Sendón

TALLERES LÚDICOS.

•Teatro.

Esta actividade trata de estimular a imaxinación e a creatividade. Realizarase os martes de 12:00 a 13:00 e venres de 10:00 a 12:00

Nº de horas previstas:141 horas

Responsable: M^a Carmen Estévez Lourido

•Manualidades.

Trabállanse distintas actividades para mellorar as habilidades manuais e psicomotoras específicas.

Esta actividade realizarase os venres de 10:00 a 13:00.

Nº de horas previstas:88 horas

Responsables: Alicia Creo Lago, Antonieta Outón, Dolores Rey Novío, María Beiro Fernández e Manuel Castelo García.

•Clube de lectura e audiovisuais:

O seu obxectivo é desenrolar as capacidades cognitivas a través da lectura e dos audiovisuais.

Realizarase os mércores de 15:30 a 17:00 os venres de 12:00 a 13:00.

Nº de horas previstas: 95 horas

Responsable: Alicia Creo Lago e Dolores Rey Novio.

•Músicoterapia .

O obxectivo xeral é o goce e disfrute da música, aprender a amosar emocións, sentimentos, estados de ánimo, etc., usandoa como unha ferramenta terapéutica dende un punto de vista lúdico, terapéutico e educativo.

Realizarase dúas horas un día a semana, durante tres meses ao ano.

Nº de horas previstas: 50 horas.

Responsables: Profesor de musicoterapia e M^a Carmén Estévez Lourido.

DEPORTES E XIMNASIA DE MANTEMENTO.

•Deporte

O obxectivo desta actividade é promover o mantemento de capacidades físicas para previr problemas de obesidade e o mesmo tempo rehabilitar capacidades funcionais perdidas.

Esta actividade realizarase os luns e mércores de 12:00 a 13:00 horas.

Nº de horas previstas: 144 horas

Responsable: Manuel Castelo García, Loreto Sambade Lestón e Alicia Creo Lago

•Bailoterapia.

Esta actividade favorece o desenvolvemento emocional, sensorial e motriz. Axúda a manter a forma física.

Esta actividade realizarase os martes e xoves de 12:30 a 13:00 horas.

Nº de horas previstas: 44 horas

Responsable: Loreto Sambade Lestón.

•Natación terapéutica

Os exercicios que se realizan nesta actividade están encamiñados a rehabilitación ou compensación de determinadas doenzas articulares ou lesións, xa que a auga é un medio adecuado para este tipo de actividades, pois aínda que implica unha maior resistencia é moi difícil lesionarse. Ademais os exercicios na auga favorecen a circulación e a súa práctica pódese adaptar a calquera persoa e a calquera idade e condición física.

Esta actividade realízase na piscina de Muros os mércores de 11:00 a 14:00.

Nº de horas previstas: 156 horas

Responsables: Loreto Sambade Lestón, María Beiro Fernández e Manuel Castelo García.

OUTRAS ACTIVIDADES

Realizaremos, como todos os anos, as festas de Entroido, Magosto, Samaín, Día da Discapacidade, Festivales, Nadal, etc.

Baloncesto e deportes: Xornadas Deportivas anuais, con outras entidades de persoas con discapacidades.

Obradoiros de cestería e cerámica: en colexios, institutos, feiras...

Excursións: Está previsto facer 12 excursións anuais, que se concentran principalmente nos meses de verán.

Feiras: Asistencia a feiras para vender os produtos elaborados polos/as usuarios/as do Centro: Muros Mira ao Mar, Feiriña Outes, Mercadillo Nadal, Festifolk Mazaricos, ...

Festivais: Representación de teatro e bailes a cargo de monitores/as e usuarios/as do centro, nos concellos de Muros, Outes e Mazaricos.

Outros Servizos do Centro



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

Cociña e comedor: Este servizo préstase en horario de 13:15 a 15:30 horas

Transporte Adaptado: Tamén se continuará a prestar este servizo. O horario será de 9:00 a 10:00 e de 17:00 a 18:00

Outros servizos da Asociación.

Prestaranse os servizos de:

- Información e Asesoramento
- Solicitude de subvencións, pensións,...
- Emprego
- Ocio e tempo libre
- Escola de familias
- Atención as familias
- Préstamo de produtos ortopédicos.
- Respiro familiar

OBXECTIVO 2: Respiro familiar.

É unha actividade importante tanto para as familias como para as persoas usuarias aínda que non temos ningunha subvención intentaremos seguir mantendo este servizo.

OBXECTIVO 3: Aumentar dúas prazas públicas de C.O. para incluír as persoas que están en praza privada

OBXECTIVO 4: Aumentar a produción, extensión e variedade de cultivo. Conseguir o selo de agricultura ecolóxica

OBXECTIVO 5: Adquirir unha nova furgoneta adaptada, cos fondos NextGenerationEU.

OBXECTIVO 6: Organizar e mellorar o funcionamento da páxina web, dedicando unha persoa a súa actualización e ao manexo da tenda.

 	PLAN ANUAL	<p style="text-align: center;">MR058</p> <p style="text-align: center;">Edición: 01.Data: 12/01/2010</p>
---	-------------------	---

OBXECTIVO 7: Construcción dunha residencia. Buscaranse subvencións nos diferentes organismos para comezar coas obras de adecuación da escola unitaria de Cruceiro de Roo.

OBXECTIVO 8: Conseguir algún convenio cos concellos para a realización do mantemento dos xardíns municipais

Responsable: Xunta directiva

PREVISIÓN DE GASTOS E INGRESOS PARA O ANO 2023

- GASTOS:

• Salarios + Seg. Soc.	429.779
• Mantemento vehículos	10.000
• Seguros	8.500
• Combustible vehículos	27.000
• Combustible calefacción	4.230
• Combustible cociña	900
• Electricidade	7.000
• Correos	100
• Teléfono	1.500
• Taxas e impostos	1.000
• Produtos alimentación	20.000
• Mantemento ascensores	4.000
• Mantemento do Centro	3.500
• Suministros talleres	7.000
• Desprazamentos e dietas	1.000
• Servizos bancarios	1.500
• Prevención de riscos	2.000
• Gastos de limpeza	1.500
• Material de oficina e fotocopias	3.600
• Publicidade	100
• Material informático	2.000
• Material funxible específico	600
• Prestación de servizos de outras empresas (Viv. Valad.)	40.700
• Servizo Profesionais independentes	12.600
• Control sanitario	600
• Gastos páxina web	300
• Alarma	300
• Outras actividades do centro.....	2.000
• Gastos de formación.....	300
• Gastos imprevistos	5.000
• Amortización.....	58.648

TOTAL GASTOS ----- 657.257

- INGRESOS:

• Cotas socios/as.....	3.500
• Libranzas	4.620
• Prazas Centro de Día	283.098
• <i>Prazas Centro Ocupacional</i>	155.720
• Cotas usuarios/as	76.910
• Subvención cooperación	34.119
• Subvención violencia xénero	21.547
• Subvención Política Social (voluntariado)	1.000
• Subvención Concellos	3.000
• Servizo transporte adaptado	9.600
• Respiro familiar.....	5.500
• Captación de recursos (festivais, rifas, ...)	8.000
• Ingresos talleres.....	18.000
• Donativos	5.000
• Deputación de A Coruña.....	25.000
• Fundacións privadas	3.000

TOTAL INGRESOS ----- 657.614