

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

[PLAN OPERATIVO ANUAL DE ADISBISMUR AÑO 2024](#)

DATA: 26/12/2023

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

1. INTRODUCCIÓN:

O longo do ano recollese información dos nosos grupos de interese a través de enquisas, reunión grupais e individuais, propostas de mellora, suxestións,... É importante ter en conta a previsión financeira da entidade así como a situación social e económica da comarca. Partindo de toda esta información plantexamos estes obxectivos para este ano 2025.

2. OBXECTIVOS E ACCIÓNS A DESENVOLVER:

OBXECTIVO 1: Realizar os talleres e actividades que se levaron a cabo o ano pasado no Centro de Recursos, aumentando o servizo de pedagogía quedando da seguinte forma:

•ALFABETIZACIÓN.

Perfeccionar a comprensión e expresión escrita dos/as usuarios/as a través do traballo práctico, fomentando o hábito de lectura e escritura, tentando 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: 376 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez e M^a Dolores Rey Novio

•INFORMÁTICA.

O obxectivo desta actividade é a formación no uso das novas tecnoloxías.

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: 376 horas

Responsables: María 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/as usuarios/as logren 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: 69 horas

Responsable: Manuel Castelo García

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

O obxectivo destas actividades é o de acadar unha maior autonomía persoal.

Impartirase diariamente de 10 a 12 h.

Nº de horas previstas: 376 horas

Responsable: María Beiro e Manuel Castelo.

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: 69 horas

Responsable: M^a Dolores Rey Novío.

Limpeza:

O Obxectivo desta actividade é acadar unha rutina e autonomía nas labores propias do fogar.

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: 178 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 consiste en que os/as usuarios/as aprendan a colocar de forma correcta os pratos, cubertos, vasos, 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: 462 horas

Responsable: Juana Romero Figueiras

Ducha e vestido:

O obxectivo desta actividade é conseguir autonomía para 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: 88 horas

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

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: 45 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 é mércores de 11:00 a 12:00, farano os/as usuarios/as que o teñan establecido na planificación individualizada.

Nº de horas previstas: 91 horas

Responsable: Rosa Núñez Mayo e Juana Romero Figueiras

Costura:

O seu obxectivo é o de iniciar as persoas asistentes nos traballos de costura comezando por o manexo da agulla.

Impártese os martes e xoves de 11:00 a 12:00.

Nº de horas previstas: 89 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez

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: 462 horas

Responsable: M^a Carmen Estévez Lourido e M^a Consuelo Molinos Núñez.

•Taller de Cerámica

Adquirir coñecementos nas técnicas de creación de pezas de cerámica.

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

Nº de horas previstas: 462 horas

Responsable: Benigno Vara Sendón, María Beiro Fernández e Alicia Creo Lago.

•Taller de Cestería

Aprender distintas técnicas de entrelazado do mimbre.

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

Nº de horas previstas : 462 horas

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

ATENCIÓN ESPECIALIZADA

•Fisioterapia

O obxectivo desta actividade é minimizar os procesos dexenerativos e potencializar as capacidades residuais.

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

Nº de horas previstas: 1617 horas

Responsable: Cristina Carregal Fernández.

•Logopedia

Con esta actividade preténdese mellorar a capacidade de comunicación das persoas que teñen dificultades na fala.

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: 1617 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: 1617 horas

Responsable: María Adelina Couselo Ferreiro

•Educación Social

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



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

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

Nº de horas previstas: 1617 horas

Responsable: Alicia Creo Lago e M^a Dolores Rey Novío.

•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 10:00h a 14:00 e de 15:00 a 18:00.

Nº de horas previstas: 1617 horas

Responsable: Ismael Pena Sendón

. Servizo de pedagogía

TALLERES LÚDICOS.

•Teatro.

Esta actividade trata de estimular a imaxinación, a memoria e a creatividade.

Realizarase os martes de 12:00 a 13:00 e venres de 10:00 a 12:00

Nº de horas previstas:129 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:126 horas

Responsables: Alicia Creo Lago, Antonieta Outón e Manuel Castelo García.

•Clube de lectura e dinámicas grupais:

O seu obxectivo é desenrolar as capacidades cognitivas a través da lectura e das dinámicas grupais.

Realizarase os mércores de 15:30 a 17:00 os venres de 10:00 a 12:00.

Nº de horas previstas: 151 horas

Responsable: Alicia Creo Lago e Dolores Rey Novio.

•Músicoterapia

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

Realízase 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 o mantemento das capacidades físicas para previr problemas de obesidade e o mesmo tempo rehabilitar capacidades funcionais perdidas.

Esta actividade realízase os luns e mércores de 12:15 a 13:15 horas.

Nº de horas previstas: 91 horas

Responsable: Manuel Castelo García, Antonieta Outón e M^a Dolores Rey Novío.

•Bailoterapia.

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

Esta actividade realízase os martes e xoves de 12:15 a 13:15 horas.

Nº de horas previstas: 89 horas

Responsable: Loreto Sambade Lestón.

•Natación terapéutica

Os exercicios que se realizan nesta actividade están



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

encamiñados a rehabilitación ou compensación de determinadas doenzas articulares ou lesións.

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, Manuel Castelo García e Noelia Espasandin Pazos e Ismael Pena Sendon.

OUTRAS ACTIVIDADES

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

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

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 benéfico de 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

Cociña e comedor: Este servizo préstase en horario de 13:30 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 con discapacidade,tivemos parado o servizo durante dous meses ,polo que tivemos que contratar a unha persoa para seguir mantendo o servizo tan necesario para as familias.

OBXECTIVO 3: Conseguir praza pública para tódolos/as usuarios/as que asisten ao Centro en praza privada.

OBXECTIVO 4: Conseguir fondos para a creación dun novo proxecto de educación medioambiental.

OBXECTIVO 5: Organizar e mellorar o funcionamento da páxina web, dedicando unha persoa a súa actualización e ao manexo da tenda.

OBXECTIVO 6: Construcción dunha residencia. Buscaranse subvencións nos diferentes organismos para comezar coas obras de adecuación da escola unitaria de Cruceiro de Roo, cedida polo concello de Outes.

OBXECTIVO 7: Manter e intentar aumentar os traballos de mantemento de xardíns dos distintos concellos.

OBXECTIVO 8: Rehabilitación das paredes exteriores do Centro para evitar a filtración de humidades ao interior.

PREVISIÓN DE GASTOS E INGRESOS PARA O ANO 2024

- 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
• Fundaci3ns privadas	3.000

TOTAL INGRESOS ----- 657.614