PLAN OPERATIVO ANUAL DE ADISBISMUR ANO 2025

DATA: 20/12/2024

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 pedagoxía 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 Mª 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: Mª 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 Juana Romero Figueiras (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 martes, mercóres 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 Mª 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 de Viveirismo .

Adquirir coñecementos na producción de plantas en Viveiros, productos 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: Mª Carmen Estévez Lourido e Mª 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 minimizalos procesos dexenerativos e potencialas 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: 1617horas
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.
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 Mª 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 pedagoxía

O obxectivo é promover o desenvolvemento de habilidades cognitivas co fin de facilitar a aprendizaxe de capacidades con aplicación practica na vida diaria.

Nº de horas previstas: 1617 horas
Responsable: Noelia Espasandín Pazos

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: Mª 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 cómo 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 Mª 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 realizarase os luns e mércores de 12:15 a 13:15 horas.

Nº de horas previstas: 91 horas

Responsable: Manuel Castelo García, Antonieta Outón e Mª Dolores Rey Novío.

Bailoterapia.

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

Esta actividade realizarase 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 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 productos 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 productos 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: Aumentar o número de usuarias/os para cubrir as prazas públicas que temos libres.

Debido que neste ano 2024 estamos metidos no concerto social da Xunta aumentáronnos dúas prazas de C. D e dúas de C.O, nestes intres debido a problemas familiares dalgún/ha usuario/a que tiveron que marchar do centro temos 3 prazas libres de C.O e 2 prazas de C.D.

OBXECTIVO 4: Organizar e mellorar o funcionamento da páxina web, aínda que unha persoa está traballando na mesma, seguimos sen controlar a páxina por nos mesmos. Solicitamos unha axuda do kit dixital para intentar actualizar a paxina e poder traballar na mesma.

OBXECTIVO 5 : 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. Solicitaremos subvencións a Agader, Galp e a Deputación da Coruña.

OBXECTIVO 6: Manter e intentar aumentar os traballos de mantemento de xardíns dos distintos concellos. Estamos en conversas co Concello de Muros para levarlle o mantemento dos xardíns municipais ,co Concello de Mazaricos para aumentar os mantementos que estamos realizando ata o de agora e co Concello de Outes para levar o mantemento de algunha zona verde.

OBXECTIVO 7: Rehabilitación das paredes exteriores e cambio das fiestras do Centro para evitar a filtración de humidades ao interior.
Realizouse a primeira fase do recubrimento da fachada principal e neste ano vindeiro remataremos de recubrir todo o centro e ademais cambiaremos todas as fiestras e algunhas portas do mesmo.

OBXECTIVO 8: Seguir mellorando o transporte adaptado.
Para o vindeiro ano imos adquirir unha furgoneta que está subvencionada polo Galp e tamén solicitaremos das axudas da Deputación para o ano 2025 outra furgoneta adaptada.

OBXECTIVO 9: Adquisición de novo equipamento para a aula de fisioterapia.
Para seguir mellorando a nosa aula de fisioterapia necesitabamos novo material polo que se lle solicitou a Xunta diverso equipamento co fin de ofrecer mellores servizos as persoas que acoden as sesións de rehabilitación.

PREVISIÓN DE GASTOS E INGRESOS PARA O ANO 2025

- GASTOS:

- Salarios + Seg. Soc. 595.100
- Mantemento vehículos 20.000
- Seguros 10.500
- Combustible vehículos 30.000
- Combustible calefacción 4.230
- Combustible cociña 900
- Electricidade 7.000
- Correos 100
- Teléfono 1.500
- Taxas e impostos 800
- Productos alimentación 26.000
- Mantemento ascensores 4.200
- Mantemento do Centro 4.500
- Suministros talleres 9.000
- Desprazamentos e dietas 1.000
- Servizos bancarios 1.500
- Prevención de riscos 1.500
- Gastos de limpeza 2.000
- Material de oficina e fotocopias 3.600
- Publicidade 150
- Material informático 1.200
- Material funxible específico 600
- Prestación de servizos de outras empresas (Viv. Valad.) 20.000
- Servizo Profesionais independentes 3.000
- Control sanitario 600
- Gastos páxina web 300
- Alarma 300
- Outras actividades do centro..... 2.000
- Gastos de formación..... 300
- Gastos imprevistos 10.000
- Amortización..... 58.648

TOTAL GASTOS -

-------- 820.528

- INGRESOS:

- Cotas socios/as..... 3.700
- Libranzas 5.385
- Prazas Centro de Día e Ocupacional *638.959*
- Cotas usuarios/as 103.015
- Subvención cooperación 34.560
- Subvención Política Social (voluntariado) 1.000
- Subvención Concellos 3.500
- Servizo transporte adaptado 9.600
- Respiro familiar..... 6.600
- Captación de recursos (festivais, rifas, ...) 15.600
- Ingresos talleres..... 20.500
- Donativos 5.000
- Deputación de A Coruña..... 15.000
- Fundacións privadas 3.000

TOTAL INGRESOS --------- 865.419