

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

PLAN OPERATIVO ANUAL DE ADISBISMUR AÑO 2022

DATA: 05/01/2022

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 e de distintas reunións, tanto con socios/as como con usuarios/as do Centro e familiares dos mesmos. Así como tamén a situación económica e social, que debido a situación actual non estamos pasando por un dos mellores momentos da asociación tanto a nivel social como economicamente. Unha vez analizada toda esa documentación e tendo tamén en conta as necesidades do Centro 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 adquirir coñecementos de lecto-escritura e lóxico-matemáticas para manexarse dun modo funcional e práctico na vida diaria, Mellorando 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: 352 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez

•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: 440 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 tarefas realizadas que son as seguintes:

Afeitado:

Preténdese que os/as usuarios/as 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 atar os cordóns e manexar o reloxo e os euros por si mesmas para conseguir unha maior independencia persoal.

Impartirase diariamente de 10 a 12 h.

Nº de horas previstas: 440 horas

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: Tamara Fondo García.

Limpeza :

O Obxectivo desta actividade é a de 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 Tamara Fondo García (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

Posta do 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 todos os/as usuarios/as do centro repartidos en un grupo cada día.

Nº de horas previstas: 115 horas

Responsable : M^a Dolores Rey Novío

Ducha e vestido:

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

Para a realización destas actividades temos fixado o xoves e o venres no centro e os días de piscina: luns, martes e xoves de 13:00 a 13:30.

Responsables: Manuel Castelo García, Loreto Sambade Lestón,

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

María Couselo Ferreiro e María Beiro Fernández.

Cociña:

O obxectivo desta actividade é acadar uns coñecementos para que os/as usuarios/as podan realizar esta actividade nos seus domicilios de maneira autónoma.

Grupos de tres 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 de lavar, tender e prancha, que favoreza a autonomía, independencia e autosuficiencia que poidan aplicar no día a día na comunidade.

De luns a xoves de 16:00 a 16:45, farano os/as usuarios/as que o teñan establecido na planificación individualizada.

Nº de horas previstas: 33 horas

Responsable : Tamara Fondo García e M^a Dolores Rey Novío.

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.

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

Nº de horas previstas: 466 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.



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

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

Nº de horas previstas: 466 horas

Responsable: Benigno Vara Sendón e María Beiro Fernández

•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 : 466 horas

Responsable: Antonieta Outón Suárez e Loreto Sambade Lestón.

ATENCIÓN ESPECIALIZADA

•Fisioterapia

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

Esta actividade esta destinada aos/as usuarios/as de centro de día, aínda que si algún/ha usuario/a de centro ocupacional, necesita algunha rehabilitación puntual tamén é atendido. O horario é de 10:00 a 14:00 e de 15:00 a 17:00 horas

Nº de horas previstas: 1320 horas

Responsable: Cristina Carregal Fernández.

•Logopedia

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

Impártese de luns a venres de 09:00h. a 14:00h. e de 15:00 a 17:00 h., 7 horas diarias. Tres horas están dedicadas a usuarios/as de centro de día e as outras catro aos/as de centro ocupacional

Nº de horas previstas: 1645 horas

Responsable: Laura Fiúza Portela

•Terapia ocupacional.

O obxectivo desta actividade é mellorar a autonomía persoal nas



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

actividades básicas e instrumentais, e mellorar as capacidades cognitivas das persoas con diversidade funcional.

Impártese de luns a venres de 10:00h a 14:00 e de 15:00 a 17:00, 6 horas diarias. Dedicándolle un 27% das horas os/as usuarios/as do Centro de Día e un 73% das horas os/as de Centro ocupacional.

Nº de horas previstas:1320 horas

Responsable: María Adelina Couselo Ferreiro

•Educación Social

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

Horario de luns a venres de 09:00h a 14:00 e de 15:00 a 18:00. 8 horas diarias.

Nº de horas previstas: 1976 horas

Responsable: Yolanda García Suárez

TALLERES LÚDICOS.

•Teatro.

Esta actividade trata de estimular a imaxinación e a creatividade. Realízase 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.

Trabállase distintas actividades para acadar a adquisición de habilidades manuais e psicomotoras específicas.

Esta actividade realízase os venres de 10:00 a 12:00 .

Nº de horas previstas:88 horas

Responsables: Alicia Creo Lago, Tamara Fondo García, María Beiro Fernández e Manuel Castelo García.

•Clube de lectura e audiovisuais:

Trata de desenrolar as capacidades cognitivas a través da lectura e dos audiovisuais.

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

Nº de horas previstas: 95 horas

Responsable: Yolanda García Suárez e Alicia Creo Lago.

•Músicoterapia .

O obxectivo xeral é o goce e disfrute da música, aprender a amosar emocións, sentimentos, estados de ánimo, etc. Usamos a músicoterapia como unha ferramenta terapéutica, que desenrola diferentes modelos de intervención e axuda as persoas con discapacidade, que teñan necesidades socioafectivas 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 promover o mantemento de capacidades físicas para previr problemas de obesidade e o mesmo tempo rehabilitar capacidades funcionais perdidas.

Esta actividade realízase os luns, mércores e venres de 12:00 a 13:00 horas.

Nº de horas previstas: 144 horas

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

•Bailoterapia.

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

Esta actividade realízase os martes e xoves de 12:30 a



PLAN ANUAL

MR058

Edición: 01.Data:
12/01/2010

13:00 horas.

Nº de horas previstas: 44 horas

Responsable: Loreto Sambade Lestón e Tamara Fondo García.

•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 Outes os luns, martes e xoves de 12:00 a 14:00.

Nº de horas previstas: 232 horas

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

OUTRAS ACTIVIDADES

Dependendo da situación epidemiolóxica, se é posible, realizaremos, como todos os anos, as festas de Entroido, Magosto, Samaín, Día da Discapacidade, Nadal, etc.

Baloncesto e deportes: Tres Xornadas Deportivas anuais, como mínimo, con outras asociacións AMBAR, AVANTE, MISELA, AMARAI, A Creba, Integro, Cogami Deza.

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, Mercadillo Nadal, Festifolk ...

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

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 usuarias aínda que non temos ningunha subvención intentaremos seguir mantendo este servizo.

OBXECTIVO 3: Conseguir a integración laboral dalgún/ha usuario/a.

Aproveitar o proxecto de agricultura ecolóxica para a integración laboral dalgún/ha usuario/a.

OBXECTIVO 4: Aumentar o número de prazas públicas tanto de C.D como de C.O.

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

OBXECTIVO 5: Aumentar a produción, extensión e variedade de cultivo.

Aumentar a extensión de cultivo para aumentar os beneficios da horta ecolóxica.

OBXECTIVO 6: Aumentar a flota de vehículos de transporte adaptado.

Solicitouse unha furgoneta a fundación DELOA no ano 2021, temos que facer a inversión a principios deste ano.

Solicitaremos unha furgoneta na partida que lle toca a Galicia polo plan de recuperación, transformación e resiliencia para adquisición de transporte adaptado.

OBXECTIVO 7: Organizar e mellorar o funcionamento da páxina web.

Nomearase a un/ha responsable do funcionamento da páxina web e da tenda on-line.

OBXECTIVO 8: Construción dunha residencia.

Pedirase subvención o Plan de transformación e resiliencia.

OBXECTIVO 9: Incorporación dunha nova actividade.

Establecerase unha nova actividade de costura, que se realizará os martes e xoves de 11:00 a 12:00h

Nº de horas previstas: 176 horas

Responsable: Antonieta Outón

PREVISIÓN DE GASTOS E INGRESOS PARA O ANO 2022

- GASTOS:

• Salarios + Seg. Soc.	380.700
• Mantemento vehículos	7.000
• Seguros	8.000
• Combustible vehículos	17.000
• Combustible calefacción	4.000
• Combustible cociña	700
• Electricidade	7.000
• Correos	150
• Teléfono	1.500
• Taxas e impostos	340
• Produtos alimentación	22.000
• Mantemento ascensores	4.000
• Mantemento do Centro	4.500
• Suministros talleres	7.000
• Desprazamentos e dietas	1.000
• Servizos bancarios	1.500
• Prevención de riscos	1.200
• Gastos de limpeza	1.500
• Material de oficina e fotocopias	3.000
• Publicidade	100
• Material informático	2.500
• Material funxible específico	600
• Prestación de servizos de outras empresas (Viv. Valad.)	40.728
• Servizo Profesionais independentes	9.800
• Control sanitario	600
• Gastos páxina web	300
• Alarma	300
• Outras actividades do centro.....	2.000
• Gastos de formación.....	300
• Gastos imprevistos	15.000
• Amortizacion.....	42.000

TOTAL GASTOS ----- 586.318

- INGRESOS:

• Cotas socios	2.550
• Libranzas	11.764
• Prazas Centro de Día	252.550
• <i>Prazas Centro Ocupacional</i>	145.888
• Cotas usuarios	80.000
• Subvención cooperación	32.715
• Subvención Política Social (voluntariado)	1.000
• Subvención Concellos	3.000
• Servizo transporte adaptado	9.600
• Respiro familiar.....	3.600
• Captación de recursos (festivals, rifas, ...)	5.500
• Ingresos talleres.....	10.000
• Donativos	2.000
• Deputación de A Coruña.....	25.000
• Fundacións privadas	3.000

TOTAL INGRESOS ----- 588.167