MEMORIA ACTIVIDADES 2019

- Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da Mancomunidade de Ordes.
- Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da comarca Ulla-Sar
- Centro Especial de Emprego

1. QUEN SOMOS
   1.1. Equipo Humano
   1.2. Equipo Técnico
2. AMBITO DE ACTUACIÓN
3. QUE FACEMOS
   3.1. Organigrama
   3.2. Horario
      - CRPL de Ordes
      - CRPL e CEE de Dodro
   3.3. Programas, Actividades e Servizos realizados:
      3.3.1. Comúns en Andaina PSM
         3.3.1.1. Programa de Rehabilitación Psicosocial
            - Atención Psicolóxica
            - Grupo de Apoio e Habilidades Sociais
            - Rehabilitación Cognitiva
            - Educación para a Saúde e fomento da Práctica Deportiva
         3.3.1.2. Programa de Atención Domiciliaria
         3.3.1.3. Programa de Igualdade
         3.3.1.4. Programa de Ocio e Tempo Libre
         3.3.1.5. Programa de Información, Asesoramento e Orientación
         3.3.1.6. Escola de Familias
         3.3.1.7. Programa de Acompañamento Comunitario
         3.3.1.8. Programa de Sensibilización e Comunicación
         3.3.1.9. Programa de Voluntariado
         3.3.1.10. Servizo de Transporte
      3.3.2. Específicos
         3.3.2.1. Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da Mancomunidade de Ordes
            - Arteterapia
            - Cociña
            - Ioga

3.3.2.2. Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da Comarca de Ulla-Sar

- Teatro
- Radio

3.3.2.3. Centro Especial de Emprego

- Formación e Talleres Pre-Laborais

4. ANDAINA EN CIFRAS
5. COLABORADORES

PRESENTACION

Dende Andaina Pro Saúde Mental presentamos a memoria de actividades correspondente ao ano 2019 co fin de dar a coñecer a todos os usuarios, familiares, colaboradores e persoas interesadas os principais logros acadados así como as actuación desenvoltas durante o devandito ano.

Un ano máis Andaina Pro Saúde Mental continúa o seu camiño pese as dificultades sobrevidas coa perda dalgunha axuda económica clave.

Destacar deste ano que, por fin, acadamos a colaboración do SERGAS para o Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral de Dodro cunha Autorización de Uso dende xullo ata decembro que permite manter o funcionamento deste CRPL na actualidade posto que non obtela, expuxérase a opción de peche.

Pola súa banda, o CRPL de Ordes sigue afianzando o seu funcionamento nesta comarca. O SERGAS sigue apostando polos programas que Andaina PSM desenvolve nesta área xeográfica.

Cabe destacar tamén que o mes de xuño foi especialmente significativo a nivel de sensibilización poisrealizouse a I Xornada de Prevención do Suicidio en colaboración co Centro de Información á Muller de Ordes e o servizo de Saúde Mental e drogodependencias do SERGAS. Ademais, dentro deste programa tamén foi importante para a entidade a participación nas seguintes actividades:

- Na sesión clínica e informativa para as/os profesionais do Centro de Saúde de Ordes.
- Nas Xornadas de intervención comunitaria en saúde mental organizadas polo ACIS.
- Nas xornadas de Saúde Mental organizadas pola AGSM (Asoc. galega de Saúde Mental) e pola AEN (Asociación Española de Neurospiquiatría).

Durante este ano tamén debemos resaltar a Exposición de Arteterapia levada a cabo durante o mes de decembro no Centro Parroquial de Milladoiro, na que se mostrou ao público as obras realizadas polos nosos usuarios/as.

Continuamos a desenvolveros mesmos programas, actividades rehabilitadoras e de ocioque no ano 2018, axudando amellorar a calidade de vida das persoas que padecen trastornos mentais, así como de familiares e amigos/as. A defensa dos intereses e dereitos das persoas que padecen trastornos mentais sigue unindo a todas as persoas que formamos Andaina PSM.

En canto ao CEE, seguimos apostando pola venda da nosa pequena produción no comercio local e, por primeira vez, os nosos produtos chegaron a coñecidas empresas como INDITEX e gasolineiras SBC. Actualmente, temos varia maquilas ou encargos de transformado de zumes e sidraspara diferentes cooperativas que nos fornecen da súa materia prima para convertilaen transformado. Continuamos ofrecendo o mesmo servizo para as bebidas isotónicas. As maquilas están collendo forza no CEE e proporcionan cartos para manter os postos de traballo existentes.

Este ano compre por de relevo novamente que os nosos principios seguen marcando a nosa Andaina; "**A persoa como eixe"** e a **"A inserción social e laboral**" sempre tendo en contaa **"perspectiva de xénero"**.

Por último, agradecer ás empresas e persoas particulares que colaboraron con Andaina PSM, este ano especialmente ao Centro Parroquial de Milladoiro, e Internako sen esquecernos, por suposto, de que xa somos máis de 100 socios.

1. QUEN SOMOS

Nome: Andaina Pro Saúde Mental

CIF: G70264999

Enderezo CRPL Ordes: Rúa Emilia Pardo Bazán, 14-Baixo. Ordes, C.P.: 15680. A Coruña

Enderezo CRPL Dodro: Lugar de Vigo, nº 138. C.P.: 15981. A Coruña

Representante: OmairaTuiránRuíz

Andaina Pro Saúde Mental é unha asociación sen ánimo de lucro que nace no 2010 ante a necesidade de atender, dun xeito integral, ás persoas con trastorno mental e as súas familias pertencentes aos concellos rurais da Área Sanitaria de Santiago de Compostela.

A Asociación créase co propósito de xerar un soporte de axuda á persoa con enfermidade mental e a súa familia, poñendo o foco no crecemento da súa autonomía e proporcionando sentido e utilidade ao seu desenvolvemento cotián, tras observar os beneficios que unha vida activa física, social e laboral proporciona ás persoas afectadas da enfermidade mental e as persoas coidadoras.

Posto que somos conscientes das dificultades que isto supón, Andaina Pro Saúde Mental está formada por persoas afectadas e familiares, así como por un grupo de profesionais con experiencia no campo da enfermidade mental.

A necesidade de manter ano a ano o proxecto de Andaina ten dúas vertentes; a socio-demográfica e a biopsicosocial. Nun primeiro termo, trátase dunha falla de cobertura dos Concellos da Área Sanitaria de Compostela, en particular das zonas rurais dos mesmos e, en segundo lugar, da petición de asesoramento e actividades rehabilitadoras por parte dos/as afectados/as.

Polo exposto, os fins de Andaina PSM son:

- Promoción e protección da saúde mental.
- Prestar un servizo de rehabilitación dende un enfoque psicosocial para favorecer a recuperación e mellora do nivel de autonomía.
- Promover a integración social e laboral coa formación e inserción directa no mercado laboral.
- Enfoque de xénero e discriminación positiva nos programas a desenvolver para mulleres con trastorno mental e/ou coidadoras de persoas con trastorno mental.
- Apoio ás familias das persoas con trastornos mentais persistentes, favorecendo as súas capacidades e recursos, e promovendo unha mellora na súa calidade de vida
- Participación de redes sociais da comunidade

Para a consecución destes fins, Andaina PSM atende dous Centros de Rehabilitación Psicosocial e Laboral en Ordes e Dodro, abarcando as comarcas rurais de Ordes e Ulla-Sar respectivamente, e un Centro Especial de Emprego, tamén en Dodro.

Como entidade xurídica Andaina PSM conta cos seguintes rexistros e autorizacións:

- Número de Rexistro na Consellería de Presidencia da Xunta de Galicia. 2010/014629-1 (sc).
- Número de Rexistro da Consellería de Traballo e Benestar –Xunta de Galicia- como Entidade Prestadora de Servizos Sociais E-5509.
- Número de Rexistro da Consellería de Traballo e Benestar –Xunta de Galicia- como Entidade de Acción de Voluntariado de Galicia 0-627.
- Membro de Feafes-Galicia - Federación de Asociacións de Familiares e Persoas con Enfermidade Mental de Galicia dende o 9 de xuño de 2012.

- Autorización e funcionamento de Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral - C.R.P.L.- ULLASAR dende novembro 2012 co número C- 15-002879.

- Autorización e funcionamento de Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral - C.R.P.L.-ORDES dende setembro 2014 co número C- 15-003359.

- RexistroSanitario para elaboración de sidras-bebidas fermentadas e zumes dende 2016 e 2017 respectivamente.

- Acreditación como entidade prestadora de Servizos da Promoción da autonomía para o Centro de Dodro dende xuño 2016.

- Autorización do Centro Especial de Emprego en novembro 2017.

- O CEE adhierese á Fundación estatal FEAFES-Empleo en xaneiro 2018.

- Rexistro do CRAEGA para zumes de mazán ecolóxicos en setembro 2018.

- O CEE forma parte de CEGASAL (Confederación Galega de Centros Especiais de Emprego) en setembro 2019.

1.1. Equipo humano

Andaina PSM está formada por un colectivo de persoas con diagnóstico de enfermidade mental, polos seus familiares e achegados, profesionais no ámbito da saúde mental e persoal voluntario.

Na actualidade Andaina conta con 102 socios.

A súa xunta directiva componse dos seguintes membros:

- Presidenta: Omaira Tuirán Ruiz
- Vicepresidenta: María Luisa Neira Souto
- Secretario: Juan Eduardo Mosquera Vidal
- Vicesecretaria: Inmaculada Concepción Ferreiro Iglesias
- Tesoureira: YolandaMartínez Taboada
- Vogal: Rosa Hermida González

- Vogal: Francisco Vidal Vicente
- Vogal: Asunción Tourís Reboiras
- Vogal: Victorina Pazos Pazos

1.2. Equipo técnico

O equipo técnico de Andaina PSM componse dos seguintes membros:

- Coordinadora xeral- Traballadora Social
- Xestor Administrativo e de Persoal
- Directora- Psicóloga CRPL
- Psicóloga AD
- Traballadora Social
- Coordinadora de actividades- Educadora
- Educadora- Monitora
- Director técnico do CEE- Monitor de talleres pre-laborais
- O Centro Especial de Emprego contou no 2019 con 4 operarios/as, persoas usuarias de Andaina PSM que poideron acceder a un emprego.

2. AMBITO DE ACTUACIÓN

O marco xeográfico no que se desenvolve a actividade de Andaina PSM é a área sanitaria de Santiago de Compostela (ilustración 1). As Unidades de Saúde Mental que lle corresponden a Andaina PSM son as seguintes:

- USM I. Situada no Hospital Clínico, atende o Dr. Valero. Abrangue os Concellos de Ordes, Oroso, Frades, Mesía, Trazo, Tordoia e Val do Dubra. O dispositivo de Andaina non pode dar cobertura a outros concellos desta Unidade de Saúde Mental.
- USM III. Situada no Hospital de Conxo, atende o Dtor. Ecenarro. Andaina só atende os seguintes concellos: Padrón, Dodro, Rois, Valga, Pontecesures e

Rianxo. Queda sen dispositivo comunitario de rehabilitación o resto de concellos desta USM.

Ilustración 1. Mapa del Area Sanitaria de Santiago de Compostela

Se por algo se caracteriza esta área é por abarcar numerosos concellos, o que supón unha dificultade á hora de cubrir necesidades como é a asistencia á enfermidade mental.

En particular, o medio rural reúne unha serie de situacións problemáticas como son a dispersión xeográfica, o illamento, un progresivo avellentamento da poboación, falta de recursos socioeconómicos e de transporte público, a falta de conciencia da enfermidade mental a nivel persoal e familiar que conleva falla de diagnósticos, tratamento e certificado de minusvalía. Ademais, as Unidades de Saúde Mental máis próximas atópanse en ocasións a máis de 50 km dos seus domicilios o que, ligado ás limitacións de medios de transporte dificulta a correcta atención destas persoas.

Por elo, é especialmente importante tratar de rehabilitar á persoa con enfermidade mental no seu entorno, mellorar a integración das familias no proceso e potenciar a

autonomía e o rol tanto das persoas afectadas como dos seus familiares no entorno máis inmediato.

O C.R.P.L. de Ordes atende, en datos do 2019, a unha poboación de 35331 habitantes repartidos nos seguintes Concellos:

1. Ordes: 12674
2. Oroso: 7500
3. Mesía: 2530
4. Frades: 2339
5. Trazo: 3113
6. Val do Dubra: 3876
7. Tordoia: 3299

O C.R.P.L de Ulla-Sar, no mesmo ano, abrangue unha poboación de 35618 habitantes repartidos da seguinte maneira:

1. Padrón: 8384
2. Rois: 4512
3. Dodro: 2768
4. Valga:5869
5. Pontecesures: 3052
6. Rianxo: 11033

No antedito ano, Andaina PSM atendeu ao redor de 70 persoas usuarias e 230 familiares repartidas entre os dous CRPL:

- 17 usuarias/os no CRPL Dodro.
- 20 usuarias/os no CRPL Ordes.
- 26 usuarias/os no programa de Atención Domiciliaria.

3. QUE FACEMOS

Os obxectivos xerais de Andaina PSM son: a rehabilitación dende un enfoque psicosocial, favorecer a recuperación, apoiar a integración social e laboral, e fomentar a

normalización e a autonomía. Estes obxectivos preténdese acadar mediante a integración e participación das persoas usuarias en redes sociais xa establecidas na comunidade. Para elo, baseámonos nos principios de igualdade, normalización, rehabilitación, integración sociocomunitaria e participación da persoa.

O modelo de Andaina ofrece unha atención integral centrada na persoa, entendida como un todo bio-psico-social a nivel preventivo, asistencial e rehabilitador dende os diferentes programas.

3.1. Organigrama

3.2. Horario

- CRPL de Ordes

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Fin de semana
9:00 - 15:00 Xestións	**9:00 - 15:00** Xestións **16:00 – 20:00** Servizo de atención psicolóxica e social **17:00 - 19:30** Taller de Arteterapia	**9:00 – 15:00** At.Domiciliaria **09:00 – 11:00** Xestións de Dirección **11:00 – 14:00** Servizo de atención psicolóxica e social Taller de Cociña	**9:00 – 15:00** Xestións At.Domiciliaria **10:30 - 13:30** Igualdade (cada 15 días) Servizo de atención psicolóxica e social a mulleres	**9:00 - 15:00** Xestións At.Domiciliaria **10:00 - 11:00** Taller de loga **11:30 – 13:30** Grupo de apoio	Ocio e tempo libre Respiro familiar Escola de familias
Información, orientación e asesoramento Acompañamento sociocomunitario					

- CRPL e CEE de Dodro

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Fin de semana
8:30 -17:40 Xestións **10:30- 13:30** • Programa Radio Valga./ • Informática	**8:30 -17:40** Xestións/ Atención Domiciliaria **10:30-13:00** Grupo de apoio	**8:30 -17:40** Xestións/ e Atención a Domiciliaria **9:00-18:00** C.E.E.	**8:30 -14:00** Xestións **9:00- 18:00** C.E.E.	**8:00 -14:00** Xestións **10:30-13:30** Teatro	Ocio e tempo libre. Respiro familiar Escola de familias
Información, orientación e asesoramento Acompañamento sociocomunitario					

3.3. Programas, Actividades e Servizos realizados:

3.3.1. Comúns en Andaina PSM

3.3.1.1. Programa de Rehabilitación Psicosocial

As accións terapéutico-rehabilitadoras enmárcanse dentro dun proxecto de recuperación funcional especialmente deseñado para persoas con enfermidade mental crónica.

No ámbito rural existe unha poboación que presenta dificultade para realizar as actividades da vida diaria e con gran illamento social. Dende Andaina trabállase para rehabilitar á persoa nos eixos social, laboral e da saúde.

As actividades rehabilitadoras que teñen lugar en ambos CRPL de Andaina PSM son as seguintes:

- **Atención Psicolóxica:**

Estas son actividades se realizan coa persoa usuaria ou a súa familia de xeito individual ou coa presenza de varios membros no centro:

- Intervencións coa persoa usuaria: son intervencións en sesión individual dentro dun formato terapéutico e ocuparanse fundamentalmente de fomentar a vinculación co centro e establecer unha confianza cos/as usuarios/as, de rehabilitación funcional, técnicas de autocoidado, psicoeducación, fomento da adherencia o tratamento e intervención en momentos de crise.
- Intervencións familiares: estas entrevistas serán cos membros da familia máis próximos e tamén coa propia persoa se fose preciso; prodúcense nos casos de maior risco de conflitos familiares e falta de manexo da enfermidade por parte dos familiares.

- **Grupos de Apoio e Habilidades Sociais**

Nestes grupos trabállase dous aspectos fundamentais como son o traballo das dificultades do día a día, así como a resolución de conflitos cos familiares e compañeiros. O grupo basease nos principios de autoaxuda e respecto polas/os compañeiras/os.

Neste contexto aprovéitase para fomentar as habilidades sociais mediante a exposicióndunha serie de explicacións teóricas sobre distintos aspectos da comunicación e as relacións persoais como son as conversas, a asertividade, resolución de conflitos e empatía.

- Rehabilitación Cognitiva

No caso concreto das capacidades cognitivas, estas permítennos levar a cabo actividades como recoñecer ás persoas que están ao noso arredor, imaxinar o que se vai facer mañá ou lembrar o que se fixo o día anterior. As principais funcións cognitivas que se traballan neste ámbito son: a memoria, a percepción, a atención, o razoamento, a abstracción, a linguaxe, os procesos de orientación e as praxias. Polo xeral, as persoas con enfermidade mental sofren algún deterioro nestas funcións polo que contando cunha serie de técnicas e intervencións específicas para cada persoa pódese incidir na mellora e rehabilitación de ditas capacidades.

- **Educación para a Saúde e fomento da Práctica Deportiva:**

Esta é unha actividade transversal que se realiza tanto de maneira grupal como individual na que se trata de instaurar un modelo social de saúde para promover comportamentos, hábitos e estilos de vida saudables: recoñecer pródromos, síntomas, hábitos de hixiene, vida activa e deporte, terapias alternativas no manexo da sintomatoloxía das distintas enfermidades (tabaco, diabetes, obesidade, consumo de tóxicos), técnicas de relaxación e autocoñecemento.

As demais actividades rehabilitadoras que se realizan dende Andaina PSM son específicas de cada centro polo que se expoñerán nos seus respectivos apartados.

3.3.1.2. Programa de Atención Domiciliaria

Este programa atende a persoas con trastorno mental con diagnóstico ou con sospeita de problemática relacionada de saúde mental (sen diagnóstico), e as súas familias coa finalidade de mellorar a calidade de vida da persoa no seu propio entorno e actuando sobre a promoción da autonomía e a prevención da dependencia.

A intervención lévase a cabo a domicilio tendo en conta as características específicas do entorno rural (illamento, dificultades para a mobilidade e/ou falta de recursos comunitarios) e as características psicosociais e laborais das persoas e familias.

O programa de Intervención no Domicilio no Rural desenvolvese na Comarca de Ordes e Ulla-Sar.

3.3.1.3. Programa de Igualdade

Este é un programa dirixido ás mulleres con enfermidade mental, a coidadoras ou familiares de persoas con enfermidade mental. As diferentes actividades están centradas na atención directa e personalizada de cada usuaria co fin de adquirir estratexias para mellorar a súa autonomía, facelas donas das súas vidas e potenciar o seu empoderamento como motor do seu benestar. O programa consta de varias actividades: talleres semanais, talleresafectivos-sexuais, intervención directa, acompañamento, atención domiciliaria, etc.

Este programa tamén é transversal aos demais programas da entidade.

3.3.1.4. Programa de Ocio e Tempo Libre

Dentro deste programa tamén se inclúen tamén as actividades correspondentes a Respiro familiar. Consta de diferentes actividades que supoñen un descanso para os propios usuarios e para a familia de persoas con enfermidade mental.

- Respiros familiares de 3 ou 5 días na casa de Feafes en Sanxenxo.
- Descanso de 3 días no Balneario de Cuntis
- Taller de autocoidado no Balneario de Bertamiráns.
- Viaxe de 4 días co Imsersoa Asturias.
- Realización dunha etapa do Camiño de Santiago de 3 días.
- Viaxe do Imserso a Sevilla, Córdoba e Cádiz.
- Viaxe a Madrid de 4 días con Feafes.
- Excursións de 1 día a Praia.
- Saída a Granxa Escola A Raíña (Concello de Mesía)
- Saídas deportivas a campionatos de Pinpon, fútbol.
- Saídas a exposicións, cine, teatro, museos, etc.

Nestas actividades descritas, ademais das persoas usuarias dos centros tamén son beneficiarias algunhas nais e familiares directos.

3.3.1.5. Programa de Información, Asesoramento e Orientación

O Programa de información e asesoramento ten como obxectivo principal proporcionar ás familias, usuarias/os e diferentes profesionais, información específica e axeitada sobre a enfermidade mental, así como a valoración e asesoramento á familia para axudar na toma de decisión.

Durante o 2019, este programe estivo aberto a toda apoboación en xeral.

3.3.1.6. Escola de Familias

As escolas de familias son unha forma de aliviar a sobrecarga e o elevado nivel de estres que se xera nos familiares directos e coidadoras/es principais de persoas con enfermidade mental. Os principais obxectivos a acadar son a mellora da convivencia e o fomento do reparto de tarefas entre familiares. Baséanse nos principios de apoio mutuo, psicoeducación e manexo dos síntomas da enfermidade mental na familia.

Ademais das sesións periódicas nas que se traballa o manexo de crises e nivel de estres da persoa coidadora , mellora da comunicación,etc., este ano celebrouse unencontro de familias que consistiu nun xantar celebrado na Carballeira de Santa Susana o 29 de xuño.

3.3.1.7. Programa de Acompañamento Comunitario

Mediante este programa preténdese xerar un maior aproveitamento da rede de recursos dispoñibles no entorno. Trátase dun programa co que se pretende xerar cambios e establecer canles de comunicación, capacitando ás persoas e colectivos para a súa implicación e responsabilización dunha maneira participativa na comunidade.

3.3.1.8. Programa de Sensibilización e Comunicación

Durante o 2019, este programa desenvolveuse fundamentalmente na comarca de Ordes. As actividades que se levaron a cabo foron as seguintes:

- Realizouse a I Xornada de Prevención do Suicidio coa colaboración do CIM de Ordes. Acudiron unhas 40 profesionais do ámbito socio-sanitario, educativo e xudicial da Mancomunidade de Ordes.
- Ofrecemos unha sesión clínica e informativa para as/os profesionais do Centro de Saúde de Ordes.
- Participamos nas Xornadas de Intervención Comunitaria en Saúde Mental organizadas polo ACIS-SERGAS onde se expuxo o programa de Atención Domiciliaria.
- Intervimos nas Xornadas de Saúde Mental organizadas pola AGSM (Asoc. Galegade Saúde Mental) e pola AEN (Asociación Española de Neurospiquiatría).

Durante o antedito ano, a produtora Explorereyes crea e dona un vídeo dos tres Centros que funcionan en Andaina PSM.

Ademais destas actividades, Andaina PSM ofrece charlas divulgativas sobre saúde mental e difunde información sobre as actividades, programas, servizos e

colaboracións realizadas así como información relevante sobre este ámbito a través da nosa páxina web e da actualización constante do Facebook. .

- **Web:**http://andainaprosaudemental.com
- **Facebook:**https://www.facebook.com/Andainaprosaudemental

3.3.1.9. Programa de Voluntariado

O voluntariado foi e seguirá sendo un dos piares sobre o que se sustenta Andaina. Non se pode entender a existencia e o funcionamento de Andaina sen a participación das persoas voluntarias.

As tarefas propias do voluntariado durante este ano foron o acompañamento ás persoas usuarias, actividades de ocio e colaboración en algúns talleres como Ioga, Arteterapiae tarefas de apoio no CEE.

3.3.1.10. Servizo de Transporte

Andaina PSM desenvolve o seu traballo en comarcas rurais onde os medios de transporte escasean e a dispersión xeográfica fai necesario ofrecer este servizo de recollida e regreso das persoas con enfermidade mental aos seus fogares. Para isto, a entidade conta con dúas furgonetas; unha para dar servizo aos usuarios do CRPLde Dodro e outra para o CRPL de Ordes. En setembro de 2018 tivo lugar a concesión do segundo vehículo o que supuxo unha notoria mellora neste servizo.

3.3.2. Específicos

3.3.2.1. Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da Mancomunidade de Ordes

Neste CRPL lévanse a cabo, especificamente as seguintes actividades rehabilitadoras:

- **Arteterapia:** a Arte axuda ao ser humano a expresarse ,a comunicarse cun mesmo e cos demais. Estimula a capacidade do individuo , dende a súa creatividade, permite proxectar conflitos internos e ofrece a posibilidade de resolvelos.

  Neste ano incorporouse como novidade a produción de bolsas de teas pintadas a man. Este taller vai máis alá da creación artística individual posto que este ano puidemos achegar os produtos á comunidade acudindo a numerosas feiras e mediante a creación dunha exposición no Centro Parroquial de Milladoiro.

- **Cociña**:esta actividade naceu para crear hábitos saudables na alimentación, hixiene e elaboración dos alimentos que se consomen. Ademais preténdese que a aprendizaxe das tarefas que se levan a cabo no obradoiro contribúan ao desenvolvemento de habilidades adaptativas, sociais e de formación da personalidade, coa consecución de obxectivos mínimos nas áreas instrumentais básicas.

- **loga:** a práctica desta actividade é un método para desfacerse da tensión acumulada no día a día tanto a nivel físico coma mental. Durante as sesións

preténdese acadar unha mellora na aptitude física ao longo do ano, perda de peso, alivio de tensións, mellora da inmunidade, aumento da enerxía, mellora da flexibilidade e control postural.

3.3.2.2. Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral da Comarca de Ulla-Sar

Neste CRPL lévanse a cabo, especificamente as seguintes actividades rehabilitadoras:

- Teatro: consiste nuntaller grupal no que cada ano se traballa nunha montaxe teatral diferente que implica a todo o grupo nun proceso creativo e cognitivo que ten como resultado final a estrea do espectáculo e a súa xira por diferentes entidades que contraten o espectáculo. Cada actuación xenera uns beneficios económicos para investimento en teatro e simbólicos para as actrices e actores. A xira tamén supón un incentivo na mellora da autonomía das persoas que participan e na inserción social na comunidade.

- Radio: en cada programa trátase de propoñer unha invitación á reflexión tanto das persoas que levan a cabo o programa como dos oíntes do mesmo. Para elo, foméntase a participación activa de cada persoa na preparación dos programas de radio favorecendo deste xeito o aumento da autoestima, da iniciativa e da responsabilidade.

Tratamos temáticas nas distintas seccións tales como: sección de cociña(receta do día) sección saúde e benestar(como coidar a nosa saúde), sección de chistes (a risa é a cura da alma), sección en clave feminina (contidos de igualdade de xénero)

3.3.2.3. Centro Especial de Emprego

O Centro Especial de Emprego que posúe Andaina PSM sitúase no lugar de A Paxareira, Concello de Dodro. Nel lévase a cabo a seguinte actividade específica:

- **Formación e talleres Pre-laborais:** está demostrado que as persoas sen traballo teñen máis problemas psicolóxicos e físicos, especialmente cando a ausencia de emprego é de longa duración. Nas persoas con enfermidade mental crónica isto cobra especial relevancia. En Andaina PSM ofrecemos ás persoas usuarias cursos de formación e talleres pre-laboraisco fin de potenciar as súas habilidades laborais para que sexan capaces de desempeñar un posto de traballo, en principio protexido.

4. ANDAINA EN CIFRAS

- Actividades rehabilitadoras CRPL Ordes

Actividade	Nº Mulleres	Nº Homes	Total persoas participantes
Arteterapia	7	9	16
Clases de Cociña	7	8	15
Grupo de mulleres	23	0	23
loga	6	3	9
Grupo de apoio	6	7	13
Ocio	10	8	18

- Actividades rehabilitadoras CRPL Dodro

Actividade	Nº Mulleres	Nº Homes	Total persoas participantes
Radio	3	10	13
Grupo de apoio	6	8	14
Grupo de mulleres	14	0	14
Teatro	3	9	12
Ocio	11	7	18

- Programa de Información, Asesoramento e Orientación

Destinatarios	Nº Mulleres	Nº Homes	Total persoas participantes
Persoas usuarias de CRPL	63	72	135
Familiares de Persoas Usuarias de CRPL	96	44	140
Profesionais do ámbito sociosanitario	48	21	69

- Escola de Familias

Actividade	Nº Mulleres	Nº Homes	Total persoas participantes
Escola de Familias	24	6	30

5. COLABORADORES