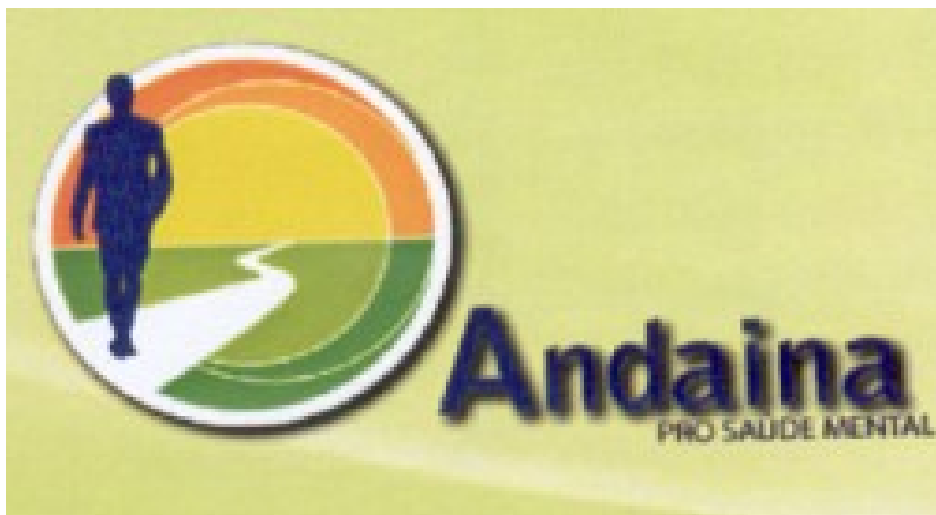


Proxecto “ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL”

ANEXO I



INTRODUCCIÓN

Ante o xurdimento dunha necesidade colectiva por parte de enfermos mentais e do seu entrono, nace a Asociación ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL, en Padrón, o 28 de Agosto de 2010.

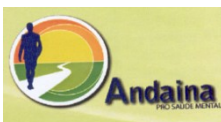
A Asociación crease co propósito de xerar un soporte de axuda ao enfermo mental enfocado á autonomía deste, proporcionando sentido e utilidade ao seu desenvolvemento cotián, tras observar os beneficios que unha vida activa física, social e laboral proporciona ós afectados da enfermidade mental.

Posto que somos conscientes das dificultades que isto supón, Andaina Pro Saúde Mental está formada por afectados e familiares, así como por un grupo de profesionais; traballadora social, psicólogas, educadora e médicas con experiencia no campo da enfermidade mental.

A necesidade de crear este proxecto ten dúas vertentes; a socio-demográfica e a bio-psico-social. 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 da petición de asesoramento e terapias por parte dos afectados.

Nos sucesivos apartados profundizamos na búsqueda de accións posibles e obxectivos factibles a medio e longo prazo, que se poidan sustentar e permanecer no tempo en proporción á demanda recollida.

Pretendemos que a coloboaración dos futuros beneficiarios quede plasmada neste proxecto, pois son o auténtico núcleo do mesmo, que non nacería sen os obstáculos que sufren os afectados.



A ENFERMIDADE MENTAL EN GALICIA

A porcentaxe aproximada do trastorno mental crónico na Comunidade Autónoma de Galicia é dun 14%, incluíndo trastornos afectivos, os alimentarios, de conducta, en definitiva, todos aqueles que incapacitan ás persoas enfermas a disfrutar dunha vida plena e en posesión de todos os seus dereitos. Según a OMS, calcúlase que entorno a un 20% da poboación padecerá trastornos depresivos nalgún momento da vida.

Os trastornos psicóticos reúnen aproximadamente un 1% da poboación, son en xeral os que máis demanda e comorbilidade do entorno supoñen, e nos que o traballo de moitos organismos se enfoca para normalizar as súas vidas nos distintos aspectos.

Queremos destacar que os afectados do trastorno mental forman un colectivo con alto risco de exclusión e discriminado como outros colectivos, polas consecuencias socio-económicas que se derivan da enfermidade cando non existe unha potente rede de apoio, polo que debemos afrontar este análise asumindo o alto protagonismo que a situación de pobreza ten na enfermidade mental.

Os pacientes non diagnosticados

Segundo varios estudos estimase que só un 30% da enfermidade mental en Galicia é diagnosticada, isto quere decir que ás dificultades asociadas á patoloxía en todos os seus ámbitos engádese a derivada do descoñecemento, a da ausencia de conciencia de enfermidade, a da falla de acceso a determinados recursos e a da agudización da discriminación.



Neste senso, unha parte dos pacientes con diagnóstico coñecido ten dificultade no acceso a recursos pola falla de motivación para pedir axuda, en xeral debido a consecuencias derivadas da enfermidade; aillamento social, illamento xeográfico, falla de conciencia da enfermidade, e en ocasións ausencia de apoio socio-sanitario na zona na que residen.

Outra parte dos pacientes diagnosticados buscan axuda en diferentes asociacións pero por algún motivo fallan: faltan recursos na área de residencia, non atopan cubertas as súas necesidades e demandas, non existe unha co-adaptación por parte dos organismos ao usuario/a, nen dos/as usuarios/as ás dinámicas de axuda ofrecidas. Tamén se fai difícil manter un seguemento e prodúcese o abandono.

Familia e entorno

O entorno máis cercano e as familias dos afectados de enfermidade mental son o conxunto clave na normalización do estigma, o apoio fundamental no cumprimento terapéutico e a rehabilitación psico-social.

Nas familias xenérase moitísimo sufrimento tamén derivado da enfermidade e das súas exclusións, cegando en ocasións a formarse un entorno viciado, problemas psicolóxicos nos familiares e as veces, claudicación. Na atención a familiares é fundamental ter en conta as complicacións emocionais e psicolóxicas que se poden dar como a emoción expresada (en trastornos esquizofrénicos e similares) e de xeito crecente, a definición de roles na familia prestando especial atención ao xénero. O que máis se observa é un sentimento por parte das familias de “sentirse perdidos” no manexo de diversos problemas, dificultades progresivas de comunicación e medo de non estar preparados ante situacións críticas.



Por este motivo é necesario analizar as familias como unidades completas as que asistir non desvinculadas do núcleo que supón o enfermo e consideralas como beneficiarias directas e non tanxeciais das axudas e asistencia que se plasman no proxecto.

A Subexclusión

No caso de roles de xénero é só un paradigma das moitas situacións de vulnerabilidade que se asocian á enfermidade mental, por exemplo, ser Muller e enferma, ou ser Muller e coidadora, extrapolando esta condición a outros xeitos de subexclusión que se unen nos afectados de trastorno mental, xeneran máis complicacións na relación familiar e social.

AREA SANITARIA DE COMPOSTELA

Se por algo se caracteriza a área sanitaria de Santiago de Compostela é por abarcar numerosos concellos, polo que supón unha dificultade que todos eles cubran unha necesidade como é a asistencia á enfermidade mental.

En particular, o medio rural reúne unha serie de situacións problemáticas; distribución dispersa e illada da poboación, nivel de recursos económicos variables e polo xeral escasez de transporte público. Neste ámbito moitos afectados viven sós, e os que non viven sós, están en situación de dependencia, e con eles, as súas familias. E por iso especialmente importante tratar de rehabilitar ao enfermo no seu entorno, mellorar a integración das familias no proceso, e potenciar tanto a autonomía como o rol dos afectados nas súas familias e no entorno máis inmediato.

En 2003, FEAFES- Federación de Asociacións de Familiares de Persoas con Enfermidade Mental- elabora un estudio a través dun programa de



atención a enfermidade mental no medio rural, concluíndo entre outras as carencias neste eido de centros especiais de emprego e de aloxamento tutelado. Un dos obxectivos xerais que se perseguían con este programa era chegar a unha boa coordinación entre dispositivos sociais e sanitarios para captar usuarios/as en situación de dependencia.

Existen asociacións e centros de rehabilitación psico-social que cubren as necesidades dos Concellos de Santiago e Ames.

Namentras, hai un baleiro asistencial respecto á cobertura complementaria da enfermidade mental e centros específicos de integración nas seguintes zonas, según o mapa da área sanitaria de Compostela:

Padrón- A Estrada, Santa Comba, Arzúa- Melide e Ordes

Os Concellos destas zonas son:

1.- Padron-A Estrada: Padrón, Rois, Dodro, Rianxo, Teo, Brión, A Estrada, Cuntis, Valga e Pontecesures. Podemos observar que hai concellos das provincias de Coruña e Pontevedra. Total 10

2.- Santa Comba: Santa Comba, A Baña e Negreira. Total 3

3.- Arzúa-Melide: Arzúa, O Pino, Touro, Boqueixón, Toques, Boimorto e Melide. Total 8

4.- Ordes: Ordes, Oroso, Tordoia, Trazo, Frades, Mesía e Val do Dubra. Total 7

Suman un total de 28 concellos que se corresponden coas Unidades de Saúde Mental, I, III e IV.

Deste xeito non se están atendendo os puntos 12, 17 e 25 do Plan estratéxico de Saúde Mental de Galicia 2006-2011 de xeito equitativo na área, que inclúen asistencia domiciliar específica, programas de



rehabilitación psicosocial e laboral , e programas psicoeducativos para familiares.

Ante esta problemática xurde a necesidade de crear un movemento asociativo que poida atender aos concellos máis illados e menos informados (implicando necesariamente o medio rural), na área Sanitaria de Santiago de Compostela.

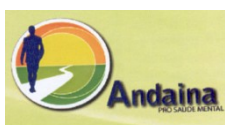
EIXES DE INTERVENCIÓN

As tendencias máis recentes da intervención psicosocial no trastorno mental centráñse fundamentalmente en dúas vertentes: SAÚDE ou sanitaria e SOCIAL ou Psico-social. Precisasen polo tanto grupos de profesionais interdisciplinares, na área médica e social, médicas/os, psiquiatras, psicólogas , traballadoras sociais, educadoras sociais, así como terapeutas ocupacionais e voluntarios/as.

Non soamente é necesaria unha mellor coordinación socio-sanitaria senon entre os distintos dispositivos de saúde mental que existen no SERGAS e entre estes e as asociacións de afectados, para poder ofrecer a mellor asistencia e a maior cobertura.

Servizos Sociais- UNIDADES DE SAÚDE MENTAL- Atención diaria

Dende Andaina PSM observamos que na rehabilitación existen modelos como ASOCIACIÓNS DE FEAFES-GALICIA e La Fageda en Catalunya (que máis adiante se desenvolverá en “Antecedentes”), mostran todas as posibilidades que ten este tipo de propostas.



A mellora dos aspectos sanitarios na enfermidade mental conducenos á creación de centros de rehabilitación psico-sociais.

Por outro lado, a inserción laboral é un tema complexo sexa cal sexa o colectivo co que se traballe. Temos en conta a situación actual de crise económica que tamén repercute nas axudas ofrecidas, nos cupos de discapacidade, nos proxectos de creación de centros de emprego e nas taras no acceso ao emprego, xa de por si frecuentes en toda a poboación.

Nembargantes, estudados os aspectos socio-económicos da enfermidade mental e atendendo aos dereitos fundamentais dos enfermos, a ocupación do tempo e o desemprego dunha tarefa útil, son imprescindibles na recuperación e/ou estabilización dos afectados por trastornos mental así como na tan necesitada autonomía.

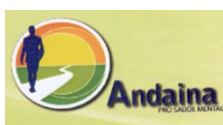
Pola grave repercusión que o tempo baleiro ten nos afectados, ademáis do centro de rehabilitación, este proxecto plantexa outra proposta: a creación dun Centro Especial de Emprego.

ANTECEDENTES

Cobertura socio-sanitaria da enfermidade mental nas distintas áreas sanitarias de Galicia:

1. Área Sanitaria A Coruña. É a mellor área cuberta en canto a asociacións e a centros de rehabilitación psico-social. A máis extendida é APEM, que está presente en cinco concellos beneficiados e na súa área de influencia dentro da provincia.

- Os concellos onde actúa APEM son: A Coruña, Carballo, Cambre, Betanzos e Cee.



- Outros concellos tamén conta coa asistencia de outras asociacións como PORTA NOVA na área sanitaria de Ferrol e A CREBA na Área Sanitaria de Ribeira e Noia.
2. **Pontevedra e Vigo.** A provincia de Pontevedra atópase cuberta, non ben está asistencia está máis presente arredor de núcleos urbáns. Nos últimos anos creceron estas asociacións, especialmente no contorno de Vigo: Cangas e Gondomar.
 3. **Lugo.** Tendo en conta a extensión xeográfica desta provincia, a atención á enfermidade mental atópase repartida entre a costa, interior e núcleos urbáns. Sen embargo, a parte montañosa occidental queda, como en moitos outros aspectos, aillada: Ancares, Courel, Fonsagrada, Meira, Sarria, etc. A zona da Terra Cha; Vilalba-Güitiriz tamén foi cuberta recentemente. A área sanitaria de Lugo tampouco está especialmente cuberta, excepto os concellos que lindan coa cidade, A Mariña e Monforte-Chantada.
 4. **Ourense.** En Ourense existen poucas delegacións dunha mesma asociación: Morea que está presente en Ourense (capital), Verín e O Barco. Tamén atenden o centro da provincia de Pontevedra con Centro de Rehabilitación en Lalín. Existe un bon funcionamento e coordinación.
 5. **Área sanitaria de Santiago de Compostela:** dúas asociacións prestan os seus servizos nos concellos de Compostela e Ames, ademáis de cubrir unha pequena parte dos concellos colindantes como: Teo e Vedra.



Sen embargo, e considerando a amplitude desta área, son varias as comarcas que se atopan sen cobertura e con demanda de asistencia en Saúde Mental: Xallas, Barcala, Arzúa-Melide, Ordes e Sar. Nesta última comarca hai concellos da provincia de Pontevedra que teñen asinada área sanitaria de Compostela como son: A Estrada, Cuntis, Valga e Pontecesures .

A división por UNIDADES DE SAÚDE MENTAL É A SEGUINTE:

- *USM I:* Brión, Negreira, A Baña, Val do Dubra, Trazo, Tordoia, Ordes, Oroso, Frades e Mesía. (10 concellos).
- *USM III:* Rois, Dodro, Padrón, Rianxo, Teo, A Estrada, Pontecesures e Valga. (8 concellos).
- *USM IV:* Santa Comba, O Pino, Arzúa, Boimorto, Melide, Toques, Santiso, Touro, Boqueixón, Vedra e Ames. (11 concellos).

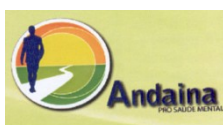
Suman un total de 29 concellos, dos cales só tres están atendidos parcialmente polas asociacións ubicadas en Santiago. Os restantes concellos non teñen un Centro de Rehabilitación Psicosocial próximo.

Entendemos que parte da USM II está xa atendida polo Centro de Rehabilitación de Morea en Lalín e a USM V e VI está perfectamente cuberta polo Centro de Rehabilitación da Creba.

PROXECTO ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL

Con este proxecto pretendemos mellorar as condicións sociais e laborais do colectivo con enfermidade mental fundamentalmente de aquelas persoas nunha especial situación de vulnerabilidade social.

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



fomentar a NORMALIZACIÓN e a autonomía. Preténdese integrar este colectivo na participación de redes sociais xa establecidas na comunidade.

Por este motivo, impartimos una diversidade de talleres como: Educación para a autonomía: habilidades básicas da vida diaria, cociña, reparto de tarefas domésticas, inicio á informática...; Educación medioambiental: talleres de reciclaxe, de botánica e de entomoloxía (insectos), etc.; Cognitivos e sociais: grupos de apoio para as cuidadoras/es, exercicios para exercitara memoria, concentración, atención, educación para a saúde, habilidades sociais, autoestima, comunicación, etc.; Creativos: arte terapia, iniciación á danza, teatro, radio...; Deportivos e de tempo libre: ximnasia, sendeirismo, natación, saídas ao cine, excursións...

Pretendemos reducir o tempo adicado á búsqueda de solución para persoas con trastorno mental, tendo como principios fundamentais: **“A persoa como eixe”** e **“A inserción social e laboral”**.

Os nosos servizos tratarán de mellorar a asistencia e calidade de vida das persoas que padecen trastornos mentais, así como de familiares e amigos/as. Tratarán de recuperar e integrar social e laboralmente ás persoas con esta problemática e acompañaran á persoa para que asuma aquelas responsabilidades das que sexa capaz. ¡Nin máis, nin menos!. Pretendemos defender os intereses e dereitos das persoas que padecen trastornos mentais.

Para iso, establecéronse as seguintes liñas de traballo:

- Promoción de un grupo de profesionais que abarcan a Área Sanitaria de Compostela, centrándose sobre todo no ámbito rural.
- Desenvolvemento de acción dirixidas a conseguir cambios sociais e laborais que favorezan o acceso das persoas con enfermidade mental.



- Implementación de puntos de atención, asesoramento e derivación de persoas con enfermidade mental ás redes de servicios de saúde e servizos sociais públicos.
- Formación para persoas con enfermidade mental en labores de fruticultura e horta cun taller prelaboral, de cara a incorporación posterior ó Centro Especial de Emprego destinado a produción e difusión de froitas autóctonas de Galicia, así como traballo na horta, onde o traballo que se xeneraría estaría adaptado á persoa con trastorno mental.
- Fomento dunha rede local entre as diferentes entidades que traballan neste colectivo.

Metodoloxía e técnicas

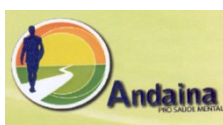
A metodoloxía empregada nas accións formativas cos talleres será participativa, adaptada ás características dos usuarios/as, baseada en dinámicas grupais e exposicións co apoio de material e dos propios profesionais. A profundización e análise dos temas realizarase en función dos coñecementos previos que os asistentes teñan e das súas experiencias personais.

Farase un seguemento continuo, recollendo datos a través dos rexistros diarios que evalúan os temas expostos, a asistencia e a actitude dos usuarios/as.

Equipo técnico

O equipo técnico estará formado por profesionais con experiencia no campo da SAÚDE MENTAL.

As responsabilidades distribúense da seguinte maneira:



-Psicóloga Xerente: Directora e coordinadora do proxecto sede central de ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL (licenciada superior): Desenvolvendo tarefas de mediación, información e asesoramento, seguimento dos casos, elaboración de materiais de información, coordinación interna das accións formativas dos talleres, coordinación con institucións, finanzas. Monitora.

-Traballadora Social; Responsable de mobilización e coordinación externa de ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL (Diplomada): coordinación externa e contacto con persoal Servizos sociais e sociosanitarios/as, voluntarios/as, colaboradores/as, xunta directiva, profesionais sanitarios/as, persoal do SERGAS e outras entidades. Recepción de casos, asesoramento de recursos. Monitora.

-Coterapeuta: xestión, seguimento xeral e supervisión do proxecto, intervención terapéutica, visitas domiciliarias e resolución de conflitos, atención a familias. Asesoramento, acompañamento e seguimento dos casos.

-Psicólogo: seguimento xeral e supervisión, intervención terapéutica e visitas domiciliarias. Asesoramento e acompañamento dos casos.

- Mestra - Educadora (Diplomada): Desenvolve as tarefas de monitora de talleres e accións formativas da asociación. Apoio administrativo-financiero da Sede de ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL: arquivos, correspondencia, correos, etc.

- Técnico agrícola en horticultura e fruticultura. Responsable máximo do taller prelaboral de horticultura e fruticultura

-Colaboradores/as: apoio no desenvolvemento xeral do proxecto.



- Voluntarias/os

- Xunta Directiva

Beneficiarios

Beneficiarios directos:

A poboación con Enfermidade Mental en situación de exclusión social e por extensión a todas aquelas persoas con enfermidade mental que se atopen con dificultades para integrarse social e laboralmente na Comarca do SAR.

A propia familia do enfermo mental. Persoal sanitario que ten dificultades na atención de persoas con esta problemática. As entidades que traballan no ámbito da enfermidade mental en Galicia.

Beneficiarios indirectos:

O 13:87 % da poboación padece Trastorno Mental grave e crónico, según Feafes. Esta é a porcentaxe de poboación beneficiaria indirectamente ou diana .

Os servizos sanitarios

Por extensión as localidades onde esté localizado o proxecto e os veciños da zona de intervención.

OBXECTIVO XERAL



MELLORAR A ASISTENCIA E CALIDADE DE VIDA DAS PERSOAS QUE PADECEN TRASTORNOS MENTAIS, ASÍ COMO DE FAMILIARES E AMIG@S.

OBXECTIVOS ESPECÍFICOS

O. 1.- Promover a recuperación e integración social das persoas con trastorno mental aumentando o seu nivel de autonomía e normalizar a súa vida en todos os seus diferentes aspectos. Para o cal se ofertarán talleres de educación para a autonomía, cognitivos e sociais, creativos, deportivos e de ocio e de apoio as familias.
O. 2.- Facilitar a Integración laboral, e cando sexa necesario acompañar a persoa para que asuma aquelas responsabilidades laborais das que sexa capaz.
O. 3.- Proporcionar a información necesaria en defensa dos seus intereses e dereitos, así como asesoramento e orientación respecto aos recursos dos que poden ser beneficiarios.

RESULTADOS ESPERADOS

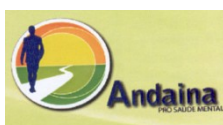
RESULTADO 1.- Poñer en funcionamento un Centro de Rehabilitación Psicosocial con capacidade para atender a un mínimo de 15 a 20 persoas durante o ano 2011 na comarca de Padrón e concellos da área de influencia; Padrón, Dodro, Rois, Valga, Pontecesures, Brión, Teo, A Estrada, Rianxo e Cuntis.

RESULTADO 2.- Consolidar un taller prelaboral dedicado a horticultura e fruticultura nos terreos destinados a tal fin na finca da Paxareira situada en Dodro.

RESULTADO 3.- Prestar un servizo de atención personalizada para apoio, información e axuda na xestión de recursos á USUARI@S E FAMILIAS; así como a coordinación con diferentes entidades prestadoras destes recursos.

INDICADORES.

R.E. 1.- Poñer en funcionamento un Centro de Rehabilitación Psicosocial con capacidade para atender a un mínimo de 15 a 20 persoas durante o ano



2011 na comarca de Padrón e concellos da área de influencia; Padrón, Dodro, Rois, Valga, Pontecesures, Brión, Teo, A Estrada.

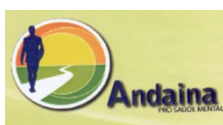
- Abriuse un Centro de Rehabilitación Psicosocial na comarca de Sar.
- O 80 % das persoas con T.M. que solicitaron información acuden as diferentes actividades do centro de Rehabilitación.
- O 80 % dos talleres previstos levaronse a cabo.
- Número de PRIMEIRAS ENTREVISTAS a persoas con T.M. ou familiares que solicitaron información a ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL.
- O 50% de familias que se puseron en contacto con ANDAINA PSM acuden ao Programa de Escola de Familias.

R.E. 2.- Consolidar un taller prelaboral dedicado a horticultura e fruticultura nos terreos destinados a tal fin na finca da Paxareira situada en Dodro.

- O 60% das persoas con T.M que inician preparación no taller de horticultura e fruticultura manteñen unha continuidade no taller prelaboral durante un ano.

R.E. 3.- Prestar un servizo de atención personalizada para apoio, información e axuda na xestión de recursos á USUARI@S E FAMILIAS; así como a coordinación con diferentes entidades prestadoras destes recursos.

- Número de persoas e/ou familiares que acuden a solicitar información sobre os recursos en SAÚDE MENTAL que ofrece a Asociación ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL.
- O 80 % das persoas que solicitan información ou unha xestión sobre recursos en saúde mental obteñen unha resposta adecuada.
- Se realizaron o 90% das tarefas plantexadas;: acompañamentos, asesoramentos, atención puntual, visitas a domicilio, seguimentos,



xesitóns de recursos, coordinación con outros dispositivos ou entidades prestadoras de servizos sociais.

- Se realizan o 90 % das charlas de saúde mental previstas que se ofrecerán ás familias e a poboación en xeral.

FONTES DE VERIFICACIÓN

F.V. 1.-

Arquivo de Primeiras Enquisa para acceder ao CRPS.

Planilla de persoas que empezan e de persoas que abandonan.

Follas de Seguimento de cada usuari@.

Informes mensuais de cada profesional e do equipo de traballo do Centro Rehabilitación Psicosocial.

F.V. 2.-

Rexistro de persoas que acuden ao taller prelaboral.

Rexistro de número de produción de pezas de horta e froiteiras.

Rexistro de vendas de produtos.

F.V.-3-

Enquisa de persoas que solicitan información.

Rexistro de recursos xestionados: P.N.C., P. F. fillo a cargo, Certificados de Minusvalía, IPT, IPA, Dependencia.

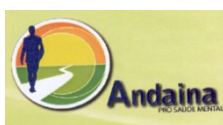
Rexistro de Acompañamentos para realización de xestións.

Rexistro de coordinación con outras entidades.

Informe de cada charla; número de asistentes, ponentes, etc..

CRONOGRAMA

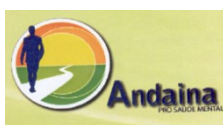
ACTIVIDADES	X	F	Mz	A	M	Xñ	X	A	S	O	N	D
1.Búsqueda financiación	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2.- Charlas	X	X	X		X				X	X		
3.-Contactos Concellos e administración	X	X	X	X	X							
4.Asentamento espacio	X											
5.-Deseño de talleres	X	X	X	X								
6.Coordinación	X	X	X	X	X	X	X					



Actividades												
7.A.Terapeúticas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
8.-A.ocio e tempo libre	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
10.-A. Cognitivas	X	X	X	X	X	X	X	x	X	X	X	X
11.- Taller Prelaboral			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
12.- Escola de familias	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
13.- Formación de profesionais	X	X	X	X								
14.- Participación en en eventos		X	X	X	X				X	X	X	X

PRESUPOSTO

I. EQUIPOS E SUMINISTRO			
Ordenador	500 €		
Impresora/scaner/fotocopiadora	500 €		
Aquivador	100 €		
Mesas /sillas despacho e talleres	600 €		
Radiadoras/deshumidificadores	1000 €		
Teléfono móbil.	840€		
Teléfono fixo/Internet	480€		
Publicidade, tripticos, charlas	500€		
TALLERES:			
Pintura: pinceles, cabaletes, lenzos, secadores etc	2000€		
Cociña: cociña-forno, neveira, fregadeiro,	2000 €		
Movemento-danza: colchonetas,	500 €		
Cadea de música, grabadora	1000 €		
II. TRANSPORTE			
Furgoneta 9 prazas	30.000 €		
Kilometraxe recollida-entrega 60 km ida/volta/día a 0.25...			
15€ día x 20 días/mes.....	300 €		
300 €/mes x 12 meses.....			
2 TRAXECTOS: OROSO E A BAÑA A PADRÓN	7.200 €		
Visitas domiciliarias 0.25 x 30 km....	187.5 €		



III. RECURSOS HUMANOS 1. PSICÓLOGA/ XERENTE 2. COTERAPEUTA 3. TRABALLADORA SOCIAL/COORDINADORA EXT. 4.- MESTRA-ACOMPAÑANTE 5. TÉCNICO AGRÍCOLA ½ xornada A xornada completa 8h día				
FORMACIÓN CURSOS PERSOAL	3000 €			

HORTA ECOLÓXICA “A PAXAREIRA”

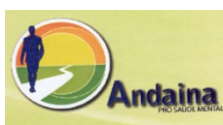
(Dodro, A Coruña Marzo-desembro de 2011)

Obxecto.

Preténdese formar a un grupo de persoas, con enfermidades mentais, para que poidan levar adiante diversidade de cultivos agrícolas coa finalidade de poder comercializalos; coa axuda dun titor con experiencia en agricultura, que poida instruílos a medida que se fan os traballos necesarios.

Identificación

- .-Denominación: producións agrícolas de horta.
- .-Nivel: cualificación profesional inicial.
- .-Duración: 64 horas (16 h. mensuais, durante 4 meses).
- .-Familia profesional: agraria.



Competencia xeral

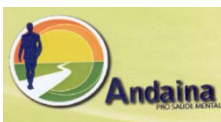
Executar operacións auxiliares en cultivos agrícolas seguindo instrucións de titores ou un plan de traballo, e cumprindo as medidas de prevención de riscos laborais, calidade e protección ambiental.

MÓDULOS ESPECÍFICOS (aprender facendo)

- . -Preparación do terreo.
- .-Elaboración de compóst.
- .-Fertilización orgánica.
- .-Planificación de cultivos-plantación.
- .-Colocación-montaxe sistema de rega.
- .-Coidados culturais (entitorados, podas etc).
- .-Aplicación de fitosanitarios básicos (preparados de plantas).
- .-Colleita e acondicionamento dos produtos de cara a venda.

ESPAZOS E EQUIPAMENTOS

- .-Terreos: necesítanse uns 2000 m², para levar adiante variados cultivos, co que poder diversificar vendas dunha maneira continuada.
- .-Estructuras: é interesante contar cun invernadoiro duns 500 m² como mínimo para ter os cultivos máis sensibles coma tomates, leitugas etc.
- .- Lugares de acopio de materiais vexetais para elaborar o compost, na cercanía (para que compense o ir a buscalos).
- .-Dispoñer de auga suficiente no verano, para que non sexa un limitante dos cultivos.
- .-Aula a cuberto, para cando sexa necesario ver algunha teoría, videos etc.
- .-Ferramentas manuais para os traballos básicos: sachos, rastríños, plantadores etc.
- .-Semilleiros: pequeno túnel de plástico no que ubicar as bandexas sementadas .



PERSOAS FORMADORAS

Para un grupo de 10 persoas e suficiente un monitor (técnico en agricultura), para liderar os traballos e explicar os exemplos necesarios, xa que despois a maioría dos traballos son repetitivos ex: entitotar os tomates, sacar herbas, recoller produto de determinada maneira etc.

Sería interesante ter apoio doutros formadores, nas dúas horas diarias de traballos agrícolas, para ter un maior control do grupo e que non se lastime ninguén ao andar con ferramentas.

DISTRIBUCIÓN HORARIA

De partida é suficiente con dúas horas diarias, para non cansarse en exceso e levar os traballos con ritmo alegre. Como haberá días que o tempo non permita facer determinadas labores, hai que contar co invernadoiro como lugar auxiliar. Outras veces por necesidades dos cultivos haberá que ampliar o horario ou que alguén remate os traballos.

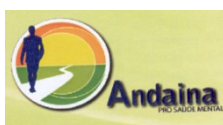
- Hai que contar que si hai un período vacacional superior a cinco días, ten que haber igualmente unha visita de control dos cultivos.

POSTA EN MARCHA

O lugar da Paxareia de Dodro, ten a fortuna de xuntar varias cualidades para a actividade que se trata:

.-A primeira e a de dispoñer de varias parcelas xa delimitadas e chans coa suficiente profundidade de terra fértil.

.-A segunda a de ter auga suficiente e utilizable no alto da finca, co cal non se necesita bombeo.



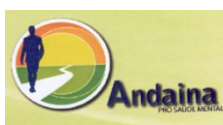
- .- Diversidade vexetal no entorno, que favorece a microbioloxía do solo, e facilita o acopio de materia orgánica (follas e restos de podas para o compóst).
- .- A orientación do terreo e preferentemente sur, o que axuda a ter menos ataques de pragas.
- .-Boas comunicacións con potenciais poboación consumidora (Padrón, Barbanza).

MEMORIA 2010 “ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL”

ANEXOII

ACTIVIDADES E O SEU CRONOGRAMA

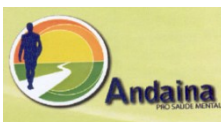
1. Contacto entre familiares de persoas con Trastorno Mental e profesionais de Saúde Mental da Área Sanitaria de Santiago de Compostela (Zona rural)
2. Contacto cos diferentes Concellos capitais de comarcas como: Padrón, Santa Comba, Arzúa e Ordes para estudar a potencial demanda.
3. Constitución da Asociación o **28 de Agosto de 2010** no convento de Herbón en **Padrón**. Aprobación de Estatutos e Acta Constitucional.
4. Rexistro como Entidade Prestadora de Servizos Sociais, CIF, etc.
5. Preparación de Charla divulgativa e de sensibilización sobre SAÚDE MENTAL.
6. Contactos directos con Servizos Sociais dos concellos:
 - Padrón
 - Dodro
 - Santa Comba
 - Arzúa
 - Tordoia
 - Negreira
 - A Baña
 - A Estrada



- Valga
- Rois
- Pontecesures
- Pino
- Teo

7. Primeira charla de Saúde Mental en **DODRO**.

8. Charla de Saúde Mental en **SANTA COMBA**. **“A Saúde é cousa de tod@s”** Na seguinte páxina, adxúntase o tríptico da Conferencia do venres 29 de outubro de 2010 no Edificio Multiusos do Concello de Santa Comba ás 18:00 horas.



CONFERENCIA

- DEFINIÇÃO DA ENFERMIDADE MENTAL.
- TIPOS DE ENFERMIDADE MENTAL.
- TRATAMENTOS.
- A IMPORTANCIA DA FAMILIA NA RECUPERACION DAS PERSOAS CON ENFERMIDADE MENTAL.

PONENTES

OMAIRA TUIRÁN RUÍZ
(Médica- socia fundadora de ANDAINA)

LAURA VÁZQUEZ MANDIANES.
(Psicóloga- socia fundadora de ANDAINA)

FECHA: 29 DE OUTUBRO
LUGAR: EDIFICIO MULTIUSOS.
HORA: 18:00 HORAS.

A SAÚDE MENTAL É COUSA DE TODOS

SANTA COMBA

9. Charla de Saúde Mental en **TORDOIA**.



Fig 1. Dúas andainas, a traballadora social e a médica, nun momento do *Foro de Cooperativismo, Xuventude e Emprego* no que formou parte Andaina PSM.

Fig 2.Recorte de prensa de “El Correo Gallego” (19.10.2010)



Tordoia lanza un curso para jóvenes de cooperativismo

SANTIAGO/LA VOZ. El sábado se celebrará en la Casa da Cultura de Tordoia la segunda edición del foro de cooperativismo con el objetivo de fomentar la cultura emprendedora entre los jóvenes del municipio.

Será una jornada abierta a la participación de todos los jóvenes interesados en conocer pormenorizadamente las políticas activas de empleo, la búsqueda de una oportunidad laboral o el autoempleo. Las cooperativas centrarán el encuentro, pero también se abordarán otros aspectos de la economía social. Los jóvenes interesados en participar deberán inscribirse previamente en las oficinas municipales.

Fig 3. Recorte de prensa de “La Voz de Galicia”

(20.10.2010)

10. Presentación de ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL e contactos coa Administración: Xunta, Sergas, Feafes e Cogami.
11. Preparación de instrumentos de traballo (entrevistas e seguimento) e material para impartir talleres.
12. Elaboración do PROXECTO ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL.



13. Inicio de actividade de ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL en **Dodro**, os martes en horario de 11:00 ás 13:00 horas; ofrecemos servizos de recepción de novos casos, información e orientación e terapia.
14. Inicio de Actividade de ANDAINA PSM en **Santa Comba** os mércores en horario de 11.00 ás 13:00 horas. Ofrecese servizo de recepción de novos casos, información, orientación e terapia.
15. Inicio de actividade de ANDAINA en **PADRÓN** os luns e xoves en horario de 10:00 ás 13:00 horas. Demanda alta. Inicio de talleres de informática, piscina, Rehabilitación Cognitiva, Roteiros, Radio e Arteterapia.
16. Reunións de Equipo de traballo, cada semana.

Fig 4. Membros de Andaina Pro Saúde Mental nunha das reunións semanais.

17. Búsqueda de espazos para talleres en contacto coa natureza; casas rectorais, mancomunidades de montes.
18. Búsqueda de financiación, subvencións, contacto con Entidades financieras, Fundacións, etc.

UBICACIÓN E HORARIO ACTUAL EN XANEIRO 2011

ANDAINA PRO SAÚDE METAL, contou dende novembro do 2010 ata xaneiro do 2011, cunha ubicación na segunda planta do edificio de Servizos Sociais de Padrón. Esta planta constaba de 3 salas: unha para entrevistas e talleres de menos de 8 persoas, outra para talleres de máis de 8 persoas e unha terceira destinada a actividades manuais e artísticas.

Na actualidade ten un Convenio de cooperación coa Comunidade de Montes Veciñais en Man Común Balouta e Fontecova de Dodro por 5 anos prorrogables, co cese do edificio administrativo e o pabellón adxunto sen restrinxións horarias. Ademais, tamén conta con outra delegación en Sigüeiro,



onde se lle facilita un despacho en servizos sociais e un local de encontro para a escola de nais e país e para as actividades rehabilitadoras.

A asociación presta, ademáis das actividades rehabilitadoras que comentaremos a continuación, os seguintes servizos: Información e Orientación, terapia, seguimentos, visitas domiciliarias, acompañamentos, xestión de recursos, coordinación con dispositivos e apoio ás familias.

Estes Servizos ofrécense aos concellos da comarca e área de influencia: Padrón, Dodro, Rois, Valga, Pontecesures, Teo, A Estrada, Rianxo e Cuntis. Todos comprendidos dentro da Área Sanitaria de Santiago de Compostela e pertencentes a mesma Unidade de Saúde Mental.

HORARIO

Luns	Martes	Mércores (Sigüeiro)	Xoves	Venres (Sigüeiro)	Fins de semana
Preparación para radio (10:30-11:45)	Curso de Horticultura Ecolóxica (10:30-13:00)	Informática (pendente)	Curso de Horticultura Ecolóxica (10:30-13:00)	Atención Psicolóxica (10:30-13:00)	Saídas culturais/roteiros
Radio Valga (12:00-13:00)			Rehabilitación Cognitiva Arteterapia (10:30-13:00)	Arteterapia (10:30-13:00)	Actividades de reinserción social

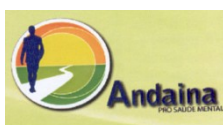
O número medio de usuarios/as que acuden ás actividades rehabilitadoras é de 12 persoas. A asistencia que se oferta noutros concellos como Santa Comba ou Padrón mantense, sempre e cando haxa derivación, pero ANDAINA PRO SAÚDE MENTAL non pode ofrecer talleres nestes concellos por falta de medios económicos.



A Estrada e Arzúa amosan interés en colaborar coa asociación, e ofrecen espazos para a instalación de ANDAINA PSM nestes concellos.

PERSOAL VOLUNTARIO

- **Médica** con 30 anos de experiencia, familiar de persoa con trastorno mental. Ponente de charlas, realiza contactos coa Administración local e entrevistas coa Administración autonómica. Localización de espazos.
- **Médica** con 7 anos de experiencia, familiar de persoa con trastorno mental. Ponente de charlas, realiza entrevistas coa administración autonómica e local. Colabora na elaboración do proxecto e na localización de espazos.
- **Psicóloga** con experiencia profesional en Saúde mental durante 3 anos. Ponente en charlas, recibe os casos novos, é terapeuta e monitora de actividades. Realiza entrevistas coa administración. Colaboración na elaboración do proxecto.
- **Coterapeuta** con experiencia en saúde mental, monitora e terapeuta. Apoio nas charlas, orientación e acompañamento dos usuarios/as.
- **Psicóloga** con experiencia de 7 anos en saúde mental, familiar de persoa con trastorno mental. Ponente nas charlas, é monitora e terapeuta, e realiza a orientación e acompañamento dos usuarios/as.
- **Traballadora Social** con 10 anos de experiencia. Ponente nas charlas, contacta co persoal dos Servizos Sociais dos concellos e cos dispositivos de Saúde Mental. Localiza espazos e desempeña tamén a tarefa de monitora. Colabora na elaboración do proxecto.



- **Educadora** con un ano de experiencia, familiar de persoa con trastorno mental. Apoio en Charlas, é monitora e realiza os acompañamentos de usuarios e usuarias.
- **Psicólogo** con experiencia de 2 anos en saúde mental, monitor e terapeuta. Realiza a orientación e acompañamento dos usuarios/as.
- **Mariñeiro**, amigo de persoa con trastorno mental. Apoio no taller de horticultura ecolóxica.
- **Coidadora**, familiar de persoa con trastorno mental. Apoio en charlas e realiza acompañamentos de usuarias/os.

DOSIER DE PRENSA

Noticia 1. Relato autobiográfico de Andaina PSM escrita por unha nai membro da asociación con familiar afectado, publicada no periódico comarcal de Sigüeiro “El entorno metropolitano”

Para máis información pode consultar o **noso blog**:

<http://www.andainaprm.blogspot.com/>

