

**MEMORIA DE ACTIVIDADES 2023 – ASOCIACIÓN DE  
SALUD MENTAL DE CIEZA Y COMARCA. AFEMCE.**



## 1. SERVICIOS Y PROGRAMAS ASOCIACIÓN

### 1.1. Programa de información, orientación y asesoramiento

Durante el **año 2023** se ha llevado a cabo un servicio orientado a la recepción, acogida y/o derivación de demandas, de aquellas personas que soliciten el mismo, que tengan problemas de salud mental, sean familiares/cuidadores o cualquier persona que requiera información sobre los distintos recursos socio-sanitarios del área IX de Salud Mental.

El objetivo principal del **Servicio de Información y Asesoramiento** ha sido asegurar a las personas que lo requieran una atención global personalizada, encaminada a proporcionar información actualizada sobre aquellos recursos existentes que fueran apropiados, orientaciones y asesoramiento sobre todo lo relacionado con salud mental y a estudiar la demanda para su posterior derivación hacia los recursos internos de la Asociación (centros, programas y servicios) o hacia otros recursos externos.

La forma de acceder al Servicio se ha realizado tanto de forma personalizada y presencial, este es el caso de la mayoría de personas que acceden al servicio por primera vez, así como personas que han llegado derivadas de otros recursos comunitarios y sociosanitarios. También han acudido los distintos socios o usuarios, que han accedido al servicio telefónicamente o en persona con el fin de aclarar alguna duda en concreto o para solicitar cita previa.

Las actividades que se han realizado en el Servicio de Información y Asesoramiento han sido:

- Recepción de la demanda.
- Estudio de la demanda.
- Recogida de Información sobre recursos prioritarios en salud mental.
- Coordinación con Centro de Servicios Sociales, Servicios Sanitarios y sociosanitarios, recursos educativos, Ocio y Tiempo libre, etc.
- Acogida de la demanda en el Servicio y/o derivación a otro recurso.
- Recogida de datos, elaboración de fichas e informes.
- Información y Asesoramiento familiar.
- Información y Asesoramiento sobre recursos comunitarios, públicos y privados.
- Tramitación de solicitudes.
- Orientación.
- Propuesta de Intervención al equipo técnico.

A través del Programa de Información y Asesoramiento, se estableció y se formalizó la **coordinación** con el resto de recursos comunitarios, tanto sociales, como sanitarios, educativos y otros.

La coordinación con otros recursos comunitarios de la zona se ha seguido realizando de forma continuada; manteniendo reuniones con personal de Servicios Sociales de Cieza, de Abarán y de Blanca, además de realizar coordinación telefónica con ellos. Por otro lado, también nos hemos reunido con Salud Mental del Área IX de Salud de la Región de Murcia, CAD, con la trabajadora

social de atención primaria del Centro de Salud de Cieza y con las gestoras de casos de la comarca que atienden a la zona de Cieza, Abarán y Blanca. Además, AFEMCE forma parte de dos grupos de trabajo integrados en la RED INFANCIA CIEZA (Red Local a favor de los derechos de la infancia y adolescencia de Cieza) de la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Cieza: un grupo para la detección de familias con problemas y necesidades para atender adecuadamente a los menores de dichas familias y otro grupo para atender las necesidades de niños y adolescentes con discapacidad (física, sensorial, mental, etc.).

AFEMCE también forma parte del equipo de coordinación sociosanitaria en la atención a personas con trastorno mental grave y/o drogodependencias de la Región de Murcia en el área XI de Salud.

Durante el año 2023 se ha llevado a cabo una media de 78 atenciones diarias de diferente índole, tales como gestión de citas, atención telefónica, consulta de expedientes, atención individual y familiar, derivación a otros recursos, por lo que el total aproximadamente de atenciones semanales es de 390.

## 1.2. Servicio de voluntariado

Este programa se estructura en varios bloques en los que se trata la captación de nuevos voluntarios, la formación, mantenimiento y reciclaje de los mismos.

La finalidad es promover y mantener un voluntariado social en salud mental como puente para la inclusión social de las personas con problemas de salud mental y que sean un apoyo para las familias de las mismas.

Las actividades que ha contemplado este programa para 2023 han sido:

- Jornadas de formación para personas voluntarias en salud mental.
- Acompañamiento y apoyo en actividades del programa de rehabilitación psicosocial.
- Participación en actividades de ocio y tiempo libre, deportivas y culturales.
- Participación en campañas de sensibilización y concienciación.
- Excursiones y salidas de fin de semana con voluntarios y usuarios.

La bolsa de voluntarios de la Asociación se sitúa en 30 personas actualmente.

Adjuntamos a continuación fotografías de algunas salidas y formaciones realizadas durante el año 2023:



### 1.3. SERVICIO DE RESPIRO FAMILIAR

#### 1.3.1. Programa de ocio y tiempo libre

Excursiones, viajes y salidas de fines de semana.

El programa comprende un conjunto de recursos de estancia y apoyo, internos y externos, puestos al servicio de los usuarios con el fin de aliviar la sobrecarga familiar que supone asumir el papel de cuidador de personas con problemas de salud mental.

Las actividades que se han realizado en el año 2023 han sido:

Enero: Museo Naval de Cartagena

Febrero: Castillo de Sta Bárbara de Alicante

Marzo: Lago de Anna

Abril: Floración de Cieza

Mayo: Geoda de Pulpí

Junio: Museo de la Ciencia y el Agua de Murcia

Septiembre: Museo MARQ de Alicante

Noviembre: casco histórico de Cehegín

Viaje de vacaciones de verano subvencionadas por IMSERSO: Se realizó entre el mes de mayo y junio; específicamente desde el día 28 de mayo hasta el día 1 de junio con destino MADRID con el siguiente itinerario:

28 mayo: Llegada al hotel.

29 mayo: Visita congreso de los diputados, Puerta del Sol, Gran Vía (Callao), Edificio Metrópolis, Fuente Cibeles, Plaza Mayor, Palacio Real, Almudena, Jardín de Sabatini, Templo de Debod y Plaza de España.

30 mayo: Libre, Visita al Estadio Santiago Bernabéu, actividad de ocio en la Casa Encendida.

31 mayo: Visita a Museo del Prado, visita Jardín Botánico, visita Puerta de Alcalá, Parque del Retiro

1 junio: Vuelta a casa.

En total participaron un total de 19 usuarios y 4 profesionales en el viaje del IMSERSO.

- Otra actividad que se llevó a cabo en diciembre de 2023 dentro del programa de Ocio y Tiempo Libre fue la salida realizada a la exposición de Belenes, en el Municipio de Cieza.















- Convivencia de Fútbol de la Liga All Star.



#### 1.4. PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL

Este servicio está subvencionado a través de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades con las Subvenciones a ONG con Fondos del IRPF Autonómico y con la nueva cofinanciación este año de la Convocatoria de subvenciones para entidades del tercer sector de acción social destinadas al desarrollo de actuaciones en la lucha contra la pobreza y la exclusión social en la Región de Murcia durante el año 2023.

El programa ha estado dirigido a personas con problemas de salud mental grave, que no han sido atendidas en otros recursos o servicios, o bien que a pesar de haber sido atendidos en otros recursos han necesitado de otros apoyos complementarios para favorecer su rehabilitación psicosocial.

Las fases del programa han sido las siguientes:

- Coordinación con los profesionales de zona de servicios sociales y salud mental que hayan atendido a los beneficiarios y valoración de su participación en el proyecto.
- Recepción de la demanda por parte de los profesionales del proyecto.
- Estudio individualizado y personalizado de cada caso.
- Plan de atención personalizado.
- Ejecución del plan de atención personalizado mediante distintas intervenciones según necesidad de cada caso.

- Evaluación de la situación socio-sanitaria del usuario y valorar si se han cumplido los objetivos o se debe de continuar con la atención. (Posible desvinculación por mejoría de situación). Tratamientos integrales y mantener una calidad de vida digna. Se realizan actividades de acompañamiento con los usuarios a distintos recursos socio-sanitarios.

El programa se ha llevado a cabo por medio de dos profesionales del centro de día; un psicólogo y una trabajadora social.

El número total de personas atendidas ha sido de **54** distribuidos entre los tres municipios del Área XI de Salud siendo **10** las personas atendidas en el municipio de Blanca, **13** las atendidas en Abarán y **31** en Cieza.

- Actividades grupales; se ha llevado a cabo un grupo terapéutico dos veces al mes en el que se ha trabajado la cohesión de grupo, el vínculo y otros aspectos importantes.

Los objetivos a cumplir en este programa fueron los siguientes:

Dirigir la atención psicosocial en salud mental al entorno natural de las personas que sufren TMG.

Desarrollar un sistema de continuidad de cuidados y actividades accesibles y cercanas.

Formar equipos de intervención con profesionales del ámbito social y sanitario.

La accesibilidad entre profesionales y dispositivos (CSM, SSSS de zona, Equipo base de Coordinación sociosanitaria, UH Morales Meseguer y Román Alberca) también debe estar presente.

Proveer de atención individualizada, consensuada y negociada con la persona afectada y el entorno familiar o de cuidados, para frenar los procesos de cronicidad, deterioro y abandono y adaptar las intervenciones necesarias a los estilos de vida en cada caso, a los ritmos individuales.

Que los beneficiarios del programa de Atención Integral participen en otras actividades terapéuticas, deportivas o de ocio y tiempo libre en los distintos programas de AFEMCE.

Las intervenciones realizadas tales como acompañamiento a salud mental, gestión y acompañamiento a comunidades terapéuticas, gestión de prestaciones sociales, visitas a domicilio, sesiones terapéuticas han estado enfocadas a la rehabilitación psicosocial y han producido un impacto positivo en la situación social y sanitaria del usuario/a, sesiones de senderismo, etc.

Datos de personas atendidas:

54 Personas.

Atenciones individuales durante todo el año: 720 aproximadamente.

Atenciones grupales: 22 sesiones realizadas quincenalmente.

# ATENCIÓN INTEGRAL EN SALUD MENTAL

El propósito de este programa es ayudar a aquellas personas con problemas de salud mental a desarrollar su autonomía personal

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Personas de entre 18 y 65 años

## ¿DE DÓNDE?

Blanca, Cieza y Abarán

## CONTACTA CON NOSOTROS A TRAVÉS DE:

968 760 848 / 617 468 444

[AFEMCE@AFEMCE.COM](mailto:AFEMCE@AFEMCE.COM)



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad



### 1.5. SERVICIO DE ATENCIÓN Y APOYO A LA FAMILIA

Este servicio está subvencionado a través de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades con las Subvenciones a ONG con Fondos del IRPF Autonómico, en él se lleva a cabo la información, asesoramiento y apoyo a familiares de personas con problemas de salud mental.

El total de familias atendidas durante el año **2023** por el programa ha sido **50** además de 44 familias correspondientes a los familiares de los usuarios del centro de día AFEMCE.

Además de estas familias, se ha atendido a otras derivadas de distintos recursos socio-sanitarios del Área IX de Salud de la Región de Murcia.

Se ha realizado quincenalmente comenzando en enero y finalizando en diciembre.

Se han realizado un total de 21 sesiones alternando la escuela con el grupo de ayuda mutua y el grupo de psicodrama.

La asistencia media a las sesiones ha sido de 17 personas.

Tras la finalización de las sesiones; se mantiene el grupo de ayuda mutua con periodicidad mensual.



# Grupo de ayuda mutua

## ESCUELA DE FAMILIAS

**Si estás interesado, contáctanos:**  
**Teléfono: 968760848/ 643558454**  
**Email: [proyectos@afemce.com](mailto:proyectos@afemce.com)**  
**Dirección: C/ Mariano José de Larra 2, bajo**

CON LA FINANCIACIÓN DE:



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad

ORGANIZA:



asociación  
**SALUD MENTAL**  
cieza y comarca  
**AFEMCE**

### 1.6. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL INFANTO-JUVENIL “CLICK”

El Proyecto de Intervención Psicosocial Infanto-Juvenil “CLICK” se implementó en junio de 2016, llevándose a cabo de forma continuada desde entonces. Se atiende a nivel comarcal (Cieza, Abarán, Blanca y pedanías). Desde el inicio del proyecto, hasta el momento, se han atendido más de 200 familias, ofreciéndoles todo tipo de servicios: información, asesoramiento, terapia individual, actividades grupales, ocio, derivaciones, etc.

En concreto durante este año 2023 se ha atendido a un total de 63 beneficiarios.

Se han realizado un total de 17 atenciones individuales por trimestre, 15 coordinaciones mensuales con otros profesionales, 16 atenciones mensuales a familias y 325 sesiones grupales a usuarios durante todo el año. Además, se han realizado las charlas T-Reto y No te Cortes en diversos cursos escolares en todo el territorio de la comarca con las cuales se ha conseguido llegar a más de 1500 beneficiarios.

### 1.7. PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL

En la sociedad actual existe una gran relevancia de los problemas de salud mental por lo que es necesario plantearse actuaciones dirigidas a actuar en la sociedad con el fin de promover la sensibilización y concienciación sobre salud mental, así como promover la prevención de problemas de salud mental.

Las actividades que se han realizado en 2023 han sido tanto de promoción y sensibilización en redes sociales como presencialmente:

Coordinación con recursos comunitarios de la zona

Medios de comunicación. Difusión de campañas en redes sociales.

- Organización de campañas de sensibilización (Programa No t-cortes)

Reivindicación por el día mundial de la prevención del Suicidio (10 de septiembre)

Conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre)

Conmemoración del Día Mundial de la Discapacidad y el Voluntariado (03 y 05 de diciembre respectivamente)

Caminata solidaria nocturna.

Celebración del X CERTAMEN de Cortos de Asociaciones de Salud Mental. (13/12/23)

Es un servicio en el que se promueve la sensibilización sobre salud mental, así como promover la prevención de problemas de salud mental y reivindicar los derechos de este colectivo.

Dentro de este servicio se encuentra el programa de sensibilización, divulgación y prevención en salud mental.

A continuación, mostramos algunas fotos realizadas durante el año 2023:









## 1.8. PROGRAMA DE DEPRESIÓN “NO ESTÁS SOL@”

Programa financiado por la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia a través de las ayudas con fondos IRPF.

Consiste en un grupo terapéutico para personas diagnosticadas con depresión o síntomas similares.

Se ha realizado durante todo el año 2023.

Se ha llevado a cabo por el equipo técnico de AFEMCE que ha consistido principalmente en la figura de la trabajadora social y psicólogo.

Se ha atendido a un total de 50 personas durante el año 2023.

Se han realizado un total de 17 sesiones grupales y un total aproximado de 17 (Anarocio) sesiones individuales por trimestre.

## 1.9. PROGRAMA OCUPACIONAL

### 1.9.1. SERVICIO OCUPACIONAL

### 1.9.2. TALLER DE ENCUADERNACIÓN ARTESANAL

En cuanto al taller de encuadernación mencionar que durante el año 2023 se han realizado tareas de restauración de libros y creación de libretas y agendas según los pedidos que la Asociación ha ido recibiendo.

Contamos con 5 usuarios del centro de día con formación y con varios años de experiencia que son los principales artífices de los trabajos de restauración y creación de agendas.





### 1.9.3. SERVICIO FORMATIVO

Durante este año 2023 AFEMCE ha llevado a cabo dos cursos formativos subvencionados por la Fundación Once e Inserta Empleo.

- Soñando metas construyendo mi futuro. Programa combinado de educación emocional coaching y mindfullnes de fundación ONCE. (POEJ)

El curso tuvo una duración total de 300 horas y su finalidad fue promocionar habilidades y capacidades prelaborales para fomentar la búsqueda activa de empleo en personas con discapacidad.

El total de participantes en el curso fueron 6.

- Curso de iniciación a la red internet de INSERTA.

El curso tuvo una duración total de 80 horas y tenía la finalidad de proporcionar herramientas y conocimientos para reducir la brecha digital en personas con discapacidad y fomentar la inserción laboral.







#### **1.10. PROGRAMA EUROVIDA SALUD MENTAL REGIÓN DE MURCIA.**

EUROVIDA es un programa cofinanciado por el Fondo Social Europeo y gestionado por el Servicio Murciano de Salud, con el objetivo de lograr la incorporación laboral del colectivo de personas con problemas de salud mental y/o drogodependencias en proceso de recuperación, para facilitar su inserción social y laboral.

AFEMCE colabora con el Servicio Murciano de Salud mediante la contratación de un insertor laboral (a través de solicitud de subvención para cubrir dicho puesto) para que sea la técnico que realiza las acciones pertinentes para facilitar la incorporación de personas en el mercado laboral. Su actuación comporta acciones de evaluación, información, orientación, motivación, formación, asesoramiento y acompañamiento de personas con dificultades, con el objetivo de desarrollar su capacidad sociolaboral y lograr su incorporación al mercado laboral y la conservación del puesto de trabajo, así

como acciones de prospección y sensibilización en el sector empresarial para conseguir forjar en un futuro una red de empresas mentalizadas.

Para llevar a cabo el Proyecto EUROEMPLEO SALUD MENTAL desde el Área IX se ha contado con las trabajadoras sociales de Salud Mental del Área IX que hacen funciones de gestoras y con un insertor laboral de dicha área que cuenta con formación en Trabajo Social.

Los objetivos fijados inicialmente y cumplidos en el año 2023 han sido los siguientes:

Objetivo principal: lograr la inserción e inclusión social y laboral de personas con enfermedad mental y/o en proceso de recuperación de drogodependencias.

Objetivos específicos:

1. Otorgar apoyo y acompañamiento individualizado a las personas con enfermedad mental y/o en proceso de recuperación de drogodependencias para favorecer su integración en el mundo laboral (diseño de itinerario de inserción laboral personalizado).
2. Derivar y orientar hacia ofertas formativas que incrementen las posibilidades de inserción laboral de las personas atendidas en el programa que requieran o soliciten esta vía.
3. Informar y asesorar a las personas con enfermedad mental sobre todo tipo de cuestiones relacionadas con su situación laboral (compatibilidades e incompatibilidades de prestaciones, situación personal, etc.).
4. Realizar tareas de prospección y sensibilización en las empresas del área IX, así como prestar asesoramiento y apoyo a las mismas para conseguir la contratación de usuarios participantes en el programa.

5. Analizar la adecuación del puesto de trabajo, prestar apoyo, seguimiento y acompañamiento durante todo el proceso de inserción e inclusión laboral a las personas participantes en el programa que consiguen un contrato de trabajo.

6. Contribuir a la inserción e inclusión laboral mediante la contratación de personas participantes en el programa en el Complejo Rural Atalaya que gestiona Afemce, así como en otros servicios que presta la entidad (centro de día, servicio de ocio, etc.).

-

### **ACTUACIONES REALIZADAS Y RESULTADOS OBTENIDOS EN 2023**

- 1.- Recibe propuestas de activación y valora la adecuación de las activaciones.
- 2.- Analiza variables del usuario y diseña itinerarios de inserción personalizados.
- 3.- Orientación profesional e intermediación laboral.
- 4.- Coordinación de otros recursos comunitarios al servicio del usuario.
- 5.- Prospección y sensibilización de empresas e instituciones.
- 6.- Asesoramiento a Empresas, legislación y tramitación de ayudas contratación.
- 7.- Definición de puestos en empresas e intermediación en conflictos.
- 8.- Tutorización de acciones formativas enmarcadas en el Programa.
- 9.- Comunicar incidencias y realiza seguimiento de acciones realizadas por usuarios.
- 10.- Ofrecer seguimiento y apoyo en el puesto de trabajo.

### **NUMERO DE USUARIOS ATENDIDOS DURANTE EL AÑO 2023**

El número total de personas atendidas durante el año 2023 ha sido de 68 usuarios, siendo el número actual de inscritos a fecha 31 de diciembre de 2023 de 52 usuarios. No se contabilizan personas atendidas y no admitidas en el programa.

Los resultados obtenidos durante el año 2023 han sido:

- Número de usuarios inscritos a fecha 31 de diciembre de 2023 es de 52.
- Número de nuevos usuarios inscritos en el programa es de 24.
- Número de personas que han salido del programa: 16 (5 altas, 1 derivación, 8 abandonos, 0 crisis/inestabilidad y 2 otros motivos).
- Personas contratadas por el Programa Euroempleo: 5
- Personas con contratos no acogidos al Programa Euroempleo: 29.
- Personas en prácticas laborales en administración local. 4.
- Personas en Formación Profesional y otras acciones formativas. 12.

#### **ACTUACIONES CON EMPRESAS**

Durante el año 2023 se ha contactado con 14 empresas, a continuación, detallamos fecha y nombre de las empresas contactadas:

Fecha contacto	Empresa	Datos contacto	Persona de contacto	Acuerdos y observaciones
09/02/2023	1. Centro Especial de Empleo Amiab	673857365	Antonio Bas	Plena coordinación y comunicación de cursos formativos y ofertas laborales
16/03/2023	2. Talleres Socimec 	648265529	Pascual García Hortelano	Explicación de programa Euroempleo. Comunicación de oferta laboral y vacantes a cubrir.
11/04/2023	3. Najaluminio SL	968761413	Pedro	Explicación programa Euroempleo y comunicación ante posibilidad de oferta laboral.
22/05/2023	4. Aguas de Cieza	968980324	Recursos humanos	Comunicación de oferta laboral y vacantes a cubrir.
12/07/2023	5. Proecisa promociones empresariales	968773155	Recursos humanos	Explicación de programa Euroempleo.
06/09/2023	6. CuerdaCieza	675983503	José Juan Piñera	Explicación de programa Euroempleo.
18/09/2023	7. Industrias del plástico Garvel	662058405	David García	Explicación de programa Euroempleo.
29/09/2023	8. Fomento de Blanca	968775222	Recursos humanos	Explicación de programa Euroempleo.
18/10/2023	9. Ayuntamiento de Abarán	968770040	Concejala de empleo (Leticia)	Explicación de programa Euroempleo.
26/10/2023	10. Asociación Acifad	640287144	Ana	Explicación programa Euroempleo y comunicación ante posibilidad de oferta laboral.
09/11/2023	11. Ayuntamiento de Blanca	968775001	Concejala de empleo (Ana)	Explicación de programa Euroempleo.
22/11/2023	12. Peris Solar	627 99 34 06	Pascual García	
11/12/2023	13. Transportes Corredor	968767500	Recursos humanos	Explicación de programa Euroempleo.
21/12/2023	14. Supermercados Día		Recursos humanos	Explicación programa Euroempleo y comunicación ante posibilidad de oferta laboral.

Para finalizar añadimos dos fotografías con las ubicaciones de los despachos de atención a usuarios/as en el programa Euroempleo: Centro de Salud Cieza Este y AFEMCE.



## 2. CENTRO DE DÍA

A continuación, reflejamos las distintas actividades llevadas a cabo durante el año 2023 en el centro de día de AFEMCE siendo la atención 100% presencial tras años anteriores alternando dicha atención con la telemática por motivos sanitarios.

Se muestra a continuación los talleres realizados durante todo el año 2023:

### HORARIO DE INVIERNO 2023:

9:30 a 10:00	ALMUERZO	BUENOS DÍAS	ALMUERZO y BUENOS DÍAS	ALMUERZO y BUENOS DÍAS	BUENOS DÍAS
10:00 a 10:30	ASAMBLEA	ALMUERZO	ALMUERZO y BUENOS DÍAS	BUENOS DÍAS	ALMUERZO
10:30 a 11.45	ASAMBLEA REUNIÓN DE EQUIPO	REHABILITACIÓN INTEGRAL. CUERPO Y SALUD PISCINA CENTRO TALLER DE JARDINERÍA	REHABILITACIÓN INTEGRAL. WE DO SPORTS GR. PABELLÓN	COCINA ACT. DEPORTIVAS NATURALEZA ARTETERAPIA HUERTO ECOLÓGICO	AVD CULTURA GENERAL SENDERISMO
11.45 a 12:00	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
12:00 a 13.15	TEATRO CUERPO Y MENTE. SANO Y RICO (T. COCINA)	ENTRENAMIENTO COGNITIVO ARTETERAPIA GRUPO DE MUJERES. GAMM TALLER DE JARDINERÍA DEPORTE INDIVIDUALIZADO	ENTRENAMIENTO COGNITIVO LO BORDAMOS!! PSICODRAMA DEPORTE INDIVIDUALIZADO	COCINA INTELIGENCIA EMOCIONAL HUERTO ECOLÓGICO ARTETERAPIA	AVD CULTURA GENERAL. SENDERISMO
13:15 a 13:45	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA ALBERGUE	COMIDA
14:00 a 15:00	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO

15:00 a 16:30	CUENTOTERAPIA PETANCA	CINEFORUM JUEGOS TELEVISIVOS LO BORDAMOS!!	RADIO Y MEDIOS PASEITO	CAFETERÍA LO BORDAMOS!!	PUESTA EN COMÚN BELLEZA
16:30 A 17:30	MERIENDA/TRANSPORTE	MERIENDA/TRANSPORTE	MERIENDA/TRANSPORTE	MERIENDA/TRANSPORTE	MERIENDA/TRANSPORTE

### HORARIO VERANO 2023:

9:00 a 10:00	BUENOS DIAS DESAYUNO	BUENOS DÍAS DESAYUNO	BUENOS DÍAS DESAYUNO	BUENOS DÍAS DESAYUNO	BUENOS DÍAS DESAYUNO
10:00 a 11:00	TEATRO CUERPO Y MENTE RICO Y SANO	GAM MUJERES ARTETERAPIA DEPORTE	PSICODRAMA ALFOMBRAS ESTIMULACIÓN COGNITIVA	SENDERISMO ACUAÁTICO ESTIMULACIÓN COGNITIVA SEXUALIDAD	GENERO DE PUNTO CULTURA GENERAL PULSERAS
11:00 a 11:15	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
11:15 a 12:30	TEATRO CUERPO Y MENTE RICO Y SANO	PISCINA	PISCINA	PISCINA SENDERISMO ACUÁTICO	PISCINA
12:30 a 13:15	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA PISCINA
14:00 a 15:00	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO

## 2.1. PROGRAMACIÓN TALLERES CENTRO DE DÍA 2023

### 2.1.1. TALLER

Manualidades – Lo Bordamos

### 2.1.2. JUSTIFICACIÓN.

Mediante las manualidades aprenden a plasmar sus ideas. Son más pacientes, desarrollan su motricidad especialmente en las manos, asocian nuevos conceptos, amplían su imaginación, creatividad, entusiasmo y habilidades artísticas, además, logran ser más ordenados, limpios y responsables.

### 2.1.3. OBJETIVO GENERAL

Como objetivo general dentro de las manualidades queremos trabajar con su creatividad ya que entrenan el lado derecho del cerebro, que es el responsable de las emociones, la sensibilidad estética, la visión espacial y la abstracción. Con todo ello, aprenden a expresar sus emociones y a mostrar el mundo tal como lo perciben.

### 2.1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollar y fomentar la creatividad
- Fomentar la concentración
- Trabajar la Motricidad Fina
- Desarrollar la imaginación
- Fomentar las relaciones sociales
- Mejorar la memoria y la atención

### 2.1.5. PROFESIONALES

El monitor que lleva a cabo la actividad de Lo Bordamos son:

- Ángeles Guardiola Sánchez

### 2.1.6. MATERIALES

El material requerido para la puesta en práctica de las diferentes sesiones será:

- Tijeras
- Malla
- Ovillos de diferentes colores de trapillo
- Silicona
- Antideslizante
- Aparato musical

### 2.1.7. METODOLOGÍA

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

### 2.1.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

En el taller de Manualidades-Lo Bordamos se realizan alfombras hechas con maya y trapillo, con diseños elaborados y creados por los usuarios.

### 2.1.9. CRONOGRAMA.

Estos talleres se realizan los lunes y miércoles, con un horario de 10:30 a 13:00h.

### 2.1.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

Las sesiones se organizarán los lunes y los miércoles hasta terminar el proyecto que elaboran.

### 2.1.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso en la actividad.

Se realizarán un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

## 2.2. PROGRAMACIÓN ACTIVIDAD FISICA

El programa de actividad física está orientado a las mejoras físicas y motrices del usuario, dicha programación se basará en intentar generar un bienestar de motricidad y de conciencia al usuario de la importancia de la actividad física en nuestra vida cotidiana. Esto conlleva a reducir una vida más saludable y evitando enfermedades que puede provocar el sedentarismo

### Cuerpo y salud / Paseos / Aerobic

#### 2.2.1. JUSTIFICACIÓN:

El equipo técnico Formado por el monitor deportivo (Javier Villalba) ha determinado llevar a cabo estas actividades anuales para dar respuesta a las necesidades de nuestros usuarios, que muestran una gran necesidad de realizar deporte en espacio interior como al aire libre.

### 2.2.2. OBJETIVOS:

- **General:** Habituar a los usuarios a realizar prácticas deportivas regulares.
- **Específicos:**
  - o Liberar las hormonas de la felicidad (serotonina y endorfinas)
  - o Aliviar y reducir el estrés
  - o Mejorar las relaciones sociales
  - o Aumentar la autoestima
  - o Aliviar la ansiedad
  - o Mejorar nuestra conducta
  - o Ralentizar el deterioro cognitivo

### 2.2.3. METODOLOGÍA:

La metodología de la actividad propone el uso de diversos materiales como: conos, combas, mancuernas, colchonetas, picas, gomas, bicicleta estática, cinta estática, vallas.

Realizar una evaluación inicial para adecuar el proceso de enseñanza aprendizaje a las particularidades de los usuarios.

Es recomendable aplicar un tratamiento que integre una gran cantidad de aspectos que sean recolectados de los diversos contenidos que deben enseñarse.

El aprendizaje debe ser tratado como algo vivencial en lo que respecta a la educación.

Las destrezas y habilidades deben ser perfeccionadas a través del ejercicio.

Se debe partir de las habilidades y destrezas básicas para luego pasar a las que son específicas.

Los ejercicios, estrategias y actividades que se planifiquen no deben suponer ningún tipo de discriminación.

#### 2.2.4. MATERIALES:

Conos, picas, aros, balón medicinal, mancuernas, combas, steps, colchonetas, bicicleta estática.

#### 2.2.5. ACTIVIDADES:

Cuerpo y salud (se combinaba con tonificación muscular y circuitos), aerobio, paseos.

#### 2.2.6. CRONOGRAMA:

**Cuerpo y salud:** (Enero – Septiembre) martes – 10:45/11:45

**Paseos:** (Octubre – Diciembre) viernes – 12:00/13:00

**Aerobio:** (Octubre – Noviembre) solo dura un mes/ viernes – 10:45/11:45

#### 2.2.7. EVALUACIÓN:

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso en la actividad.

Se realizarán un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

### 2.3. PROGRAMACIÓN TALLERES ACTIVIDAD FÍSICA CENTRO DE DÍA 2023

#### 2.3.4. TALLER

Senderismo

#### 2.3.5. JUSTIFICACIÓN

El senderismo como actividad física nos acerca al entorno natural, ya que es una disciplina que no necesita de gran preparación ni equipamiento y cuyas características responden plenamente a los necesarios de una actividad recreativa y terapéutica.

Al realizar la actividad en un entorno natural, queremos fomentar el contacto y relación con el propio ambiente, permitiendo el contacto con la naturaleza, cambiar de contexto dentro del ámbito normativo al natural, realizar actividades en el medio natural respetando y favoreciendo la conservación del mismo, realizar este tipo de actividades para aprender a utilizar la naturaleza de manera beneficiosa para nuestra salud, aprender a provechar el tiempo libre de manera constructiva y sobre todo mejorar nuestra condición física a través de actividades en el medio natural.

En el medio natural el usuario tiene la posibilidad o necesidad de ser autónomo con todo lo que ello supone, aprender a observar, a enterarse de los fenómenos, y de los hechos naturales, desplazarse, orientarse, pasar calor, lluvia, frío, trabajar en grupo, responsabilidad grupal e individual, es decir, una variedad de aspectos cognitivos, afectivos y motrices de difícil consecución en un entorno normal.

#### 2.3.6. OBJETIVO GENERAL

La práctica continuada del Senderismo aporta muchos beneficios para el bienestar general, principalmente por la práctica de la actividad física. Los más evidentes son:

- Mejorar la condición física general, y una mejora del sistema cardiovascular.
- Mejorar el estado de ánimo y combatir el estrés, la ansiedad y la depresión. Además, mejora la salud física general y ayuda a controlar el peso y prevenir enfermedades.

#### 2.3.7. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar el contacto y la relación con el medio ambiente.
- Realizar actividades en el medio natural de forma creativa y responsable.
- Conocer el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
- Trabajar la condición física general y la resistencia aeróbica, con la práctica de largas caminatas y rutas senderistas.

- Incentivar la colaboración y el compañerismo a través de experiencias y retos reales.
- Conocer “in situ” el propio patrimonio natural, social y cultural, integrando conocimientos de otras áreas a través de la actividad física.
- Interpretar el entorno (fauna, flora, geología, gentes...)
- Conocer la red de senderos de pequeño y gran recorrido en nuestra localidad.
- Recoger y conocer toda la información posible de estos senderos, de sus ecosistemas, tradiciones, y sus manifestaciones artísticas y paisajísticas.

### 2.3.8. PROFESIONALES

Los monitores que llevan a cabo la actividad de Senderismo son:

- Sergio Haro Caro y María Buitrago López

### 2.3.9. MATERIALES

El material requerido para la puesta en práctica de las diferentes sesiones será:

- Calzado deportivo adecuado
- Una mochila pequeña o de senderismo.
- Ropa deportiva adecuada y adaptada al tiempo.
- Elementos para protegerte del sol: gafas de sol, gorra, y protector solar.
- Sistema de hidratación (agua, bebidas isotónicas...) y abastecimiento de comida.

### 2.3.10. METODOLOGÍA

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

Creemos que a través de la naturaleza y en nuestro caso, es la razón por la que nos encontramos trabajando en este lugar, por ello somos partícipes de la idea de:

**La naturaleza instruye mejor que el hombre, de aquí que la mejor educación es aquella que se limita a seguir el curso de la naturaleza. J.J. Rousseau**

### 2.3.11. TAREAS Y ACTIVIDADES

En el taller de Senderismo se realizan rutas a pie en caminos, senderos y parajes de Cieza, comarca y poblaciones de toda la Región de Murcia.

Cada ruta senderista es pensada y evaluada de forma previa, revisando la orografía del terreno, áreas de descanso y sombra, duración del trayecto, situación del terreno, temperatura y previsión meteorológica.

Las actividades que se desarrollan son rutas senderistas de entre 5 y 15 kilómetros.

Cada ruta que se realiza tiene unas características específicas de duración y especificidad, buscando diversidad en cada una de ellas, su encanto paisajístico, flora y fauna del lugar, conocer e identificar las señales de los senderos, conocer nuestra Región, conocer y disfrutar la realización de rutas y sobre todo mejorar la condición física.

### 2.3.12. CRONOGRAMA

Las rutas senderistas se realizan los viernes, con un horario de 10:30 a 13:00h.

### 2.3.13. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

Las sesiones se organizarán de la siguiente manera:

<b>SEPTIEMBRE</b>	
Viernes 8	Ruta de los puentes desde la policía al de madera, Ermita y al centro.
Viernes 15	Mirador del Cañón de Almadenes

Viernes 22	Ruta a la presa, vuelta por el paseo de Ronda hasta Afemce.
Viernes 29	Ruta a las Norias de Abarán
<b>OCTUBRE</b>	
Viernes 6	Ruta Pantano del Quípar
Viernes 13	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Viernes 20	Ruta El Paraiso
Viernes 27	Ruta a la presa, vuelta por el paseo de Ronda hasta Afemce.
<b>NOVIEMBRE</b>	
Viernes 3	El Sarraceno
Viernes 10	Cola Cao – Zig-Zag - 4 caminos
Viernes 17	El Menjú
Viernes 24	La Fuente del Rey
<b>DICIEMBRE</b>	
Viernes 1	Subida al Refugio de la Herrada
Viernes 8	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Viernes 15	Ruta del Puente de Ojos
Viernes 22	<b>ACTIVIDADES NAVIDEÑAS</b>
Viernes 29	Valle de Ricote. Almuerzo/comida

### 2.3.14. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, en sus reacciones ante la naturaleza y resolución a problemas, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros y el propio entorno natural.

Se realizará un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

#### 2.4.1. TALLER

Piscina

#### 2.4.2. JUSTIFICACIÓN

El deporte de la natación y de las actividades acuáticas, es un deporte muy completo, que te permite adaptar tus ejercicios al nivel que desees. Además, es un deporte tanto para principiantes como para deportistas más avanzados.

Promueve un estado de completo bienestar físico, mental y social. Por tanto, permite el desarrollo de las destrezas acuáticas, la cual implica además la socialización y la estabilidad.

El agua reduce los niveles de estrés y es ideal para relajarse o desconectar. Es un deporte de bajo impacto y muy recomendable para la rehabilitación de lesiones, así como para las personas con movilidad reducida o simplemente para aquellos que quieran realizar actividad física dentro del medio acuático, lo que la convierte en una actividad apta para todos y todos los niveles de condición física.

Con la natación trabajas prácticamente todos los músculos de tu cuerpo. Puedes practicar este deporte en cualquier época del año y disfrutar de una sesión de ejercicios en agua cálida y relajante. Es perfecto para mantener una buena condición física.

Además, ¡te puede salvar la vida!, ya que es una medida preventiva, te enseña a desenvolverte dentro del medio acuático.

### **2.4.3. OBJETIVO GENERAL**

Como objetivo general destacamos:

- Ofrecer actividades acuáticas con la finalidad de aumentar la calidad de vida mediante la mejora del bienestar físico, el desarrollo de la condición física, mejora psíquica y social; aprendiendo las

habilidades motrices acuáticas básicas y específicas (estilos de natación) para adquirir una autonomía en el medio acuático; fomentando actitudes favorables hacia la práctica de actividades acuáticas por sus efectos positivos hacia la salud y el ocio.

### **2.4.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Ofrecer un servicio de actividades acuáticas abarcando distintas finalidades como son la utilitaria, educativa, recreativa y de salud.

- Proporcionar una autonomía básica en el medio acuático mediante el desarrollo de habilidades acuáticas básicas y específicas y así poder disfrutar y desenvolverse en dicho medio.
- Fomentar una actitud favorable hacia la práctica de actividades acuáticas por sus efectos beneficiosos para la salud.
- Contribuir al desarrollo las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) de acuerdo a la edad de los usuarios.
- Contribuir al desarrollo de las cualidades motrices: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- Favorecer el correcto y armónico desarrollo motor de los usuarios.
- Desarrollo de las funciones intelectuales: análisis, comprensión, decisión, memoria.
- Mejora de los aspectos volitivos: esfuerzo, voluntad, constancia.
- Desarrollo de las capacidades psico-motrices: lateralidad, ritmo, percepción espacial y temporal, desarrollo del propio esquema corporal, relajación, etc.

#### **2.4.5. PROFESIONALES**

Los monitores que llevan a cabo la actividad son:

María Buitrago López y Javier Villalba Gómez

#### **2.4.6. MATERIALES**

Los materiales que se van a usar en las sesiones de natación se van a dividir en cuatro grupos:

1. Los propios del usuario:  
Bañador, chanclas, gorro, gafas
2. Los propios de la actividad acuática:  
Tablas de diferentes tamaños y grosores, pull-boys, picas, pesas, pesas acuáticas, lastres, aros, colchonetas, pelotas, palas
3. Los necesarios para la higiene y ducha:  
Gel, champú, toalla, chanclas, desodorante, peine o cepillo para el pelo, colonia, crema corporal.
4. Los que proporcionan los monitores:

Gorros para los usuarios que no tengan o se le olvide y secador de pelo.

#### **2.4.7. METODOLOGÍA**

El principio metodológico que persigue la natación es conseguir que el usuario llegue a convertirse en un nadador seguro. Esto significa que domine el medio acuático como medio de supervivencia, alcanzando un grado de soltura que le permita moverse y desenvolverse dentro del medio acuático con la misma seguridad natural con que lo hace en el medio terrestre.

#### **2.4.8. TAREAS Y ACTIVIDADES**

En el taller de piscina se desarrollan actividades donde se pretenden adquirir destrezas y habilidades básicas de los distintos estilos de natación, así como ejercicios derivados de su aprendizaje y desarrollo como son: la flotación, control de la respiración en el medio acuático, la batida de piernas, la brazada, circuitos y ejercicios de tonificación de brazos y piernas, juegos y actividades lúdicas en el medio acuático.

#### **2.4.9. CRONOGRAMA**

Las sesiones de piscina se realizan los jueves por la mañana en horario de 11.30 a 12.30h en la Piscina Climatizada Municipal de Cieza.

#### **2.4.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES**

<b>OCTUBRE</b>	
Jueves 5	Comienzo del curso, toma de contacto y familiarización.
Jueves 12	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Jueves 19	Control de la respiración, batida de piernas y tonificación.
Jueves 26	Control de la respiración. Circuito de fortalecimiento de brazos.
<b>NOVIEMBRE</b>	
Jueves 2	La flotación, batida de piernas de crol.
Jueves 9	Batida de piernas de crol, control de la respiración y brazada.
Jueves 16	Circuito de fortalecimiento de brazos y piernas.
Jueves 23	Batida de piernas de crol, respiración y brazada.

Jueves 30	Juegos de cooperación
<b>DICIEMBRE</b>	
Jueves 7	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Jueves 14	Batida de piernas de espalda, la brazada y nado de espalda.
Jueves 21	Juegos lúdicos
Jueves 28	ACTIVIDADES NAVIDEÑAS

### 2.4.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros, el propio entorno y material.

Se realizará un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

### 2.5.1. TALLER

Yoga y Relajación

### 2.5.2. JUSTIFICACIÓN

El Yoga y la relajación, son una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general y reducir el estrés.

Hay que decir, que el Yoga incluye no sólo el trabajo de relajación y estiramientos, sino una serie de rutinas y actividades que nos ayudan a mejorar nuestro estado de condición física y salud en lo que se refiere a construir hábitos en nuestra vida cotidiana.

El yoga tiene como finalidad mejorar la **alineación del cuerpo**. Pese a que las asanas (posturas) son las mismas, existe una rama de esta disciplina, en la que se enfocan a que las personas tengan un cuerpo más sano. Éste es el propósito del **yoga terapéutico**.

En esta práctica, se presionan órganos internos, lo que genera que se estimulen y ayuden al buen funcionamiento de ciertos órganos. El yoga terapéutico es el tipo de yoga que enfocan a grupos de gente que se ha lastimado, operado o tener algún tipo de lesión, pero cualquier tipo de yoga siempre será beneficioso para el cuerpo.

### **2.5.3. OBJETIVO GENERAL**

- Liberar tensión de los músculos y aporta al organismo una sensación de reposo.

### **2.5.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Aliviar y disminuir tensiones y ansiedad
- La relajación y la concentración calman la mente
- Mejorar la postura y la flexibilidad corporal
- Favorecer al desarrollo de la memoria y la atención
- Aliviar los estados depresivos
- Favorecer la autoestima
- Impulsar la buena respiración
- Aumentar la flexibilidad de los músculos.
- Reducir los dolores y mejora de lesiones y/o patologías.
- Mejorar la coordinación.
- Prevenir el endurecimiento muscular.
- Reduce la tensión muscular.
- Mantener los músculos activos.
- Mejorar la flexibilidad en general y con ella la movilidad del cuerpo.
- Evitar y reducir lesiones. El estiramiento es una parte fundamental de la rutina de ejercicio, pues sus beneficios son muchos. Un adecuado estiramiento evitará que los músculos se lesionen por falta de movilidad.
- Aumentar de la fuerza y mejorar el rango de movimiento
- Acercar, conocer y poner en práctica posturas de yoga.

### **2.5.5. PROFESIONALES**

Los monitores que llevan a cabo la actividad son:  
María Buitrago López y Javier Villalba Gómez

### **2.5.6. MATERIALES**

Los materiales utilizados en las sesiones son los siguientes:

- Esterillas
- Colchonetas

-Música

-Incienso

### 2.5.7. METODOLOGÍA

La metodología utilizada en Yoga, es de manera restaurativa y terapéutica, con el fin de ayudar a los usuarios a encontrar armonía, equilibrio, paz y conciencia mediante el desarrollo de los siguientes principios: ejercicio adecuado, relajación adecuada, pensamiento positivo y meditación y respiración adecuada.

### 2.5.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

Las actividades que se desarrollan en este taller son: estiramientos, trabajo de flexibilidad, fortalecimiento del tren superior e inferior, trabajo de coordinación, trabajo de mejora en el rango articular y lesiones, posturas de yoga y asnas, técnicas de relajación y respiración, entre otras.

Este taller se desarrolla con música ambiental, incienso, clima acondicionado en la sala (luz tenue, con calefacción/aire acondicionado) etc.

### 2.5.9. CRONOGRAMA

El taller de Yoga y Relajación se desarrollan los miércoles de 12:00 a 13:00h.

### 2.5.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

<b>OCTUBRE</b>	
Miércoles 4	Trabajo cardiovascular
Miércoles 11	Trabajo de tonicidad del tren inferior
Miércoles 18	Trabajo de fortalecimiento de la espalda
Miércoles 25	Trabajo de coordinación
<b>NOVIEMBRE</b>	
Miércoles 1	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 8	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Trabajo cardiovascular
Miércoles 15	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda

	Trabajo de estiramientos tanto tren superior como inferior
Miércoles 22	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Circuito de tonificación
Miércoles 29	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Trabajo coordinación
<b>DICIEMBRE</b>	
Miércoles 6	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 13	Circuito de fortalecimiento tren superior
Miércoles 20	Circuito de fortalecimiento de tren inferior
Miércoles 27	ACTIVIDADES NAVIDEÑAS

### 2.5.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros, el propio entorno y material.

Se realizará un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

### 2.6.1. TALLER

#### **WE Do Sport**

### 2.6.2. JUSTIFICACIÓN

La realización de actividad física busca mejorar la condición física del usuario, su estado de bienestar, rendimiento físico y deportivo, agilidad, calidad de vida y mejora de su estado de salud.

En este taller pretendemos trabajar de forma individual con aquellos usuarios que poseen unas necesidades muy específicas a nivel de salud y deportiva, para atajar y paliar esas carencias. Se busca dar respuesta a las necesidades que tienen los usuarios, las carencias para poder suplirlas.

### **2.6.3. OBJETIVO GENERAL**

- Desarrollar actividades y tareas de índole deportivo para cubrir las necesidades y carencias de los usuarios a nivel físico, mental y de rendimiento.

### **2.6.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Aumentar la flexibilidad de los músculos.
- Reducir los dolores y mejora de lesiones y/o patologías.
- Mejorar la coordinación.
- Trabajar la fuerza para mejorar el tono muscular y evitar lesiones.
- Realizar actividades y tareas de índole aeróbico para mejorar y fortalecer la salud de nuestro corazón y pulmones.
- Conocer nuestro propio cuerpo, sus posibilidades de movimiento para reeducarlo.
  
- Prevenir el endurecimiento muscular.
- Reduce la tensión muscular.
- Mantener los músculos activos.
- Mejorar la flexibilidad en general y con ella la movilidad del cuerpo.
- Evitar y reducir lesiones. El estiramiento es una parte fundamental de la rutina de ejercicio, pues sus beneficios son muchos. Un adecuado estiramiento evitará que los músculos se lesionen por falta de movilidad.
- Aumentar de la fuerza y mejorar el rango de movimiento.
- Ofrece una mayor energía para la realización de las actividades cotidianas.
- Tonificar los músculos e incrementa su fuerza.
- Mejorar el funcionamiento de las articulaciones y reducir el riesgo de lesiones.
- Aumentar la sensación de bienestar y disminuye el estrés mental.
- Aliviar tensiones y dolores

### **2.6.5. PROFESIONALES**

Los monitores que llevan a cabo la actividad son:  
María Buitrago López y Javi Villalba Gómez.

#### **2.6.6. MATERIALES**

Los materiales utilizados en este taller son:

- Gomas
- Cuerdas
- Picas
- Mancuernas
- Bicicletas estáticas
- Cintas andadoras y de correr
- Máquinas funcionales y de gimnasio
- Esterillas y colchonetas
- Pelotas de diversos tamaños, formas y pesos

#### **2.6.7. METODOLOGÍA**

La metodología utilizada dentro de las actividades individuales constituye un sistema analítico de entrenamiento, que consiste en realizar una serie de actividades y ejercicios organizados por estaciones de trabajo, alineados u organizados en una sala, gimnasio o pabellón según un itinerario previsto.

#### **2.6.8. TAREAS Y ACTIVIDADES**

Las tareas y actividades que se llevan a cabo dentro de este taller se trabajan de forma individual con los usuarios para darles un mejor servicio.

El taller está dividido en tantas de 15 minutos por usuario para trabajar de forma individualizada con cada uno de ellos.

Destacar que se realizan un conjunto de actividades que engloban varias disciplinas, como pueden ser: trabajo de fuerza y fortalecimiento muscular, circuitos, equilibrio, flexibilidad, trabajo de coordinación, resistencia y trabajo cardiovascular, ejercicios de ayuda a mejorar lesiones, su rango articular y su movilidad.

### 2.6.9. CRONOGRAMA

Este taller se desarrolla los miércoles, en horario de 10:30 a 11:45 h, tanto en el centro de Afemce como en el polideportivo Juan José Angostos.

### 2.6.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

<b>OCTUBRE</b>	
Miércoles 4	Trabajo cardiovascular
Miércoles 11	Trabajo de tonicidad del tren inferior
Miércoles 18	Trabajo de fortalecimiento de la espalda
Miércoles 25	Trabajo de coordinación
<b>NOVIEMBRE</b>	
Miércoles 1	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 8	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Trabajo cardiovascular
Miércoles 15	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Trabajo de estiramientos tanto tren superior como inferior
Miércoles 22	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Circuito de tonificación
Miércoles 29	Carmelo: trabajo rehabilitación de lesión cervical y fortalecimiento de espalda Trabajo coordinación
<b>DICIEMBRE</b>	
Miércoles 6	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 13	Circuito de fortalecimiento tren superior
Miércoles 20	Circuito de fortalecimiento de tren inferior
Miércoles 27	ACTIVIDADES NAVIDEÑAS

### 2.6.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros, el propio entorno y material.

Se realizarán un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

## **2.7. PROGRAMACIÓN TALLER PSICOEDUCACIÓN DE CENTRO DE DIA**

### **2.7.1. DENOMINACIÓN:** Taller de Psicoeducación

### **2.7.2. INTRODUCCION:**

Las personas que padecen patologías de salud mental con frecuencia sufren estigma y exclusión por parte de la sociedad. El desconocimiento y el temor a ser discriminado evita el acercamiento de las personas a los servicios de salud, provocando latencias y abandono del tratamiento. La psicoeducación es una herramienta para los usuarios y usuarias conozcan la naturaleza de la enfermedad, promoviendo la autonomía, el empoderamiento y la reintegración social.

### **2.7.3. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD**

La vulnerabilidad de las personas con problemas de salud mental, hace referencia a los recursos psicológicos que la persona tiene, o no tiene, ha adquirido, o no ha adquirido, para afrontar los diferentes acontecimientos traumáticos de su vida. Es necesario hablar de las herramientas personales que nos hayan dado, que hayamos adquirido y que nos hayan enseñado a usar para enfrentarnos de una manera adecuada a nuestra realidad, a las demandas de nuestra vida. Esto va a determinar lo que llamamos nuestra Salud Mental.

Tenemos que hablar de los problemas de salud mental, de síntomas, tomar conciencia de lo que nos pasa y como nos manejamos, por todo ello, es importante saber que entorno tenemos si es sano o no, un entorno estable y positivo tiende a aportar a la persona, un entorno inestable y desadaptativo eleva las posibilidades de desequilibrio personal.

### **2.7.4. OBJETIVO GENERAL**

Entender el mecanismo de los problemas de salud mental y colaborar de manera directa a los cuidados generales y particulares para cada uno

### **2.7.5. OBJETIVO ESPECIFICO**

- Fomentar el empoderamiento de las personas con problemas de salud mental.
- Promover un trabajo de concienciación de la salud mental y el alcance de los trastornos mentales.
- Diseñar y poner en curso estrategias de lucha contra el estigma social.
- Impulsar el uso de herramientas que combatan la incidencia de los problemas de salud mentales en la sociedad.

- Favorecer una mayor autonomía personal y social.
- Disminuir el riesgo de recaídas.

#### **2.7.6. PROFESIONALES**

Melba Miñano Bleda

#### **2.7.7. MATERIALES/METODOLOGÍA/TAREAS Y ACTIVIDADES**

El material que vamos a utilizar es un temario creado por AFEMCE, se divide en 5 módulos:

- Síntomas
- Medicación
- Tóxicos
- Familias
- Recursos sociales

La duración es de tres meses donde rotan los usuarios y usuarias de la entidad una vez acabado el temario.

La duración de las unidades depende de la necesidad de los participantes.

\*Adjunto la documentación

#### **2.7.8. CRONOGRAMA**

Este taller se realizará todos los viernes con una duración de tres meses en horario de 12:00 a 13:15

### 2.8.1. DENOMINACIÓN TALLER:

Arteterapia.

### 2.8.2. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:

La arteterapia se incluye dentro de las denominadas “terapias artísticas” y se define como una profesión de ámbito asistencial que se caracteriza por el uso de medios y procesos artísticos para ayudar a contener y solventar los conflictos emocionales o psicológicos de las personas. En arteterapia, el proceso de creación artístico y los objetos resultantes actúan como intermediarios en la relación terapéutica, permitiendo que determinados sentimientos o emociones conflictivas encuentren vías de expresión complementarias o alternativas a la palabra.

Cada vez son más los arteterapeutas que aplican su metodología de trabajo en el ámbito de la salud mental, ya sea en hospitales psiquiátricos o en centros de día. Dicha metodología consiste en la creación de obras artísticas que actúan de “tercera dimensión” entre terapeuta y usuario, concediendo absoluta importancia a la expresión personal de la persona por encima del resultado estético final.

Podemos enunciar los siguientes beneficios terapéuticos de la arteterapia grupal en esta población específica:

- La potenciación de la creatividad resulta un medio excelente de autoconocimiento, en tanto que revela otros aspectos del yo.
- El manejo y la comprensión de las defensas presentes durante el proceso creativo fortalece las funciones del yo.
- Se desarrolla un sentimiento de competencia y mejoría de la autoimagen a través de la experiencia con los materiales artísticos y el logro de ejecutar una actividad de manera positiva.
- El trabajo artístico ayuda a contener la ansiedad y es un vehículo que favorece la relación.
- En el trabajo creativo los trabajos son en sí mismos puentes de interacción interpersonal. La utilización de lenguaje no verbal favorece la autoexpresión y la comunicación.
- Los aspectos irracionales en un contexto creativo se vuelven más tolerables y esto favorece la exploración de sentimientos no tolerados, como por ejemplo, la agresividad o las ideas delirantes.
- La aparición de recuerdos de la infancia ofrece una oportunidad de continuidad vital, la cual muchas veces ha sido discontinuada por la violencia de aparición de la enfermedad mental.

- La imagen visual creada durante el proceso grupal se constituye en metáfora que favorece los procesos de contención y cohesión grupal, enriqueciendo la dinámica grupal.
- Por otro lado, la imagen visual creada constituye un medio de proyección de las ansiedades grupales mejorando los procesos de transferencia.

Existe al respecto un consenso entre los arteterapeutas sobre la importancia de los fenómenos relacionales, el poder comunicativo y expresivo de las imágenes y su ayuda en la integración de procesos inconscientes a nivel consciente. El objeto artístico-visual sirve de “puente” entre el mundo interno y el externo. También se constituye un vehículo para la socialización y el contacto interpersonal, contribuyendo a promover y mantener la salud y el bienestar general de las personas.

Del mismo modo, los grupos de arteterapia han revelado que debido a su naturaleza práctica, proveen de una estructura que puede ser vivida como menos amenazante que un grupo puramente verbal. Los pacientes están menos expuestos que en un grupo verbal pues interactúan a través de la utilización de los materiales artísticos, los objetos de arte y del proceso creador, siendo especialmente útil para aquellas personas que se benefician del grupo pero les cuesta enfrentarse o relacionarse con los otros.

Una de las aportaciones más relevantes y específicas de la arteterapia es que ésta parte del desarrollo artístico en un nivel preverbal, y que dicho desarrollo artístico se enmarca dentro de un encuadre psicoterapéutico. Esta modalidad terapéutica involucra a la persona como un todo, incluyendo lo sensoriomotor, lo perceptivo, lo cognitivo, lo emocional, lo social y lo espiritual.

A partir de toda esta información entendemos la necesidad de crear un programa que vaya dirigido a mejorar la atención emocional de los usuarios del centro de día mediante actividades y propuestas arteterapéuticas.

### 2.8.3. OBJETIVO GENERAL:

- Ofrecer un espacio de seguridad, contención y espíritu creativo para los usuarios.

### 2.8.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Fomentar la creatividad desde la iniciativa y los procesos internos de los propios usuarios.
- Ofrecer la exploración de técnicas que enriquezcan la expresión personal.
- Ofrecer el conocimiento, mediante explicaciones e imágenes, de diversos movimientos artísticos que por sus características puedan ayudar al usuario a conocer nuevas maneras de expresión.
- Ofrecer explicaciones, así mismo, sobre determinados artistas para favorecer la identificación con los usuarios.

#### 2.8.5. PROFESIONALES:

Rafael Ibáñez Zamora, arteterapeuta titulado.

#### 2.8.6. MATERIALES:

Los recursos técnicos y materiales que se han utilizado en este primer trimestre son los siguientes:

- Televisor
- Proyector con conexión a ordenador portátil
- Pinceles de varios tamaños
- Paletas
- Botes de pintura témpera
- Pinturas para dedos
- Ceras
- Lápices, borradores
- Lápices de colores
- Rotuladores
- Cartulinas de colores
- Folios
- Tizas de colores
- Collage (tijeras, pegamento, revistas, periódicos)

#### 2.8.7. METODOLOGÍA:

Cada taller se divide en tres fases: primeramente, hay un encuentro entre arteterapeuta y el grupo en el cual se establece un primer contacto donde aparecen las necesidades más urgentes a trabajar. En segundo lugar, se establece un tiempo determinado para la realización de una obra plástica siguiendo una consigna específica de trabajo. Finalmente, una puesta en común de todos los trabajos realizados sirve para que exista un diálogo entre los propios usuarios y de éstos con el terapeuta a propósito de la obra realizada, las emociones y sensaciones que ha provocado ésta y del contenido inconsciente que pueda aparecer.

#### 2.8.8. TAREAS Y ACTIVIDADES:

En cuanto a las actividades, cada taller es distinto y se trabaja con una consigna diferente. Dicha consigna sirve como propuesta para explorar las emociones y el mundo interno de cada usuario. En la mayoría de las ocasiones, y aunque es finalmente el

arteterapeuta quien termina proponiendo al grupo la consigna final, son los propios usuarios quienes deciden el tema de trabajo de la sesión, dando prioridad así a sus necesidades por encima de una programación previamente elaborada.

En cualquier caso, todas las actividades son propuestas que tienen que ver con su día a día, aspectos íntimamente relacionados con sus problemas de salud mental, pero también otros igualmente importantes.

#### 2.8.9. CRONOGRAMA:

El taller de Arteterapia tiene lugar los jueves por la mañana, de 10'30h a 13h.

#### 2.8.10. PROGRAMACION SESIONES :

Por todo lo expuesto anteriormente, en el taller de Arteterapia no existe una programación previa ya que se trabaja con los temas y necesidades que van trayendo en su día a día los participantes, y también con sus procesos subjetivos.

#### 2.8.11. EVALUACIÓN:

La evaluación se lleva a cabo principalmente mediante la observación directa por parte del arteterapeuta de la evolución plástica de la obra del usuario y de su evolución personal a lo largo de las sesiones. En arteterapia consideramos que la evolución estética de la obra de una persona puede rebelarnos cambios y mejoras importantes en cuanto a su salud psíquica.

### 2.9.1. DENOMINACIÓN TALLER:

Cultura General.

### 2.9.2. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:

Nuestros patrones de conducta, sistemas de creencias, principios y formas de vida derivan de la cultura, que en pocas palabras es la suma de todas las formas de arte, de amor y de pensamiento que con el paso del tiempo han permitido a los seres humanos ser más libres y conscientes.

Resulta de vital importancia el desarrollo de la cultura para cualquier ser humano pues gracias al amor por el conocimiento podemos comprender mejor otras maneras de pensar y de sentir que son diferentes a la nuestra, valorando al mismo tiempo nuestras propias manifestaciones culturales para generar un diálogo interno en el que nos preguntemos de dónde venimos y hacia dónde vamos. Como bien reza la frase, *“aquel pueblo que no conoce su historia, está condenado a repetirla”*.

Se identificó una necesidad muy clara en el marco de convivencia del centro de día. Los usuarios estaban muy faltos de una base general de cultura que les permitiera tener un pensamiento más crítico a la hora de comprender y analizar acontecimientos importantes de actualidad que sin duda afectan a su presente.

Además, desde hace ya mucho tiempo muchos de ellos venían manifestando que tenían ganas de volver a realizar excursiones, no solo de ocio, sino con el fin de visitar yacimientos, museos y monumentos importantes de nuestra Región.

Teniendo en cuenta estas necesidades, se creó el Taller de Cultura General.

### 2.9.3. OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar el amor por la cultura y el conocimiento humano.

### 2.9.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Tratar temas de historia, arte, música, deporte, geografía, etc. con el fin de proporcionarles nuevas motivaciones para su bienestar personal.
- Tratar temas que tengan que ver con la actualidad y con las problemáticas del día a día.
- Realizar excursiones que permitan conocer otros pueblos, otras realidades.
- Disfrutar del inmenso placer que supone visitar yacimientos, museos,... siendo testigos directos de la historia.
- Comprender los procesos históricos para dar sentido a las conductas humanas.
- Celebrar la diversidad y empatizar con otras culturas.
- Conocer los propios tesoros patrimoniales con el fin de valorar la propia cultura y afianzar el sentido de identidad cultural.
- Fomentar la escucha activa y la empatía hacia otras culturas.

### 2.9.5. PROFESIONALES:

Rafael Ibáñez Zamora, arteterapeuta titulado, y Ángeles Inmaculada Guardiola Sánchez, como apoyo de referencia.

### 2.9.6. MATERIALES:

Los recursos técnicos y materiales que se han utilizado en este primer trimestre son los siguientes:

- Televisor
- Proyector con conexión a ordenador portátil

### 2.9.7. METODOLOGÍA:

El taller se divide en dos tipos de actividades:

**1. Presentaciones:** una vez por semana el arteterapeuta imparte presentaciones sobre diversos temas donde se anima a la participación de los usuarios a comentar, reflexionar y debatir en relación a dichos temas y a cómo estos afectan a su vida presente y a sus problemas cotidianos. En alguna ocasión puntual la presentación semanal la lleva a cabo uno de los usuarios, que elige libremente un tema de cultura general y lo expone ante el grupo.

**2. Excursiones:** con una periodicidad mensual se llevan a cabo excursiones a distintos puntos de la geografía regional, incluso fuera de las fronteras de la Región de Murcia. Entre los lugares, figuran parajes naturales, museos de distintas tipologías, ciudades o pueblos de gran interés histórico-artístico.

### 2.9.8. TAREAS Y ACTIVIDADES:

Los temas tratados en el taller de Cultura General tienen que ver con la historia, la arqueología, el arte, la geografía, la música, el deporte o la ciencia, entre otros.

### 2.9.9. CRONOGRAMA:

El taller de Cultura General tiene lugar los viernes por la mañana, de 10'30h a 13h.

### 2.9.10. PROGRAMACION SESIONES:

Durante este trimestre, la programación de la sesiones se realizará de la siguiente manera:

- En cuanto a las presentaciones, durante el mes de septiembre se tratarán temas relacionados con la arqueología, como los yacimientos de los Guerreros de Xián, el Machu Picchu o la cueva de Altamira. Durante el mes de octubre se tratarán artistas contemporáneos, como Yayoi Kusama, Andy Warhol o Jean-Michel Basquiat. Durante los meses de noviembre y diciembre se tratarán ciudades europeas, como Estambul, Roma o Edimburgo.
- En cuanto a las excursiones, el 29 de septiembre iremos al MARQ, Museo Arqueológico de Alicante, para visitar la exposición sobre los Guerreros de Xián.

### 2.9.11. EVALUACIÓN.

La evaluación se lleva a cabo principalmente mediante la **observación directa** por parte del arteterapeuta Rafael en relación a criterios como la participación, la motivación y el grado de satisfacción por parte de los usuarios.

Además de la observación directa, evaluamos los objetivos a conseguir partiendo de la opinión y cuestionarios realizados a los participantes.

### 2.10.1. DENOMINACIÓN TALLER:

Rincones con encanto.

### 2.10.2. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:

Debido a nuevas necesidades que tienen que ver con la circunstancia de que a partir de este nuevo trimestre los martes se realizarán todas las actividades en las instalaciones del albergue, se ha creado el nuevo taller "Rincones con encanto". Dichas necesidades tienen que ver con que algunos usuarios necesitan hacer algo de deporte mientras disfrutan del aire puro y las vistas naturales, al mismo tiempo que disfrutan de las

explicaciones y curiosidades de los monitores acerca de lugares interesantes de su pueblo, Cieza.

#### **2.10.3. OBJETIVO GENERAL:**

- Fomentar la motivación del ejercicio físico como algo necesario para conocer lugares interesantes.

#### **2.10.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Disfrutar del ejercicio al aire libre en un ambiente relajado.
- Conocer rincones de Cieza que, por su historia o características, les pueden resultar interesantes.
- Disfrutar del placer que supone conocer curiosidades de lugares que ya conocían previamente.
- Conocer los propios tesoros patrimoniales con el fin de valorar la propia cultura y afianzar el sentido de identidad cultural.
- Fomentar la escucha activa y la empatía hacia otras culturas.

#### **2.10.5. PROFESIONALES:**

Rafael Ibáñez Zamora, arteterapeuta titulado, y Luís Marín Vázquez, como monitor de referencia.

#### **2.10.6. MATERIALES:**

No se necesitan materiales o herramientas para este taller.

#### **2.10.7. METODOLOGÍA:**

Durante el tiempo que dura el taller se invitará a los y las participantes a realizar paseos a pie de diversas distancias con el fin de visitar rincones con encanto, siempre dentro del municipio de Cieza. En alguna ocasión se requerirá el traslado en furgoneta.

#### **2.10.8. TAREAS Y ACTIVIDADES:**

Realización de paseos guiados, tales como:

- Galería Efe Serrano
- Museo de Siyasa
- Casa de la Encomienda
- Casa de Las Delicias
- Ermita de San Bartolomé
- El Callejón de la Virgencica

- La fuente del lavadero antiguo
- Yacimiento Medina Siyasa
- Cueva de la Serreta
- El Monasterio de las Claras
- Biblioteca Municipal
- Ruta de Belenes

#### **2.10.9. CRONOGRAMA:**

El taller de “Rincones con encanto” tiene lugar los martes por la mañana, de 10’30h a 13h.

#### **2.10.10. PROGRAMACION SESIONES:**

Durante el mes de octubre los paseos estarán dirigidos a contemplar parajes naturales aprovechando los colores de la época otoñal. Durante el mes de noviembre, visitaremos rincones históricos. Finalmente, durante el mes de diciembre aprovecharemos las proximidades de la época navideña para disfrutar de actividades relacionadas con la misma, por ejemplo ruta de Belenes o elaboración de dulces típicos.

#### **2.10.11. EVALUACIÓN :**

La evaluación se lleva a cabo principalmente mediante la observación directa por parte del arteterapeuta Rafael en relación a criterios como la participación, la motivación y el grado de satisfacción por parte de los usuarios.

Además de la observación directa, evaluamos los objetivos a conseguir partiendo de la opinión y cuestionarios realizados a los participantes.

#### **2.11.1. DENOMINACIÓN TALLER:**

Teatro.

#### **2.11.2. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:**

Podemos describir los trastornos mentales y de la conducta como aquellas dificultades que una persona presenta en sus relaciones con las/os demás, en su percepción del mundo o en sus actitudes hacia sí misma, caracterizándose por sentimientos de ansiedad o tensión, insatisfacción con la propia conducta, incompetencia para alcanzar sus metas o la incapacidad para funcionar eficientemente en las diversas áreas.

Entre las dificultades que encuentran las personas con enfermedad mental destacamos:

- Dificultades de interacción social.
- Suelen presentar dificultades en las relaciones interpersonales y en la expresión de los afectos, apatía, dificultades para la concentración y mantenimiento de la atención.
- Dificultad para desenvolverse en situaciones cotidianas.
- Barreras sociales: estigmas y rechazo social.

Es por este motivo que se hace necesario ofrecer un taller en el que se fomente la expresión de las emociones, la improvisación y la comunicación desde una perspectiva lúdica.

Además, la Federación de Salud Mental de la Región de Murcia organiza dos actividades anuales en las que participaremos: un certamen anual de cortos y un festival de teatro denominado “Festivarte”.

### **2.11.3. OBJETIVO GENERAL:**

- Fomentar la incorporación de nuevas herramientas para expresar y comunicar sus ideas y emociones.

### **2.11.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Incentivar su creatividad e imaginación.
- Disminuir el estrés y la ansiedad.
- Favorecer el intercambio con pares, los vínculos, la socialización y las experiencias grupales.
- Incrementar la autoestima, la confianza y la tolerancia a la frustración.

### **2.11.5. PROFESIONALES:**

Rafael Ibáñez Zamora, arteterapeuta titulado, y Celia Ramos Caro, terapeuta ocupacional.

### **2.11.6. MATERIALES:**

Ordenador, cámara fotográfica, sillas y mesa, folios y bolígrafos.

### **2.11.7. METODOLOGÍA:**

El taller se lleva a cabo una vez por semana con duración de 1h.

En un encuadre prácticamente terapéutico, se desarrollan dinámicas de improvisación teatral o de preparación de la obra teatral anual (o del corto) dentro de la sala polivalente, todas desde una perspectiva lúdica.

### **2.11.8. TAREAS Y ACTIVIDADES:**

Distintas dinámicas de improvisación teatral, así como recursos cinematográficos.

### **2.11.9. CRONOGRAMA:**

El taller de Teatro tiene lugar los lunes de 11:30 a 13h.

#### 2.11.10 PROGRAMACION SESIONES:

El año se divide en dos partes. En la primera parte, de diciembre a abril aproximadamente, se desarrollan sesiones teatrales. La segunda, de abril a diciembre, sesiones cinematográficas en el que preparamos el corto.

#### 2.11.11. EVALUACIÓN:

La evaluación se lleva a cabo principalmente mediante la **observación directa** por parte de los responsables del taller.

#### 2.12.1. DENOMINACIÓN TALLER: Grupo de Mujeres

#### 2.12.2. INTRODUCCIÓN:

El grupo de mujeres es un espacio diseñado para ofrecer apoyo emocional, compartir experiencias y desarrollar habilidades de afrontamiento.

#### 2.12.3. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:

Se determina llevar a cabo el taller terapéutico para establecer un espacio únicamente de mujeres para el empoderamiento individual y colectivo donde poner en marcha estrategias de sororidad y fomentar los vínculos entre mujeres con problemas de salud mental en entorno rural, como prácticas con potencial de transformación social e identificar sus beneficios como mecanismos de inclusión social.

2.12.4. OBJETIVO GENERAL: Facilitar un espacio terapéutico donde las mujeres puedan compartir, aprender y crecer juntas, fortaleciendo su bienestar emocional y mental.

#### 2.12.5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Brindar un espacio de contención y empatía para las participantes.
2. Fomentar la adquisición de habilidades de afrontamiento y autocuidado.
3. Promover la construcción de redes de apoyo entre las participantes.
4. Facilitar la expresión emocional y el procesamiento de experiencias.

2.12.6. PROFESIONALES: Pilar (psicóloga)

2.12.7. MATERIALES: papel, bolígrafos, lápices, cartulinas, pizarra, etc.

### 2.12.8. METODOLOGÍA:

La metodología será vivencial, pues la adquisición de conocimientos será de un modo práctico en donde las participantes serán las que lleguen a sus propias conclusiones con la ayuda de una facilitadora que presentará e introducirá cada actividad. Cada sesión consta de varias dinámicas según la necesidad que se detecte en el grupo e irán desarrollándose de forma coherente para facilitar el avance a la siguiente sesión. Éstas sesiones terapéuticas podrán desarrollarse a través de una metodología de expresión verbal o a través del uso de técnicas proyectivas o expresivas.

Cada sesión se estructurará en una rueda de entrada, el cuerpo de la sesión con la actividad y tareas programadas, y una rueda de salida para cerrar la sesión y compartir dudas y reflexiones.

Se fomentará la participación activa, el respeto mutuo y la confidencialidad.

### 2.12.9. TAREAS Y ACTIVIDADES:

- Sesiones de grupo para compartir experiencias.
- Ejercicios de relajación y mindfulness.
- Dinámicas de grupo para fortalecer la cohesión y la confianza.
- Discusiones dirigidas sobre temas relevantes para la salud mental de las participantes.
- Actividades artísticas y expresivas.

### 2.12.10. CRONOGRAMA:

Las sesiones se realizarán cada martes en horario de 10:30 a 11:45.

### 2.12.11. PROGRAMACION SESIONES:

1. Presentación e introducción al grupo.
2. Exploración de emociones y experiencias compartidas.
3. Técnicas de afrontamiento y gestión del estrés.
4. Autoestima y autocuidado.
5. Relaciones interpersonales y límites saludables.
6. Superación de la adversidad y resiliencia.
7. Celebración de logros y avances.

### 2.12.12. EVALUACIÓN:

La evaluación se realizará de manera trimestral registrándose en un cuaderno de terapia. También se registrará mediante el registro de asistencia elaborado por la entidad.

\*\* Esta programación es flexible y se podrá adaptar a las necesidades específicas demandadas por el grupo.

### **2.13.1. DENOMINACIÓN TALLER:** “Nos queremos”

### **2.13.2. INTRODUCCIÓN:**

El taller es un espacio diseñado para fomentar el bienestar emocional y la autoestima a través de prácticas de belleza y cuidado personal.

### **2.13.3. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:**

Las mujeres que enfrentan problemas de salud mental, a menudo experimentan dificultades para cuidar de sí mismas y para sentirse a gusto con su apariencia física. Este taller se justifica en la necesidad de brindar un espacio donde puedan aprender habilidades de belleza y autocuidado, fortaleciendo así su autoimagen y su confianza en sí mismas.

**2.13.4 OBJETIVO GENERAL:** Promover la autoestima, el autocuidado y el bienestar emocional de las participantes a través de actividades relacionadas con la belleza y el cuidado personal.

### **2.13.5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

1. Proporcionar herramientas prácticas para el cuidado personal y la belleza.
2. Fomentar la exploración y expresión de la identidad personal a través del cuidado personal.
3. Mejorar la autoestima y expresión de la identidad personal a través del cuidado personal.
4. Generar un ambiente de apoyo mutuo y confianza entre las participantes.

5. Promover la relajación y la reducción del estrés a través de técnicas de belleza y bienestar.

**2.13.6. PROFESIONALES:** Sara (Trabajadora social).

**2.13.7. MATERIALES:**

- Productos de belleza y cuidado personal.
- Espejos.
- Espejos, toallas y otros accesorios para la práctica.

**2.13.8. METODOLOGÍA:**

Se enfocará en la experiencia práctica y el diálogo abierto sobre la importancia del autocuidado en el bienestar emocional.

**2.13.9. TAREAS Y ACTIVIDADES:**

- Talleres prácticos de maquillaje, manicura, depilación y cuidado del cabello, entre otros.
- Dinámicas grupales para promover el apoyo mutuo y la autoaceptación.
- Prácticas de relajación y mindfulness.

**2.13.10. CRONOGRAMA:**

Las sesiones se realizarán cada jueves en horario de 10:30 a 11:45.

**2.13.11. PROGRAMACION SESIONES:**

1. Introducción al taller.
2. Sesiones de belleza y autocuidado, las cuales irán centradas en las demandas realizadas por las participantes.

**2.13.12. EVALUACIÓN:**

La evaluación del taller se llevará a cabo a través de la observación. También será registrado mediante registro de asistencia y de evolución del usuario de manera semestral.

**\*\*La programación podrá verse modificada según demandas establecidas por las participantes.**

### **2.14.1. DENOMINACIÓN TALLER**

Bricolaje

### **2.14.2. JUSTIFICACIÓN**

El bricolaje, es una actividad al alcance de todos. Pequeñas, pero necesarias reparaciones y/o cuidados de nuestro Centro nos enseñan a cuidar de lo que es nuestro, a desarrollar este taller en otros espacios (como en casa) por nosotros mismos además de desarrollar otros aspectos como por ejemplo la psicomotricidad

Con este taller existe la posibilidad de fomentar el trabajo en equipo, adquirir conocimientos sobre la materia, aprendizaje del uso correcto de herramientas cotidianas y condiciones de seguridad a la hora de trabajar.

### **2.14.3. OBJETIVO GENERAL**

- Mejora del estado psico-motriz a través del trabajo necesario para este taller.
- Mejorar los niveles de ansiedad y estrés
- Fomentar el trabajo en equipo tan necesario para tantos aspectos de la vida.

### **2.14.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conocimiento general de las técnicas para mantener o reparar nuestro entorno más inmediato.
- Aprender el manejo de herramientas cotidianas
- Realizar actividades de forma creativa y responsable.
- Incentivar la colaboración y el compañerismo a través de experiencias y retos reales.

### **2.14.5. PROFESIONALES**

Los monitores que llevan a cabo la actividad de Senderismo son:

- Sergio Haro López

### **2.14.6. MATERIALES**

El material requerido para la puesta en práctica de las diferentes sesiones será:

- Calzado de seguridad (proporcionado por AFEMCE)
- Ropa adecuada .
- Elementos para protegerte (batas, guantes, etc

### 2.14.7. METODOLOGÍA

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

### 2.14.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

En el taller se realizan tareas como reparación de muebles, repintado de aulas o muebles, cambio de cerraduras, mantenimiento de elementos eléctricos como cambiar bombillas, tubos de luz, cebadores de luces, etc....

El taller se imparte los lunes de 12 a 13

Dichos talleres tienen una duración aproximada de 1 hora.

### 2.14.9. CRONOGRAMA

Este taller se lleva a cabo los lunes de 12 a 13 horas

### 2.14.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

Las sesiones se organizarán de la siguiente manera:

- Revisión y anotación de las distintas incidencias que pudieran surgir.
- Compra de materiales necesarios para la tarea
- Preparación del entorno y de la seguridad para llevar a cabo la tarea

- La tarea en si

#### **2.14.11. EVALUACIÓN**

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso formativo específico, en sus reacciones ante la naturaleza y resolución a problemas, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros.

Se realizaran un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

#### **2.15.1. TALLER**

Futbol Sala/Entrenamiento

#### **2.15.2. JUSTIFICACIÓN**

El Futbol Sala es un deporte muy completo, que te permite adaptar tus ejercicios al nivel que desees. Además es un deporte tanto para principiantes como para deportistas más avanzados.

Promueve un estado de completo bienestar físico, mental y social. Por tanto, permite el desarrollo de las destrezas físicas, la cual implica además la socialización y la estabilidad.

Es ideal para relajarse o desconectar. Es un deporte de impacto medio y muy recomendable para ejercitar el musculo cardíaco.

Con el futbol en general trabajas prácticamente todos los músculos de tu cuerpo. Puedes practicar este deporte en cualquier época del año.

#### **2.15.3. OBJETIVO GENERAL**

- Como objetivo general destacamos:
  - Ofrecer entrenamientos deportivos en general y de futbol en particular con la finalidad de aumentar la calidad de vida mediante la mejora del bienestar físico, el desarrollo de la condición física, mejora psíquica y social; aprendiendo las habilidades motrices básicas y específicas.

#### **2.15.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Juegos con y sin balón basados en memoria, control, táctica y táctica de equipo para desarrollar el estado físico lo más completo posible
- Contribuir al desarrollo de las cualidades motrices: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- Favorecer el correcto y armónico desarrollo motor de los usuarios.
- Desarrollo de las funciones intelectuales: análisis, comprensión, decisión, memoria.
- Mejora de los aspectos volitivos: esfuerzo, voluntad, constancia.
- Desarrollo de las capacidades psico-motrices: lateralidad, ritmo, percepción espacial y temporal, desarrollo del propio esquema corporal, relajación, etc.
- Además y cómo medida de refuerzo es obligatorio ducharse para una correcta higiene personal. Supervisada por los monitores.

#### **2.15.5. PROFESIONALES**

Los monitores que llevan a cabo la actividad son:

Sergio Haro López, Javi Villalba Gómez y Rafael Ibañez Zamora

#### **2.15.6. MATERIALES**

Los materiales que se van a usar en las sesiones de natación se van a dividir en cuatro grupos:

1. Los propios del usuario:  
Pantalón corto, camiseta corta o sudadera, dependiendo del tiempo, y calzado adecuado
2. Los propios de la actividad:  
Pelotas, conos, petos, vallas y picas
3. Los necesarios para la higiene y ducha:  
Gel, champú, toalla, chanclas, desodorante, peine o cepillo para el pelo, colonia, crema corporal.

#### **2.15.7. METODOLOGÍA**

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de

actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

### 2.15.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

- Entrenamientos semanales en pabellón cubierto
- Partidos mensuales en la Liga Salud Mental encuadrada dentro de la FFRM.

### 2.15.9. CRONOGRAMA

- Todos los miércoles de 10:00 a 13:00
- Un jueves al mes, dos partidos en una sola jornada

### 2.15.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

<b>OCTUBRE</b>	
Miércoles 5	Comienzo del curso, toma de contacto y familiarización.
Miércoles 12	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 18	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 25	
<b>NOVIEMBRE</b>	
Miércoles 1	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 8	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 15	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 22	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 29	Sesión de entrenamiento en pabellón
<b>DICIEMBRE</b>	
Miércoles 6	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 13	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 20	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 27	ACTIVIDADES NAVIDEÑAS

### 2.15.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros, el propio entorno y material.

Se realizarán un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

### 2.16.1. TALLER

Jardinería y Huerto ecológico

### 2.16.2. JUSTIFICACIÓN

La Jardinería y Huerto Ecológico como actividad ocupacional nos acerca al entorno natural, ya que es una disciplina que no necesita de gran preparación ni equipamiento y cuyas características responden plenamente a los necesarios de una actividad recreativa y terapéutica.

Al realizar la actividad en un entorno natural, queremos fomentar el contacto y relación con el propio ambiente, permitiendo el contacto con la naturaleza, cambiar de contexto dentro del ámbito normativo al natural, realizar actividades en el medio natural respetando y favoreciendo la conservación del mismo, realizar este tipo de actividades para aprender a utilizar la naturaleza de manera beneficiosa para nuestra salud, aprender a provechar el tiempo libre de manera constructiva y adquirir conocimientos sobre ésta materia para poder desarrollarlos fuera del Centro de Día

En el medio natural el usuario tiene la posibilidad o necesidad de ser autónomo con todo lo que ello supone como, por ejemplo, trabajar en grupo, responsabilidad grupal e individual, es decir, una variedad de aspectos cognitivos, afectivos y motrices de difícil consecución en un entorno normal.

### 2.16.3. OBJETIVO GENERAL

- Mejora del estado psico-motriz a través del trabajo necesario para este taller.
- Mejorar los niveles de ansiedad y estrés
- Fomentar el trabajo en equipo tan necesario para tantos aspectos de la vida.

### 2.16.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocimiento general de las técnicas de cuidados y cultivos de un huerto.
- Aprendizaje en cuanto a mantenimiento de jardines y entornos naturales, así como el uso de herramientas adecuadas para ello.
- Fomentar el contacto y la relación con el medio ambiente.
- Realizar actividades en el medio natural de forma creativa y responsable.
- Conocer el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
- Incentivar la colaboración y el compañerismo a través de experiencias y retos reales.

- Interpretar el entorno (fauna, flora, geología...)

#### 2.16.5. PROFESIONALES

Los monitores que llevan a cabo la actividad de Senderismo son:

- Sergio Haro López, Inmaculada Guardiola Sanchez y Javier Villalba Gómez

#### 2.16.6. MATERIALES

El material requerido para la puesta en práctica de las diferentes sesiones será:

- Calzado de seguridad (proporcionado por AFEMCE)
- Ropa adecuada .
- Elementos para protegerte del sol: gafas de sol, gorra, y protector solar.
- Sistema de hidratación (agua, bebidas isotónicas..)

#### 2.16.7. METODOLOGÍA

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

Creemos que a través de la naturaleza y en nuestro caso, es la razón por la que nos encontramos trabajando en este lugar, por ello somos partícipes de la idea de:

**La naturaleza instruye mejor que el hombre, de aquí que la mejor educación es aquella que se limita a seguir el curso de la naturaleza. *J.J. Rousseau***

#### 2.16.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

En el taller de Jardinería y Huerto ecológico se realizan tareas como la poda, plantación, instalación y mantenimiento de sistemas de riego, cuidado de plantas y plantas ornamentales, etc.

El taller se reparte en dos días semanales (Martes y Jueves), dedicado uno al Huerto Ecológico y otro a la Jardinería y mantenimiento del Complejo Rural Atalaya

Dichos talleres tienen una duración aproximada de 2 horas y media con intervalos para descansar, ya que a veces las tareas requieren un pequeño esfuerzo.

#### 2.16.9. CRONOGRAMA

Las tareas en el huerto se realizan los Martes y Jueves, con un horario de 10:30 a 13:00h.

#### **2.16.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES**

Las sesiones se organizaran de la siguiente manera:

<b>SEPTIEMBRE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retomar la tarea después de vacaciones.</li> <li>- Eliminación de broza y revisión del estado de las instalaciones</li> <li>- Replanteamiento de hortalizas a plantar</li> </ul>
<b>OCTUBRE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuación de tareas de mantenimiento</li> <li>- Limpieza del cabezal de riego</li> <li>- Plantación de hortalizas de temporada</li> </ul>
<b>NOVIEMBRE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manteminiento</li> <li>- Poda de frutales de hueso</li> </ul>
<b>DICIEMBRE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recolecta de Mandarinas</li> <li>- Mantenimiento</li> <li>- Triturado de restos de poda</li> <li>- Actividades Navideñas</li> </ul>

#### **2.16.11. EVALUACIÓN**

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso formativo específico, en sus reacciones ante la naturaleza y resolución a problemas, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros y el propio entorno natural.

Se realizaran un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

#### **2.17.1. TALLER**

Futbol Sala/Entrenamiento

#### **2.18.2. JUSTIFICACIÓN**

El Fútbol Sala es un deporte muy completo, que te permite adaptar tus ejercicios al nivel que desees. Además es un deporte tanto para principiantes como para deportistas más avanzados.

Promueve un estado de completo bienestar físico, mental y social. Por tanto, permite el desarrollo de las destrezas físicas, la cual implica además la socialización y la estabilidad.

Es ideal para relajarse o desconectar. Es un deporte de impacto medio y muy recomendable para ejercitar el músculo cardíaco.

Con el fútbol en general trabajas prácticamente todos los músculos de tu cuerpo. Puedes practicar este deporte en cualquier época del año.

### 2.18.3. OBJETIVO GENERAL

- Como objetivo general destacamos:
  - Ofrecer entrenamientos deportivos en general y de fútbol en particular con la finalidad de aumentar la calidad de vida mediante la mejora del bienestar físico, el desarrollo de la condición física, mejora psíquica y social; aprendiendo las habilidades motrices básicas y específicas.

### 2.18.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Juegos con y sin balón basados en memoria, control, táctica y táctica de equipo para desarrollar el estado físico lo más completo posible
- Contribuir al desarrollo de las cualidades motrices: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- Favorecer el correcto y armónico desarrollo motor de los usuarios.
- Desarrollo de las funciones intelectuales: análisis, comprensión, decisión, memoria.
- Mejora de los aspectos volitivos: esfuerzo, voluntad, constancia.
- Desarrollo de las capacidades psico-motrices: lateralidad, ritmo, percepción espacial y temporal, desarrollo del propio esquema corporal, relajación, etc.
- Además y cómo medida de refuerzo es obligatorio ducharse para una correcta higiene personal. Supervisada por los monitores.

### 2.18.5. PROFESIONALES

Los monitores que llevan a cabo la actividad son:

Sergio Haro López, Javi Villalba Gómez y Rafael Ibañez Zamora

### 2.18.6. MATERIALES

Los materiales que se van a usar en las sesiones de natación se van a dividir en cuatro grupos:

1. Los propios del usuario:  
Pantalón corto, camiseta corta o sudadera, dependiendo del tiempo, y calzado adecuado
2. Los propios de la actividad:  
Pelotas, conos, petos, vallas y picas
3. Los necesarios para la higiene y ducha:  
Gel, champú, toalla, chanclas, desodorante, peine o cepillo para el pelo, colonia, crema corporal.

### 2.18.7. METODOLOGÍA

El principio metodológico del que partimos es educar para la vida desarrollando el principio ético de la responsabilidad de una manera constructiva, activa y participativa que facilite la construcción del conocimiento y desarrollo de actitudes críticas y creativas del usuario, haciendo mucho énfasis en el desarrollo de las habilidades sociales y reconociendo el esfuerzo personal.

### 2.18.8. TAREAS Y ACTIVIDADES

- Entrenamientos semanales en pabellón cubierto
- Partidos mensuales en la Liga Salud Mental encuadrada dentro de la FFRM.

### 2.18.9. CRONOGRAMA

- Todos los Miércoles de 10:00 a 13:00
- Un jueves al mes, dos partidos en una sola jornada

### 2.19.10. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

<b>OCTUBRE</b>	
Miercoles 5	Comienzo del curso, toma de contacto y familiarización.
Miercoles 12	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miercoles 18	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miercoles 25	
<b>NOVIEMBRE</b>	
Miercoles 1	Sesión de entrenamiento en pabellón

Miércoles 8	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 15	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 22	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 29	Sesión de entrenamiento en pabellón
<b>DICIEMBRE</b>	
Miércoles 6	FESTIVO – CENTRO CERRADO
Miércoles 13	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 20	Sesión de entrenamiento en pabellón
Miércoles 27	ACTIVIDADES NAVIDEÑAS

### 2.19.11. EVALUACIÓN

La evaluación es continua, basada en la observación directa de los usuarios, evolución y progreso físico, además de evaluar su comportamiento y respeto hacia monitores, compañeros, el propio entorno y material.

Se realizarán un registro trimestral de la evolución del usuario y un seguimiento de participación en registro diario.

#### 2.20.1. DENOMINACIÓN TALLER: Psicodrama

#### 2.20.2. INTRODUCCIÓN:

Lacan nos decía que “ante la psicosis ni un paso atrás” y en su seminario III nos llamó la atención sobre la necesidad de dejar hablar al psicótico, por su parte Memo en su “locura lo cura” decía que “la locura era un tratar de ser antes de morir y que para ello se requería mucha valentía por parte del loco” y me parecen unas citas que bien podrían ser un buen punto de partida para hablar del por qué el psicodrama con personas con trastorno mental grave.

#### 2.20.3. JUSTIFICACIÓN NECESIDAD:

En las instituciones, no es raro cargar las tintas del trabajo en la contención y en el ajuste social pero esto como señala Leader, conlleva otros peligros, ya que se puede acabar por no tener en consideración las fórmulas únicas e idiosincrásicas que muchos sujetos psicóticos han desarrollado para vivir.

En lugar de decirle a alguien cómo puede y debe vivir, lo que importa es encontrar en su historia qué es lo que le ha ayudado, los momentos de identificación o idealización, las actividades o proyectos: qué hay en su delirio o en su historia familiar que sea estable y sólido, qué «objetos buenos» hay que puedan ser alentados y promovidos.

Leader dice que si bien no hay fórmulas ni recetas para trabajar con sujetos psicóticos, podemos mantener la esperanza de diseñar estrategias que respeten la necesidad de estabilización, compensación y creación de formas únicas e individuales para unir lo simbólico, lo imaginario y lo real. Sin duda alguna, estamos en condiciones de poder aprender a respetar las distintas prácticas que los sujetos psicóticos muestran para estabilizar sus vidas, encajen o no en las

prácticas sociales aceptadas, pues lo realmente importante es entender que constituyen intentos de crear soluciones, son intentos de encontrar una cura para las experiencias fundamentales de terror, fragmentación, alienación e invasión. Ante la psicosis, no podemos socavar ni taponar los esfuerzos por curarse a sí mismo, no podemos negar su particularidad, no le podemos impedir elegir, porque si lo hiciéramos estaríamos zancadilleando su posibilidad de ser antes de morir.

#### **2.20.4. OBJETIVO GENERAL:**

Crear un espacio donde se promueva y facilite el diálogo es crucial, evitando cualquier intento de hacer ver al sujeto que está pensando «de modo incorrecto» o que no consigue ajustarse a la forma adecuada de percibir el mundo sino propiciando un cambio subjetivo congruente con la búsqueda de su deseo.

#### **2.20.5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Mantener el vínculo terapéutico.
- Ayudar a resolver las dificultades emocionales y fomentar el desarrollo personal de las personas que estén presentes en la sesión.
- Resolver conflictos internos y externos.
- Tomar conciencia sobre la sintomatología de la enfermedad.

#### **2.20.6. PROFESIONALES:**

- Dos psicodramatistas.

#### **2.20.7. MATERIALES:**

- Sala de terapia y sillas.

#### **2.20.8. METODOLOGÍA:**

La propia del psicodrama freudiano Lacaniano en sesiones semanales de 1,5 horas. En coterapia y alternando funciones de animador-observador.

#### **2.20.9. TAREAS Y ACTIVIDADES:**

Sesiones de psicodrama grupal

#### **2.20.10. CRONOGRAMA:**

Todas las semanas los miércoles de 12:00 a 13:30 horas

#### **2.20.11. EVALUACIÓN:**

Seguimiento y supervisión de terapeutas.

### 3. SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL (SEPAP).

Este servicio tiene por finalidad desarrollar y mantener la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de actividades básicas de la vida diaria apoyando también el papel de las familias y/o personas cuidadoras.

El objetivo de AFEMCE para el año 2023 era lograr la acreditación de este servicio con la finalidad de dotar a las personas con problemas de salud mental del área IX de Salud un recurso en horario de tarde, con atención domiciliaria y con menor intensidad que favoreciera su desarrollo personal y social mediante la realización de distintas actividades que promuevan la autonomía personal de las personas.

Finalmente se realizó la acreditación con fecha 24 de marzo de 2023. Una vez aprobada la acreditación se comenzó a atender a usuarios mediante la prestación vinculada.

Durante el año 2023 se ha atendido a un total de 9 usuarios mediante prestación vinculada con el IMAS y se ha realizado diversos talleres grupales tales como: Talleres de actividades de la vida diaria, grupo de terapia, taller de habilidades sociales, taller de arteterapia y salidas de ocio.



En Cieza a 31 de mayo de 2024

Fdo. José Mª Rodríguez Santos  
Secretario



Fdo. José García Marín  
Vº B Presidente