

<i>INDICE</i>

1. *PRESENTACION*
2. *ESTRUCTURA DA ASOCIACION AGORA*
3. *LIÑAS DE ACTUACION*
4. *PROGRAMAS E SERVIZOS PRESTADOS POLA ASOCIACIÓN AGORA*
5. *CENTRO DE DIA AGORA*
6. *VIVENDAS TUTELADAS AGORA I E AGORA II*
7. *VOLUNTARIADO*
8. *OUTRAS ACTIVIDADES*
9. *MEMORIA ECONÓMICA*

1. PRESENTACIÓN

O 20 de febreiro de 1992 constituíuse a Asociación AGORA, entidade sen ánimo de lucro, co obxectivo de promover e coordina-la defensa dos dereitos das persoas con discapacidade para a súa plena integración social. Con sede social en Monforte de Lemos e ámbito de actuación na Comarca de Lemos (Lugo) a súa finalidade é a de promover a inclusión das persoas con discapacidade.

A asociación atendendo a súa misión, principios e valores foi capaz ao longo de todos estes anos de pór en marcha diferentes recursos e servizos como o Centro de Día Agora, os Apartamentos Tutelados Agora I e Agora II, un servizo de Información e Asesoramento para as persoas con discapacidade e manter no tempo un servizo de transporte adaptado propio para os seus usuarios e asociados dos Concellos da Comarca de Lemos.

AGORA é membro e participa activamente no movemento asociativo das persoas con discapacidade, tendo presenza nas seguintes organizacións: Federación Provincial de Persoas con Discapacidade de Lugo (Cogami Lugo) e na Confederación Galega de Persoas con Discapacidade (Cogami) e colabora sempre en iniciativas sociais e cidadáns de Monforte a favor da inclusión social.

Dende os seus inicios, AGORA apostou e asumiu como reto que as persoas con discapacidade lograsen avances en autonomía persoal, integración social, cultural e laboral, potenciando as súas capacidades e promovendo que gozasen dos apoios necesarios para ser protagonistas da súa existencia.

A memoria de Agora do ano 2020 recolle os programas e actividades que se desenvolveron ao longo do ano. Para o desenrolo e posta en marcha de tódalas estas actividades contamos co financiamento dos seguintes organismos e institucións, aos cales lle agradecemos e recoñecemos o seu compromiso e apoio, xa que sen él sería imposible dar resposta ás necesidades e soños das persoas con discapacidade. Estas achegas económicas, de material, de colaboración cultural, fixeron posible os seguintes programas e actividades que se recollen nesta memoria:

- **Consellería de Política Social:** Contrato de 23 prazas de Centro de Día para persoas con discapacidade física e Contrato de 7 prazas de Apartamentos Tutelados para os dous pisos da asociación: Agora I e Agora II.
- **CLONEGAL :** Centro loxístico das necesidades de Galicia que subministra semanalmente material EPI para a prevención da pandemia tanto para as Vivendas Tuteladas como para o Centro de Día Agora
- **Consellería de Economía, Emprego e Industria:** Programa de Cooperación “Mellora do Servizo de Atención Integral Agora 2020-2021”.
- **Deputación Provincial de Lugo:** Área de Promoción Económica e Social a través dos programas “Servizo de Estimulación Cognitiva e Habilidades Sociais para Persoas con Discapacidade da Comarca de Lemos” e o Programa “Tecendo Emprego”.

- **Rede Museística - Museo de Lugo da Deputación Provincial de Lugo.** Polo Programa Nos+Outrxs en Rede e polas diversas sesións e visitas virtuais que nos ofreceron para coñecer-lo patrimonio artístico e cultural durante o período de confinamento.
- **Concello de Monforte de Lemos:** Programa chamado “Red+capacidadE” para a mellora da atención e intervención nas áreas de Fisioterapia e Logopedia da asociación.
- **A Fundación Once** coa entrega dunha furgoneta Ford para a renovación do transporte adaptado e co seu compromiso coa asociación na mellora da accesibilidade en canto que apoiou a adquisición da nova plataforma elevadora do Centro de Día Agora.
- **Cotas mensuais das persoas usuarias:** Copago polas prazas de Centro de Día Agora e dos Apartamentos Tutelados Agora I e Agora II .
- **Cotas anuais das persoas socias da Asociación.**
- **Fondos propios da Asociación.**

O ano 2020 veu marcado polo Estado de Alarma derivado da pandemia da COVID-19 que derivou nunha interrupción das actividades presenciais e da atención ás persoas usuarias que acudían diariamente ás actividades e programas que desenvolvía a Asociación AGORA. Dita circunstancia impuxo un confinamento en todo o territorio entre o meses de marzo ata xuño, o cal implicou unha nova forma de traballar dende a entidade que tivo como eixe central continuar realizando as actividades, terapias e atención ás persoas usuarias, pasando así a traballar con actividades telemáticas, deseñando e elaborando material en formato papel que se levaba aos domicilios de xeito periódico, chamadas telefónicas e visitas aos domicilios para levar produtos básicos ou prestar atención psicolóxica. En resume, a base do traballo foi seguir atendendo ás persoas e buscar novas vías de comunicación que evitaran un deterioro maior nas persoas debido ao illamento imposto polo confinamento. Despois nos meses comprendidos entre xuño e setembro as actividades continuaron de xeito presencial cunha atención individualizada ata que xa a finais de setembro principiámos de novo actividades e programas da entidade seguindo as normas de funcionamento dadas para seguir mantendo a raia a pandemia que aínda estaba presente na sociedade.

Foi un ano intenso con moitos cambios no modo de traballar e de chegar ás persoas. Foi un ano onde as persoas con discapacidade estiveron mais illadas, con mais deterioro pola suspensión de terapias, pero soubemos resistir e seguimos adiante.

E por último, a Asociación AGORA queremos manifestar o noso agradecemento a tódalas persoas que participaron nas diferentes actividades pola súa creatividade e compromiso coas persoas con discapacidade. O mesmo agradecemento para as institucións que as fixeron posibles e as animaron con ganas e alegría. Igualmente para os traballadores, usuarios e asociados por ser capaces de superar intres difíciles.

En definitiva, seguimos sumando para acadar a participación real no noso entorno. Por un mundo mellor!

Parabéns para todos e todas. Moitas grazas e unha forte aperta.

2.- ESTRUCTURA DA ASOCIACION AGORA

MISION, PRINCIPIOS E VALORES:

- Misión:

AGORA ten como misión promover e coordina-la defensa dos dereitos das persoas con discapacidade cara a súa plena integración.

- Principios e valores:

AGORA defínese como unha entidade sen ánimo de lucro, independente e libre, aconfesional, non partidista, non governamental, de carácter voluntario e que poderá solicitar como asociación a declaración de utilidade pública.

AGORA intenta desenvolver a súa actuación nos seguintes principios e valores:

- Democracia interna.
- Solidariedade entre os seus membros.
- Transparencia na xestión e actuación da entidade e dos seus socios.
- Defensa de necesidades sociais por enriba de intereses particulares.
- Rexeite de protagonismos e actitudes competitivas.
- A defensa do colectivo como titulares de dereitos evitando mensaxes sentimentalistas e asistenciais e infantiloides.

Entre os seus fins están:

- A defensa da dignidade e os dereitos das persoas con discapacidade.
- A promoción da súa autonomía persoal.
- A loita pola integración social e laboral.
- A sensibilización social para unha sociedade xusta que evite a exclusión social das persoas con discapacidade.

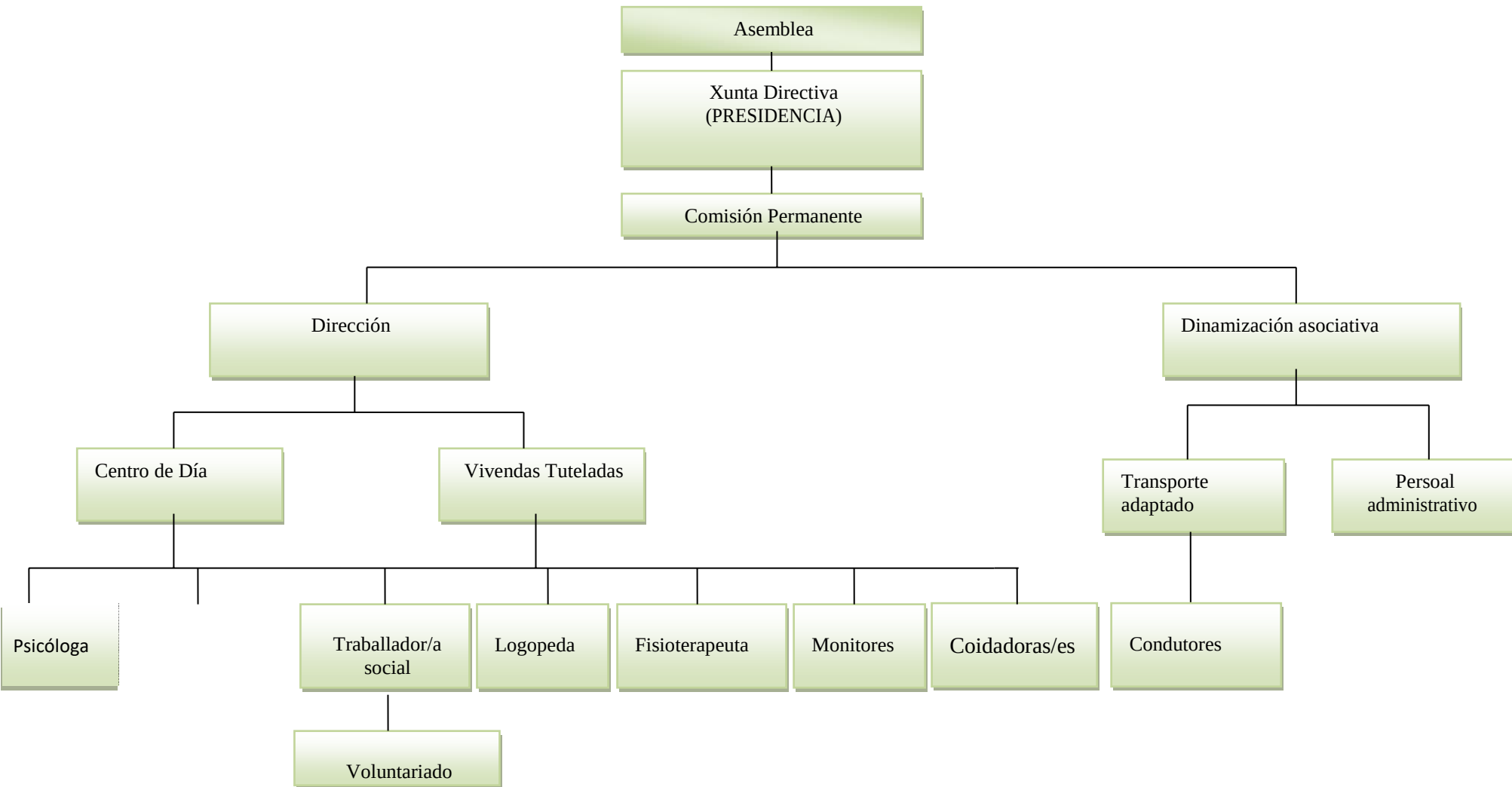
E, en consecuencia, desenvolver todo tipo de programas e actividades específicas dende a discapacidade que sexan beneficiosos para os homes e mulleres con discapacidade.

AGORA está constituída polas persoas asociadas e é unha entidade aberta da que poden formar parte, previa aprobación segundo os estatutos, tódalas persoas que o soliciten e compartan os seus principios e fins na defensa da plena integración das persoas con discapacidade.



ORGANIGRAMA DA ASOCIACION AGORA 2020:

Actualmente a asociación funciona segundo o seguinte organigrama:



DATOS IDENTIFICATIVOS:

- **Razón social:** AGORA.
- **Domicilio Social:**
Rúa Carud 142, baixo.
27400 Monforte de Lemos. Teléfono 982 410 289.
- **Centro de Atención Diúrna Terapéutica Agora:**
Rúa Carud 142, baixo.
27400 Monforte de Lemos. Teléfono 982 410 289.
- **Apartamentos Tutelados Agora I e Agora II:**
Rúa Carud 138, 1º I e 1º J .
27400 Monforte de Lemos. Teléfono 982 403 352.
- **Aulas de Formación e outras actividades:**
Nave Industrial
Polígono industrial de O Reboredo (Parcela 19-20)
27400 Monforte de Lemos.
- **Transporte Adaptado:**
Realización de transporte adaptado para persoas usuarias e socias.
- **E-mail:** agora@cogami.gal
- **Representante Legal:** Manuel Barreiro Conde.
- **C.I.F. :** G-27.150.820
- **Inscrita nos seguintes rexistros:**
 - Rexistro Provincial de Asociacións de Lugo co núm. 1165.
 - Rexistro de Entidades Prestadoras de Servizos Sociais co núm. E-0300
 - Rexistro de Entidades de Acción Voluntaria con núm. O-228.
 - Rexistro de Centros, Servizos e Establecementos Sanitarios da Comunidade Autónoma de Galicia co núm. C-27-000891
- **Ámbito de actuación: Comarcal** - Concellos da Terra de Lemos.
Aberta a prestar servizos ás persoas con discapacidade física, intelectual, sensorial e con discapacidades asociadas de toda a bisbarra da Terra de Lemos. E actualmente nas vivendas tuteladas tamén atende a persoas con discapacidade de outras zonas que polas súas circunstancias precisan axuda e un fogar para vivir.
- **Nº de socios/as :**
AGORA, a 31 de decembro de 2020 estaba constituída por 89 persoas asociadas.

- Cota anual de persoas asociadas:

Está establecida unha cota aberta para as persoas asociadas, mínima anual, que no ano 2020 foi de 15 euros.

- Participación no movemento asociativo da discapacidade para inclusión das persoas con discapacidade en tódolos ámbitos da sociedade:

AGORA é membro da Confederación Galega de Persoas con Discapacidade (COGAMI) e socio fundador da Federación Provincial de Persoas con Discapacidade de Lugo (Cogami Lugo), participando na súa directiva e nas súas asembleas.

- Asemblea Xeral Ordinaria de Socios/as:

O día 27 de Xuño de 2020 celebrouse a Asemblea Xeral Ordinaria e anual de Socios. Nela foi aprobada a memoria de actividades e o informe de xestión xunto coa memoria económica do ano 2019 e, así mesmo, foron aprobados os orzamentos, as liñas de actuación e as actividades para o ano 2020.

- Composición da Xunta Directiva da Asociación no ano 2020:

O 27 de Xuño de 2020 a Asociación Agora celebrou unha Asemblea Xeral Extraordinaria dos seus socios para elixir a súa nova Xunta Directiva Directiva por un período de 3 anos que queda como a continuación se detalla:

Manuel	Barreiro Conde	Presidente
Mario	Díaz Díaz	Vicepresidente
Mónica	Álvarez San Primitivo	Secretaria
José Luis	Lolo Celeiro	Tesoureiro
Pilar	Silvosa Costa	Vogal
José David	Castiñeira Fernández	Vogal
Francisco	Gutián González	Vogal
Dámaso	Cachaldora Pérez	Vogal
María Carme	Guedes Carvalho	Vogal
Esther	Jacobo Bernárdez	Vogal
Isaac	Rodríguez González	Vogal

3.- LIÑAS DE ACTUACION DA ASOCIACIÓN AGORA

As actividades realizadas ao longo do ano 2020 foron programadas coas seguintes liñas de actuación, pero limitadas pola situación da Covid 19 que moitas veces impediron actuacións presenciais ou se viron anuladas pola situación de confinamento.

- 1. Fomento da Autonomía Persoal.**
- 2. Integración Social.**
- 3. Actividades de Formación: Organización e Realización de Actividades de Formación.**
- 4. Atención Integral.**
- 5. Atención de calidade: Promoción e xestión do Centro de Día Agora e dos Apartamentos Tutelados Agora I e Agora.**
- 6. Ocio e tempo libre.**
- 7. Sensibilización social: Sensibilización da cidadanía.**
- 8. Eliminación de barreiras.**
- 9. Voluntariado.**
- 10. Coordinación co Movemento Asociativo.**
- 11. Actividades conxuntas con outras asociacións.**

4.- PROGRAMAS E SERVIZOS PRESTADOS POLA ASOCIACIÓN

4.1. INTERVENCION SOCIAL

DENOMINACIÓN

Programa de Intervención Social dirixido a persoas con discapacidade e as súas familias na Comarca de Lemos.

DESCRIPCIÓN DAS ACTUACIÓNS LEVADAS A CABO DENDE TRABALLO SOCIAL

A actuacións no traballo social están soportadas por un conxunto de técnicas e instrumentos que funcionan como dispositivos metodolóxicos da acción social. Tanto os instrumentos como as técnicas utilizadas na nosa profesión actúan como elementos de produción e regulación de situacións sociais que teñen lugar en marcos comunicacionais e interacionais. A continuación, explícanse as técnicas e instrumentos máis utilizados no traballo social dentro da asociación (Tonon, 2005).

- **Entrevista:** A entrevista é unha das técnicas máis utilizadas polas traballadoras sociais. Unha definición xeral dela dentro do traballo social sería a dunha técnica de interacción social que se basa nunha relación interpersoal que posibilita a comprensión dunha situación intersuxetiva, a creación dun problema que ten que ser transformado e a realización dunha actuación que permita dita transformación.
- **Visita a domicilio:** Esta técnica ten os seus orixes no século XIX coa Charity Organization Society (COS) cando os “visitadores voluntarios” ían ás casas da xente pobre para coñecer os seus problemas. Logo no século XX coa publicación de Social Diagnosis de Mary Richmond, prodúcese unha profesionalización do traballo social e a visita a domicilio constitúese como unha das técnicas máis utilizadas. Segundo esta autora as entrevistas no domicilio das persoas permitíanlle recoller información da vida diaria e do ambiente da persoa usuaria. A visita a domicilio defínese como unha técnica que engloba outras dúas, a entrevista e a observación, na que a interacción entre o profesional de traballo social e a persoa usuaria ten lugar no ambiente no que a persoa realiza a súa vida diaria, baseándose nun proceso de comunicación verbal e non verbal e tendo un obxectivo marcado.
- **Informe Social:** Pódese definir, como o documento escrito pola traballadora social no que se expoñen datos presentes na historia social e da situación actual da usuaria, realizando unha interpretación profesional dos mesmos, co obxectivo de fundamentar e propoñer a acción transformadora a partir de coñecementos científicos.
- **Historia Social:** É un documento escrito que recolle os datos da situación da persoa usuaria e o seu entorno dunha maneira cronolóxica. O modelo deste documento pode variar segundo o servizo, a historia ou o tipo de intervención (Escuela universitaria de trabajo social, 1990).
- **Ficha Social:** É a parte común sistematizable e cuantificable da historia social. Este documento que serve de instrumento de traballo no cal se anota a información en forma susceptible de ser ordenada, almacenada e entresacada.

- **Campañas:** É un elemento importante de intervención na comunidade, estas poden ser información e de sensibilización. As primeiras serían nas cales se leva a cabo unha actuación profesional despois de que se detectase a falta de información sobre un tema. O segundo tipo de campañas, as de sensibilización non se realizan pola falta de información, se non que son as que teñen como finalidade crear, reforzar ou cambiar actitudes (Brezmes, 2001).

O ano 2020, foi un ano un tanto atípico, un período de tempo no que nos tocou convivir coa pandemia do covid-19. Como consecuencia disto o centro tivo que pechar e non prestar atención presencial durante uns meses debido ao estado de alarma e o confinamento xeral. A pesares disto, os profesionais do centro seguiron traballando coas persoas usuarias que estaban nas súas casas coas posibilidades materiais que cadaquén tiña.

A área de traballo social levouse durante un período dende Cogami en Santiago, xa que non había un profesional deste ámbito na asociación. Xa coa apertura novamente das actividades e con programas para todas persoas usuarias do Centro de Día e Vivendas Tuteladas, puidemos contratar no mes de setembro un traballador social e retomar tódalas tarefas propias desta área de traballo.

Neste ámbito social desempeñanse diversas funcións como son intervencións, apoios, acompañamentos e de prevención para o desenvolvemento persoal e o fomento da súa autonomía.

As diferentes actuacións encamiñanse á consecución dos seguintes obxectivos:

- **Proporcionar atención social** ás persoas usuarias que acoden ás actividades da asociación.
- **Conseguir unha atención en rede para as persoas usuarias dos recursos**, mantendo colaboración estreita con entidades e profesionais do ámbito social (administración, saúde, servizos privados e terceiro sector).
- **Contribuír na promoción da autonomía persoal e da participación social das persoas usuarias**, axudando a superar dificultades e dando apoio para conseguir as metas trazadas.

DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN CUANTITATIVA E CUALITATIVA DA ACTIVIDADE REALIZADA

Neste apartado preténdese realizar unha análise social das diferentes variables das persoas coas que se traballou na asociación dende a área de traballo social. É preciso puntualizar que a miña entrada ao Centro de Día Agora como traballador social foi a finais do mes de setembro.

A metodoloxía utilizada para recoller todos os datos e así conseguir os obxectivos marcados no punto anterior, é un cuestionario Ad hoc (Anexo I) e logo contabilizáronse todas as actuacións rexistradas, tanto no Aplicativo de Cogami como nos rexistros de actividades grupais do Centro de Día. Dentro destes dous instrumentos recolléronse todas as variables analizadas no punto seguinte, e das que posteriormente falaremos.

Esta información recollida permítenos analizar seis variables coas que estudar a grandes trazos a tipoloxía das persoas usuarias e das actuacións feitas desde a área de traballo social. Cabe destacar que as variables recollidas son especialmente sociais e foron as seguintes: Sexo, rango de idade, tipo de discapacidade, medio polo cal veñen ao centro e tipo de actuación.

É importante destacar que nalgúnhas variables faremos unha análise paralela das persoas que se atopan no outro recurso da asociación que son as Vivendas Tuteladas. Estas usuarias atópanse analizadas tamén dentro das gráficas globais.

A variable “xénero” inclúe dous ítems: home e muller. O “rango de idade” divídese en seis grupos de idade de 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69 e 70-79. “Tipo de discapacidade”, fraccionárase en tres ítems: intelectual, física e mixta. Tamén poñemos en común dúas das variables “tipo de discapacidade segundo o sexo”, dividiríase como a anterior variable e logo muller e home. “Medio polo que veñen ao centro”, estudaríase se veñen por conta propia ou pola contra se veñen no transporte adaptado do centro. E xa por último, “tipo de actuación” recollerían os seguintes ítems: entrevistas, acompañamentos, reunións de equipo, actividades grupais, coordinación con outros profesionais e informes e xestións diversas.

Durante este período, de setembro a decembro, na Asociación Agora contabilizamos un total de 138 actuacións nas cales se mostran a praxes de traballo social dentro da asociación. É importante destacar que houbo unha adaptación ao centro no que se foron realizando progresivamente as actuacións do posto de traballo social, polo que a avaliación das tarefas son un tanto subxectivas. Estas actuacións foron recollidas dos diferentes rexistros e no aplicativo dos que dispón a entidade. A continuación faremos unha breve explicación de cada unha delas

- **Colaboración coa coordinación e axuste dos recursos do Centro de Día e da Vivenda Tutelada:**

Realización de horarios xerais e individuais, segundo as actividades e sesións individuais propostas polos profesionais, coordinación das reunións da equipa interdisciplinar, da documentación interna (PAI, rexistro de sesións...) e das ferramentas informáticas.

- **Actividades grupais:** os horarios das persoas usuarias están divididos en actividades nas que cada profesional desempeña un certo número delas. Dende a área de traballo social, desempeñáronse 91 en total, resultado da suma das actividades de “Desafía tu Mente”, “Educación para Adultos”, “Lúdicas Deportivas” “Taller Audiovisual. A duración de cada unha delas é de 2 horas semanais excepto a de Educación para Persoas Adultas que son 6 horas semanais e a de Taller Audiovisual que é de 1 hora.

- **Reunións de equipo:** debido a situación de pandemia estas solo se realizaron para pór en común os Proxectos de Atención Individual, o número total foron de 13. Realizáronse entre a hora de entrada das persoas traballadoras ao centro e a hora de entrada das persoas usuarias.

- **Informes e xestións diversas:** dentro destas atópanse as xestións e informes propios da praxes do traballo social, dende informes sociais a solicitudes de prestación ou materiais de apoio. Foron 12 en total.

- **Entrevistas:** Unha das técnicas máis importantes e fundamentais dentro do traballo social. Ao longo destes meses realizáronse un total de 11, de diferentes duracións oscilando entornó a 1 hora cada unha.

- **Coordinación de outras profesionais:** estas van desde contactos ou xestións con profesionais de traballo social de servizos sociais, con persoal de Cogami ou outro tipo de profesionais. Nestes 3 meses realizáronse 9.
- **Acompañamentos:** outra das ferramentas moi particulares e esenciais do traballo social. No breve período de estancia na asociación realizáronse 2 soamente de apoio para realizar xestións.

PERSOAS PARTICIPANTES NA ACTIVIDADE.

Durante o ano 2020 prestouse atención a un total de 46 persoas entre persoas usuarias dos recursos da Asociación, familiares das mesmas e outras persoas con discapacidade da zona.



4.3. PROGRAMA DE PSICOLOXÍA

DENOMINACIÓN

Servizo Interdisciplinar de Atención psicolóxica individual, familiar e de grupo.

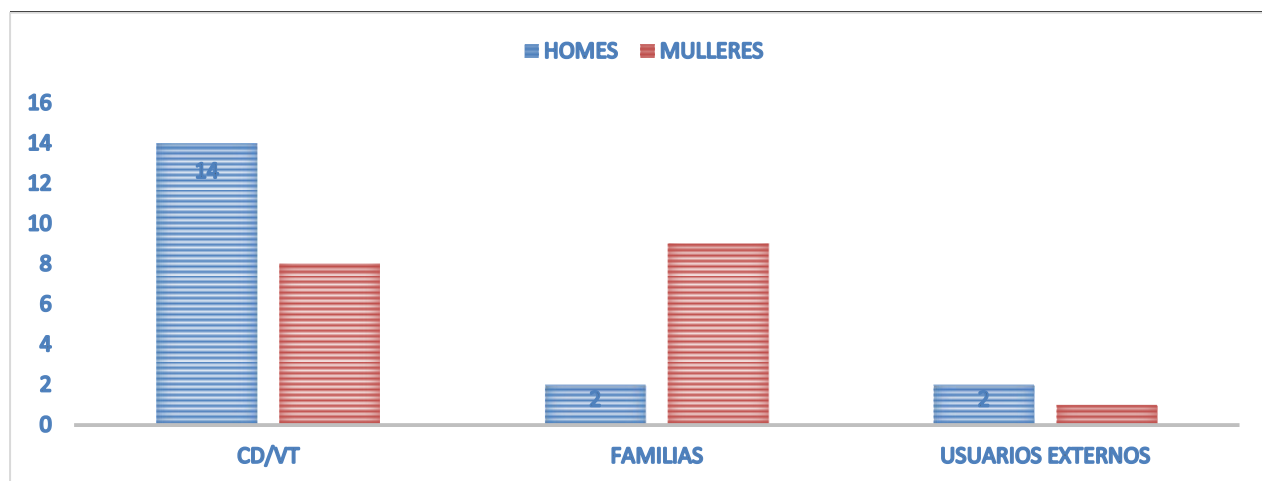
PERSOAS PARTICIPANTES NA ACTIVIDADE

Neste ano 2020 participan 22 persoas usuarias entre o Centro de Día e as Vivendas Tuteladas: atendeuse a 14 homes e 8 mulleres.

Tamén foron atendidas 3 persoas usuarias externas ao Centro de Día: 2 homes e 1 muller, sendo unha delas menor de idade.

Tamén prestouse servizo a 9 familias das persoas usuarias tanto do CD, das VT e das familias das persoas usuarias externas, tanto mediante sesións individuais, sesións grupais co familiar e seguimento telefónico.

Nalgunhas ocasións o contacto estableceuse con máis dun membro da familia.



NÚMERO DE PERSOAS DESTINATARIAS/IDADE

O programa non ten límite de idade, xa que é dirixido para todos. Agora ben se os clasificamos por idade, o gráfico sería así:



DESCRIPCIÓN DAS ACTUACIÓNS DESENROLADAS

As intervencións mais frecuentes foron:

❖ **A nivel individual.**

- Dificultades de adaptación: Intervención en dificultades de adaptación á discapacidade e dependencia.
- Sintomatoloxías asociadas á discapacidade: Debido ás discapacidades que presentan, aparece sintomatoloxía asociada que afecta ás funcións cognitivas e executivas da persoa, sendo necesaria a elaboración de programas específicos de rehabilitación e/ou estimulación de ditas funcións.
- Enfermidades físicas crónicas: intervencións nos efectos psicolóxicos directos debidos á enfermidades ou a efectos colaterais do tratamentos.
- Regulación da dor: Intervencións centradas no control da dor e estratexias para regular dores crónicas que incapacitan ou dificultan a vida diaria.
- Regulación emocional: Intervención a nivel emocional para ser capaz de identificar e xestionar axeitadamente as emocións a través de programas de habilidades sociais, técnicas de role-playing, xogos que traballen as emocións, fichas e o programa e-motional training.

❖ **A nivel grupal:**

- Estimulación cognitiva: traballos de atención, percepción, memoria, orientación temporal e espacial e funcións executivas.
- Técnicas de relaxación muscular e respiración: A través de estratexias como a relaxación progresiva muscular de Jacobson, entrenamiento autógeno, respiración abdominal, mindfulness, EMDR o visualización, conseguimos a

relaxación de xeito natural e automático para poder aplicalo na vida diaria._

- *Dificultades nas relacións sociais:* Estratexias de habilidades sociais como aprender empatía, dicir axeitadamente peticións, axudas ou necesidades, estratexias de afrontamento e resolución de conflitos.
 - *Musicoterapia:* A través dos beneficios da música, traballa-los aspectos de motricidade con instrumentos, memorización de ritmos, tons e letras que sexan significativos para eles._
 - *Actividades instrumentais:* Realizar actividades para unha axeitada participación na vida diaria, a través de estratexias como a adaptación do Centro de Día para facilita-la accesibilidade con tarxetas identificativas das distintas zonas do centro, a través de pictogramas, braille e letras grandes con forte contraste.
 - *Dificultades na comunicación:* estratexias para unha comunicación asertiva.
 - *Abordaxe de temáticas afíns a discapacidade e as consecuencias desta:* Autoestima, proxectos de adaptación, actitudes e cambios de roles na familia e nos entorno máis próximo.
 - *Nos grupos de novas tecnoloxías* aprovéitase para facilitar a integración nas redes sociais, busca axeitada da información, xogos cognitivos interactivos e programas de mellora na lectura, escritura e nas funcións cognitivas básicas._
 - *Mellora na capacidade inferencial e lectora:* trabállase na capacidade de comprender axeitadamente o que queren dicir, aprender a expresarnos adecuadamente e da comprensión da linguaxe verbal e non verbal.
 - *Manexo do euro:* Adquisición do valor das moedas e dos billetes de euro, a través de xogos de compra e venda de produtos, cálculo das voltas cando se realizan compras, recoñecemento da mesma cantidade de diñeiro en diferentes formas e do valor das cousas de forma aproximada.
 - *Actividades role playing por parellas:* En pequenos grupos de dous, traballase para aplicar as técnicas de habilidades sociais a través da representación teatral de situacións para realizar escoita activa, peticións, aceptar ou rexeitar ditas peticións, iniciar conversacións, adecuar os tempos de emisor e receptor e favorecer a empatía cos compañeiros.
 - *Actividades instrumentais:* Abordaxe de aspectos como a adaptación do Centro de Día con carteis informativos das zonas a través de braille e pictogramas. Tamén se traballou para informar de aspectos de reciclaxe e da eficiencia enerxética.
- ❖ **A nivel familiar:**
- *Abordaxe da temática de discapacidade do familiar:* Pautas de intervención ante cambios de roles, reaxuste familiar e na convivencia.
 - *Pautas para modificación de conducta:* Creación de pautas para traballar dende a casa obxectivos traballados a nivel individual coa fin de modificar hábitos e

conductas desadaptativas.

- Intervención familiar: Respiro familiar e acompañamento ante posibles dificultades no ámbito familiar.

❖ **Outras actuacións:**

- Reunións equipo multidisciplinar: Elaboración co resto do equipo na elaboración das Avaliacións Iniciais (AI), dos PAI (Plan de Atención Individual) e das PTI (Planificacións de traballo individualizadas) das persoas usuarias que asisten ao Centro de Día e ás Vivendas Tuteladas.
- Informes individuais: Realizáronse Informes de seguimento das persoas usuarias do CD e informes interdisciplinares para profesionais externos da unidade de saúde mental en relación a persoas usuarias do CD e da VT.
- Coordinación coa unidade de saúde mental: Aquelas persoas usuarias que o precisen, realizáronse acompañamentos á unidade de saúde mental así como a entrega dos informes anteriormente citados.
- Coordinación coa unidade asistencial de drogodependencias: As persoas usuarias que o precisaron, realizáronse acompañamentos á esta unidade, coa fin de prestar colaboración e coherencia nas pautas e tratamentos a seguir dende dita unidade.
- Actividades de ocio e tempo libre: Actividades de ocio como saídas ou talleres externos ao Centro de Día.

O 14 de Marzo de 2020 decretouse o estado de alarma no territorio español, polo que estableceuse o peche do Centro de Día e as actividades realizadas ata o momento. E as usuarias das Vivendas Tuteladas quedaron confinadas nas citadas vivendas aplicándolle as normas impartidas para as residencias.

Dende ese momento traballouse en todo momento para poder cumprir cos obxetivos propostos a través do teletraballo e conseguir mante-las intervencións coas persoas usuarias tanto do Centro de Día como das Vivendas Tuteladas. Para favorecer isto, facilitáronse equipos informáticos nas Vivendas Tuteladas para poder realizar así as sesións a través de videochamadas, ademais houbo a preparación de material en formato papel para tódalas persoas usuarias interesadas en manter o programa de estimulación cognitiva, con entrega de dito material a domicilio e programáronse visitas a domicilio.

O servizo facilitouse para as 22 persoas usuarias do Centro de Día, das Vivendas Tuteladas e persoas con discapacidade atendidas na entidade. O grao de participación dependeu das posibilidades de recursos dispoñibles (internet, móbil, ordenadores,...)

As actividades desenvoltas durante este período de tempo tiveron os seguintes **obxetivos:**

- Preserva-las capacidades cognitivas das persoas usuarias durante os meses de non realización de actividades presenciais no Centro de Día.

- Apoio psicológico para facer fronte ao estado de incertidume mostrada no país a raíz da pandemia mundial e o tempo de confinamento nos domicilios.
- Apoio psicológico ás familias para a adaptación á “nova normalidade”, os protocolos establecidos e as necesidades psicolóxicas precisas.
- Prestar servizos básicos de primeira necesidade, especialmente no caso das familias máis vulnerables e con menos recursos (achega de material, medicinas ou produtos de primeira necesidade)

As **actividades** levadas adiante durante este período de tempo foron as seguintes:

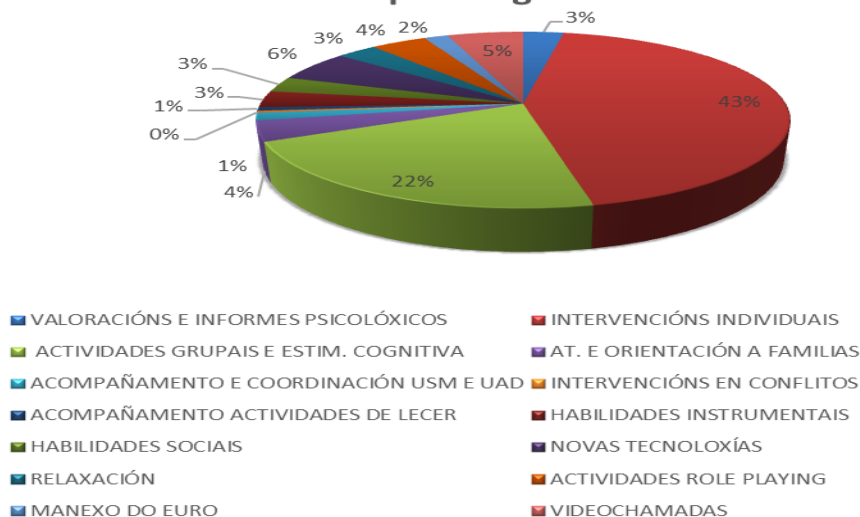
- Reunións de xeito telemático a través de videochamadas de todo o equipo técnico para continuar o traballo conxunto realizado e a organización das actividades.
- Sesións por videochamadas coas persoas usuarias participantes para a realización de programas de estimulación cognitiva
- Sesións individuais por videochamada para intervencións psicolóxicas.
- Participación en sesións especiais realizadas como ocio para as persoas usuarias (Talleres especiais co equipo da Rede Museística da Deputación de Lugo).
- Realización de material en formato papel personalizado a cada persoa usuaria en base as súas necesidades específicas de estimulación cognitivas.
- Visitas a domicilio ás vivendas tuteladas e ás persoas usuarias con especiais vulnerabilidades e entrega do material realizado.
- Chamadas telefónicas para coñecer o estado emocional das persoas usuarias e das súas familias e as súas necesidades.
- Outras xestións (Asistencia ao hospital, a urxencias, preparación de medicinas, citas telefónicas cos servizos de saúde mental,...).

Con respecto aos **recursos dispoñibles** para a realización das actividades durante o período de confinamento foron sobre todo materiais empregados para actividades en papel, fichas variadas que fomentaban a estimulación cognitiva, xogos que podíamos entregar ás persoas usuarias a través de visitas a domicilio e xogos e actividades empregados a través das videochamadas.

Precisouse de ordenadores, tabletas ou móbiles con acceso a internet e a ferramenta de Skype para realiza-las sesións, tantos grupais como individuais.

Nos casos que non era posible o acceso a internet, as intervencións realizáronse de xeito telefónico a través do móbil da asociación.

Intervencións da psicóloga



4.4. PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIAIS E ESTIMULACIÓN COGNITIVA

INTRODUCCIÓN:

Tendo en conta as características individuais das persoas desenroláronse programas de actuacións coa fin de mellorar a súa calidade de vida a través de técnicas de estimulación cognitiva para mellora-la memoria, linguaxe, atención, concentración, razoamento, abstracción, funcións executivas, manexo do euro, manexo do reloxo e operacións aritméticas sinxela.

OBJETIVOS:

- Realización dun proxecto individual, personalizado a cada persoa para conseguir maior autonomía e progresión que fomente a rehabilitación e a estimulación das funcións básicas da persoa.
- Favorecer e activar a orientación espacial, persoal e temporal así como fortalecer a memoria persoal ou episódica.
- Exercita-la memoria a curto e a longo prazo.
- Traballar nas capacidades lingüísticas, expresión verbal e non verbal, denominación, lectura e escritura.
- Traballar na mellora da atención a través de material visual, auditivo e táctil.

- Traballar anomias, afasias e agnosias mediante material adaptado ás diferentes necesidades.
- Traballo das funcións executivas: Mellorar a capacidade de toma de decisión, planificación, razoamento e pensamento.

PERSOAS PARTICIPANTES NA ACTIVIDADE :

22 persoas usuarias traballando tanto conxuntamente en actividades establecidas en horario do centro de forma grupal como tamén mediante intervencións individuais.

DESCRIPCIÓN DAS ACTUACIÓNS ESTIMULACIÓN COGNITIVA: Exercicios individuais e dinámicas de grupos que traballaron as seguintes áreas:

- **A atención:** Tarefas sinxelas para reforzar a axilidade mental: series .
- **Numéricas,** de palabras, actividades tipo STROOP, repeticións en sentido directo e inverso, busca de símbolos e xogos lúdicos.
- **A orientación:** Tarefas básicas de situación no momento temporal, persoal e espacial, mediante a biografía persoal e do seu contorno máis inmediato (amigos, familia) para manter ao usuario en contacto coa realidade que lle rodea, os lugares significativos para a persoa e a conciencia corporal de si mesmo.
- **A memoria:** Exercicios de repetición de series, recordo libre de palabras, imaxes e/o números e fomentando unha maior atención visual e auditiva. Para iso apoiámonos en xogos interactivos, xogos de fichas e actividades.
- **Axilidade mental:** Actividades de conceptos numéricos e de cálculo. Tarefas de cálculo mental, resolución de problemas aritméticos, xogos numéricos e xogos como os presentados en programas como “Desafía a túa mente”.
- **Funcións executivas:** con exercicios que fomenten a capacidade racional, como actividades de toma de decisións, de xustificación de decisións e creando conciencia dos nosos actos e decisións.
- **A linguaxe escrita:** Tarefas de redacción dun texto, escritura dunha frase ou palabras, ditados, copias. Emprego axeitado de conectores, complementos espaciais e temporais e escritura creativa libre.
- **Capacidade inferencial:** Fomentar a capacidade e comprensión da lectura, do uso da linguaxe para expresarse e comprender axeitadamente a mensaxe e sobre teoría da mente, é dicir, a capacidade para entender a intencións en outras persoas.

- **Programas interactivos e estimulación sensorial:** Memoria, Lóxica Observación, Atención e educación emocional (e-motional training).
- **Test e probas neuropsicológicas:** A través da complementación de diversas probas como Figura complexa de Rey, test auditivo verbal de Rey, Test de matrices de Raven ou test de aspectos emocionais (Ansiedade- depresión, mini mental, escala de ansiedade de Hamilton) obtemos información das escalas funcionais da persoa, coa fin de incorporar esta información ó programa personalizado.
- **Lectura de prensa:** Mediante a lectura da prensa diaria, coméntase en grupo as noticias mais salientables e se fomenta o pensamento crítico.
- **Estimulación mediante novas tecnoloxías:** Emprego das novas tecnoloxías para realizar diferentes xogos interactivos que fomenten todos os aspectos anteriormente citados, ademais de emprego de euro, puzzles, secuencias lóxicas e actividades cognitivas.

4.5. PROGRAMA DE AUDICION E LINGUAXE - LOGOPEDIA

DENOMINACIÓN

Servizo de Logopedia.

OBJETIVO XERAL:

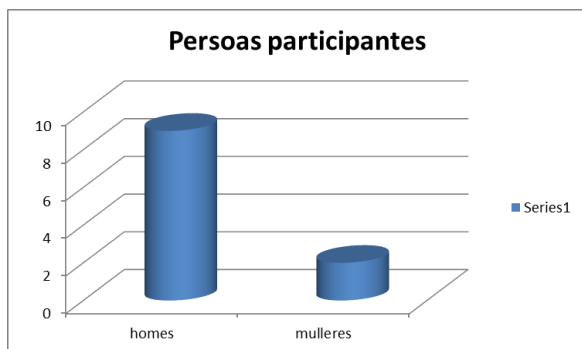
O **obxectivo xeral** en logopedia é acadar un benestar comunicativo na persoa usuaria que propicie un adecuado desempeño cognitivo, social e persoal.

É fundamental que a persoa sinta que se pode comunicar en calquera situación e que as persoas que o rodean o comprenden para que a comunicación sexa o máis autónoma posible.

A partir deste obxectivo xéranse os seguintes tipos de intervención:

- Evitar o desenrolo ou empeoramento dun trastorno.
- Corrixi-las condutas lingüísticas alteradas.
- Estimula-las capacidades da linguaxe oral e escrito.
- Fortalecer, estimular e, dado o caso, rehabilitar procesos cognitivos básicos coma a atención, percepción, memoria.
- Vocabulario, gramática, articulación.
- Organización espacial e temporal, percepción visual e auditiva.
- Conciencia fonolóxica, silábica, léxica e sintáctica.
- Aumenta-la capacidade pulmonar.

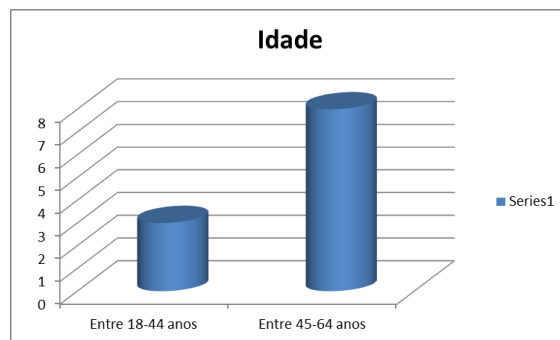
Neste período do ano 2020 participaron 9 persoas usuarias do CD e das VT. O programa estivo dirixido á poboación en xeral, sen límite de idade, non obstante podemos clasificalos do seguinte xeito:



DESCRIPCIÓN DAS ACTUACIÓNS DESENVOLVIDAS.

No período correspondente a este 2020 leváronse a cabo as seguintes actuacións e intervencións específicas:

- **Articulación:** praxias para aumentar o control, tonicidade e coordinación dos músculos da articulación así como para aqueles usuarios que tenden a confundir fonemas ou a non articularlos correctamente que se fagan conscientes do punto concreto de articulación de cada un para intentar mellorar neste aspecto.
- **Respiración:** Desenrolar a respiración abdominal e un bo control do sopro, conseguindo unha relaxación da musculatura fonadora e unha correcta coordinación fonorespiratoria. Igualmente buscamos con estes exercicios un aumento da capacidade pulmonar.
- Algunhas persoas usuarias do Centro de Día presentan **dificultades de deglución e control do babeo**; para isto utilizamos técnicas miofuncionais coas que se pretende corrixi-lo patrón deglutorio en fase preparatoria, oral e esofáxica.



A rehabilitación da disfagia diminúe a posibilidade de sufrir aspiracións e as súas consecuentes complicacións. A mellora da motricidade oro facial implicada na deglución está estreitamente relacionada coa mellora da fala que é outro dos obxetivos mencionados anteriormente.

En canto **á comunicación** traballamos a expresión oral e tentamos acadar unha adecuada organización do discurso para favorecer a comprensión da linguaxe.

As actividades que se realizaron, entre outras, son as seguintes:

- Actividades de describir láminas e imaxes.
- Contar historias coas súas palabras.
- Actividades de ordenar secuencias e explicalas.
- Formar frases con diversas palabras.
- Lectura de textos cortos que debe explicar coas súas palabras.

Dentro deste apartado entrarían tamén as persoas usuarias que non teñen linguaxe oral, é dicir, que non se poden expresar de maneira autónoma oralmente. Para eles realizamos Sistemas Alternativos de comunicación individuais adaptados ás necesidades de cada persoa.

Estimulación cognitiva: Actividades relacionadas coa memoria, atención, percepción, razoamento ou comprensión:

Fichas de recoñecemento de figuras iguais, figuras superpostas,...

Estimulación dos diferentes tipos de memoria: semántica, de traballo, episódica, biográfica...

Recoñecemento visual básico, coma as cores, profundidade, figura-fondo, tamaño, etc. Tamén de recoñecemento auditivo, corporal e táctil, mediante crebacabezas, encaixables, xogos de construción, xogos de secuencia, etc. ademáis de obxectos da vida diaria.

Exercicios de cándo, quen, ónde, ...

Realizamos tamén **actividades de lectoescritura:** como son a comprensión lectora, o adecuado ritmo lector e problemas relacionados coa escritura.

Durante este ano realizáronse tamén valoracións de novas persoas usuarias dentro do ámbito da Logopedia cos que se estableceron os seus respectivos obxetivos, comezando a traballar con eles a principios do 2020, aumentando, por iso, o horario de Logopedia.

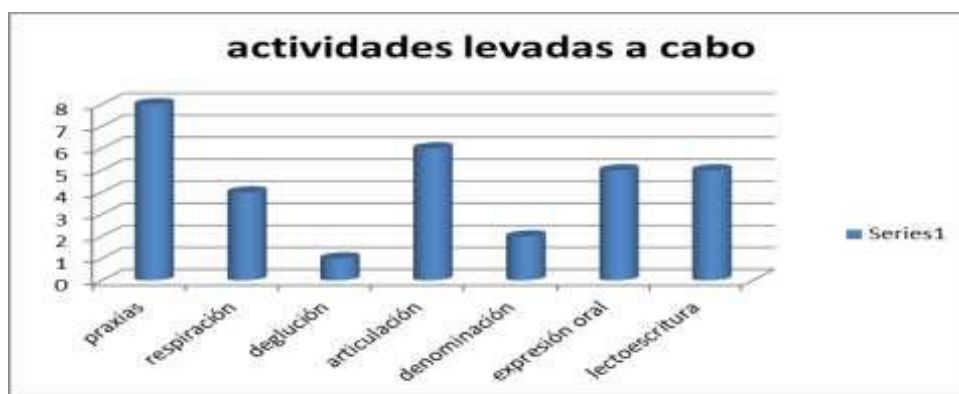
Fixéronse sesións grupais, á parte das individuais, e desta maneira houbo un aumento das actividades, facéndose máis amenas ao ser traballalas en grupo.

Durante o período de confinamento derivado do Estado de alarma pola COVID-19, dende a entidade reorganizáronse as actividades para continuar prestando terapias e sesións encamiñadas a evitar un deterioro maior nas persoas usuarias.

Como conclusión pódese destacar como significativo o traballo realizado xa que algunhas persoas usuarias son capaces de expresarse mellor e así gozan dunha autonomía maior no acto comunicativo.

Tamén as persoas usuarias que precisan dun Sistema Alternativo de Comunicación adoitan usalo no seu día a día e son capaces de facer xestións de forma autónoma coa súa axuda.

Hai que destacar que factores como a constancia, a paciencia e a continuidade na intervención coas persoas usuarias son claves para acadar o principal obxectivo: que a persoa usuaria sinta que se pode comunicar en calquera situación autonomamente.



4.6. PROGRAMA DE FISIOTERAPIA, RECUPERACION FUNCIONAL E HIDROTERAPIA

DENOMINACIÓN

Fomento da Autonomía Persoal das persoas Asociadas na entidade das persoas usuarias do Centro de Día (CD) e Vivendas Tuteladas (VT) da Asociación AGORA de Monforte de Lemos durante o ano 2020.

OBXETIVO XERAL

O tratamento fisioterapéutico consiste no uso dunha gran cantidade de técnicas manuais, exercicios dirixidos, mobilizacións e dispositivos (mecánicos e /ou electrónicos), os cales son aplicados a unha persoa usuaria ou grupo de persoas usuarias para previr ou tratar patoloxías de diversa orixe.

Normalmente a fisioterapia pódese agrupar en tratamentos para a dor, disfuncións biomecánicas/pato mecánicas e tratamentos de fisioterapia neurolóxica. A fisioterapia neurolóxica é unha rama da fisioterapia que se ocupa de tratar e previr disfuncións do sistema nervioso como son por exemplo a espasticidade e a parálise, mediante un amplo número de técnicas e ferramentas.

O obxectivo xeral da fisioterapia é promover o máximo estado de saúde e de autonomía das persoas usuarias facéndoa extensiva a tódolos ámbitos, mellorando así a súa calidade de vida.

Persoas participantes na actividade

Durante o ano 2020 participaron tanto persoas usuarias do CD= 23 (15 homes / 8 mulleres).

Número de destinatarios/idade (2020)

O programa estivo dirixido a toda a poboación con discapacidade de Monforte de Lemos, sen límite de idade. Estableceuse a seguinte clasificación:

- Menores de 18 anos (0 home/ 0 mulleres).
- De 18 a 44 anos = 8 (4 homes / 4 mulleres).
- Maiores de 44 anos= 15 (10 homes / 5 mulleres).

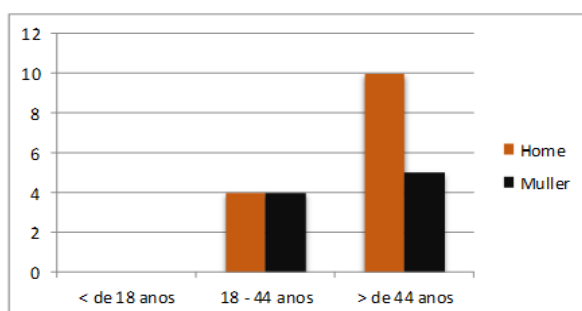
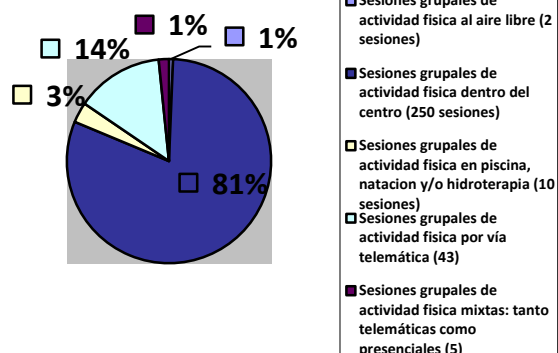


Figura 1. Número de persoas destinatarias/idade (2020)

Figura 2. A distribución segundo a discapacidade



TIPO DE DISCAPACIDADE

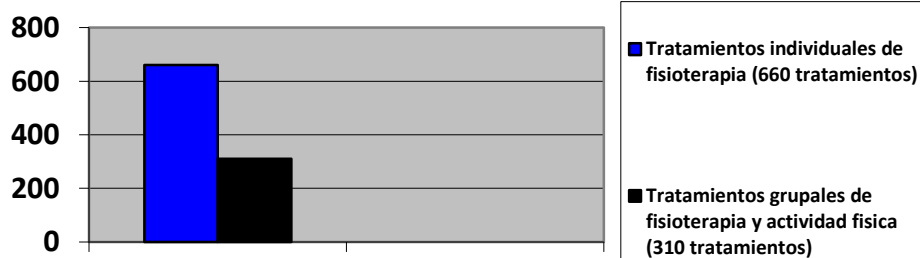
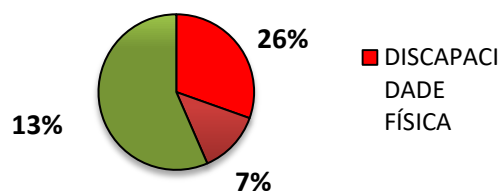


Figura 3. Distribución dos tratamentos de fisioterapia aplicados, atendendo a tipoloxía grupal ou individual durante (2020).

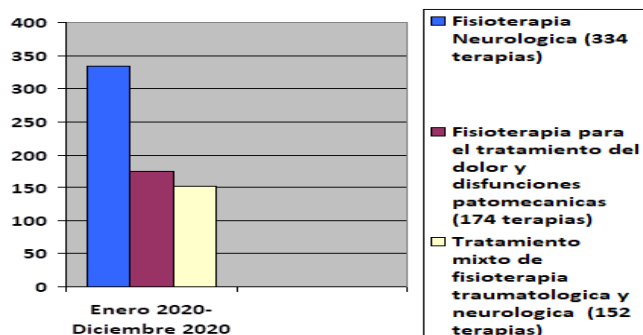


Figura 4. Distribución de tratamientos individuales de fisioterapia aplicados geográficamente

Figura 5. Distribución de las sesiones grupales, según la localización

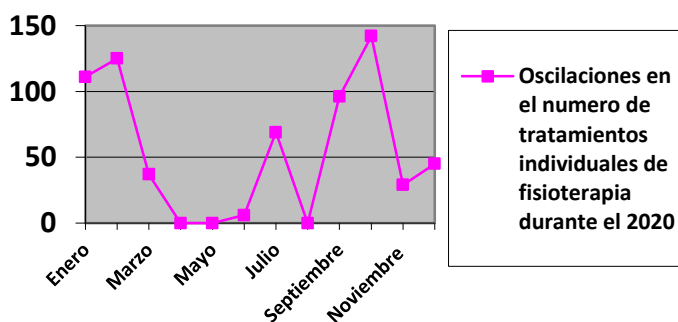


Figura 6. Distribución mensual de los tratamientos individuales de fisioterapia aplicados en 2020

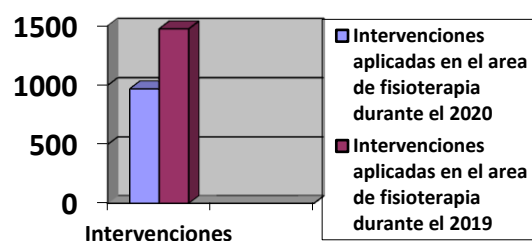


Figura 7. Comparación de intervenciones aplicadas durante 2020 y 2019

Conclusiones

- 1- A nivel demográfico a poboación está composta na súa maioría por persoas usuarias de xénero masculino, maiores de 40 anos. [figura 1]
- 2- O principal tipo de discapacidade das persoas usuarias é de tipo mixto. [figura 2]
- 3- O principal tipo de sesión no tratamento foi individual. [figura 3]
- 4- Principal motivo de tratamento: fisioterapia neurolóxica. [figura 4]
- 5- O mes de 2020 onde se aplicou o maior número de tratamentos foi outubro (142 tratamentos de fisioterapia aplicados), debido a que se incrementa o número de tratamentos para a dor durante ese mes.
Posiblemente debido o aumento das actividades de ocio así como a recuperación das actividades presenciais logo do confinamento derivado da COVID-19. [figura 6]
- 6- Os meses comprendidos entre marzo e agosto son os meses nos que se aplican menos tratamentos de fisioterapia, a explicación deste fenómeno débese a que durante estes meses a área de fisioterapia, diminuíu a prestación de servizos de fisioterapia en sesión individuais, debido ao Estado de Alarma derivado da COVID-19.
Por lo tanto, conclúese que as causas das diminucións significativas da taxa de tratamentos aplicados en comparación a 2019 é consecuencia das restricións impostas polo estado de alarma e os períodos de vacacións do persoal. [figura 5]
- 7- Respecto ás sesións físicas grupais: na súa maioría aplícanse dentro do centro, seguido de actividades telemáticas, actividades en piscina e por último actividades ao aire libre.
Dita distribución empregouse por razóns meteorolóxicas e polas restricións obrigatorias xeradas pola corentena (pola CoVID19) [figura 6]
- 8- O número total de intervencións de fisioterapia durante o 2020 foi de: 970 intervencións. O que representa unha redución de 506 intervencións respecto a 2019.
É importante mencionar que esta cifra non constan o número de intervencións constantes sobre o deseño e aplicación de actividades específicas a realizar por cada persoa usuaria durante a sesión grupal.
Isto débese a que a pesar de que a sesión é grupal, cada persoa ten un plan e a actividade personalizada, adaptada ás súas necesidades e capacidades. [figura 3 e figura 7]
- 9- A gran maioría das persoas usuarias refire benestar derivado de acudir a área de fisioterapia do Centro de Día Agora .

Traballo interdisciplinar

Consistiu na interacción e apoio circular acaecido entre a área de fisioterapia e o resto de profesionais e institucións co fin de optimizar os servizos.

Traballo interdisciplinar con traballadores INTERNOS da Asociación AGORA:

1. **Coidadoras:** Control de tensións arteriais e niveis de oxixenación das persoas usuarias, elaboración de informes de solicitude de adecuación do control (e corrección) postural das persoas usuarias (con suxerencias específicas para casos que o necesitaron) durante as diferentes actividades realizadas polas persoas usuarias, manexo da actividade física por parte das persoas usuarias, intento de implementación do traslado mediante grúas e outros aditamentos por parte do persoal, retroalimentación constante do estado de saúde e ánimo das persoas usuarias, mantemento da hixiene e saúde xeral das persoas

usuarias en función das recomendacións para a prevención da Covid 19

2. **Coordinación:** Proposta de adquisición de equipos, formación para a área de fisioterapia e outros profesionais en relación a COVID 19, asesoramento sobre manexo de persoas usuarias en relación a temas de tratamento fisioterapéutico, notificación de estratexias de prevención de riscos e dor, retroalimentación constante sobre a produtividade da área de fisioterapia e as posibles formas de potenciar dita produtividade.
3. **Persoal de transporte de persoas usuarias:** Apoio no traslado e acompañamento de persoas durante o traslado a domicilio das persoas usuarias e traslados durante viaxes e saídas.
4. **Persoal de psicoloxía:** Solicitase apoio terapéutico en relación a aplicación de abordaxes terapéuticas que impacten sobre a función física e saúde xeral das persoas usuarias. Axuda para a elaboración de proxectos conxuntos de fabricación intelectual de dinámicas de grupo e métodos de avaliación.

Traballo interdisciplinar con traballadores EXTERNOS do Centro de Día AGORA:

SERGAS: Realízanse xestións conxuntas mediante a aplicación de tratamentos e elaboración de informes remitidos ao SERGAS con distintos fins; Realízanse informes e referencias para a Unidade da Dor, para a Unidade de Drogodependencia, médicos de cabeceira, traumatólogos, psiquiatras, neurólogos, traballadores sociais, etc; nos que se describe, analiza e suxire abordaxes para as persoas usuarias.

Durante o 2020 existiu unha colaboración interdisciplinar notable co SERGAS debido a necesidade de aunar esforzos conxuntos en relación a loita contra a pandemia da COVID-19.

4.6.1. PROGRAMA DE MANTEMENTO FÍSICO E HIDROTERAPIA

Dende o mes de marzo a actividade de hidroterapia vese suspendida pola situación da COVID-19 e non se reiniciou coa desescalada, priorizando a atención e terapias individuais das persoas usuarias no propio centro.

A actividade física e de mantemento permite realizar un traballo transversal nas persoas con discapacidade xerando novas oportunidades de participación no seu entorno, garantindo o dereito a participación en igualdade de oportunidades nas diferentes actividades que hai no seu entorno.

A actividade física é un medio para coñecer o propio corpo e para aceptar a propia imaxe, comprendendo e aceptando as capacidades de todo o grupo co que se interactúa.

O profesional contratado realizou distintas intervencións encamiñadas a facilitar a autonomía persoal de cada persoa usuaria en función das súas necesidades e sempre baixo a supervisión do equipo interdisciplinar.

Obxetivos:

Xeral:

Proporcionar ás persoas con discapacidade a realización de actividade física adaptada as súas necesidades e capacidades.

Específicos:

- Traballar coas persoas con discapacidade a realización de actividade físico-deportiva adaptada.
- Mellorar a calidade de vida das persoas con discapacidade.
- Colaboración e coordinación co resto de profesionais das actividades na consecución dos obxetivos das persoas usuarias.
- Promover hábitos de vida saudables.
- Potenciar habilidades sociais que melloren as súas relacións no entorno (comunicación, respecto, empatía, traballo en equipo, imaxe persoal...).

Persoas Beneficiarias:

O servizo dirixiuse a 22 persoas vinculadas aos diferentes programas e servizos que desenvolve a asociación AGORA con discapacidade física ou mixta (física-intelectual) e sensorial, presentan capacidades diversas e precisan de apoios para poder levar a cabo as actividades nas que participan.

En total asistiron 15 homes e 8 mulleres cunhas idades comprendidas entre os 20 e os 72 anos.

Temporalización.

A actividade levouse a cabo en xornada continua principalmente coas persoas que acoden ao Servizo de Centro de Día. A actividade levouse a cabo de luns a venres en horario de 9.30h a 13.30h e de 15.30h a 18.30h empregando unha parte do horario para a preparación dos materiais e tarefas a desenvolver por parte das persoas participantes nos diferentes talleres que se puxeron en marcha, así como para as reunións de seguimento e incidencias co resto da equipa interdisciplinar da Asociación.

Actividades

As actividades estruturáronse en diversos talleres, potenciando en cada un deles distintas competencias e destrezas, a nivel físico e psicomotriz de cada persoa participante. A maiores traballáronse, de maneira transversal, valores como a igualdade, a empatía, a asertividade, o respecto, sensibilidade a conciencia sobre o medio ambiente e a confianza.

Os talleres realizados foron os seguintes:

▪ Ximnasia Individual

Esta actividade realizouse de luns a venres a diferentes horas da mañá e de tarde, dirixida a persoas con menor mobilidade.

Leváronse a cabo exercicios de equilibrio, mobilidade sobre todo nas zonas do corpo con menor capacidade de movemento, forza, estiramientos, respiración e relaxación.

En tres meses son visibles melloras de movemento, flexibilidade, capacidade pulmonar

e forma física, relaxación muscular, forza e melloras posturais de concentración e de motivación, proporcionando así maior autonomía.

▪ **Taller de teatro**

Esta actividade levouse a cabo ao longo do ano, dúas horas semanais aproximadamente, para a súa realización foi importante o traballo en equipo e a colaboración tanto para o desenvolvemento do guión como para a posta en escena. Con este taller mellorouse concentración e memoria, ademais de beneficiar aspectos de entoación na lectura, psicomotricidade, confianza, empatía, paciencia, constancia e a unión das persoas por un mesmo fin; a realización e gravación da obra.

Todas as persoas usuarias participaron na actividade desempeñando diferentes tarefas; escribir, debuxar, cortar, ler, propoñer ideas, representar personaxes, mover as sombras, e axudar en xeral para facelo posible.

▪ **Taller de musicoterapia**

Esta actividade realízase unha hora á semana. Consiste na vocalización, na memoria musical, na aprendizaxe básica das notas musicais e de solfeo, na conciencia e control das emocións, no acompañamento de cancións con instrumentos de percusión, (activando aspectos sensoriais), cante de cancións tradicionais e na escoita activa. Esta actividade beneficia o estado de ánimo, a concentración, a memoria, o ritmo e a coordinación.

▪ **Hidroterapia:**

A actividade de hidroterapia realizouse unha vez a semana dividindo as persoas participantes en dous grupos nos cales se realizaron exercicios individualizados en función dos ritmos e das necesidades das persoas participantes.

Entre as actividades realizadas destacan o aprendizaxe de diferentes técnicas de natación, exercicio e mobilidade e de ximnasia dentro do entorno acuático así como relaxación. A actividade de hidroterapia quedou suspendida por mor da COVID-19 dende o mes de marzo. Esta actividade realizouse nas instalacións da Piscina Municipal do Concello de Monforte.

▪ **Xogo lúdico e tradicional:**

A actividade de xogo lúdico realizouse en sesións semanais dividindo as persoas participantes en grupos ou facendo xogos grupais con todas as persoas usuarias nos cales se levaron a cabo diferentes xogos que serviron de iniciación as persoas participantes na práctica deportiva.

Entre as actividades que se realizaron destacan: a petanca, mini ximcanas, ping-pong, bolos, voleiglobo, a ruleta, xogos con pelota, con globos, con aros, xogos de equilibrio, xogos para mellorar os reflexos e a memoria, xogos de cooperación, xogos co paracaídas, xogos con música.

Algunha destas actividades en función da climatoloxía desenvóléronse parques do Concello de Monforte.

▪ **Ximnasia de mantemento:**

A través de esta actividade realizáronse diferentes exercicios para que as persoas participantes adquirisen motivación por seguir hábitos de vida saudables mellorando

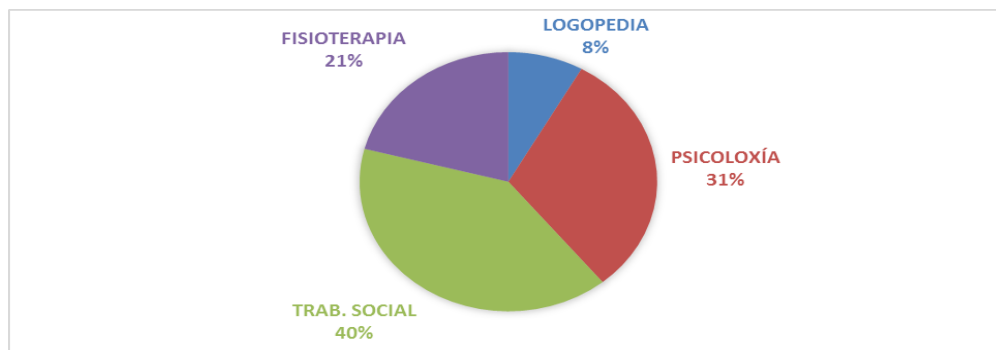
así a súa calidade de vida. Coa ximnasia benefíciase a forza, o equilibrio, a flexibilidade a capacidade pulmonar, a coordinación, a conciencia polo noso corpo, e o estado de ánimo.

Entre as actividades desenvolvidas destacan: quentamento con estiramientos dinámicos e aeróbicos, exercicios nas barras e na esterilla ou colchoneta, sets de 15 minutos na bicicleta ou na máquina de forza, e exercicios de psicomotricidade fina e grossa.

Esta actividade realizouse adaptando os exercicios simultaneamente para os distintos perfís de persoas usuarias, facendo pequenos grupos ou facendo exercicios guiados para todas as persoas a vez.

CADRO RESUME DE ATENCIÓN DO EQUIPO INTERDISCIPLINAR 2020.

No seguinte cadro só se reflicten as persoas atendidas durante o ano 2020 en cada unha das áreas:



4.7. PROGRAMAS EDUCATIVOS BÁSICOS E ACOMPAÑAMENTOS

EDUCACION DE ADULTOS

Funciona como actividade do Centro de Día que busca cumprir un interese persoal de adquisición e mantemento de novos coñecementos, así como lograr afianzar habilidades que se poidan extrapolar á vida cotiá das persoas usuarias: mellora da comprensión lectora, ampliación de vocabulario e expresión oral, mellora no cálculo...

Os programas que se levan a cabo son individualizados e nalgúns casos ademais contribúen a consecución dos obxetivos propostos nos PAI das persoas usuarias, coma pode ser aprendizaxe de lectoescritura, coñecementos matemáticos básicos para uso da moeda, etc.

No ano 2020 participaron un total de 23 persoas, tanto persoas usuarias do centro de día como persoas usuarias de actividades.

TEMPORALIZACIÓN:

Durante todo o ano. Luns, martes e xoves de 16.00 a 17.45 e xoves de 11.30-12.30

OBXETIVOS:

- Aprender a ler e escribir. Mellora-la comprensión lectora
- Afianza-los coñecementos das principais estruturas gramaticais e amplia-lo léxico coa fin de comunicarse con éxito.
- Ampliar e actualizar os marcos de referencia en matemáticas.
- Tomar conciencia do medio e as súas características.
- Fomentar habilidades como a memoria, a atención e a concentración.

ACTIVIDADES:

Lecto-escritura, ampliación de vocabulario, cálculo, desenrolo de problemas matemáticos, linguaxe e coñecemento do medio.

Fichas que se realizan individual ou grupalmente para afianzar memoria, concentración e atención.

ACOMPAÑAMENTOS A PERSOAS USUARIAS DO CENTRO DE DÍA E DA VIVENDA TUTELADA.

Durante o ano 2020 este servizo seguiu prestándose, pero cunha intensidade menor, por mor da COVID-19. Este servizo, que previamente prestabase ás persoas usuarias da Vivenda Tutelada, foise estendendo no seu momento polas dificultades que as persoas con discapacidade e especialmente na zona rural tiñan: inexistencia de transporte público adaptado na zona, limitación de número de viaxes así como necesidade de planificación con moita antelación no 065, servizo de taxi adaptado cun custo inasumible a determinadas rendas....

Os acompañamentos máis habituais son a citas médicas, se ben tamén se realizaron acompañamentos para realizar trámites administrativos (renovación de DNI, trámites no concello, no banco....) compras diversas....

Durante o ano 2020 a maioría dos acompañamentos ás persoas usuarias reducíronse, sendo maioritaria a coordinación cos profesionais sanitarios mediante a remisión de informes vía e-mail así como a atención telefónica atendendo ás novas medidas de prevención da COVID-19.

4.8. OBRADOIROS

Talleres que fóronse alternando durante o ano coa fin de que as persoas usuarias, por unha banda, teñan unha actividade prelaboral que potencia as súas capacidades e, por outra, ofertar alternativas de lecer. A temporalidade dos mesmos pode variar sendo permanente durante todo o ano como mosaico, manualidades, costura e outros estacionais como os talleres para as festas do ciclo do Entroido, decorar os locais do centro,. Están dirixidos por persoal de talleres da asociación.

TEMPORALIZACIÓN:

Os xoves de 11:30 a 12:30 h e os luns, martes e xoves 16:00h a 17:30 h. Desenrolándose durante o ano 2020 nos períodos nos que se poden levar a cabo as actividades presenciais.

OBXECTIVOS:

Obxectivo xeral:

- Mellorar a psicomotricidade fina e a colaboración entre as persoas usuarias.

Obxectivos específicos:

- Coñecer e manexa-las técnicas do traballo cos diferentes utensilios en función da actividade escollida: proceso de elaboración, materiais e ferramentas, normas de seguridade.
- Experimenta-la creatividade (expresión plástica, artística).
- Favorece-la autoestima e sentido do traballo.
- Adquirir valores de reciclaxe.
- Ofrecer alternativas de lecer.

DESTINATARIOS:

Persoas usuarias que acoden aos recursos ofertados pola Asociación AGORA así como aos recursos de Centro de Día e Vivendas Tuteladas. En total 23 persoas usuarias.

ACTIVIDADES:

- Entroido; elaboración de compadres e comadres.
- Decoración no Samaín.
- Decoración de Nadal (elaboración da árbore de Nadal....)
- Elaboración de traballo de mosaico en madeira.
- Elaboración de mosaico con cerámica (caixa, marco...).
- Traballos en cortiza; elaboración de taboleiros.
- Traballos con cestería e mimbre.
- Elaboración e decoración de botes con material de refugallo.

- Elaboración de materiais de xogo lúdico e tradicional.
- Traballos con goma eva.
- Costura: Traballos en tea como fundas para coxíns ou bufandas, cestas de bimbio e trapillo....
- Elaboración de manualidades
- Cociña: Talleres temáticos en función da celebración, repostería e comida saudable.

4.9. PRÉSTAMO DE PRODUTOS DE APOIO

Asociación AGORA, continuou co servizo de préstamo de produtos de apoio dirixido a avaliar, asesorar e prestar produtos de apoio que a Asociación ten e que benefician a mellora da calidade de vida e autonomía das persoas con discapacidade.

Para elo, contouse coa diagnose dos diferentes profesionais que conforman o equipo interdisciplinar que unha vez analizadas as necesidades elaboraron o informe para que a entidade no caso de ter o produto de apoio requirido realizasen o préstamo de xeito temporal.

Os produtos de apoios máis demandados no ano 2020 foron: Grúa, cadeiras de rodas manuais, coxíns antiescaras, cueiros e diversos produtos de apoio elaborados polos profesionais (cortaúñas adaptados, táboas de transferencia, libros de texturas...).

5.- CENTRO DE DÍA AGORA

O Centro de Día Agora funcionou, ao longo do ano, cos seguintes principios:

Valorar sempre as decisións, ilusións e expectativas das persoas usuarias e unha busca de mellora continua da convivencia entre as persoas usuarias e as súas familias.

Funcionou durante o 2020 con 23 prazas en contrato coa Consellería de Política Social.

A súa ocupación foi, ao longo do ano de 22 prazas das 30 existentes.

O Centro de Día ofreceu unha atención diúrna a persoas con discapacidade con necesidades de apoio extenso ou xeneralizado, dende unha perspectiva individual. O seu obxectivo é mellora-la calidade de vida das persoas con discapacidade proporcionándolles apoios para emprender e desenvolver ao máximo o seu proxecto de vida persoal, incluíndo de forma activa o seu grupo familiar e entorno social directo.

O horario de apertura é de luns a venres e de 9:30 ata 18:00 horas. Conta con dúas liñas de transporte adaptado propias que funcionan para traer as persoas usuarias ao Centro de Día pola mañá e levalos a súas casas pola tarde, dentro da súa área de actuación.

Pecha no mes de agosto.

En consecuencia, funcionou cos seguintes **SERVIZOS**:

**ÁREA INFORMACIÓN,
VALORACIÓN,
SEGUIMIENTO E
ORIENTACIÓN**

- Servizo de valoración, seguimento, avaliación e coordinación
 - Avaliación das necesidades e intensidade dos apoios.
 - Programa de Atención Individual (PAI).
 - Seguimento e avaliación do PAI.
- Servizo de Información e orientación
 - Acolida e valoración das necesidades das persoas
 - Avaliación das necesidades e intensidade dos apoios
 - Plan de apoio individualizado
 - Seguimento e avaliación do Plan de apoio

**ÁREA DE MANTEMENTO E
REHABILITACIÓN**

- Atención psicolóxica
- Estimulación cognitiva
- Servizo de Logopedia
- Servizo de Fisioterapia
- Ximnasia de Mantemento
- Psicomotricidade
- Relaxación
- Hidroterapia

**ACTIVIDADES E
PROGRAMAS**

- Educación Adultos
- Xogo cognitivo
- Manualidades
- Obradoiros estacionais
- Obradoiro mosaico
- Novas tecnoloxías
- Lectura de prensa
- Musicoterapia
- Risoterapia
- Cineforum
- Programa respiro familiar

SERVIZOS

- Comedor
- Transporte adaptado
- Produtos de apoio
- Limpeza e mantemento
- Xestión e administración
- Supervisión e vixilancia

6.- VIVENDAS TUTELADAS AGORA I E AGORA II

A asociación Agora xestionou ao longo do ano 2020 dúas Vivendas Tuteladas na Rúa Carud 138 de Monforte de Lemos. Vivendas autorizadas para 8 prazas pola Consellería de Política Social da Xunta de Galicia.

Estiveron abertas e ocupadas durante o ano por 6 persoas usuarias (5 mulleres/1 home). Son Apartamentos Tutelados vencellados no seu funcionamento ás actividades do Centro de Día, participando nas mesmas de 10 horas ata as 18 horas e de luns a venres. Nas fins de semana son atendidos nas vivendas por persoal técnico da asociación.

PROGRAMA DE AUTONOMIA E VIDA NO FOGAR:

Obxectivos xerais:

- Crear un entorno normalizado e integrado de convivencia entre as persoas que conviven nas vivendas.
- Fomenta-la autodeterminación persoal e funcional de persoas con discapacidade nun clima acolledor e estimulante.

Obxectivos específicos:

- Desenrolar actividades de autonomía e desenvolvemento persoal.
- Mellora-las actitudes de convivencia e integración social.
- Organizar actividades de formación e saídas culturais.
- Apoia-los proxecto de vida de cada persoa e a capacidade de decisión.
- Fomenta-la participación en actividades de ocio e tempo libre na comunidade.

A asociación para acadar estes obxetivos ofreceu diversos servizos, uns enfocados a área de autonomía persoal e outros a área social. Estes servizos están englobados na carteira de servizos contratada coa Consellería de Política Social.

ACTIVIDADES E PROGRAMAS

- Autonomía persoal
- Acompañamentos
- Fomento da vida independente
- Asesoramento e información
- Atención psicolóxica
- Ocio e tempo de lecer
- Asistencia farmacéutica
- Promoción da saúde
- Fomento do Ocio sociocomunitario

SERVIZOS

- Servizo de comedor
- Lavandaría
- Aseo e hixiene
- Supervisión e apoio
- Transporte adaptado
- Xestión e administración
- Dietas específicas

Este ano marcado polo Estado de Alarma derivado da COVID-19 supuxo que as Vivendas Tuteladas permaneceron dende o mes de marzo ata xuño cun peche nas actividades sociais, sendo as actividades única e exclusivamente dentro das vivendas e tendo contacto co exterior a través de medios dixitais e telefónicos.

No mes de xuño, co inicio da desescalada, comezan as primeiras saídas que son de novo interrompidas pola situación epidemiolóxica na contorna tendo peche nas saídas e actividades non esenciais durante o resto do ano.

Esta situación de maior illamento das persoas usuarias das Vivendas Tuteladas fixo que houbera unha maior necesidade de atención diaria e mais intensa, polo que a Asociación promoveu unha maior atención as súas necesidades incrementando as sesións de psicoloxía por parte da área de psicoloxía así como das sesións de fisioterapia co obxecto de reducir o agravamento no estado emocional e físico derivado do confinamento.

A pesares dos esforzos por parte do equipo, detectase un empeoramento no benestar emocional das persoas residentes nas vivendas tuteladas polas medidas e restricións tan duras en comparación cos seus compañeiros que acoden ao Centro de Día.

Como novidade indicar que durante o ano 2020, coincidindo cos períodos de alivio nas restricións, as Vivendas Tuteladas foron reformadas e realizouse un cambio de mobiliario tanto das zonas comúns como dos dormitorios, pasando a ter un mobiliario máis confortable e accesible para todas as persoas. Tamén realizaron traballos de pintura das mesmas para mellorar o seu aspecto e estética.

7.- VOLUNTARIADO

En canto ao capítulo do voluntariado seguiron funcionando, un ano mais, os seguintes programas:

- **Programas de sensibilización.**

Dar a coñecer a problemática das persoas con discapacidade entre as diversas entidades e na cidadanía en xeral.

Seguimos colaborando coa COGAMI na organización dunha xornada de sensibilización no mes de marzo cara a discapacidade dirixida escolares do CEIP A Gándara na que participaron profesionais da Asociación AGORA.

En colaboración con ACADAR prestouse asesoramento a persoas con discapacidade, as súas familias e profesionais a través do servizo DEDALEIRA que promove o asesoramento e información en materia de sexualidade e afectividade.

8- OUTRAS ACTIVIDADES

8.1. ACTIVIDADES DE OCIO:

Programas orientados á participación en actividades de lecer e de tempo libre no ámbito da comunidade.

OBXETIVOS:

- Potencia-la integración no ámbito comunitario, favorecendo a participación no medio socio cultural.
- Evitar e preve-lo illamento persoal e social.
- Pasar un bo rato.
- Coñecer novas persoas e saír da rutina diaria.
- Gozar e ama-la natureza.
- Favorecer e estimula-lo desenvolvemento persoal.

Entre outras actividades citamos as seguintes:

- Reunións de X.D. Asociación Agora.
- Reunións Comisión Permanente da Asociación Agora
- Asembleas Asociación AGORA.
- Reunión de X.D. Federación COGAMI- Lugo.
- Asemblea COGAMI- Lugo.
- Asemblea COGAMI.
- 27/01/2020 Reunión COGAMI, COGAMI –Lugo para analizar as necesidades das entidades.
- 06/03/2020 Xornada sensibilización discapacidade CEIP A Gándara.

ACTIVIDADES EN COLABORACION CON COGAMI

A través do Servizo de Intermediación Laboral de COGAMI-LUGO realizáronse as seguintes accións encamiñadas á inserción laboral de persoas con discapacidade na COMARCA DE TERRA DE LEMOS:

ATENCIÓN A PERSOAS USUARIAS

Entrevistas ocupacionais a novas persoas usuarias: 30.

CONCELLO	MULLERES	HOMES
Monforte de Lemos	12	12
Pobra de Brollón	0	1
Pantón	1	1
O Saviñao	1	2
TOTAIS	14	16

- Orientacións do Servizo Público de Emprego

(Ter en conta que cunha mesma persoa púidose realizar máis dunha orientación): 172

CONCELLO	MULLERES	HOMES
Bóveda	3	0
Monforte de Lemos	86	63
Pantón	2	2
O Saviñao	4	12
TOTAIS	95	77

- VISITA A EMPRESAS

Novas empresas: 1

Seguimento empresas xa visitadas: 8

- XESTIÓN DE OFERTAS

Novas ofertas xestionadas: 9

- FORMACIÓN

Dende o SIL levouse a cabo unha formación a distancia (a través da plataforma Moodle) de Informática Básica nas que se formaron 5 persoas usuarias (1 muller e 4 homes)

Como resultado destas accións conseguíronse os seguintes resultados:

INSERCIÓNS LABORAIS: 20 insercións correspondentes a 13 persoas (7 Mulleres, 6 Homes)

Outra das actividades que se está desenvolvendo en colaboración con COGAMI é o proxecto promovido por **Fundación Decathlon + Que deporte** que permite que as persoas que acoden ás actividades que ten en marcha a asociación teñan acceso a diferente material deportivo que lles permita, por unha banda, realizar actividade física que mellore a súa calidade de vida e, por outra banda, ter a oportunidade de acceder e desfrutar do deporte adaptado.

8.3. TECENDO EMPREGO DEPUTACIÓN PROVINCIAL DE LUGO

Durante o ano 2018, Asociación AGORA presentouse a convocatoria do Programa “Tecendo Emprego”, solicitando 2 perfís profesionais que foron os seguintes; 1 condutor o 100% da xornada 12 meses e 1 perfil de Terapeuta Ocupacional o 52 % da xornada 12 meses a media xornada cada un. No caso do condutor incorporouse no mes de abril de 2019 finalizando en abril de 2020, mentres que no caso da Terapeuta despois de varios meses publicada a oferta e non habendo perfís dispoñibles a Deputación ampliou o perfil a un Grupo II sendo contratada no mes de setembro unha Educadora Social que finalizou en agosto de 2020.

Durante estes 8 meses de 2020 nos que estivo contratada a profesional de Educación Social desenvolvéronse actividades encamiñadas a mellora e mantemento da actividade física e cognitiva da que se beneficiaron un total de 23 persoas que acoden ás diferentes actividades que tivo en marcha a asociación. As actividades desenroladas foron as seguintes:

- Educación de Adultos
- Habilidades Sociais
- Estimulación cognitiva
- Teatro
- Expresión corporal
- Transporte adaptado

Como se indica nos diferentes apartados que compoñen esta memoria, o ano 2020 supuxo un parón nas actividades presenciais que tivo un forte impacto no desenvolvemento das actividades que a entidade desenvolve, pero tamén supuxo unha nova forma de relacionarnos e de poder achegarnos as persoas deseñando unha nova forma de facer o traballo, para evitar o deterioro nas persoas. A brecha dixital e a dispersión xeográfica foi unha barreira para poder chegar a tódalas persoas que son atendidas pola entidade, pero a creatividade no deseño de actividades, pon en valor a importancia do que supón o tecido asociativo para as persoas máis vulnerables, pois o empeño da entidade e das persoas profesionais que forman parte da mesma promoveu o seguir atendendo as persoas.

Moitas grazas ao equipo de profesionais e persoas voluntarias que formades parte de Agora polo voso compromiso. O voso traballo, especialmente nun ano tan atípico, permitiu seguir potenciando as capacidades das persoas.