



2019  
*Memoria*

Memoria de  
Actividades  
da Asociación  
**AMARAI**

Estimadas/os. amigas/os de AMARAI:

O ano 2019 caracterizouse por ser un ano no que cumprimos con creces a nosa **FOLLA DE RUTA**, e fago esta afirmación porque como pode ver nesta memoria que vimos de elaborar; cada ano aumentan as persoas con **capacidades diferentes** que participan con nós accedendo a novas actividades, sen quedarse ninguén excluído; permitiéndolles acadar os obxectivos fixados para acadar a súa mellora.

Por resaltar algunha:

- **Obradoiro de Historias da Vida**, para que as persoas poidan narrar as diferentes etapas da súa vida e coñecerse mellor.
- **Charlas de Prevención e Concienciación sobre o Bulling**. Charlas a alumn@s dos colexios e institutos da contorna para concienciar sobre o que deben ou non facer con aquelas/es compañeiras/os. con algunha discapacidade.
- **Área de desenvolvemento Físico-Cognitiva con:** Rehabilitación individual, Terapia ocupacional, ximnasia de mantemento, en deporte adaptado incorporamos unha nova modalidade as que xa víñamos facendo, o brillé.
- **Seguimos equipando o CENTRO DE RECURSOS**, para poder mellorar os servizos como o de rehabilitación, para poder ter maior capacidade para arquivos e almacenaxe ou para realizar mellor a limpeza. En definitiva, para ter un centro a altura das persoas que participan con nós.

Estamos en tempos de facer cálculos de canto é o **VALOR SOCIAL** dunha entidade, en AMARAI non votamos estes cálculos, pero sabemos e estamos convencidos; que cada euro que percibimos o seu **valor social** o multiplicamos por moito. Se puideramos crear un fondo de inversións de AMARAI, estou convencido que a inversión no mesmo sería altamente rendible. Co tempo

saberemos canto sería o beneficio, que é un **dato moi importante e significativo**, e mais se falamos dunha contorna rural como na que estamos a desenvolvernos.



*“Estamos en tempos de calcular o **VALOR SOCIAL**, e en **AMARAI** estamos convencidos que cada euro que percibimos o multiplicamos por moito...”*

Pero como vos estades a imaxinar, este valor non é produto da casualidade; senón do esforzo e traballo de moitos. Dunha Xunta Directiva que unida e cun criterio claro, a mellora de servizos e actividades nas mellores condicións para as persoas con **capacidades diferentes** sen buscar beneficio propio. E un equipo de profesionais, que non escatiman no seu esforzo diario e saber facer para que as persoas que participan con nós acaden os obxectivos; e o mesmo tempo as pautas que lles permita desenvolverse diariamente da mellor maneira. A todas/os só me queda dar infinitas **GRACIAS**.

Animarvos a ler a **MEMORIA DE ACTIVIDADES** que seguidamente vos presentamos, para que vos fagades unha pequena idea de cal pode chegar a ser o noso **VALOR SOCIAL**.

Despídome non sen antes comentar que o VALOR que temos nolo dades vós, co voso apoio.

Forte aperta.

Asdo. Jose L. Costoya Quintela

## Índice de contidos:

1. PRESENTACIÓN DA ENTIDADE .....	2
1.1. IDENTIFICACIÓN .....	2
1.2. FINS E LIÑAS DE ACTUACIÓN .....	2
1.3. ESTRUCTURA Y ÓRGANOS DE GOBERNO .....	3
1.4. DIVULGACIÓN DA ENTIDADE: .....	5
1.5. CERTIFICACIÓN DE CALIDADE: .....	5
1.6. PROGRAMAS E SERVIZOS:.....	5
1.6.1 SERVICIOS DE SAÚDE E REHABILITACIÓN FÍSICA E COGNITIVA: .....	7
1.6.2 SERVICIOS DE CARÁCTER FORMATIVO:.....	9
1.6.3 SERVICIOS DE OCIO E LECER:.....	9
1.6.4 SERVICIOS DE INFORMACIÓN E ASESORAMENTO: .....	10
1.6.5 SERVICIOS DE INTERMEDIACIÓN LABORAL:.....	11
1.6.6 SERVICIOS DE ACCESIBILIDADE E SUPRESIÓN DE BARREIRAS ARQUITECTÓNICAS:.....	11
1.4. EQUIPO TÉCNICO: .....	12
1.5. SOCI@S: .....	12
1.6. USUARI@S:.....	13
PROGRESIÓN DOS INGRESOS DO 2019:.....	14
ANÁLISE DAS BAIXAS ACAECIDAS NO 2019: .....	14
2. SERVICIO DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL:.....	15
2.1 - Área Formación Básica e Instrumental:.....	16
2.2 - Área de Desenvolvemento Físico-Cognitivo: .....	19
2.3 - Área de desenvolvemento psicosocial:.....	23
2.4 - Área doutros servizos: .....	25
2.5 - Novos servizos 2019:.....	26
3 - ACTIVIDADES DE TEMPADA: .....	27
3.1 - Xaneiro 2019 .....	27
3.2 - Febreiro 2019:.....	29
3.3 - Marzo: .....	30
3.4 - Abril:.....	32
3.5 - Maio: .....	34
3.6 - Xuño: .....	37
3.7 - Xullo: .....	39
3.8 - Setembro:.....	45
3.9 - Outubro:.....	47
3.10 - Novembro: .....	48
3.11 - Decembro:.....	50
4 - MELLORAS NO CENTRO:.....	52
ENTIDADES COLABORADORAS CON AMARAI:.....	55

## 1. PRESENTACIÓN DA ENTIDADE

A Asociación Amarai é unha Institución sen ánimo de lucro declarada de Utilidade Vicepresidencia e Consellería de Presidencia, Administración Públicas e Xustiza ó 25 de Novembro de 2014 co número 1998/4828-1

Ten o seu ámbito de actuación nas Comarcas de Arzúa e Terras de Melide así coma os concellos limítrofes e agrupa a persoas con diversidade funcional e ás súas familias. Foi creada no ano 1.997, por iniciativa dun grupo de pais de persoas con discapacidade comprometidas coa procura de solucións aos problemas que se atopaban.

Durante estes anos de existencia, AMARAI definiu un estilo de traballo marcado sobre todo, polo compromiso social a favor da integración e participación das persoas con Diversidade Funcional, a través duns criterios de funcionamento básicos para garantir a coherencia, eficacia e éxito das actuacións realizadas.

Por tanto, a labor principal da nosa Asociación ven dada pola necesidade de establecer as medidas precisas para garantir a igualdade de oportunidades das persoas con Diversidade Funcional, a través da provisión de servizos e actividades das que están desprovistos na súa contorna.

### 1.1. IDENTIFICACIÓN

- Nome: Asociación de Persoas con Discapacidade e Apoio a Integración das Comarcas de Arzúa e Terras de Melide "AMARAI".
- Dirección: Lugar Cernadelas, Boimil, Boimorto
- Teléfono: 981516072
- Ámbito de actuación: Comarcal
- CIF: G-15637325
- Acollemento a la Lei 49/2002: Solicitud de opción por el Réxime fiscal especial del Título II de la lei 49/2002 desde el 13/12 /2006.
- Rexistros de Asociacións:
  1. Rexistro Provincial de Asociacións da Consellería de Xustiza co código: 4828-1
  2. Rexistro de Entidades Prestadoras de Servizos Sociais (RUEPSS), co código: E-1142.
  3. Rexistro de Asociacións da Xunta de Galicia como entidade CULTURAL DE GALICIA co código: B – 03 – 14/C – 106 Libro 2 folio exp. 3210
  4. Rexistro de Entidades de Acción Voluntaria de Galicia co número: O-157.
  5. Recoñecida como entidade de utilidade pública.

### 1.2. FINS E LIÑAS DE ACTUACIÓN

"AMARAI" ten como **misión** conseguir a plena inclusión das persoas con discapacidade en tódolos ámbitos da sociedade, a través da defensa e promoción dos seus dereitos, da reivindicación do cambio social, da potenciación e coordinación do asociacionismo e da prestación de servizos que satisfagan as súas necesidades e expectativas.

"AMARAI" ten como **visión** un movemento asociativo consolidado e amplamente recoñecido pola sociedade en xeral, polos seus valores, compromiso e liderado nas metodoloxías de traballo e na procura da excelencia nas actuacións dirixidas o grupo social de persoas con discapacidade

Principios e Valores

AMARAI defínese como unha entidade que carece expresamente de ánimo de lucro, independente, libre, aconfesional, apartidista, non governamental, de carácter voluntario., e poderá solicita-la súa declaración de utilidade pública.

AMARAI basea a súa actuación nos seguintes principios e valores:

1. Democracia interna.
2. Solidariedade entre os seus membros.
3. impulso da participación dos seus membros e tódalas súas actuacións
4. A transparencia e publicidade na xestión e actuación dos seus socios/as.
5. Defensa das necesidades sociais xerais por enriba de intereses particulares
6. A defensa do colectivo grupo social como titulares de dereitos evitando as mensaxes sentimentalistas, paternalistas ou asistencialistas.

Os **valores** que "AMARAI" propugna son a consideración das persoas con discapacidade como suxeitos titulares de dereitos e deberes, a calidade na súa actuación, a eficacia e a eficiencia, a mellora continua, o compromiso polo conxunto do grupo de persoas con discapacidade.

### 1.3. ESTRUCTURA Y ÓRGANOS DE GOBERNO

Segundo os seus Estatutos, a dirección e administración da Asociación serán exercidas polo/a Presidente/a (representante legal), a Xunta Directiva e a Asemblea Xeral.

A Xunta Directiva é o órgano pluripersonal que atenderá ao funcionamento cotián da Asociación, estando constituída polo Presidente, un Vicepresidente, o Secretario, o Tesoureiro e dous ou mais vocais.

A súa composición despois da renovación parcial de cargos ratificados pola Asemblea Xeral celebrada o día 28 de Maio de 2016 é a seguinte:

<b>Presidente</b>	<b>José Luis Costoya Quintela (Arzúa)</b>
<b>Vicepresidenta</b>	<b>Carmen Rey (Boimorto)</b>
<b>Secretario</b>	<b>José Ramón Vázquez Abollo (Arzúa)</b>
<b>Tesoureiro</b>	<b>Jesús Yáñez García (Toques)</b>
<b>Vogal</b>	<b>Mario Mendonça Vilares (Touro)</b>
<b>Vogal</b>	<b>Juan Carlos Iglesias Tojo (Touro)</b>

Sinalar que os cargos dos membros da Xunta Directiva de AMARAI son non remunerados, non realizándose por parte destes ao longo de 2019 ningunha prestación de servizos diferente ás funcións que lles corresponden como tales membros do órgano de goberno.

#### - Asembleas realizadas no 2019:

AMARAI realizou a súa Asemblea Xeral Ordinaria o día 26 de xuño de 2019, que tivo lugar no Centro de Recursos de Boimorto, en Boimil. Nesta asemblea aprobáronse por unanimidade os informes de xestión desenvolvidos na entidade durante o ano 2018 e a proposta de actividades e orzamento para o ano 2019.

A Xunta Directiva de AMARAI é o órgano de administración, xestión e representación de todos os socios/as que forman a entidade. Esta é a encargada de tomar cada decisión e xestionar cada programa ou actividade que se pon en marcha na entidade.

A maiores da Asemblea Xeral Ordinaria tiveron lugar reunións da Xunta Directiva AMARAI, os días:

1. 16 de marzo de 2019
2. 27 de abril de 2019
3. 11 de maio de 2019
4. 20 de xullo de 2019
5. 5 de outubro de 2019
6. 30 de novembro de 2019



#### ASAMBLEAS E REUNIÓN NAS QUE PARTICIPA A ENTIDADE

AMARAI tamén está presente ao longo do ano nos seguintes actos:

##### - Reunións Xunta directiva de COGAMI e Asemblea COGAMI

1. 15 de febreiro de 2019
2. 03 de maio de 2019
3. 12 de xullo de 2019
4. 18 de outubro de 2019
5. 13 de decembro de 2019

##### - Reunións Xunta directiva e Asemblea da Federación Coruña

1. 21 de xaneiro de 2019
2. 25 de marzo de 2019
3. 08 de abril de 2019
4. 23 de setembro de 2019
5. 25 de novembro de 2019

##### - Reunións do Consello de Administración de Galega de Economía Social (GES)

1. 25 de maio de 2019



Nestes actos tomáronse decisións que repercuten en beneficio do colectivo representado pola CONFEDERACIÓN GALEGA DE PERSOAS CON DISCAPACIDADE (composta por 52 asociacións de todo o territorio autonómico) tanto no eido social como no empresarial de GALEGA DE ECONOMÍA SOCIAL.

A través dos cargos que ostenta José Luis Costoya (presidente da entidade):

- Vicepresidente da Federación Provincial COGAMI Coruña
- Membro do Consello de Administración de Galega de Economía Social, S.L.
- Membro da Xunta Directiva de COGAMI



ASOCIACIÓN AMARAI  
Rúa Padre Pardo, 33. 1º  
Arzúa 15310 (A Coruña)  
981 500 823  
amarai@amarai.es

CENTRO DE RECURSOS AMARAI  
Lugar Gernadela s/n, Boimil  
Boimorto 15318 (A Coruña)  
981 516 072 - 643 899 428  
centrorecursos@amarai.es

2019

Enero							Abril							Julio							Octubre														
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H
	1	2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5	6			
7	8	9	10	11	12	13			8	9	10	11	12	13	14			8	9	10	11	xdc	13	14			7	8	9	10	11	12	13		
14	15	16	17	18	19	20			15	16	17	18	19	20	21			15	16	17	18	19	20	21			14	15	16	17	xdc	19	20		
xdf	22	23	24	25	26	27			22	23	24	25	26	xdc	28			22	23	24	25	26	27	28			21	22	23	24	25	26	27		
28	29	30	31						29	30	29	30	31						28	29	30	31													

Febrero							Mayo							Agosto							Noviembre														
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H
				1	2	3							1	2	3							1	2	3							1	2	3		
4	5	6	7	8	9	10			6	7	8	9	10	11	12			5	6	7	8	9	10	11			4	5	6	7	8	9	10		
11	12	13	14	xdc	16	17			13	14	15	16	17	18	19			12	13	14	15	16	17	18			11	12	13	14	15	16	17		
18	19	20	21	22	23	24			20	21	22	23	24	asc	26			19	20	21	22	23	24	25			18	19	20	21	22	23	24		
25	26	27	28						27	28	29	30	31			26	27	28	29	30	31			xdf	26	27	28	29	xdc						

Marzo							Junio							Septiembre							Diciembre														
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	D	H
				1	2	3							1	2							1							1							
4	5	6	7	8	9	10			3	4	5	6	7	8	9			2	3	4	5	6	7	8			2	3	4	5	6	7	8		
11	12	13	14	15	xdc	17			10	11	12	13	14	15	16			9	10	11	12	13	14	15			9	10	11	12	xdc	14	15		
18	19	20	21	22	23	24			17	18	19	20	21	22	23			16	17	18	19	20	21	22			16	17	18	19	20	21	22		
xdf	26	27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30			xdf	24	25	26	27	28	29			23	24	25	26	27	28	29		
									30									30									30	31							

- REUNIONES XD AMARAI - COGAMI - FEDERACIÓN
- FESTIVOS NACIONAIS
- FESTIVOS LOCAIS E AUTONÓMICOS
- VACACIONES

CALENDARIO LABORAL

PONTES

DÍAS LABORAIS ANO: 222

ASOCIACIÓN DE PERSOAS CON DISCAPACIDADE E APOIO A INTEGRACIÓN DAS COMARCAS DE ARZÚA E TERRA DE MELIDE

Forma parte de:

No calendario laboral do ano podemos ver as datas nas que a Xunta Directiva de Amarai (marcadas en cor verde) se reuniu para programar e avaliar o funcionamento da entidade; en cor morado as reunión da Xunta Directiva de COGAMI e en cor laranxa as reunións da Xunta Directiva da Federación COGAMI Coruña, das que o noso presidente forma parte tamén.

Tamén podemos ver que o Centro de Recursos prestou atención directa as persoas usuarias 222 días durante o 2019, o que supón 1.665 horas de atención, as que se lle sumamos os tempos de transporte fan un total de 2.331 horas de atención directa e transporte prestadas @s usuari@s do centro.

## 1.4 DIVULGACIÓN DA ENTIDADE:

Amarai no seu afán de reciclaxe e adaptación os novos tempos, apostou no 2019 pola era dixital. Neste ano que rematamos decidimos facer divulgación da entidade nas redes sociais (Facebook), dado o uso estendido que teñen na poboación observándose moi bos resultados. Isto posibilitou unha mellor interacción entre a poboación e a entidade dado que deste xeito a xente pode compartir opcións e dúbidas nas publicacións que realizamos e interactuar de xeito mais directo e inmediato que o que solía ocorrer coa prensa escrita. Así o longo de 2019 tivemos un total de 1.209 seguidores e fixemos un total de 152 publicacións na rede social de Facebook, obtendo un alcance medio das publicacións de 950 persoas. Tamén observamos que o número medio de interacción coas publicacións realizadas é de 56 reaccións, entre as que se contan comentarios, me gustas, etc. Entre as noticias mais consultadas e con maior alcance, destacan:

- O Campamento de Verán
- A Xornada Ecuestre
- O programa de voluntariado
- A Celebración do Día da Diversidade
- A Xornada de Zumba Intercentros.
- As comidas de usuari@s e familiares.

Tamén durante o ano 2019 apostamos por crear un perfil nunha nova rede social "Instagram", dándolle un novo enfoque que sexa mais compatible coa poboación mais xove. Esta nova rede social, nace coa finalidade de dar publicidade e coñecemento dos produtos elaborados nos obradoiros do Centro de Recursos. Durante os 2 primeiros meses de creación sumáronse a rede de amigos do perfil un total de 110 persoas, obtendo así maior alcance divulgativo dos contidos e traballos realizados pola entidade.

## 1.5 CERTIFICACIÓN DE CALIDADE:

Tras un proceso de implantación na entidade dun sistema de xestión de calidade para certificarnos na ISO 9001:2015, o 20 de Decembro de 2019, previa superación dunha auditoría externa realizada pola empresa certificadora AENOR, en AMARAI mantivemos a certificación co número de rexistro ER-0040/2017, co seguinte alcance:

- A. A prestación de servizos de información e orientación nas situacións de discapacidade e dependencia e, a xestión de actividades para a promoción da autonomía persoal de persoas con diversidade funcional (deporte adaptado, lecer, formación prelaboral, fisioterapia, logopedia e terapia ocupacional).
- B. A prestación de servizos de atención diurna terapéutica e ocupacional nas situacións de discapacidade e dependencia e, a promoción da autonomía persoal a persoas con diversidade funcional: atención social, información e orientación a familias, valoración, seguimento e avaliación, asistencia e adestramento nas actividades básicas e instrumentais da vida diaria, logopedia, fisioterapia, estimulación cognitiva, terapia ocupacional, atención psicolóxica, terapias alternativas, actividades de lecer, actividades de deporte adaptado, formación prelaboral, transporte adaptado e, a xestión do servizo de restauración.

## 1.6 PROGRAMAS E SERVIZOS:

O Programa de Sensibilización e Concienciación conta coas seguintes actividades:

- Charlas de Lesións Medulares
- Charlas Prevención bullying
- Xornadas de Sensibilización e Concienciación
- Día Internacional das Persoas con Discapacidade
- Mercadillos Solidarios



## Charlas de lesións medulares

Destinadas a concienciar a poboación en idade escolar e adulta, sobre as consecuencias que ten sufrir unha lesión medular; como se producen, como tentar evitalas, cuidados dunha persoa con lesión medular, principais problemáticas as que se enfrenta unha persoa con LM, etc.

Trátase dun xeito de prevención mediante o coñecemento, de cara a evitar que o número de casos de persoas que sofren lesións medulares deixe de aumentar ano tras ano e comece a reducirse.

Neste ano, a maiores de acompañar o fisioterapeuta Mario Mendoça (membro da Xunta Directiva), tamén tivemos como persoa invitada a Silvia, quen o igual que Mario, contaron a súa experiencia en primeira persoa do que é sufrir unha lesión medular e como isto che cambia a vida.

No ano 2019 acudiuse a 2 centros educativos (CEIP e IES) e o centro de formación EFA Piñeirai, impartindo a un total de 185 persoas.



## Charlas Prevención bullying

Estas charlas teñen como obxectivo realizar accións de sensibilización nos centros educativos de cara a que dende a Educación infantil ata a secundaria, os nenos e nenas coñezan as diferentes discapacidades, facendo fincapé nas intelectuais.

Trátase de realizar unha prevención específica en bullying en persoas con discapacidade, que moitas veces ten lugar polo descoñecemento da propia discapacidade e que realiza a psicopedagoga da entidade María Rial.

No ano 2019 acudiuse a 4 centros educativos (CEIP e IES), impartindo a un total de 212 persoas.



## Xornadas de Sensibilización e Concienciación

Neste ano centráronse máis estas xornadas de cara a potenciar a sensibilización co colectivo en outras xornadas tales como o aniversario do CRD AMARAI ou o Día Internacional das Persoas con Discapacidade.

### Día 3 de decembro; Día Internacional das Persoas con Discapacidade

-Esta é unha data moi importante para nós, xa que o día 3 de decembro reivindicamos unha maior visibilidade do noso colectivo e unha maior integración na sociedade.

Este ano desprazámonos ata Melide para ubicarnos na praza da Universidade e montamos alí as actividades de concienciación que consistían en:

- Circuitos de Mobilidade: para concienciar das dificultades as que se afrontan as persoas con mobilidade reducida ou perda de visión.
- Textos encriptados: que serven para que a xente tome conciencia da discapacidade intelectual.
- Circuitos Osteo-musculares: diferentes exercicios nos que se fai patente a necesidade de axuda que teñen as persoas con problemáticas osteo-musculares.
- Estimulación Cognitiva: no que se levaban a cabo actividades de estimulación cognitiva que os nosos usuari@s realizan a diario.





- Pintura con Dificultades Visuais: Serve para dar a ver as problemáticas de facer cousas rutinarias con merma nas capacidades visuais.
  - Trablinguas: que deixan o descuberto as dificultades de comunicación que sofren algunhas persoas.
- Participaron na actividade os alumnos/as do colexio nº 1 de Melide, as alumnas da EFA Piñeirál e a poboación de Melide que se achegou ata alí, sumando máis de 300 participantes

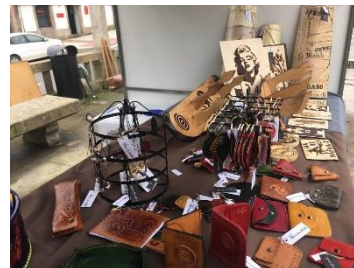
Ese día pola tarde asistimos a representación da obra de teatro "Quien Quiere", da compañía de Cabrot Teatro, que facía unha crítica moi sátira dos programas de televisión na actualidade e na que puidemos ver que todo vale con tal de ter mais audiencia, incluso as faltas de respecto e a intolerancia



### Mercadillos Solidarios

Desde o ano 2011 participamos en Mercadillos Solidarios co obxectivo principal de dar a coñecer o traballo que dende a asociación realizamos, ademais de expoñer e potenciar os nosos obradoiros, programas... cos produtos que realizamos dende o Programa de Formación e dende o Centro de Recursos. No 2019 acudimos a diferentes Mercadillos Solidarios:

- 04/02/2019: Feira de Vila de Cruces
- 29 e 30/13/2019: Magreco (Boimorto)
- 05/04/2019: Feira de Touro.
- 27/05/2019: Feira de Sobrado dos Monxes.
- 26/06/2019: Feira de Mesía.



### **1.6.1 SERVICIOS DE SAÚDE E REHABILITACIÓN FÍSICA E COGNITIVA:**

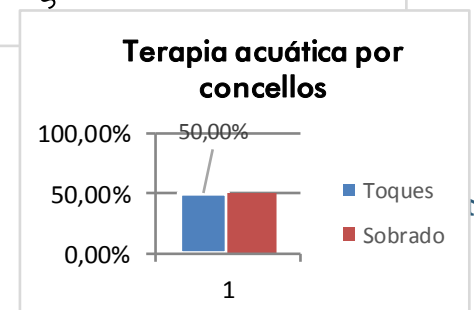
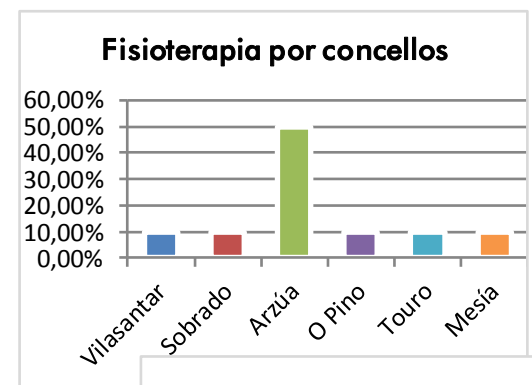
É un programa dirixido a todas as persoas con diversidade funcional, que ten como finalidade mellorar as súas capacidades funcionais e a súa condición física, conseguindo así mellorar ou manter a súa autonomía e independencia que lle permita realizar o maior número de actividades da súa vida diaria de xeito autónomo. Dito programa contén actividades dirixidas á rehabilitación tanto física coma cognitiva co fin de alcanzar unha mellora xeralizada do estado de saúde da persoas usuaria do servizo. Xa que como ben di a OMS, a saúde non é só a ausencia de enfermidades, se non un estado de completo de benestar físico, intelectual, emocional e social, e por e par iso traballamos dende Amarai.

O Programa de Saúde e Rehabilitación estivo composto polas seguintes actividades:

1. Fisioterapia e terapia acuática
2. Golf Adaptado
3. Bádminton
4. Logopedia
5. Atención Psicolóxica
6. Reforzo Educativo

### FISIOTERAPIA E TERAPIA ACUÁTICA

É un servizo dirixido á recuperación dos problemas e trastornos psicomotores, para elo o fisioterapeuta que presta o servizo realiza unha valoración inicial da persoa usuaria, na cal recolle as áreas afectadas e nas que presenta déficits, para posteriormente elaborar o tratamento que se vai a seguir. En función do tipo de discapacidade que presente a persoa realizaranse uns outros exercicios, contando en todo momento cunha orientación e asesoramento personalizado durante a duración do tratamento.





Alguns dos exercicios que se realizan no servizo de fisioterapia son: estiramientos dos membros inferiores e superiores, fisioterapia respiratoria, exercicios con balóns para mellorar o equilibrio, a coordinación e fomentar a estimulación; termoterapia, masoterapia, exercicios de flexibilización, masaxe... O que se persegue con dito servizo é ofrecer unha recuperación funcional sen risco de estancamento ou empeoramento na evolución propia da discapacidade física de cada persoa.

Ditas actividades suman un total de 572 sesións, das cales 476 corresponden ao servizo de fisioterapia e 96 ao de terapia acuática.



## GOLF ADAPTADO

É unha actividade que intenta motivar, mellorar a calidade de vida e a autoestima das persoas con discapacidade que acoden a facer un exercicio rehabilitador para, entre outras cousas, estimular a mellora das posibilidades de movemento.

Este programa foi desenvolvido no Real AeroClub de Santiago. Escola de Golf/Cancha de Prácticas. San Marcos – Santiago de Compostela, participando 9 persoas usuarias entre CRD e asociación. Tivo lugar os martes de 12:30-14:00 h, cun total aproximado de 54 horas de duración.



A procedencia das persoas usuarias deste servizo foi de 7 concellos (Arzúa, Melide, Vilasantar, Boimorto, Curtis, Touro e Santiso), sendo 7 homes e 2 mulleres.

## BADMINTON

Impulsando o deporte como medio para mellorar a saúde ao mesmo tempo que forma de rehabilitación, impartíuse de novo o curso de bádminton os martes pola tarde no Pavillón Polideportivo de Santa María, cunha participación total ao longo dos cursos de 6 participantes, durante 46 xornadas. Corresponden na súa totalidade ao Concello de Arzúa, sendo 1 muller e 5 varóns..



diferentes participantes.

O bádminton supón un deporte completo que potencia a mobilidade, a coordinación... de cara a mellorar a calidade de vida das persoas con discapacidade. É un xeito de rehabilitación dinámica, amén de que facilita a interacción social entre os



a interacción social entre os

## LOGOPEDIA

Ten como finalidade mellorar a comunicación e a motricidade oro facial, polo que está indicada en múltiples trastornos (problemas ligados ao nacemento ou desenvolvemento, enfermidades adquiridas de orixe cerebral, problemas de audición, voz, linguaxe oral ou deglución, enfermidades neurodexenerativas...)



## ATENCIÓN PSICOLÓGICA



Ten como obxectivo fundamental que a persoa poida afrontar as adversidades de xeito eficaz, potenciando as propias habilidades e capacidades persoais. Isto conséguese mediante unha avaliación exhaustiva sobre o motivo da consulta e da situación vital da persoa, establécense obxectivos a acadar durante a fase de tratamento, onde se dota á persoa de estratexias e recursos de afrontamento para acadar ditos obxectivos.

Este servizo iniciouse a mediados de 2017 para a asociación, realizándose en 2018 ano 8 sesións.

## 1.6.2 SERVIZOS DE CARÁCTER FORMATIVO:

### REFORZO EDUCATIVO

Este servizo ten como obxectivo dar resposta ás dificultades de aprendizaxe e ós déficits nas capacidades cognitivas que repercuten no aprendizaxe das actividades académicas a través dunha atención individualizada. Así mesmo, refórzanse os contidos académicos e ensínanse técnicas de estudo de cara a mellorar no aprendizaxe escolar. Cabe destacar que a través deste servizo realízase unha comunicación interdisciplinar cos centros educativos e familias das persoas que acoden ao servizo de cara a establecer liñas comúns e establecer a intervención máis axeitada á persoa.

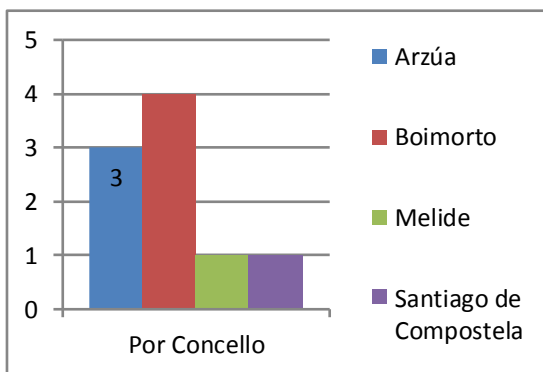
Neste ano 2019 acudiron 2 persoas, con niveis educativos de Ed. Primaria e ESO.

A finalidade do mesmo é proporcionar alternativas formativas enfocadas a habilitación das persoas con discapacidade; para elevar o seu nivel de formación básica, profesional, o seu desenvolvemento persoal e social cara unha incorporación a vida activa.

### CURSO DE COIRO

Outro dos Cursos que Amarai impartiu no 2019 foi o curso de Coiro, onde as persoas participantes continuaron traballando coa pel e profundando no manexo dos útiles de traballo, prácticas de corte e costura da pel, técnicas de tinte, repuxado, troquelado, incisado, grabado...

Participaron un total de 9 persoas ao longo do ano, de 3 concellos dos arredores, os mércores de 16:00-19:00 no CRD Amarai. Este curso é o de maior continuidade en Amarai, retomándose ano tras ano pola excelente acollida do mesmo.



Confeccionan artigos moi variados utilizando as diferentes técnicas que foron aprendendo: cinturóns, pulseiras, moedeiros, fundas para móbiles ou axendas, bolsas de xudas...; produtos todos eles a venda no CRD Amarai e nos diferentes mercadillos aos que se acode para dar a coñecer a asociación e o centro. Como principal novidade na venda de artigos, desta a súa distribución por diferentes tendas e establecementos que colaboran con nós para axudar a darnos a coñecer.

## 1.6.3 SERVIZOS DE OCIO E LECER:

### XORNADAS DE CONVIVENCIA COAS FAMILIAS

Esta actividade nace co fin de favorecer a comunicación e a interrelación entre as familias de soci@s e usuri@s do CRD; trátase dunha comida colaborativa, na que cada familia asistente elabora un menú de pícnic que logo se comparte entre todas as persoas asistentes, logrando así unha maior interacción entre aqueles que polas circunstancias do ritmo de vida diario non lles é fácil manter o contacto con outros asociad@s ou coas súas familias.

Celebrouse na Área Recreativa de Ribadiso, no concello de Arzúa, no que mais de 50 familiares se reuniron para desfrutar dunha xornada na que houbo boa comida, actividades de ocio, coma un taller de pintura de gorras, música, baile e sobre todo moi bos momentos.



### COMIDA DE NADAL

O chegar o final do ano e coas festas a volta da esquina, que mellor que rodearnos de xente amiga e compartir unha boa comida nunha grata compañía; por iso, ano tras ano, Amarai organiza unha comida de Nadal na que soci@s,



usuari@s do centro, familiares e todas aquelas persoas afíns a entidade nos reunimos para realizar unha comida de Nadal.

No 2019, xuntámonos no Restaurante O Retiro, en Arzúa, onde a parte de boa comida, nos organizaron unhas actividades entreteidas e que favorecían a comunicación e a interacción dos comensales: unha ruleta da sorte de Amarai, na que os gañadores obtiñan valiosos premios e un karaoque onde

puidemos demostrar as nosas habilidades para o canto. Rematamos coma sempre con baile e animadas charlas nas que se pon en común as experiencias do ano que estamos a rematar.



**A MAIORES AMARAI ORGANIZA CADA ANO AS ACTIVIDADES DE LECER NÁUTICO, CAMPAMENTO DE VERÁN E OCIO NO GAVEA, QUE PODEDES VER DESGLOSADAS UN POUCO MAIS ADIANTE NO APARTADO DE ACTIVIDAEDS DE TEMPADA DO CRD.**

#### 1.6.4 SERVIZOS DE INFORMACIÓN E ASESORAMENTO:

Para o funcionamento de dito servizo temos a disposición de toda persoa interesada, a nosa Oficina de Arzúa, situada en fronte o Centro de Saúde no 1º andar, e o propio Centro de Recursos, onde @ traballador/a social se encargará de tentar resolver todas as vosas dúbidas e problemas, ou de non ser posible, derivarvos os profesionais mais adecuados para cada caso.

Amarai leva desenvolvendo desde os seus inicios o Servizo de Información e Asesoramento, xa que consideramos primordial prestar unha atención individualizada ás persoas con discapacidade e ás súas familias, escoitándoas, co fin de poder ofrecerlle un asesoramento e unha información o máis completa posible de aqueles temas que demanden e lles preocupan.



Os tipos de consulta mais frecuentes que adoitamos atopar son os seguintes:

1. Información acerca da Asociación, servizos, programas cos que conta, funcionamento...
2. Emprego
3. Educación
4. Formación
5. Ocio e Tempo Libre
6. Axudas domiciliarias, económicas...
7. Tramitación da lei de Dependencia
8. Tramitación de Incapacidades
9. Tramitación do transporte adaptado do 065 e xestión do mesmo.
10. Produtos de Apoio



Tamén dende este servizo xestionamos as altas e baixas dos socios/as. Para unha persoa facerse socio/a desta entidade ten que darse de alta cubrindo unha ficha de inscrición, e posteriormente faráselle chegar un carné de socio/a.

### 1.6.5 SERVICIOS DE INTERMEDIACIÓN LABORAL:

Amarai colabora co Servizo de Intermediación Laboral (SIL) de COGAMI, dito servizo é un centro asociado ao Servizo Público de Emprego de Galicia. Servizo que ten como obxectivo mellorar a atención ás persoas con discapacidade e familias,



respondendo ás necesidades de información por parte das entidades públicas e privadas vinculadas ao sector social. É un servizo especializado que apoia e orienta a aquelas persoas con discapacidade que queren buscar un emprego ou mellorar a súa formación



Contamos cun punto de atención que é a propia oficina de AMARAI, ademais de locais que en momentos puntuais nos ceden os concellos, para que a orientadora laboral das zonas rurais das Comarcas de Arzúa e Terra de Melide, poida realizar

as entrevistas as distintas persoas usuarios/as que o demanden e tamén para poder facer os seguimentos de aquelas persoas que xa formaban parte do servizo dende anos anteriores; e así poder actualizar os datos que forman parte do seu expediente. Estes seguimentos tamén se realizan por vía telefónica.

O SIL realiza as seguintes funcións:

- Informa sobre ofertas laborais da comarca.
- Proporciona axuda na busca activa de emprego.
- Pon en marcha accións de formación e centros prelaborais que melloren a empleabilidade das persoas con discapacidade.
- Entrevistas presenciais.
- Información telefónica sobre calquera tema relacionado coa discapacidade.
- Información a través do correo electrónico

### 1.6.6 SERVICIOS DE ACCESIBILIDADE E SUPRESIÓN DE BARREIRAS ARQUITECTÓNICAS:

Desde setembro de 2008 a entidade conta cunha Comisión de Accesibilidade á disposición de calquera entidade pública ou privada das nosas comarcas e toda persoa que o demande, o responsable desta comisión é Mario Mendonça Vilares. Dende este servizo realizamos Xornadas de concienciación e sensibilización sobre accesibilidade, proxectos sobre eliminación de barreiras e informamos e asesoramos sobre o seguinte:

- Eliminación de barreiras arquitectónicas en edificios de uso público
  - o Aparcamentos
  - o Acceso interior
  - o Aseos, vestiarios, duchas...
- Eliminación de barreiras arquitectónicas en edificacións de uso privado
  - o Acceso dende o exterior
  - o Vivendas para persoas con discapacidade
- Eliminación de barreiras urbanísticas
- Eliminación de barreiras no transporte



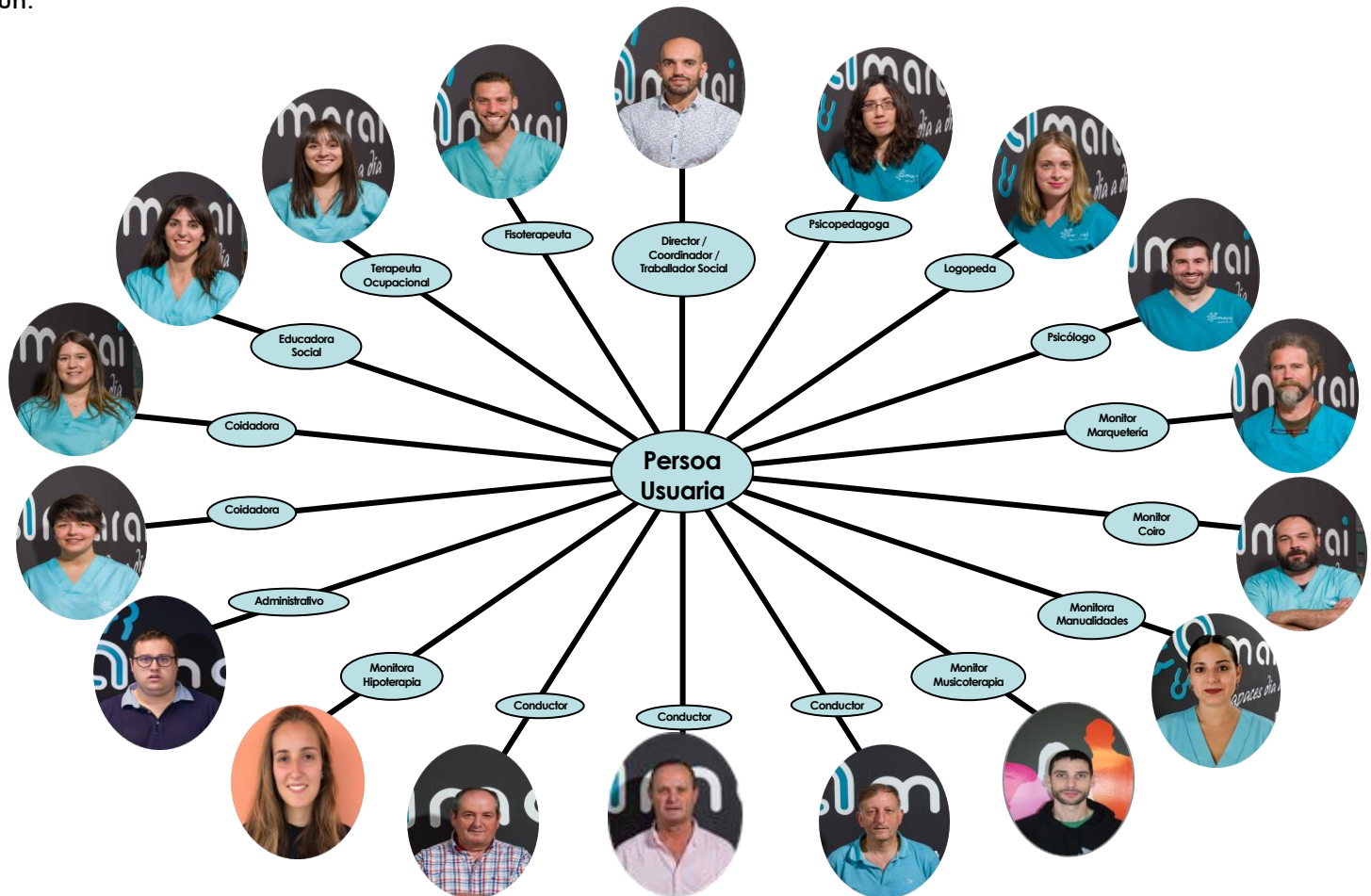
Para poder ofrecer unha información o máis completa posible traballamos de forma estreita cos técnicos e profesionais do departamento de accesibilidade de COGAMI, que nos asesoran en todo aquilo que poidamos precisar.

## 1.4. EQUIPO TÉCNICO:

Os medios persoais cos que contou AMARAI durante 2019 para desenvolver os seus obxectivos estatutarios foron 16 profesionais, 11 cunha xornada laboral completa e 5 con xornada parcial.

As súas titulacións son as seguintes: 1 psicopedagoga, 1 traballador social, 1 psicólogo, 1 fisioterapeuta, 1 terapeuta ocupacional, 1 educadora social, 1 logopeda, 3 monitor@s de taller, 2 coidadoras, 1 auxiliar administrativo e 3 condutores.

Completaron a plantilla 1 Monitora de Hipoterapia e 1 músico terapeuta cunha dedicación semanal de 2 horas cada un.



En AMARAI pensamos que a formación e o reciclaxe de coñecementos son unha das actuacións necesarias para propiciar e garantir a mellora continua. Ó longo do ano 2019, os profesionais do equipo multidisciplinar asistiron a un total de 16 accións formativas, 354 horas

## 1.5. SOCI@S:

A actividade da Asociación AMARAI estará aberta a calquera beneficiario que reúna os requisitos legais e estatutariamente previstos, avaliándose o seu acceso en función da capacidade dos recursos da Asociación e a súa propia sustentabilidade.

Segundo os Estatutos, contémplanse as seguintes clases de soci@s:

- Persoas con discapacidade maiores de idade con capacidade de obrar que non estean suxeitos a ningunha condición legal para o exercicio do dereito.
- As persoas con discapacidade menores de idade, non emancipadas, de mais de catorce anos, previo consentimento, documentalmente acreditado dos seus pais ou titores legais.

- Os pais, titores ou representantes legais en representación dos menores de idade ou incapaces.
- Persoas que coa súa traxectoria acrediten unha incidencia importante na consecución do benestar das persoas con discapacidade, tendo que vir avalado por dez soci@s de Amarai, non podendo acadar un número superior a un 20% da totalidade dos soci@s de dereito.

A entidade contaba ao final do ano 2019 con: 166 persoas asociadas.

## 1.6. USUARI@S:

As persoas usuarias directas de AMARAI no ano 2019 serían 37 familias en cada unha das cales hai unha persoa con diversidade funcional, a maioría de índole intelectual, de idades comprendidas entre 18 anos e os 66 anos.

Idade	Nº homes			Nº mulleres			Total
	DI	D	Total	DI	D	Total	
de 19 a 25 anos	1	1	2	2	1	3	5
de 26 a 30 anos	3	0	3	1	2	3	6
de 31 a 40 anos	0	2	2	1	1	2	4
De 41 a 55 anos	6	2	8	6	4	10	18
de 56 a 66 anos	1	2	3	0	1	1	4
<b>TOTAL</b>	11	7	18	10	9	19	37

DI: persoas con Discapacidade Intelectual

D: persoas con discapacidade Física, Psíquica ou Mixta

CONCELLO	NUMERO DE USUARIOS
BOIMORTO	6
ARZÚA	10
MELIDE	4
SANTISO	2
SOBRADO DOS MONXES	1
VILASANTAR	2
FRADES	2
CURTIS	2
MESÍA	2
VILA DE CRUCES	1
TOURO	3
O PINO	2
<b>TOTAL</b>	<b>37</b>

## PROGRESIÓN DOS INGRESOS DO 2019: -ATENCIÓN DIURNA TERAPÉUTICA (SADIT)

MES	Numero Usuarios/as	Numero ingresos	Numero baixas	Num XC	Num XP	Praza Privada	Libranza Vinculada	Praza Pública	% Ocupación
Xaneiro	17	0	1	17	0	0	3	14	89,47 %
Febreiro	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Marzo	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Abril	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Maio	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Xuño	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Xullo	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Agosto	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Setembro	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Outubro	17	0	0	17	0	0	3	14	89,47 %
Novembro	17	1	0	18	0	1	3	14	94,74 %
Decembro	18	0	0	18	0	1	3	14	94,74 %

Nº de usuarios mulleres	9
Nº de usuarios homes	9

## -ATENCIÓN DIURNA OCUPACIONAL (SADO)

MES	Numero Usuarios/as	Numero ingresos	Numero baixas	Num XC	Num XP	Praza Privada	Libranza Vinculada	Praza Pública	% Ocupación
Xaneiro	18	0	1	16	1	2	8	8	78,26 %
Febreiro	17	1	0	17	0	3	7	8	78,26 %
Marzo	18	0	0	18	0	3	7	8	78,26 %
Abril	18	0	0	18	0	3	7	8	78,26 %
Maio	18	0	0	18	0	3	7	8	78,26 %
Xuño	18	1	0	18	0	3	5	12	82,61 %
Xullo	19	0	0	18	0	3	5	12	82,61 %
Agosto	19	0	0	18	0	2	5	12	82,61 %
Setembro	19	0	0	18	0	2	5	12	82,61 %
Outubro	19	0	0	18	0	2	5	12	82,61 %
Novembro	19	0	0	18	0	2	5	12	82,61 %
Decembro	19	0	0	18	0	2	5	12	82,61 %

Nº de usuarios mulleres	10
Nº de usuarios homes	9

## ANÁLISE DAS BAIXAS ACAECIDAS NO 2019:

Baixas 2019		1
Falecemento		0
Empeoramento da súa saúde		0
Cambio de recurso		0
Non adaptación ao centro		0
Traslado de domicilio		0
Insatisfacción dos servizos do centro		0
Outras (indicar)		
- Impago:		
- Imposibilidade de transporte:		
- Renuncia voluntaria:		1

Doutra banda, a modo de usuarios indirectos, destacamos toda unha serie de axentes ou grupos de interese que de maneira indirecta serán receptores da nosa actuacións: Persoas Socias da Entidade, centros educativos, os múltiples profesionais relacionados con este campo (profesores, orientadores, logopedas, terapeutas, principalmente), outros alumnos con dificultades de aprendizaxe, empresarios e loxicamente, consideramos como beneficiario último á sociedade en xeral, posto que o alcance das nosas actuacións vai máis aló das propias persoas con discapacidade, abarcando a contorna social en xeral.



## 2. SERVICIO DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL:

Dende AMARAI propoñemos unha intervención global e integral, axudando á persoa no seu conxunto desde o primeiro momento e tratando de sensibilizar á sociedade para que lles proporcione as oportunidades e os apoios necesarios para a súa plena integración social.

Este conxunto de intervencións que levan a cabo co usuario, a súa familia e a contorna conforma o Servizo de Promoción da Autonomía Persoal da nosa entidade. Este servizo abarca catro grandes áreas de actuación:

**Área Formación Básica e Instrumental:** nesta área trabállase no desenvolvemento e/ou mantemento das capacidades básicas en formación académica e das actividades básicas e instrumentais da vida cotiá.



**Área de Desenvolvemento Físico-Cognitivo:** nesta área englobanse actividades dirixidas ao desenvolvemento e/ou mantemento das capacidades físicas e cognitivas.



**Área de desenvolvemento psicosocial:** englobamos aquí actividades encamiñadas a mellorar a interacción social, afrontamento e resolución de conflitos, etc.



**Área doutros servizos:** nos que se atopan actividades diversas que complementan o desenvolvemento da autonomía persoal e independencia.



## 2.1 - ÁREA FORMACIÓN BÁSICA E INSTRUMENTAL:

**2.1.1 - FAA= Formación Académica de Adultos:** Neste servizo proporciónase formación adaptada ás necesidades individuais de cada persoa usuaria, facendo fincapé nas dificultades de aprendizaxe de cada persoa. Para iso trabállanse contidos de indole académica de diversos niveis, centrándonos principalmente na lectoescritura e matemáticas.

Preparación de competencias clave e outras probas: dentro do servizo de FAA, búscase que as persoas usuarias poidan realizar formacións axustadas ás súas características individuais. Para iso prepárase a estes para a realización de probas (competencias clave, ...) que lles permitan acceder a formacións específicas encamiñadas ao mundo laboral. Neste ano presentouse unha persoa ás competencias clave.



**2.1.2- Preparación de Probas de Competencias Clave:** é un servizo de Formación Académica para Adultos destinado a preparación das probas de Competencias Clave para consecución de certificados de escolaridade. Prepáranse coa Psico-pedagoga para as diferentes probas, tanto de Lingua Galega, coma Castelán, Matemáticas, etc. No 2019 presentouse soamente 1 alumno que conseguiu aprobar sen problema as competencias en lingua Galega. Parabéns!



**2.1.3 - Formación en Actividades Básicas da Vida Diaria (ABVDs):** O servizo está destinado a mellorar e manter a independencia nas ABVDs, así coma a adquirir hábitos e rutinas que fomenten unha axeitada participación nas mesmas.

As ABVDs están dirixidas ao coidado do propio corpo, abarcando: baño e ducha, vestido, alimentación, mobilidade funcional, coidado dos dispositivos de atención persoal, hixiene e arreglo persoal, entre outras.

Para acadar os obxectivos, a intervención está enfocada na participación activa e adestramento das diferentes ABVDs, asesoramento sobre hábitos e rutinas e a adaptación do entorno e elaboración de produtos de apoio que faciliten a participación destas actividades.



**2.1.4 - Formación en Actividades Instrumentais da Vida Diaria (AIVDs):** O servizo ten coma obxectivos mellorar e manter a autonomía e independencia das AIVDs, así coma adquirir uns hábitos e rutinas que fomenten a participación activa nas mesmas.

As AIVDs están encamiñadas á xestión da vida cotiá na casa e na comunidade en xeral: establecemento e xestión do fogar (fregar, barrer, poñer a lavadora, dobrar a roupa, pranchar...), manexo de diñeiro (coñecer o sistema monetario, aprender o valor, xestionar o diñeiro), compras (preparar lista da compra,



realizar os pagos...), xestión da comunicación (uso de teléfonos, ordenadores, tablets...), entre outras.



Para acadar os obxectivos, a intervención basease na participación activa e adestramento das diferentes AIVDs, ofrecer pautas e recomendacións que faciliten a independencia nas diferentes actividades, así coma a adaptación d entorno ou materiais.

### 2.1.5 - Obradoiros:

A principal misión e función dos obradoiros e dotar de capacitación profesional os nosos usuarios en diferentes áreas ou talleres, chegando a coñecer e dominar o proceso de elaboración dun produto, pasando polas diferentes fases, dende a preparación do material e posto de traballo, fases de elaboración do produto, técnicas de traballo individual e en equipo, e recollida e mantemento do posto de traballo.

Neste centro levamos a cabo os seguintes obradoiros:

**2.1.5.1 - Obradoiro de Coiro:** O curso de coiro é eminentemente práctico e cada persoa realizará as fases do traballo dacordo coas súas capacidades e tendo en conta o seu coñecemento previo do obradoiro, para poder así conseguir unha maior perfección nos produtos elaborados.

Traballamos de forma individualizada cos destinatarios desta forma aportamos información, pautas e ferramentas para mellorar o desenvolvemento. As persoas destinatarias conteñen algunha dificultade motora, cognitiva... polo que estamos moi ben formadas neste ámbito para así ofertar unha boa resposta e estas persoas e fomentar a súa autonomía para lograr un correcto desenvolvemento no obradoiro.



Dependendo do nivel de cada persoa realizamos diferentes niveis:

NIVEL 1: Cosido, lacado e debuxo

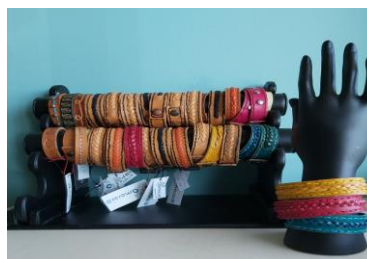
NIVEL 2: Marcado de buratos, utilización de sacabocados e cosido con fío, utilización de diferentes pegamentos.

NIVEL 3: Troquelado, marcado buratos, utilización de sacabocados e cosido con fío ou tireta, cortado con tixeiras e cuter, debuxo con acrílicos.

NIVEL 4: Troquedo, tintado, marcado buratos, utilización de sacabocados e cosido con fío ou tireta, calcado.

NIVEL 5: Elaboración de patróns, cortado, troquelado, repuxado, tintado, utilización de betún ou xudea, marcado de buratos, utilización de sacabocados e cosido con fío ou tireta e pegamentos, colocación correcta de materiais para un acabado correcto.

Levamos a cabo a elaboración de produtos: Chaveiros, moedeiros, carteiras, billeteras, petillera, pulseiras, pendentes, bolsos, fundas para gafas, cintos, botes de cristais decorados.



**2.1.5.2 - Obradoiro de Cestería:** Dende obradoiro de cestería trabállase na elaboración de cestos con diferentes materiais; como o bimbio, a medula, o fleje e o papel de periódico.

O obxectivo é dotar aos usuarios das ferramentas para realizar tódalas fases da elaboración do produto: inicio do cesto, trezado das tiras/varas, remate e decoración.

Así como de maneira transversal, fomentar nos usuarios do centro habilidades como a adquisición de rutinas de traballo, a secuenciación de actividades, a motricidade fina, a atención, a concentración e a memoria.



**2.1.5.3 - Obradoiro de Manualidades:** Neste taller trabállase con todo tipo de materiais de manualidades, dende pinturas de diferentes tipos, barnices, colas, etc. Papeis, telas, cartón, tellas, e demais produtos que poidan supoñer unha nova creación. Así capacitase os usuarios participantes destes talleres no manexo de diferentes materiais e técnicas.



**2.1.5.4 - Obradoiro de Costura:** No cal se levan a cabo todas as tarefas de costura dende o patronaxe e medidas iniciais do produto, ata remates finais con técnicas de costura avanzadas. Utilízase tanto a costura tradicional con agulla coma con máquina de coser.



**2.1.5.5- Obradoiro de Marquetería:** Neste obradoiro, trátase de dar a coñecer as persoas usuarias o manexo da madeira, técnicas de produción coa mesma, características da materia prima, xeitos de traballar con ela, etc.

Mediante o uso de diferentes técnicas como o corte con serra, lixado, vernizado, pirogravado, etc., obtemos diferentes produtos.



Os produtos que mais traballamos neste obradoiro son:  
Marcos para cadros, reloxos, parceiros, conxuntos de arte, retratos, etc.



**2.1.5.6 - Obradoiro de Cociña:** este obradoiro nace de xeito piloto cun pequeno grupo de 6 usuari@s de cara a comprobar a adaptación dos mesmos. Trátase de que adquiran as nocións básicas de cociña o que comprende dende a planificación do menú (ingredientes, dieta saudable, etc.), compra dos mesmos (saída o supermercado, organización da lista da compra, manexo dos euros, etc.), seguimento da receita, elaboración da mesma, etc.



## 2.2 - ÁREA DE DESENVOLVEMENTO FÍSICO-COGNITIVO:

**2.2.1 - Rehabilitación Individual:** É un servizo que pretende desenvolver, manter e restaurar ao máximo as capacidades funcionais ao longo da vida das persoas con afectacións somáticas, psicosomáticas e orgánicas, ou a aquelas que desexen un nivel adecuado de saúde e calidade de vida.

dirixido á recuperación dos problemas e trastornos psicomotores.

O especialista en fisioterapia debe ter coñecementos fisiolóxicos sobre lesións, sobre a cal realiza o diagnóstico e prepara o tratamento fisioterápico correcto da persoa usuaria. Todo iso mediante táboas terapéuticas personalizadas. Co obxectivo de acelerar os procesos biolóxicos de recuperación e funcionalidade o antes posible.

En función do tipo de discapacidade que presente a persoa realizaranse uns outros exercicios. Algúns dos exercicios que se realizan neste servizo son: estiramentos dos membros inferiores e superiores, fisioterapia respiratoria, exercicios con balóns para mellorar o equilibrio, a coordinación e fomentar a estimulación; termoterapia, masoterapia, exercicios de flexibilización, masaxe...



**2.2.2 – Terapia Ocupacional:** O servizo de rehabilitación terapéutica ten coma obxectivo mellorar, modificar ou manter as diferentes destrezas motoras, de praxis e sensoriais-perceptuais.

Así, lévanse a cabo actividades e tarefas con propósito para acadar os obxectivos individuais de cada persoa.

Dende este servizo tamén se confeccionan e elaboran férulas, as cales permiten a recuperación das funcións; así coma produtos de apoio, os cales permiten participar de maneira independente nas diferentes ocupacións.



**2.2.3 - Ximnasia de mantemento, Taichí, ioga, ximnasio e psicomotricidade:** Este servizo está destinado a mellorar e manter o estado físico xeral das persoas usuarias, fomentando máis especificamente, a mellora da coordinación, o equilibrio, a forza, o rango articular, a resistencia muscular, o control do sobrepeso, e o fortalecemento dos ósos.

Para isto, realízanse diferentes actividades de quentamento, estiramentos, relaxación, exercicios e diversas dinámicas grupais, contando con recursos de apoio coma aros, pelotas, xogos, música, entre outros.

Deste xeito, tamén se traballan outros obxectivos importantes coma a redución do estrés, ansiedade, aumento da autoestima, mellora do estado de ánimo, así coma o esquema corporal e a participación social.



**2.2.4 - Deporte Adaptado:** O servizo de Deporte Adaptado, ten como finalidade promover o exercicio físico e a práctica de hábitos de vida saudables para os nosos usuarios; a nosa carteira de servizos de deporte adaptado é cada vez máis ampla, e na actualidade contamos cos seguintes tipos:

**2.2.4.1 - Natación Terapéutica:** Realización de diferentes actividades ou exercicios realizados na auga, encamiñados a rehabilitación e manter as capacidades xa adquiridas. Os exercicios axudan a favorecer a circulación, resistencia, equilibrio, tonificación, dando lugar a liberdade de movementos, con efectos psicolóxicos positivos, reforzando a autoestima, reducindo estrés, relaxación... adaptándose a cada condición física. É dicir actividade primordial para a promoción da saúde.

Para mellorar a técnica utilizamos como axuda para o desprazamento materiais como churro, manguitos, táboa.

Traballamos diferentes estilos de natación:

Estilo crol: Lumbares, espalda, pescozo, brazos, pernas...

Estilo espalda: Columna, brazos, pernas...

Estilo de braza: Pectoral, ombros, tronco...



**2.2.4.2 - Baloncesto:** ten unha dobre finalidade, por unha banda, ampliar a oferta de actividades de lecer deportivo para persoas con discapacidade intelectual, e por outro, aproveitar os beneficios do deporte como ferramenta de integración, fomentando as relacións dos novos xogadores co resto.



**2.2.4.3 - Fútbol:** Potenciar a participación de todos os alumnos na formación sen diferenzas, tendo en conta as súas necesidades e posibilidades, adaptando a actividade no que sexa necesario para posibilitar a aprendizaxe e o consecución de autonomía e independencia.



**2.2.4.4 - Golf:** Actividade na que non prima o esforzo físico, pero si a concentración e a calma; a extrapolación de ver máis alá do que temos diante, xa que os usuarios teñen que calcular a traxectoria e o golpe que van a dar a pelota, para que se acerque o buraco sen pasarse. Serve para conseguir manter o control en usuarios moi nerviosos e para que melloren a súa percepción en tres dimensións.



**2.2.4.5 - Brille:** este ano decidiuse incluír o brille dentro das actividades deportivas do centro de xeito continuado, dado que observamos que é un gran estímulo a hora de realizar exercicio físico de intensidade media (dado que hai que correr dun lado o outro do campo para evitar que a pelota te derribe), fomenta as relacións sociais (dado que se estimula a que as persoas usuarias nomeen o resto de compañeir@s antes de tirarlle a pelota), serve como método de relaxación (xa que o tirar a pelota, soltamos adrenalina e o noso corpo queda mais relaxado) e favorece a superación a través de tentar ser o último en saír do campo.



**2.2.5 - Estimulación Cognitiva:** Neste servizo realízase unha rehabilitación das capacidades cognitivas tales como: atención (selectiva e sostida principalmente), memoria, percepción, razoamento lóxico, funcións executivas,...) de cara a manter e mellorar o estado cognitivo das persoas usuarias.



**2.2.6 - Servizo de Logopedia:** o obxectivo de este servizo é mellorar a funcionalidade na comunicación, ben sexa na linguaxe como na fala. As persoas que acoden ao servizo presenta dificultades tanto de: articulación, fluidez, morfosintaxe, expresión e comprensión, fundamentalmente, xa que son os problemas máis habituais nos trastornos que tratamos no centro.

Durante o ano 2019 deuse servizo, a través da asociación, a 2 participantes (-concello de Melide e Boimorto).



Este servizo realízase de xeito individualizado para centrarse máis nas necesidades de cada usuario e poder así levar a cabo as accións necesarias en maior profundidade.

**2.2.7 - Musicoterapia e baile,** consistentes no emprego da música, o movemento e os xogos, para traballar as habilidades motoras, de procesamento e comunicación, ademais da estimulación cognitiva e memorística, dun xeito dinámico, empregando material de apoio como: radio, aros, pelotas...



**2.2.8 - Terapia Ecuestre:** esta actividade nace co fin de manter o bo estado físico dos nosos usuarios; Disociar movementos. Afianzar a lateralidade en si mesmo e o esquema corporal; Diminuír o tono muscular aumentando a flexibilidade; Aumentar os niveis de activación, estimular respostas activas (verbais e motoras), mellorar o control de tronco en sedestación, manter rangos articulares de membros superiores. É un tipo de terapia da que se benefician tanto usuarios con maior capacidade cognitiva coma aqueles que precisan de necesidades especiais de atención debido o seu grao de dependencia.

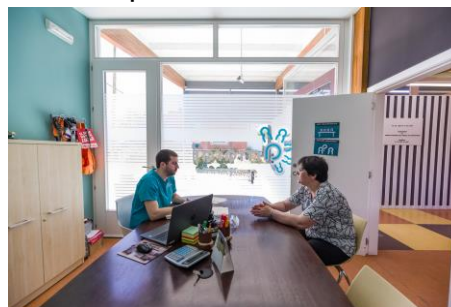




## 2.3 - ÁREA DE DESENVOLVEMENTO PSICOSOCIAL:

**2.3.1 - Servizo de Atención Psicolóxica:** O traballo neste ámbito é amplo e variado. Dende este servizo, trabállanse áreas coma a estimulación cognitiva, as emocións, a resolución de conflitos, habilidades sociais, conduta, etc., como aspectos a traballar coa persoa con discapacidade, e da aceptación, das dificultades emocionais, perdas, duelo, afrontamento de situacións de tensións, etc. como aspectos a traballar coas familias.

Á parte da intervención específica na avaliación, diagnóstico e tratamento das persoas usuarias e os seus familiares.

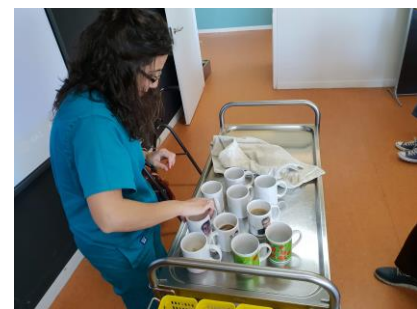


**2.3.2 - Servizo de Promoción da saúde:** Este servizo ten coma finalidade que as persoas usuarias teñan un maior control da súa saúde.

Para iso, lévanse a cabo pequenas charlas, presentacións, vídeos, dinámicas e actividades grupais, coa fin de proporcionar os coñecementos necesarios sobre as diferentes temáticas a tratar: hixiene, nutrición e alimentación, actividade física e deporte, saúde e medio ambiente, ergonomía e hixiene postural, saúde sexual, enfermidades, trastornos e discapacidades, entre outras.

Os obxectivos destas, céntranse en que as persoas usuarias acaden hábitos saudables para a saúde física, mental e social, desenvolvan e manteñan rutinas de saúde e promoción de benestar, adquiran coñecementos sobre temas de saúde actuais e tomen conciencia dos mesmos.

Tendo en conta as capacidades e necesidades das persoas usuarias, o servizo divídese en dous grupos: saúde avanzada (intervida pola psicopedagoga) e saúde básica (intervida pola terapeuta ocupacional).



**2.3.3 - Servizo de Habilidades Sociais:** O adecuado uso das habilidades sociais leva @ usuari@ con discapacidade a resolver os problemas cotiáns dunha maneira máis eficaz e adecuada: pedir axuda, denegala cando así o desexan, dicir que non, explicar como senten.

- Mellorar a comunicación coa contorna máis inmediata: mellorar as súas habilidades de comunicación coa súa contorna, aumentando así a capacidade de resolución de problemas e, con iso a súa autoestima e a súa autoconcepto.
- Potenciar o uso de estratexias cognitivas: esta ferramenta pode axudarlles a poñer en marcha estratexias de resolución de problemas sexan estes de índole social, ou persoal (pensamentos negativos, ideas destrutivas respecto da súa propia valía, agresividade coa contorna).
- Mellorar a autoestima: ao resolver de maneira máis eficaz as situacións cotiás mellora a súa autoestima.
- Facilitar a súa independencia.
- Identificar e modificar as ideas irracionais que acompañan á persoa ante situacións (persoais e sociais) que lle dificultan unha resolución adecuada da devandita situación, xerándolle sentimentos de incapacidade, e axudarlles a modificarlas por ideas máis racionais e adecuadas.
- Mellorar a súa saúde mental: consecuentemente, e de maneira directa o traballo das habilidades sociais leva á diminución de problemas psicossomáticos (se o usuario ten un estilo de interacción social pasivo)

**2.3.4 - Servizo de Educación Social ou "En Sociedade":** Mediante o que pretendemos achegar a persoa usuaria a coñecementos sobre diferentes temas latentes na sociedade, coma a violencia de xénero, o sexismo, a pobreza, a igualdade, etc...

**2.3.5 – Obradoiro de Teatro:** A actividade teatral reporta beneficios para as persoas con discapacidade intelectual, entre os que cabe destacar: mellora da atención, concentración, motivación, memoria, razoamento, coordinación, estruturación espazo-temporal, control postural, ritmo, autonomía...

Ademais favorece a socialización e a ruptura de barreiras interrelacionais, polo que fomenta o compañeirismo e a integración da persoa nun grupo de iguais.



**2.3.6 – Taller de Afectividade:** Neste servizo preténdese achegar ás persoas usuarias conceptos básicos relacionados coas relacións persoais, habilidades sociais, autoestima, afianzar a defensa e o respecto contra o abuso...

Trabállanse os seguintes obxectivos:

- Dotar as persoas usuarias e contidos básicos en relación a esta temática.
- Corrixir pensamentos ou ideas estereotipados sobre diferentes conceptos.
- Mellorar a comunicación nos diferentes ámbitos para potenciar as relacións persoais.
- Aumentar a autoestima.
- Reforzar técnicas de habilidades sociais.
- Dotar de estratexias de resolución de problemas.

**2.3.7 – Servizo de Cultura:** Neste servizo proporciónanse formación en contidos de cultura xeral de cara a adquirir coñecementos relacionados coa propia cultura e outras culturas existentes. Trátase de que as persoas amplien os seus coñecementos neste eido, de cara a obter un mellor nivel cultural.

**2.3.8 – Servizo de Reforzo Educativo:** Este servizo ten como obxectivo dar resposta ás dificultades de aprendizaxe e ós déficits nas capacidades cognitivas que repercuten no aprendizaxe das actividades académicas a través dunha atención individualizada. Así mesmo , refórzanse os contidos académicos e ensínanse técnicas de estudo de cara a mellorar no aprendizaxe escolar. Cabe destacar que a través deste servizo realízase unha comunicación interdisciplinar cos centros educativos e familias das persoas que acoden ao servizo de cara a establecer liñas comúns e establecer a intervención máis axeitada á persoa.

Neste ano 2019 acudiron 2 persoas, con niveis educativos de Ed. Primaria e ESO.

## 2.4 - ÁREA DOUTROS SERVIZOS:

**2.4.1 - Obradoiros de Repostería:** Este obradoiro mestura as técnicas a seguir na elaboración dun prato de cociña (búsqueda de receitas, preparación dos ingredientes, elaboración do presuposto, cálculo de cantidades, etc.) coa emoción de preparar un postre que sirva para festexar os aniversarios dos demais compañeir@s.



### 2.4.2 - Taller de habilidades manipulativas, creativas e actividades ocupacionais.

Neste servizo lévanse a cabo diferentes actividades manipulativas e creativas, que teñen como obxectivo fomentar a creatividade e a imaxinación, mellorar as habilidades motoras finas, sensoriais, perceptuais e cognitivas, aumentar a autoestima, fomentar o traballo en equipo, a capacidade de resolución de problemas e favorecer as relación sociais das persoas usuarias

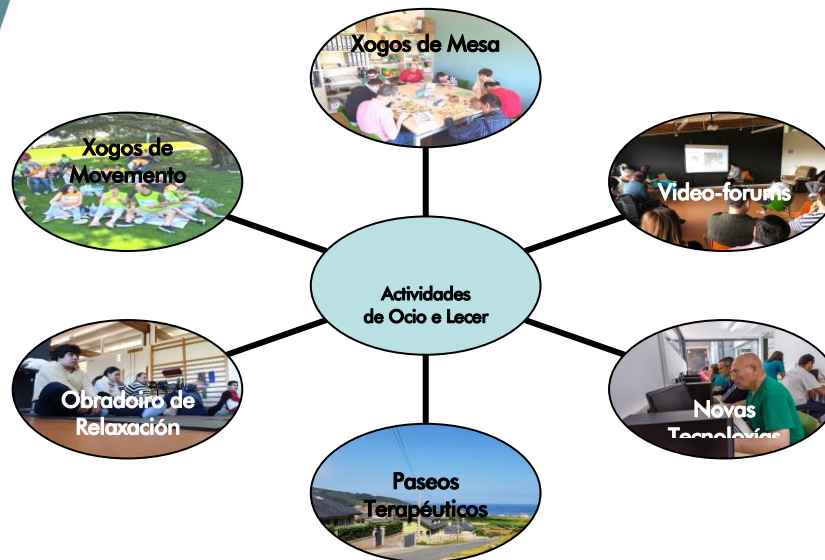


### 2.4.3 – Servizo de Voluntariado:

Neste servizo realízase un traballo en rede coa comunidade coa colaboración do concello de Boimorto. Nel, as persoas usuarias acoden ao centro de maiores, ao local social e á gardería a prestar un servizo de voluntariado, a través do cal podían adquirir destrezas tales como: esforzo, responsabilidade, puntualidade, HHSS, ...  
No ano 2019 acudiron un total de 15 persoas usuarias a este servizo.



### 2.4.4 – Actividades de ocio e lecer:



**2.4.5 – Charlas de prevención de Bulling:** Estas charlas teñen como obxectivo realizar accións de sensibilización nos centros educativos de cara a que dende a Educación infantil ata a secundaria, os nenos e nenas coñezan as diferentes discapacidades, facendo fincapé nas intelectuais.

Trátase de realizar unha prevención específica en bullying en persoas con discapacidade, que moitas veces ten lugar polo descoñecemento da propia discapacidade.

No ano 2019 acudiuse a 4 centros educativos (CEIP e IES), impartindo a un total de 212 persoas.



**2.4.6 – Charlas de prevención de Lesións Medulares:** Destinadas a concienciar a poboación en idade escolar e adulta, sobre as consecuencias que ten sufrir unha lesión medular; como se producen, como tentar evitalas, coidados dunha persoa con lesión medular, principais problemáticas as que se enfrenta unha persoa con LM, etc.

Trátase dun xeito de prevención mediante o coñecemento, de cara a evitar que o número de casos de persoas que sofren lesións medulares deixe de aumentar ano tras ano e comece a reducirse.

No ano 2019 acudiuse a 2 centros educativos (CEIP e IES) e o centro de formación EFA Piñeirál, impartindo a un total de 185 persoas.



## 2.5 – NOVOS SERVIZOS 2019:

**2.5.1 – Música Inclusiva e Participativa (MIP):** Este novo obradoiro nace para dar conciencia da importancia do coidado do medioambiente e da natureza, pero dun xeito singular; concienciar a través da música.

A todos nos resulta mais doado prestar atención se algo nos atrae e estimula, por iso neste servizo, usamos a música e os mantras (frases curtas, melódicas e repetitivas cargadas de significado) para que as persoas usuarias do centro tomen conciencia da importancia de temas como o reciclaxe, o coidado da natureza, etc.

Contamos coa colaboración de Robert Pier (Musicólogo) para impartir este taller que contará cunha actuación no 2020.



**2.5.2 – Obradoiro de Historias de Vida:** Este obradoiro xurdiu coa fin de que, de maneira individual, as persoas usuarias mostrasen ás demais a súa historia de vida nas diferentes etapas da mesma, e así, coñecerse máis entre eles e elas. Estes relatos facilitan a reminiscencia, constrúen a identidade persoal, social e cultural, dálles significado ás súas vidas, facilitan a comunicación, a socialización e a integración.



### 3 – ACTIVIDADES DE TEMPADA:

O noso calendario de actividades fora das propias de atención directa as persoas usuarias é moi variopinto e cada ano se vai modificando en función das actividades que vemos que poden resultar de interese para as persoas usuarias.

#### 3.1 – XANEIRO 2019

- **Celebración do Ani-novo:** como cada ano, o día 1 de xaneiro non estamos no centro debido o seu carácter festivo, pero nada máis chegar facemos unha pequena celebración de Ani-novo, no que nos desexamos o mellor para este ano que comezamos. Nesta ocasión contamos co grupo de gaiteiros de Mesía que nos axudou a amenizar a xornada e comezar o ano con música, baile e unhas boas risas.



- **Comezamos a colaborar coa librería Papeliños de Boimorto!!!** A comezos do 2019, Pili, a dona da papelería propúxonos colaborar vendendo os produtos que elaboramos nos nosos obradoiros na súa tenda, dándonos así a posibilidade de que máis xente os coñeza e colabore con nós. Gracias Pili!!!



- **Celebramos o día de Reis:** ano tras ano, os Reis pasan polo noso centro a deixarnos algún agasallo a cada usuari@, dado que nos aplicamos e somos constantes nas nosas tarefas e nos nosos avances. Este ano, trouxéronnos ademais unha boa paparota con Roscón de Reis e Chocolate!



- **Realización das primeiras charlas de Prevención das Lesións Medulares do ano:** O fisioterapeuta do centro acompañado por Mario Mendoça (membro da Xunta Directiva), comezaron o ano levando a cabo unha das nosas principais función, que é a de concienciar sobre os perigos e consecuencias das Lesións Medulares e este ano comezamos impartindo esta charla @s alumn@s da EFA Piñeiral.



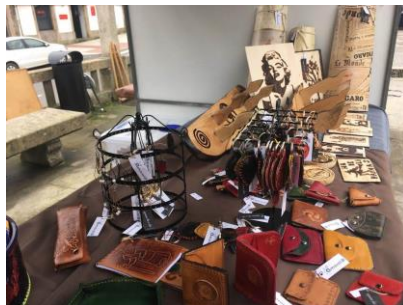
- **Comezan os preparativos do Entroido:** di o refrán que non por moito madrugar amanece mais temprano, pero a nós non nos gusta que nos colla o tren, polo que en Xaneiro xa estábamos a traballar duramente na preparación da nosa carroza de Entroido.



- **1ª Charla do ano de Prevención e Concienciación sobre o Bulling:** A Psicopedagoga tampouco quixera agardar moito e no mes de xaneiro realizou a súa primeira charla do ano para que os alumnos dos colexios e institutos da contorna tomen conciencia sobre as diferentes discapacidades e sobre o que deben e non deben facer con aqueles compañeir@s que teñen algunha delas.  
É importante crear conciencia dende o principio e que mellor que comezar a facelo nos colexios.

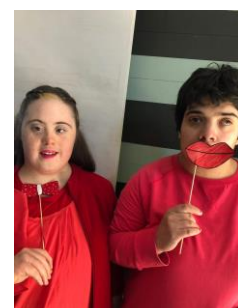


- **Saída a Feira de Vila de Cruces:** este ano decidimos saír cos nosos produtos as feiras locais que temos na contorna e darnos así a coñecer e que a xente coñeza os produtos elaborados nos nosos obradoiros e coincidindo que a Feira en Vila de Cruces coincidía en día de semana, levamos o noso stand e desfrutamos dunha mañá de feirantes.



### 3.2 – FEBREIRO 2019:

- **Celebración de San Valentín:** o amor é vida, e como non, motivo de celebración. Dende o centro quixemos celebrar o cariño que tod@s nos temos e deixar claro que o día do amor non se refire soamente o amor romántico de parella, se non tamén a amizade, o compañeirismo e o cariño que nos temos entre tod@s.



- **Mercar nas rebaixas:** aproveitando os descontos que se teñen nestas datas



- **Circuitos de Rehabilitación:** o mantemento da vida activa é cousa de diario, pero de cando en vez, montamos pequenas carreiras de obstáculos, nas que mediante o xogo poñemos a proba os nosos entrenamentos diarios coa terapeuta ocupacional e co fisioterapeuta para realizar circuitos de rehabilitación para @s usuari@s que usan cadeira de rodas.



- **Entroido de Boimorto:** Como cada ano, o día que o Colexio de Boimorto celebra o entroido, nós nos ataviamos coas nosas mellores galas e alá que vamos a festexalo con eles. Isto é un xesto moi importante para a nosa vida diaria, xa que a INTEGRACIÓN é polo que traballamos durante todo o ano, e que os rapac@s do colexio se acordan sempre de nós que quere dicir que vamos polo bo camiño.



### 3.3 – MARZO:

- **Participación no Entroido de Melide:** durante os primeiros meses do ano, nos obradoiros do centro ocupacional e no servizo de habilidades manipulativas do centro de día, traballamos duramente para confeccionar os nosos disfraces, carrozas, atrezzo, etc. para participar no desfile de entroido dun dos concellos limítrofes. Neste 2019, participamos no entroido de Melide, onde representamos a comparsa Amarai Filmes, na que recollíamos escenas de grandes películas da historia e na que puxemos toda a nosa gracia e saleiro.





- **Commemoración do 8M (Día da Muller):** Ano tras ano dende Amarai sumámonos a reivindicación da situación das mulleres no mundo. Cremos na igualdade pero unha igualdade real e por iso temos servizos como os de en Sociedade, Habilidades Sociais e Cultura, nos que se fai fincapé nestes aspectos. Este ano realizamos entre todos un mural cunha árbore no que as nosas mans simbolizaban as follas do mesmo e unha lazada morada cos nomes das nosas usuarias e traballadoras.



- **Saída o teatro da man da Blanca Marsillack:** acudimos o teatro de Pedro Barrié de la Maza a ver a obra "se vende ático" na que interveñen persoas con diversidade funcional e na que nos dá a oportunidade de probar o que é ser actores e actrices e poder improvisar con grandes profesionais da materia. Aproveitamos a saída para comer nas inmediacións do paseo marítimo de Sada e desfrutar do aire libre e da brisa mariña.



- **Celebración do Día das Persoas con Síndrome de Down:** o día 21 de marzo adicámoslo as nosas compañeiras portadoras deste xen único que as fai destacar positivamente entre nos. Somos diferentes pero capaces de ver a singularidade de calquera.



- **Representación Teatral en Melide:** O noso grupo de Teatro "Ledicias de Amarai", representou o 25 de marzo no auditorio da Casa da Cultura de Melide a espectacular obra "Liortas Rurais", na que un xuíz de paz se ten que enfrentar as liortas dos veciños do municipio, que como tod@s sabemos, son do mais singular!!! O teatro encheuse de amizades e xente afin a entidade que desfrutou dun espectáculo único.



- **MAGRECO 2019:** Ano tras ano, xa se fai indispensable a nosa visita o MAGRECO; unha feira na que se reúne os produtores e vendedores de produtos agrícolas e de artesanía da contorna e que como non podía ser doutro xeito, conta co stand de Amarai. Ata alí levamos os produtos realizados nos nosos obradoiros e damos a coñecer o centro, a nosa forma de traballar e a calidade do realizado. Cada ano vamos mellorando no escaparatismo e facendo os nosos postos mais atractivos a vista e a colaboración da xente.



### 3.4 – ABRIL:

- **Conmemoración do Día Internacional de Concienciación do Autismo:** O 2 de abril celébrase o Día Mundial de Concienciación sobre o Autismo, decretado polas Nacións Unidas co obxectivo de mellorar a calidade de vida tanto da poboación infantil como os adultos que sofren esta discapacidade e así poderlles brindar unha mellor calidade de vida. Nos sumámonos a esta reivindicación para dar visibilidade a esta diversidade co fin de dala a coñecer e que a xente teña unha maior conciencia das limitacións e das capacidades destas persoas.



- **1º Xornada de Encontros en Familia 2019:** nesta xuntanza os profesionais do centro, explicaron as familias asistentes en que consisten os servizos do centro, que realizamos, como o facemos e sobre todo o para que se levan a cabo ditos servizos. Cada profesional foille explicando en que consiste o seu servizo, así fomos pasando dende o fisioterapeuta, a terapeuta ocupacional, psicopedagoga, educadora social, monitores, coidadoras, etc. a explicar cal é a nosa función no centro e que estamos a traballar cos usuari@s cada día. Son encontros nos que poñer en común experiencias e dúbidas que poden surxir no noso día a día. Nesta ocasión acudiron un total de 20 familiares.



- **Saída da X Solidaria:** todos os anos, Amarai súmase a iniciativa de COGAMI para dar visibilidade a importancia de marcar a X Solidaria na campaña da declaración de Facenda e este ano, saímos a Praza do Obradoiro en Santiago de Compostela para xuntarnos con compañeir@s doutras entidades e formar entre todo@s unha gran X no chan da praza, de cara a facer consciente a sociedade da importancia que ten para centros coma o noso os beneficios que resultan deste movemento, que fan que poidamos levar a cabo melloras nas infraestruturas, mercar novos vehículos, etc.



- **Asistimos a Feira de Touro:** Este mes fomos poñer o noso posto de artesanía realizada nos obradoiros do centro a feira mensual do concello de Touro. A climatoloxía non acompañou polo que a media mañá tivemos que voltar para o centro. Seguimos convencidos de que este é un bo xeito de dar a coñecer a nosa labor e o noso produto.



- **Realización de agasallos para Bautismo:** parte do noso traballo nos obradoiros é realizar os produtos que nos encargan para celebracións. Nesta ocasión, confeccionamos e preparamos chaveiros con iniciais para un bautismo.



### 3.5 – MAIO:

- **Celebración do 8º Aniversario do CRD:** o 3 de maio é unha data moi importante para nós, xa que se conmemoran 8 anos da apertura do centro que tantas alegrías e beneficios nos está a dar a todas as persoas usuarias del. Polo que como non podía ser doutro xeito, fixemos festa por todo o alto!  
Comezamos coa elaboración dende o obradoiro de repostaría das tartas conmemorativas. Fixemos unha gran comida tod@s xunt@s nos novos exteriores do centro e pola tarde pasámolo en grande celebrando a Feira de Abril. Música, baile, paparota e sobre todo alegría e compañeirismo para festexar este día como se merece



- **Actividade Seguridade Vial:** Nesta ocasión saímos o concello de Brión a unha actividade organizada pola Garda Civil, na que se nos explicou en que consiste o seu traballo, que tipos de vehículos empregan (ata montámonos nun helicóptero), para que serven os radares e como nos debemos comportar como peóns cando imos pola rúa, así como as consecuencias de non facelo correctamente.



- **Día das Letras Galegas:** como cada ano, Amarai festexa por todo o alto o día das nosas letras, do noso idioma e do que nos define como Galeg@s.

No 2019 levamos a cabo diferentes representacións teatrais no Multiusos Terra do Queixo de Arzúa (sketches de teatro, baile, música e moito humor) foron a combinación perfecta para que o público asistente gozara dun espectáculo increíble baixo a batuta das nosas presentadoras as "jorillas".



- **Acudimos a Exposición de Da Vinci:** Tod@s tiñamos oído falar deste gran inventor pero nunca puidemos desfrutar da súa obra tan de preto. No museo de San Martiño Pinario tivo lugar a exposición sobre a vida e obra de Da Vinci e alá fomos para poder ver, tocar e probar coas nosas mans eses inventos e obras de arte, que a día de hoxe nos parecen tan cotiás, pero que no seu momento foron toda unha revolución. Pola tarde, fomos comer a Cidade da Cultura e desfrutar do ocio que esta paraxe nos ofrece.



- **Realización do Exame de Competencias Clave:** este ano, soamente un dos usuarios do centro se presentou o exame para a obtención das competencias clave en lingua galega; foi todo un éxito, logrando acadalas con moi boa nota. O traballo duro de todo o ano, deu os seus froitos!!! Poñémonos xa a preparar as seguintes. Parabéns



- **Canto os Maíos:** Como é tradición na nosa zona, o chegar a finais do mes de maio, temos que elaborar un bo maio e cantarlle para que nos dea un bo verán e coide da natureza e dos colleitas, tan necesarias para despois poder encher o bandullo. Gracias o noso monitor de musicoterapia por axudarnos a preparalo e a ensaiar con nós os cánticos.



- **Celebración da II Master-Class de Zumba Intercentros:** O día 3 de maio celebramos a III Master-Class de Zumba que organizamos con motivo do aniversario do CRD e na que invitamos a participar a compañeir@s doutras asociacións así como os rapaces e rapazas do Colexio de Boimorto. Neste ano, participaron no concurso de Zumba as Asociacións Medelo, Avante e Íntegro, así como os alumnos de primaria e secundaria do CPI de Boimorto, xuntándonos cun total de máis de 150 persoas. Cada grupo participante tivo que representar unha coreografía de Zumba e que o xurado avaliaba en base a orixinalidade, vestuario, música, ritmo, etc.... para dar cun equipo gañador. No 2019 levaron o trofeo de gañadores os integrantes do equipo de Íntegro que realizaron unha espectacular coreografía. Os usuari@s do CRD Amarai non participamos en concurso, pero si que fixemos unha exhibición de baile como bos/as anfitrións. Pola tarde e aproveitando o bo tempo que xa facía, comemos tod@s xunt@s na Carballeira da Piscina e desfrutamos dunha xornada de convivencia e xogos de auga entre todos os compañeir@s das distintas asociacións!





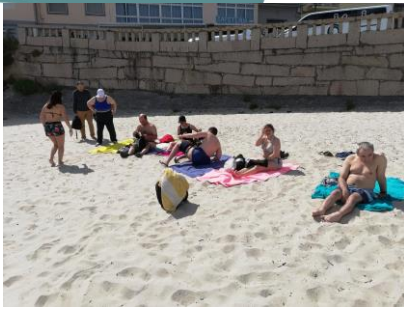
### 3.6 – XUÑO:

- **Festa do Cine:** como ben é sabido, somos uns cinéfilos, así que en canto podemos, aproveitamos para ir o cine. Nesta ocasión a película elixida pola maioría, foi Aladín, a nova película de Disney que conta a historia con personaxes reais e con moita musicalidade, polo que o pasamos en grande.



- **Lecer Náutico Sanxenxo (do 9 o 14 de xuño):** a nosa paixón polo mar e polo mundo náutico é ben coñecida, polo que un ano mais collemos os nosos bártulos e marchamos para Sanxenxo a desfrutar dunha semana de navegación a bordo dos barcos de vela. Pero non todo foi navegar, polas mañás debíamos asistir a formación na que se nos explicaba como funcionan os barcos, como se fai un amarre, como poñer os dispositivos de seguridade, etc. Polas tardes aproveitamos para ir as praias da contorna, a facer turismo polos pobos cercanos (Combarro), mercar recordos, tomar algo nas cafeterías da zona e incluso, saír de festa polas noites aproveitando as verbenas cercanas e que estabamos nunha zona de ocio no verán.





- **Celebración do San Xoán:** O 23 de xuño marca o inicio da tempada estival no noso centro, e como tal é motivo de festa. Celebramos o San Xoán cunha boa churrascada con criollos e patacas fritidas feita por nós, música e baile, conxuro da queimada para espantar as meigas e saltando a cacharela para traer sorte durante esta nova estación. Coma sempre, as decoracións son realizadas por nós nos obradoiros de actividades manipulativas.





- **Acto de Clausura do Curso de Golf 18-19:** coa chegada do verán, temos que dar por finalizado o noso curso de golf que levamos a cabo no Real Aereoclube de Santiago de Compostela. Neste acto fan entrega dos trofeos e diplomas a aqueles/as usuari@s que mais se aplicaron durante o curso e que deron o 100% nos entrenamentos.

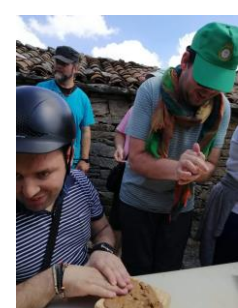


### 3.7 – XULLO:

- **Comeza a Tempada de Piscina:** como cada ano, os meses de xullo e setembro, acudimos a piscina de Boimorto case a diario a desfrutar do bo tempo e a realizar as terapias acuáticas nesta piscina, xa que non é o mesmo o aire libre e a natureza que traballar nunha piscina cerrada. Aquí sentímonos máis libres e o contacto coa natureza motívanos para traballar máis e mellor. Acompañados polo fisioterapeuta e pola terapeuta ocupacional, continuamos a traballar as terapias establecidas pero nun ambiente máis lúdico.



- **Saída a Feira da Golada:** desta vez non fomos a vender os nosos produtos se non que fomos a ver a famosa feira que se levaba a cabo no municipio da Golada e que acolle numerosos postos de artesanía, coa finalidade de sacar novas ideas para os nosos obradoiros e de que grandes artesáns nos aconsellen para seguir mellorando no noso traballo.



- **Xornada de Pesca "Pesca-Dubra":** como tod@s sabedes, nós, festa ou celebración que nos convidan, festa a que vamos, e como non podía ser doutro xeito, cun domingo de sol e calor como facía ese 6 de xullo, collemos os nosos petates e fómonos a participar dun día de Pesca organizado pol@s compañeir@s de Avante en Val do Dubra, no que podemos pescar, comer tod@s xuntos e pasar unha tarde moi agradable de xogos e baile nos que ademais de pásalo moi ben, podemos coñecer un chisco mellor os usuari@s de outras entidades.



- **Campamento de Verán Amarai (8 ó 12 de xullo):**

Ano tras ano o campamento de verán do centro consolídase; este ano o destino elixido foi Vila Nova de Arousa, o lado da Illa de Arousa.

Unha casa con máis de 10 habitacións onde tanto usuari@s coma monitores estar cómodos; onde tiñamos todo o alcance e que contaba ademais con piscina, sala de xogos, xardín, etc. 19 usuari@s e 4 monitor@s nos embarcamos nesta aventura.

No 1 día de campamento, a chegada a casa procedemos a distribuír as habitacións e a acomodarnos, aínda que non puidemos facelo moito, dado que xa nos agardaba a 1ª sorpresa das vacacións: unha viaxe en catamarán pola Ría de Arousa, no que puidemos ver os fondos mariños e degustar mexillóns típicos da zoa.

O regresar, tivemos tempo de estrear a piscina e logo de cear aproveitamos para visitar a vila e tomar algo nunha típica noite de verán.





O segundo día comezaba ben cedo, xa que tiñamos a 2ª sorpresa agardando por nós; unha visita as bodegas de Paco y Lola nas Rías Baixas, onde nos ensinaron como é o proceso de facer o viño e nos agasallaron con produtos típicos da zona. Logo de comer desfrutamos dunha tarde de ocio acuático na piscina e con actividades de movemento que fixeron que pasáramos unha moi boa tarde de verán. Despois de ceiar, visitamos Portonovo e tomamos algo na zona de ocio máis visitada das Rías Baixas.



O 3º día daba comezo coa noticia de que os nos@s compañeir@s que quedaron no centro en Boimorto, viñan a visitarnos, así que collemos todo o preciso e logo de ensinalles a casa, marchamos tod@s xunt@s para a praia a pasar unha fantástica xornada de sol, área, actividades acuáticas e festa. Unha vez que os compañeir@s regresaron o centro, aproveitamos a piscina un anaco e preparamos a cea. Logo de ceiar fomos as festas de Cambados a desfrutar da Bervena!

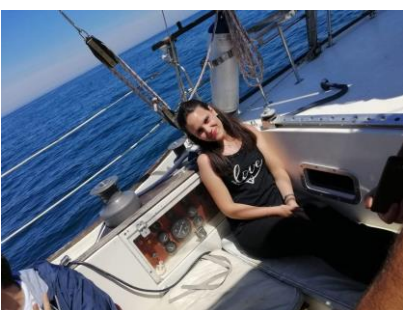




No último día embriáganos un sentimento de tristeza, xa que chega a hora de deixar a que foi a nosa casa por uns días, atrás quedan recordos e momentos inolvidables. Logo de aproveitar a piscina por última vez, recolleemos as nosas cousas e facemos unha última parada na vila para despedirnos; ata outra.



- **Saída no Gavea:** mentres os compañeir@s que foron o campamento disfrutaban dos seus días de vacacións, algúns usuari@s do centro, acudían ata Coruña a navegar a bordo do Laión pola costa coruñesa, pasando un día mariñeiro do mais entretido.



- **2ª Xornada de Encontros en Familia:** nesta ocasión 13 das nosas familias xuntáronse para profundizar mais nos coñecementos sobre afectividade e sexualidade da man das nosas compañeiras da Asociación Dedaleira, que forman parte de COGAMI e que se adican a formar e informar a persoas con diversidade funcional e as súas familias sobre temas de afectividade e sexualidade. Aprendemos moito sobre como desarrollarnos e explorar diferentes estadios dos nosos corpos e das nosas mentes.



- **Festa Ibicenca:** un ano mais, que mellor xeito de darlle a benvida o período estival que cunha festa! E que mellor festa que as clásicas festas de Ibiza, nas que todo o mundo se viste con roupa branca e desfruta de comida, bebida e lecer. Pois así o fixemos; tod@s ben conxuntadiñ@s, coas nosas mellores galas desfrutamos dunha xornada de música, baile e xogos con auga, na que ata os monitor@s quedaron ben empapad@s!



- **Saída as Rebaixas de Verán:** somos moi presumid@s polo que cada vez que vemos que hai algunha ganga alá que vamos. Nesta ocasión un grupo de 8 usuari@s fomos o centro comercial As Cancelas a aproveitar os descontos, e como non, de paso a poñer en práctica o aprendido no manexo dos euros e das habilidades sociais, que non todo vai a ser pracer.



- **Vista a Feira das Marabillas:** a finais de mes, fomos a Coruña a participar da feira das Marabillas; unha feira de estilo medieval, na que todas as rúas de Coruña se engalanan cos traxes e decoracións de época e que fan que nos somerxamos na historia. Ademais de pásalo ben, estas saídas motivánnos a mantermos activ@s, favorecen a socialización e dannos a oportunidade de relacionarnos con diferentes persoas e xeitos de vida.



- **Comida de Fin de Curso:** como cada ano, poñemos punto e seguido e antes de irnos de vacacións de verán, xuntámonos usuari@s, monitor@s e familias para pasar unha xornada de festa e paparota, que nos serve para coñecernos mellor unas familias a outras, desexarnos o mellor para o verán que está a punto de comezar e recoller os nosos diplomas e as nosas orlas polas que traballamos tanto durante todo o ano. Neste 2019 xuntámonos no restaurante A Paínza de Arzúa, mais de 100 persoas para festexar por todo o alto a chegada das vacacións; comemos moi ben, fixemos actividades conxuntas entre usuari@s e familias e bailamos ata que o corpo non deu mais.



### 3.8 – SETEMBRO:

- **Festas do Rosario:** Comezamos novo curso e como non, comezamos amodiño, dado que despois dun mes de vacacións temos que reacostumarnos a rutina pouco a pouco, polo que aproveitando que en Boimorto se celebran as festas patronais, saímos a sesión de medio-día a bailar e festexar cos nos@s veciñ@s! Festa, baile e atraccións, que mellor forma de comezar un novo curso?



- **Torneo de Brille de Noia:** outro ano mais, os compañeir@s da Asociación Misela de Noia, organizaron o torneo de brille intercentros no que participamos diferentes entidades e como o deporte é saúde, alá que fomos tod@s os usuari@s do centro a participar e dar ánimos ó noso equipo. Pese a que non gañamos, pasamos unha xornada de convivencia, deporte e diversión impresionante! Con actividades coma esta, favorecemos as relación sociais mais alá do centro e fomentamos a superación de cada un/unha de nós.



- **Andaina Camariñas pola Inclusión:** nesta ocasión e con motivo do día da Inclusión, @s compañeir@s da Asociación Íntegro, organizaron unha pequena andaina e actividades que axudasen a visibilización e concienciación da poboación respecto da inclusión das persoas con diversidade funcional no día a día e como debe ser, @s usuari@s do servizo ocupacional fomos a prestar o noso apoio a unha causa tan importante.



- **Celebración dos Aniversarios:** Cada final de mes, celebramos por todo o alto os aniversarios daqueles compañeir@s que cumpriron anos nese mes. No obradoiro de repostería facémoslle postres e tartas temáticas para que despois sopren as velas e o festexemos tod@s xuntos!



- **III Xornada Ecuestre Amarai:** o 28 de setembro levamos a cabo a nosa xa establecida Xornada Ecuestre; esta actividade reúne a usuari@s das Asociacións para persoas con Diversidade Funcional de Galicia que queiran e poidan participar, co fin de participar xunt@s nunha xornada na que poder desfrutar do mundo cabalar; onde mostrarlle os beneficios que nós sacamos acudindo a terapia ecuestre; na que coñecer mais e mellor os cabalos e na que, porque non dicilo, o pasamos en grande!

Neste pasado ano, acudiron un total de 183 persoas, entre usuari@s, monitor@s, Xunta Directiva e voluntari@s polo que vemos como ano tras ano o número de participantes segue a medrar.

Ademais de Amarai, participaron persoas usuarias das Asociacións Íntegro e Adisbismur.

Este ano modificamos as actividades para complicar un pouco mais o seu desenvolvemento e facelo así mais interesante e novidoso; entre as actividades realizadas tivemos:

-Xincana con cabalos, búsqueda do tesouro, taller de coidados, taller de coiro, taller de manualidades, xogos tradicionais, etc.

Ademais de todo isto, @s monitores de equitación ensináronnos como tratar cos cabalos, como os coidan, os domestican e lle ensinan a realizar innumerables trucos.

Para rematar a sesión, Javier o Dono do Centro Hípico realizounos unha mostra de doma tradicional de cabalos salvaxes, na que puidemos comprobar a conexión que chega a existir entre o xinete e o cabalo e como os cabalos acaban por confiar nas persoas logo de moitos coidados e rutinas.





### 3.9 – OUTUBRO:

- **Visita o San Froilán en Lugo:** Nesta ocasión saímos do centro para visitar o famoso San Froilán de Lugo e ver a romaría, os postos de artesanía e de gastronomía, disfrutar da música tradicional e como non, pasar un rato agradable no que aprendemos novas cousas sobre a nosa cultura e tradición galega.



- **Festa do Cine de Inverno:** Coma sempre, as actividades culturais son primordiais para nós, polo que ante a segunda festa do cine deste ano, non podíamos faltar. Desprazámonos ata os cines do Centro Comercial As Cancelas para ver a película “Familia Adáms” e disfrutar dunha enchenta de palomitas mentres cultivamos o noso lado máis cinéfilo.



- **Torneo de Baloncesto Valadares-Outes:** outro ano mais o noso equipo de baloncesto, desprázase ata a localidade de Outes para disputar o torneo de Baloncesto Intercentros organizado pol@s compañeir@s de ADISBISMUR e no que participamos a maioría das entidades que formamos parte de COGAMI. Mediante estes torneos estímúlase a nosa competitividade e afán de superación, animámonos a manter un estilo de vida activo e a practicar deporte e foméntase o compañeirismo e as habilidades sociais.



- **Festexamos o Samaín:** o día 31 de outubro toca despedir o mes coa festividade do Samaín, na que se día que as almas inqedas voltan o mundo dos vivos para pasar unhas horas entre nós e por iso nos temos que disfrazar de defuntos para pasar desapercivid@s entre elas. Foi un día cheo de sorpresas no que fixemos un túnel do terror, talleres de maquillaxe e repostería, xincanas e actividades físico-cognitivas e que rematamos cun bo baile!

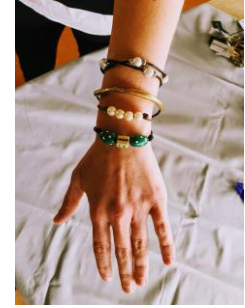


### 3.10 – NOVEMBRO:

- **Magosto:** Chegou o outono e con el as castañas e que mellor maneira de comezar un novo mes cunha nova estación que facendo un bo magosto. Para isto, fomos apanhar castañas pola contorna, pelámolas e picámolas e dende o obradoiro de repostería fixemos uns ricos biscoitos de castañas. E para rematar un chocolate quenteño, música e boa compañía!!!



- **Realización de Novos Produtos de Obradoiros:** O noso é a innovación por iso este novo curso estamos inmersos nun proceso de renovación estilística nos nosos obradoiros, sacando novas ideas e produtos que esperamos que teñan moi boa acollida dos nosos colaboradores.



- **Commemoración do Día Contra a Violencia de Xénero:** Cada 25 de novembro é un día triste no que temos que recordar que todavía seguen a morrer moitas mulleres a causa da violencia de xénero, polo que nos sumamos a esta causa vestíndonos tod@s de negro para deixar claro a nosa repulsa a este tipo de comportamentos.

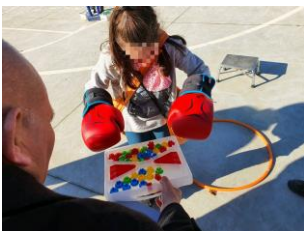


- **Actuación coa Banda de Música de Arzúa:** a finais de novembro representamos xunto coa Banda de Música de Arzúa e os colexios de Educación Primaria de Arzúa, o musical do Rei León, no que tiñamos que ir escenificando os míticos momentos da película. Foi un gran espectáculo de música e cor no que se puido ver como a integración das persoas con diversidade funcional na sociedade é posible, xa que nesta representación funcionamos todos coma unha única peza, creando un espectáculo único e irrepetible. Tivemos que confeccionar os nosos disfraces e ensaiar durante bastante tempo, pero o resultado valeu a pena! Moitas gracias por esta experiencia tan enriquecedora.



### 3.11 – DECEMBRO:

- **Día da Diversidade Funcional:** esta é unha data moi importante para nós, xa que o día 3 de decembro reivindicamos unha maior visibilidade do noso colectivo e unha maior integración na sociedade. Este ano desprazámonos ata Melide para ubicarnos na praza da Universidade e montamos alí as actividades de concienciación que consistían en:
  - Circuitos de Mobilidade: para concienciar das dificultades as que se afrontan as persoas con mobilidade reducida ou perda de visión.
  - Textos encriptados: que serven para que a xente tome conciencia da discapacidade intelectual.
  - Circuitos Osteo-musculares: diferentes exercicios nos que se fai patente a necesidade de axuda que teñen as persoas con problemáticas osteo-musculares.
  - Estimulación Cognitiva: no que se levaban a cabo actividades de estimulación cognitiva que os nosos usuari@s realizan a diario.
  - Pintura con Dificultades Visuais: Serve para dar a ver as problemáticas de facer cousas rutinarias con merma nas capacidades visuais.
  - Trabalinguas: que deixan o descuberto as dificultades de comunicación que sofren algunhas persoas.Participaron na actividade os alumnos/as do colexio nº 1 de Melide, as alumnas da EFA Piñeiral e a poboación de Melide que se achegou ata alí, sumando máis de 300 participantes.



Ese día pola tarde asistimos a representación da obra de teatro “Quien Quiere”, da compañía de Cabrot Teatro, que facía unha crítica moi sátira dos programas de televisión na actualidade e na que puidemos ver que todo vale con tal de ter mais audiencia, incluso as faltas de respecto e a intolerancia.



- **Gala de Nadal de COGAMI:** o presidente e mais o director do centro acudiron a gala de Nadal de COGAMI onde se entregaban os premios a traxectoria profesional dos compañeir@s da entidade. Premios que foron realizados dende o noso obradoiro de Marquetería e que como podeis ver, locen moi profesionais.



- **Comida de Nadal coas familias:** o 20 de decembro celebramos no Restaurante o Retiro a tradicional comida de Nadal para Usuari@s, profesionais, familiares e soci@s da entidade. Desfrutamos dunha xornada de convivencia na que a parte de boa comida, realizamos divertidísimas actividades coma a Ruleta da Fortuna, Karaoke e moito, moito baile. Estas comidas serven para reforzar os vínculos afectivos e mellorar as relacións entre familias que moitas veces teñen complicado coincidir e compartir tempo xuntas.



- **Entrega da Subvención Banco Santander:** o 26 de decembro fixéronnos entrega da subvención do Banco Santander por valor de 5.000 euros para a adquisición dun novo equipo de correntes e ultrasóns que permiten mellorar o servizo de fisioterapia, converténdose agora nun dos máis punteiros na comarca gracias a estes aparatos que serven para mellorar as capacidades físicas das persoas usuarias deste servizo.



- **Comida de Fin de Ano:** como é tradición, o último día lectivo do mes de decembro, celebramos unha comida para festexar que finaliza o ano, desexarnos o mellor para o ano que está a piques de chegar e facer balance do bo e do menos bo que este 2019 nos deixou. Comezamos esta xornada cun taller de maquillaxe e cunha sesión de fotos profesional na que usuari@s e profesionais coas súas mellores galas, posamos coma auténticos modelos. Logo comida de confraternización tod@s xunt@s, xa que durante o ano é difícil que poidamos facelo tod@s a vez e pola tarde festa, baile, música e as campanadas coas uvas para entrar no 2020 co mellor pé posible.

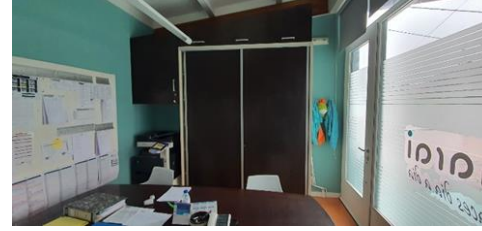


#### 4 – MELLORAS NO CENTRO:

**4.1 – Aumento dos mobles de almacenaxe de Aulas e Despachos:** dadas as dimensións do noso centro, viámonos na necesidade de aumentar a capacidade de almacenamento das aulas e despachos do centro polo que se engadiron novos mobles nas seguintes estancias:

- Aula Polivalente de Centro de Día; Aula de Logopedia, Cociña, Hall de entrada Centro Ocupacional, Baños do Centro de Día, Despacho de Dirección e Despacho de profesionais.





**4.2 – Creación de espazo de almacenaxe sobre os baños do Centro de Día:** un espazo antes aberto e inutilizado serve agora como un segundo almacén para meter as cousas que menos se usan no noso día a día.



**4.3 – Equipo coninado de Ultrasons, Correntes e Láser:** este equipo permite realizar terapias con ultrasonidos para fortalecer as musculaturas, aliviar tensións, mellorar a espasticidade muscular, tratar contracturas, mellorar os rangos de apertura de algúns músculos, tratar úlceras por presión e vasculares, etc. Coa adquisición deste aparello melloramos os servizos ofertados dende o departamento de fisioterapia, sendo capaces de tratar un maior número de doenzas moito mais específicas.



**4.4 – Fregadora industrial:** que nos permite realizar unha limpeza mais a fondo das estancias do centro, aumentando así a hixiene e desinfección e reducindo os tempos empregados a tarefas de limpeza.



**4.5 – Vaporetta:** facilita a desinfección de sanitarios e de prendas textis, permite a limpeza con vapor a alta presión de mobiliario e produtos que non se poden meter na lavadora, mellorando así a hixiene dos produtos non lavables. Ademais de conbinarse cunha plancha con vapor a alta presión que fai que sexa mais doado manter coidada e en perfecto estado as equipacións deportivas e roupa de uso no centro.



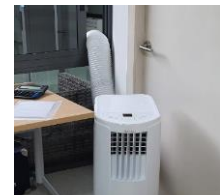
**4.6 – Escoba Eléctrica:** de fácil manexo para aquelas persoas con mobilidade reducida, incluso aqueles que empregan cadeira de rodas para desprazarse, simplificando así as tarefas de barrido por parte destes usuari@s.



**4.7 – Destrotora de Papel Profesional:** De cara a garantir a intimidade dos nosos usuari@s e garantir así o segredo profesional, actualizáronse as destrutoras de papel por unhas mais modernas e con maior capacidade de trituración.



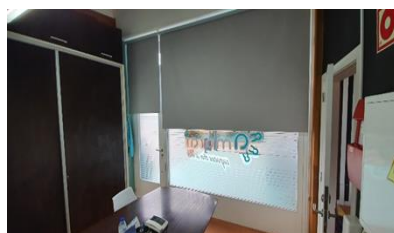
**4.8 – Dispositivo portátil de aire acondicionado:** que nos axuda a climatizar as aulas no verán e gozar así dunha correcta temperatura para o traballo diario. Como é portátil podemos trasladalos de aula en aula e garantir así as condicións óptimas de atención.



**4.9 – Robot Limpacristais:** este é un robot independente de limpeza de fiestras e portas de cristal que nos facilita a tarefa de mantemento das cristaleiras do centro, dado que moitas veces pola altura e outras pola ubicación, non eramos capaces de chegar de xeito seguro a elas.



**4.10 – Estores para o Despacho de Atención Individual e para a porta de acceso a Rampa:** esta adquisición permite que non se eleven tanto as temperaturas no despacho e que mellore a privacidade do mesmo, de cara a prestar unha mellor atención individualizada no mesmo.





## ENTIDADES COLABORADORAS CON AMARAI:



**XUNTA DE GALICIA**  
CONSELLERÍA DE POLÍTICA  
SOCIAL  
Dirección Xeral de Maiores  
e Persoas con Discapacidade



**XUNTA DE GALICIA**  
CONSELLERÍA DE ECONOMÍA,  
EMPREGO E INDUSTRIA  
Secretaría Xeral de Emprego



Unión Europea

FONDO SOCIAL EUROPEO  
INICIATIVA DE EMPREGO XUVENIL  
*O FSE inviste no teu futuro*



**Obra Social**  
Fundación "la Caixa"



Concello  
de Arzúa



Deputación  
DA CORUÑA



CONCELLO DE  
BOIMORTO



CONCELLO DE  
**MESÍA**



Concello de Sobrado