

Memoria 2015.
XX aniversario.

Agradecemos a las administraciones públicas y entidades privadas, personas anónimas, voluntariado y socios, su colaboración desinteresada, ya que sin ellos no se podrían realizar las actividades reflejadas en esta memoria.

A man with glasses and a mustache, wearing a dark jacket over a collared shirt and jeans, stands with his hands clasped in front of a wall covered in a colorful mural. The mural features a large sun-like figure with rays and the word 'TAMOS' at the top. The entire image has a blue tint.

Alume cumplió 20 años

El 18 de octubre de 1995 un grupo de familiares de personas con enfermedad mental y profesionales de la salud mental de Lugo constituyeron la “Asociación Lucense de Axuda a Enfermos Mentais (Alume)”, que hoy cambió su nombre por el más directo de “Alume Saúde Mental”. Se cumplieron pues en este 2015 los veinte años de existencia de nuestra asociación y si miramos hacia delante vemos que nos queda mucho por hacer, pero la experiencia de estos veinte años indica que es posible, que la voluntad, el trabajo en equipo, la ilusión y la necesidad por mejorar la vida de las personas que sufren la enfermedad y el estigma son motivos suficientes para alcanzar logros que parecen irrealizables.

Después de veinte años Alume pasó por varias etapas, la primera fue eminentemente reivindicativa, que dio paso a otra centrada en la prestación de servicios. En mi opinión, como socio fundador y actual presidente de Alume, si algo nos define ahora como entidad es que no nos conformamos, ni con la realidad de la salud mental en Lugo y en el mundo, ni con nuestro propio trabajo.

Fruto de esa actitud surgen iniciativas como “Espertar”, el programa de actuación con personas sin techo que padecen enfermedad mental, o la implantación del sistema de calidad en el Centro de Rehabilitación PsicoSocial, o la admisión de usuarios atendidos por encima de lo que tenemos firmado en el concierto con el Servizo Galego de Saúde, o el futuro cambio de instalaciones en las que desenvolvemos nuestro trabajo. En la primavera de 2016 está previsto un cambio de sede que marcará una nueva etapa en la asociación.

El compromiso de los trabajadores de Alume, el concurso y el ejemplo de los voluntarios y el apoyo de algunas entidades y administraciones hacen posible esta lucha y mejora permanente, pero en la base de todo ese trabajo está el esfuerzo que las personas con enfermedad mental hacen todos los días por superarse a si mismos. Su ejemplo y su lucha son combustible más que suficiente para otros veinte años.

Manuel Fernández Prado, Presidente de Alume

Índice

La Asociación	9
Objetivos	10
Misión, visión, valores	11
Historia	12
Órganos de gobierno	16
Dispositivos	17
Recursos	19
Recursos humanos	20
Recursos económicos	21
Intervenciones	23
Perfil de los usuarios	24
Colaboración con otras entidades	26
Actividades	27
Talleres	39
Alume en los medios	49

La Asociación





ALUME Saúde Mental fue fundada en octubre de 1995 por varios familiares de personas con enfermedad mental y profesionales de la Salud Mental de Lugo con la intención de sensibilizar a la sociedad sobre los problemas y las necesidades de este colectivo y sus familias, así como de luchar por un aumento de los recursos sanitarios de la provincia en esta materia, ya que en aquella época existía un déficit importante.

OBJETIVO GENERAL: “Promover la recuperación y la integración social, mejorar la asistencia y la calidad de vida de las personas que padecen enfermedad mental y de sus allegados, así como la defensa de sus intereses y derechos.” (Art. 2 de los Estatutos de la Asociación).



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

“Promover en la sociedad una actitud realista y comprensiva con los problemas de las personas que sufren una enfermedad mental.”

“Promover y potenciar iniciativas que favorezcan la integración laboral.”

“Organizar actividades y crear servicios de tipo ocupacional, laboral, educativo, cultural, residencial, y lúdico, acordes con estos fines.”

“Instar a las autoridades políticas y administrativas a tomar medidas que faciliten la integración social de las personas que padecen enfermedad mental, tanto en el cumplimiento de la legislación existente como promover iniciativas legales.”

“Actuar como punto de referencia y apoyo para las personas que sufren enfermedad mental, sus familias y amigos, así como ser un intermediario entre ellos para el intercambio de experiencias y mutua ayuda.”

(Art. 3 de los Estatutos de la Asociación)

El Sistema de Gestión de Calidad de ALUME se basa en el modelo definido por la Norma Internacional UNE ISO 9001/2008. Nuestra política de calidad es la siguiente:



MISIÓN:

ALUME es un Centro de Rehabilitación Psicosocial y Laboral que presta atención diurna, globalizadora y multidisciplinar a personas con Trastorno Mental Severo estables y a sus familiares. El objetivo es rehabilitar e integrar socialmente a los usuarios.

VISIÓN:

ALUME quiere ser una entidad consolidada y dinámica, capaz de responder a las necesidades cambiantes de los usuarios y familiares con eficacia y agilidad.



VALORES:

Igualdad: se trabaja desde la igualdad por la igualdad de las personas con TMS.

Compromiso: como entidad sin ánimo de lucro, el trabajo en el CRPL exige una alta implicación personal.

Calidad asistencial: mejora continua.

Historia

1995: El 23 de octubre ALUME fue inscrita en el Registro Público de Asociaciones con el N° 1662.

En su primera etapa, la Asociación organizó un ciclo de charlas sobre distintos aspectos relacionados con la enfermedad mental: cuestiones familiares, legales, laborales, médico-sanitarias, asistenciales, sociales, etc. que sirvieron a muchos familiares para conocer aspectos interesantes sobre la enfermedad y sus consecuencias y también para entrar en contacto con personas que padecían problemas similares.

Para la Asociación, aquel ciclo organizado en el antiguo Café Monterrey supuso su presentación ante la sociedad lucense y ante las personas afectadas, muchas de las cuales decidieron asociarse.

Además de en el Registro Público de asociaciones, la entidad también fue inscrita en el Registro de Entidades Prestadoras de Servicios Sociales con el N° S-874 y en el Registro de la Consellería de Familia, Muller e Xuventude con el N° 0707.

1996: En este año la Asociación se inscribe en Feafes Galicia, la Federación autonómica en la que se encuadran las asociaciones que trabajan con personas con enfermedad mental.

1997: En este año se produce un cambio muy importante en la orientación de ALUME, al recibir la propuesta de la Xunta de Galicia de poner en marcha un Centro de Día para la rehabilitación psicosocial de personas con enfermedad mental, que estaría financiado por la propia Xunta, pero cuya gestión al completo sería responsabilidad de la asociación.

Pese a que el cometido con el que nació ALUME no fue el de constituirse en una entidad prestadora de servicios, se decidió asumir ese reto, para conseguir dotaciones que la Administración no estaba dispuesta a poner en marcha de otra manera, y para mantener, si cabe con mayor fundamento, la actitud reivindicativa con la que nació la Asociación.

En este año se inicia por tanto la actividad en el centro situado en la calle Pintor Corredoira.

En 1997 además la entidad se registra en FEAFES, la federación a nivel nacional de asociaciones que trabajan con el colectivo de personas con enfermedad mental.

2000: Se crea el servicio de comedor.

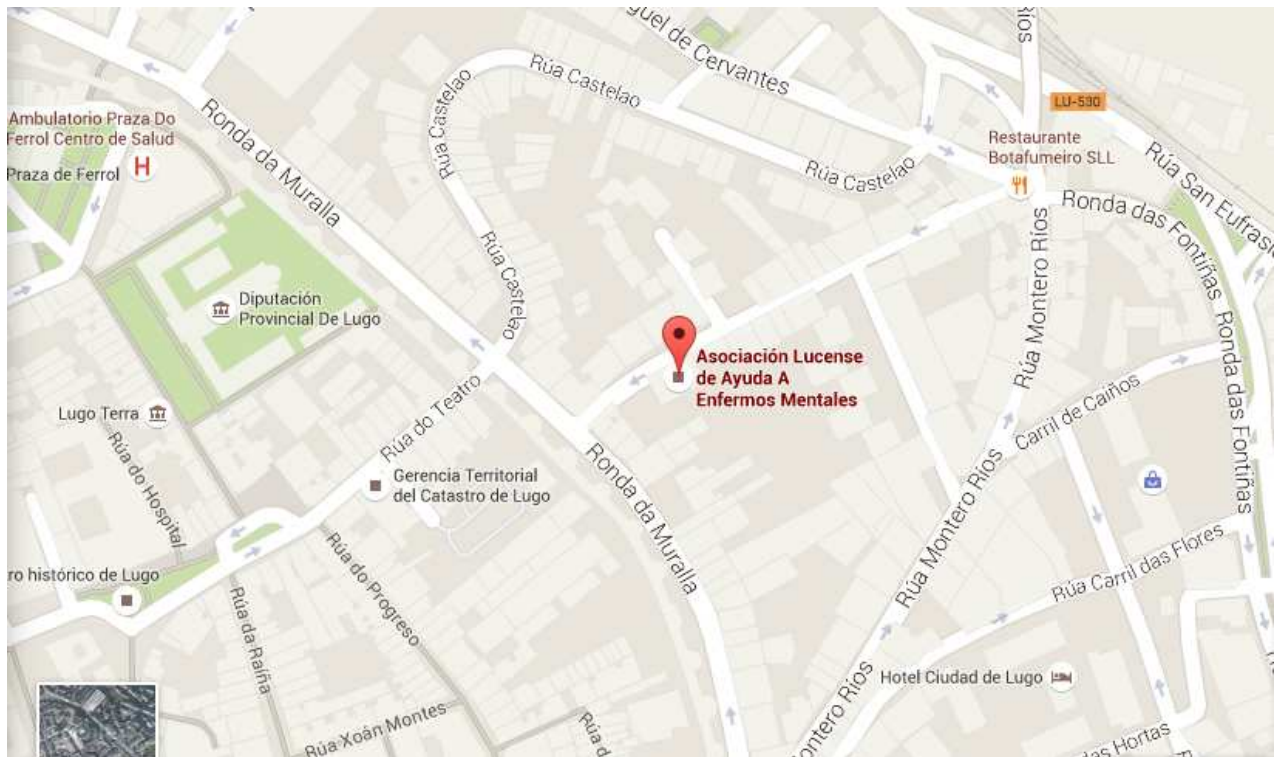
2001: Empieza a funcionar el primer piso protegido de la asociación, así como el servicio de atención a domicilio y nuestra web (<http://www.alume.org>).

2004: En este año empieza la labor de la entidad en el área de A Terra Chá, iniciándose un programa de rehabilitación en el que colabora el Ayuntamiento de Guitiriz.

2005: Alume sigue creciendo y se abre un segundo piso protegido para mujeres víctimas de violencia y con enfermedad mental. Este piso supone un referente a nivel autonómico ya que era el único recurso de estas características hasta el momento.

A su vez se amplía el Programa de Rehabilitación en A Terra Chá y se abre un centro de Rehabilitación Psicosocial en Guitiriz.

Es también el año en el que se celebran las I Jornadas de Alume organizadas que llevaban por título “Salud Mental y Salud Legal” declaradas de Interés Sanitario.



Además nuestra asociación obtiene el “Primer Premio BMS/Otsuka al mejor proyecto de Integración Sociolaboral de las Personas con Esquizofrenia”.

La Consellería de Vivenda e Solo nos cede un local en Guitiriz en el que actualmente está situado nuestro Centro de Rehabilitación Psicosocial y el ayuntamiento de esta localidad nos facilita un terreno para la realización de labores de jardinería.

Además comenzamos el mantenimiento del jardín del centro de día de personas mayores de la localidad gracias a una cesión del Ayuntamiento.

En 2008 tienen lugar también las II Jornadas de Alume que llevan por título “Salud Mental y Salud Laboral”.

2009: Inauguración del Centro de Rehabilitación Psicosocial de Guitiriz. El centro, incluido en la red de la Consellería de Sanidad, contó con las ayudas del IGVS que cedió el inmueble, y AGADER que concedió una importante ayuda.



2010: En este año se celebran las III Jornadas de Alume con el título de “Salud Mental y Derechos Constitucionales”.

En este año también se afianza la colaboración con otras entidades:

- Convenio con la USC para mantener una zona verde.
- Convenios con el servicio de voluntariado de la USC y la Unión Democrática de Pensionistas.
- Convenios con la UNED, COGAMI y el IES Xograr Afonso de Sarria para la realización de prácticas en la entidad.

2011: Colaboramos en el Proyecto NISE de la FEGAS, desarrollando talleres formativos encaminados a luchar contra el estigma de la enfermedad mental en colaboración con psiquiatras de la red pública. Iniciamos nuestra colaboración con el Programa PAIEM, Protocolo de Atención Integral a Personas con Enfermedad Mental, en los centros penitenciarios de Monterroso y Bonxe.

El Diario Oficial de Galicia publicó el 27 de mayo la resolución de la Consellería de Presidencia por la que se declara a Alume como Asociación de Utilidad Pública. Este año se ha celebrado la I Jornada dedicada a nuestro voluntariado.

La entidad Preescolar na Casa impartió un taller en la Asociación a las usuarias con hijos y la Fundación BALOGAL colaboró con nosotros fomentando el deporte y la creación de hábitos saludables.

Nuestro presidente, Manuel Fernández Prado, fue nombrado Vicepresidente de Feafes Galicia y se crean las cuentas de Facebook (facebook.com/alume.lugoeguitiriz) y Twitter (twitter.com/alumelugo).

2012: En este año seguimos contando con la formación impartida por Preescolar na Casa a usuarias que son madres. Colabora con nosotros también la Fundación Balogal, a través del programa Tempos y Quérote+, que ofrece información sobre sexualidad.

Recibimos las visitas en marzo y en septiembre de la Secretaria de Igualdad, Susana López Abella.

Participamos por primera vez en los mercadillos de Fontiñas, Fonsagrada y en la Semana Verde de Silleda.

En enero se clausura el psiquiátrico de Castro y empiezan a funcionar las Unidades de media y larga estancia en el Hospital de Calde.

Empezamos a ofrecer información en el HULA en un local cedido a las asociaciones. También trabajamos dos huertos cedidos por la Diputación en el Paseo del Río Rato.

Nuestros usuarios de Guitiriz reciben un galardón del Ayuntamiento por su participación activa en las actividades deportivas.

La UDP nos invita a participar en su VIII Encuentro de Voluntariado.

2013: Participamos en el Programa Tempos, de fomento del deporte, en colaboración con Balogal y la Diputación de Lugo y colaboramos con AECC impartiendo un taller de memoria en su sede. Expusimos por primera vez nuestros productos en Expoboda Lugo y en junio celebramos la II Jornada dedicada a nuestros voluntarios. Fuimos seleccionados por la Fundación Barrié para participar en el Programa Más social ofreciéndonos consultoría, formación y la contratación de un gestor profesional dedicado a comunicación y marketing. Comenzamos la implantación del sistema de gestión de calidad. Se edita un calendario solidario para 2014 en colaboración con la Sociedad Protectora de Animales y Plantas de Lugo, en el que nuestros usuarios posan junto a animales acogidos. La Fundación Anade nos concede el primer premio de integración social por nuestra labor a favor del colectivo de personas con enfermedad mental. La concellería de Deportes de Lugo nos dona un porcentaje de las inscripciones en la XI Carrera Lugo Monumental y elaboramos los trofeos para la misma en nuestros talleres.

2014: Conseguimos el certificado de calidad ISO9001 con el número ES055955-1. Iniciamos nuestra campaña en Tumblr (<http://lugocontraelestigma.tumblr.com/>) contra el estigma de las personas con enfermedad mental. Mostramos nuestra creatividad con la exposición en el CENTRAD (Centro de Artesanía y Diseño) sobre instrumentos medievales que realizamos en cerámica y con el mural “Nós tamén pintamos algo” en la piscina municipal. Comienza a andar el programa “Espertar” en el que trabajamos con personas sin techo que tienen una enfermedad mental. Por segundo año expusimos nuestros productos en Expoboda Lugo y en junio celebramos la III Jornada dedicada a nuestros voluntarios. En junio también participamos en la Expo “Un mundo de posibilidades” sobre distintas discapacidades. Continuamos con el programa de fomento del deporte Movémonos en colaboración con Balogal y la Diputación de Lugo.

2015: En este año cumplimos 20 años. Se consolida el programa “Espertar”, que trabaja con personas sin techo con trastorno mental severo. En junio celebramos la IV Jornada dedicada a nuestros voluntarios. Continuamos con el programa de fomento del deporte Movémonos en colaboración con la Diputación de Lugo. Participamos por primera vez, y nuestro grupo es campeón, en la categoría de personas con discapacidad de la V Carrera Solidaria del Colegio Cervantes. Quedamos segundos en el Torneo de Ping-pong para personas con discapacidad de Ferrol. Participamos en la campaña de Navidad “Ningún árbol vacío” de la asociación Bonhomía. Somos premiados en el concurso de fotografía de la Fundación Anade.

Órganos de gobierno

JUNTA DIRECTIVA

Compuesta por:

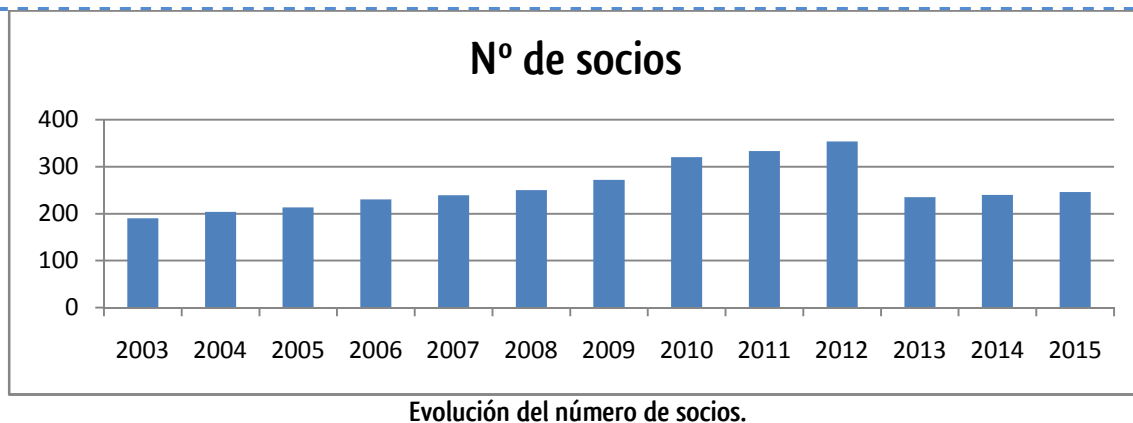
- Presidente: Manuel Fernández
- Vicepresidenta: Elena López
- Secretario: Óscar Rodríguez
- Tesorero: Iván Batres
- 2 vocales.



ASAMBLEA GENERAL

Formada por 246 socios.

La Asamblea General de socios este año se celebró el 22 de abril.



Dispositivos

CENTROS DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL

Lugo: local de aprox. 400 m2 situado en la Calle Nicomedes Pastor Díaz. Consta de bajo y entresuelo. El horario de atención es de 10 a 14 h. y de 16 a 19 h.

Guitiriz: local de aprox. 100 m2 situado en la calle Amizade. El horario es de 10:30 a 14 h. y de 16 a 18:30 h.



PISOS PROTEGIDOS

Piso protegido nº1: Con capacidad para 5 personas.

Piso protegido nº2: Con capacidad para 4 personas.

Piso protegido nº3: Con capacidad para 5 personas.

PROGRAMA ESPERTAR

Este programa empezó en septiembre de 2014. Con él prestamos atención a personas sin techo que tienen un trastorno mental.



PAIEM

En este programa participan profesionales de la entidad que se trasladan a las prisiones de Monterroso y Bonxe para dar una atención psicológica y talleres de habilidades cognitivas y sociales a las personas presas y con un trastorno mental severo.

PROGRAMA MULTIDISCIPLINAR DE ATENCIÓN A MUJERES CON ENFERMEDAD MENTAL VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Este programa cuenta con una vivienda tutelada con capacidad para 5 personas y con profesionales dedicados a la atención directa de las mujeres.

ESCUELA DE FAMILIAS

Un objetivo prioritario de la Asociación desde que se constituyó ha sido el de apoyar e informar a las familias. Una de las vías es la realización de cursos y talleres para formar grupos de autoayuda.

SERVICIO DE ATENCIÓN A DOMICILIO

En el 2001 se consigue financiar la actividad con la ayuda aportada por el Ministerio de Asuntos Sociales. Las actividades que se llevan a cabo dentro de este recurso son las relacionadas con mediación comunitaria, mediación familiar y el trabajo directo con el usuario ayudándole con sus hábitos diarios.

Recursos

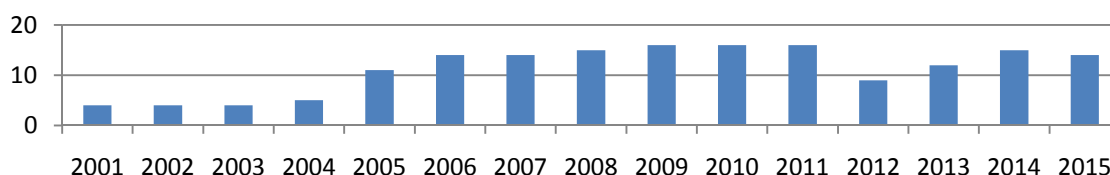


PERSONAL

- 1 Directora (psicóloga clínica).
- 1 psicóloga clínica.
- 1 psicóloga.
- 3 trabajadoras sociales.
- 1 terapeuta ocupacional.
- 2 monitoras de taller.
- 2 educadoras.
- 1 psicopedagogo.
- 1 administrativo.
- 1 responsable comunicación y marketing



Evolución del número de trabajadores

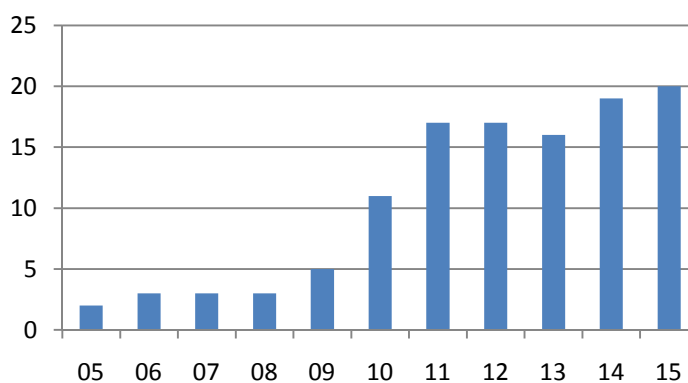


20 voluntarios:

- Isabel: Animación a la lectura
- Aquilino: Historia
- Miguel: Baile
- Pilar: Cómo ver cine
- Adelina: Lecto-escritura
- Encarna: Lecto-escritura
- Ana María: Lecto-escritura
- Verónica: Pandereta
- Conchita: Pandereta
- Manuela: Punto de cruz
- Beatriz: Costura
- Rocío: Fotografía
- Andrea: Habilidades sociales
- Ana: Musicoterapia
- Antía: Comunicación
- Élia: Jardinería
- Celeste: Arte
- Laura: Baile
- Sandra: Zumba
- Jesús: Panadería y pastelería



Evolución del voluntariado

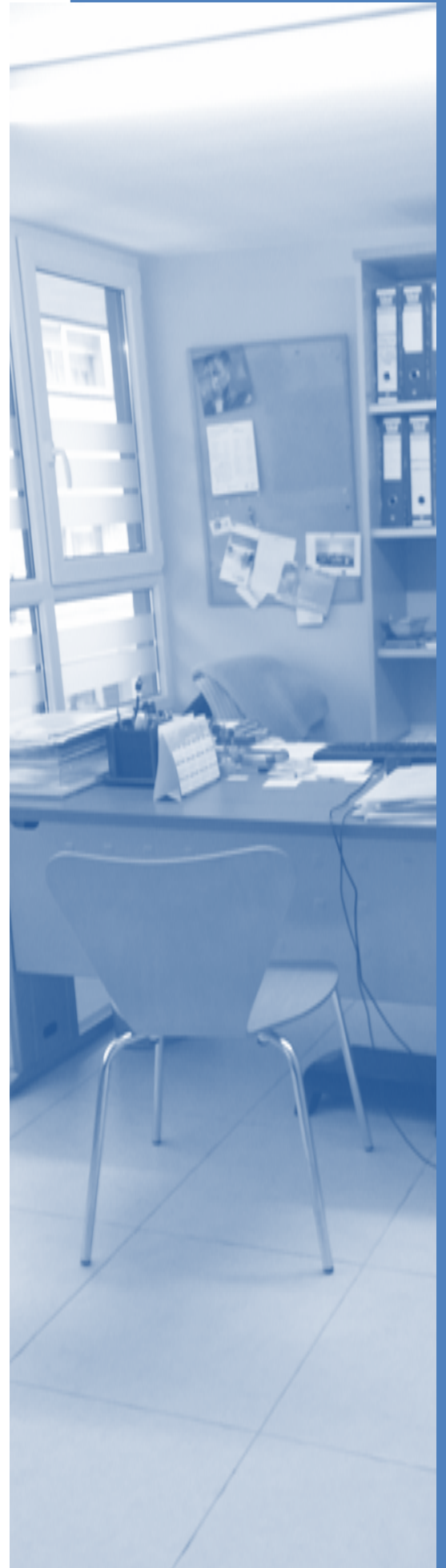


Recursos económicos

INGRESOS				
ENTIDAD	ACTIVIDAD	IMPORTE	(1)	(2)
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (IRPF)	Acompañamiento Integral	5.925,00	2.962,50	2.962,50
	Escuela de Familias	1.620,00	810,00	810,00
	Programa PAIEM	6.609,00	3.304,50	3.304,50
Cuotas de socios	Cuotas socios	4.275,00	4.275,00	0,00
Cuotas Usuarios	Cuotas por prestación de servicios	23.284,96	23.284,96	0,00
Talleres	Jardinería y Productos	4.679,59	4.679,59	0,00
Ayuntamiento de Lugo	Prog. Intervención y Alquiler Piso Protegido	10.000,00	0,00	10.000,00
SERGAS	Centros de Día y Pisos Protegidos	254.310,00	233.117,50	21.192,50
Fundación Barrié de la Maza	Programa PAIEM	11.391,00	0,00	11.391,00
Consellería de Política Social	Programa Espertar	25.481,00	25.481,00	0,00
Consellería de Trabajo e Benestar	Formación de Voluntariado	2.400,00	2.400,00	0,00
Diputación Provincial de Lugo	Taller de formación Prelaboral	11.000,00	0,00	11.000,00
Diputación Provincial de Lugo	Contratación 1 trabajador	16.500,00	8.250,00	8.250,00
Diputación Provincial de Lugo	Compra furgoneta	8.000,00	0,00	8.000,00
Programa Cooperación Xunta	Contratación 1 trabajador	17.667,00	0,00	17.667,00
Hijas de la caridad	Donación	3.000,00	3.000,00	0,00
Colexio Cervantes	Carreira Solidaria pola Auga	720,00	720,00	0,00
FSC Inserta - FSE	Curso Mantenimiento de jardines y zonas verdes	21.390,00	21.390,00	0,00
Consellería de Trabajo e Benestar	Información e orientación	13.200,00	13.200,00	0,00
	Atención a domicilio no rural	9.000,00	9.000,00	0,00
TOTAL INGRESOS:			355.875,05	94.077,50
(1) Cobrado/ justificado				
(2) Pendiente de cobrar/justificar				

GASTOS	
CONCEPTO	IMPORTE
Nóminas	178.083,14
Hacienda (IVA, Retenciones Trabajadores, Arrendamientos y Cuentas)	23.261,62
Seguridad Social	67.945,17
Material Oficina	3.008,51
Talleres y compras	34.248,98
Prestación de Servicios	12.239,69
Imprenta	2.449,64
Arrendamientos	42.546,55
Reparación y conservación	1.423,11
Servicios profesionales (asesoría, notaría...)	9.413,42
Transportes (Envíos)	782,93
Seguros (furgonetas, pisos, R.C., centros)	2.774,01
Comisiones bancarias (Mantenimiento, transferencias)	687,43
Suministros (agua, luz, gas, gasóleo, butano)	15.841,41
Comunicaciones (teléfono, correos)	4.843,95
Tasas oficiales (Impuestos circulación, IVA Guitiriz, ITV, IBI)	918,17
Comunidades de vecinos, otros gastos varios	20.427,09
TOTAL GASTOS:	420.895,36

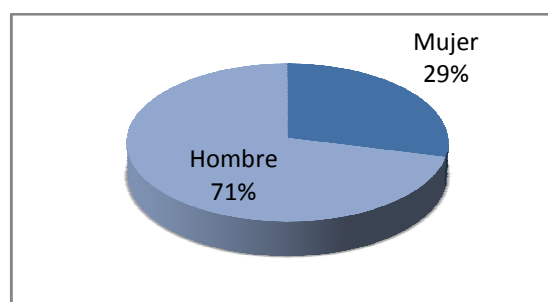
Intervenciones



Perfil de los usuarios

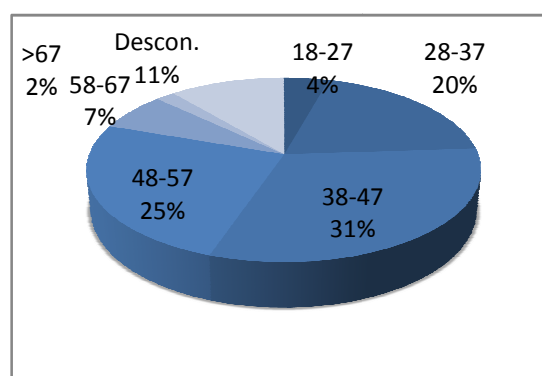
SEXO

Mujeres	47
Hombres	116
Total	163



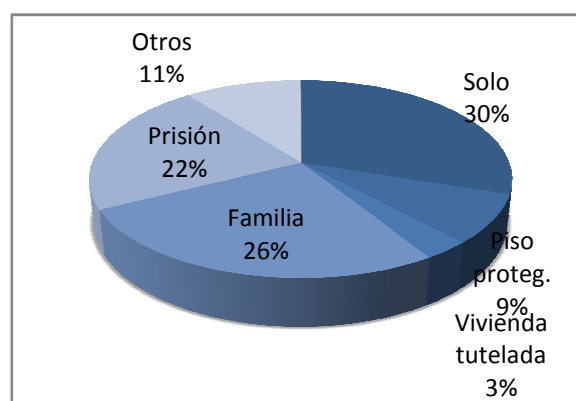
EDAD

18 - 27	7
28 - 37	32
38 - 47	51
48 - 57	41
58 - 67	11
+ de 67	3
Desconocida	18



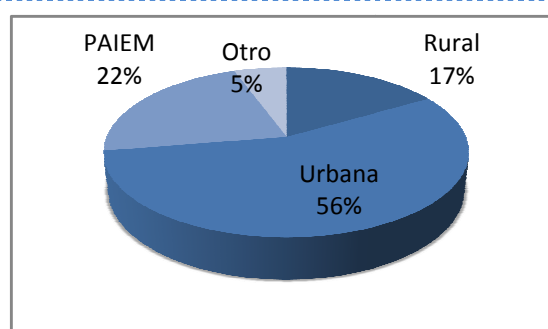
CONVIVENCIA

Vive solo	49
En piso protegido	13
En vivienda tutelada	5
Con familia	43
En prisión	36
Otros	17



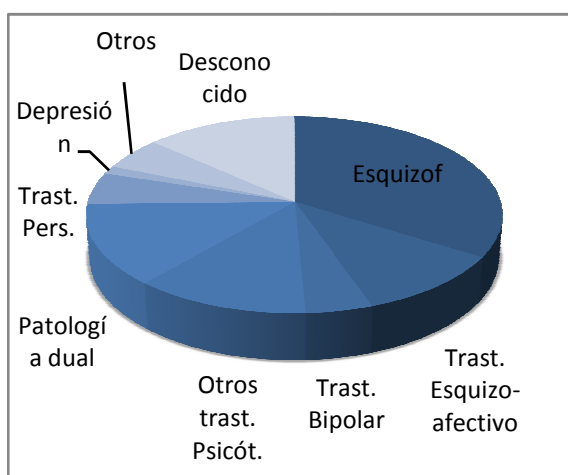
ZONA RESIDENCIAL

Rural	27
Urbano	91
PAIEM (programa prisiones)	36
Otro	9



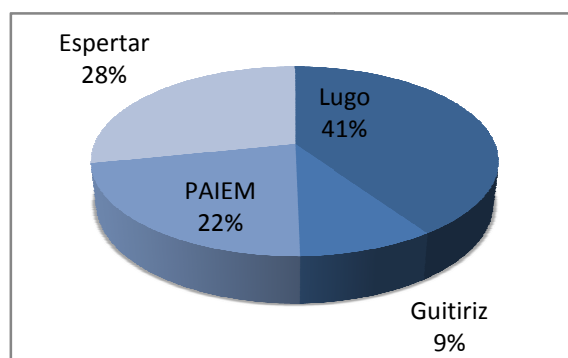
DIAGNÓSTICO

Esquizofrenia	31,29%
Trast. Esquizoafectivo	9,81 %
Trast. Bipolar	4,29 %
Otros trast. Psicótico	11,05%
Patología dual	12,27%
Trast. personalidad	4,9%
Depresión	1,23%
Otros	12,88%
Desconocido	12,27%



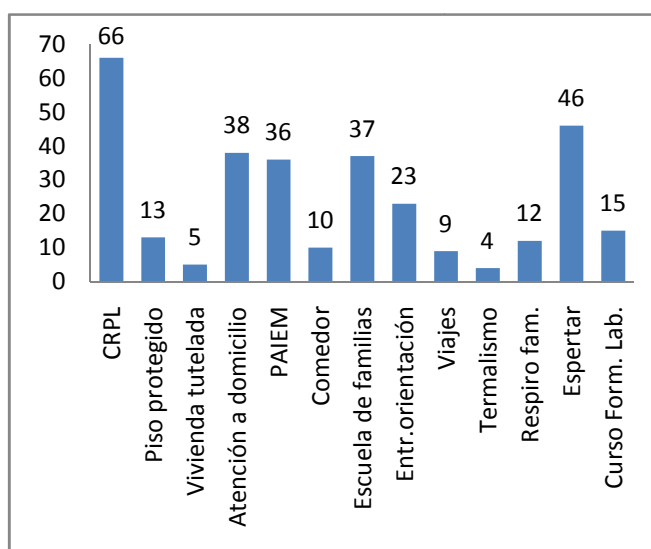
CENTRO AL QUE ACUDE

Lugo	66
Guitiriz	15
PAIEM (Programa prisiones)	36
Esptar	46



RECURSO AL QUE ACUDE (Un mismo usuario puede acudir a diferentes recursos dentro de la asociación)

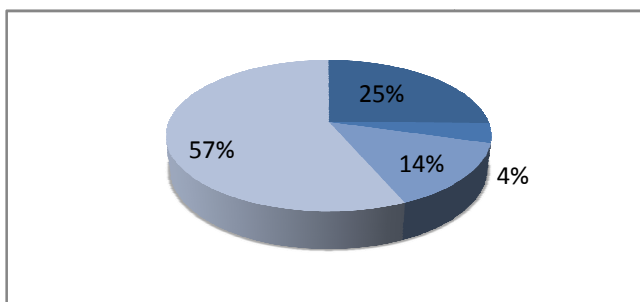
Centro de rehabilitación psicosocial y laboral	66
Piso protegido	13
Vivienda tutelada	5
Atención a domicilio	38
PAIEM	36
Comedor	10
Escuela de familias	37
Entrevista de orientación	23
Esptar	46
Viajes (Imsero, Feafes)	9
Programa Termalismo	4
Estancia respiro familiar	12
Curso "Mantenimiento de jardines y zonas verdes"	15



¿TIENE RECONOCIDA LA SITUACIÓN DE DEPENDENCIA?

Sí	41
En trámite	7
No	23
Desconocido*	92

*No se conocen los datos de muchos usuarios del PAIEM y Espertar.



Colaboración con otras entidades

Para realizar nuestra labor colaboramos con las siguientes entidades:

Concello de Guitiriz: Seguimiento de usuarios en coordinación con la trabajadora social, actividades de tipo comunitario y otras actividades culturales.

Cruz Vermella: Programa Espertar.

Feafes: Cursos, seguimiento laboral de usuarios, ocio.

Fundación Anade: Actividades de teatro.

Museo Provincial de Lugo: Exposiciones, actividades culturales.

Biblioteca Provincial de Lugo e biblioteca de Guitiriz: Actividades culturales.

UDP: Programa de voluntariado (pandereta, costura y lectoescritura).

Adega: Proxecto Ríos.

A Fundación: Programación cultural.

La Caixa: Programación cultural.

Diputación de Lugo: Actividades deportivas.

USC: Programa de voluntariado/ Programa de prácticas Psicología General Sanitaria.

Coremain y Valora: Proyecto Alerta Sanitaria.

Universidad Internacional de Valencia (UIV): Programa de prácticas en la asociación.

Fundación Barrié y Pwc: Desarrollo del Programa Más Social.

FSC-Inserta: Curso actividades auxiliares en viveros, jardines y centros de jardinería.

Concellería de Deportes: Piscina municipal.

Sec. Gen. de Instituciones Penitenciarias: PAIEM en los C.P. de Bonxe y Monterroso.

FUNGA (Fundación Galega para a Tutela de Adultos): gestiones con pacientes tutelados.

Unidades de Salud Mental, Unidad de Agudos del Hospital, Hospital psiquiátrico Calde, Hospital de Día: Coordinación en la atención a usuarios.

Club Monte Penarubia Running Lugo: Ayuda en la sensibilización social.

Actividades



Actividades

TERAPIA INDIVIDUAL

TERAPIA DE GRUPO

ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA (ORIENTADOS A CONSEGUIR LA AUTONOMÍA PERSONAL)

ACTIVIDADES SOCIO-CULTURALES

- Lectura de la prensa diaria comentada
- Coloquio
- Audición de música
- Juegos de mesa
- Visionado de películas con estimulación cognitiva
- Animación a la lectura

ACTIVIDADES DEPORTIVAS



- Centro de Lugo: Natación, los lunes por la mañana en “As Pedreiras”. Predeporte y gimnasia, martes y jueves a cargo de Balagal y lunes y viernes en el Centro de Alume.
- Centro de Guitiriz: Predeporte, gimnasia y juegos deportivos los martes por la mañana. Piscina en verano.

TERAPIA OCUPACIONAL

Talleres ocupacionales en los que se recuperan las habilidades perdidas y se adquieren habilidades nuevas.

TALLERES PRE-LABORALES: JARDINERÍA.



ACTIVIDADES DE OCIO, CULTURALES Y DE SENSIBILIZACIÓN

5 de enero: Cabalgata de Reyes.



7 de enero: Salida al museo provincial para ver la exposición “Estampas Lucenses”.



26 de enero: Entrevista a Lucía Pérez para nuestra revista.



28 de enero: Asamblea extraordinaria.



2 de enero a 25 de febrero: Participación de los usuarios de Guitiriz en el programa “Innóvate” de la Diputación de Lugo para promover redes sociais e internet.

3 de febrero: Visita de la Asociación APEM a nuestro centro.



12 de febrero: Fiesta de Carnaval y visita de Feafes Galicia a nuestro centro.

Usuarios de Guitiriz visitan con guía la “Domus do Mitreo”, dan un paseo por la muralla y comen en un restaurante lucense.

18 de febrero: celebración de carnavales de usuarios del centro de Guitiriz con los usuarios del centro de día de mayores de Guitiriz.



25 de febrero: Visita a la exposición de “Acuarelas” en el Museo Provincial de Lugo.

4 y 12 de marzo: Auditoría de calidad.



19 de marzo: Visita a la exposición “Ollada a miña familia” en el Museo Provincial de Lugo.



23 de marzo: Visita a la residencia San Xoan de Castro de Rei.



25 de marzo: Exposición de Cantigas e Aturuxos en el Centrad.



27, 28, 29 de marzo: Participación con un puesto en el V mercadillo medieval de Fontiñas.

6 de abril: Paseo por Lugo de los usuarios de Guitiriz desde Santo Domingo al centro comercial “As Termas”, comida en el bufet y visionado de “Perdiendo el norte” en el cine.



6 de abril – 28 de septiembre: Impartición del Curso de Mantenimiento de Jardines y Zonas Verdes.

11 de abril: Visita a la exposición “Entre as Nubes” en la Capilla de Santa María.



22 de abril: Asamblea de socios. Visita a las IX Jornadas del telar tradicional en Fingoy.

23 de abril: Simulacro de incendio y salida a la feria del libro.

30 de abril: Visita a la exposición “O cotián na arte contemporánea” del Museo Provincial de Lugo.



4 de mayo: Actuación de magia en el auditorio municipal.



5 de mayo: Actuación de magia en Alume.



12 – 14 de mayo: Estancia en el balneario de Cuntis.



17 de mayo: Participación en la carrera solidaria del Colegio Cervantes.



21 de mayo: Visita a la exposición de fotografía “Diversiónarte” en A Coruña.



23 de mayo: Torneo de Ping-pong en Ferrol.



25 de mayo: Los usuarios de Guitiriz visitan el río para analizar y valorar su estado dentro del “Proxecto Ríos”.



27 de mayo: Salida terapéutica con los participantes del PAIEM en Bonxe a la Protectora de animales de Lugo.



10 de junio: Salida terapéutica con los participantes del PAIEM en Bonxe a la Protectora de animales de Lugo. Salida con los participantes del PAIEM de Monterroso a Marcelle. Jornada de Voluntariado en Alume.



11,12 de junio: Congreso de Salud Mental organizado por FEAFES.



16-18 de junio: Excursión a Ponferrada.



18 de junio: Usuarios de Guitiriz pasan el día en el área recreativa San Xoan con paseo, comida y juegos.



24 de junio: Salida terapéutica con los participantes del PAIEM de Bonxe para entrenar con perros Agility.



25 de junio: Fiesta del verano. Usuarios de Guitiriz asisten a la exposición guiada “Mans salgadas” en aFundación y comen en un restaurante lucense.



2 de julio: Excursión a Santiago de Compostela.



16 de julio: Excursión a Lourizán.

9, 16, 23, 30 de julio y 6, 13, 20, 27 de agosto: Usuarios de Guitiriz acuden a la piscina al aire libre para un curso de natación.

9 de agosto: Torneo de Ping-Pong en Lugo.

14 de septiembre: Participación de los usuarios de Guitiriz en la fiesta del Ecce Homo no Curro Vello.



15 – 22 de septiembre: Viaje a Ibiza.



28 de septiembre: Los usuarios de Guitiriz visitan el río para analizar y valorar su estado dentro del "Proyecto Ríos".



9 de octubre: Participación con un puesto en el mercado "Gastroarte" dentro del San Froilán. Pulpada anual para conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental. Visita guiada de los usuarios de Guitiriz a la exposición del Museo Provincial sobre juguetes antiguos y salida al recinto ferial por las fiestas del San Froilán.

10 de octubre: Partido del Ensino Lugo con motivo del Día Mundial de la Salud Mental.



16-18 de octubre: Estancia en Hío (Cangas).

23 de octubre: Donativo de nuestros usuarios a la AECC.



4 de noviembre: Usuarios participan en el Magosto en el centro de día de mayores de Guitiriz.



6-8 de noviembre: Estancia en Hío (Cangas).



23 de noviembre: Visita y actuación de la banda municipal de música de Guitiriz.



25 de noviembre: Acudimos a la lectura del manifiesto en el Día Contra la Violencia de Género.



26 de noviembre: Usuarios de Guitiriz visitan la exposición "O Bosque" de la fundación La Caixa, comen en el centro comercial Abella y ven la película "8 apellidos catalanes".

3 de diciembre: Acudimos a la lectura del manifiesto por el Día Mundial de la Discapacidad.



4 de diciembre: Inauguración de la exposición de fotografías de Anade en la que participamos exponiendo fotos.



9 – 11 de diciembre: Compra de 10 regalos a niños en situación de exclusión que nos enviaron su carta a los Reyes dentro de la campaña “Ningún Árbol vacío” de la asociación Bonhomía.



10 de diciembre: Visita a la exposición de Antonio Murado en A Fundación.



16-18 de diciembre: Participación en el mercadillo “Diversiarte”.

16 de diciembre: Visionado de cortometrajes sobre discapacidad en el Museo Provincial.



17 de diciembre: Fiesta de Navidad. Compra de un regalo para la campaña “Ningún Árbol Vacío” por parte de los usuarios de Guitiriz, visita a Diversiarte y comida en un restaurante.

Talleres



Autoestima

Objetivos:

Mejorar la percepción de autoeficacia y autoconcepto.



Alambre

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, favorecer la interacción social y conocer las técnicas del trabajo del alambre.



Alfabetización emocional

Objetivos:

Identificar emociones y sentimientos en uno mismo y en los demás y aprender a expresarlos.



Animación a la lectura

Objetivos:

Mejorar la comprensión lectora, fomentar hábitos de lectura.



Actividades de la vida diaria

Objetivos:

Mejorar o mantener la independencia funcional.



Baile

Objetivos:

Mejorar la coordinación psicomotriz y el sentido del ritmo individualmente y en grupo, hacer ejercicio físico mediante una actividad lúdica.



Blog

Objetivos:

Aprender a crear y mantener un blog, facilitar la comunicación y expresión de emociones a través de un nuevo canal, mejorar atención, concentración y memoria.



Cajas, sobres y bolsas

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, fomentar el reciclaje de materiales, promover la creatividad, favorecer la interacción social.



Cápsulas y cajas de madera

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, fomentar el reciclaje de materiales, promover la creatividad, favorecer la interacción social.



Cerámica

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, conocer y trabajar las diferentes técnicas, favorecer la interacción social.



Cestería

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, conocer y trabajar las diferentes técnicas, favorecer la interacción social.



Cine terapéutico

Objetivos:

Trabajar atención sostenida, concentración y memoria, fomentar el debate, aprender a resolver conflictos.



Cocina

Objetivos:

Acercar los hábitos de vida saludables, aprender técnicas básicas de cocina, potenciar la participación y el trabajo en equipo.



Cómo ver cine

Objetivos:

Conocer la historia del cine, estilos, realización y montaje de películas.



Costura y punto de cruz

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, aprender técnicas de costura, favorecer la interacción social, proporcionar una actividad lúdica y de aprendizaje.



Cuero

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, favorecer la interacción social, conocer las técnicas del trabajo artesanal en cuero.



Decoupage

Objetivos:

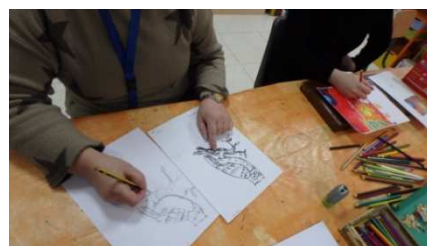
Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, favorecer la interacción social, conocer las técnicas del decoupage para elaborar objetos.



Expresión artística

Objetivos:

Favorecer la creatividad y aprender el manejo de técnicas de pintura y dibujo.



Fimo

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad conocer y trabajar diferentes técnicas.



Fotografía digital

Objetivos:

Aprender a manejar las cámaras digitales, así como técnicas de fotografía digital. Fomentar la creatividad.



Goma eva:

Objetivos:

Ejercitar la psicomotricidad fina, promover la creatividad, favorecer la interacción social, entrenar atención y concentración, elaborar objetos con goma eva.



Habilidades cognitivas

Objetivos:

Estimular las funciones cognitivas: percepción, atención, concentración, orientación, razonamiento y lenguaje. Mejorar los niveles de memoria a corto, medio y largo plazo



Habilidades sociales

Objetivos:

Conocer los componentes de la comunicación humana, diferenciar los contextos donde se produce la comunicación, favorecer el ajuste personal y la inserción social



Historia

Objetivos:

Conocer la historia del mundo, entender el entorno a través de la interpretación de la historia, entrenar atención sostenida, concentración y memoria



Informática

Objetivos:

Fomentar el uso de nuevas tecnologías, mejorar atención, concentración y memoria



Internet

Objetivos:

Aprender a moverse por la red, conocer las diferentes herramientas para buscar información y comunicarse, mejorar atención, concentración y memoria



Jardinería

Objetivos:

Dotar de conocimientos y habilidades para la integración laboral, adquirir los conocimientos y hábitos necesarios para mantener un jardín, crear una brigada de jardinería, favorecer interacción social.



Juegos de cooperación

Objetivos:

Mejorar las relaciones afectivas en el grupo, fomentar la convivencia y la cooperación, evitando la discriminación y los prejuicios, manifestar solidaridad y compañerismo, rechazando actitudes agresivas o de rivalidad.



Juegos de psicomotricidad

Objetivos:

Desarrollar habilidades motoras, la toma de conciencia del propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, orientación espacial, dominio del equilibrio, favorecer la relación con los objetos, el espacio y con los otros.



Lecto-escritura

Objetivos:

Mejorar la capacidad lectoescritora, aprender recursos lingüísticos y estilísticos, ortografía, gramática.



Limpieza

Objetivos:

Trabajar psicomotricidad fina y gruesa, fomentar el trabajo en equipo, favorecer la conciencia de “entorno limpio”.



Mandalas

Objetivos:

Fomentar la creatividad y la expresión artística, así como favorecer la respuesta de relajación.



Marquetería

Objetivos:

Fomentar la creatividad, trabajar atención y concentración.



Muñecos de pasta

Objetivos:

Fomentar la creatividad, aprender a trabajar con pasta.



Musicoterapia

Objetivos:

Aprender a expresar sentimientos y emociones a través de la música, interpretada con instrumentos de percusión.



Ocio

Objetivos:

Fomentar la ocupación del tiempo libre, favorecer las relaciones interpersonales y la participación social



Panadería y pastelería

Objetivos:

Potenciar la participación y el trabajo en equipo, las relaciones sociales y la colaboración, aprender técnicas básicas de cocina, favorecer un ambiente agradable y de disfrute, Aprender técnicas básicas de cocina y aplicarlos en la elaboración de la receta.



Pandereta

Objetivos:

Mejorar la coordinación psicomotriz, educar la voz y el oído, potenciar el trabajo en equipo y favorecer la inserción social.



Papel maché

Objetivos:

Aprender una técnica de reciclaje de papel, desarrollar la creatividad.



Papiroflexia

Objetivos:

Desarrollar la psicomotricidad fina a través del plegado de papel.



Ping pong

Objetivos:

Aumentar la actividad física diaria, incorporar hábitos de salud, regular el peso, hacer uso de recursos comunitarios.



Pintura en tela

Objetivos:

Aprender a pintar en tela, ejercitar la psicomotricidad fina.



Piscina

Objetivos:

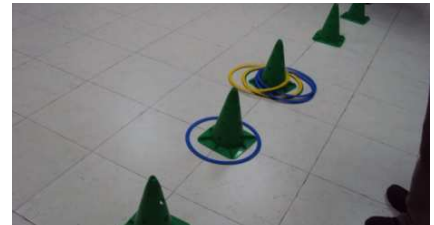
Aumentar la actividad física diaria, incorporar hábitos de salud, regular el peso, hacer uso de recursos comunitarios.



Predeporte, psicomotricidad, deporte y zumba

Objetivos:

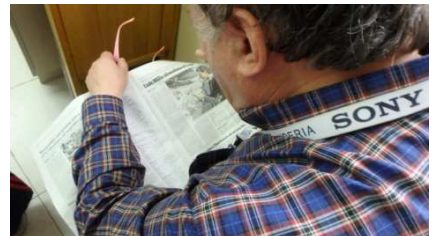
Aumentar la actividad física diaria, incorporar hábitos de salud, regular el peso, hacer uso de recursos comunitarios. Desarrollar habilidades motoras, la toma de conciencia del propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, orientación espacial, dominio del equilibrio, favorecer la relación con los objetos, el espacio y con los otros.



Prensa

Objetivos:

Crear hábitos lectores, trabajar la comprensión lectora, orientar a los usuarios en el tiempo y en la realidad, entrenar habilidades comunicativas (aprender a escuchar, a respetar turnos).



Revista "Alumear"

Objetivos:

Ofrecer un medio para expresar opiniones, entrenar habilidades de lectoescritura, fomentar la creatividad y el trabajo en equipo.



Taichí/Relajación

Objetivos:

Inducir relajación muscular, respiración abdominal y fomentar el autocontrol, mejorar la coordinación psicomotora, la conciencia del propio cuerpo, la orientación espacial y el equilibrio.



Terapia de grupo y psicoeducación

Objetivos:

Seguimiento semanal de la evolución de los usuarios. Entrenar habilidades de comunicación y de resolución de problemas. Fomentar el autocontrol y el respeto por las opiniones y sentimientos de los demás. Dar información sobre el TMS y su manejo para conocer la enfermedad, Favorecer la adherencia al tratamiento y prevenir recaídas.



Alume en los medios



Lugo estrena asistencia para enfermos mentales sin techo

► Alume sigue y apoya a catorce personas con trastornos graves en un programa pionero en Galicia que otras urbes ya estudian replicar
► El colectivo va de la mano de Cruz Roja y cuenta con el imprescindible apoyo de psiquiatras del Sergas. Financian el servicio Barrié y Roviralta

CARMEN UZ
LUGO. Catorce personas sin techo que viven en la ciudad y padecen patologías psiquiátricas o trastornos graves de personalidad tienen su enfermedad bajo control, en su mayor o menor medida, gracias a la labor que los especialistas de Alume (Asociación Lucense de Ayuda a Enfermos Mentales) realizan en la calle desde el otoño pasado.

Tres especialistas en salud mental prestan ese seguimiento y apoyo de la mano de personal de Cruz Roja, con el imprescindible apoyo de la unidad de Psiquiatría del Sergas y la no menos importante colaboración de todas las instituciones de la ciudad que asientan a personas sin techo y de más de medio centenar de ciudadanos que ayudan a título particular. Alume presta este servicio con algún medio propio, pero fundamentalmente con la financiación de las fundaciones Barrié y Roviralta. La aportación económica termina en junio, pero dados los resultados que se están obteniendo, Alume correa en tener apoyo para continuar.

La atención a estas personas era un objetivo de Alume desde hace tiempo y para empezar a prestar la fue clave el papel de Cruz Roja. «Ellos tienen un programa para personas sin techo, hicimos una jornada de formación conjunta y empezamos a salir juntos. Eso nos facilitó mucho la labor porque Cruz Roja tiene una gran credibilidad, ganada a pulso, lo que hace que a nosotros también nos identifiquen como algo positivo», explica la directora, Ana Regueira. El personal de Alume sale a la

calle los lunes, miércoles y viernes, dado que el de Cruz Roja lo hace los martes y jueves. El objetivo es, exclusivamente, mejorar la salud de los enfermos mentales que viven en la calle, para que después puedan acceder a los recursos para personas sin techo de que dispone la ciudad. «Recursos hay, el problema es que no puedan usarlos por su situación de salud mental», explica Regueira. Esa mejora pasa porque los enfermos sean valorados por un psiquiatra, tienen la medicación y hagan las revisiones necesarias. Para llegar a ese punto es necesario que se establezca una relación de confianza entre los usuarios y los especialistas de Alume que lleva su tiempo y que no siempre es fácil, pero tampoco imposible. Esa es una de las principales reflexiones que hace el personal de Alume tras casi medio año de trabajo. «Nun primeiro momento pare-

cíanos imposible seguirla tomar un café con alguna persona, e ao final accedemos a ir ao psiquiatra. Recentemente, confluimos en Cruz Roja que un dos seus usuarios por primeira vez se sentou a falar con eles para estudar a posibilidade de ir a un piso, que lle plantearon algunha vez», explica Lucía Rodríguez, psicopedagoga, educadora social y coordinadora del equipo de calle. De él forman parte la psicóloga Cristina López y la trabajadora social Leticia Varela. Llevan pocos meses con el logo de Alume y entre los usuarios hay quien las conoce como «las chicas de azul de Cruz Roja».

De los quince sin techo con enfermedad mental identificados hasta el momento, solo uno se resiste a recibir ayuda de Alume, por ahora. De los restantes, seis reciben medicación antipsicótica inyectable en el Sergas cada quince días o cada mes y los otros toman

otro tipo de medicación bajo cierto seguimiento de Alume, como los primeros. «En tal el volumen de necesidades que tienen estas personas, que es muy difícil apreciar una mejora evidente, pero sí la hay», explica el presidente de Alume, Manuel Fernández.

El perfil de los usuarios es muy dispar, como el tiempo que llevan en la calle. Hay desde un joven de 19 años a una persona de 80. La mayoría son hombres.

El programa de Alume es seguido con interés desde otras ciudades y en su eficacia hay varias claves. Una es la buena disposición de los psiquiatras del Sergas, que ven a los pacientes cuando estos están en disposición de acudir a la consulta, sin cita. Pero para llegar a ese punto es imprescindible la colaboración institucional y ciudadana previa. La asociación cuenta con una red de contactos que se acerca al centenar de personas profesionales y ciudadanos de a pie, entre ellos, otras personas sin techo, que les informan y les ayudan. «Parte del éxito es que todo el mundo estaba deseando que hubiera algo así y la colaboración es excepcional», destaca Regueira.



Trabajadoras de Alume. (Fotografía: Ana Regueira)



Ana Regueira
Psicóloga y directora de Alume
Parte del éxito es que todo el mundo estaba deseando que hubiera algo así y la colaboración de instituciones y ciudadanos es excepcional.

José Manuel Cela Hostal Porta de Santiago

«Axudamos a quen o necesita, e esta xente necesítalo máis»

El hostal y restaurante Porta de Santiago es una referencia entre las personas con enfermedad mental que viven en la calle y que no tienen una estructura familiar o social de apoyo. Y por esta razón, también entre las asociaciones y administraciones públicas que las asiste. «Axudamos a estas per-

soas, como a calquera que o necesite, pero esta xente necesítalo máis», explica el propietario José Manuel Cela.

El Porta de Santiago colabora con el programa de ayuda a los sin techo de Alume y se responsabiliza de dar la medicación a una serie de personas que acuden al

establecimiento para recibirla a una determinada hora del día. Si es necesario, incluso anticipa el dinero para los fármacos. Pero, además, este local da alojamiento y comida de forma habitual a varias personas con enfermedad mental. Cela asegura que este hecho nunca supuso rechazo ni de trabajadores ni de clientes, al menos explícito, sino todo lo contrario. El hostalero lucha contra el estigma de que estos enfermos son conflictivos, asegura que son muy agradecidos y que el trabajo de Alume «non só é útil, é moi necesario».

Aida Comerciante de A Milagrosa

«Alume tráeme a medicación e o rapaz vén tomala cada día»

Aida y su marido tienen un negocio en la zona de A Milagrosa por el que, hace un par de años, empezó a acudir un joven «un moi mal evitado». «Era un rapazinho que o via pola rúa e dábache medo porque a sempre moi asustado, falaba só... Vinha a pedir para un bocadillo, para tabaco... empezamos a coher-

confianza co meu home, deixába aquí a mochila... e co tempo saímos que tiña esquizofrenia paranoide», explica la comerciante, que un día fue vista por el personal de calle de Alume conversando con el chico.

En ese momento, la asociación estableció relación con Aida y esta

acabó responsabilizándose de dar la medicación al joven. «Alume tráeme a medicación e o rapaz vén tomala todos os días á súa hora», explica la mujer, que apreció un gran cambio en el chico. «Leva moito e medio e a súa vida mellor, está máis tranquilo, tázono, cóidase e aséase máis o día que venía as rapazaas de Alume... O cambio foi do 100%. As rapazaas fan un gran traballo», afirma. Quien quiera colaborar con Alume puede dirigirse a expert@alume.org y al 698182141 y 982251402.

Alume controla y medica en Lugo a 14 sintecho con brotes psicóticos

Les facilita el acceso a atención psiquiátrica y a otros recursos asistenciales

LUCÍA REY
LUGO / LA VOZ

Caminan desorientados, sin rumbo, con la mirada perdida o hablando solos, duermen en portales, a veces provocan broncas, el resto de la gente se aleja cuando se cruza con ellos por miedo. Las personas con enfermedad mental que viven en la calle son «los excluidos de entre los marginados», como destacan desde la Asociación lucense de ayuda a enfermos mentales (Alume), que impulsa un programa pionero en Galicia mediante el que está ayudando a 14 sintecho con trastorno psicótico de Lugo. Tienen entre 19 y 80 años, y aunque la mayoría son hombres también hay mujeres. Y lo hace mano a mano con Cruz Roja, que lleva años apoyando en la calle a los sintecho. «Hace tiempo que venimos observando que es un campo en el que debíamos intervenir», subra-

ya el presidente de Alume, Manuel Fernández Praxo. Tras identificar a los «posibles beneficiarios», tres trabajadoras del proyecto, que se llama Espertar, se encargan de su seguimiento para mejorar su estado de salud y conseguir integrarlos en los recursos que existen, como el local de Cruz Roja donde pueden desayunar y ducharse, el Fogar do Transente, los servicios sociales del Concello, o el ropero y el comedor social de Cáritas. «Hay recursos pero no pueden hacer uso de ellos porque sufren trastornos psicóticos o alteraciones graves de personalidad que los incapacitan», explica la directora del centro de Alume, Ana Regueira. Tres trabajadoras del proyecto salen a la calle tres días a la semana (lunes, miércoles y viernes) para acercarse a ellos, establecer una relación de confianza y conseguir que accedan a recibir atención psiquiátrica. Con ese fin



Las trabajadoras de Alume visten petos azules en las salidas. L.A.

los acompañan a unidades de salud mental y a psiquiatras, donde les inyectan la dosis de antipsicóticos que les corresponde, y cuyos efectos duran entre 15 días y un mes, según la prescripción médica. Ese tratamiento ayuda «a que no se metan en problemas». «La medicación oral es casi im-

posible que la tomen porque tienen que estar pendientes de mirar el reloj, de tener agua...», reflexiona Regueira. Desde Alume destacan la colaboración que están encontrando entre los sintecho y en la ciudadanía en general, además de entre el colectivo sanitario y otras entidades.

ANA REGUEIRA
DIRECTORA DE ALUME

«Ayudarlos también beneficia a la sociedad porque si toman la medicación provocan menos altercados»

L.R. LUGO / LA VOZ

La enfermedad mental provoca un «desarraigo grande», por lo que una persona con trastorno de conducta o alteraciones graves de la personalidad que vive en la calle «tiene pocas probabilidades de encontrar un lugar donde vivir y alguien con quien convivir», como explica la directora de Alume. —¿Qué implica Espertar? —Ayudar a estas personas mejora su calidad de vida, pero también beneficia a la sociedad porque si toman la medicación provocan menos altercados, hay menos desplazamientos de la policía, de la ambulancia, menos preocupación social. —«Es cierto que tiene un beneficio social considerable, pero por encima está la obligación moral de atender estos casos», apunta el presidente de Alume, Manuel Fernández.

«LA GENTE QUIERE AYUDAR, PERO NO SABE CÓMO»
Más de 50 «agentes» velan por ellos

San Roque, Lamas de Prado o A Milagrosa son barrios donde viven personas con enfermedad mental sin techo. Sin embargo, su red social es amplia ya que acuden a diario a un bar, a un 24 horas o a la farmacia. Alrededor de 50 de estos particulares están colaborando activamente con Alume como «agentes» que velan por el bienestar de los afectados.

El programa Espertar se financia con una ayuda de la Fundación Barrié, otra de la Fundación Roviralta, y pequeños apoyos puntuales. «Non require unha gran inversión económica nin grandes medios, máis ben coordinación», destacan en Alume. En Espertar están Lucía Rodríguez (psicopedagoga), Cristina López (psicóloga) y Leticia Varela (trabajadora social).





Los reclusos con personal de la Protectora. EP

Bonxe aplica una terapia con animales para presos con enfermedad mental

► Ocho internos del centro penitenciario lucense ya han realizado la primera de las seis salidas programadas, que fue al albergue de la Protectora y al Hospital Veterinario Rof Codina

C.U./A.C.

LUGO. Su docilidad y su carácter afectuoso, entre otras cualidades, hacen del perro un animal idóneo para las terapias asistidas, sobre todo para personas con discapacidad. La prisión de Bonxe ha puesto en marcha por primera vez una actividad de este tipo para que se puedan beneficiar internos que padecen enfermedad mental.

La unidad de tratamiento de este centro penitenciario lucense ha programado seis salidas con el fin de que presos dejen temporalmente su reclusión para evadirse interactuando con animales domésticos.

En esta actividad terapéuti-

ca participan ocho internos que están incluidos en el programa de atención integral a enfermos mentales, que tiene como meta su rehabilitación.

Los beneficiarios acaban de hacer la primera salida al exterior. Por unas horas dejaron las celdas para disfrutar de la compañía del que está considerado el mejor amigo del hombre.

Los internos visitaron el albergue que la Sociedad Protectora de Animales tiene en Muxa, en donde atiende a cerca de 400 perros. Allí tuvieron la oportunidad de pasear a canes y encargarse de su limpieza.

Después participaron en un

taller terapéutico en el Hospital Veterinario Rof Codina, en el campus lucense, en donde aprendieron a relacionarse con los animales y a educarlos.

VENTAJAS. La subdirectora de tratamiento del centro penitenciario de Bonxe, Laura Suárez, considera que la ayuda de los animales puede contribuir a «potenciar las habilidades de comunicación y de relación personal» de estos internos.

Laura Suárez entiende que esta actividad terapéutica, que ya se lleva a cabo en otros centros penitenciarios gallegos, como Teixeiro (A Coruña) o Pereiro de Aguiar

(Ourense), permitirá además «mejorar la autoestima, la autonomía y las relaciones sociales; reducir los estados de ansiedad y depresión y fomentar el sentido de la responsabilidad».

Estas salidas, que cuentan con el respaldo financiero de la fundación Barrié, completan la terapia que se viene desarrollando en la prisión de Bonxe con actividades deportivas, ocupacionales y educativas.

Los internos son acompañados por profesionales que integran el equipo multidisciplinar del centro penitenciario y por voluntarios de la Asociación Lucense de Axuda a Enfermos Mentais (Alume).



Salida de la prueba organizada por Cogami y Alume, dentro de la carrera solidaria del colegio Cervantes. XESOS PONTE

Lucenses con una meta social

► Unas 700 personas participaron en la carrera del colegio Cervantes

► El Círculo acogió un concierto de la banda y del Orfeón Lucense para Manos Unidas

EL COLEGIO Cervantes volvió ayer a batir un nuevo récord de participación en su quinta carrera solidaria, en la que participaron, en esta ocasión, unas 700 personas de todas las edades, algo más que el año anterior. La carrera —celebrada en A Milagrosa— incluyó, en esta ocasión, una prueba no competitiva organizada en colaboración con la Confederación Ga-

lega de Persoas con Discapacidade (Cogami) y la Asociación Lucense de Ayuda a Enfermos Mentales (Alume).

A falta de hacer el recuento definitivo, los organizadores cuentan, al menos, con superar los 1.700 euros de recaudación puesto que este dinero ya fue alcanzado solo con el coste de las inscripciones en la carrera (3 euros por participante). La recaudación obtenida irá destinada al Banco de Alimentos, Alume y Cogami.

Los ganadores, en las distintas categorías, fueron: **Dani García Simón**, **María Vázquez Folgar**.

Xoel Prado Ramos, **Aldara Ceide Santos**, **Alejandro Vázquez Liz**, **Xiana Fernández Hortas**, **Cristian Montecelo Mahía**, **María Carballido Canto**, **Nicolás Arrojo** y **Noemí Freijo**. Por equipos, los vencedores fueron: Monte Penarrubia, Marzo Saúde y Monte Segade.

Concierto a favor de Manos Unidas en el Círculo de las Artes

Manos Unidas organizó ayer, a las ocho, un concierto solidario, en el Círculo de las Artes, en el que actuaron la Banda Municipal de Lugo y el Orfeón Lucense.



Una de las pruebas infantiles. XESOS PONTE



Galicia, la segunda comunidad con más indigentes, con 3.600 sintecho

Colectivos y concellos realizan campañas para ayudar a personas que viven en la calle, que en ocasiones arrastran problemas mentales y de alcoholismo

A. U. REDACCIÓN / LA VOZ

Carlos Montouto Bastida, el *Gringo*, fue encontrado muerto el pasado 5 de mayo debajo de un viaducto de la autopista de Vigo. Vivía en la calle desde hacía 40 años y falleció con 80. En su misma situación se encuentran en Galicia más de 3.600 personas, según los datos que ha hecho públicos Cáritas. Son 133 sintecho por cada cien mil habitantes, lo que arroja una ratio muy por encima de la media de España, que es de 71. Esta cifra sitúa a Galicia a la cabeza de España, detrás del País Vasco.

El problema varía según las ciudades. En Lugo hay una quincena de indigentes que duermen habitualmente en galerías y soterrales del casco histórico, donde suelen pedir limosna durante el día. La mayor parte de ellos recurren al hogar del transeúnte para ducharse, comer y dormir caliente los días que pueden. Pero en dicho hogar no se puede pernoctar todos los días, por lo cual la mayor parte de las noches las pasan en sus lugares habituales. Hace algunos meses, la asociación lucense de ayuda a enfermos mentales (Alume), inició una campaña de ayuda a una docena de indigentes que son enfermos con brotes psicóticos habituales, porque a través de los medios de atención social se descubrió que casi todos los indigentes de la ciudad están en esa situación porque sufren alguna enfermedad mental, en algunos casos combinada con el alcoholismo.

Según los datos facilitados por la asociación Arraigo, en Ferrol, en la actualidad duermen en la calle —cajeros y edificios en ruinas— alrededor de veinte personas. Arraigo tiene actualmente un centenar de usuarios que acuden con frecuencia en demanda de alimentos, ropa y otros productos de primera necesidad, y al local de la entidad suelen ir a diario a tomar café alrededor de 80 indigentes. El único estableci-



Entidades como Cáritas o la Cruz Roja (en la imagen) atienden de forma regular a los sintecho. PRADERO

miento habilitado en Ferrol para la pernocta de gente sin techo y transeúntes es el Refugio Pardo de Atín, ubicado en el Hospital Juan Cardona de Caranza.

La céntrica plaza de Armas, situada delante del consistorio ferrolano, suele ser el punto de encuentro durante el día de personas sin techo y los conflictos y reyertas suscitados entre ellos requieren en ocasiones la intervención policial.

De paso en Ourense

En Ourense los sintecho locales están localizados y asistidos, en la medida en que se dejan, por los recursos públicos o de entidades como Cáritas o Cruz Roja, que tienen con ellos un trato cotidiano y saben dónde los encuentran según la hora y el día que haga. Los foráneos no suelen estar más que una o dos jornadas, de paso hacia otras ciudades más atractivas, bien por tener mayor población como potenciales clientes en la mendicidad o más oportunidades de encontrar algún tra-

bajo esporádico, pero sobre todo, buscan un clima más benévolo. Cruz Roja tiene un programa de rondas por la ciudad cuando hay olas de frío o de calor. En las salidas del pasado invierno localizaron a media docena que se negaban a dormir en el Fogar do Transeúnte. La media de ocupación de esa instalación municipal es de 11 personas, que es la mitad de su capacidad.

En el albergue Xoán XXIII, de Santiago, tienen un grupo de voluntarios que van por la noche para repartir café con leche y hablar con las personas que duermen en la calle. Aunque el número varía en función del tiempo, tienen controlados a 20 sintecho. Duermen en cajeros y portales. También algunos pasan la noche en el acceso a la estación de autobuses, y cerca del barrio de San Pedro hay una dársena de autobuses, totalmente abierta, donde hay indigentes que duermen pegados al muro para protegerse del frío.

Cáritas calcula que en Santia-

go hay unos 120 sintecho, y en A Coruña, unos 295. Muchas son itinerantes, por lo que las cifras varían mucho.

En la ciudad herculina está operativo un equipo, el Semus, de Cruz Roja con apoyo municipal, que repasa las calles para dar apoyo. Otro es el propio equipo de Exclusión municipal del Ayuntamiento. Llevan a cabo programas variados, como Café y Calor, dando mantas y bebidas calientes en invierno a los que no quieren dormir bajo techo.

Existe un concierto con la residencia Padre Rubinos para ofrecer plazas a los indigentes, que nunca se ha llenado. El problema es que muchos sintecho no quieren dejar las calles. También se apoya a otras entidades, como Renacer, que tiene pisos para personas sin hogar, y hay lugares gestionados por la Iglesia como el Hogar de Sor Eusebia.

Con información de Fina Ulloa, E. Eiroa, M. Cabana, M. Mosteiro, y C. López.

Tenis de mesa

El Dez Portas Alume se lleva el Gallego para discapacitados intelectuales

REDACCIÓN

LUGO. El Dez Portas Alume se proclamó campeón por equipos dentro del IV Campeonato de Galicia de tenis de mesa para discapacitados intelectuales. Por su parte, el Dez Portas Aspnais logró el subcampeonato en este torneo, un completo éxito para el tenis de mesa lucense.

A nivel individual, Adrián Fernández Maside ocupó la segunda posición, en tanto que Marcos Prado Fandiño se clasificó tercero. El Dez Portas Alume formó en el torneo con Salustiano Rivera, Jesús Pérez, Jesús Santos y Marcos Prado. El Dez Portas Aspnais acudió al torneo con Adrián Fernández, Xoel Varela, José Antonio Vila y Juan Antonio Castro.

Los representantes del Dez Portas lograron cuatro medallas de bronce en el torneo Ciudad de Ferrol, a cargo de Ari Núñez y Andrea López (alevín/infantil femenino) y Adrián Expósito y Hugo Becerra (sénior).

La Opinión de La Coruña, 7 de junio de 2015

Lucha diaria contra el estigma

Más de 2.000 gallegos con enfermedad mental se benefician de los programas de inserción laboral y acceso a la vivienda de asociaciones de la comunidad con el objetivo de lograr su plena integración en la sociedad

Ana Ramil | A Coruña | 07.06.2015 | 11:35

Marilyn Monroe tenía trastorno límite de la personalidad, David Beckham padece trastorno obsesivo compulsivo y Ernest Hemingway y Catherine Zeta-Jones comparten un mismo diagnóstico: trastorno bipolar. Ellos son un claro ejemplo de que una enfermedad mental no limita para desarrollar una carrera de éxito aunque son una excepción dentro del colectivo. La mayoría de los pacientes con un trastorno mental tienen que luchar cada día contra el estigma social que tienen esta dolencia y esto provoca que tengan numerosos problemas para conseguir un trabajo o poder acceder a una vivienda. Asociaciones de afectados de toda España se reunirán la próxima semana en A Coruña para analizar los proyectos de integración destinados a este colectivo

Una de cada cuatro personas desarrollará



Usuarios de Feafes Galicia realizan una parte del Camino de Santiago. **la opinión**

Una de cada cuatro personas desarrollará alguna enfermedad mental a lo largo de su vida, es la primera causa de discapacidad entre los jóvenes de 18 a 30 años y se calcula que estas dolencias representan el 12,5% del total, por encima de otras como el cáncer o los trastornos cardiovasculares. Las enfermedades mentales son patologías frecuentes y con distintos grados de gravedad -desde depresión y ansiedad hasta esquizofrenia o trastorno bipolar-, pero que todavía están estigmatizadas, lo que provoca que quienes las padecen se encuentren numerosas trabas para encontrar un trabajo o acceder a una vivienda, aspectos que según los expertos son claves para lograr una "plena integración". Por ello, las entidades que conforman la Federación de Asociaciones de Familiares e Persoas con Enfermidade Mental (Feafes Galicia) cuentan con diferentes proyectos para mejorar la inserción laboral y evitar la exclusión social de este colectivo. "El objetivo es que puedan iniciar una vida autónoma, que se sientan útiles, planifiquen su futuro y sean felices", señala el presidente de Feafes Galicia, Xosé Ramón Girón, quien explica que precisamente estos tres temas -empleo, vivienda y exclusión- centrarán el XIX Congreso estatal de Feafes que se celebra esta semana en A Coruña y que reunirá a 400 expertos y familiares de todo el país bajo el lema *Embarcados cara a unha vida plena*.

Los falsos mitos que rodean a estos pacientes -pensar que son agresivos, confundir su enfermedad con una discapacidad intelectual o creer que no están capacitados para trabajar- son los que impiden su plena integración social y que todavía haya quienes decidan no hacer público su problema. Los datos de la Consellería de Benestar revelan que un total de 41.533 gallegos cuentan con un certificado de discapacidad por enfermedad mental, los casos más graves, pero desde Feafes creen que hay muchos más. "Es cierto que con la llegada de la crisis y para recibir una ayuda aumentaron los inscritos en el censo, pero todavía cuesta hacerlo oficial", señala Girón. "El mayor problema contra el estigma es que los propios pacientes no reconozcan su enfermedad, tienen que afrontar lo que tienen, entenderlo y saber que eso no les hace ni mejor ni peores que el resto", añade el presidente de la asociación Alume de Lugo, Manuel Fernández.

El primer paso para derribar el estigma, según los expertos, pasa por la integración laboral de estos pacientes ya que es una forma de que se conviertan en elementos activos de la sociedad -lo que tiene para ellos una función terapéutica ya que pasan del rol del enfermo al rol del trabajador- y la clave para que tanto empresarios como compañeros destierren los prejuicios que tenían sobre esta enfermedad. A ello se suman proyectos en los que se dan las claves para que tengan una vida autónoma o en los que se ayuda a colectivos más vulnerables como los presos o las personas sin hogar.

EEmpleo. Conseguir un puesto de trabajo se convierte en una carrera llena de obstáculos para cualquier persona con discapacidad, pero el problema se acentúa cuando la discapacidad se produce por una enfermedad mental. "Este colectivo registra una mayor discriminación y unos niveles más bajos de inserción laboral", explican en Feafes Galicia, donde sostienen que de los más de 41.000 gallegos censados como personas con discapacidad por enfermedad mental, sólo un 5% tiene un empleo estable y la mitad ha sufrido algún tipo de discriminación laboral.

En esta elevada tasa de desempleo influyen diferentes factores. Por una parte, se trata de un colectivo que normalmente no cuenta con una formación muy cualificada. "Hay que tener en cuenta que la enfermedad suele aparecer entre los 16 y los 30 años y esto hace que dejen de estudiar hasta que se estabilicen", señala la coordinadora de servicios y programas de Feafes Galicia, Carina Fernández, quien alude a los prejuicios de muchos empresarios como otra de las principales trabas para encontrar un empleo. "Hay una idea muy equivocada de lo que es la enfermedad mental, la gente cree que son violentos, que van a coger más bajas o que no están capacitados y no es así", indica para resaltar que, al contrario, "estos trabajadores rinden más porque se esfuerzan mucho más precisamente para derribar esos prejuicios".

Para mejorar la inserción laboral, Feafes Galicia cuenta con un programa específico en donde los pacientes que lo demandan pueden buscar trabajo o recibir la orientación laboral necesaria. "En la actualidad tenemos 2.383 personas inscritas que demandan un empleo, pero la realidad es que de éstos, sólo un tercio están en condiciones de trabajar ya", reconoce Carina, quien indica que antes de ponerse a buscar un empleo, los técnicos de Feafes analizan la situación del paciente desde el punto de vista formativo, social, familiar y clínico. "Vemos que tenga una vivienda en la que residir, que clínicamente esté compensado y siga el tratamiento, su formación... Porque si no se cumplen una serie de condiciones la inserción será un fracaso, dejará el trabajo", sostiene Carina, quien explica que el pasado año, el programa logró que 155 personas encontrasen un trabajo. El resultado, un éxito. "Los empresarios suelen quedar encantados", dice.

EVivienda. Enseñarles las claves para llevar una vida independiente (desde cómo hacer la compra o llevar una dieta saludable a la organización de tareas del hogar) o habilitar centros para personas con enfermedades mentales en los que se busca la integración e inserción social son algunos de los proyectos de las entidades de Feafes Galicia para mejorar el acceso del colectivo a una vivienda. "Hay que analizar las necesidades de cada paciente: algunos no tienen familia o esta no puede hacerse cargo, otros simplemente llegado un momento quieren independizarse", señala la directora de la Asociación Pro Enfermos Mentales (APEM) de A Coruña, Esther Monterroso.

Una opción son los pisos tutelados, viviendas en las que residen cuatro o cinco personas y que son supervisadas periódicamente por técnicos de Feafes. "Se les asesora en la programación de tareas, para hacer la compra, se vigila que tomen la medicación y en función de la autonomía de los pacientes se les visita una vez al día o cada dos días", indica Esther, quien explica que en la actualidad hay ocho pisos de estas características sólo el área sanitaria de A Coruña. En el conjunto de Galicia, 184 usuarios se benefician de este tutelaje que les permite estar largas temporadas en estos pisos. Cuando la estancia es más temporal se recurre a viviendas de transición, con las mismas características y si el enfermo no tiene una gran capacidad de autonomía existen las bautizadas como minirresidencias en A Coruña. Burela. Ourense y Viladonga con 75 plazas. "No tiene nada que ver con los antiguos psiquiátricos. La calidad de vida de los afectados es mucho mayor y no se trata de un centro segregador sino una vía para integrarles. Ha cambiado el concepto y ahora se opta por romper barreras, estas personas viven mejor en la comunidad, en su entorno", sostiene.

EExclusión social. Feafes calcula que la mitad de las personas que viven en la calle en Galicia padecen algún trastorno mental y que cuatro de cada diez necesitan tratamiento psiquiátrico. Además se estima la incidencia de las enfermedades mentales en los centros penitenciarios triplica a la observada en el resto de la población. Por ello, las asociaciones apuestan por dar apoyo a estos colectivos que unen a su problema de salud su exclusión social. Galicia es pionera en un proyecto para abordar la enfermedad mental en la cárcel, gracias al programa *Paiem*. "Los presos con trastorno mental son más vulnerables, más manipulables. Por ello, expertos les visitan en la cárcel para ayudarles a manejarse en la prisión y una vez que estén en libertad para evitar recaídas en la delincuencia", explica Manuel Fernández, quien indica que los psicólogos y trabajadores sociales también trabajan con las familias e incluso con otros presos que se convierten en "protectores" del paciente en la cárcel.

Algo similar ocurre con el programa Espertar, donde miembros de Feafes recorren las calles para detectar qué *sin fecho* pueden presentar problemas mentales e intentar ganarse su confianza para hacerles un seguimiento, vigilar que tomen el tratamiento e incluso acompañarles a centros de salud. Muchas veces es complicado que estos pacientes quieran abandonar la calle, pero se teje una red de voluntarios que velan por su seguridad. "Tenemos la propietaria de un tienda que si hace dos días que no ve a uno de nuestros usuarios nos avisa o el dueño de un hostel que le paga las medicinas a otro", resalta.

La Diputación destina 290.000 euros a entidades para integración social

► Avanza que creará una mesa de trabajo para fijar los próximos criterios de reparto de fondos

CONCHI GARCÍA NÚÑEZ
#provinciaelprogreso.es

LUGO. La presidenta de la Diputación de Lugo, Elena Candia, y la diputada de bienestar social, igualdad y juventud, María Teijeiro se reunieron ayer con los representantes de una treintena de entidades sociales de la provincia para firmar un convenio de colaboración. El fin principal de esta acción es subvencionar las actividades que estos colectivos organizan para integración social. La Diputación destinará a este fin 291.200 euros.

Entre los objetivos principales de las entidades subvencionadas se encuentran conseguir la integración social y laboral y brindarles apoyo a personas con necesidades específicas. La presidenta aprovechó para agradecer el esfuerzo y la constancia de estos colectivos y destacar que «o seu tesón é algo digno de recoñecemento». Asimismo mencionó también la importancia de que las administraciones públicas pongan de su parte para darles visibilidad a todos los proyectos de este tipo y los apoyen económicamente.

La presidenta del gobierno provincial manifestó ante los representantes de las entidades su intención de mejorar la transparencia en el proceso de concesión de ayudas. Para ello, Candia avanzó que se organizará una mesa de trabajo para poder fijar unos «parámetros obxectivos» en los que poder basarse a la hora de conceder este tipo de ayudas. Los invitó a participar para conseguir con su colaboración «incrementar a transparencia e imparcialidade das axudas».

Elena Candia también explicó



Candia, con representantes de asociaciones en el acto de firma del convenio, ayer en Lugo. PEPETEJERO

que la Diputación busca impulsar «o traballo en rede e a colaboración con este tipo de asociacións porque entendemos que é fundamental para mellorar a calidade de vida de colectivos vulnerables».

En el transcurso de este acto se anunció también que las subvenciones excepcionales que todavía están pendientes de resolución se tramitarán de forma más rápida a partir de ahora. Además, mostró la voluntad de la institución por continuar «co maior número de colaboracións posibles nas vindeiras convocatorias, primando todos aqueles proxectos que dean cobertura ás necesidades sociais máis urxentes e aqueles dos que se beneficie una maior parte da poboación».

Ayudas Casi una treintena de colectivos beneficiados

Las entidades sociales a las que se destina esta línea de subvenciones habilitada por la Diputación Provincial de Lugo desarrollan su actividad en diferentes lugares de la provincia de Lugo y actúan en distintos ámbitos.

Asociaciones

Al acto de firma del convenio celebrado ayer en la sede de la

Diputación, asistieron representantes de colectivos beneficiados, entre otros, Aliad-Ultreia, Concepción Arenal, Promoción e Integración Xitana, Proxecto Home, Agadhem, Adace, Alcer Lugo, Alucem, Alume, Asociacións de Familiares de Persoas con Alzheimer e outras Dementias, Anpa del colegio Santa María, Asociación Discapacitados Ponte dos Santos, Asorlu, Aspace, Aspnais, Auxilia, Cogami, Fadernga, Feafes, Leticia Gativa, Fundación Meniños, Raiolas, Síndrome Down, Solidariedade Galega co Pobo Saharau y Special Olympics.

La Diputación ofrece prácticas laborales a personas con enfermedad mental

LAS PRÁCTICAS laborales que ofrece la diputación a personas con enfermedades mentales comenzaron esta semana.

Estos trabajos se realizan en entes dependientes a la Diputación de Lugo, como la Sociedade Urbanística Provincial de Lugo (Suplusa) y el Museo Provincial. Estas prácticas se encuentran dentro de dos convenios de colaboración firmados con la Federación de Asociaciones de Familiares e Persoas con Enfermedad Mental de Galicia (Feafes).

Estos acuerdos se realizaron con el objetivo de insertar laboralmente

a personas con discapacidades, estando especialmente afectadas las que sufren enfermedades mentales.

Dentro de uno de los convenios se financian los gastos de la actividad 'Proxecto de acercamento ao mundo laboral para persoas con enfermidade mental' y se dieron prácticas en el Museo Provincial a dos alumnos.

Con el otro convenio firmado se ofertaron siete plazas para realizar prácticas en Suplusa, en la que miembros de la Asociación Lucense de Enfermos Mentais (Alume) realizan trabajos de jardinería.

Siendo nueve los beneficiados.

La diputada de bienestar de la Diputación, Mari Teijeiro acompañada de la responsable de Feafes-Galicia en Lugo, Nuria Fernández, comprobó ayer el trabajo de los alumnos.

Teijeiro destacó la importancia de esta colaboración, al ser una actividad que tiene por objetivo favorecer el acceso de la ciudadanía a un mercado laboral en igualdad de condiciones, con la finalidad de garantizar la inclusión social de los colectivos más desfavorecidos como es los de las personas con enfermedades mentales.



Teijeiro, durante la visita que realizó ayer a uno de los talleres. EP



De esquerda a dereita, Manuel Fernández, Antonio Tizón e Ángel Vaqueiro. J. VÁZQUEZ

«Escribín sobre a bipolaridade, pero foi máis raro dar clases de biónica»

► Antonio Tizón presentou en Lugo a súa primeira novela, 'A antesala luminosa'

JAUREGUIZAR

LUGO. O escritor Antonio Tizón reitera que a súa primeira novela, 'A antesala luminosa', ten como fundamento e como guía o transcurso bipolar que padece, pero, cando se lle pregunta por cues-

tións menos dramáticas, confesa que o máis sorprendente que fixo «foi dar clases de Deseño Ergonómico e Biónica». Tizón, nacido en A Coruña, é periodista de formación. «Empecei a dar Teoría da Comunicación en escolas de arte

e deseño, e acabei dando quince materias das que non tiña nin idea, como marketing», lembra con resignación.

Agora xa retirado, rememora o seu tempo docente en Santiago e Ourense con unha amargura aliviada de humor pola angustia que lle supoñía ter que preparar as clases.

Esas experiencias, xunto con outras relacionadas con agudos altos e profundos baixos do seu estado de ánimo, eran a materia dunha novela que contaba vinte anos do seu alter ego Gustavo Gallego, «dende 1978 e o 2000».

As súas experiencias teñen como escenario «o Madrid da Transición, o 23-F, o golpismo ou os elementos da dereita que che obrigaban a erguer o brazo e cantar o 'Cara al sol'».

Esa obra non daba convencido a Tizón, polo que se desfixo dela non sen antes reservarse algúns

capítulos que inseriu en 'A antesala luminosa' (Xerais), que foi o libro que presentou onte en Lugo en compañía do xornalista de Galicia, Ángel Vaqueiro, e do presidente de Alume en Lugo, Manuel Fernández Prado, na librería Trama de Lugo.

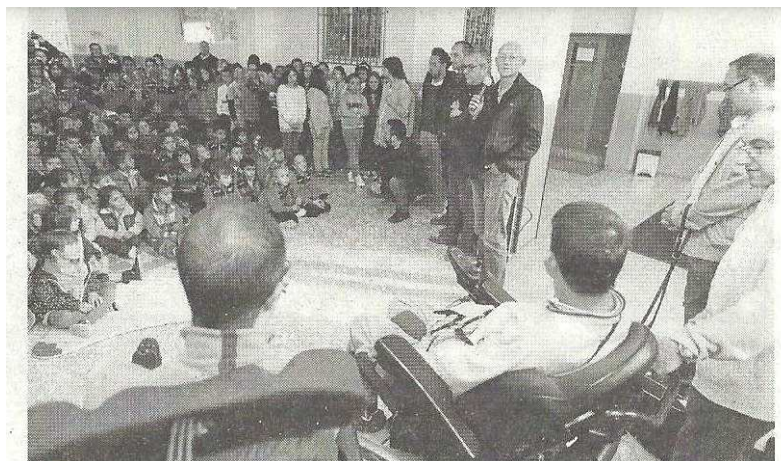
'A antesala luminosa' comeza cos dous cadáveres calcinados nunha praia da Coruña. Un deles podería ser o de Gustavo Galego. O inspector Sánchez descubre que Galego está vivo e inicia a súa busca. O investigador atopa unha novela do falso morto que vai lendo durante os doce días no que o busca.

Antonio Tizón escribe como baixando unha costa nunha bicicleta co cable dos freos cortados. «Hai unha escena na que o personaxe entra nun prostíbulo e convida a todas as rapazas a champán aínda que saben que non ten cartos nin fondos no banco», di.

Manuel Fernández Prado, que preside o colectivo de doenza mental Alume, explicou que a súa lectura revelouulle unha obra de notable «honestidade» e que achega «esperanza». Engade que «pode resultar útil para os que padecen a enfermidade e para os que observan eses fenómenos como rarezas ignorando que son unha enfermidade».

A percepción que ten Ángel Vaqueiro é que «a parte de novela negra é un envoltorio para a outra parte, que é autobiográfica, moito máis sentida e dura».

Tizón xa ten entregada unha segunda parte en Xerais co título de 'Os incurábeis' e anuncia outras dúas. Este novo caso que debe investigar o inspector Sánchez «transcorre entre 2001 e 2004, co 11-S como desencadeante da trama na Coruña».



Entrega a Alume y Cogami de un donativo

El colegio Cervantes entregó ayer a los colectivos Cogami y Alume la recaudación obtenida en la V Carrera Solidaria, que tuvo lugar el pasado 17 de mayo. Este acto deportivo fue organizado por el colegio en colaboración con el club Montepenarrubia Running. SEBAS SENANDE

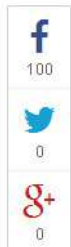
La música manda en Guitiriz

• Las actuaciones iniciadas hoy seguirán toda la semana

X.M.PALACIOS / SUSO PENA. Guitiriz, 23 de noviembre de 2015. Actualizado a las 21:45 h.



FOTO: SUSO PENA.



Una actuación del grupo de gaitas en el taller de Alume ha sido la primera de las actividades realizadas en Guitiriz con motivo de la Semana da música. El programa, organizado por el Concello, llega al domingo e incluye iniciativas variadas. Para el martes está prevista una nueva intervención del grupo de gaitas de la Escola de Música, que visitará el centro de día, y para el miércoles, animación de calles y de bares con la charanga Os Trileiros.

El Progreso, 1 de diciembre de 2015



Una veintena de asociaciones participarán en la feria navideña Diversiarte

Las organizaciones Alcer, Alucem, Alume, Adace, Adil, Afalu, Asociación Española Contra el Cáncer, Alufi, Alusor, Anade, Asorlu, Lupus, Auxilia, Cogami, Aspnaís, Once, Raiolas, Down, Capaces, Parkinson, Fademga, Bonhomía y San Vicente de Paúl

participarán este año en la feria solidaria Diversiarte. Se celebrará del día 16 al 18 en la Praza Ánxel Fernández Gómez y permitirá visibilizar la labor social de los colectivos, a la vez que recaudar fondos con los objetos que venderán de cara a Navidad. EP



Representantes de algunos de los colectivos que participarán en Diversiarte. KIKE

Vuelve el mercado Diversiarte para visibilizar la discapacidad

Una veintena de asociaciones lucenses participarán en la iniciativa navideña

MARÍA CARAVEL

Diversiarte, el mercadillo solidario que organizan desde hace diez años, con motivo del Día Internacional das Persoas con Discapacidade, volverá a la plaza de Anxo Fernández Gómez, entre los días 16 y 18 de este mes. Es una oportunidad para los lucenses de completar las compras navideñas con regalos que contribuyen a visibilizar a las personas con disca-

padidad. Toda la recaudación que consigan en esos días con las ventas irá a parar a las organizaciones que trabajan con este colectivo. Como adelanto, mañana, a las doce del mediodía, el atleta lucense Tito Margaride leerá un manifiesto delante del consistorio, en apoyo de esta causa.

En el mercado solidario participarán Alcer-Lugo, Alucem, Alume, Adace-Lugo, Adil, Asociación Española contra el Cáncer, Alufi, Alusor, Anade, Asorlu, Asocaiación Galega de Lupus, Auxilia-Lugo, Cogami, Aspnaís, Once, Raiolas, Down, Capaces Lugo, Asociación Parkinson, Fademga, Plena Inclu-

sión, Bonhomía y Centro San Vicente.

Cada asociación contará con un puesto en el que, además de los artículos a la venta, informarán del trabajo que desarrolla. El mercadillo lo inaugurarán el día 17, a las siete de la tarde, con una actuación musical de la que será protagonista el conjunto vocal Lugh. El mercadillo y el resto de los actos conmemorativos del Día Internacional das Persoas con Discapacidade fueron presentados por la concejala de Bienestar Social, Ana González y por las presidentas de Alcer y de Alucem, dos de los colectivos que dispondrán de puesto.

Alume Saúde Mental

iCoñócenos!

Tlf. 982251602
www.alume.org
twitter.com/alumelugo
facebook.com/
alume.lugoequitiriz

