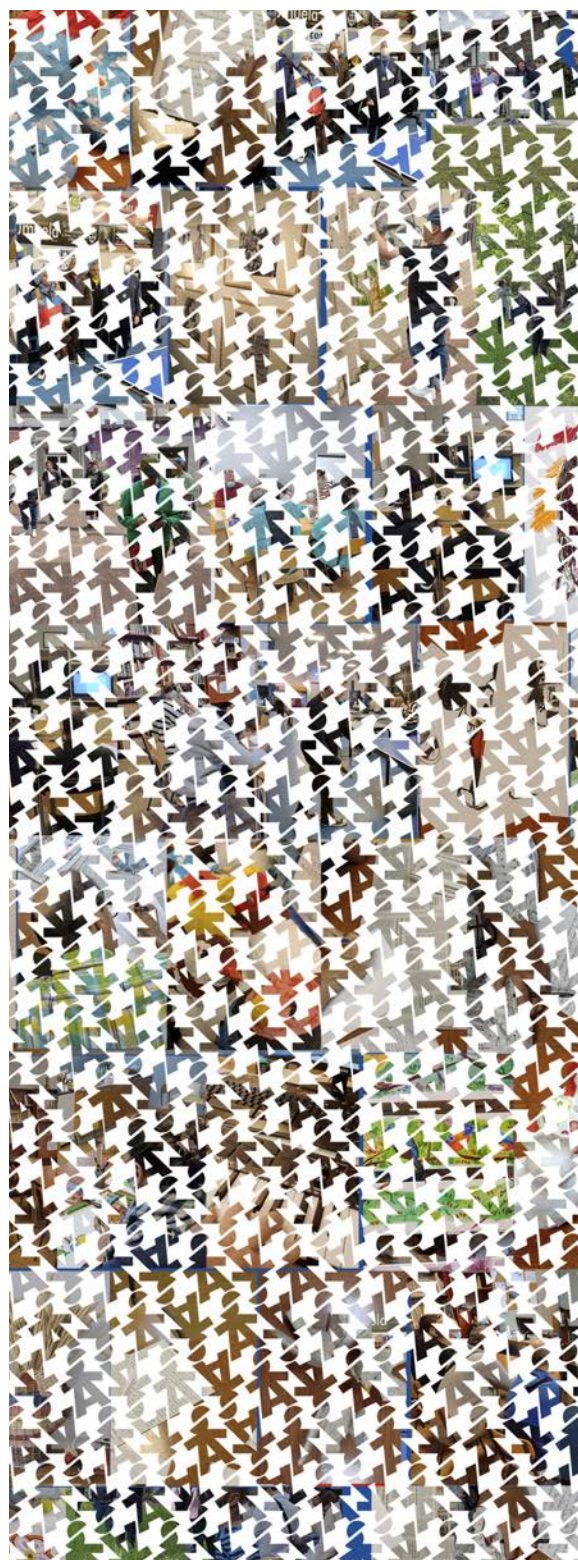
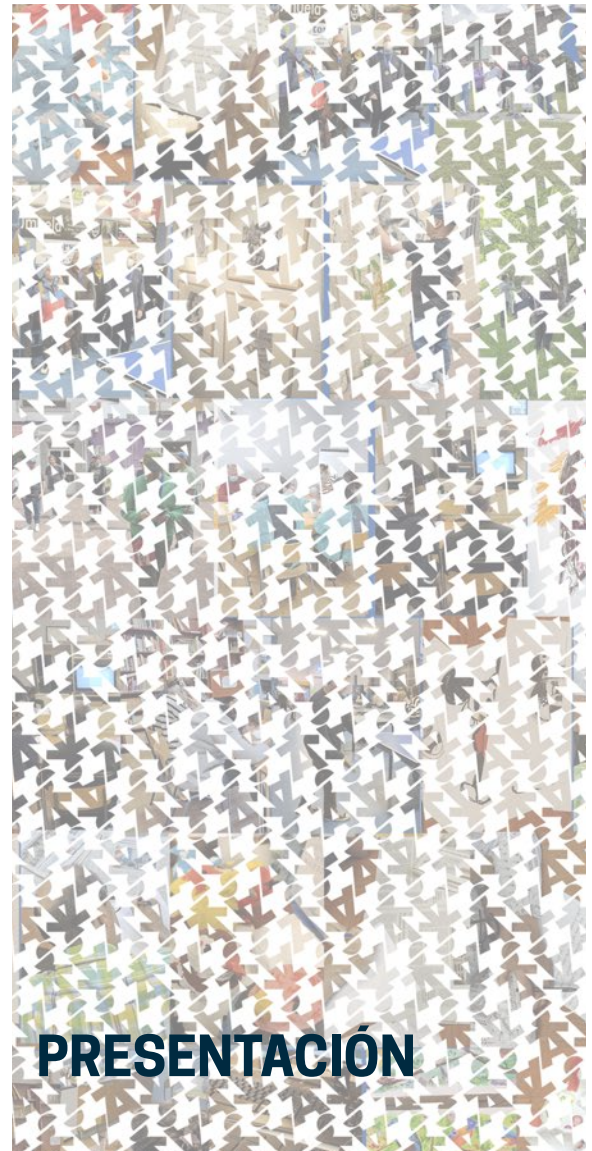




Memoria
2024



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



PRESENTACIÓN

Os presentamos nuestra memoria. En ella, hemos querido reflejar los principales datos y acontecimientos que han comprendido nuestra actividad durante el 2024.

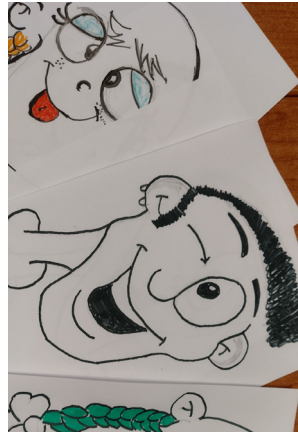
Confiamos que así, se conozca mejor nuestro trabajo y que los resultados que en ella retratamos nos sirvan de estímulo para seguir cumpliendo, con el mismo rigor, la misión que en su día, allá por el año 1995, iniciamos con tanta ilusión.

Índice

La Asociación	6
Misión, visión, valores	8
Historia	9
Órganos de gobierno	24
Dispositivos	25
Recursos	28
Recursos humanos	29
Colaboración con otras entidades	35
Actividades	36
Talleres	97
Alume en los medios	106
Colaboran	120

LA ASOCIACIÓN





ALUME Saúde Mental fue fundada en octubre de 1995 por varios familiares de personas con trastorno 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 trastornos mentales 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 9001/2015. El Sistema de Gestión de Calidad, aporta confianza a los usuarios/as, familias y administración pública, al mismo tiempo, fortalece la imagen corporativa de ALUME.



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



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.

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

Nos inscribimos en Feafes Galicia, Federación autonómica de 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 mantener la actitud reivindicativa con la que nació la Asociación.

En este año se inicia la actividad en el centro situado en la calle Pintor Corredoira. Nos registramos en FEAFES, federación nacional que trabajan con el colectivo.

2000

Se crea el servicio de comedor.



HISTORIA

2001

Empieza a funcionar el primer piso protegido de la asociación, así como el servicio de atención a domicilio y nuestra web ([http:// alume.org](http://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.

2006

En este año empieza a funcionar un tercer piso protegido para atender al colectivo.

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.



HISTORIA

2007

El centro de Pintor Corredoira se hace pequeño y nos trasladamos al centro de Nicomedes Pastor Díaz. 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.



2008

Abrimos un cuarto piso protegido. 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.

HISTORIA

2011

Colaboramos en el Proyecto NISE de la FEGAS, con talleres formativos 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/alumelugo) y Twitter (twitter.com/alumelugo).

2012



En este año seguimos contando con la formación impartida por Prescolar 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

HISTORIA

2013

Participamos en el Programa Tempos, de fomento del deporte, en colaboración con Balogal y la Diputación de Lugo. 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.



HISTORIA

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.

2016

El centro de Nicomedes Pastor Díaz se nos queda pequeño y nos trasladamos a la actual sede en el barrio de Montirón, (R/Illa Coelleira 3, bajo). Inauguramos esta nueva sede el 10 de octubre con motivo del Día de la Salud Mental.

La Asociación Penitenciaria Concepción Arenal nos entrega su medalla por nuestra labor en las prisiones de Bonxe y Monterroso.

El conselleiro de Política Social visita nuestra asociación.

En junio celebramos la V Jornada dedicada a nuestros voluntarios.

Participamos en la categoría de personas con discapacidad de la VI Carrera Solidaria del Colegio Cervantes.

Organizamos el torneo de ping-pong de Feafes Galicia, uno de nuestros usuarios se proclama campeón y nuestro equipo como mejor equipo.

Una monitora de tiempo libre, un integrador social y dos psicólogas sanitarias realizan sus prácticas en Alume.

Participamos en la campaña de Navidad “Ningún árbol vacío” de la asociación Bonhomía.

Dos usuarios de nuestro centro participan en el programa de Radio Nacional “Mi gramo de locura”. Organizamos el mercadillo de asociaciones de diversidad “Diversiarte”.



HISTORIA

2017

Colaboramos con las Facultades de Veterinaria y Formación del Profesorado de la USC dentro del programa de Aprendizaje-Servicio, que pretende dar a conocer las diferentes realidades a los nuevos profesionales para eliminar prejuicios y conocer de primera mano la realidad de la enfermedad mental.

Tenemos la oportunidad de conocer la historia y cultura mexicanas de la mano de Isa y Sus, dos voluntarias de México.

Participamos en la VII Carrera Solidaria organizada por el Colegio Cervantes y el Club Montepenarubia. Nuestro presidente ofrece, a petición del centro, una charla dirigida a los alumnos para que conozcan la asociación y cómo se trabaja en ella. Recibimos, también, por parte del alumnado un donativo que consiguieron diseñando una campaña para captar fondos, destinada a nuestra entidad.

Celebramos nuestra VI Jornada destinada al voluntariado.

Participamos por primera vez en el mercadillo de San Juan organizado por la asociación de hosteleros de Fontiñas.

Una psicóloga sanitaria y un monitor de tiempo libre realizan las prácticas en nuestro centro. Nos visita la Directora Xeral de Voluntariado Cecilia Vázquez.

Participamos en la campaña para el Día Mundial De la Salud Mental diseñada por Feafes Galicia #oqueteñonamente, “E ti, cómo fomentaría a saúde mental no traballo?”, distribuyendo carteles por la ciudad, con mesas en el HULA y la Plaza Maior, y fomentando la participación a través de nuestras redes sociales.

Participamos en la campaña de Navidad “Ningún árbol vacío” de la asociación Bonhomía.



HISTORIA

2018

Seguimos colaborando con la Facultad de Formación del Profesorado de la USC dentro del programa de Aprendizaje-Servicio, que pretende dar a conocer las diferentes realidades de primera mano a los nuevos profesionales para eliminar prejuicios y conocer de primera mano la realidad de la enfermedad mental.

Colaboramos con la Universidad Complutense de Madrid en el estudio Medium II.

Nuestro presidente habló en Valladolid sobre nuestro programa para mujeres con enfermedad mental víctimas de violencia de género en la I Jornada “Mujer y Salud Mental” organizado por Feafes Castilla y León y nuestra directora dio una charla formativa en el CIFIC Politécnico al alumnado del Ciclo de Atención a Personas en Situación de Dependencia.

En junio celebramos la VII Jornada dedicada a nuestros voluntarios.

Participamos en la categoría de personas con discapacidad de la VIII Carrera Solidaria del Colegio Cervantes.

Empieza un nuevo programa, el Programa piloto de apoyo socioeducativo, comunitario y prevención de la dependencia en el medio rural a personas con enfermedad mental, con el que tejer una red de proximidad para la atención, evitar el aislamiento y fomentar la inclusión y participación en la comunidad de personas con enfermedad mental del rural.

Un psicólogo sanitario realiza sus prácticas en Alume.

Participamos en la campaña para el Día Mundial De la Salud Mental diseñada por Feafes Galicia mocidade saudable, “Educación inclusiva, saúde mental positiva”, distribuyendo carteles por la ciudad, con mesas en Guitiriz y la Plaza Maior, informando a docentes, realizando la actividad con el grupo de 6º del Colegio Cervantes y fomentando la participación a través de nuestras redes sociales.

Participamos en la campaña de Navidad “Ningún árbol vacío” de la asociación Bonhomía.

Por último, colaboramos en la campaña del Concello de Lugo en el Día Contra la Violencia de Género y en el Día Mundial Contra el Cáncer de Mama estuvimos presentes en el acto de la AECC e hicimos una aportación con el dinero sacado de la venta de productos de los talleres.



HISTORIA

2019

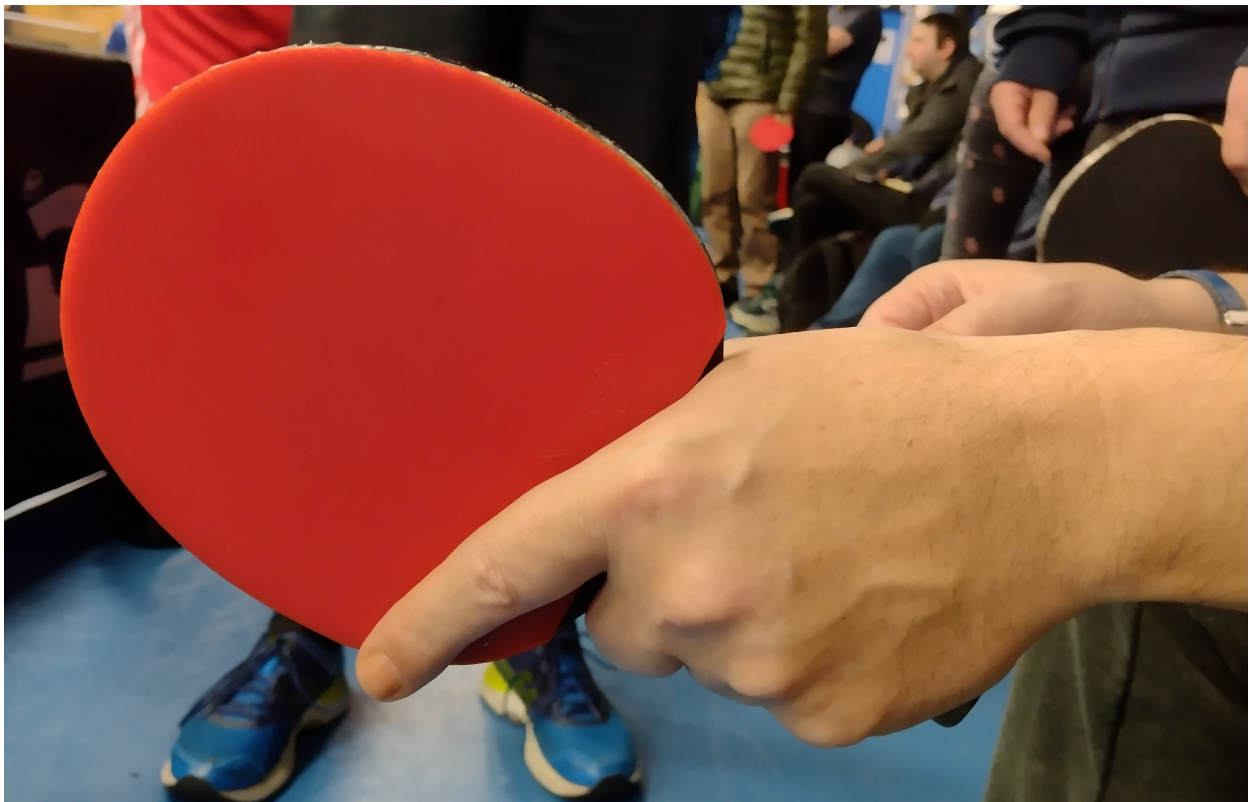
Colaboramos con las Facultades de Veterinaria y Formación del Profesorado de la USC dentro del programa de Aprendizaje-Servicio, que pretende dar a conocer las diferentes realidades de primera mano a los nuevos profesionales para eliminar prejuicios y conocer de primera mano la realidad de la enfermedad mental.

Participamos en la IX Carrera Solidaria organizada por el Colegio Cervantes y el Club Montepenarubia. Celebramos nuestra VIII Jornada destinada al voluntariado.

Participamos en la campaña para el Día Mundial De la Salud Mental Conecta coa Vida, de prevención del suicidio.

Recibimos la visita de la presidenta de la entidad Salut Mental Garraf, de Barcelona, que quiere conocer nuestra labor.

Participamos en la campaña de Navidad “Ningún árbol vacío” de la asociación Bonhomía, con regalos para personas sin hogar.



HISTORIA

2020

Este año estuvo marcado principalmente por la pandemia y los nuevos ajustes del centro para poder seguir prestando atención a los usuarios.

El 25 de octubre la asociación cumple su 25 aniversario, y lo celebramos creando una cuenta de Instagram donde diferentes personas nos dedican 25 vídeos de felicitación, a falta de poder celebrar otras actividades por las restricciones.

Desde la Xunta nos ceden a Afalu y Alume las antiguas instalaciones de Aspnaís, lo que nos permitirá contar con más espacio y crear nuevos servicios.

Firmamos el nuevo convenio con el SERGAS, gracias al cual contamos con un nuevo piso protegido. Seguimos colaborando con la Facultad de Formación del Profesorado de la USC dentro del programa de Aprendizaje-Servicio, aunque de forma online este año participando en su Work-shop.

Formamos parte de la Comisión de Prevención del suicidio de la EOXI de Lugo.

Realizamos una pequeña grabación para el videoclip por el Día Mundial de las Personas con Discapacidad en la iniciativa #baixoomesmoparaugas.

Participamos en la campaña para el Día Mundial De la Salud Mental diseñada por la Confederación “salud mental y bienestar: una prioridad global”.

Desde la Delegación territorial de la Xunta cuentan con nosotros para que les enviemos vídeos explicando lo que significa para nosotros la muralla, dentro de la celebración del décimo aniversario de su declaración como Patrimonio de la Humanidad.

Participamos en “Esta Navidad seremos más” de la asociación Bonhomía comprando mascarillas para personas sin hogar.



HISTORIA

2021

Las actividades de la asociación en este año siguieron profundamente marcadas por la situación derivada del COVID-19.

Este año participamos en la II Jornada de Voluntariado Universitario de la USC por el 25 aniversario del Servizo de Participación e Integración Universitaria y en la Jornada organizada por la Rede Museística “Los museos de Lugo como fortaleza mental”.

Gracias a la Rede Museística también podemos conocer los diferentes museos a través de visitas virtuales.

Recibimos la visita del Vicecónsul de México para conocer nuestro centro y asesorar a una de las usuarias. Realizamos una pequeña grabación para el videoclip por el Día Mundial de las Personas con Discapacidad en la iniciativa #baixoomesmoparaugas.

Lucía, educadora social del Programa de Atención a Personas Sin Hogar, participa con un vídeo en la Campaña XSolidaria del IRPF.

Alberto, usuario del centro, recibe el 3º premio del concurso fotográfico “Deixádevos de lerias, traballo en igualdade” organizado por el Comité en Primeira Persoa de Feafes Galicia.



HISTORIA

2022

En febrero, ALUME comienza con el programa para jóvenes con primeros episodios psicóticos (PAPEP). Ese mismo mes, iniciamos la formación de salud mental en el ámbito laboral en Fibranor Rábade, que se extenderá hasta noviembre.

En febrero Realizamos un ESCAPE ROOM en el día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

En marzo formamos parte de la red voluntariado lucense. Realizamos actividades relacionadas con la igualdad de género en el día de la mujer.

En junio participamos en un congreso con una investigación sobre el impacto del confinamiento en personas con trastorno mental grave

En septiembre participamos en el programa de reciclaje de ECOEMBES. Además, en septiembre, recibimos la Medalla de plata al mérito penitenciario.

En noviembre y tras varios meses de formación, ALUME comienza un nuevo programa de atención al duelo por suicidio (PADS), con el que se pretende abordar una necesidad en la atención a las personas supervivientes del suicidio de un familiar o allegado/a. Ese mismo mes, ALUME coordina un simposio en donde se presentarán los hallazgos de las

últimas investigaciones realizadas en el campo del espectro psicótico.

Todo el año participación de la comisión de prevención del suicidio da EOXI de Lugo. En este año también se intensifica la atención comunitaria, rural y urbana a domicilio. Una psicóloga sanitaria realiza sus prácticas de mayo a diciembre.

En diciembre coordinamos un simposio en el XV Congreso Nacional e Internacional de Psicología Clínica. Presentamos un total de 3 investigaciones, además, invitamos a otros/as profesionales (psicólogo clínico, psiquiatra, vicerrector de investigación e internacionalización) para que compartan sus experiencias en nuestro simposio.



HISTORIA

2023

En enero mantenemos reunión con USM para explicar el trabajo de ALUME.

En febrero iniciamos el programa de apoyo para la prevención del suicidio (PAPS) para complementar el programa de PADS que iniciamos el año anterior. Además, realizamos un convenio con Decathlón Lugo e impartimos curso en la Uned.

En marzo comenzamos la formación de la Fundación Barrié: MAS SOCIAL y realizamos una excursión a la Diputación de Fonsagrada.

En abril publicamos la investigación La huella de la pandemia en una población con esquizofrenia: estudio longitudinal, en la revista psiquiatría.com. Damos las tres primeras altas en el PADS, también acudimos a la fundación Breogán a hacer una formación con menores.

El 17 de abril vienen de la Escola Galega do Consumo a dar una charla y a finales de este mismo mes celebramos la asamblea de Alume.

En mayo coordinamos simposio bajo el título Enfoque centrado en la persona: intervenciones en psicosis en el congreso XXIV Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental. Interpsiquis 2023.

En mayo comenzamos una colaboración con Aliad Ultra, en la que se llevó a cabo Terapia Asistida con Animales.

El equipo del rural se traslada a visitar el Museo Interactivo de la Historia de Lugo (MIHL) para la realización de actividades comunitarias e integradoras.

En junio realizamos Actividad multideporte de la mano de Decathlon Lugo.

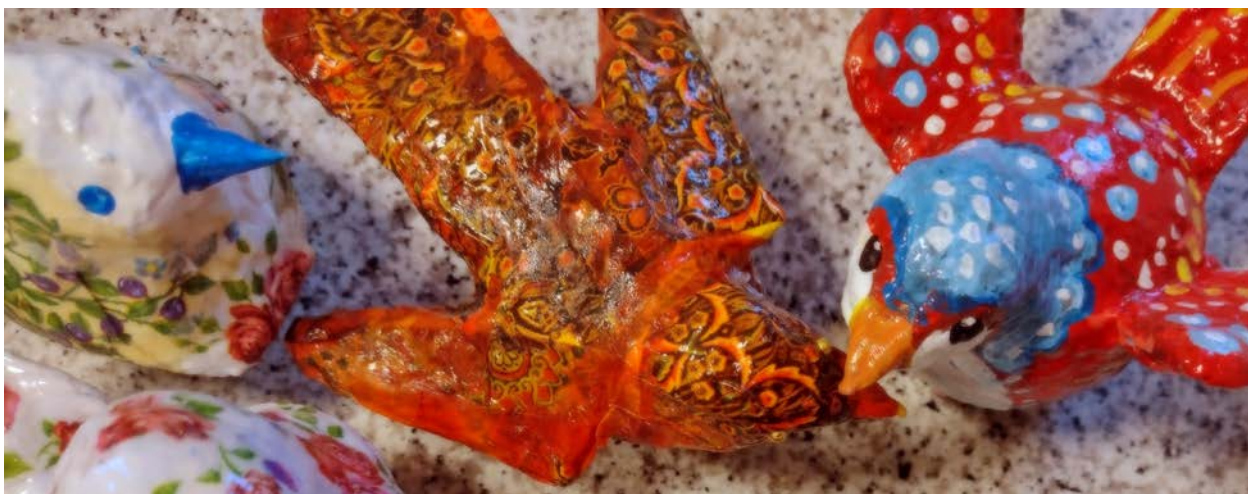
Más de 300 personas vinculadas la Salud Mental FEAFES Galicia y las asociaciones que la conforman nos reunimos en la Cidade da Cultura de Galicia, para poner en valor el trabajo del movimiento asociativo de salud mental en Galicia.

En este mes también realizamos un viaje inmerso a Las Palmas de Gran Canaria.

En octubre nuestro presidente Manuel Fernández participó en la presentación de resultados de la Convocatoria de Proyectos Sociales Galicia de Fundación “la Caixa”.

El 6 de diciembre es el Día Internacional del Voluntariado, para celebrarlo, las entidades que forman la Red de Voluntariado Lucense leyeron un hermoso texto que recoge los principios, valores y objetivos del voluntariado.

Los días 13, 14 y 15 de diciembre Participamos en Diversiarte 2023.



HISTORIA

2024

En enero en Cadena Ser Lugo, en el programa Hoy por Hoy, hemos estado compartiendo el camino desde el impacto inicial hasta la profunda tristeza de quienes enfrentan la pérdida por suicidio.

En febrero las Aulas de Monterroso se unieron a una de las actividades del programa social de Total Sport. Diversión.

En marzo comienza el XIII Torneo de Tenis de Mesa, en A Coruña, más de 40 participantes de 7 asociaciones compiten en este campeonato que organizan Saúde Mental FEAFES Galicia y el Club del Mar de San Amaro.

El 8 de abril se realiza una entrevista a la directora de ALUME a causa del programa de atención al duelo por suicidio. AGalegaAudio, programa Convivir.

El 22 de abril somos invitados a la cena de entrega de Premios del Concurso de Tapas organizado por la Asociación De-Bares de la Hostelería de Guitiriz: “X que bo estás Guitiriz”.

En este mismo mes ALUME participa en las III Jornada de formación para las personas responsables de las Unidades de Acompañamiento y Orientación personal y familiar de Galicia con una ponencia sobre la salud mental en las aulas.

En mayo ALUME participa en el XXV Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental (INTERPSIQUIS 2024). Presentamos el siguiente simposio “psicosis: práctica clínica y estrategias de investigación”. El congreso dura del 20 al 31 de mayo y se tendrá acceso a los contenidos hasta mediados de junio.

En junio continuamos con las jornadas de salud, en esta ocasión tuvimos la suerte de contar con dos odontólogas, María y Ana, del Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de Lugo que nos enseñaron como mantener una buena higiene bucal.

En julio disputamos el torneo de tenis de mesa, organizado por FEAFES en Santiago de Compostela.

El 30 de julio recibimos la visita de Fernando, del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia, quién nos transmitió la importancia de realizar una buena actividad física para evitar dolores en nuestro cuerpo. Además, nos enseñó una serie de ejercicios para realizar en nuestras casas y mejorar nuestra movilidad.

El 24 de septiembre fuimos invitados a la Festividad de Nuestra Señora de la Merced organizada por los C.P. de Bonxe y Monterroso donde el equipo de ALUME desarrolla el programa PAIEM.

En septiembre renovamos en A Coruña el convenio del programa PAIEM. En octubre varios usuarios de Alume realizan un viaje a Cádiz.

El 10 de octubre de cada año se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, este año el acontecimiento se produjo en: O vello cárcere de Lugo.

En octubre participamos en la tertulia sobre “Salud Mental en prisión” de la II Jornada de la Red Gallega de Educación en prisión junto con nuestras compañeras de APEM, FEAFES y LENDA.

Participamos en el XIV Congreso Español de Criminología “Una ciencia para un mundo en crisis” en la ciudad de Cáceres los días 16, 17 y 18 de octubre de 2024.

En octubre El Progreso publica que la Xunta destinará 1,3 millones a la vieja Aspnaís para un centro de salud mental el cual gestionará ALUME.

En noviembre competimos en el I Circuito de tenis de mesa adaptado con @fedgaltm @adzastenismesa y @asociacionintegro.

En noviembre el Grupo Albia reconoce el compromiso con la sostenibilidad y premia a las mejores iniciativas ambientales y sociales. Alume fue galardonada con un premio recogido por Manuel Fernández Prado, su presidente.

En diciembre se celebra en colaboración con Always Tenis de Mesa, el XVIII Torneo de Tenis de Mesa de Saúde Mental FEAFES Galicia.

Durante todo el ejercicio se llevaron a cabo distintas investigaciones y publicaciones en revistas científicas.

ÓRGANOS DE GOBIERNO

Junta directiva

Presidente:

Manuel Fernández Prado



Vicepresidenta:

María Elena López Díaz



Secretario:

Óscar A. Rodríguez García



Tesorera:

Pilar Pena Pena Castedo



Vocal:

Juan Ángel Carreira Valín

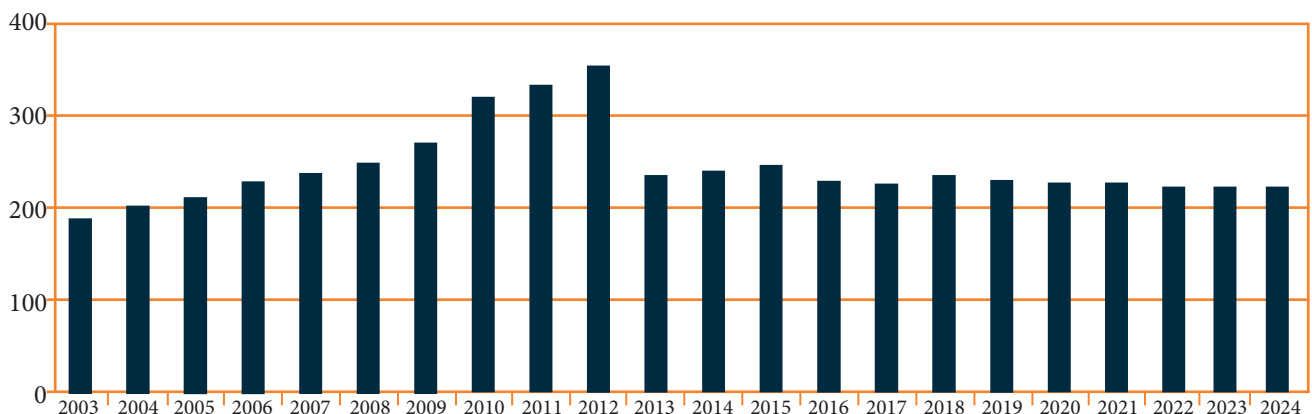


Asamblea general

Formada por 223 PERSONAS SOCIAS.

La Asamblea General de PERSONAS socias este año se ha convocado el 30 de abril.

Evolución del número de socios



DISPOSITIVOS

Centros de rehabilitación psicosocial

Lugo: local de 400 m2 situado en la Calle Illa Coelleira. El horario de atención es de 10 a 14h. 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: Para 5 personas.

Piso protegido nº2: Para 4 personas.

Piso protegido nº3: Para 4 personas.

Piso protegido nº4: Para 4 personas.

Vivienda tutelada para mujeres con enfermedad mental víctimas de violencia de género Nº1: Para 6 mujeres

Atención a personas con trastorno mental grave en exclusión social o en riesgo de padecerla

La intervención de Alume con personas en exclusión social que padecen enfermedad mental, es una de las actividades que tienen más visibilidad en Lugo. Nuestro equipo recorre las calles de la ciudad, identificado con unos chalecos de color azul.

Programa de apoyo socioeducativo, comunitario y prevención de la dependencia en el medio rural a personas con enfermedad mental

La finalidad de este programa es favorecer la integración de las personas con trastorno mental severo de las zonas rurales, realizando una atención socio-sanitaria integral a domicilio, adaptada a las características específicas de cada usuario, con el fin de mantener a la persona en su entorno comunitario con una calidad de vida digna, acercando así la rehabilitación a los lugares y situaciones más inaccesibles.



PAIEM

Este programa está destinado a dar respuestas personalizadas a la población con enfermedad mental interna en los Centros Penitenciarios de Bonxe y Monterroso atendiendo a la naturaleza y necesidades de cada Centro, facilitando la reincorporación social tras la salida de prisión.

Programa pluriasistencial de apoyo y rehabilitación con alojamiento para mujeres en situación de especial vulnerabilidad y con enfermedad mental

Ofrece atención personalizada y especializada a mujeres de nuestro colectivo en situación de especial vulnerabilidad.

Intervención familiar

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.



Programa de Atención a los Primeros Episodios psicóticos

Alume puso en marcha el PAPEP en 2022 con el objetivo de detener el avance del trastorno mental grave desde los primeros brotes de la enfermedad, acercando apoyo social y psicológico a las personas usuarias, siempre en colaboración con el servicio público de Salud Mental.

Programa de Atención al Duelo por Suicidio

Este programa persigue ayudar a la persona en la elaboración del duelo, intentando reducir la posible patologización y acompañandola en la aceptación de la pérdida, aprendiendo a vivir sin esa persona querida.



RECURSOS



Voluntarios

Durante el año 2024, en ALUME participaron 12 voluntarios/as en talleres de estimulación cognitiva, lectoescritura, deporte, y estudiantes de la USC que compartieron con nosotros/as su tiempo y dedicación. El voluntariado consolida la cohesión social y la confianza al promover acciones individuales y colectivas, además contiene en su esencia un sustancial efecto dominó, ya que inspira a otras personas e impulsa las transformaciones.

Somos
ALUME
Saúde Mental



or un
caibar

ueres sabe

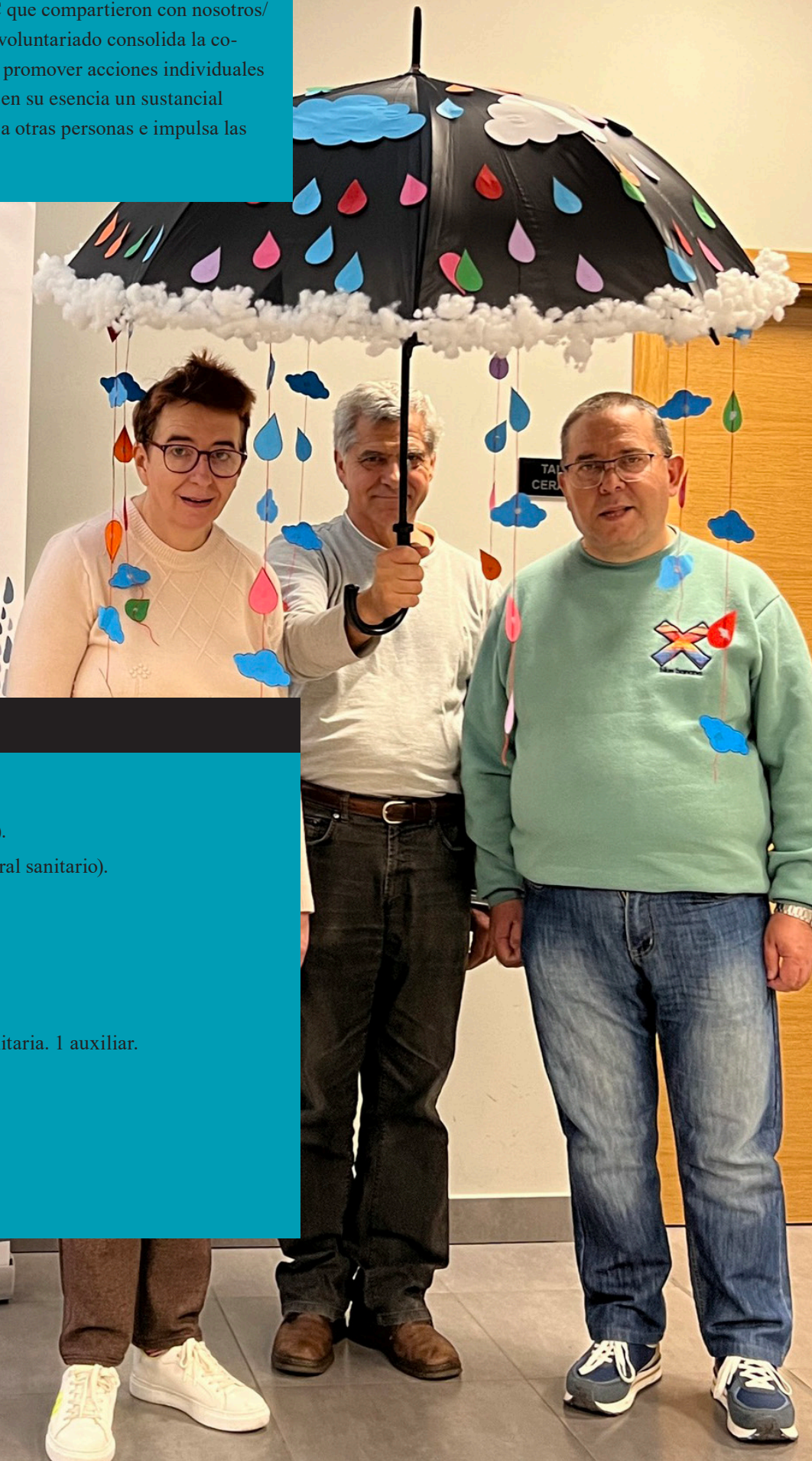
Podes fal

Du escribimos o que desexes a con

Recursos humanos

PERSONAL

- 1 Directora (psicóloga clínica).
- 1 Subdirector (psicólogo general sanitario).
- 1 psicóloga clínica.
- 2 psicólogas.
- 2 trabajadoras sociales.
- 5 educadoras sociales.
- 1 técnica de atención sociosanitaria. 1 auxiliar.
- 5 monitores de taller
- 1 psicopedagogo.
- 1 administrativo.
- 1 integradora social



Recursos. Ingresos. Ejercicio 2024

Subvenciones

ORGANISMO	PROGRAMA	IMPORTE
CONCELLO DE LUGO	PROXECTO PLURIASISTENCIAL DE APOIO E REHABILITACIÓN PARA ENFERMOS MENTAIS	10.000 €
CONCELLO DE LUGO / CRUZ ROJA	TRANSEÚNTES E PERSOAS SEN FOGAR	24.416 €
CONFEDERACIÓN SALUD MENTAL ESPAÑA	APOYO A LA REHABILITACIÓN DE PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL INTERNAS (IRPF)	12.954,42 €
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL	ATENCIÓN SOCIOSANITARIA E PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA	11.000 €
	INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y APOYO	21.000 €
	SAUDE MENTAL EN ACCIÓN. DA PREVENCIÓN Á REDUCCIÓN DO DANO	1.430,57 €
	PREVENCIÓN DA DEPENDENCIA NO RURAL	30.000 €
CONSELLERÍA DE PROMOCIÓN DO EMPREGO E IGUALDADE	PLAN DE INSERCIÓN LABORAL (29/01/2024-20/02/2025)	41.355 €
	PLAN DE INSERCIÓN LABORAL (10/12/2024-10/12/2025)	64.305 €
CONSELLERÍA DE PROMOCIÓN DO EMPREGO E IGUALDADE (SECRETARÍA XERAL DE IGUALDADE)	PROGRAMA PLURIASISTENCIAL CON ALOXAMENTO / MULLERES	33.849,6 €
CONSELLERÍA DE SANIDADE	ATENCIÓN COMUNITARIA RURAL E URBANA A DOMICILIO	22.575 €
	ADQUISICIÓN DE VEHÍCULO	19.370 €
	PROGRAMAS DIRIXIDOS A PROCURA DE EMPREGO - PAPEP	4.670,75 €
	PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL DA CONDUTA SUICIDA	29.500 €
DEPUTACIÓN DE LUGO	PREVENCIÓN DA DEPENDENCIA PARA PERSOAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE NO MEDIO URBÁN E RURAL	25.000 €
FUNDACIÓN BARRIÉ	PAIEM	15.000 €
INDITEX	CONECTA COA VIDA	26.333 €
INDITEX	PREVIR	20.869,43 €
SAÚDE MENTAL FEAFES GALICIA (IRPF Autonómico)	VOLUNTA SAÚDE MENTAL	2.474,41 €
	PROGRAMA IMPULSA	13.418,8 €
	PROGRAMA PREVIR	8.590,43 €
	PROGRAMA BENESTAR E SAÚDE MENTAL	4.543,89 €
	PROGRAMA ACHEGA	10.000 €
	PROGRAMA DE APOIO E SOPORTE INTEGRAL	3.600 €
	PSH SAÚDE MENTAL	26.615,97 €
SERVIZO GALEGO DE SAÚDE	LOTE 25 (CRPL GUITIRIZ)	46.332 €
	LOTE 27 (CRPL LUGO)	228.150 €
	LOTE 28 (3 PISOS PROTEGIDOS)	66869,55 €
	LOTE 29 (1 PISO PROTEGIDO)	20.204,25 €
TOTAL SUBVENCIONES		844.428,07 €

Donaciones

ENTIDAD	IMPORTE
META / FACEBOOK	45 €
MARIA DEL PILAR CABELLO PENA	105 €
DANIEL REVUELTA YAÑEZ	105 €
DITRAM AUTOMOCIÓN	1.500 €
DONATIVO LOTERÍA NAVIDAD	213,8 €
TOTAL DONACIONES	1.968,80 €

Ingresos actividades propias

CONCEPTO	IMPORTE
COMPLEMENTO ADICIONAL AL CRPL	7.412,52 €
CUOTAS DE SOCIOS	3.685 €
TALLER DE JARDINERÍA	1.948,68 €
TOTAL INGRESOS ACTIVIDADES PROPIAS	13.046,20 €

Recursos. Gastos. Ejercicio 2024

CONCEPTO	IMPORTE
Material Oficina	1.869,5 €
Talleres y compras	17.128,41 €
Imprenta	474,93 €
Arrendamientos	45.170,63 €
Reparación y conservación	3.730,77 €
Servicios profesionales (asesoría, prev. riesgos, calidad, limpieza, prot. datos, notaría)	37.045,88 €
Transportes (Envíos, Autobuses, ...)	189,71 €
Seguros (furgonetas, pisos, R.C., centros, voluntarios, jardinería)	7.459,56 €
Comisiones bancarias (Mantenimiento, transferencias, devolución cuotas)	567,33 €
Suministros (agua, luz, gas, gasóleo, butano)	19.715 €
Otros servicios	159,08 €
Gastos de viajes personal	5.502,11 €
Comunicaciones (teléfono, correos)	8.134,17 €
Tasas oficiales (Impuestos circulación, IVA Guituiriz, ITV, IBI, licencias apertura)	1.305,8 €
Formación	820 €
Comunidades de vecinos, otros gastos varios	9.749,73 €
Sueldos, Salarios e Indemnizaciones	413.537,07 €
Seguridad Social	121.613,61 €
Gratificaciones Jardinería	1.821 €
Devolución parcial subvenciones	1.203,1 €
Amortizaciones inmovilizado material	15.564,75 €
Hacienda (IVA, Retenciones Trabajadores, Arrendamientos e Impuesto Sociedades)	47.333,32 €
TOTAL GASTOS:	642.466,07 €



Las actividades que hemos diseñado responden a las necesidades de nuestros usuarios/as, centradas en impulsar su autonomía, bienestar e integración social. La intervención clínica individual permite realizar valoraciones y abordajes específicos, mientras que los talleres grupales fomentan la socialización y el apoyo mutuo, reforzando la autoestima y la continuidad en el tratamiento.

Para mejorar las habilidades sociales, hemos desarrollado espacios de ocio y tiempo libre, incluyendo la Terapia Asistida con Animales (TACA). Paralelamente, trabajamos en la prevención de recaídas, el fortalecimiento de la autoestima y la adherencia al tratamiento. La psicomotricidad también es otro pilar importante en nuestra rutina, con actividades como, fútbol sala, senderismo, natación y petanca que promueven el bienestar físico.

Con el objetivo de potenciar la independencia, hemos diseñado intervenciones alineadas en el desarrollo de habilidades para la vida diaria, abarcando desde las más básicas hasta las más avanzadas. Además, impulsamos la integración comunitaria, fomentando la participación en actividades promovidas por instituciones públicas y privadas.

En el ámbito cognitivo, hemos trabajado en la mejora de la memoria, la atención y la orientación espacio-temporal, proporcionando herramientas para fortalecer las capacidades individuales. A esto se suman los talleres de igualdad, que promueven la equidad y la inclusión, generando espacios de concienciación y aprendizaje.



Colaboración con otras entidades

A Fundación

Adega: Proxecto Ríos, colaboración desde 2007. A Fundación: Programación cultural.

Biblioteca Provincial de Lugo y Biblioteca de Guitiriz: Actividades culturales. UDP: Programa de voluntariado (pandereta, costura y lectoescritura).

Centrad- Centro de Artesanía e Deseño

Centro de Día Arroupar

Club Monte Penarubia Running Lugo

Club de tenis de mesa Dez Portas

Club Petanca Lugo

Concellería de Deportes

Concello de Lugo: Piscina Municipal, colaboración con trabajadoras sociales, Albergue Municipal.

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

Cruz Vermella: Programa de atención a personas con trastorno mental grave en exclusión social o en riesgo de padecerla.

Diputación de Lugo: Actividades deportivas.

Feafes: Cursos, seguimiento laboral de usuarios, ocio, Campaña Día Mundial de la Salud Mental.

FSC-Inserta

Fundación Anade: Actividades de teatro.

Fundación Balagal Fundación Novacaixagalicia

Fundaciones Barrié y Pwc (Mas Social)

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, Centros de Salud de Atención Primaria, Unidad de Trastorno Mental Severo: Coordinación en la atención a usuarios.

Garatuxa Residencia de Mascotas IES Xograr Alfonso

La Caixa: Programación cultural.

Museo Provincial de Lugo: Actividades deportivas.

Quérote+

Secretaría General de Instituciones Penitenciarias: PAIEM en los C.P. de Bonxe y Monterroso.

UNED

Unidades de Saúde Mental, Unidade de Agudos HULA, Hospital de Calde, Hospital de Día

Unión Democrática de Pensionistas

USC: Programa de voluntariado, Programa de prácticas de Psicología General Sanitaria y Programa de Aprendizaje y Servicio.

ATIVIDADES



Cogume



Actividades de ocio, culturales, formativas y de sensibilización

2 de enero

Visitamos la exposición “A nosa arte” organizada por la Sede Afundación Lugo. Con esta visita hemos podido conocer un poco más del arte gallego a través de las piezas que forman parte de la Colección de Arte del Parlamento de Galicia.



3 de enero

Como ya es tradición en Alume, cada mes de diciembre hacemos nuestro propio calendario de Adviento. Enhorabuena a los/as afortunados/as y mucha suerte para el año que viene.



5 de enero

Taller de arte y emociones: trabajamos a través de distintas obras para conocer y reflexionar sobre las emociones que nos transmiten. Es una forma dinámica y diferente de hablar sobre ellas y como cada uno las experimenta de una manera diferente.

El taller lo lleva a cabo nuestro alumno del Máster de Psicología General Sanitaria.



6 de enero

En el taller de lectura, hemos dado inicio a la aventura de un nuevo libro. La lectura se convierte en un viaje apasionante donde el tiempo se disuelve, nos enriquecemos con nuevas ideas y fortalecemos lazos comunitarios al intercambiar impresiones y puntos de vista.



8 de enero

Desde el CRPL de Guitiriz nos desplazamos a Lugo para dar un paseo y hacer algunas compras para Reyes, disfrutamos mucho con los adornos Navideños y con los Mercadillos ¡Y por la tarde, cine! fuimos a ver “Ocho apellidos marroquíes”



9 de enero

En nuestro taller de arteterapia estamos practicando con la técnica de las aguadas para pintar paisajes.



10 de enero

Es un nuevo año y por lo tanto nuevos proyectos en marcha. Trabajo en proceso.



11 de enero

Por segundo año fuimos a visitar desde el CPRL de Alume en Guitiriz el famoso Belén de Begonte, que se lleva instalando desde el año 1972.

¡Nos encanta ver este Belén lleno de ingenios mecánicos! Y en el que se pueden ver multitud de labores tradicionales.



12 de enero

Esta semana hemos estado trabajando en los talleres cómo tener una buena organización de nuestra economía familiar analizando los ingresos y los gastos que tenemos en nuestro día a día.



15 de enero

Hoy hemos estado aprendiendo los colores primarios y complementarios y practicando con la técnica de las acuarelas.



23 de enero

“Yincana estática” para descubrir diferentes lugares emblemáticos del centro de Lugo. A través de pistas y acertijos hemos ido conociendo un poco más nuestra ciudad.



24 de enero

En Cadena Ser Lugo, en el programa Hoy por Hoy, hemos estado compartiendo el camino desde el impacto inicial hasta la profunda tristeza de quienes enfrentan la pérdida por suicidio. Destacamos la importancia de un espacio de apoyo y comprensión para ayudar en el proceso de elaboración y aceptación.



26 de enero

Visitamos el Centro Integral de Saúde (CIS) para conocer la nueva localización de la Unidad de Salud Mental y del Punto de Atención Continuada (PAC) que hay en Lugo.



27 de enero

En los casos donde los/as usuarios/as no pueden acceder a los programas en nuestros centros, llevamos la intervención directamente a sus hogares con nuestro servicio de atención a domicilio.



30 de enero

En Alume Guitiriz estuvimos celebrando el “día da Ilustración Galega”, dedicada este año al ilustrador Xesús Chichi Campos. Tras conocer algo sobre su vida fuimos ilustradores por una mañana, y creamos con plastilina sobre papel una ilustración de nuestra propia cara; nos divertimos y descubrimos las dotes creativas que tenemos.



31 de enero

Es importante en el dibujo que el maestro enseñe con su propia práctica, es así, imitándolo, como el alumno puede aprender. En este caso estamos con el retrato.



2 de febrero

Nuestros proyectos de papel maché ya empiezan a tener forma.



5 de febrero

Seguimos practicando con los paisajes y parece que ya estamos teniendo mano con las aguadas.



6 de febrero

Edú, voluntario de ALUME, llevó a cabo un taller de yoga. Una experiencia que nos embriquéció a todos.



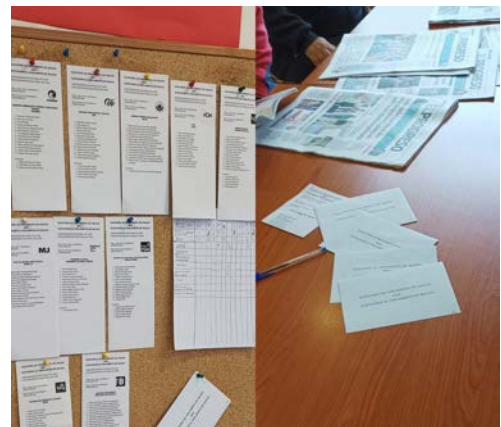
8 de febrero

Se celebró la fiesta de carnaval en Alume.



16 de febrero

En el centro de Alume en Guitiriz estuvimos repasando las opciones de voto que existen, incluido el voto en blanco. Así como evitar que un voto sea nulo.



16 de febrero

Arteterapia. En el dibujo artístico es muy importante saber reflejar la naturalidad en cada pose del cuerpo humano.



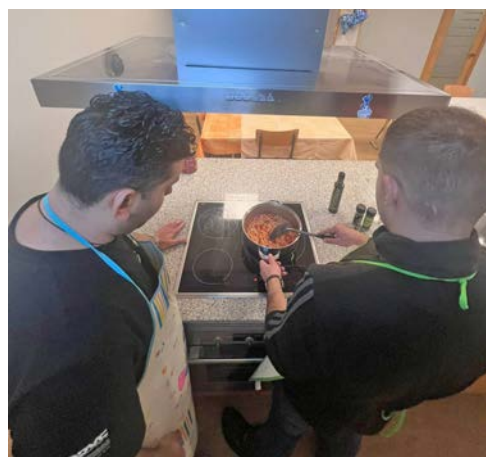
20 de febrero

En nuestro taller de papel maché seguimos realizando nuevos proyectos.



20 de febrero

¡Estamos de vuelta con los talleres de cocina! Nos hemos estrenado con una receta sencilla y saludable. ¡Espaguetis con verduras! Y nos han quedado buenísimos



21 de febrero

En esta sesión del taller de música nos dedicamos a realizar un karaoke interpretando nuestras canciones preferidas.



21 de febrero

el “Día Internacional del Guía de Turismo” y nosotros lo celebramos disfrutando de una visita guiada por el Patrimonio Mundial de Lugo. Cada año, los guías turísticos de Lugo realizan estas visitas solidarias. Las donaciones de este año serán para FEAFES Galicia.



21 de febrero

Las Aulas de Monterroso se unieron a una de las actividades del programa social de Total Sport. Diversión, deporte y convivencia se combinaron a la perfección en esta clase de gimnasia de mantenimiento celebrada en las instalaciones de Alume Saúde Mental.



22 de febrero

Aprovechando la ausencia de lluvia bajamos paseando hasta el mirador de Marcos Cela y el Puente Romano en el río Miño.



26 de febrero

Activamos nuestras mentes trabajando para formar palabras y recordar imágenes.



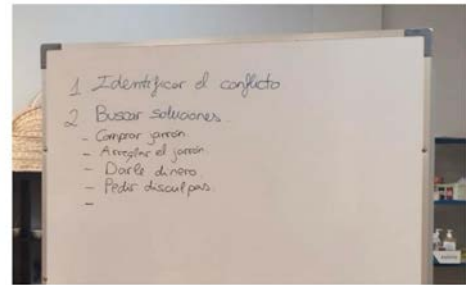
27 de febrero

Sara, una voluntaria, imparte una sesión de Hip Hop.



29 de febrero

Nos despedimos de nuestro alumno de prácticas del máster universitario de psicología general sanitario. Nos realizó un taller de resolución de conflictos.



1 de marzo

XIII Torneo de Tenis de Mesa. 1 de marzo, en A Coruña, más de 40 participantes de 7 asociaciones compiten en este campeonato que organizan Saúde Mental Feafes Galicia y el Club del Mar de San Amaro.



2 de marzo

Comenzamos nuevo proyecto en el taller de papel maché. Realizado con cartón, tiras de periódico y servilletas.



5 de marzo

Comenzamos nuevas obras en el taller de arteterapia, en este caso estamos pintando bolsos de lino con dibujos variados.



6 de marzo

Apuntes rápidos de modelo, en este caso de una escultura y que nos ha llevado solo unos minutos.



7 de marzo

En el taller de revista estamos comentando noticias de actualidad y preparando artículos para nuestro próximo número de Alumear.



8 de marzo

Esta semana estamos trabajando en los talleres actividades relacionadas con el 8M, Día Internacional de la Mujer. En esta ocasión, hemos hecho un juego para conocer a mujeres famosas de la historia que son referente en distintos ámbitos profesionales.



8 de marzo

Realizamos una salida para reivindicar este día recorriendo Lugo conociendo las diferentes esculturas y murales sobre mujeres importantes que existen en nuestra ciudad: La pulpera, Rosalía de Castro, la castrexa...



12 de marzo

En Alume Guitiriz tenemos la primera sesión de cine en Casa Habanera en su 100 aniversario.



14 de marzo

En el taller de lectura nos gusta relacionar lo que leemos con los temas de actualidad. ¡Se crean interesantes debates!



14 de marzo

Nos acercamos al Museo Provincial de Lugo para ver la exposición “Eu son. Memoria das rapadas” Con esta exposición se busca reconocer el legado de las mujeres excepcionales, pioneras pero anónimas que no forman parte de la historia patriarcal escrita con mayúsculas. Se ponen en valor hechos relevantes apenas relatados para honrar la memoria de las mujeres que nos preceden y aprender de ellas.



16 de marzo

Adaptarse a las características y necesidades de la persona atendida es fundamental para una adecuada intervención. En este caso nos acercamos a las nuevas tecnologías para encontrar ideas creativas que nos guíen en la realización de obras artísticas.



16 de marzo

Iniciamos un grupo de Terapia con Perros dirigido a jóvenes. Contamos con el apoyo de una estudiante de Educación Social, que como parte de su Trabajo Fin de Grado diseñó sesiones de educación canina adaptadas específicamente para este proyecto. Exploraremos el poder terapéutico del vínculo humano-animal y los impactos positivos que puede tener en el bienestar emocional y social.



19 de marzo

Utilizamos dinámicas para poner en práctica lo aprendido en los talleres. En este caso, hemos recreado el juego del tabú para trabajar la comunicación verbal y nos hemos divertido aprendiendo.



19 de marzo

Estamos preparando corazones navideños para cuando lleguen esas fechas.



23 de marzo

La primavera también ha llegado a Alume y en nuestros talleres hemos decorado un árbol cubriéndolo con un montón de flores.



23 de marzo

Celebramos en Alume Guitiriz el día de la Poesía en la Casa Habanera de Guitiriz, instalando nuestro trabajo sobre dos poemas de Manuel María.



25 de marzo

En arteterapia nos ejercitamos con apuntes rápidos en un tiempo determinado para saber qué capacidad de retentiva visual tenemos. Cada vez que lo hacemos vamos mejorando.



26 de marzo

En los talleres fomentamos la creatividad de nuestros/as usuarios/as y entrenamos su capacidad de argumentar. Como ejemplo, está la dinámica de “La gran venta”, a través de la cual tuvieron que vender un objeto absurdo al resto del grupo, eligiendo un nombre original, escogiendo un eslogan y buscando argumentos adecuados para conseguirlo. En este grupo, los objetos fueron un acariciador de elefantes y un desodorante para hormigas.



1 de abril

A pesar del mal tiempo de la semana y los días libres, no podíamos faltar a la piscina.

Continuamos con nuestras rutinas de ejercicios y disfrutamos del tiempo que pasamos con los compañeros.



2 de abril

No hay mejor forma de empezar la mañana que poniéndose al día con las noticias.

Desde los pisos de Alume nos acercamos a las Biblioteca Pública de Lugo para leer la prensa y, posteriormente, comentar las últimas noticias.



3 de abril

Alume Guitiriz estuvo en Lugo para ir al cine a ver una comedia muy divertida: “La familia Benetón”



4 de abril

En Alume Guitiriz estuvimos visitando en Lugo 4 de las 5 obras escultóricas que tiene en la ciudad el escultor Francisco Asorey, al que se le dedicó este año el Día das Artes Galegas. Serían “Ofrenda a San Ramón” (1923) y “San Francisco” (1926) en el Museo Provincial, “Virxen dos Ollos Grandes” (1930) en el edificio de la Diputación en la Ronda da Muralla, y “ Monumento al Alcalde López Pérez” (1958)



4 de abril

Un grupo de mujeres usuarias de ALUME disfrutaron de una estancia de 3 días en las Termas de Cuntis, dentro del programa de ocio de FEAFES 2024.



6 de abril

Es importante estar al corriente de la realidad en la que vivimos por eso, hemos trabajado sobre cuáles son los precios actuales de los productos que hay en el supermercado, utilizando para ello la dinámica de “El precio justo”.



8 de abril

Realizamos una adaptación del juego “Cifras y Letras” con el objetivo de entrenar cálculo y aumentar la fluidez verbal de las personas participantes a través de un clima lúdico.



8 de abril

La semana pasada se realizó una entrevista a la directora de ALUME a causa del programa de atención al duelo por suicidio. Para poder escucharlo, acceda a la página de AGalegaAudio y buscad el programa Convivir de 8 de abril .



9 de abril

A pesar de las diversas dificultades como la dispersión geográfica, dificultades para el transporte o la escasez de servicios sociosanitarios, en el Programa del Medio Rural intentamos explotar al máximo los pocos recursos existentes y fomentar un uso adecuado del tiempo libre.

En esta ocasión realizamos un recorrido audio-guiado por los distintos puntos de interés que realizaron los vecinos y vecinas del pueblo para conservar su historia y dinamizar la zona.



10 de abril

En nuestro taller de arteterapia seguimos con nuevos proyectos en nuestros bolsos de lino. Nos está quedando una bonita colección.



11 de abril

En nuestras últimas sesiones de nuestro taller de música estamos aprendiendo rítmica musical con diferentes ejercicios y la rematamos con una divertida sesión de karaoke.



13 de abril

Acudimos con las personas usuarias de los pisos a las Demostraciones de Artesanía organizadas por el CENTRAD para celebrar los Días Europeos de la Artesanía. En ellas los artesanos nos explicaron con mucho esmero las peculiaridades de su trabajo, los materiales que utilizan y su proceso de transformación.



16 de abril

Dentro de las rutinas diaria de atención domiciliaria y cuando el tiempo nos lo permite, aprovechamos para pasear por el casco histórico de Lugo.



18 de abril

Seguimos con las sesiones de terapia asistida con perros. En esta ocasión aprendimos las principales cosas que nos quieren transmitir cuando tiran de la correa.



20 de abril

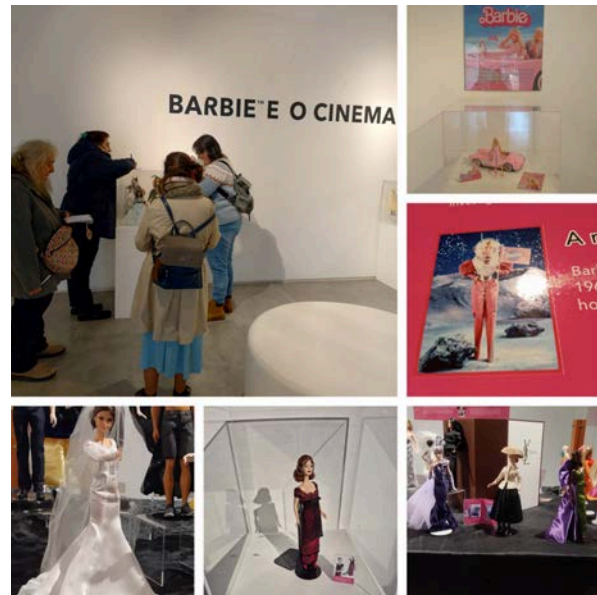
Seguimos preparando detalles para el próximo invierno en nuestro taller de papel maché.



22 de abril

Fuimos a la exposición sobre Barbie y el cine en el MIHL de Lugo.

Nos fijamos en todos los trajes, tomamos notas sobre algunos datos que nos parecían curiosos y por último seleccionamos nuestros trajes favoritos.



22 de abril

Somos invitados a la cena de entrega de Premios del Concurso de Tapas organizado por la Asociación DeBares de la Hostelería de Guitiriz: “X que bo estás Guitiriz”. El 5% de lo recaudado fue donado a Alume para gastar en una actividad de ocio.



23 de abril

En Alume Guitiriz inauguramos la temporada de “Xogos da Primavera” de la Casa Habanera con el juego de la rana.



24 de abril

Con la llegada del buen tiempo, hemos aprovechado para salir y hacer un taller al aire libre.



25 de abril

Para celebrar el 18 de abril, Día Internacional de los Monumentos, hemos hecho un pequeño recorrido por el patrimonio cultural de nuestra provincia y el resto de España. También hemos aprovechado para ubicarlos en el mapa y recordar geografía.



27 de abril

ALUME participa en las III Jornada de formación para las personas responsables de las Unidades de Acompañamiento y Orientación personal y familiar de Galicia con una ponencia sobre la salud mental en las aulas.



29 de abril

El 15 de abril se celebra el Día Mundial del Arte y en Alume trabajamos sobre diferentes manifestaciones artísticas que conforman las Bellas Artes: la arquitectura, la pintura, la escultura, la música, la literatura, la danza y el cine.



30 de abril

Se celebra la reunión de asamblea del 2024 en Alume.



30 de abril

En Alume Guitiriz estuvimos realizando un reto relacionado con la Exposición “Camiños da Luz” de Pepe Varela presentada en la Casa Habanera, sobre la ruta del Camiño de Santiago por la Costa da Morte y sus faros.



2 de mayo

Seguimos creando nuevos diseños para nuestros bolsos.



4 de mayo

En el taller de revista seguimos preparando artículos, en este caso escribimos uno que hable de nuestra experiencia y del camino seguido para conseguir nuestro bienestar.



6 de mayo

En el taller de papel maché seguimos reciclando materiales, en este caso unas tulipas de lámparas para darles una segunda vida con un toque artístico.



8 de mayo

Continuamos el adiestramiento con nuestro equipo de fútbol sala, disfrutando y mejorando juntos.



9 de mayo

En ALUME Lugo hemos tenido la visita de una podóloga. Gracias al Colexio Oficial de Podoloxía de Galicia y a Cristina Fernández de Clínica Ope.



11 de mayo

Visitamos el museo Míhl para ver una exposición muy interesante: “Facelafest, un festival de autor”, con una exposición de fotos, carteles y otros objetos de valor incalculable de las pasadas ediciones del festival.



13 de mayo

Estas últimas semanas hemos llevado a cabo talleres para potenciar la autoestima de las personas usuarias. Para ello, hemos favorecido su autoconocimiento de una forma lúdica y hemos analizado la importancia de nuestro diálogo interno.



14 de mayo

Es muy importante en el dibujo realizar apuntes de modelos, en este caso que reflejen movimiento y que se pueda entender el mismo. Estos fueron realizados por un usuario del programa para jóvenes.



15 de mayo

¡Estrenándonos con el taller de costura!. Hemos realizado una valoración de nuestros conocimientos y necesidades y, posteriormente, hemos aprendido a coser un botón.



17 de mayo

El 17 de mayo de este año en el Día das Letras Galegas se homenajearon a Luisa Villalta, una gran escritora además de violinista y ensayista. En nuestro taller de revista estamos preparando un artículo sobre el evento y no podía faltar la ilustración que lo va a acompañar.



19 de mayo

Seguimos con la terapia asistida con animales (TACA) para mejorar nuestra salud mental.



20 de mayo

ALUME participa en el XXV Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental (INTERPSIQUIS 2024). Presentamos el siguiente simposio “psicosis: práctica clínica y estrategias de investigación”.

El congreso dura del 20 al 31 de mayo y se tendrá acceso a los contenidos hasta mediados de junio.



21 de mayo

La terapia hortícola aporta muchos beneficios entre ellos el trabajo en equipo para plantar nuestro huerto urbano.

Cuidar de nuestras plantas nos ayuda a desconectar y nos concentramos en lo que estamos haciendo que nos resulta placentero. Además, para nosotros es también un tiempo de ocio, y si hace buen tiempo, mejor.



22 de mayo

Continuamos con las jornadas sobre la salud y en esta ocasión con Laura, nutricionista.
L.CampelloNutrición.



25 de mayo

En el rural intentamos generar una red de apoyo. Una de las actividades que hacemos es acompañamientos a las farmacias, para que tomen conciencia sobre la importancia del cumplimiento y adherencia a la medicación



26 de mayo

En Alume Guitiriz seguimos realizando actividades para celebrar nuestras letras. En este año, celebramos el Día de las Letras Gallegas recordando a Luísa Villalta y su variada contribución a literatura y la música. Estuvimos aprendiendo algo sobre su vida y obra.



27 de mayo

Retomamos taller de mujeres con un nuevo nombre : “ Ser muller en Lugo” En el que vamos a aprender a disfrutar de los recursos que nos ofrece nuestra ciudad siendo mujeres. Hemos empezado por conocer la Plaza de Aguas Férreas y tomarnos un café todas juntas.



28 de mayo

Aprovechamos para hacer los talleres al aire libre. En este caso, hemos hecho una gymkana fotográfica por el centro de Lugo en la que nuestras personas usuarias han utilizado su creatividad para sacar fotos siguiendo unas instrucciones específicas.



29 de mayo

Mantenerse informado es una pieza más para una buena integración social. Por eso, leemos la prensa y debatimos con nuestros usuarios sobre temas de actualidad: locales, internacionales, política, deportes... ¡Siempre hay algo interesante que compartir y discutir!



30 de mayo

Elaboramos nuevas piezas de cerámica. Las realizamos con mucho cariño y tiempo logrando que cada pieza sea única. Usamos materiales de calidad.



31 de mayo

Aprovechando el entorno natural de nuestra ciudad, dentro de la reserva de la biosfera Terras del Miño, comenzamos una nueva actividad: “Camiñar na natureza”. Así, obtenemos los beneficios físicos y psicológicos de la actividad física en la naturaleza.



3 de junio

En nuestro taller de papel maché abordamos otro proyecto guiados paso a paso por nuestro monitor para que salga todo bien.



4 de junio

En Alume Guitiriz nos gusta ver películas en pantalla grande. Este mes escogimos la película gallega “Os Fenómenos” para celebrar que en mayo se celebró el Día Das Letras Galegas.



4 de junio

En esta sesión de dibujo estamos tratando de captar expresiones del rostro humano a través de fotos. Son bocetos rápidos que nos ayudan a avanzar en el manejo del lápiz.



5 de junio

Tenemos taller de cocina con los usuarios más jóvenes de ALUME.



6 de junio

En nuestra vivienda tutelada también realizamos tareas de estimulación cognitiva con las usuarias. Así, podemos prestar una atención más individualizada y complementamos las actividades grupales que se realizan en el CRPL.



7 de junio

Retomamos el taller de cocina saludable elaborando una receta fácil y refrescante aprovechando que llega el buen tiempo. Para empezar decidimos hacer un postre de mango con fresas.



10 de junio

No hay nada como hacer un poco de ejercicio físico al aire libre a través de diferentes dinámicas lúdicas que permitan movernos y trabajar en equipo.



11 de junio

En “Ser muller” en Lugo aprovechamos el buen tiempo para darnos un paseo por el Miño. En este entorno trabajamos el uso de las nuevas tecnologías, en este caso usamos la cámara fotográfica para realizar fotos y vídeos y enviarlos por Whatsapp, además utilizamos el Google Maps para llegar hasta el Carrefour.



12 de junio

En Alume Guitiriz, esta primavera, volvimos a revisar un tramo del río Forxá. Esta actividad la hacemos cada primavera y otoño y nos aseguramos de su buen estado. La campaña se llama “Proxecto Ríos” y la coordina la asociación ADEGA.



13 de junio

En nuestro taller de música hemos invitado a Paco Varela, creador del podcast “Zona Breo” para que nos explicara cómo funciona un podcast y aprendiéramos varios aspectos sobre el sonido y la grabación. Estamos muy contentos por tus aportaciones y vamos a ponerlas en práctica.



14 de junio

Con motivo de la celebración del Arde Lucus, realizamos en los talleres unas coronas con motivos florales y analizamos aquellas actividades que más nos llamaban la atención de la celebración.



14 de junio

En el taller de papel maché seguimos realizando figuras para el próximo invierno.



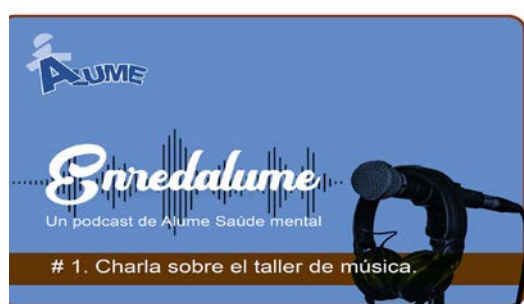
17 de junio

Estos increíbles compañeros nos ayudan a mejorar nuestro bienestar emocional, físico y social.



18 de junio

Mostramos nuestro podcast transformador creado por los usuarios de Alume. Hace meses, empezamos a desarrollar este pequeño proyecto. Acompáñanos en sus historias, reflexiones y experiencias que nos invitan a construir un mundo más inclusivo y equilibrado para todos. Con este episodio, queremos que nos conozcas mejor.



19 de junio

En el taller de música hemos aprendido lo que es cantar en falsete, es decir, poniendo la voz más aguda de lo natural. Gracias a esta nueva técnica, hemos disfrutado del karaoke de una manera diferente.



19 de junio

Desvelamos uno de los nuevos diseños de las bolsas de tela que estamos haciendo en los talleres de arteterapia.



19 de junio

En Alume hemos editado nuestra primera limpieza pensando en donde podía ser el primer lugar limpieza en Lugo hemos decidido que lo más importante era empezar con el parque Rosalía de Castro y hemos descubierto que a pesar de estar bastante limpio tiene muchísima suciedad como colillas, plásticos, bolsas de chicles, Kleenex y muchos, muchos cristales de botellas rotas, algunos tan incrustados que no conseguimos sacarlos de la tierra. Hemos bajado por las cuestas y nos hemos encontrado hasta latas de cerveza incrustadas, nos hemos metido en cualquier recoveco. Las zonas de los bancos estaban hechos un desastre, los parques de niños llenos de cristales, al finalizar nos hemos quitado todos nuestros guantes y tirarlos a la basura del plástico, toda nuestra recogida a las basuras y reciclando.



21 de junio

Aprendemos a quitarle las pelusas a la ropa en el taller de costura.



24 de junio

Las personas usuarias del CRPL de Guitiriz pudimos disfrutar de una visita a la ciudad de A Coruña que nos agradó mucho, gracias al regalo de la Asociación de Hosteleros de Guitiriz. Entre otras cosas, visitamos el acuario, paseamos por el paseo marítimo y vimos el Estadio de Riazor... ¡un día inolvidable!



25 de junio

Continuamos con las jornadas de salud, en esta ocasión tuvimos la suerte de contar con dos odontólogas, María y Ana, del Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de Lugo que nos enseñaron como mantener una buena higiene bucal.



27 de junio

En el CRPL de Lugo hemos comenzado a impartir un taller de relajación en el que iremos aprendiendo y poniendo en práctica diferentes técnicas con el objetivo de promover un estado de calma, tanto física como mental, en las personas participantes. En esta ocasión estamos practicando la respiración diafragmática.



28 de junio

Nos preparamos en el taller de teatro.



1 de julio

En la segunda salida de la actividad “Camiñar na Naturaleza”, percorrímos el paseo del río Ratón y visitamos el Centro de Interpretación Terras del Miño. Recibimos un trato excelente del personal en la visita guiada. En esta, ponen en valor a diversidad e importancia de la flora y la fauna de la reserva de la biosfera, así como los bienes de interés cultural asociados al uso del agua. Pasamos una agradable mañana, apreciando los beneficios de la actividad en la naturaleza y tomando conciencia de su cuidado.



2 de julio

Preparamos nuestras propios juegos olímpicos de Alume.



3 de julio

Disputamos el torneo de tenis de mesa, organizado por FEADES en Santiago de Compostela. Después del esfuerzo de tantos partidos durante la mañana, recuperamos fuerzas comiendo todos juntos.



5 de julio

Hemos tenido la suerte de recibir una visita guiada por parte del Museo Provincia de Lugo para disfrutar de La Sibilia, obra de Diego Velázquez cedida desde el Museo del Prado.

Ha sido una visita interesante y amena.



5 de julio

Desde PAPEP fomentamos la práctica deportiva. En esta ocasión con boxeo.



9 de julio

No hay nada mejor que disfrutar en verano de actividades al aire libre y la piscina. En esta ocasión hemos ido a la playa fluvial de O Corgo en la que estuvimos haciendo juegos en los exteriores y pudimos usar los vestuarios y bañarnos en la piscina. ¿Sabíais que tiene toboganes?



12 de julio

Empezamos nueva lectura para estar entretenidos este verano. “Por si las voces vuelven” Ángel Martín Gómez.



16 de julio

En el último día de las olimpiadas de Alume 2024 han participado Suecia y Finlandia. Las primeras pruebas pertenecen a atletismo que son: relevo con aros, que ha sido una prueba bastante difícil de coordinación en la que han participado todos los miembros de los grupos. Teníamos que seguir una fila entera metiéndonos por unos aros uno a uno, la siguiente fue: relevo con pelotas que parece sencillo pero no es nada fácil, fue una dura competición. Dentro del apartado de voleibol hicimos toque con balón y dentro de tenis toques con pelota y lanzamiento de pelota que era sin ninguna duda la más difícil, únicamente consiguió un único participante meter la pelota en los aros y por último terminamos con la entrega de medallas, la parte más apasionante en la que recibimos nuestros premios. Desde Alume premiamos la participación por lo tanto todo el mundo tiene su propia medalla y con esto nos despedimos hasta el año que viene o dentro de cuatro años.



17 de julio

Aprovechamos el buen tiempo para realizar actividades al aire libre. En este caso, llevamos a cabo una dinámica con bolos para conocer mitos relacionados con el tabaco.



18 de julio

En conmemoración del Día del Medio Ambiente, hemos realizado en nuestros talleres actividades relacionadas con esta temática como este “bingo del reciclaje”, en el que debíamos relacionar cada residuo con su contenedor.



22 de julio

¡Por fin llegó el calor y fuimos a la piscina! Así que a disfrutar del verano y de todas las actividades que se pueda al aire libre.



25 de julio

Nos gusta trabajar en los talleres la estimulación de las habilidades cognitivas. En este caso, hemos hecho un taller sobre memoria visual y auditiva utilizando diferentes actividades dinámicas.



25 de julio

¿Sabías que la empatía puede fortalecer tus relaciones?

Ser empático nos hace sentir más conectados y satisfechos con nuestras relaciones, mejorando nuestra salud mental y emocional. Además, ayuda a reducir los conflictos al entender las perspectivas ajenas.

Las personas usuarias tuvieron la oportunidad de reflexionar sobre sus propias experiencias y cómo pueden aplicar la empatía en su vida diaria, en un taller dedicado a ello. Lo hicimos a través de distintos ejercicios prácticos y dinámicas de grupo.



29 de julio

La naturaleza tiene un efecto terapéutico en la mente, la exposición a entornos naturales ofrece una variedad de estímulos visuales y auditivos que pueden ayudar a mantener la agudeza cognitiva, fomentamos que sean más consciente del entorno que les rodea y en esta ocasión realizamos tareas de estimulación cognitiva.



30 de julio

Seguimos con las jordanas sobre salud.

Recibimos la visita de Fernando, del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia, quién nos transmitió la importancia de realizar una buena actividad física para evitar dolores en nuestro cuerpo. Además, nos enseñó una serie de ejercicios para realizar en nuestras casas y mejorar nuestra movilidad.



31 de julio

Con la llegada del buen tiempo es necesario incidir en la importancia de vestirnos de una forma adecuada. Por ello, en nuestros talleres, realizamos dinámicas para conocer qué ropa es adecuada para cada época del año.



2 de agosto

Seguimos con la sección de pasatiempos en nuestro taller de revista. ¿Eres capaz de encontrar las diez diferencias en estas fotos?



5 de agosto

¡Al mal tiempo buena cara! Estuvimos disfrutando de un día en la piscina. A pesar de que el tiempo no acompañaba, nos atrevimos a meternos en el agua y pudimos disfrutar de una mañana de juegos al aire libre.



5 de agosto

No hay nada mejor que un día de sol, playa y compras, por eso en Ser muller en Lugo nos hemos ido al Marinada y a la playa de Santa Cristina a pasar el día entero. Tuvimos muchísima suerte con el tiempo.



9 de agosto

Seguimos con los diseños de nuestras bolsas, ahora también las tenemos en la página de Alume para vender.



9 de agosto

Es fundamental para nosotros que nuestros usuarios puedan acceder a las actividades que ofrece nuestra ciudad, en esta ocasión era una actividad que ofrecía Xanceda junto con el Concello de Lugo en la que pudimos plantar un carballo y llevárnoslo para casa.



12 de agosto

En el día de la juventud realizamos una actividad con los más jóvenes de Alume. Gracias Concello de Baralla.



14 de agosto

Presentamos los modelos disponibles de bolsas tote bag que se han hecho en nuestros talleres de arteterapia.



16 de agosto

No hay nada mejor que hacer en verano que ir a un pueblo costero y como no es lo mismo decirlo que vivirlo, nos hemos acercado a la zona de Malpica. Hemos asistido a la muestra de olería de Buño, una demostración en vivo de como hacían los productos de cerámica.

Hemos comido por la zona riquísimo. Nos hemos acercado al puerto de Malpica y para terminar el día nos hemos ido a una calita.



19 de agosto

En nuestro taller de arteterapia hemos realizado un ejercicio de dibujar retratos con el límite de tiempo de unos minutos. Esto nos obliga a ser ágiles en nuestros trazos y a aprender a simplificar.



21 de agosto

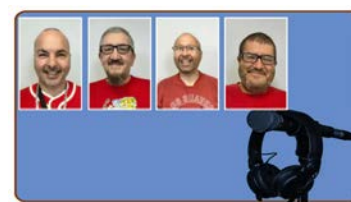
En el taller de prensa realizamos debates sobre los temas que más afectan a nuestra sociedad actual. Con ello, conocemos los puntos de vista de nuestros compañeros y compañeras y redactamos artículos para la próxima publicación de nuestra revista de ALUME.



23 de agosto

Continuamos con la publicación de la segunda parte del primer episodio de nuestro podcast inspirador creado por nuestros usuarios de Alume Lugo.

Aprecia sus historias, reflexiones y experiencias que nos invitan a crecer emocionalmente y aprender sobre la importancia de cuidar nuestro bienestar mental. Hoy seguimos con la presentación de un nuevo miembro.



27 de agosto

Hoy en cocina se nos ha ocurrido una idea fácil y rica de aguantar el calor de verano. Hemos realizado unos vasitos de frutas refrescantes con merengue. Nos ha salido tan rico que no hemos podido dejar nada para compartir.



28 de agosto

Nos gusta desarrollar nuestra creatividad mediante talleres nuevos como este, realizar figuras de arcilla. Nuestras personas usuarias son unas artistas.



30 de agosto

Con motivo de mejorar la psicomotricidad y el trabajo en equipo de nuestros/as usuarios/as, llevamos a cabo un taller sobre Juegos colaborativos.



2 de septiembre

En nuestros talleres practicamos la Escucha Activa, a través de dinámicas como “el ciego” y “cuéntame tú historia”, en la que los/as usuarios/as tienen que poner atención a lo que les van indicando sus compañeros/as para conseguir un mismo objetivo.



4 de septiembre

Estas últimas semanas hemos realizado un taller para gestionar la frustración. En primer lugar hemos aprendido a identificar en que situaciones aparece esta emoción, así como otras emociones que suelen asociarse. Después entre todos hemos reflexionado que herramientas podemos usar para gestionarla.



5 de septiembre

El deporte es esencial para la salud mental y es por ello que hoy hemos practicado baloncesto. Hemos calentado para evitar lesiones y hemos hecho unos ejercicios para la primera toma de contacto.



6 de septiembre

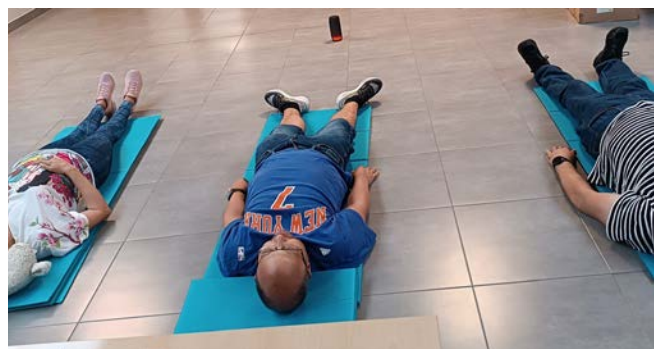
Hoy hemos ido a visitar la exposición Mexicráneos situada en la Plaza Mayor de Lugo, hemos podido ver numerosas calaveras mexicanas representando cada una una parte de su cultura. En cada una de ellas hemos podido ver un panel en el que cada autor explica su obra y un QR para escanear y así ver su proceso.

Nos encantaría darle las gracias al grupo Alvia y al Concello de Lugo por disfrutar esta maravillosa exposición.



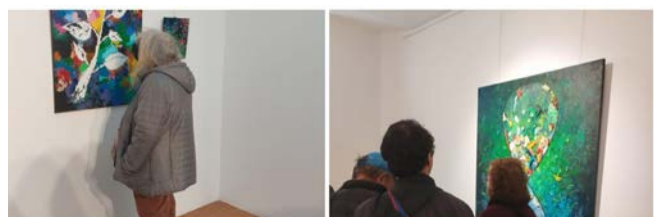
9 de septiembre

Todos los viernes seguimos con las sesiones de relajación. En esta ocasión hemos hecho un ejercicio de imaginación guiada, donde nos hemos trasladado a un hermoso bosque.



11 de septiembre

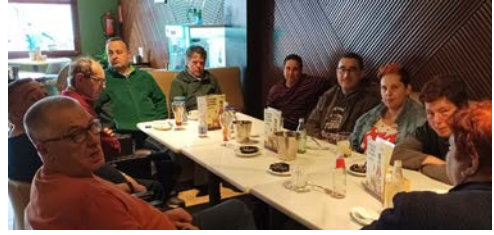
Esta semana tuvimos la suerte de poder visitar la exposición Vestigia, de Ana Cabanes Fontao, en O Vello Cárcere. Allí pudimos observar la cantidad de plástico que generamos y cómo le podemos dar una segunda vida a través del arte.



13 de septiembre

Alume Guitiriz.

Como es muy importante celebrar los momentos señalados en la vida, hoy hemos salido a celebrar con Elena su cumpleaños. ¡Qué cumplas muchos más!



16 de septiembre

En nuestro taller de papel maché a veces nos repartimos las tareas para que nuestras pequeñas obras salgan adelante.



17 de septiembre

Telefónica cumple 100 años y nosotros no podíamos quedarnos sin ver esta increíble exposición. Muchas gracias a o Vello Cárcere por permitirnos verla y explicarnos todo al detalle.



19 de septiembre

En ALUME nos estamos convirtiendo en unos chefs.

Esta es otra de nuestras obras y como siempre, no sobró nada.



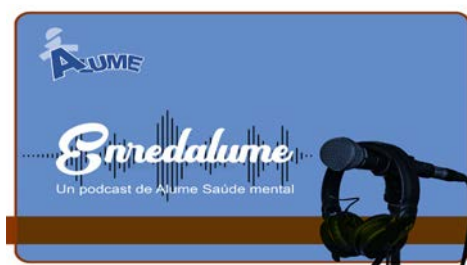
20 de septiembre

En los pisos de Alume hemos aprovechado la vuelta ciclista que pasa por Lugo para ir a las actividades, había variedad de opciones. Lo hemos disfrutado un montón, incluso nos hemos llevado comida de regalo.



21 de septiembre

¡No puedes perderte el nuevo episodio de nuestro podcast!
Una vez que ya nos hemos presentado empezamos con otras temáticas y en el capítulo de hoy hablamos de la historia de la música. Hacemos un pequeño resumen de lo que aprendimos de la historia de la música actual en nuestro taller y de nuestros gustos musicales.



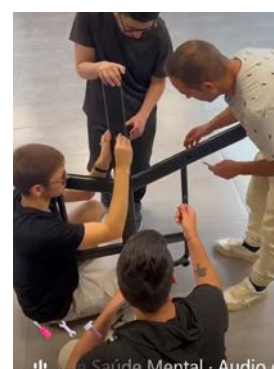
23 de septiembre

En nuestro taller de música siempre rematamos la sesión con un tiempo dedicado al karaoke. Hoy hemos cantado el tema de “Déjame” de Los secretos. ¿Te suena?



24 de septiembre

En PAPEP lo hacemos todo en equipo, hasta el montaje del material deportivo, en esta ocasión ha sido el saco para el taller de boxeo. ¿Qué te parece? ¿Nos ha quedado bien?



24 de septiembre

Hoy fuimos invitados a la Festividad de Nuestra Señora de la Merced organizada por los C.P. de Bonxe y Monterroso donde el equipo de ALUME desarrolla el programa PAIEM.



25 de septiembre

Desde el programa del rural fomentamos la inclusión social en el entorno comunitario y promovemos la participación en actividades culturales, para que nuestras personas usuarias aprendan a gestionar un uso adecuado del tiempo libre. En esta ocasión nos acercamos al Museo Provincial de Lugo.



26 de septiembre

Ayer renovamos en A Coruña el convenio del programa PAIEM. Gracias a este programa podemos trabajar por la rehabilitación psicosocial de las personas con problemas de #saúdemental privadas de libertad.

El PAIEM gana especial importancia ahora que la nueva estrategia de salud mental 2022-2026 del sistema nacional de salud no incluye líneas de actuación en materia de salud mental para la población penitenciaria en general, ni destinada específicamente a las personas con trastorno mental grave.



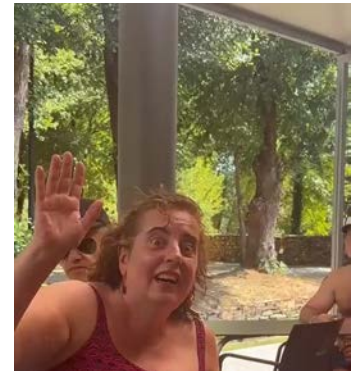
27 de septiembre

En el taller de prensa estamos preparando un artículo sobre los delitos de odio y los bulos en las redes, para ello nos informamos con varias noticias de actualidad.



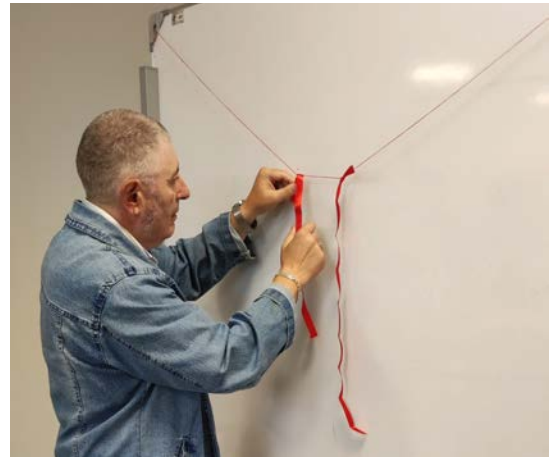
30 de septiembre

En Alume exprimimos hasta el último rayo de sol del verano. En esta ocasión nos hemos trasladado hasta la piscina municipal de Baralla y nos ha hecho un tiempo estupendo, además de poder bañarnos en la piscina hemos podido disfrutar de las canchas de baloncesto, deporte que no se nos da nada mal, eso sí, ahora hasta el año que viene.



30 de septiembre

Para trabajar la solidaridad hemos hecho un “telar de los compromisos” donde hemos anotado pequeños actos solidarios que nos comprometemos a llevar a cabo en unas cintas y los hemos colgado todos juntos.



2 de octubre

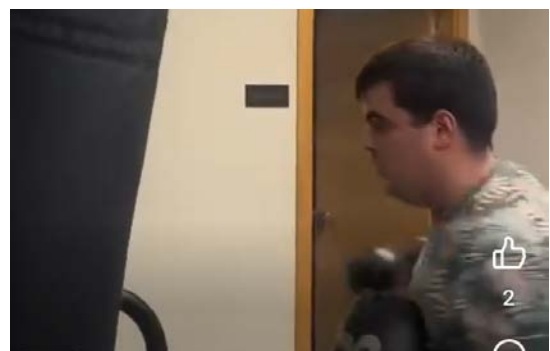
Como parte de las actividades de los pisos preparamos un menú saludable cada semana, organizamos la lista de la compra y vamos al supermercado a por los productos necesarios.

Esta es nuestra compra de la semana



4 de octubre

En PAPEP estrenamos nuevo material de boxeo.



4 de octubre

Nos lo hemos pasado muy bien en este viaje a Cádiz.



7 de octubre

En nuestro taller de cocina saludable estamos introduciendo poco a poco alimentos que solos no nos suelen gustar, pero mezclados son todo un descubrimiento. Además, cuando nos gustan las recetas, las apuntamos para poder repetir las en casa y disfrutarlas más veces.



8 de octubre

En ALUME Guitiriz hemos disfrutado de una sesión de cine en la Casa Habanera. Nos reímos con "A todo tren: destino Asturias".



9 de octubre

En este episodio hacemos un pequeño resumen de lo que aprendimos de la historia de la música actual en nuestro taller y de nuestros gustos musicales.



10 de octubre

El 10 de octubre de cada año se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, este año el acontecimiento se produjo en: O vello cárcere de Lugo. Muchas gracias a Eduardo Fonseca por venir hasta Lugo a hablar de un tema tan relevante como es la salud mental.



11 de octubre

Participamos en la tertulia sobre “Salud Mental en prisión” de la II Jornada de la Red Gallega de Educación en prisión junto con nuestras compañeras de APEM, FEAFES y LEYENDA.

Hablamos sobre nuestra experiencia desarrollando el programa PAIEM en los CP de Bonxe y Monterroso.



14 de octubre

Aprovechando los últimos días de buen tiempo, hemos decidido salir de nuestro taller y realizar actividades al aire libre. En este caso, realizamos tanto actividades deportivas como musicales para poner en práctica nuestras habilidades.



15 de octubre

A finales de septiembre, pudimos disfrutar de un fantástico viaje dentro del Programa “Coñece a tua provincia” de la Diputación de Lugo. Visitamos la Granja Gayoso Castro en Castro Ribeiras de Lío para después dirigirnos a Ribadeo y Barreiros, donde nos esperaba una estupenda comida. También pudimos visitar la playa de las Catedrales y dar un paseo por ella. Terminamos nuestro viaje en el bonito pueblo de Rinlo. Todo esto acompañados de una guía que nos hizo el viaje más ameno y divertido.



16 de octubre

En el taller de prensa procuramos estar al día de las noticias, así estamos informados/as de la actualidad y mejoramos nuestras habilidades para realizar nuestros artículos para la revista.



18 de octubre

Seguimos con nuevos proyectos en nuestro taller de papel maché. Uno de ellos es un busto de maniquí realizado enteramente con papel para que nos sirva para exponer pendientes y collares que hagamos en nuestros talleres.



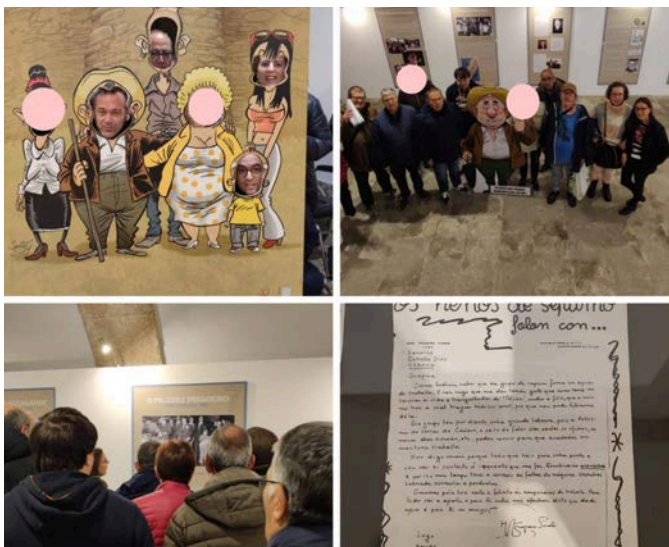
20 de octubre

Alume Guitiriz. Estuvimos celebrando el Centenario de la Escola Habanera de Guitiriz con la retransmisión de directo del programa Voces de Lugo de Radio Voz y con un sesión de música con Son Bolero.



24 de octubre

Para finalizar las fiestas de San Froilán, realizamos una visita al Museo Provincial de Lugo. Allí disfrutamos de una visita guiada por la exposición de Pelúdez, personaje característico de esta festividad. ¡Aun estáis a tiempo de ir a verla!



25 de octubre

¡Este mes hemos retomado la actividad de piscina! Es una de las actividades favoritas de nuestras personas usuarias. Algunos beneficios de la natación son fortalecer nuestros músculos, reducir el dolor articular además de ser muy divertida y subirnos el ánimo.



28 de octubre

Tener momentos de ocio también son importantes para mejorar la integración de las personas usuarias del programa de inclusión social. En este caso estuvimos aprendiendo a jugar al dominó puesto que también es una actividad de estimulación cognitiva. ¿Quién creéis que ganó?



25 de octubre

Alume Guitiriz. Como siempre queremos mantenernos ágiles mental y físicamente, estuvimos jugando la Caja-Bola que realizamos en el taller y pasamos un rato muy divertido.



1 de noviembre

En el taller de papel maché seguimos preparando nuevos proyectos, en este caso estamos con las bolas de navidad para el árbol pero con nuestro propio toque artístico.



2 de noviembre

Con el grupo de “Ser muller en Lugo” por Halloween hemos decidido hacer un taller de monstruosidades. Primero compramos todos los ingredientes y después por grupos fuimos haciendo diferentes monstruosidades, el primero que puedes ver es el volcán que hicimos tres volcanes, nos salieron increíbles, salía toda la espuma para fuera, el segundo que hicimos fueron dos lámparas de lava que fue una de las monstruosidades que más gustaron y por último hicimos una monstruosidad con cambios de textura. Es una mezcla que si ejerces fuerza se va a quedar muy dura y no deja pase incluso dándole puñetazos pero si no ejerces fuerza sobre ella se queda líquida y por supuesto a limpiar al terminar.



4 de noviembre

En el taller de prensa consideramos de mucha importancia estar al día de las noticias que suceden tanto por televisión que por escrito. Esto nos ayuda a contrastar la información y así preparar mejor nuestros artículos.



5 de noviembre

En el taller de cocina ha tocado hacer tarta de queso y limón.



5 de noviembre

Uno de los objetivos de nuestra entidad es mejorar la calidad de vida de nuestras personas usuarias. Para ello, en nuestros talleres, hacemos hincapié en la importancia de llevar a cabo una alimentación saludable.



8 de noviembre

Comenzamos otro ensayo de nuestro grupo de teatro.



11 de noviembre

Si la persona no puede venir a hacer las tareas... se las llevamos a casa. Con las personas usuarias del programa de rural también realizamos fichas de estimulación cognitiva para mantenerse activos/as.



12 de noviembre

La semana pasada competimos en el I Circuito de tenis de mesa adaptado con @fedgaltm @adzastenimesa y @asociacionintegro.

Seguiremos entrenado para volver más fuertes en las siguientes competiciones!



13 de noviembre

Con cada cambio de estación es importante realizar cambios en la decoración de nuestro taller. Por ello, estamos realizando en los talleres manualidades otoñales que servirá para adornar nuestro centro.



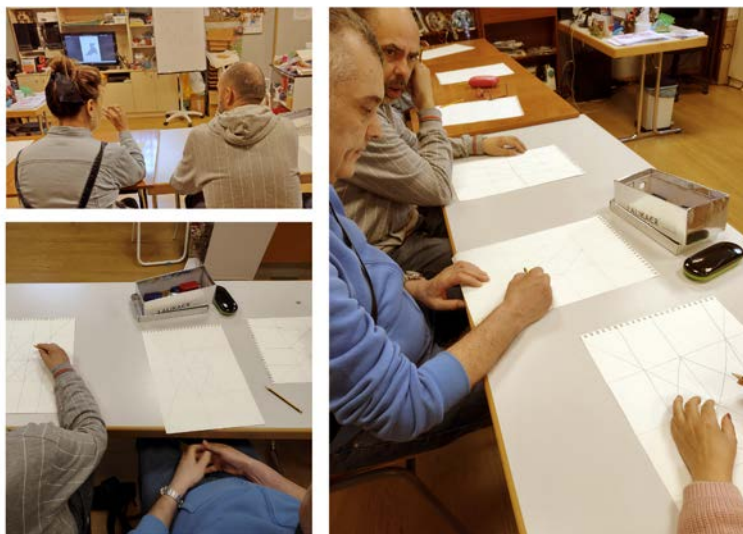
14 de noviembre

En el taller de cocina hemos preparado una pizza saludable. Hecha con verduras, champiñones y aceitunas y nos ha quedado una pizza muy cargada de ingredientes y nos ha costado un poquito cortarla, eso sí, nos ha quedado buenísima.



15 de noviembre

En la última sesión del taller de arteterapia estuvimos poniendo en práctica cómo encajar y darle tonalidad a un dibujo.



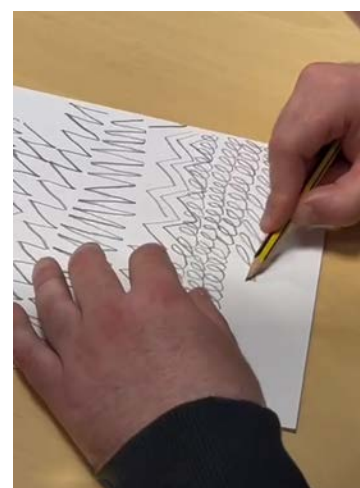
18 de noviembre

¡Nuestro equipo de fútbol ya está entrenando para esta temporada!



19 de noviembre

Estos días estamos impartiendo unos talleres de iniciación al dibujo para todas las personas usuarias para descubrir talentos ocultos... Puede que tengamos futuros artistas por la entidad...



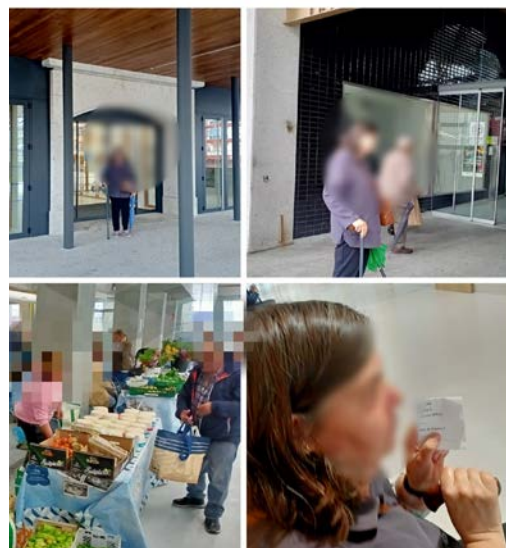
21 de noviembre

El Grupo Albia reconoce el compromiso con la sostenibilidad y premia a las mejores iniciativas ambientales y sociales. Con esta edición de los Premios Albia de Sostenibilidad, la compañía busca hacer una diferencia y servir de inspiración en la industria funeraria y en la sociedad en general, visibilizando el valor de la responsabilidad social y el cuidado medioambiental como motores de un futuro mejor. Alume fue galardonada con un premio recogido por Manuel Fernández Prado, su presidente.



22 de noviembre

Desde el equipo del programa de Inclusión Social, realizamos todo tipo de acompañamientos para mejorar la integración social de las personas usuarias del programa, desde ir al mercado municipal hasta las citas médicas.



22 de noviembre

El equipo de tenis de mesa compitió en la Liguilla organizada por Hospital de Día en Lugo y ganó nuestro usuario Tano.



25 de noviembre

En esta IX edición de Baixo O Mesmo Paraugas queremos que nos ayudes a escoger el mejor paraguas de Galicia. Lo único que tienes que hacer que quieras entre todos los que aparecen en este álbum y que han sido elaborados por las personas con discapacidad de entidades sociales de toda Galicia. El paraguas más votado será el que se lleve el reconocimiento de esta edición 2024.



26 de noviembre

Con motivo del 25N, Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, acudimos al Museo Provincial. Allí pudimos visitar la exposición: “Traducindo a lei contra violencia de xénero con pezas do museo. Convenio de Estambul”, donde pudimos observar a través de varios cuadros, la violencia que han sufrido las mujeres a lo largo de la historia. Agradecemos a nuestro guía Simón esta visita.



26 de noviembre

Otro de los deportes que practicamos en Alume es la petanca. Puede que no sea el deporte más común o popular, pero nos gusta entrenar y fomentar el espíritu de equipo.



28 de noviembre

En este episodio de nuestro podcast de Enredalume hablamos del 50 Aniversario del nacimiento del Hip Hop celebrado en el 11 de agosto del 2023. Nuestros usuarios opinan también sobre el género.



29 de noviembre

Durante el mes de noviembre se celebra el Día Mundial de la Diabetes. Para conocer la cantidad de azúcar que contienen los alimentos, utilizamos una aplicación para el móvil con la que podemos escanear los códigos de barras de los productos y conocer otras alternativas más saludables.



29 de noviembre

Es el momento, hay que decorar tu casa por Navidad. ¿Has ido al desván de tu casa y te has encontrado con adornos rotos, sucios o pasados de moda? Enseñamos nuestros adornos solidarios navideños. Estos adornos están elaborados por nuestros usuarios del taller de papel maché dentro de su proceso de rehabilitación.



3 de diciembre

Hoy día 3 de diciembre se celebra el Día Internacional de las Personas con Discapacidad. Desde Alume no suñimos a la campaña “todos baixo o mesmo paraguas” con la decoración en nuestros talleres de este símbolo para luchar contra la discriminación de las personas con discapacidad.



3 de diciembre

Hoy ha sido muy especial para todo el colectivo de personas con discapacidad de Galicia que unidas en #BaixoOMesmoParaugas hemos salido a la calle con nuestros paraguas de colores para reivindicar una sociedad más justa e inclusiva, en la que todos seamos iguales y tengamos los mismos derechos.

Las 117 entidades que este año integramos Baixo O Mesmo Paraugas esta iniciativa queremos dar un gran agradecimiento a todas las personas, administraciones, colegios y otros muchos colectivos que hoy nos han acompañado en los actos programados (A Coruña, Vigo, Ourense, Pontevedra, Lugo y Cee, y esta tarde a las 19:00 h en Moaña) y también con sus fotos de paraguas a través de las redes sociales.



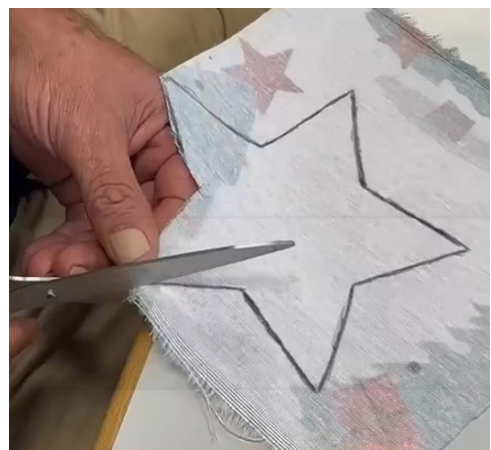
9 de diciembre

Estamos rematando la última edición de nuestra revista en el taller de prensa. Uno de los apartados es el de cocina que estará acompañado de recetas muy sencillas, variadas y sabrosas. Para todo ello tenemos que documentarnos.



10 de diciembre

En el taller de costura también hacemos adornos navideños.



12 de diciembre

En nuestros talleres seguimos preparando la decoración navideña. Estos árboles navideños con macarrones fueron de las primeras cosas que preparamos.



12 de diciembre

Visita guiada por la exposición SIMULTÁNEA de Arundación.



13 de diciembre

En el programa PAIEM estamos llevando una actividad de arteterapia con el objetivo de humanizar el espacio donde se realizan las actividades.



13 de diciembre

Se celebra en colaboración con Always Tennis de Mesa, el XVIII Torneo de Tenis de Mesa de Saúde Mental Feafes Galicia.



16 de diciembre

Se publica en el Progreso Al-Manara, un plan pionero de salud mental para la comunidad musulmana. Omneia Sadek, una psicóloga gallega de origen egipcio, coordina el programa de Alume.



19 de diciembre

En el taller de música estuvimos informándonos de dónde viene el scratch o scratching, un técnica de DJ o turntablist utilizada para producir sonidos característicos a través del movimiento de un disco de vinilo hacia delante y hacia atrás sobre un tocadiscos.



19 de diciembre

Se realizan actividades con nuestro equipo de voluntariado.



20 de diciembre

Desde Alume Guitiriz nos hemos desplazado a ver el Belén de Begonte que cumple 53 años, y cada vez más completo e impresionante. Este año estrenan una máquina de mallar y una palloza, ambas del Belén del antiguo Hospital Xeral.



24 de diciembre

En el taller de costura estamos trabajando sin parar para tener todo preparado para estas navidades. Terminando las bolsas de tela de lazos y terminando de coser unos adornos navideños preciosos.



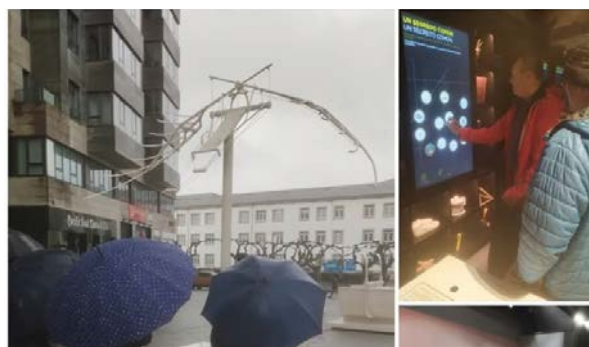
26 de diciembre

Desde el programa de atención del medio rural fomentamos la participación en actividades comunitarias. Como estamos en época navidela, realizamos un recorrido por el pueblo visitando los distintos decorados.



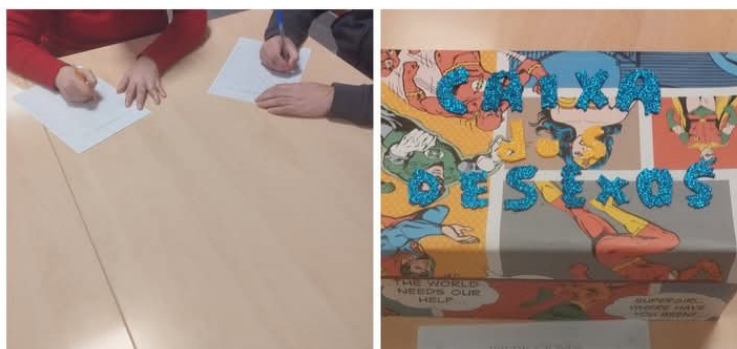
30 de diciembre

Asistimos a la exposición de Leonardo Da Vinci organizada por la Fundación La Caixa. Allí pudimos conocer algunas de las maquetas que ideó el pintor a escala real y participar en algunos de los juegos interactivos que ofrece.



31 de diciembre

Como forma de despedirnos del 2024, apuntamos nuestros propósitos y predicciones para el año 2025 y los guardamos en nuestra caja de los deseos. De esta forma, el año que viene podremos comprobar si se han cumplido.



TALLERES



Borboreta

FLUME

Talleres

Actividades de la vida diaria

Objetivos:

Mejorar o mantener la independencia funcional.



Hip Hop

Objetivos:

Mejorar la coordinación.

Mejorar la psicomotricidad gruesa.

Estimular la expresión emocional mediante el lenguaje musical y la danza.

Favorecer la coordinación de miembros superiores e inferiores.



Habilidades cognitivas

Objetivos:

Estimular las funciones cognitivas: percepción, atención, concentración, orientación, funciones ejecutivas, memoria, razonamiento y lenguaje.



Habilidades sociales

Objetivos:

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



Jardinería

Objetivos:

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



Talleres

Tenis de mesa

Objetivos:

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



Piscina

Objetivos:

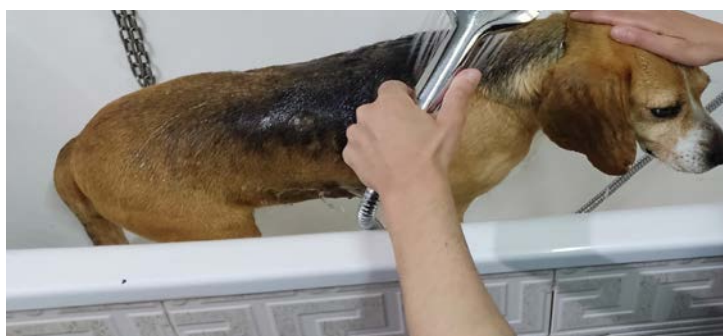
Aprender a nadar. Favorecer la coordinación de miembros superiores e inferiores, Fomentar respuesta de relajación, aprender a hacer uso de los recursos socio- comunitarios (bus urbano, instalaciones deportivas) y de- sarrollar habilidades de la vida diaria relacionadas con el aseo y vestido..



Terapia Asistida con Animales (TACA)

Objetivos:

Favorecer la expresión de emociones, paliar el sentimiento de soledad, trabajar la estimulación sensorial, reforzar la comunicación afectiva, fomentar la actividad física.



Petanca

Objetivos:

Promover la actividad física, establecer el deporte como medio de integración, mejorar movilidad y coordinación óculo-manual, potenciar la orientación espacial, mejorar las funciones motoras.



Talleres

Huerto ecológico

Objetivos:

Acercar la naturaleza a los usuarios como medio estimulante, fomentar actitudes de respeto y cuidado hacia el medio ambiente, conocer las técnicas de cultivo de la agricultura ecológica, conocer y utilizar de las herramientas y útiles propios para el trabajo en la huerta.



Expresión emocional.

Objetivos:

Conocer la variedad de emociones que existen, diferenciarlas entre ellas y de los sentimientos, trabajar la expresión e identificación de las emociones y aplicarlo en su día a día comunicándose de manera eficaz con su entorno y gestionarlas de manera correcta.



Cerámica

Objetivos:

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



Papel maché y cartapesta

Objetivos:

Fomentar la creatividad y la expresión artística. Favorecer la respuesta de relajación y la expresión emocional. Trabajo en grupo, colaborar...



Talleres

Igualdad

Objetivos:

Comprender mejor la sociedad en la que vivimos y los cambios que se están produciendo en materia de igualdad de género.

Estar informados y poder participar en debates constructivos usando conceptos adecuados fuera de tópicos y prejuicios (relativos a la igualdad de género).

Prevenir la violencia de género mediante actividades de concienciación y sensibilización.



Música

Objetivos:

Trabajar habilidades cognitivas. Favorecer la expresión emocional. Entrenar habilidades sociales. Fomento de la interacción social.



Prensa

Objetivos:

Fomentar la orientación temporal. Favorecer la toma de conciencia de la realidad. Entrenar habilidades de lecto-escritura. Fomentar la creatividad y el trabajo en equipo.

Crear la revista de la entidad



Talleres

Lectura

Objetivos:

- Objetivos:
- Mejorar la lectura.
- Mejorar la expresión y comprensión oral.
- Mejorar el lenguaje.
- Enriquecerse con nuevas ideas



Arteterapia

Objetivos:

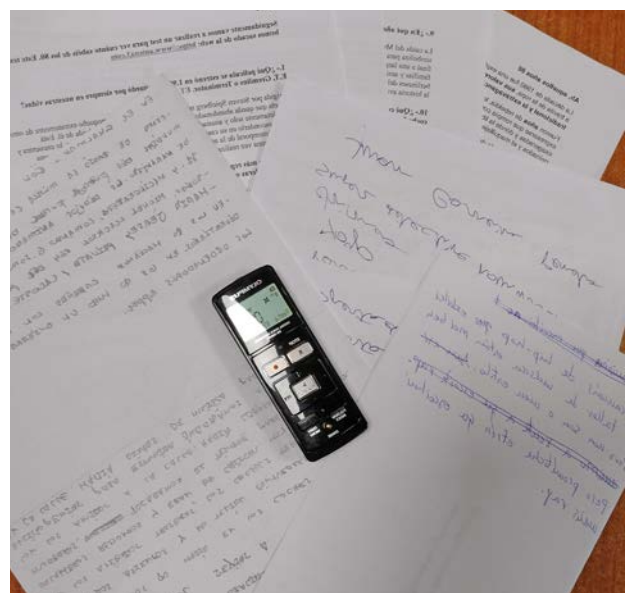
- Fomentar la creatividad y la expresión artística. Favorecer la respuesta de relajación y la expresión emocional.



Podcast

Objetivos:

- Fomentar la orientación temporal y organizativa.
- Entrenar habilidades sociales y de comunicación.
- Trabajar habilidades cognitivas.



Talleres

Cocina

Objetivos:

Potenciar funciones cognitivas (atención, concentración, memoria), funciones motoras, autonomía funcional, autoestima...



Teatro

Objetivos:

Trabajar expresión corporal, control de la ansiedad, habilidades sociales...



Relajación

Objetivos:

Dotar a las personas participantes de herramientas que les ayuden a manejar situaciones que puedan ser una fuente de estrés o ansiedad.

Propiciar un espacio de desconexión.

Mejorar su bienestar físico y emocional.

Promover momentos de calma y serenidad.

Regular su estado emocional.



Talleres

Ser mujer en Lugo

Objetivos:

- Fomentar la socialización con otras mujeres.
- Favorecer la inclusión social dentro del entorno de nuestra ciudad.
- Desarrollar habilidades sociales.
- Aprender conocimientos básicos de electrónica, teléfonos móviles, entre otras cosas.
- Ofrecer opciones de ocio fuera del hogar y con otras personas.
- Aprender sobre temas de salud femenina.



Costura

Objetivos:

- Aprender conocimientos básicos de herramientas de costura (aguja, hilo, tijeras, reglas y otros accesorios)
- Desarrollar habilidades para el arreglo de prendas de ropa.
- Familiarizar a los usuarios con los tipos de telas y otros materiales y de cómo trabajar con cada uno.
- Fomentar la creatividad.
- Favorecer la paciencia, la atención sostenida y la motricidad fina

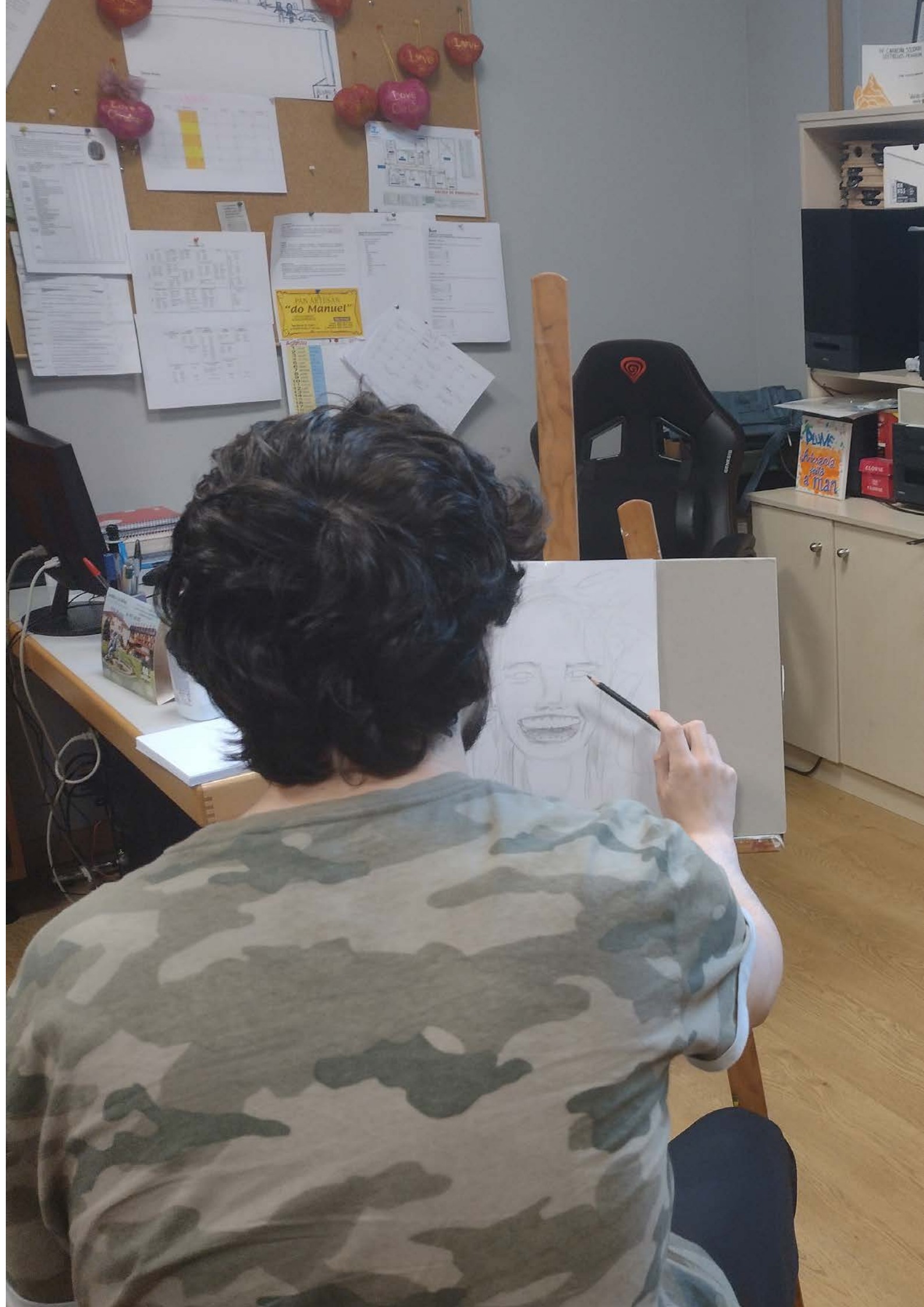


Fútbol sala

Objetivos:

- Fomentar hábitos saludables.
- Promover la actividad física.
- Incentivar la interacción social en contextos deportivos de colaboración - oposición.





La Voz de Galicia. 4 de abril 2024.

SOCIEDAD

«Salir adelante», un proyecto de Alume para asistir a los familiares de personas que se suicidan

 REDACCION / LA VOZ
 REDACCION / LA VOZ


Acompañan a las personas que atraviesan la complicada fase del duelo, que en algunos casos puede cronificarse

04 abr 2024 · Actualizado a las 17:05 h.



Comentar · 0

El mundo puede ser un lugar que duele, y no son las de la carne las únicas heridas. Los **problemas de salud mental** son cada vez más visibles y cada vez son más los medios disponibles para combatirlos. Aunque queda mucho por hacer, son unos cuantos los que arriman el hombro para cambiar las cosas.

Alume Saúde Mental es una asociación que nació en Lugo. Su proyecto, Salir adelante, que recientemente ha recibido el patrocinio de la **Fundación "La Caixa"**, cumple una inestimable labor acompañando en su duelo a las familias de personas que cometieron suicidio. Aunque el área sanitaria de Lugo es su principal zona de actividad, señalan que ya han recibido la visita de varios pacientes de otras partes del territorio gallego. El empeño de este equipo de profesionales es responder a una pregunta. **Después de la tragedia del suicidio**, ¿qué pasa con los que se quedan?

Aportan herramientas para **afrentar la pérdida**, algo que al principio parece a los afectados tarea imposible. No se trata, no obstante, de eliminar el dolor, sino de guiar y acompañar para que no se cronifique.

La psicóloga clínica **Ana Reguera** es la **directora de Alume** y una de las profesionales encargadas de Salir adelante. Explica así la labor de su grupo: «Tratamos de abordar la conducta suicida desde una perspectiva global. Había una parte de la vivencia del suicidio que no estaba siendo atendida, que era la parte de los supervivientes. Los familiares y los allegados de la persona que muere. Vimos que existía una necesidad de darles una atención específica. Esta fue nuestra propuesta».

Pero, para llevar a cabo este empeño, necesitaban apoyo externo. Por eso presentaron la iniciativa a la **Fundación La Caixa**, que aportó fondos para colaborar en el desarrollo.

Acompañar en el comienzo

No es el suicidio la única problemática que tratan. «Alume es una asociación de familiares de personas con trastorno mental grave. En el caso del suicidio, existe el riesgo de que el duelo mal elaborado acabe derivando para quien lo sufre en **condiciones mentales severas**», añade Reguera.

Actualmente, **trabajan con un total de 15 familiares en duelo**. Aunque, señalan, ya han podido dar el alta a alguno y, de momento, no han tenido un solo caso de abandono. «Nuestro planteamiento no es acompañar a la persona en todo el proceso del duelo, sino centrarnos en los momentos iniciales para que luego no se cronifique. En función de las situaciones particulares, nuestra labor puede extenderse más o menos, pero siempre limitada en el tiempo, en principio un máximo de un año. Planteamos además dinámicas de grupo, que ayudan a sentirse entendido y aceptado. No juzgado».

Uno de los factores que multiplica el riesgo de suicidio es el aislamiento. **Las personas que no tienen contacto con su entorno** ni un grupo de allegados cercanos. En esos escenarios, la prevención es otro de los frentes fundamentales que debe curbirse. «Estamos siempre para apoyar, y colaboramos directamente con los servicios del **Sergas**, que nos deriva algunos casos de pacientes en riesgo».

Según disecciona Reguera, **el sentimiento más común e intenso entre los familiares** de las personas que se suicidan es **el de la culpa**. Todos piensan, después de haber acontecido la tragedia, que podrían haber hecho algo para evitarla. «Se culpan por no haberlo visto. Por no haberlo podido evitar o por el comportamiento que tuvieron con la persona. Pero las personas con conductas suicidas suelen llevar su problemática en secreto. Por mucho que los demás hubieran querido ayudar, no siempre es posible. Intentamos que los familiares puedan racionalizar la situación. Tener una expresión adecuada de sus sentimientos. Nuestra sociedad aún tiene muchos prejuicios con estos temas».

Archivado en: Suicidio Fundación La Caixa Lugo ciudad ONU Eurostat



Comentar · 0

A Galega Audio 8 de abril 2024. Programa Convivir.

Se realizó una entrevista a la directora de ALUME a causa del programa de atención al duelo por suicidio.



El Progreso. 25 de abril 2024.

ESTÁ PASANDO: PEDRO SÁNCHEZ MERCADILLO FRIGSA ÁNGEL PÉREZ ALTRI AP-9



ELPROGRESO

NEWSLETTER LUGO A MARIÑA A CHAIRA RIBEIRA SACRA SARRIA DEPORTE GALICIA GENTE FIRMAS PODCAST & TV

ABADÍN A PASTORIZA AS PONTES BEGONTE CASTRO DE REI COSPEITO GUITIRIZ MEIRA MURAS VILALBA RIBEIRA DE PIQUÍN XERMADE

A CHAIRA

Clausura do X Que Bo Estás Guitiriz

A asociación de hostaleiros De Bares de Guitiriz celebrou, no restaurante La Casilla, a súa **tradicional cea**, á que asistiron **85 persoas** e na que se pechou oficialmente o concurso de tapas coa entrega de premios aos locais autores das tres propostas máis valoradas polo público, **La Casilla, Iberik Gran Balneario de Guitiriz e Soa**, e aos gañadores das recompensas de **600, 400 e 200 euros** que se sorteaban entre os clientes que completasen a ruta do tapeo polos establecementos participantes nesta décima edición do certame, que se celebrou do 4 ao 10 de marzo. Ademais, De Bares colabora con **Alume** cunha achega de 390 euros, recadados en huchas e coa doazón de cinco céntimos por tapa servida.

CONCURSO DE TAPAS

QUE BO ESTÁS GUITIRIZ

DE BARES

GUITIRIZ

HOSTELERÍA



Entrega do primeiro premio a La Casilla. ©PÉREZ

El Progreso. 11 de septiembre 2024.

Psiquiatras detectan un aumento de tentativas de suicidio entre jóvenes de 18 a 25 años

Abordaje de la postvención

La doctora Cores explica que, entre los planes de Sanidade a corto plazo, se encuentra el de abordar, además de la prevención y la intervención ante el suicidio, la **postvención**; es decir, los **supervivientes de muerte por suicidio**. Los familiares y seres queridos de una persona que se ha quitado la vida ven incrementando su riesgo por suicidio por ese hecho y corren el riesgo de sufrir un duelo patológico.

Ahora mismo no existe un programa concreto para ese colectivo en la sanidad pública y las iniciativas que hay son privadas. En el caso de Lugo, por ejemplo, **Alume** cuenta con un programa de atención al duelo por suicidio, que lleva dos años en marcha y que ha dado ya varias altas.

El Progreso. 7 de octubre 2024.

ESTA PASANDO: SAN FROILÁN 2024 HIRACÁN KRK PROBLEMAS EN EL PAZO ATAQUE DEL LOBO ESQUELAS

ELPROGRESO

SAN FROILÁN LUGO AMARIÑA A CHAIRA RIBERA-SACRA SARRIA DEPORTE GALICIA GENTE FIRMAS PODCAST & TV

COMARCA DE LUGO ESQUELAS

LUGO

Eduardo Fonseca: "Todos los centros educativos deberían contar con un psicólogo"

Este catedrático de Psicología de la Universidad de La Rioja será el ponente de la jornada con la que Alume conmemorará el jueves 10 el Día Mundial de la Salud Mental. Su ponencia tendrá lugar a las 12.30 horas en el auditorio de O Vello Cárere, en un acto abierto al público interesado.



Eduardo Fonseca, catedrático de Psicología de la Universidad de La Rioja, EP

MARÍA PEÑERO 07/OCT/24 - 08:21 ACTUALIZADO: 07/OCT/24 - 08:21

Publicado

✉ 📧 📷 📺 📧 📧 📧

Viene a Lugo a pronunciar la ponencia *Salud mental: O camiño por percorrer. En cuanto a la atención a la salud mental, ¿en qué punto estamos?*

La salud mental siempre ha sido la hermana pequeña de la salud en general porque históricamente se ha asociado a estigma y tabú. Todavía ocurre, en el siglo XXI, hay mucha gente a la que le cuesta hablar de la salud mental y de aspectos relacionados; como, por ejemplo, la conducta suicida. Queda mucho camino por recorrer a múltiples niveles. Por ejemplo, tenemos un Plan Nacional de Salud Mental que hay que dotar de recursos. También es muy importante trabajar en un Plan Nacional para la Prevención de la Conducta Suicida y en seguir concienciando y hablando de la salud mental, con un mensaje muy claro: hablar de la salud mental previene los problemas de la salud mental.

Los profesionales advierten de cierta banalización de los problemas de salud mental, cómo se confunden o equiparan a reverses de la vida...

Nosotros defendemos la idea de que la salud mental es biopsicosocial: cuando ocurre un problema de salud mental no es solo debido a la persona sino también a las condiciones sociales en las que vive. El sufrimiento de las personas existe, pero discrepamos de que a todo lo que la persona sufre se le ponga la etiqueta de un problema de salud mental. Es bueno hablar de salud mental pero no psicopatologizarlo todo. De fenómenos normales, como un divorcio o la muerte de un familiar, no podemos decir que sean un trastorno o un problema psicológico. En la charla hablaré de eso, de que lo que tratan los programas de prevención es de dotar a las personas, por ejemplo a los jóvenes o los mayores, de herramientas para que sepan responder a esos avatares de la vida

Aparte de las mencionadas, ¿qué medidas propone para mejorar la atención a la salud mental? ¿Qué iniciativas cree que hay que cambiar por redundantes u obsoletas?

España es de las regiones de la Unión Europea que menos psicólogos tiene por habitante. Hay que dotar a las comunidades de de recursos sociosanitarios. Es importante lo que comenta. Hay que aplicar una estrategia nacional y regional que haga un uso eficiente de los recursos. Es muy importante ver en qué medida las unidades de Salud Mental, de Pediatría y de Trabajo Social, hace falta esa coordinación. Los planes de prevención deben implantarse en todas las comunidades con recursos y con indicadores de seguimiento para ver si, efectivamente, eso está funcionando o no.

Defiende la presencia de psicólogos clínicos en Primaria...

Sí. Eso tiene una justificación muy clara. Sabemos que en Psicología, si implantas estrategias de intervención temprana, no solo el pronóstico va a ser mucho mejor sino que el impacto que va a tener a nivel personal, familiar, escolar laboral, académico, hasta si quieres económico y social, es mucho menor. Estamos viendo que muchas de las personas que acuden a atención psicológica o psiquiátrica en realidad no son trastornos mentales muy graves, aunque también los hay, sino que son problemas de la vida, lo que se llaman problemas de adaptación. Son problemas un poco emocionales, que no llegan a trastorno y que con una terapia de baja intensidad y con una serie de actividades y tareas, además de un seguimiento, pueden mejorar. Reduce la carga sociosanitaria en términos económicos y la saturación. Lo mejor mejor es prestar la atención de una forma escalonada. Hay un conjunto de personas que pueden ser ayudadas en Atención Primaria y, si vemos que tienen cierto sufrimiento, cierta gravedad, pasarían a Atención Hospitalaria y eso básicamente lo que permite es una gestión mucho más eficiente de los recursos.

...Y en los centros educativos.

Creo que el orientador es una figura muy importante; que, como sabe, pueden ser psicólogos, psicopedagogos o pedagogos. Pero yo hablo de un psicólogo educativo, que lo que trataría es de mejorar el bienestar psicológico de toda la comunidad educativa: alumnos, pero también familias y profesorado. Sería otro especialista, otro profesional, que estaría en el contexto educativo porque es el lugar natural donde se enseña a los jóvenes herramientas para vivir, para la resolución de conflictos, la regulación de las emociones, convivir con el otro, respetar la diversidad... Sabemos que si se les dota de esas herramientas cuando son jóvenes previene la posible aparición de trastornos. No quiero que se psicologice todo, pero creo que también hay que formar a los jóvenes en competencias socioemocionales y el profesional que está formado para hacer eso es un psicólogo.

Lugo es una de las provincias más suicidas. Además de consensuar y aplicar un plan nacional de prevención, ¿qué se podría hacer al respecto que no se esté haciendo?

Galicia es una de las pocas comunidades autónomas donde se está implementando en los centros educativos un programa para la prevención de la conducta suicida. Creo que es importante que se transmita porque, hasta donde llega mi conocimiento, solo se está haciendo en La Rioja y Galicia. Son programas que trabajan habilidades de regulación. Falta lo de siempre: más recursos, más coordinación entre servicios, más coordinación con otros agentes de sistema, dar más voz a los pacientes, pero veo importante destacar que hay cosas que se están haciendo bien, como esos programas o la visibilización de los problemas de salud mental.

Deputación de Lugo. 10 de octubre 2024.

Inicio / Node / A Deputación amosa no Día Mundial da Saúde Mental o seu compromiso cos colectivos que traballan na provincia dando apoio ás persoas con trastornos / Benestar Social e Igualdade Deputación de Lugo

A Deputación amosa no Día Mundial da Saúde Mental o seu compromiso cos colectivos que traballan na provincia dando apoio ás persoas con trastornos

Jue, 10/10/2024 - 14:19



- ALUME
- SAÚDE MENTAL
- A MARIÑA



O Deputado de Promoción Económica e Social participou nos actos de ALUME en Lugo, á que a institución achega 25.000€ anuais; e o Deputado de Medio Ambiente nos de Saúde Mental A Mariña en Cervo, que conta cunha achega provincial de 15.000€

A Deputación de Lugo amosou no Día da Saúde Mental o seu compromiso cos colectivos que traballan na provincia dando apoio ás persoas con trastornos. O Deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, participou este xoves nos actos que organizou ALUME en Lugo para visibilizar este tipo de doenzas; mentres que o Deputado de Medio Ambiente, Carlos López, participou en Cervo nos da asociación Saúde Mental A Mariña.

Na cita de Lugo, que tivo lugar no Salón de Actos do Vello Cárcere, Rivera Capón lembrou que a institución provincial achega 25.000€ anuais a este colectivo lucense, que dá apoio ás persoas que sofren doenzas mentais e as súas familias.

Sinalou Deputado que a prevención e a promoción da saúde mental son armas moi poderosas para garantir o benestar emocional e psicolóxico da poboación. E reivindicou que é necesario involucrar a todas as administracións na necesidade de fortalecer o sistema sanitario de saúde mental ampliando os recursos e capacitando aos profesionais para favorecer a atención integral e a detección temperá.

A Casa da Cultura de Cervo acolleu os actos organizados pola asociación Saúde Mental A Mariña, á que a Deputación destina 15.000€ anuais para axudar cos gastos de funcionamento do Centro de rehabilitación psicosocial e laboral de Burela.

Destacou Carlos López na súa intervención a necesidade de que a saúde mental sexa unha prioridade "real e efectiva" de toda a sociedade, porque "é a base do noso benestar, das nosas relacións e da nosa produtividade". Sinalou ademais que a Deputación seguirá colaborando con determinación e compromiso coas asociacións da provincia que día a día loitan por apoiar aos doentes e as súas familias.



ÚLTIMAS NOVAS



A Deputación amosa no Día Mundial da Saúde Mental o seu compromiso cos colectivos que traballan na provincia dando apoio ás persoas con trastornos

Jue, 10/10/2024 - 14:19



A Deputación mantén un amplo dispositivo de vixilancia e actuación para facer fronte as incidencias provocadas pola borrasca Kirk

Mié, 09/10/2024 - 15:00



A Deputación completa a renovación integral da vía que vai de Monforte a Currelos co inicio das obras do último tramo

Mié, 09/10/2024 - 14:38

EL DESPERTADOR

MARTA BECERRA

El mejor truco es la ilusión

► Lugo acogerá el próximo 18 de octubre la Gran Gala Internacional de Magia Galicia Ilusiona y la ciudad mostró su apoyo a las personas con problemas de salud mental en los actos organizado por Alume en su día internacional

LUGO VOLVERÁ A convertirse una vez más en el epicentro de la magia con la Gran Gala Internacional de Magia Galicia Ilusiona, que se desarrollará el viernes 18 de octubre en el Auditorio Gustavo Freire de Lugo.

El delegado territorial de la Xunta en Lugo, **Javier Arias**, presentó este jueves una nueva edición de este evento, que cuenta como directores con los magos **Dani Polo** y **Pedro Bugarín**, quienes estuvieron en la presentación.

La gala reunirá a algunos de los mejores y más premiados ilusionistas del mundo: **Mago Murhpy** (España) que ejercerá de maestro de ceremonias del espectáculo, **Jerome Murat** (Francia), **Kimoon Del** (Corea del Sur), **Lore Lavand** (Argentina), **Nestor Hato** (Francia) y el dúo **Ramó and Alegría** (España). Habrá dos pases, a las 18.30 y a las 21.00 horas.

Javier Arias destacó el trabajo realizado por los organizadores del festival Galicia Ilusiona para poner a Lugo y la Galicia "no foco de ilusionismo mundial durante o mes de outubro, brindándonos a oportunidade de ver sobre o mesmo escenario aos magos e magas máis premiados a nivel internacional". Recordó además el éxito alcanzado en las dos anteriores ediciones del certamen, en las que 70.000 espectadores disfrutaron de la programación desplegada en toda la comunidad.

Las entradas para acudir a la Gran Gala Internacional de Magia se pueden adquirir a través de la

web oficial del evento (<https://galiciailusiona.es/>).

Alume celebró el Día Mundial de la Salud Mental

Ilusión es también lo que les sobra a los miembros de Alume, la asociación lucense de personas con problemas de salud mental que este jueves organizó diversos actos con motivo del Día Mundial de la Salud Mental. El principal fue una conferencia de **Eduardo Fonseca**, catedrático en Psicología en la Universidad de La Rioja, que tuvo lugar en O Vello Cárcere. En la misma, Fonseca ofreció su visión sobre los retos que tanto los profesionales como la sociedad en general tienen por delante en materia de salud mental.

Además, Alume aprovechó el acto para hacer entrega del nombramiento de socio de honor del último año a la residencia de mascotas Garatuxa, por su colaboración en la Terapia Asistida con Animales (Taca), un proyecto que permitió a 40 usuarios de Alume mejorar notablemente en su autoestima y en la relación con el entorno.

Esta actividad sirvió también para que esta asociación recibiera el reconocimiento y el apoyo por su trabajo de los principales representantes institucionales de los lucenses, desde la Subdelegación del Gobierno hasta el Concello, pasando por la Diputación Provincial y la Delegación de la Xunta de Galicia en la ciudad.



Javier Arias y los magos Dani Polo y Pedro Bugarín presentan la gala de magia. EP



Alume reconoció como socio de honor a la residencia de mascotas Gataruxa. XESOS PONTE



La Guardia Civil premió a los mejores competidores

La Comandancia de la Guardia Civil de Lugo acogió este jueves la entrega de los trofeos Virxe do Pilar de los campeonatos de pádel, baloncesto, judo y tenis de mesa. Además, se celebró un campeonato de tute como actividad lúdica. XESOS PONTE



El Pen Club denunció las amenazas a la libertad de expresión

El Pen Club Internacional mantuvo un Encuentro Aberto de Escritores en O Vello Cárcere. Los escritores suramericanos Luz Darriba, Gabriel Seisdedos y Nuera Strojilovich señalaron las amenazas a la libertad de expresión que existen en el mundo. VICTORIA RODRÍGUEZ

“Acción socioeducativas para a saúde mental no ámbito penitenciario”.
11 de outubro 2024.

Accións socioeducativas para a saúde mental no ámbito penitenciario



Hanna Barczyk / The New York Times

II Xornadas da Rede Galega
de Educacións en Prisión

11 de outubro de 2024

Salón de Actos
Facultade de Cc. da Educación
Universidade da Coruña
(Campus de Elviña)

10.00
10.30

Acollida

- *Laura Suárez*, comisión de comunicación da REGAEP
- *Laura Cruz*, comisión de formación da REGAEP

10.30
12.00

Faladoiro

Saúde mental en prisión

- *Beatriz González*, Asociación APEM, PAIEM C.P. de Teixeira e CIS da Coruña.
- *Aarón Argudo*, Alume, PAIEM C.P. de Monterroso e Bonxe.
- *Alba Pérez*, FEAFES Ourense, PAIEM C.P. de Pereiro de Aguiar.
- *Maica Álvarez*, Lenda, PAIEM C.P. de A Lama e CIS de Vigo.

Dinamiza a xornalista *Marga Tojo*

12.30
14.30

Experiencias

Promoción da saúde na prisión

- **Grupo de prevención de sobredose.** C.P. de Teixeira. *Gerardo Sabio*, ASFEDRO.
- **Formación de internos de apoio para a prevención de suicidios.** C.P. de A Lama, Pereiro de Aguiar e Teixeira. *María Rodríguez*, Fundación Érguete-Integración.
- **Saúde e deporte no Plan de Animación Sociocultural.** C.P. de Monterroso. *Paula Polo*, Aliad-Ultreia.
- **Coidado espiritual.** C.P. de Galicia. *Juan González*, Pastoral Penitenciaria.
- **Autocontrol a través do teatro.** C.P. de A Lama e Teixeira. *Rodrigo Alonso e Sarai Gómez*, Asociación Érguete.
- **Mellora da autoestima a través da metodoloxía de ApS: O programa “Entre Patios”.** C.P. de Teixeira. *Rosaura Romo*, Fundación Érguete Integración.

El Progreso. 23 de octubre 2024.

ESTA PASANDO: GREGORIO SANZ FEDERACIÓN VECINAL MINISTERIO DE MAYORES SIMA ARADELAS CASITAS DEL PULPO ESQUELAS

ELPROGRESO


NEWSLETTER LUGO AMARIÑA ACHAIRA RIBERA SACRA SARRIA DEPORTE GALICIA GENTE FIRMAS PODCAST & TV

COMARCA DE LUGO ESQUELAS

LUGO

La Xunta destinará 1,3 millones a la vieja Aspnaís para un centro de salud mental

Política Social retoma el proyecto que tenía con Alume para un servicio integral que incluiría plazas de residencia y de centro día



Antigua sede de Aspnaís, un edificio y una parcela que son propiedad de la Xunta. XESUS PONTE

CARMEN UZ 23/OCT/24 - 09:51 ACTUALIZADO: 23/OCT/24 - 09:56

La Xunta reservará 1,3 millones de euros en los **Orzamentos de 2025** a hacer el proyecto e iniciar la obra de reforma de la **antigua sede de Aspnaís**, en la Rampa de Claudio López, para destinarlo a centro integral de atención a la **salud mental**.

La Consellería de Política Social e Igualdade, que dirige **Fabiola García**, retoma así un proyecto en el que viene trabajando desde hace varios años de la mano de **Alume**. Es la asociación de ayuda a personas con enfermedad mental y a sus familias más veterana de la ciudad de Lugo y que en este momento tiene un mayor campo de acción.

Decenas de lucenses se suman a la ruta jacobea a favor de Aspnaís

La labor de Alume

Alume empezó a funcionar en **1995** y fue ampliando sus servicios conforme a las necesidades que iban surgiendo y extendiendo su radio de acción a otras zonas de la provincia, como el **ámbito rural**. Para eso cuenta con **concertos y convenios** con distintas administraciones, principalmente las **consellerías de Sanidade y Política Social**, ya que, como sucede con otras asociaciones en otros ámbitos, la atención que presta Alume complementa la que ofrecen los **servicios públicos**, que están muy lejos de cubrir la demanda asistencial.

Política Social y Alume llevan años trabajando para intentar ampliar las instalaciones y los servicios que ofrece en este momento con alguno nuevo, como un **centro residencial**. Hace años que la asociación dispone de varios **pisos protegidos**, en los que se ofrece, además de una vivienda compartida a personas con **trastorno mental grave**, la supervisión y el apoyo necesarios para una vida en plena integración social.

El centro residencial supone ir un paso más allá y ofrecer **alojamiento y cuidado especializado** a personas que no pueden vivir autónomamente debido a la gravedad y a la persistencia de sus **condiciones mentales**.

Eduardo Fonseca: "Todos los centros educativos deberían contar con un psicólogo"

La oferta residencial actual es insuficiente

La cobertura residencial que existe ahora para estos casos es insuficiente, lo que favorece **reingresos hospitalarios** frecuentes e incluso un uso inadecuado de los servicios sanitarios y dificultades para desinstitutionalizar pacientes internados, además de más riesgo de marginación y **sobrecarga de las familias**.

Al margen de los recursos en viviendas tuteladas que ofrecen entidades como Alume, el **Sergas** dispone de una **unidad de media estancia en Calde** y hay personas que son ingresadas en **residencias sociosanitarias**.

El centro que proyectan la Xunta y Alume en la **vieja Aspnaís** dispondría de aproximadamente **25 plazas**, que podrían ser **concertadas** si se atiende al modelo de de colaboración que mantienen desde hace años la administración y la entidad.

La Xunta tiene una veintena de plazas concertadas con Alume en **pisos protegidos**, entre ellas, algunas para mujeres víctimas de violencia de género con trastorno mental. También existe concierto para los programas de **rehabilitación social**.

El Ayuntamiento de Lugo formará a desempleados para atender a personas dependientes

El convenio todavía no está cerrado

La Xunta y Alume todavía no tienen cerrado el convenio para poner en marcha el nuevo centro, pero el compromiso de la administración es hacer el proyecto y la obra de rehabilitación del edificio donde Alume centraría la mayor parte de sus servicios e incorporaría alguno otro nuevo, además del residencial, como un **centro de día**.

La recuperación de **edificios en desuso** y el aumento de recursos de **atención a la enfermedad mental** fueron dos de los ejes del programa de la popular **Elena Candia** a la alcaldía que se conjugan en el proyecto para la vieja Aspnaís, para el que la Xunta adquiere compromiso económico en sus **próximos Orzamentos**.

Un edificio que está sin uso desde la primavera de 2021

El edificio de **Claudio López** es de la Xunta y está vacío desde que en la primavera de 2021 Aspnaís se mudó al **antiguo hospital San José**.

El inmueble tiene unos **3.600 metros cuadrados**, pero necesita una reforma integral, en parte para dimensionar los espacios. Está situado en un parcela con bastante espacio libre y aparcamiento y el emplazamiento es céntrico.

En 2021, la Xunta acordó ceder el edificio a **Alume** y a **Afalu**, pero la elevada inversión que era necesario hacer en él y la dificultad de compaginar en un mismo lugar servicios destinados a colectivos tan distintos (enfermedad mental y alzhéimer) hicieron desistir a ambas entidades, tras un gasto importante en la **redacción de proyectos**.

La Xunta acordó darle espacio a Afalu en el **antiguo hospital de Calde**, un proyecto en el que están trabajando de la mano **Sanidade y Política Social** y en el que **Candia** también está empujando.

LO MÁS VISTO

El grupo Albia premia a Alume 21 de noviembre 2024

Albia entrega sus I Premios Albia de Sostenibilidad

21 noviembre, 2024



Este jueves, 21 de noviembre, a las 18.00 h, Grupo Albia celebrará la gala de entrega de los I Premios Albia de Sostenibilidad. Se trata de un reconocimiento a iniciativas destacadas en cuidado medioambiental, responsabilidad social y buen gobierno dentro y fuera del sector funerario.

Los I Premios Albia de Sostenibilidad están abiertos a todo tipo de organizaciones y personas que trabajen activamente por un futuro más sostenible y humano. En este sentido, han podido postular sus proyectos personas particulares, autónomos, empresas y entidades con impacto o con el potencial de impactar en el sector funerario por la tipología de sus servicios, productos o clientes, organizaciones sin ánimo de lucro, organismos sociosanitarios públicos e instituciones públicas y privadas.

Acto de entrega de premios

El acto contará con la presencia del jurado de los premios, formado por Fernando Pablo Moreno, director general de Supervisión y Gestión de Riesgos de Grupo Santalucía; Alejandro Quinzán, secretario general de la Asociación Nacional de Servicios Funerarios (Panasef); Susana Posada, vicepresidenta de la Asociación Española de Directivos de Sostenibilidad (DIRSE); Avelino Brito, director general de la Asociación Española para la Calidad (AEC); Pablo García, Senior Manager ESG de Forética; María García de la Fuente, presidenta de la Asociación de Periodistas de Información Ambiental (APIA), y Carlos Gallego, director de sostenibilidad, marketing y comunicación de Grupo Albia. También participarán Daniel Palacios, director general de la compañía, y otros miembros destacados de la empresa y de su matriz, Grupo Santalucía.

Durante la ceremonia, se otorgarán galardones en las diversas categorías relacionadas con la sostenibilidad, premiando iniciativas innovadoras y ejemplares que contribuyen a un futuro más sostenible.

Cinco categorías

Los Premios Albia de Sostenibilidad en el Sector Funerario otorgarán reconocimientos en cinco categorías principales. Éstas son: mejor iniciativa con conciencia medioambiental en el ámbito funerario o sociosanitario; mejor producto para una despedida más sostenible; mejor innovación o uso de la tecnología que contribuya a la sostenibilidad en el servicio funerario; mejor iniciativa de atención y acompañamiento emocional a las personas antes, durante y después del duelo, y mejor iniciativa de impulso del talento e impacto social en el sector funerario.

Compartir en:   

Tags: Albia Premios Albia de Sostenibilidad sostenibilidad

NOTICIA ANTERIOR

Posibles alojamientos para el Simposium Funerario de 2025

NOTICIA SIGUIENTE

Atlántida Formación amplía su oferta educativa

También podría interesarte



El Grupo Albia reconoce el compromiso con la sostenibilidad y premia a las mejores iniciativas ambientales y sociales. Con esta edición de los Premios Albia de Sostenibilidad, la compañía busca hacer una diferencia y servir de inspiración en la industria funeraria y en la sociedad en general, visibilizando el valor de la responsabilidad social y el cuidado medioambiental como motores de un futuro mejor. Alume fue galardonada con un premio recogido por Manuel Fernández Prado, su presidente.

Libre Mercado. 25 de noviembre de 2024

Ir a la página anterior (Alt+ Flecha izquierda) | Pinche con el botón derecho o arrastre hacia abajo para ver el historial

LIBRE MERCADO | Libertad Digital | Colabora

EMPRESAS | INVIERTE EN | ESPADIO LIBRE MERCADO | BOLSA ESPAÑA | BOLSA EUROPA | BOLSA EEUU | CURSO BOLSA LD €

Grupo Albia entrega los I Premios Albia de Sostenibilidad en el Sector Funerario

El grupo Albia entrega los I Premios de Sostenibilidad en I Sector Funerario, destacando iniciativas ambientales y sociales.

Libre Mercado 25/11/2024 - 11:42

Foto del Grupo Albia | SERVIDORA

Escuchar este artículo ahora
Powered by Trinity Audio
00:00 02:18

Grupo Albia, compañía de gestión de servicios funerarios, celebró los **I Premios Albia de Sostenibilidad en el Sector Funerario**, con el objetivo de visibilizar iniciativas relevantes en materia de medioambiente, responsabilidad social y buen gobierno con aplicación en la industria funeraria.

Jacob Petrus, geógrafo, climatólogo y divulgador científico, fue el encargado de conducir el encuentro, que reunió a cerca de **200 personas**, entre ellas representantes de empresas y entidades con impacto o con el potencial de impactar en el sector funerario, así como el jurado, formado por directivos y responsables en cuestiones de sostenibilidad en organizaciones de referencia a nivel nacional.

Daniel Palacios, director general de Grupo Albia, apuntó que "la gran acogida de los premios en su primera edición refleja **la visión compartida del sector de avanzar hacia un futuro más sostenible**. La industria funeraria ha evolucionado enormemente en los últimos años, impulsándonos a innovar constantemente, buscando procesos y productos más eficientes y responsables".

Los premios han reconocido **cinco iniciativas**. Por un lado, GIC de Nombor como mejor iniciativa con conciencia medioambiental. Como mejor producto para una despedida más sostenible se reconoció la labor de Eternova Eco. Yainfe Recycling recibió el galardón a mejor innovación por un proyecto enfocado en soluciones para el reciclaje. Alume Saúde Mental recogió el premio a mejor iniciativa de atención y acompañamiento emocional y, por último, Qaleon fue galardonada por el impulso del talento e impacto social.

Asimismo, **Grupo Albia** aprovechó la ocasión para **otorgar dos reconocimientos honoríficos especiales**. El primero fue entregado a José Luis Gallego, por su compromiso con la divulgación de la sostenibilidad, promoviendo de manera constante la conciencia ambiental y el cuidado del planeta; y el segundo a Ilunion, por su dedicación a la sostenibilidad y a la inclusión social de personas con discapacidad.

Por su parte, Carlos Gallego destacó que "**la celebración de los I Premios Albia de Sostenibilidad supone un hito**, al servir de altavoz a todas aquellas personas e instituciones que están trabajando activamente por la transformación de esta industria, con iniciativas que repercuten directamente en el entorno y en las personas".

Grupo Albia explicó que aspira a consolidar estos premios como un referente, dentro y fuera del sector, contribuyendo "a visibilizar la labor de la industria funeraria, cada día más comprometida con el cuidado del planeta y de la sociedad".

f x i e

CONTENIDO PATROCINADO | Recomendado por #utbrain

APRENDE A INVERTIR TU PATRIMONIO

GALICIA CUMPRE
BALANÇO DA INICIATIVA
APRENDE A INVERTIR TU PATRIMONIO

GALICIA CUMPRE
BALANÇO DA INICIATIVA
APRENDE A INVERTIR TU PATRIMONIO

GALICIA CUMPRE
BALANÇO DA INICIATIVA
APRENDE A INVERTIR TU PATRIMONIO

XUNTA DE GALICIA
XUNTA DE GALICIA

En Libre Mercado
Los funcionarios ancianos, los más perjudicados por el fin de Muface; las aseguradoras podrían rechazarlos
Con ánimo de lucro: Todas las...

La Voz de Galicia 27 de noviembre de 2024

LUGO

Alume recibe un premio por su programa de atención al duelo por suicidio

El Grupo Albia ha reconocido con un galardón el acompañamiento emocional a los supervivientes de muertes autoinfligidas. Quince personas ya han recibido ayuda del colectivo y otras cinco siguen ahora ese plan



El presidente de Alume, Manuel Fernández Prado, recogiendo el premio durante la gala. EP



MARÍA PINEIRO

27/NOV/24 - 08:19 ACTUALIZADO: 27/NOV/24 - 08:20

PUBLICADO

📧 📷 📺 📱 🌐 📄 📧

La **Asociación Lucense de Salud Mental** (Alume) ha ganado un premio del Grupo Albia por su programa de atención al **duelo por suicidio**, un plan pionero en la comunidad que tiene como objetivo acompañar a personas que han perdido a un ser querido por suicidio, ayudándoles a no cronificar ni patologizar su duelo y a reducir el trastorno mental.



Psiquiatras detectan un aumento de tentativas de suicidio entre jóvenes de 18 a 25 años

Los **I Premios Albia de Sostenibilidad en el Sector Funerario** fueron entregados en una gala celebrada recientemente en Madrid y reconocieron el programa de Alume en la categoría de Mejor Iniciativa de Atención y Acompañamiento Emocional.

PUBLICADO

En los dos años que lleva en marcha, **quince personas** han participado en el programa y recibido ya el alta, mientras que otras cinco siguen recibiendo atención en estos momentos.

El programa ha derivado hacia una atención integral de la conducta suicida, en colaboración con la Unidad de Prevención del Suicidio, del Servicio Galego de Saúde. El trabajo de Alume se **inició con fondos propios** de la entidad y actualmente cuenta con financiación del propio Sergas.

Alume, ámbito idóneo para estos programas

El presidente de Alume, **Manuel Fernández Prado**, puso de relieve al recibir el premio la importancia de la colaboración entre instituciones y entidades de diversa índole para obtener resultados satisfactorios en situaciones tan complejas como las que este programa afronta. Explicó que una asociación formada mayoritariamente por familiares de personas con enfermedad mental, como Alume, es un ámbito idóneo para desarrollar iniciativas como esta en la que además de una intervención profesional individual, se desarrollan dinámicas grupales de apoyo.



La Xunta destinará 1,3 millones a la vieja Aspnais para un centro de salud mental

Con estos premios, Albia expresa el compromiso de este grupo por un desempeño responsable de la actividad empresarial, entendiendo la sostenibilidad y el medio ambiente como conceptos amplios que incluyen la atención a las personas en momentos particularmente difíciles. Se reconocieron iniciativas en otras cuatro categorías.

Dificultad para pedir ayuda

Los supervivientes de suicidio tienen dificultades para solicitar ayuda. La directora, Ana Regueira, explica que, en muchos casos, no perciben que la necesiten o son convencidos de desistir en solicitarla por algún familiar. En otras ocasiones, no saben de su existencia. Para contactar con Alume se puede llamar al **982251602**.

La Voz de Galicia 27 de noviembre de 2024

Premian el programa pionero de atención al duelo por suicidio de Alume Lugo

LUGO / LA VOZ

El programa de atención al duelo por suicidio, puesto en marcha por Alume Saúde Mental hace dos años, ha sido reconocido en los I Premios Albia de Sostenibilidad como Mejor Iniciativa de Atención y Acompañamiento Emocional. El programa diseñado aborda la difícil tarea de ayudar a superar este tipo de duelo,

reduciendo el trastorno mental y evitando su cronificación. En sus dos años de funcionamiento, la iniciativa ha derivado hacia una atención integral de la conducta suicida, en colaboración con la Unidad de Prevención del Suicidio, del Servicio Galego de Saúde.

El trabajo de Alume se inició con fondos propios de la enti-

dad y actualmente cuenta con financiación del propio Sergas. Las personas interesadas pueden contactar con Alume en el teléfono 982 251 602. Durante la entrega, el presidente de Alume, Manuel Fernández Prado, puso de relieve la importancia de la colaboración entre instituciones y entidades de diversa índole para obtener resultados satisfactorios.

La Voz de Galicia 29 de noviembre de 2024

L2 • LUGO • Viernes, 29 de noviembre del 2024 • La Voz de Galicia

CULTURA

As asociacións do Arde Lucus protagonizan o aniversario da Muralla

Integrantes das asociacións de recreación histórica serán os protagonistas dun desfile este sábado, a partir das 19.30, con saída dende o fondo da Praza Maior para celebrar o aniversario da Muralla. Unha vez rematado o acto fronte á Mosqueira, seguirán polas rúas do centro da cidade, accedendo pola Porta de San Pedro, para continuar ata a praza do Campo.

CULTURA

Cántigas e Frores celebra mañá o seu magosto tradicional

A Asociación Cultural Cántigas e Frores mañá, a partir das 20.00 horas, o seu Magosto tradicional no local sito no Parque da Milagrosa. Entre as iniciativas que terán lugar está o obradoiro de baile foliadoiro a cargo de Ruth Pérez a partir das 20.00 e a actuación das escolas de Cántigas e Frores de percusión, canto e pandeirra e gaita a partir das 21.30 horas. Haberá tamén cea e castañas.



A celebración do 20 aniversario tivo lugar onte.

DINAMIZACIÓN

O CEI-Nodus celebrou o seu 20 aniversario con música e gastronomía

Onte a alcaldesa e o edil de Dinamización Económica participaron na conmemoración polo 40 aniversario nos xardíns do CEI-Nodus cunha actuación de Los Alcántara. Tamén houbo unha food truck e ambientación musical a cargo do DJ David Taboada. Baixo o seu paraguas, xa se desenvolveron máis dun centenar de empresas na cidade, elevándose a porcentaxe de

ALUME DESARROLLA UN PROGRAMA DE ATENCIÓN AL DUELO

«Ao perder a un familiar por suicidio pensas por que non axudaches»

La iniciativa pionera de la asociación acaba de recibir el Premio Albia

LUCÍA BLANCO

LUGO / LA VOZ

«No escuché lo que me decía» o «¿por qué no pude ayudar?». Esos pensamientos acompañan a los familiares y allegados de personas que se han quitado la vida. «O primeiro que temos que valorar é como estamos a nivel de culpa, porque quedan moitas preguntas sen resposta que xorden por non poder despedirse ou por non percibir sinais de alerta», explica Aarón Argudo, psicólogo y subdirector de Alume Saúde Mental. La asociación decidió abordar la difícil tarea de ayudar a superar este tipo de duelo a través de un programa pionero, que cumple dos años y acaba de recibir el Premio Albia como Mejor Iniciativa de Atención y Acompañamiento Emocional.

«Aínda que a prevención da conduta suicida si que ten un recoñecemento a nivel de intervención, o que é o do post suicidio deses achegados non estaba sendo atendido». La iniciativa, incluida en la Axenda 2020-2024 del Servicio Galego de Salud como recurso asistencial y de la que se benefician actualmente unas cinco personas, se inició con fondos propios de la entidad pero ahora recibe financiación del propio Sergas y se está replicando desde hace unos meses en otros puntos de la comunidad.

«Tivemos persoas que viñan de todo Galicia, mesmo facían dúas horas de viaxe para chegar aquí porque non tiñan outro espazo». Para ello tanto Aarón como Ana Regueira, directora de la asociación, estuvieron dos años formándose, pues no es lo mismo el duelo por un fallecimiento de una situación natural o trágica que por suicidio. «A pesar de ser tamén trágica é totalmente dife-



La directora de Alume, Ana Regueira, y el subdirector de la entidad, Aarón Argudo.

rente polos sentimentos que esperta na xente que queda. A culpa e a rabia son comúns e por iso creamos este espazo empático para que as persoas se sintan comprendidas, poidan expresar esas emocións e entender que forman parte do proceso natural.

Grupos terapéuticos

Y lo hacen a través de dos tipos de intervención: con grupos terapéuticos y de manera individualizada, sobre todo cuando se trata a personas de la misma familia. «Existe o efecto contaxio dos sentimentos e o feito de non poder expresalos porque, por exemplo, non quero facer sentir mal a miña nai ou unha nai non quere facer sentir mal a súa filla explicando que o seu marido antes de suicidarse tivo comportamentos relacionados con algún tipo de abuso ou violencia».

A veces incluso pueden llegar a hablar mal de esa persona que falleció, cuenta Aarón, «porque temos ese enfado, pero están nun

TELÉFONO DE CONTACTO

982 251 602

Programa gratuito
Las personas interesadas pueden contactar con Alume para participar en la intervención.

espazo no que poden permitirse iso. Enfocamos ese sentimento e promovemos que exista unha reacción máis saudable na memoria dese ser querido».

Lo abordan desde la psicología, aunque también desde una intervención social o educativa cuando es necesario. Los participantes de estos encuentros no responden a ningún perfil socioeconómico o educativo. «É diverso porque tamén o problema do suicidio é multifactorial e non entende de segregación social». Pero lo que si comparten es la rabia: «É unha das cousas que hai que traballar. Eses pensamentos que temos de por que non puiden axudar ou de como fixo iso tendo dous netos ou unha filla».

Unas preguntas sin responder que si no se trabajan pueden provocar que el dolor se prolongue en el tiempo y que se desarrolle un duelo demorado. «No primeiro momento a persoa pode ter un comportamento adaptativo, no que parece que non está sufrindo e non amosa tristeza. Pero pode sentirse así co paso das semanas e dos meses. A dor é algo moi persoal e maniféstase de diferentes maneiras, pero a forma de aliviarlo é falando».

Desde que pusieron en marcha el programa, han facilitado el proceso de duelo de aquellos que han perdido a un ser querido, ayudando a gestionar sus emociones, a reconstruir sus vidas y a entender su nueva realidad con la pérdida buscando ese equilibrio emocional. Sin embargo, pedir ayuda, reconoce Argudo, sigue sin ser fácil. «A vergonza está aí e existe ese estigma cara a morte e cara o que pensa a sociedade sobre o suicidio. Temos que crear esa aceptación con para aliviar esa carga emocional».

Al-Manara, un plan pionero de salud mental para la comunidad musulmana

► Omneia Sadek, una psicóloga gallega de raíces egipcias, coordina el programa de Alume que cuenta ya con diez pacientes, todas mujeres de origen árabe salvo dos latinas conversas

MARÍA PIÑERO
#mpinero@elprogreso.es

LUGO. A Ana Regueira, psicóloga y gerente de Alume, llevaba un tiempo inquietándole la significativa ausencia de población inmigrante de los servicios de salud mental del Sergas. En las salas de espera veía lucenses, quizás algunos latinos, pero ningún marroquí, por ejemplo, aunque resultase estadísticamente imposible que, en una comunidad tan amplia como la que hay en Lugo, no hubiera casos de enfermedad mental.

Mientras Regueira barruntaba y compartía esta percepción, Omneia Sadek, una joven psicóloga gallega de 27 años, hija de padres egipcios, consiguió en Alume su primer trabajo y recibió una invitación para hablar en una mezquita de Santiago sobre salud mental. La propuesta perseguía acercar a los jóvenes al templo con un tema de interés, de moda. Lo que Sadek vio en ese acto la convenció de que había que hacer algo: varios asistentes le contaron que en los servicios sanitarios habían sentido racismo, rechazo o al menos incompreensión por parte de algunos profesionales. "A la mayoría les había disuadido de acudir una segunda vez", explica.

No es por tanto que no hubiera demanda, sino que estaba oculta y desatendida. Fue Sadek también quien ayudó a Regueira a entender otra razón para las reticencias de la población musulmana a pedir ayuda y que tiene que ver con lo imbricada que está la religión en la percepción que se tiene de la salud mental. "Un musulmán piensa 'si soy creyente no debería estar mal, Dios no quiere esto para mí'", explica. La religión puede ser causa y solución y un practicante fácilmente puede creer que es porque no se entrega lo suficiente a la práctica religiosa por lo que se encuentra mal y que si lo hace se encontrará mejor. Para sorpresa



La psicóloga Omneia Sadek ante la sede de Alume. SEBAS SENANDE

Testimonio "No soy ni de un sitio ni del otro"

Isabel (nombre ficticio) tiene 21 años y lleva en España desde los 9, proveniente de un país árabe. "Siento que no soy ni de un sitio ni del otro", reconoce. Supo del servicio de Alume gracias a un grupo de Whatsapp de mujeres

musulmanas que viven en Galicia.

La profesional, la clave

Lo que la animó a acudir fue saber que con quien hablaría sería Omneia Sadek. "Ella me entiende perfectamente, le puedo contar cosas que no hablo con otras personas", asegura Isabel, que tuvo alguna experiencia previa en terapia psicológica siendo adolescente que encontró un tanto frustrante. Lo mismo le ocurrió con el colegio,

donde sufrió acoso escolar y no se vio capaz de presentarse como hubiera querido. Por ejemplo, ahora lleva velo, algo que no hizo en la escuela precisamente para que no perseverara el bullying. Como le ocurre a otras mujeres musulmanas, la mayoría de sus amigas son latinas. "Nos entendemos bien con las mujeres latinas porque vienen de países católicos donde la religión tiene más peso que en España", explica Sadek.

de nadie, lo hace con dedicación y no cambia su estado de ánimo. "Muchas pacientes me dicen que rezan más, que ayunan... yo les digo que, aunque no rezaran y ayunaran tanto, también tendrían derecho a sentirse bien", explica Sadek.

La enfermedad mental, como en tantísimas culturas, es tabú y, en algunos casos, incluso se puede atribuir a cuestiones como "un mal de ojo o una especie de hechizo". No es fácil compartir el ma-

lstar, tal y como los participantes en esa sesión en Santiago dejaron claro a Sadek.

Ese fue el germen del programa Al-Manara (far' en árabe porque pretende dar luz a lo que no se ve y guiar a quienes están perdidos), que empezó con una encuesta elaborada por Sadek para conocer la satisfacción de la población del Norte de África y Oriente Medio residente en Galicia con el estado de su salud mental. Al listado de preguntas se podía contestar

online accediendo a través de un código QR que la psicóloga colgó en lugares de culto y que fue rodando de móvil a móvil a través de grupos de Whatsapp.

NECESIDADES. Los resultados fueron muy reveladores: si bien un 43,5% consideraba que no tenía esos problemas y otro 29,3% que únicamente los percibía en contadas ocasiones, en la siguiente pregunta un 65% reconocía haber experimentado en las dos sema-

nas anteriores sentimientos de tristeza, desesperanza o desinterés ante actividades que habitualmente disfrutaban; de ellos, un 13% de forma severa. La mayoría creía que su comunidad tenía necesidades específicas de salud mental no cubiertas y casi un 70% reconocía que si existiera un servicio de atención psicológica dirigido por una persona de origen árabe acudirían a él.

En estos momentos, Omneia Sadek ofrece desde Alume orientación psicológica a diez mujeres musulmanas, entre las que se encuentran dos conversas, mujeres latinas casadas con hombres musulmanes que han adoptado su religión. Todas son personas que, como apunta Regueira, "tienen un pie en una cultura y otro en otra". La mayoría han nacido o se han criado en España en el seno de una familia con origen en un país árabe. Hablan árabe con sus padres, pero español con sus amigos. Todas perciben el peso que supone habitar entre dos mundos y todas se sienten especialmente entendidas con Sadek, una igual.

"Ellas saben que yo entiendo lo importante que es para ellas cosas como la manera de vestir o la dificultad de sentirse integrada en planes de ocio durante la juventud si no bebes alcohol", apunta la psicóloga. Como ejemplo de una cuestión que se puede interpretar erróneamente si se carece de las claves culturales adecuadas cita el de una mujer a la que su familia ha concertado un matrimonio y su padre prescinde de ofrecer dote.

"En España se ve de otra manera, pero esta mujer estaba disgustada porque creía que no ofrecía dote era hacerla algo de menos. Una buena dote sería una manera de valorarla y le entristecía que su padre no lo hubiera hecho. Quizás un sanitario español pensaría que es por tener que casarse de esta manera, pero lo cierto es que la mujer quería casarse, estaba contenta por hacerlo con esa persona, que es algo que se sabría si se le hubiera preguntado sin asumirlo directamente", explica.

Sadek cree que estudiar Psicología le ha ayudado también a entenderse y está contenta de poder ayudar, con su acompañamiento, a otras mujeres musulmanas. En el futuro le gustaría que también los hombres se animaran a pedir ayuda y se atrevieran "a mostrarse vulnerables".

Renovación del asfalto y los puntos de luz en Castelo

El teniente de alcaldesa, Rubén Arroxo, anunció que el Concello prosigue sus actuaciones en las zonas periurbanas

El Coro Xuvenil de Lugo anima las calles con música navideña

Los miembros del Coro Xuvenil de Lugo, una formación que se ha constituido recientemente, animó durante el pasado fin de



CSIF se manifiesta hoy por un nuevo acuerdo salarial

Delegados del sindicato de funcionarios CSIF se concentran este lunes ante las delegaciones y subdelegaciones



COLABORAN



Con la colaboración de:



PONTES CARA A DIGNIDADE

Orde do 27 de xullo (DOG nº 130, de 10 de xullo de 2023)

"Inclusión Social e loita contra a pobreza"

Operación cofinanciada parcialmente co Fondo Social Europeo Plus (FSE+) a través do programa FSE+ Galicia 2021-2027

Obxectivo:

Fomentar a inclusión activa co obxectivo de promover a igualdade de oportunidades, a non discriminación e a participación activa, e mellorar a empregabilidade, en particular para os colectivos desfavorecidos

Resultado:

Mellorar a inclusión social e laboral de persoas sen fogar ou risco de exclusión social que sofren de trastorno mental severo na cidade de Lugo



Axudas a entidades de iniciativa social da Comunidade Autónoma de Galicia para adquisición de vehículos para a prestación de servizos a persoas dependentes ou con discapacidade

Subvencións a entidades de iniciativa social para programas dirixidos a mulleres en situación de especial vulnerabilidade

Esta actuación está cofinanciada pola Unión Europea co obxectivo de fomentar a igualdade de oportunidades para contribuír á redución da dobre discriminación na que se atopan as mulleres en situación de especial vulnerabilidade

Programas dirixidos a persoas con enfermidade mental na nosa comunidade autónoma:

INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN E APOIOS. ATENCIÓN SOCIO-SANITARIA RESIDENCIAL NO DOMICILIO E FOMENTO DA AUTONOMÍA

Programas de Cooperación Xunta de Galicia. Entidades sen ánimo de lucro.

servizo:

PLAN DE INSERCIÓN LABORAL

PROGRAMA DE COOPERACIÓN XUNTA DE GALICIA | ALUME Saúde Mental

PROGRAMA DE APOIO SOCIO-EDUCATIVO COMUNITARIO E PREVENCIÓN DA SITUACIÓN DE DEPENDENCIA NO MEDIO RURAL PARA PERSOAS CON ENFERMIDADE MENTAL EN GALICIA





 Alume.org

 correo@alume.org

 @Alumelugo

 @Alumelugo

 Alume Saúde Mental

 604016521

 Alume Saúde Mental - 982 251 602