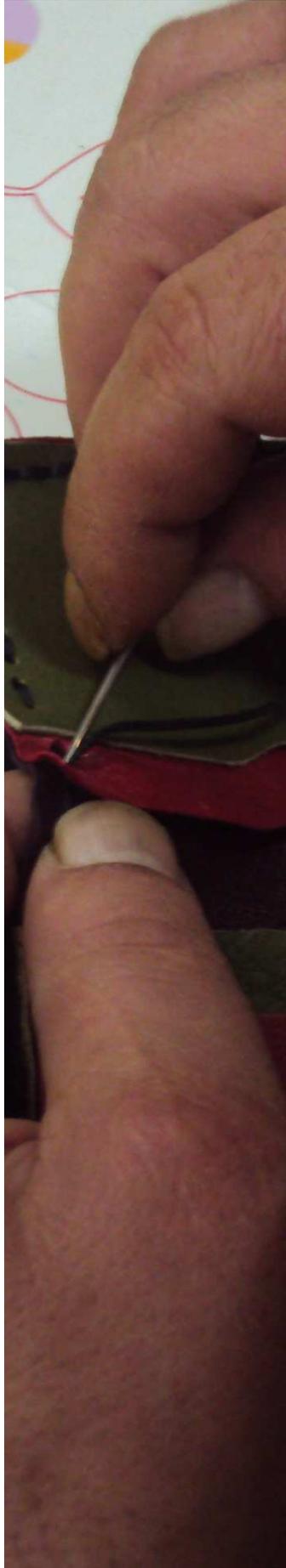


· José Ramón · Josada · Jesús · José · Asun ·  
Isabel · Josefa · Julio · José María · Ana María ·  
Paz · Antonio · Moisés · Carmen · Flora · Ana ·  
Belén · Matilde · Miguel · Armando · Higinio ·  
Laura · Fernando · Mari Luz · José Manuel ·  
Mónica · Bea · Carlos · José Ángel · Víctor ·  
Manuel · Yésica · Gonzalo · Adelina · Elena ·  
Angelina · Iván · Dositeo · Conchita · Emilio ·  
Manuela · Cristina · María · Rego · Argimiro ·  
Josefina · Susana · David · Verónica · **alume** ·  
Lucía · Molly · Mariví · Mari Paz · Dolores ·  
Pilar · Aquilino · Flor · Miguel Ángel · Óscar ·  
Aurita · Félix · Pablo · Mar · Leticia · Encarna ·  
José Antonio · Fran · Mery · Arturo · Silvia ·  
Alejandro · Juan Carlos · Alberto · Ramón ·  
Roberto · Suso · María José · Manuel · Sandra ·



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





## *presentación*

Un año más tenemos el placer de presentar la memoria anual de la Asociación con la que trasladamos las actividades realizadas en la entidad.

Al igual que en años precedentes ofrecemos la información más destacada del 2012, otorgando una visión global de nuestro trabajo.

Esperamos que esta edición de la memoria contribuya a poner de manifiesto el valor del trabajo desarrollado por nuestra entidad a favor de las personas con enfermedad mental.



# Índice

La asociación .....	9
Objetivos .....	10
Historia .....	11
Órganos de gobierno .....	14
Dispositivos .....	15
Recursos .....	17
Recursos humanos .....	18
Recursos económicos .....	19
Intervenciones .....	21
Perfil de los usuarios .....	22
Entidades colaboradoras .....	25
Programas y actividades .....	27
Programas .....	28
Actividades .....	29
Talleres .....	39
Alume en la prensa .....	49



# La asociación





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

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

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

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

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

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

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

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

(Art. 3 de los Estatutos de la Asociación)



## Historia

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**2000:** Se crea el servicio de comedor.

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

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

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

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

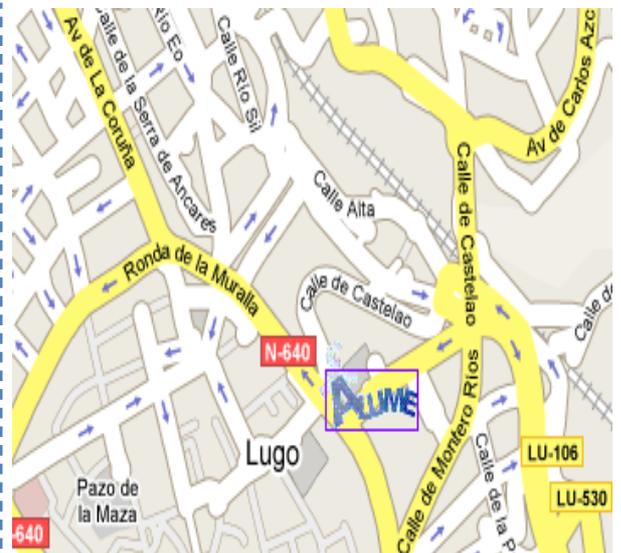
**2006:** En este año empieza a funcionar un tercer piso protegido para atender al colectivo.

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.

**2007:** El centro de Pintor Corredoira se hace pequeño por lo que nos trasladamos al actual centro de la calle 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:** En este año abrimos un cuarto piso tutelado, con lo que se convierten en 19 las plazas en viviendas tuteladas que ofrece la entidad.

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

## Órganos de gobierno

### JUNTA DIRECTIVA

Compuesta por:

- Presidente: Manuel Fernández
- Vicepresidenta: Isabel Menéndez
- Secretario: Óscar Rodríguez
- Tesorero: Iván Batres
- 5 vocales.



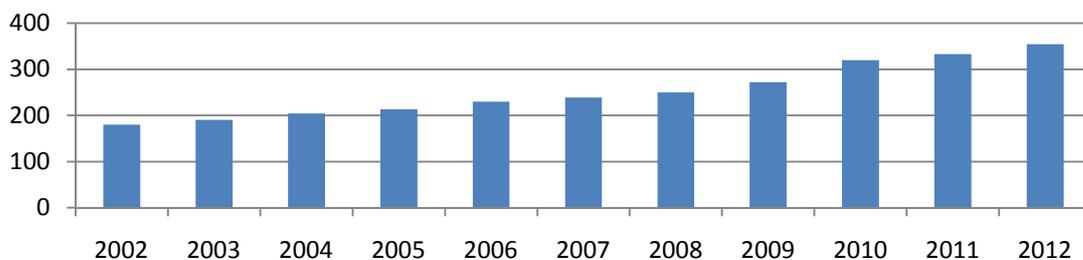
### ASAMBLEA GENERAL

Formada por 354 socios.

La Asamblea General de socios este año se celebró el 12 de abril.



### Nº de socios



Evolución del número de socios.

## Dispositivos

### CENTROS DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL

**Lugo:** local de aprox. 400 m<sup>2</sup> situado en la Calle Nicomedes Pastor Díaz. Consta de bajo y entresuelo. El horario de atención es de 10 a 14 h. y de 16 a 19 h.

**Guitiriz:** local de aprox. 100 m<sup>2</sup> situado en la calle Amizade. El horario es de 10:30 a 14 h. y de 16 a 18:30 h.



### PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN EL ÁREA DE A TERRA CHÁ

La intervención incluye un programa pre-laboral de jardinería. En esta zona tenemos también un centro de rehabilitación psicosocial inaugurado en 2009. Los usuarios que acuden al mismo cuentan con el servicio de transporte adaptado del 065 para su desplazamiento y con un servicio de comedor en el centro conveniado con el Concello de Guitiriz.

### PISOS PROTEGIDOS

**Piso protegido nº1:** Con capacidad para 5 personas.

**Piso protegido nº2:** Acoge a mujeres con enfermedad mental víctimas de maltrato. Con capacidad para 5 personas.

**Piso protegido nº3:** Con capacidad para 4 personas.

**Piso protegido nº4:** Con capacidad para 5 personas.

### ESCUELA DE FAMILIAS

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



### SERVICIO DE ATENCIÓN A DOMICILIO

Este dispositivo se pone en marcha con la apertura del centro de rehabilitación psicosocial en 1997 sin un financiamiento específico y gracias a la colaboración voluntaria y desinteresada de los profesionales del centro.

En el 2001 se consigue financiar la actividad con la ayuda aportada por el Ministerio de Asuntos Sociales. En el año 2005 se amplía el número de intervenciones al incluirse el área rural de A Terra Chá.

Las actividades que se llevan a cabo dentro de este recurso son las relacionadas con mediación comunitaria, mediación familiar y el trabajo directo con el usuario ayudándole con sus hábitos diarios.



# Recursos



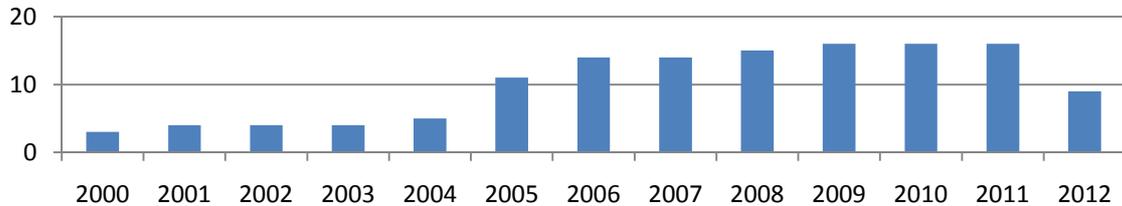
## Recursos humanos

### PERSONAL

- 1 Directora (psicóloga clínica).
- 1 psicóloga clínica.
- 2 trabajadoras sociales.
- 1 terapeuta ocupacional.
- 2 monitoras de taller.
- 1 educadora.
- 1 psicopedagogo.
- 1 administrativo.



Evolución del número de trabajadores

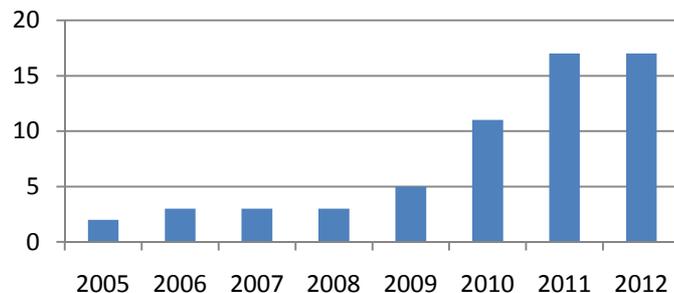


### 18 voluntarios:

- Josefa: Pintura y manualidades
- Isabel: Animación a la lectura
- Aquilino: Historia
- Miguel: Baile
- Pilar: Historia del cine
- Adelina: Lecto-escritura
- Encarna: Lecto-escritura
- Ana María: Lecto-escritura
- Verónica: Pandereta
- Conchita: Pandereta
- Rocío: fotografía
- Jose: Deportes
- Mariví: Manualidades
- Manuela: Punto de cruz
- Beatriz: Costura
- Lis: jardinería
- Patricia - Deportes



Evolución del voluntariado



## Recursos económicos

<b>Ingresos</b>		
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad	Intervención a domicilio	5.925,00
	Escuela de familias	1.620,00
Ayuntamiento de Lugo	Programa de Intervención y alquiler piso protegido	9.500,00
Sergas	Centro de día y pisos protegido	254.310,00
Fundación Barrié de la Maza	Programa de prisiones	15.000,00
Consellería de Traballo e Benestar	Formación de Voluntariado	1.154,17
	Actividades de la vida diaria	8.200,00
	Intervención a domicilio	9.000,00
Deputación provincial de Lugo	Taller de formación prelaboral	12.000,00
Dirección Xeral de Emprego e Formación	Programa de cooperación	35.379,00
Secretaría Xeral de Igualdade	Vivenda tutelada mulleres que sofren violencia de xénero	35.200,00
Hijas de la Caridad	Donación	3.000,00
Cuotas de socios y pisos protegidos		4.687,08
	<i>Total ingresos</i>	<i>394.975,25</i>
<b>Gastos</b>		
	Nóminas de trabajadores	160.390,93
	Hacienda (retenciones de trabajadores, arrendamientos)	27.573,79
	Seguridad Social	72.597,57
	Material oficina	1.848,92
	Talleres	21.466,94
	Imprenta	1.217,69
	Arrendamientos	34.214,60
	Reparación y conservación	1.359,29
	Servicios profesionales (asesoría, notaría, ...)	5.058,65
	Mensajería	180,46
	Seguros	2.067,75
	Comisiones bancarias	343,37
	Suministros (agua, luz, gas, gasóleo, butano)	13.716,41
	Comunicaciones (teléfono, correos)	5.041,65
	Tasas oficiales	818,39
	Comunidades de vecinos, gastos varios	5.046,82
	<i>Total gastos</i>	<i>352.943,23</i>



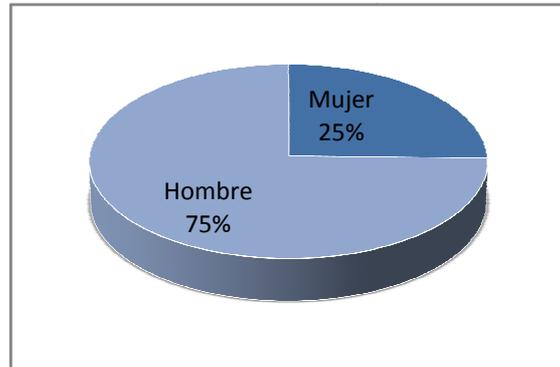
# Intervenciones



## Perfil de los usuarios

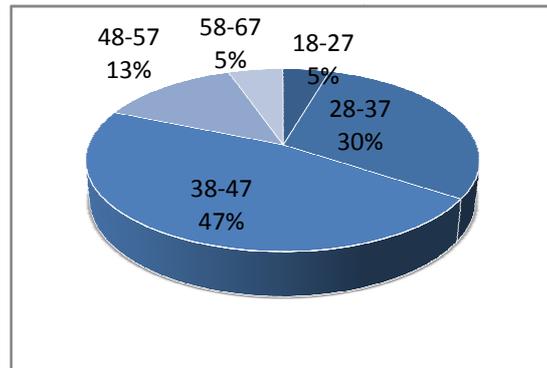
### SEXO

Mujeres	34
Hombres	100
Total	134



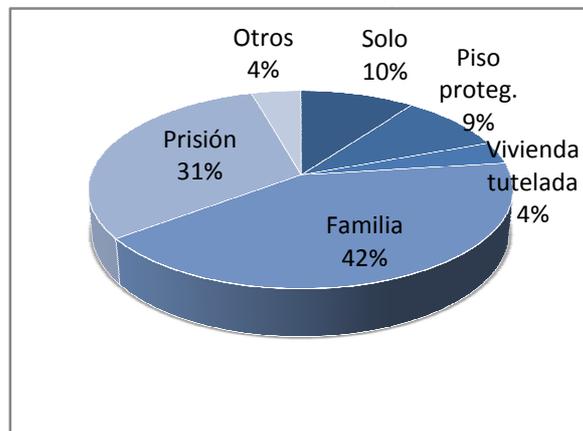
### EDAD

18 - 27	6
28 - 37	40
38 - 47	63
48 - 57	18
58 - 67	7



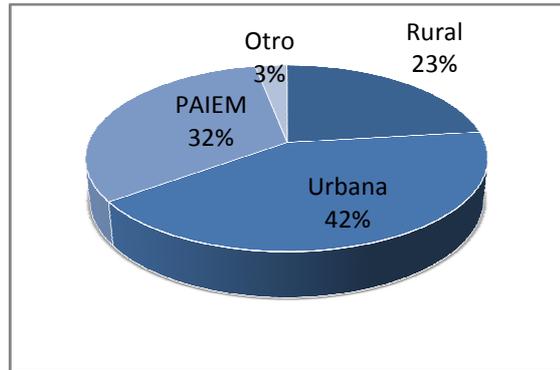
### CONVIVENCIA

Vive solo	14
En piso protegido	13
En vivienda tutelada	5
Con familia	58
En prisión	43
Otros	6



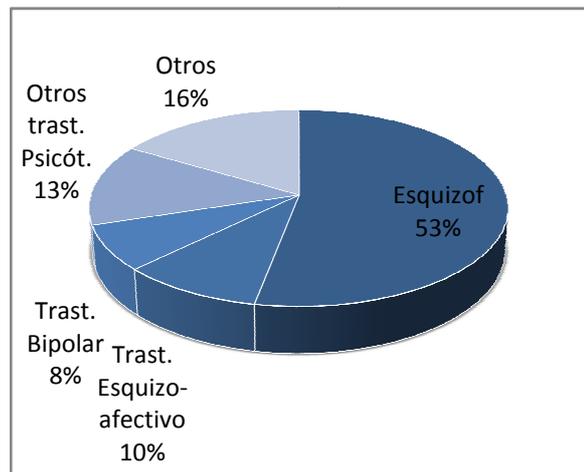
**ZONA RESIDENCIAL**

Rural	31
Urbano	56
PAIEM (programa prisiones)	43
Otro	4



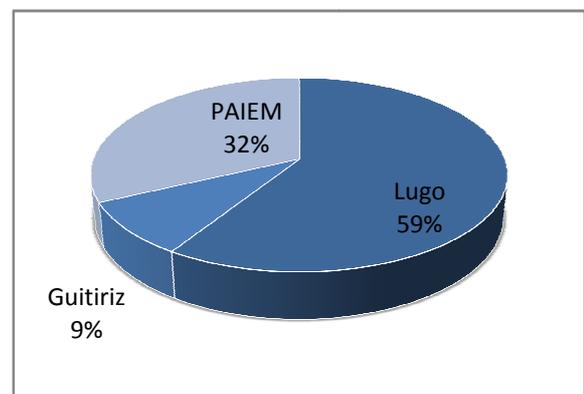
**DIAGNÓSTICO**

Esquizofrenia	52,99 %
Trast. Esquizoafectivo	9,70 %
Trast. Bipolar	7,46 %
Otros trast. Psicótico	13,43 %
Otros	16,42 %



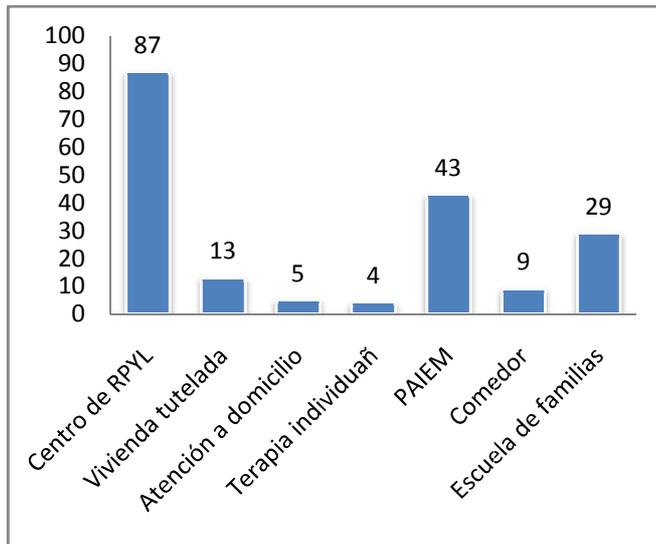
**CENTRO AL QUE ACUDE**

Lugo	79
Guitiriz	12
PAIEM (Programa prisiones)	43



**RECURSO AL QUE ACUDE**

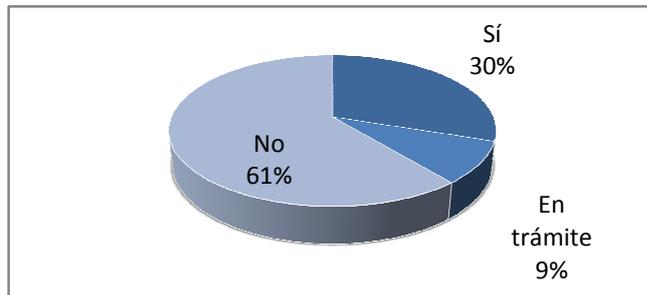
Centro de rehabilitación psicosocial y laboral	87
Vivienda tutelada	13
Atención a domicilio	5
Terapia individual	4
PAIEM	43
Comedor	9
Escuela de familias	29



\*Un mismo usuario puede acudir a diferentes recursos dentro de la asociación.

**¿TIENE RECONOCIDA LA SITUACIÓN DE DEPENDENCIA?**

Sí	40
En trámite	12
No	81



Las intervenciones que realizan los profesionales que trabajan en la entidad se encuadran entre las siguientes:

- Terapia individual y de grupo
- Talleres
- Actividades lúdicas y socio-culturales
- Atención a domicilio
- Escuela de familias
- Seguimiento de los usuarios de viviendas tuteladas
- Derivaciones a otros dispositivos
- PAIEM, Protocolo de Atención Integral a personas con enfermedad mental en prisión.

## Entidades colaboradoras

Para realizar nuestra labor contamos con la colaboración de las siguientes entidades:

Concello de Lugo: Cursos de formación y otras actividades culturales.

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

Feafes: Cursos, seguimiento laboral de usuarios, ocio.

Fundación Anade: Actividades de teatro.

Museo Provincial de Lugo: Exposiciones, actividades culturales.

Biblioteca Provincial de Lugo: Actividades culturales.

Biblioteca de Guitiriz: Actividades culturales.

SERGAS: Formación, eventos.

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

Adega: Proxecto Ríos.

Nova Galicia Banco: Programación cultural.

La Caixa: Programación cultural.

Arroupar: Festivales con actuación de nuestro grupo de pandereta.

Balagal: Actividades deportivas.

Fegas: Proyecto Nise.

Prescolar na Casa: Formación de usuarios con hijos.

Quérote+: formación afectivo sexual.

AECC: Programa de deshabituación tabáquica.

USC: Programa de voluntariado.

UNED: Programa de prácticas en la asociación.

Secretaría General de Instituciones Penitenciarias: PAIEM en los Centros Penitenciarios de Bonxe y Monterroso.

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

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



# programas y actividades



## Programas

- Programa de PSICOEDUCACIÓN
- Programa de ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA
- Programa de HABILIDADES SOCIALES
- Programa de INTERVENCIÓN COMUNITARIA
- Programa de OCIO Y TIEMPO LIBRE
- Programa de INTERVENCIÓN A DOMICILIO
- Programa de RESPIRO FAMILIAR
- Programas de INCLUSIÓN SOCIAL
- Programa de INCLUSIÓN SOCIAL
- TALLERES

### OBJETIVO GENERAL DE LOS PROGRAMAS

Promover la Rehabilitación Psicosocial y Laboral para conseguir su integración social.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LOS PROGRAMAS

- Adquirir hábitos normalizados.
- Entrenar sus habilidades en las actividades de la vida diaria.
- Mejorar las habilidades sociales.
- Mejorar la autoestima.
- Conocer la enfermedad e interiorizarla para evitar recaídas.
- Conocer la medicación para poder identificar sus efectos positivos y los efectos secundarios.
- Dominar las técnicas específicas de cada taller.
- Mejorar la psicomotricidad fina y gruesa.
- Adquirir habilidades pre-laborales.
- Incentivar las actividades lúdicas de ocio y tiempo libre.
- Facilitar el respiro familiar.
- Mejorar la atención a domicilio.

## Actividades

### TERAPIA INDIVIDUAL

### TERAPIA DE GRUPO

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

- Establecer turnos para elaborar la comida y la limpieza de la vajilla.
- Recogida del material de los talleres.
- Limpieza de las herramientas y útiles empleados.

### ACTIVIDADES SOCIO-CULTURALES

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

### ACTIVIDADES DEPORTIVAS



- Centro de Lugo: Natación, los lunes por la mañana en “As Pedreiras”. Predeporte y gimnasia, los martes en el Centro de Alume y los jueves en el Pabellón polideportivo de “As Pedreiras” (a cargo de Balogal).
- Centro de Guitiriz: Predeporte, gimnasia y juegos deportivos los martes por la mañana.

### TERAPIA OCUPACIONAL

Talleres ocupacionales en los que se recuperen las habilidades perdidas y se adquieran habilidades nuevas.

### TALLERES PRE-LABORALES: JARDINERÍA.

**ACTIVIDADES DE OCIO Y CULTURALES**



**5 de enero:** - Visita a la Exposición “Entre Marbella e Torremolinos” de la Diputación de Lugo sobre el psiquiátrico San Rafael de Castro.  
 - Salida para ver la Cabalgata de Reyes.  
 - Actuación del grupo de pandereta en el centro de día para mayores “Arroupar”.

**19 de enero:** participación del Presidente de la Asociación en una mesa redonda dentro de los actos en torno al cierre del centro San Rafael de Castro.

**2 de febrero:** visita a la exposición en la Capilla de Santa María sobre Terras do Miño.



**16 de febrero:** - Salida a exposición de La Caixa “Romanorum vita, una historia de Roma”.  
 - Visita de los usuarios de Guitiriz a la exposición de la Diputación de Lugo “Entre Marbella e Torremolinos”.  
 - fiesta de Carnaval de Alume.



**22 de febrero:** Fiesta de Carnaval en el centro de día para mayores de Guitiriz en la que participaron los usuarios.



**28 de febrero:** Visita al bus de RNE, con motivo de sus 75 años, en el que vimos un programa de radio en directo.



**1 de marzo:** Excursión dentro del programa KMO de la Diputación de Lugo. Conocimos cómo se realizaban a torno y cocían las piezas de la Olería de Bonxe y pasamos el día en los Ancares: Piornedo, Navia de Suarna y Donís.

**4 de marzo:** la Secretaria Xeral de Igualdade, Susana López Abella, visita las instalaciones del centro de Alume en Lugo.

**19 de marzo:** miembros de la directiva de Alume visitan las instalaciones del nuevo centro rehabilitador para personas con enfermedad mental de Calde.



**23, 24 y 25 de marzo:** Participación en el I Feria Medieval de Fontiñas, con un puesto en el mercadillo.



**10, 17, 24 y 30 de abril, 8, 14 y 15 de mayo y 12 de junio:** Formación en materia afectivo-sexual impartida por Quérote+ a los usuarios, familias y profesionales de Alume.



**17 de abril:** - Visita de los usuarios de Guitiriz al Centrad para ver la exposición "Paisaxes humanizadas, terras vividas".  
- Salida de los usuarios de Guitiriz al cine.



**19 de abril:** - Excursión del KMO multiaventura. Visitamos las instalaciones de la Fundación TIC donde nos mostraron cómo es un plató, cómo se realizan grabaciones, etc. Y viajamos hasta Ribadeo para realizar actividades como paddlesurf y monopatines a motor.

- Taller de conductas suicidas dentro del Proyecto Nise.

**20 de abril:** Visita a la exposición de la biblioteca de Lugo "Pasado, presente y futuro del pueblo gitano".



**4 de mayo:** Salida de los usuarios de Guitiriz a la Casa Habanera para ver la exposición "Conservando a Natureza".



**21 de mayo:** - Cesión de dos huertos en el Paseo del Rato e inicio del taller de huertos ecológicos.

- Comienzo de la actividad informativa de Alume en el local de asociaciones del HULA, para ofrecer orientación a todos los pacientes o familiares interesados.



**22 de mayo:** Salida de los usuarios de Guitiriz al área recreativa de San Xoán.



25 – 27 de mayo: Estancia de fin de semana en la casa de La Guardia dentro del programa de respiro familiar de Feafes.



31 de mayo – 7 de junio: viaje a Asturias. La estancia fue en Gijón y se visitaron los lagos de Covadonga, los Picos de Europa, Cangas de Onís, Oviedo, El palacio de Revillagigedo, el estadio del Molinón, el acuario, etc.



7 de junio: - visita a la exposición de la Fundación Novacaixagalicia sobre Isaac Díaz Pardo y su obra.  
- visita de los usuarios de Guitiriz a Sogama para conocer el tratamiento de residuos.



16 de junio: Alume cuenta con un stand dentro del espacio de la Semana Verde de Silleda para la venta de productos.



22 de junio: Visita a la exposición de la Diputación de Lugo sobre trajes romanos.



**26 de junio:** Salida de los usuarios de Guitiriz al área recreativa san Xoán.



**28 de junio:** Actuación del grupo de pandereta en el centro de día para personas mayores "Arroupar".



**21 de julio:** Inspección de ríos de los usuarios de Guitiriz que participan dentro del "Proxecto Ríos".

**12 de agosto:** Alume cuenta con un puesto para vender los productos realizados en la feria de Fonsagrada.

**14 de agosto:** Salida de los usuarios de Guitiriz a la exposición de la Casa Habanera "Tal como éramos".



**31 de agosto:** Visita de un grupo de internos del C.P. de Bonxe dentro de sus prácticas como pinches de cocina.



**4 de septiembre:** Visita de la Secretaria Xeral de Igualdade a las instalaciones del centro de Alume en Lugo en la que pudo ver las actividades que realizamos en el centro.

**4 de octubre:** Visita a la exposición con motivo del San Froilán sobre los 130 años de La Voz de Galicia y los momentos clave de la historia gallega y universal desde 1882.



**9 de octubre:** Acto por el que Alume nombra socio de honor a la Unión Democrática de Pensionistas de Lugo por su trabajo de voluntariado dentro de la asociación.



**10 de octubre:** - Radio Lugo entrevista en nuestro centro a la directora.  
 - Pulpada anual con motivo del Día Internacional de la Salud Mental.  
 - Visita guiada de los usuarios de Guitiriz a la exposición de Novacaixagalicia "Pano de fondo".



**30 de octubre:** Magosto del centro de día para mayores de Guitiriz en el que participaron nuestros usuarios.



**31 de octubre:** inspección de ríos de los usuarios de Guitiriz dentro del "Proxecto Ríos".



**8 de noviembre:** Visita guiada a la exposición “Pano de fondo” sobre los inicios de la fotografía en Galicia y el trabajo de los primeros fotógrafos.



**3 de diciembre:** - Salida a la lectura del manifiesto de Diversiarte 2012.  
 - Visita al museo de Lugo para ver la exposición con motivo del Día Internacional de la Discapacidad.

**7 de diciembre:** paseo por los puestos de artesanía de la Plaza de la Soledad.



**12 – 14 de diciembre:** Participación en el mercadillo de Diversiarte.



**13 de diciembre:** - entrevista de Popular Tv en el mercadillo de Diversiarte.  
 - Participación de dos usuarios y dos monitoras en un programa de Punto Radio en el que fueron entrevistados.  
 - Visita guiada a la exposición de la Fundación Novacaixagalicia sobre “la Divina Comedia de Dalí”.

**14 de diciembre:** gala del deporte en Guitiriz, en la que se premió la integración y participación en el deporte de los usuarios y usuarias del centro de Alume en Guitiriz.



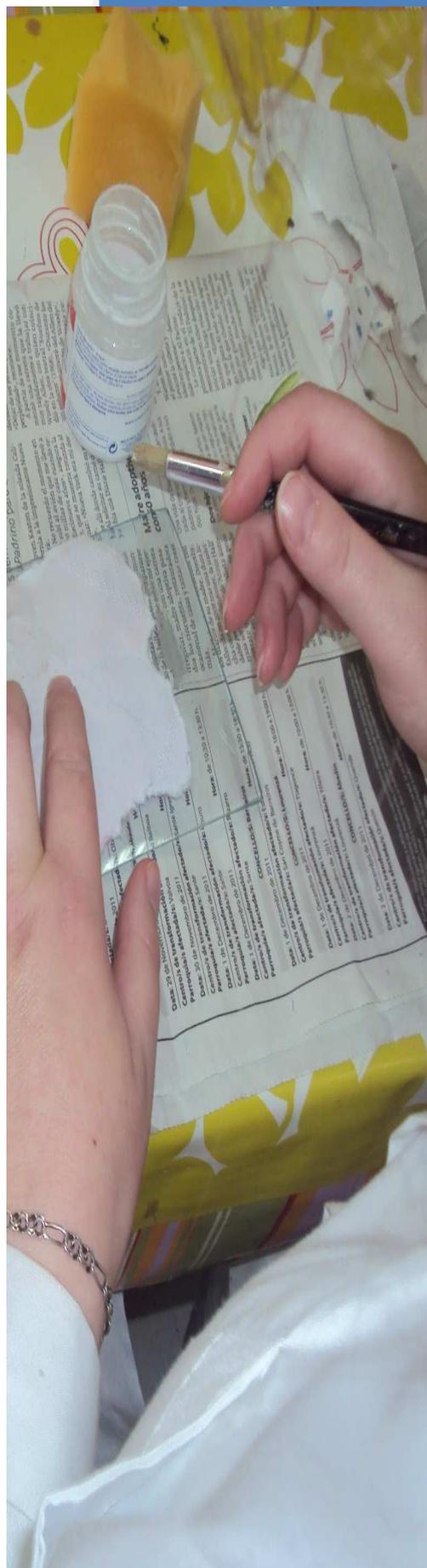
**18 de diciembre:** participación de un usuario como ponente en el VIII Encuentro de voluntariado de la UDP de Lugo.



**20 de diciembre:** - comida de Navidad de los usuarios del centro de Lugo y del centro de Guitiriz.  
- Visita de los usuarios de Guitiriz a la Biblioteca Pública de Lugo para conocer su funcionamiento y visita al museo provincial de Lugo.  
- fiesta de Navidad en Alume.



# talleres



## Alimentación

### Objetivos:

- Adquirir hábitos de nutrición saludables
- Realizar un menú semanal adecuado
- Aprender a valorar los contenidos nutricionales de cada alimento



## Baile

### Objetivos:

- Fomentar la coordinación y el sentido del ritmo
- Hacer ejercicio físico mediante una actividad lúdica



## Blog

### Objetivos:

- Aprender a crear y mantener un blog
- Facilitar la comunicación y la expresión de opiniones y sentimientos a través de un nuevo canal



## Cajas y bolsas

### Objetivos:

- Ejercitar la psicomotricidad fina
- Fomentar el reciclaje de materiales



## Cerámica

### Objetivos:

- Fomentar la creatividad de los participantes
- Conocer y trabajar las diferentes técnicas cerámicas



### Cestería

#### Objetivos:

- Descubrir y aprender las técnicas de entrelazado de médula
- Formar cestas, cestos y demás formas creativas
- Mejorar la psicomotricidad fina



### Cine terapéutico

#### Objetivos:

- Fomentar el debate
- Propiciar la expresión de sentimientos y la empatía



### Cocina

#### Objetivos:

- Aprender a cocinar
- Fomentar una dieta variada y equilibrada
- Conocer los diferentes aditivos, su variedad, utilidad y significado dentro de la alimentación



### Cómo ver cine

#### Objetivos:

- Conocer la historia del cine
- Conocer estilos, realización, montaje y demás elementos que forman el cine



### Costura y punto de cruz

#### Objetivos:

- Mejorar la psicomotricidad fina
- Proporcionar una actividad lúdica y de aprendizaje



### Cuero

#### Objetivos:

- Conocer las técnicas del trabajo artesanal en cuero
- Fomentar la creatividad de los usuarios
- Elaborar piezas de cuero



### Decoupage

#### Objetivos:

- Trabajar la psicomotricidad fina
- Conocer y crear objetos con la técnica del decoupage



### Dibujo y pintura

#### Objetivos:

- Desarrollar la creatividad de los usuarios
- Conocer y trabajar diferentes técnicas: óleo, carboncillo, pastel, etc.



### Expresión corporal

#### Objetivos:

- Adquisición de habilidades sociales, y de interrelación
- Desarrollar la comunicación no verbal y corporal
- Fomentar la improvisación



### Fimo

#### Objetivos:

- Entrenar la psicomotricidad fina
- Trabajar la atención y concentración



### Fotografía

Objetivos:

- Conocer y saber aplicar las técnicas de fotografía
- Realizar una introducción en programas de tratamiento de imágenes



### Habilidades cognitivas

Objetivos:

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



### Habilidades de la vida diaria

Objetivos:

- Conseguir mayor independencia en la toma de la medicación
- Mejorar o mantener el aseo e higiene corporal
- Aprender el manejo del dinero



### Habilidades sociales

Objetivos:

- Conocer los componentes de la comunicación humana y manejar adecuadamente las habilidades sociales básicas
- Aprender a canalizar los sentimientos
- Diferenciar los contextos donde se produce la comunicación



### Historia

Objetivos:

- Conocer la historia del mundo
- Entender el entorno a través de la interpretación de la historia



### Huertos

#### Objetivos:

- Tener contacto directo y manipular elementos como la tierra, el agua, abonos, semillas, etc.
- Incentivar modos de relación respetuosa con la tierra
- Mejorar la movilidad, la capacidad psicofísica y la sociabilidad



### Informática

#### Objetivos:

- Fomentar el uso de nuevas tecnologías entre los usuarios
- Adquirir los conocimientos necesarios en el uso de las nuevas tecnologías



### Internet

#### Objetivos:

- Aprender a moverse por la red
- Conocer las diferentes herramientas para buscar información y comunicarse



### Jardinería

#### Objetivos:

- Dotar de conocimientos y habilidades para la integración laboral
- Adquirir los conocimientos y hábitos necesarios para mantener un jardín
- Crear una brigada de jardinería



### Lecto-escritura

#### Objetivos:

- Mejorar la capacidad en lecto-escritura
- Aprender recursos lingüísticos y estilísticos



### Literatura

Objetivos:

- Aumentar la comprensión lectora
- Fomentar la lectura



### Manualidades

Objetivos:

- Promover la creatividad
- Aprender a realizar diferentes manualidades



### Marquetería

Objetivos:

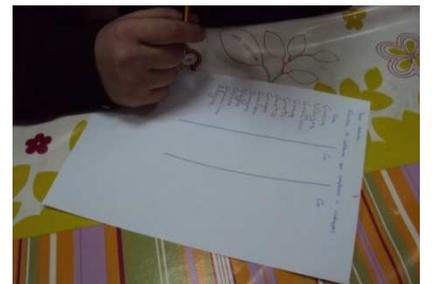
- Fomentar la creatividad
- Trabajar atención y concentración



### Memoria

Objetivos:

- Desarrollar estrategias que posibiliten mantener una memoria activa
- Realizar actividades tendientes a prevenir la pérdida cognitiva



### Ocio

Objetivos:

- Fomentar la ocupación efectiva del tiempo libre de los usuarios
- Favorecer las relaciones interpersonales



### Pandereta

#### Objetivos:

- Fomentar la coordinación y el sentido del ritmo
- Ejercitar y educar la voz y el oído



### Papel maché

#### Objetivos:

- Aprender una técnica de reciclaje de papel
- Desarrollar la creatividad



### Pintura en tela

#### Objetivos:

- Aprender a pintar en tela
- Ejercitar la psicomotricidad fina



### Prescolar na casa

#### Objetivos:

- Capacitar a las madres y padres para conseguir un mejor desarrollo de sus hijas e hijos



### Psicomotricidad

#### Objetivos:

- Coordinar los gestos y el movimiento
- Aprender a desplazarse por el espacio
- Mantener el equilibrio en el desplazamiento



### Revista "Alumear"

#### Objetivos:

- Ofrecer un medio de expresión para sus opiniones



### Risoterapia

#### Objetivos:

- Poner en práctica juegos y dinámicas facilitadoras de la risa para conseguir un mayor bienestar
- Entender los beneficios de la risa



### Taichí/Relajación

#### Objetivos:

- Mejorar el sistema circulatorio y pulmonar mejorando la respiración
- Proporcionar un mejor conocimiento del propio cuerpo
- Permitir que el pensamiento sea más claro y eficaz





# medios de comunicación



**ELPROGRESO** 7 de enero de 2012



**Recital de 'panxoliñas' en el centro de día Arroupar**

La Navidad no es la misma sin los villancicos. Los usuarios del centro de día para mayores Arroupar, cuya directora es **Oliva Rouco**, pudieron disfrutar de un recital de 'panxoliñas'. Para organizar esta actividad también contaron con la colaboración de la Unión Democrática de Pensionistas, que encabeza **Bernardino Barreiro**, y la Asociación Lucense de Ayuda a Enfermos Mentales (Alume), que preside **Manuel Fernández**.

A este centro para mayores también llegaron los Reyes Magos, que agasajaron a cada usuario. Además, hubo chocolate y roscón para todos.

**ELPROGRESO** 11 de marzo de 2012

# Sociedad en la que todos caben

► Susana López Abella se reunió ayer en Lugo con la asociación de ayuda a enfermos mentales y la de personas sordas

**LA SECRETARIA** xeral de Igualdade, **Susana López Abella**, visitó ayer la capital lucense para conocer de primera mano el esfuerzo que realizan a diario dos destacados colectivos de la provincia: la Asociación Lucense de Ayuda a Enfermos Mentales (Alume) y la Asociación de Personas Sordas de Lugo (Asorlu).

En su recorrido por las instalaciones de Alume, que preside **Manuel Fernández Pardo**, la secretaria xeral de igualdade se interesó por las actividades que lleva a cabo la entidad, tanto en el centro de día como en los pisos tutelados. Además, escuchó atentamente las inquietudes de la asociación, que lleva más de quince años ayudando a personas con diferentes tipos de enfermedad mental y a sus familiares.

En su visita a Lugo, López Abella también participó en el VI Encuentro de la Mujer Sorda de Galicia, que se celebró en el albergue juvenil Lug II. Al evento —que incluyó un recital de poesía en lengua de signos y una ruta de senderismo por el paseo del Rato— también asistieron la concejala de bienestar social, igualdad y juventud, **Carmen Basadre Vázquez**; la responsable de bienestar social de la Diputación, **Esther López Rodríguez**, y la presidenta de Asorlu, **Purificación López Ferreiro**.



visita de Susana López Abella a las instalaciones de Alume



López Abella visitó ayer las dependencias de Alume. SEBAS SENANDE

## Alume reabre con apoyo de la Xunta un piso para mujeres maltratadas con enfermedad mental

B.I.  
 ✉ redacción@elprogreso.es

LUGO. La Asociación Lucense de Enfermos Mentales (Alume) reabrió una vivienda para víctimas de violencia de género que padecen una enfermedad mental. La Secretaría Xeral de Igualdade colaboró con la recuperación de este servicio con una ayuda de 35.200 euros.

Este piso que tiene seis plazas, cuatro fijas y dos temporales, ya funcionó entre 2005 y 2010. El presidente de Alume, Manuel Fernández, hizo hincapié en el «éxito» de esta iniciativa porque, según destacó, ha contribuido a que estas mujeres rehiciesen su vida y participasen en programas de reinserción sociolaboral, cuando de lo contrario estarían aboca-

das a ingresar periódicamente en centros sanitarios.

En esta vivienda tutelada se les ofrece a sus residentes un plan de intervención individualizado para cada mujer, orientado a recuperar los déficits psicológicos y funcionales provocados por la violencia y mantener estabilizada su enfermedad mental.

La secretaria xeral de Igualdade,

Susana López Abella visitó ayer el piso de Alume, donde comprobó los diferentes talleres que celebra, y destacó la importancia de la atención psicológica a las víctimas de violencia de género.

En el primer semestre de este año fueron atendidas 26 personas en la provincia de Lugo, dentro del programa en el que colaboran la Secretaría Xeral de Igualdade y el Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia. En toda la comunidad fueron 321, de las que 201 eran mujeres, 107 hijos menores y otros 13 que dependen de la víctima.



Susana López Abella visitó los talleres de Alume, donde se imparten actividades. CARLOS CASTRO

### Visita a Alume

2 La secretaria xeral de Igualdade, **Susana López Abella**, visitó ayer los talleres de la asociación Alume, que agrupa a personas con enfermedades mentales y a sus familiares, en Nicomedes Pastor Díaz. López Abella conoció directamente el trabajo que está realizando esta organización, que además de este tipo de actividades, también cuenta con pisos tutelados.

EL DESPERTADOR

-A A+

- Versión para imprimir
- Enviar por email
- Notificar corrección

## Alume mim a sus voluntarios

*Etiquetas: enfermos, mentales, honorífica, Unión de Pensionistas y Jubilados*

10/10/2012 - Marta Becerra / El Progreso (Lugo)

**EL PAPEL** de los voluntarios en la Asociación Lucense de Axuda a Enfermos Mentais es clave y Alume quiso reconocérselo ayer a uno de los grupos que más colabora con ellos, la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (UPD). Alume nombró socia honorífica a la asociación que preside Bernardino Barreiro porque voluntarios de esta organización realizan desde hace años actividades importantes para la rehabilitación psicosocial de personas con enfermedad mental, como lecto-escritura, música, costura, cocina y baile.

La asociación entregó el título de socio honorífico al presidente de UPD en un acto que se celebró ayer en las oficinas de Alume. Hoy los socios conmemoran el Día Mundial de la Salud Mental con una pulpada en el restaurante Madison. Alume trabaja desde 1995 por la inserción de las personas con enfermedad mental y por la normalización de la vida en el seno de las familias en las que surge la dolencia. Actualmente cuenta con más de 300 socios, la mayoría enfermos y familiares de estos, pero también profesionales y personas implicadas con esta causa. La asociación cuenta con trece trabajadores y 17 voluntarios. Gestiona dos centros de rehabilitación psicosocial y laboral en Lugo y Guitiriz y cuatro pisos titulados y lleva a cabo talleres, ayuda a domicilio, escuela de familias e interviene con la población reclusa, entre otros programas.

**Redes**



**Fotos**



Miembros de Alume y de UPD.

**ELPROGRESO** 11 de octubre de 2012

**Los socios de Alume celebraron el Día de la Salud Mental**

La Asociación Lucense de Axuda a Enfermos Mentais (Alume) celebró ayer el Día Mundial de la Salud Mental con una pulpada en el restaurante Madison. El colectivo, que trabaja por la inserción de las personas con enfermedad mental y la ayuda a las familias, tiene en la actualidad más de 300 socios, 13 trabajadores y 17 voluntarios, y unos 70 de ellos compartieron ayer este almuerzo anual.

Precisamente los voluntarios recibieron anteayer un homenaje, en la figura de la Unión Democrática de Pensionistas (UPD), que fue nombrada socia honorífica por la labor que realizan miembros de este colectivo.



LOS EFECTOS DEL TEMPORAL

CRÓNICA LA AFLUENCIA DE PÚBLICO FUE MÍNIMA

## El mal tiempo impidió a las oenegés recaudar fondos en Diversiarte

*Veintidós colectivos ponían a la venta artículos de regalo a precios reducidos*

LUCÍA REY  
LUGO / LA VOZ

El temporal de lluvia y viento que azota esta semana Lugo echó por tierra las expectativas de recaudación de fondos que tenían las oenegés que participaron en Diversiarte 2012. Veintidós colectivos sin ánimo de lucro participaron en la feria de artesanía solidaria que se desarrolló en la Praza Maior. Entre el miércoles y el viernes, asociaciones como Alume, Auxilia, Afalu, Down Lugo, Raiolas, Parkinson Lugo, Anade, Adace, Alcer o Cogami pusieron a la venta a precios reducidos arti-

culos de regalo elaborados por los usuarios, pero la afluencia de visitantes fue mínima, según destacaron distintas fuentes. La situación se agrava ya que los problemas de financiación de los colectivos se han multiplicado debido al recorte de ayudas y subvenciones. «Queda casi todo sen vender porque case non veu ninguén. E non só é cuestión da crise, porque hai regalos por un euro, por tres, por cinco...; cartos van axudar a que estes colectivos sigan subsistindo», lamentó la presidenta de la Asociación de familiares de enfermos de alzhéimer de Lugo (Afalu), Carmen Pena.



En el puesto de Afalu, que se traslada a la Casa Clara Campoamor, se venden artículos a 1 y 3 euros. PRADERO

## Detalles artesanos de enfermos de alzhéimer seguirán a la venta en Frigsa

Las pocas ventas de Diversiarte han animado a los responsables de la asociación de familiares de alzhéimer Afalu a trasladar su puesto en la feria solidaria al local que tiene el colectivo en el parque de Frigsa, en la Casa Cla-

ra Campoamor. «Quen queira poderá compralos ali. Os enfermos pasaron todo o ano facendo estes detalles no centro de estimulación. Fixeron moita calceta, colares modernos, broches, bufandas, gorriños, pendientes...»,

destacó la presidenta del colectivo, que subrayó que las actividades manuales ayudan a los enfermos a mantener activas capacidades físicas y cognitivas. Y su venta contribuye a financiar esta labor solidaria.

## El deporte, de fiesta en Guitiriz

Deportistas y clubes locales fueron premiados anteanoche en la gala anual

XOSÉ MARÍA PALACIOS  
VIALBA / LA VOZ

La Gala do Deporte de Guitiriz, que anteanoche celebró una nueva edición con una concurrencia y animada fiesta, sirvió de nuevo para premiar el trabajo de deportistas y de clubes del municipio. Así, se reconoció el trabajo de diversas personas y colectivos que asisten a las Escuelas Deportivas: Xoel Santamariña (tenis), Eva López y Carlos Ariel (patinaje), el equipo infantil de gimnasia rítmica, Jonathan Carro (gimnasia de mantenimiento), Marisa Pérez y Azucena Prado (gimnasia de rehabilitación), María Calvo y Noemí Carro (campo a través), Aída Cobas (atletismo), el equipo cadete de tenis de mesa y los equipos alevín y juvenil de fútbol sala fueron galardonados.

Por su trayectoria en fútbol sala se premió a Asier González (campeón de España con la selección gallega cadete); a Diego López, Javier Ferreiro y Jesús Pérez (campeones de España con la selección gallega juvenil), y a Edgar Cobas y Anxo Pena (campeones gallegos con la selección provincial). Diego López llevó el premio especial



El grupo de Alume, que realiza actividades deportivas, fue galardonado. FOTOS: FOTO SUSO



El equipo juvenil de fútbol sala, con el alcalde Teixido y con el presidente de la federación gallega.

DETALLES

### Una reunión de nuevo concurrencia

Representantes de la política local, de diversas instituciones públicas y de la vida social y económica de Guitiriz acudieron a la cita, que con su alto número de asistentes revalidó otra vez su poder de convocatoria.



Antonio Díaz fue premiado como cortador de troncos.



El triatleta Gómez Noya acudió a la gala de anteanoche.



Manuel Martínez, monitor de Deportes, fue ovacionado.



Ramón Vázquez, también premiado como cortador.

**ELPROGRESO** 16 de diciembre de 2012



Alume. Integración en el deporte.

# La fiesta del deporte guitiricense cita a más de 230 personas

**PROTAGONISTAS** El jugador de fútbol sala Diego López, elegido deportista del año, y el triatleta Javier Gómez Noya, medallista olímpico en Londres 2012, fueron las estrellas de la gala

**C.P.R.**

La sexta edición de la Gala do Deporte de Guitiriz, celebrada en el restaurante La Casilla, homenajeo a los mejores deportistas locales del presente año ante más de 230 personas y con dos protagonistas de excepción: el triatleta ferrolano Javier Gómez Noya, invitado de honor en la cita, y el jugador de fútbol sala Diego López, que estrenó el

recién creado galardón de deportista del año.

El jefe del servicio provincial de Deportes, Manuel Otero Cadramón; el jefe territorial de Presidencia, José Manuel Rozas; el presidente de la Federación Galega de Fútbol Sala, Juan Probaos; el alcalde de Guitiriz, Xosé María Teixido; la concelleira de Deportes, Ana Broz, y Javier Gómez Noya fueron los



6

encargados de entregar los galardones a los homenajeados.

Este año, la gala distinguió como siempre a alumnos de las escuelas deportivas municipales y a aquellos que cosecharon éxitos a nivel comarcal, provincial, autonómico o estatal, además de recuperar la figura de deportistas históricos, en este caso los cortadores de troncos Antonio Díaz y Ramón Vázquez. También se aprovechó la ocasión para agradecer al balneario de Guitiriz y a la empresa Ancaria su patrocinio y a la banda y la escuela municipal de música y al grupo Sons de Aldea su apoyo y colaboración.



· José Ramón · losada · Jesús · José · Asun ·  
isabel · Josefa · Julio · José María · Ana María ·  
Paz · Antonio · Moisés · Carmen · Flora · Ana ·  
Belén · Matilde · Miguel · Armando · Higinio ·  
Laura · Fernando · Mari Luz · José Manuel ·  
Mónica · Bea · Carlos · José Ángel · Víctor ·  
Manuel · Yésica · Gonzalo · Adelina · Elena ·  
Angelina · Iván · Dositeo · Conchita · Emilio ·  
Manuela · Cristina · María · Rego · Argimiro ·  
Josefina · Susana · David · Verónica · Alume ·  
Lucía · Molly · Mariví · Mari Paz · Dolores ·  
Pilar · Aquilino · Flor · Miguel Ángel · Óscar ·  
Aurita · Félix · Pablo · Mar · Leticia · Encarna ·  
José Antonio · Fran · Mery · Arturo · Silvia ·  
Alejandro · Juan Carlos · Alberto · Ramón ·  
Roberto · Suso · María José · Manuel · Sandra ·