

COMUNIDAD  
TERAPÉUTICA  
EL  
BUEN  
CAMINO

MEMORIA  
TÉCNICA

2018

**COMUNIDAD TERAPÉUTICA: DISPOSITIVO DE INTERVENCIÓN  
EN RÉGIMEN DE INTERNAMIENTO PARA LA REHABILITACIÓN E  
INSERCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE ADICCIONES**

**INDICE**

• DENOMINACIÓN	Pág.3
• INTRODUCCIÓN	Pág.3
• OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA LA REHABILITACIÓN E INSERCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE ADICCIONES	Pág.4
• FASES DEL PROGRAMA TERAPÉUTICO. NIVELES Y TEMPORALIZACIÓN	Pág.6
• PERFIL Y CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN ATENDIDA.	Pág.6
• TALLERES OCUPACIONALES	Pág.13
• ACTIVIDADES TERAPEUTICAS. PROTOCOLO DE INTERVENCION	Pág.41
• ACTIVIDADES FORMATIVAS	Pág.51
• ACTIVIDADES DEPORTIVAS	Pág.51
• ACTIVIDADES LÚDICAS Y CULTURALES	Pág.52
• CUADRO DE ACTIVIDADES	Pág.53
• HORARIO	Pág.54
• EVALUACIÓN Y MEDIDAS CORRECTORAS. PLAN DE MEJORA	Pág.56
• CONCLUSIONES	Pág.61

## **DENOMINACIÓN**

**COMUNIDAD TERAPÉUTICA: DISPOSITIVO DE INTERVENCIÓN EN RÉGIMEN DE INTERNAMIENTO PARA LA REHABILITACIÓN E INSERCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE ADICCIONES.**

## **INTRODUCCIÓN**

La Asociación El Buen Camino se constituye como una entidad sin ánimo de lucro que realiza labores de acogimiento, rehabilitación y reinserción socio-laboral de personas con problemas de adicciones y drogodependencias.

Su Comunidad Terapéutica se configura como un servicio social especializado y de carácter asistencial, de desintoxicación, rehabilitación y reinserción. La finalidad es promover la recuperación de la persona, a través de un modelo bio-psico-social, en los ámbitos personal, familiar, sanitario, relacional, formativo, ... que se ven afectados cuando se padece una enfermedad adictiva y la integración y reinserción social y laboral de las personas tratadas, mediante las actuaciones y los programas que se llevan a cabo en la Comunidad Terapéutica.

La viabilidad de nuestro proyecto se apoya en los años de experiencia que avalan a esta comunidad en el tratamiento de las problemáticas abordadas y en la sostenibilidad económica facilitada por el convenio de plazas con el Servicio Murciano de Salud para el ejercicio 2018.

## **OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA LA REHABILITACIÓN E INSERCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE ADICCIONES**

Los objetivos mediante los que se hace operativa la finalidad de la Comunidad Terapéutica son:

1. Dar acogida a personas con una problemática de adicciones con o sin sustancias, facilitándoles un espacio normalizado en el que desenvolverse diariamente durante el desarrollo de su rehabilitación personal y reinserción social y laboral.
2. Elaboración y puesta en marcha de programas de intervención individuales y grupales que permitan atender específicamente a cada usuario en su proceso de rehabilitación y, así, lograr un acercamiento progresivo a su medio habitual de acuerdo a las necesidades reales y características propias del individuo.
3. Deshabitación, integración y posterior normalización de las personas acogidas, dotando a los usuarios de estrategias para cambiar el comportamiento dependiente de sustancias por un comportamiento al margen de dicho consumo.
4. Estimular y promover en los internos tratados la autonomía y competencias personales facilitándoles el acceso a habilidades sociales y recursos suficientes para enfrentarse a las situaciones que se puedan plantear en el día a día.
5. Adquisición de conocimientos específicos a través de cursos formativos-educativos y el desarrollo de actividades ocupacionales que faciliten su posterior inclusión social y laboral.
6. Potenciar, en los casos posibles y autorizados, la participación e implicación activa de los familiares en el tratamiento del usuario,

sirviendo así de asesoramiento y apoyo a éstos sobre cuestiones que favorezcan el desarrollo del individuo y su inserción socio – familiar.

7. Establecer los medios que impulsen la inserción laboral de las personas atendidas.
8. Garantizar la atención y asistencia sanitaria a las personas que residan en la comunidad terapéutica.
9. Garantizar la atención y asistencia jurídica a las personas que lo requieran.
10. Establecer un sistema normativo – disciplinario del centro durante la realización del programa.
11. Proporcionar las estrategias y los medios lúdicos-culturales que faciliten la inserción social y laboral de las personas internadas en la Comunidad Terapéutica.
12. Propiciar y aprovechar las colaboraciones de profesionales externos, a través de voluntariado, que contribuyen al enriquecimiento del programa terapéutico.
13. Utilizar las colaboraciones de entidades externas, públicas o privadas, que también contribuyen al enriquecimiento del programa terapéutico.
14. Establecer evaluaciones periódicas de la actividad del centro y de la consecución de los objetivos marcados, estando constantemente inmersos dentro de un proceso de mejora de la calidad asistencial.

## FASES DEL PROGRAMA TERAPEÚTICO. NIVELES Y TEMPORALIZACIÓN

El Programa terapéutico establecido tiene una duración total de seis meses, dividido en tres fases, cada una de ellas de dos meses de duración:

- PRIMERA FASE: Información, acogida, adaptación al centro, deshabitación y comienzo de la rehabilitación integral y multidisciplinar.
- SEGUNDA FASE: Continuación de la rehabilitación y progresiva integración familiar y social.
- TERCERA FASE: Continuación de la rehabilitación y la reinserción social y reinserción laboral, en su caso.

## PERFIL Y CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN ATENDIDA

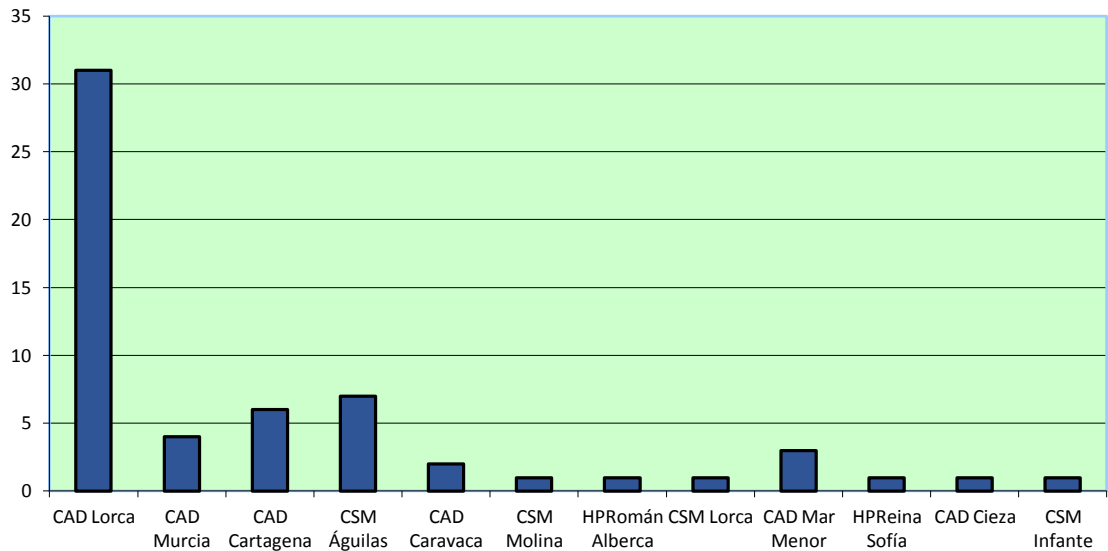
A lo largo de 2018, la Comunidad Terapéutica El Buen Camino ha prestado servicio a un total de sesenta personas en régimen de internamiento residencial derivados por diferentes centros sanitarios públicos especializados de la Región de Murcia: Hospitales, Centros de Salud Mental, Centros de Atención a Drogodependientes, Unidad móviles de drogodependencias, ...

A continuación, se presentan una serie de gráficos para mostrar diferentes aspectos de la población usuaria atendida durante el año 2018.

En el gráfico (Fig. 1) se representa la distribución de usuarios por centro sanitario derivador de la Región de Murcia.

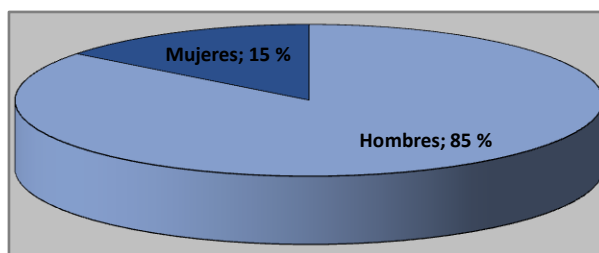
Se observa una mayor población derivada por el CAD de Lorca. Se entiende que los usuarios son derivados a un centro próximo a su domicilio para poder hacer más viable la asistencia de los familiares al centro, la salida de los usuarios en los permisos y a la hora de hacer la reinserción laboral.

Fig 1. Número de usuarios atendidos por centro sanitario derivador



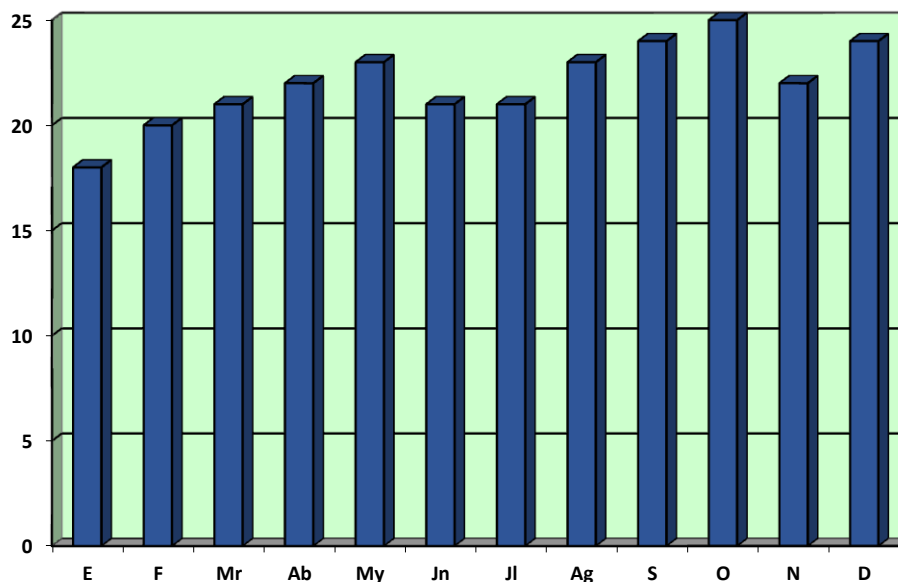
En el gráfico (Fig. 2), se muestra la distribución de la población por sexos. Se pone de manifiesto el mayor uso de nuestro recurso por parte de la población masculina, nueve usuarias frente cincuenta y un usuarios. Se pone de manifiesto la gran diferencia de género que existe en lo que se refiere a usuarios que llevan a cabo tratamiento por esta problemática.

Fig. 2. Distribución por sexos



En el gráfico (Fig. 3), se recoge el número de usuarios atendidos por de usuarios por meses. Al igual, que a lo largo del primer semestre, se observa un alto nivel de ocupación de plazas.

Fig. 3. Distribución por número de usuarios atendidos de los usuarios en el Programa.



A continuación, (Fig. 4), mostramos la parte de programa completada por los usuarios.

Durante el ejercicio 2018, veinticuatro usuarios han finalizado el programa llevando a cabo todas las fases que lo componen.

Por otro lado, quince usuarios no consiguieron superar la primera fase del programa.

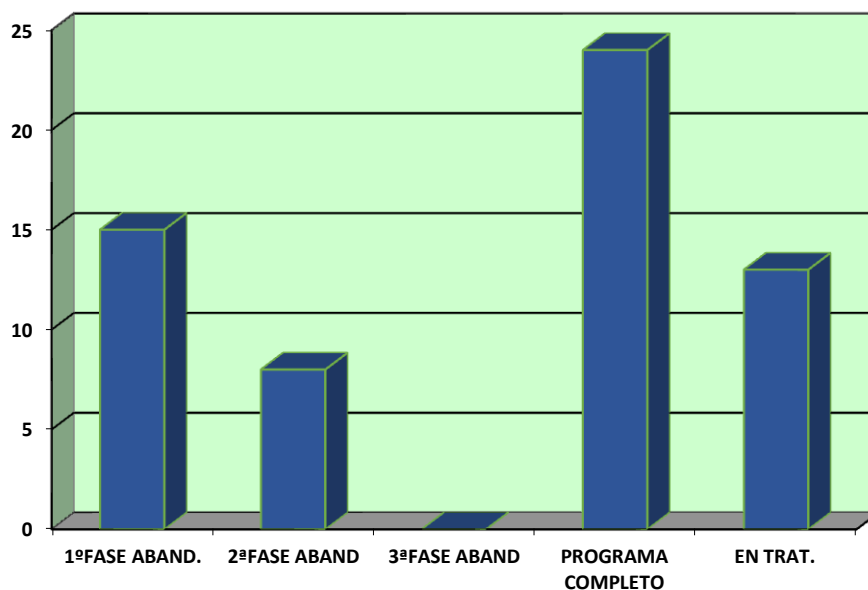
En la segunda fase se producen ocho abandonos durante 2018.

En la tercera fase, no se producen abandonos y todos los usuarios que llegan a la misma finalizan el programa.

Cabe destacar, que trece usuarios, los cuales ingresaron en 2018, continúan en 2019 realizando su tratamiento.

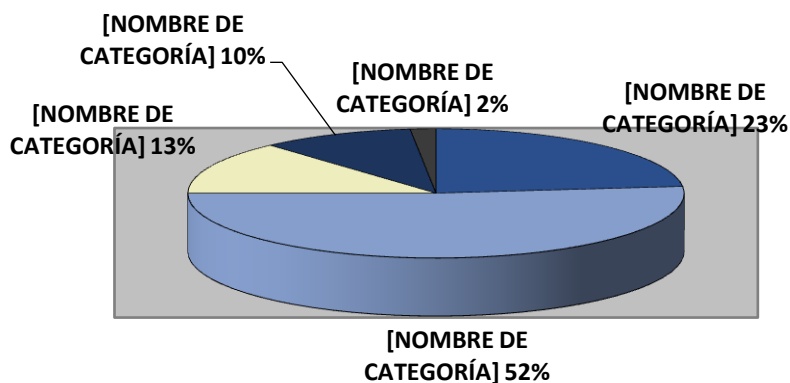
Se aprecia notablemente la estabilidad en la permanencia en las fases según avanza el programa de tratamiento.

Fig. 4. Realización del programa por parte de los usuarios.



Atendiendo al tipo de adicción principal que presenta esta población, en su mayoría politoxicómana, encontramos los siguientes resultados. En ellos, se evidencia un mayor consumo de dos sustancias: cocaína y heroína.

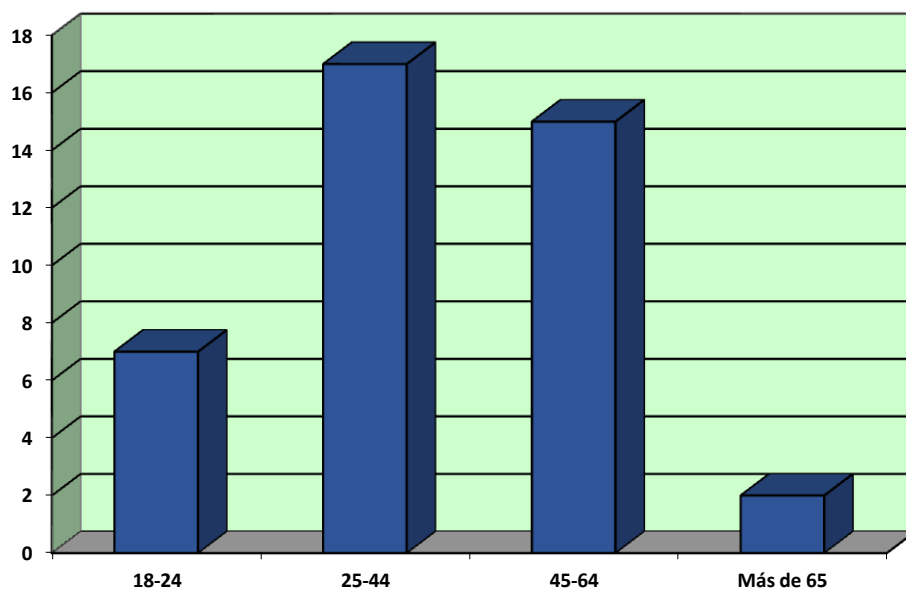
Fig. 5. Distribución por tipo de sustancia principal consumida



En este apartado cabe destacar, pese a que la gran mayoría de la población atendida padece politoxicomanía, el alto porcentaje de la cocaína como principal sustancia consumida, frente a sustancias como el alcohol y otras drogas (síntesis, speed, ácidos, ...), que suelen ser más un consumo asociado al principal.

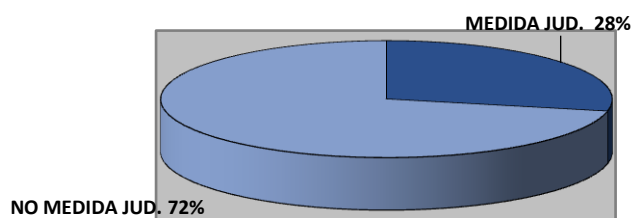
En el siguiente diagrama (Fig. 6) se refleja la distribución por rangos de edad de las personas atendidas, donde se observa un significativo incremento de volumen en usuarios de mediana edad, a partir de veinticuatro años.

Fig. 6. Distribución por edades



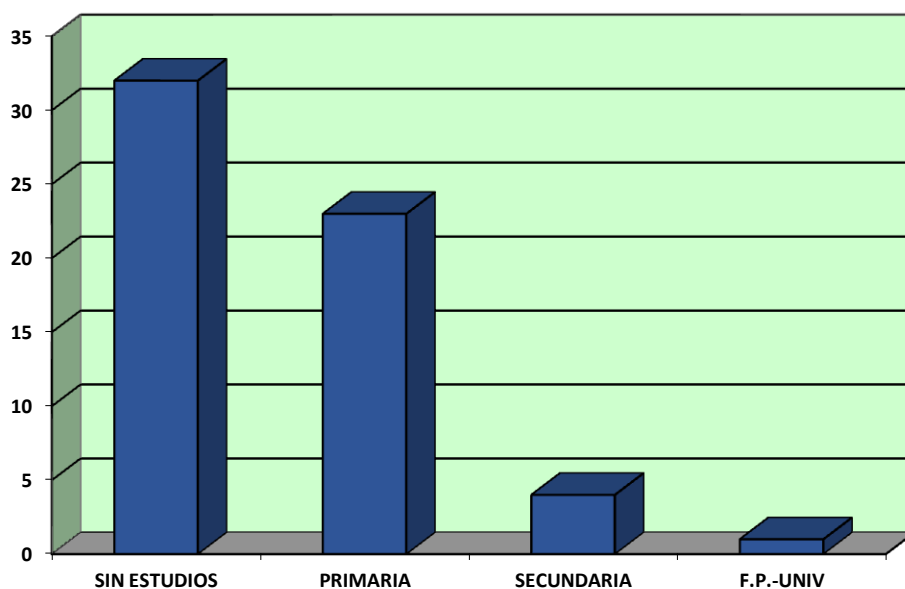
A continuación, (Fig. 7) se detalla el volumen de usuarios que ingresa para, además de realizar el tratamiento, cumplir una medida judicial sustitutoria impuesta por la comisión de un delito. En él, queda reflejado, que si bien no se trata de una parte mayoritaria de la población ingresada, el alto grado de asociación entre ambas

Fig. 7. Distribución por cumplimiento o no de medida judicial sustitutoria



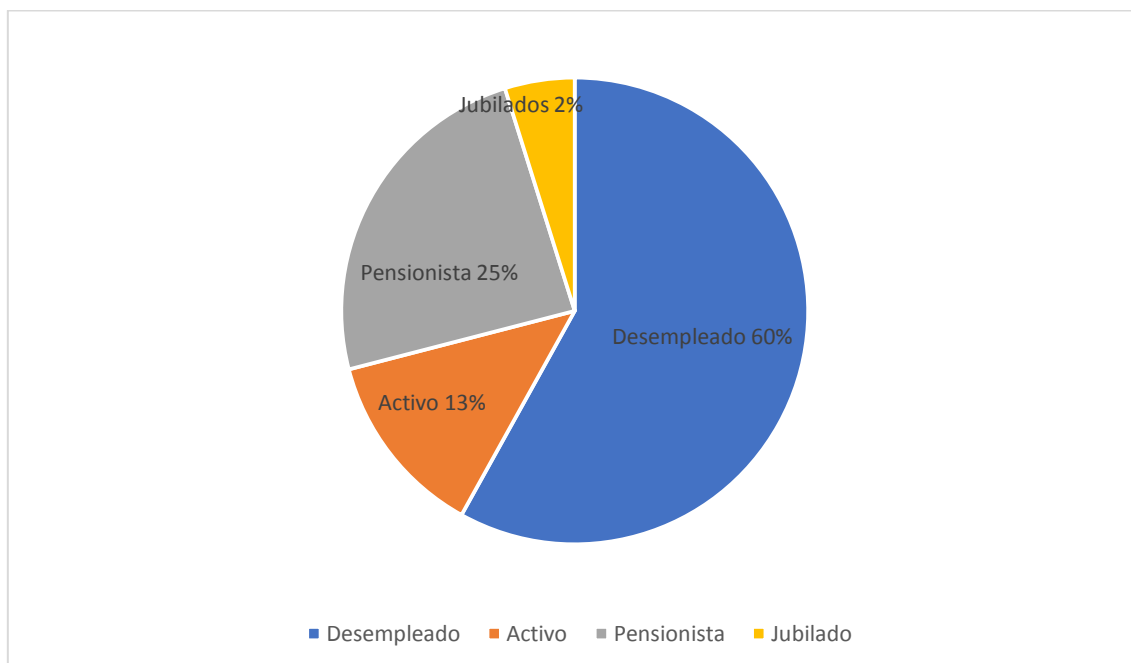
En el siguiente gráfico (Fig.8) se muestra la distribución de usuarios por nivel de estudios. Se evidencia un gran número de usuarios sin la formación básica.

Fig. 8. Distribución por nivel de estudios.



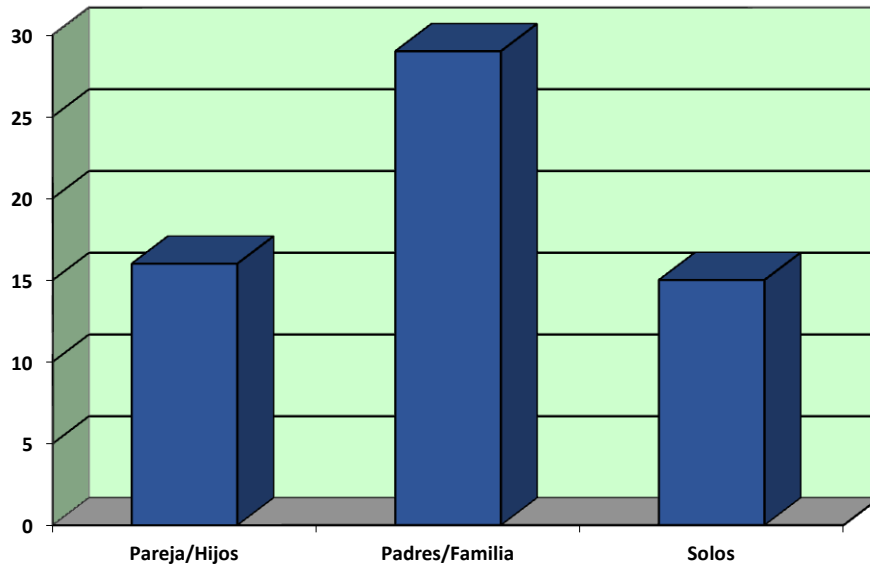
En relación, a su situación laboral, (Fig. 9), se representa a continuación el estado de los usuarios. Se hace evidente, bajo nivel de formación educativa, que genera no sólo un alto porcentaje de desempleados que existe en esta población, si no que además supone grandes dificultades para su reinserción laboral.

Fig. 9. Distribución en cuanto a la situación laboral



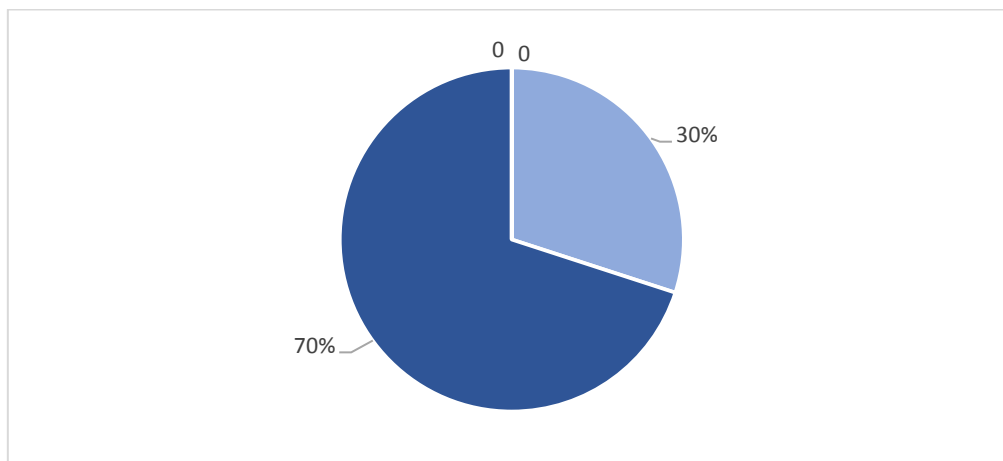
En relación, a la situación de convivencia de las personas atendidas (Fig. 10) en esta comunidad durante 2018, se refleja en el gráfico, que la mayoría de los usuarios, se ven obligados a convivir en el hogar familiar, con los padres o al menos, uno de los progenitores y en ocasiones, incluso con más hermanos.

Fig. 10. Distribución en cuanto a la situación de convivencia



También queremos reflejar cuántos de nuestros usuarios han estado en una comunidad terapéutica realizando un programa de rehabilitación por primera vez. Queda reflejado en el gráfico que dos terceras partes son usuarios que han estado en otro u otros centros anteriormente.

Fig.11. Número de usuarios que ingresan en una comunidad terapéutica por primera vez.



## TALLERES OCUPACIONALES

Los talleres ocupacionales que desde nuestra comunidad terapéutica se han llevado a cabo, son los siguientes:

- Taller de Agricultura Ecológica.
- Taller de Jardinería, Limpieza y Mantenimiento del Centro.
- Taller de Informática.
- Taller Cultural.
- Taller de Albañilería.
- Taller de Expresión Artística.

La metodología seguida ha consistido en un programa con contenidos para un semestre. Y la metodología de cada sesión ha consistido en una explicación teórica de las actividades a desarrollar y posteriormente, el desarrollo práctico de la misma, siempre bajo la dirección y supervisión de un monitor responsable.

### **Taller de Limpieza y Mantenimiento del Centro**

Dirigido por todos los monitores.

#### **Introducción**

El orden y la limpieza de los espacios en los que nos desenvolvemos son un aspecto básico de la vida cotidiana. Sin ellos, lugares como el hogar o el trabajo se convierten en lugares desagradables e incluso peligrosos que llegan a influir de un modo muy negativo en el comportamiento de las personas.

Por ello, se considera un aspecto básico en la recuperación de los usuarios de la comunidad terapéutica la adquisición o en su caso, recuperación de estos hábitos, ya que un entorno limpio y ordenado influye muy significativamente en lo que seamos también en otras parcelas de nuestra vida.

#### **Materiales**

- Escoba, recogedor, fregona, paños, estropajos, bayeta, rollo de papel.
- Limpiador multiusos, lejía, friega-suelos, limpia-muebles, ...

## **Objetivos**

- Mantener ordenados los espacios propios (dormitorios y aseos)
- Mantener ordenados los espacios comunes de convivencia y desarrollo de actividades.
- Mantener limpios los espacios propios (dormitorios y aseos).
- Mantener limpios los espacios comunes (comedor, sala de televisión, porche, sala de lectura,..).
- Promover estos hábitos en los usuarios para que tengan continuidad una vez finalicen el programa.
- Concienciar sobre el adecuado uso de los diferentes suministros (agua, gas, electricidad, ...)

## **Desarrollo**

Se trata de una actividad rutinaria y que tiene carácter diario, donde se establece un sistema de rotación con la finalidad de que todos los usuarios participen ordenando y limpiando los diferentes espacios y adquieran destrezas y rutinas para la adecuada consecución de la actividad en todos los espacios existentes. Al mismo tiempo se trata de concienciar a los usuarios sobre el moderado y adecuado uso de los recursos energéticos y suministros.

## **Taller de Agricultura Ecológica y Jardinería**

Dirigido por el monitor David Gallego Tudela

## **Introducción**

El trabajo en un huerto ecológico y/o jardín constituye una actividad en la que confluyen el disfrute del aire libre, la experimentación directa con la naturaleza, y un escenario para el diálogo y el trabajo conjunto en el que las personas pueden poner en juego todas sus habilidades, divertirse y aprender de muchas maneras, por lo que además de los beneficios ambientales que aporta, puede convertirse en una herramienta terapéutica y educativa de grandes potencialidades y sobre todo, una actividad de carácter pre-laboral de cara al futuro.

## **Materiales**

Respecto a los materiales, utensilios y productos necesarios, los recursos económicos van destinados a materiales imprescindibles como:

- Pala: utilizada para excavar o mover materiales.
- Rastrillo: para aflojar el suelo, quitar yuyo y nivelar.
- Regadera: para regar las plantas.
- Tijeras de podar: para cortar aquellas plantas que no nos sirvan o que se salgan del huerto e impida que crezcan el resto.
- Guantes: para protegernos las manos mientras trabajamos.
- Cubo: Utilizaremos el cubo como recipiente para poder meter líquidos o replantar alguna planta que no haya salido como esperábamos.
- Escardilla: para arrancar las malas hierbas de raíz y remover la tierra.
- Cuchara y trasplantadora: Para cavar con precisión en espacios pequeños.
- Abono natural: Es un fertilizante orgánico que proviene de animales, humanos, restos vegetales de alimentos, restos de cultivos de hongos comestibles u otra fuente orgánica y natural.
- Sustrato.
- Cuerdas.

## **Objetivos**

- Adquirir conocimientos relacionados con las prácticas agrarias.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Conocer el uso de diferentes herramientas de trabajo.
- Aplicar la capacidad de responsabilidad y eficiencia.

- Potenciar HHSS.
- Entrenar la forma física.
- Fortalecer la capacidad de memoria.
- Favorecer la empatía.
- Desarrollar el trabajo grupal.

## **Sesiones**

1º Sesión: Limpiar la parcela de hierbas, basura y suciedad.

2º Sesión: Colocación de ramales de riego por goteo.

3º Sesión: Revisar si funcionan los goteos.

4º Sesión: Abonar el terreno.

5º Sesión: Plantación de hortalizas, frutales etc y de plantas ornamentales.

6º Sesión: Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

De la 7º Sesión a la 9º sesión: Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

10º Sesión: Montaje de estructuras mediante cañas y otras estructuras que permitan el correcto desarrollo de la plantación.

11º Sesión: Arrojar abono ecológico a cada planta. Quitar los brotes, hojas secas. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

12º Sesión: Espolvorear con azufre las plantas de tomate que haya en la parcela. Quitar los brotes, hojas secas. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

13º y 14º Sesión: Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

15º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

16º y 17º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

18º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Plantación de pipas y maíz. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

19º y 20º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Repoblar la plantación de pepinos. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

21º y 22º Sesión: Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

De la 23º a la 26º Sesión: Reforzar las estructuras y soportes de sujeción de las plantas.

De la 27º a la 30º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

De la 31º a la 40º Sesión: Recolección de hortalizas y eliminación de brotes improductivos.

41º y 42º Sesión: Observar por si hay alguna posible hortaliza. Limpiar la parcela de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

De la 43º a la 45º Sesión: Limpiar la parcela y/o jardín de hierbas, basura, suciedad y revisar los goteos y la plantación para detectar cualquier posible plaga.

De la 46º a la 49º Sesión: Eliminación manual y mecánica de cualquier tipo de resto de las plantas.

De la 50º a la 52º Sesión: Montaje y elaboración de invernadero para uso de semillero/vivero.

53º y 54º Sesión: Preparación de ramales de aspersión en el invernadero.

55º y 56º Sesión: Elaboración de bandejas con turba, vermiculita, perlita, para sembrar. Sembrar hortalizas en bandejas.

57º Sesión: Revisar goteros, plagas y demás posibles anomalías en el proceso productivo.

58º Sesión: Recolección de las bandejas ya una vez germinadas y preparación del terreno de cultivo.

60º Sesión: Plantación de las bandejas germinadas.

### **Taller de Informática**

Dirigido por las monitoras Cecilia Hurtado Marín, Cristina Jódar González y Rosalía Crespo Ureña.

### **Introducción**

Con el Taller de Informática se pretende que los usuarios adquieran competencias y logren un uso eficiente, basado en el conocimiento de un nuevo lenguaje y una nueva herramienta que cada vez está adquiriendo más presencia en la vida cotidiana y laboral de las personas. En la actualidad, saber operar con tecnología informática, aunque sea a un nivel básico, permite a los

individuos desenvolverse con mayor participación en la sociedad de la comunicación y la información.

Este taller desarrolla las competencias básicas que en informática debe alcanzar un usuario no especialista, contiene los conceptos básicos que permiten desarrollar la capacidad de operar con tecnología informática e insertarse adecuadamente en la sociedad y el trabajo actual. Permite adquirir destrezas que posibiliten adecuarse al cambiante mundo del hardware y software y, por último, propone un entrenamiento en el uso de las aplicaciones más comunes.

### **Materiales**

- Sala de informática
- Seis ordenadores
- Pantalla y proyector
- Programa de sesiones
- Impresora
- Materiales de papelería
- Recursos de internet: youtube, mecanet, maisoningles.com....

### **Objetivos**

- Iniciación a la informática: conceptos, partes del ordenador, presentación de programas, crear carpetas, botón derecho...
- Teclado: escritura, ortografía, insertar, títulos, tipos de letras, insertar, guardar...
- Mecanografía
- Internet: búsquedas de empleo por internet, Boe, solicitar documentos oficiales y citas...
- Power point: utilidades, creación de diapositivas con transición,
- Excel: sumar, restar, insertar recuadros, hacer cuentas...
- Trucos informáticos y abreviaturas de teclado

- Parte práctica: ejercicios desde app. Ejercicios de informática inicial, creación de una carta formal, redacción de cv, proyecto de power point de 20 diapositivas.

## **Sesiones**

Las sesiones serán de sesenta minutos, durante los primeros cuarenta minutos se avanzaron contenidos teóricos y los últimos veinte minutos se dedicarán a hacer ejercicios y parte práctica. Según el ritmo del grupo y su aprendizaje se avanzará sesiones diariamente o se prolongará la del día anterior.

1º y 2º Sesión. Explicar el hardware, las partes de las que se compone un ordenador (teclado, ratón, pantalla), dar a conocer herramientas externas (USB, Cd, impresora, altavoces...) apagar/ encender, papelera y cortar y pegar.  
Parte práctica: ejercicios de la app ejercicios de informática inicial.

3º Sesión: botón derecho del ratón, crear carpeta y guardar documentos, arrastrar archivos, cambiar ubicación de archivos, fondo de pantalla, mi pc  
Parte práctica: ejercicios de informática inicial.

4º y 5º Sesión: presentación de Word y teclado. Explicar opciones de insertar imágenes, gráficos, cuadros de texto, títulos, ortografía, tipos de letras,...

Parte práctica: descargar programa mecanet (desde softonic) empezar con posición de manos y ejercicios.

6º, 7º y 8º Sesión: crear documento Word que contenga una imagen un título, texto, encabezado, margen... con temática a elegir.

Parte práctica: ejercicios de mecanografía y practicar lo explicado.

9º Sesión: internet. Dar a conocer páginas de búsquedas de empleo ( ETT, Infojobs, Sefcarm...)

Videos de motivación, cuentos Jorge Bucay...

10º Sesión: Power Point, iniciación, crear diapositivas, editar diapositivas, imágenes, transiciones.

Parte práctica; mecanografía

11º Sesión: iniciación a Excel (crear columna, sumar, restar, cuenta total...)

Parte práctica: ejercicios de informática inicial

12º Sesión: redacción de Currículum Vitae

13º Sesión: dar a conocer recursos sociales a través de distintas páginas como el B.O.R.M. o la C.A.R.M. Cómo hacer descargas.

Parte práctica: descargamos música.

14º Sesión: redes sociales. Transmitiendo la necesidad de realizar un uso responsable.

Parte práctica: tiempo libre para navegar por internet.

15º y 16º Sesión: se realiza en toda la sesión un resumen de los contenidos para los usuarios más veteranos y como refuerzo para los usuarios con ingresos recientes.

17º Sesión: practicamos mecanografía midiendo pulsaciones con mecanet.

18º Sesión: sesión lúdica. Descargamos películas que se escogen de forma colectiva y se deja tiempo libre para que los chicos, bajo vigilancia, realicen búsquedas por la red y naveguen.

19º, 20º, y 21º Sesión: se realiza clase de inglés desde la página mansioningles.com. Los chicos aprenden vocabulario temático.

Parte práctica: vemos videos de pronunciación en inglés.

22º y 23º Sesión: redacción de documentos formales. Se dota a los chicos de una serie de encabezados, saludos y términos en un vocabulario más formal, con la intención de que sepan desenvolverse a la hora de dirigirse a organismos o realizar peticiones y reclamaciones.

Parte práctica: compartimos nuestra carta.

24º Sesión: sesión lúdica. Hacemos montajes de fotos introduciendo gifts.

25º Sesión: se visualizan videos de concienciación social desde youtube “Gente maravillosa” canal sur con la intención de que los chicos tomen conciencia de las injusticias sociales.

.

26º Sesión: creamos tarjetas personales, calendario y rótulos.

27º y 28º Sesión: se realiza mecanografía y repaso de uso del programa Word.

29º Sesión: Se les explica el funcionamiento de programas sencillos como Paint, Word Art,...

Montaje de vídeo de fotos desde la app de Movie Marker.

### **Taller Cultural**

Dirigido por la monitora Marina Alcázar Gallego

### **Introducción**

¿Qué es la cultura? Cultura es un término que tiene significados interrelacionados. Un significado de cultura es: conjunto de conocimientos e ideas no especializados adquiridos gracias al desarrollo de las facultades intelectuales, mediante la lectura, el estudio y el trabajo. En otro viene definida como el conjunto de conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que caracterizan a un pueblo, a una clase social, a una época, etc.

En síntesis, cultura es la manera como los seres humanos desarrollamos nuestra vida y construimos el mundo o la parte donde habitamos; por tanto, cultura es el desarrollo intelectual o artístico, es la civilización misma producto de la mente y de la mano humana.

### **Materiales:**

- Libros de la Historia de España (pueblos, tradiciones, monumentos, fiestas populares, ...).
- Documentos y vídeos sobre curiosidades del mundo.
- Preguntas de cultura general.
- Documentales de investigación.
- Ejercicios de razonamiento lógico, pasatiempos y acertijos.
- Revistas de estimulación cognitiva (memoria, atención, concentración, ...).
- Material de risoterapia.
- Material de información sobre protocolo y normas básicas de educación.
- Juegos de mesa: Trivial, ajedrez, dominó, parchís, El primero de la clase, ...
- Periódicos.

### **Objetivos:**

- Desarrollar y trabajar todas las capacidades que posee el ser humano.
- Promover en los usuarios el interés hacia el mundo que les rodea.
- Mejorar su nivel de cultura general.
- Fomentar la creatividad.
- Potenciar todas las capacidades de los usuarios a nivel cultural.
- Mejorar el funcionamiento cognitivo.
- Desarrollar la libertad de expresión.
- Cambiar la perspectiva que tienen del mundo que les rodea.
- Favorecer competencias para solucionar situaciones nuevas.

- Impulsar la curiosidad por la exploración y el espíritu de búsqueda.

### **Sesiones:**

1º Sesión: visionado de un documental de investigación. En esta hora, se les pone a los usuarios un documental, el más apropiado que se considere o crea oportuno el monitor, y tras su visionado se abre un debate, dándoles a los usuarios la oportunidad de expresar sus opiniones libre y correctamente sobre el tema que trata dicho documental.

EJEMPLO DOCUMENTAL: el corto “Sueños de sal”

2º Sesión: razonamiento lógico y deductivo. Se prepara una ficha con diferentes ejercicios de razonamiento lógico y deductivo, con el fin de mejorar el funcionamiento cognitivo, así como desarrollar las capacidades de razonamiento riguroso, pensamiento lógico, de abstracción, de análisis y de toma de decisiones. Se le entrega una ficha a cada usuario e individualmente realizan los ejercicios programados, para posteriormente corregirlos en grupo.

3º Sesión: curiosidades del mundo. Mediante algún tipo de juego o actividad dinámica, comenzamos a hablar con los usuarios de las características del planeta tierra, como el movimiento de traslación y rotación, las latitudes, cómo usar una brújula, etc, así mismo, trabajamos el conocimiento sobre la atmósfera, el relieve de la tierra y sus unidades: las cordilleras, las depresiones, los valles, los acantilados, los cabos, las capas de la tierra y de que están formadas,....

4º Sesión: historia de España. En esta sesión trabajamos las tradiciones típicas españolas. Les preguntamos a los usuarios que tradiciones conocen y si saben cuál es su origen. Dejamos que los usuarios comenten todo lo que saben acerca de las tradiciones y posteriormente, mencionamos alguna tradición que se haya quedado sin tratar y que los usuarios desconozcan.

5º Sesión: estimulación cognitiva. Preparamos una ficha con diferentes ejercicios para trabajar y mejorar la atención de los usuarios.

6º Sesión: preguntas de cultura general. Se realiza una ronda de preguntas en la que se hace una o varias preguntas a cada usuario, y si este no sabe responder, dejamos que el resto de compañeros alcen las manos, y elegimos a un compañero para que responda. Se van comentando las confusiones o errores que puedan surgir.

7º, 8º, 9º y 10º Sesión: idiomas (curso de inglés). En estas sesiones, comenzamos con los conceptos básicos de inglés: las presentaciones, los pronombres, el verbo To Be, los colores, los números, los días de la semana y los meses del año. Se alterna la teoría con ejercicios para que los usuarios practiquen todas las nociones aprendidas.

Continuamos con la siguiente sesión repasando lo visto en la sesión anterior para refrescar el vocabulario y los conocimientos adquiridos. Una vez aprendidos los meses, los días y los números, vamos a proceder en esta sesión a explicar: las fechas; los países; preguntas “Why?”, descripción de las personas y los miembros de la familia, todo este vocabulario irá combinado con ejercicios prácticos para facilitar el afianzamiento de los conocimientos por parte de los participantes.

9º Sesión, trabajamos los adjetivos posesivos (my, your, his, her, its, our, your, their), el verbo “to have (got)”; los artículos, adjetivos y pronombres demostrativos y objetos de uso común.

10º Sesión trabajamos el presente simple y adverbios de frecuencia, genitivo sajón, verbos comunes como go, drink, work....

11º Sesión: curiosidades del mundo: 100 cosas curiosas. Partimos de un artículo llamado “100 cosas curiosas” del periódico “20 min”. Y se genera un debate posterior.

12ª, 13º, 14º, 15º y 16º Sesión: ajedrez. En esta primera sesión de ajedrez, comenzamos con las nociones básicas, mostrando cómo se mueven los peones por el tablero, como se elimina una figura del contrario, .... En posteriores sesiones iremos introduciendo el resto de figuras y enseñando movimientos más complicados. En la siguiente sesión repasamos los

movimientos que se aprendieron en la sesión anterior y comenzamos a jugar una partida para ir adquiriendo destreza en este juego. Posteriormente, vamos introduciendo algunas de las figuras que quedan por conocer. Explicamos cuáles son los movimientos que realiza cada figura y comenzamos a jugar una partida. En la 13<sup>o</sup> sesión, terminamos por introducir todas las figuras que completan el tablero de ajedrez, explicamos sus movimientos y realizamos una partida. Por último, en la sesión n<sup>o</sup>14 jugamos una partida para que los usuarios practiquen todo lo aprendido en las sesiones anteriores.

17<sup>o</sup> Sesión: preguntas cultura general: Se realiza una ronda de preguntas en la que se hace una o varias preguntas a cada usuario, y si este no sabe responder, dejamos que el resto de compañeros alcen las manos, y elegimos a un compañero para que responda. Se van comentando las confusiones o errores que puedan surgir.

18<sup>o</sup> Sesión: razonamiento lógico: en esta sesión vamos a trabajar el razonamiento lógico mediante el uso de acertijos.

19<sup>o</sup> y 20<sup>o</sup> Sesión: inicio a la risoterapia.

21<sup>o</sup>, 22<sup>o</sup> y 23<sup>o</sup> Sesión: idiomas (Curso de inglés). En la sesión n<sup>o</sup>21 repasamos todos los conceptos y vocabulario que aprendimos en las sesiones de inglés anteriores. Seguidamente, explicamos las descripciones de personas con adjetivos descriptivos y sus antónimos, la hora, las preposiciones in, on y at y las acciones que se suelen hacer a lo largo de un día.

22<sup>o</sup> Sesión, repasamos lo visto anteriormente y a continuación, explicamos el verbo Like y Would like, el vocabulario sobre la ropa y los precios. Posteriormente, seguimos con el vocabulario del tiempo libre, el verbo Can/ Can't y el verbo To Want.

23<sup>o</sup> Sesión, estudiaremos cuando usamos "How much" y "How many", así mismo aprenderemos el uso de "There is" y "There are" para hablar de cantidades y conoceremos vocabulario sobre la casa (mobiliario de una casa, distribución de las habitaciones).

24º, 25º, 26º, 27º y 28º Sesión: protocolo. En estas sesiones vamos a tratar cómo usar debidamente el Tú o el Usted, cómo se deben hacer las presentaciones, cómo deben de ser los apretones de manos y cuando dar abrazos y besos en una reunión social, la puntualidad, cómo ceder el paso y el empleo de palabras malsonantes. Seguidamente, repasaremos lo que se aprendió en las sesiones anteriores, y posteriormente, se aprende cómo se pone la mesa, cómo sentarse a la mesa, cómo se sirve la mesa, el uso de servilleta y cubiertos y, por último, la conversación en la mesa. Continuaremos, con la definición de las funciones del saber estar tanto en el ámbito privado como en el público, así como en el oficial o en el no oficial. Protocolo en el trabajo, la indumentaria que se ha de vestir según el acto al que se va acudir,....

29º Sesión: preguntas cultura general: Se realiza una ronda de preguntas en la que se hace una o varias preguntas a cada usuario, y si este no sabe responder, dejamos que el resto de compañeros alcen las manos, y elegimos a un compañero para que responda. Se van comentando las confusiones o errores que puedan surgir.

30º Sesión: estimulación cognitiva: en esta sesión seguimos trabajando con los usuarios la atención en general y la atención sostenida, en esta ocasión con pasatiempos. Utilizaremos sopas de letras, laberintos, crucigramas, búsqueda de diferencias...

31º Sesión: lectura y actualidad: con esta sesión se pretende fomentar entre los usuarios la lectura y la curiosidad por estar informados y ser autodidactas. Para ello, aportamos a los usuarios periódicos y revistas y les dejamos un tiempo para que los ojeen y posteriormente, abrimos un debate en el que cada uno hable y comente con sus compañeros la noticia o artículo que le ha resultado más interesante explicando el por qué.

32º Sesión: curiosidades de España: en esta sesión hablamos con los usuarios sobre los aspectos que diferencian a España o a los españoles de otros países. En primer lugar, les decimos a los usuarios que comenten todo lo que ellos creen que nos diferencia y posteriormente, les expondremos aquellos

aspectos que los usuarios desconocen pero que los habitantes de otros países señalan como característico y diferenciador de los españoles, como por ejemplo: la siesta.

33º y 34º Sesión: idiomas (Curso de inglés): en la sesión nº33 repasamos los conceptos básicos de inglés estudiados en las sesiones anteriores y que son necesarios para seguir profundizando en el conocimiento del idioma, así mismo, se realiza un breve repaso por el vocabulario estudiado hasta ahora. Una vez realizado este repaso seguimos con el aprendizaje de los pronombres personales con función de objeto, el imperativo, pedir y dar información personal y los diferentes tipos de trabajo.

34º Sesión, repasamos lo anteriormente visto y comenzamos a estudiar el presente continuo y su uso junto con el presente simple. Así mismo, en esta ocasión vamos a aprender vocabulario relacionado con el colegio.

35º Sesión: historia de España: en esta sesión se les muestra a los usuarios fotografías de los monumentos más populares de España, ellos han de reconocerlos y exponer todo lo que sepan acerca de ellos.

36º Sesión a 56º Sesión: actividades varias: coincidiendo con el periodo estival, se decide bajar un poco el ritmo de trabajo con los usuarios para que así ellos puedan disfrutar de más tiempo libre y puedan realizar actividades en el exterior, tales como: juegos acuáticos en la piscina del centro, partidos de fútbol, partidos de ping-pong.... Las veinte sesiones que se realizan en verano están compuestas por pasatiempos (sopas de letras, búsqueda de diferencias, crucigramas, laberintos...) con la finalidad de seguir realizando con ellos estimulación cognitiva, también se emplean en estas veinte sesiones juegos de mesa sobre temática cultura y, por último, algunas de estas sesiones se han dedicado para que los usuarios practiquen y adquieran el hábito saludable de la lectura. Estas sesiones vuelven a darse en la época navideña en la también se hacen actividades más lúdicas y de menor intensidad formativa.

57º Sesión: razonamiento lógico: en esta sesión vamos a trabajar el razonamiento lógico mediante el uso de acertijos.

58º Sesión: concienciación social: abordamos en esta sesión temáticas que están a la orden del día como la inmigración, el bullying, las redes sociales,... Leemos con los usuarios diferentes noticias en las que aparezca esta temática y posteriormente, abrimos un pequeño debate en el que cada uno dará libremente su opinión.

59º Sesión: curiosidades del mundo: mediante una serie de vídeos se les muestra a los usuarios ciertas curiosidades del mundo que pueden llegar a ser relativamente desconocidas.

60º Sesión: razonamiento verbal: Se prepara una ficha con diferentes ejercicios de razonamiento verbal, con el fin de mejorar el funcionamiento cognitivo, así como de desarrollar las capacidades de razonamiento riguroso, pensamiento lógico, de abstracción, de análisis y de toma de decisiones. Se le entrega una ficha a cada usuario e individualmente realizan los ejercicios programados, para posteriormente corregirlos en grupo.

61º Sesión: visionado de documental: En esta hora, se les pone a los usuarios un documental, el más apropiado que se considere o crea oportuno el monitor, y tras su visionado se abre un debate, dándoles a los usuarios la oportunidad de expresar sus opiniones libre y educadamente sobre el tema que trata dicho documental.

62º Sesión: preguntas cultura general: Se realiza una ronda de preguntas en la que se hace una o varias preguntas a cada usuario, y si este no sabe responder, dejamos que el resto de compañeros alcen las manos, y elegimos a un compañero para que responda. Se van comentando las confusiones o errores que puedan surgir.

63º Sesión: curiosidades del mundo: mediante una serie de vídeos se les muestra a los usuarios ciertas curiosidades del mundo que pueden llegar a ser desconocidas para nosotros.

64º Sesión: razonamiento lógico: en esta sesión vamos a trabajar el razonamiento lógico mediante el visionado de unos vídeos en los que se pone en funcionamiento la agilidad mental y la agudeza visual.

## Taller de Albañilería

Realizado por Aitor Sánchez Sánchez.

### Introducción

Desde la comunidad terapéutica El Buen Camino pretendemos con este taller que el día de la reinserción laboral de los usuarios tengan más posibilidades de encontrar un trabajo. En este taller aprenden y practican unas nociones básicas sobre la construcción, sector muy importante dentro del mercado laboral nacional.

El albañil es aquella persona, que trabaja en la construcción de casas, edificios, complejos, etc, utilizando materiales con los que poder obrar.

### Materiales

- Herramientas para el desarrollo de la actividad: capazo, pico, mazo, paleta, hormigonera, nivel, plana, esponja, andamio, escuadras, pala, brochas, lija...
- Materiales de obra: cemento, ladrillos, bloques, yeso, pladur, escayola, plaquetas, gravilla, pintura, barniz...

### Objetivos

- Distinguir y conocer los materiales básicos empleados en albañilería.
- Conocer e identificar las herramientas, útiles y máquinas empleadas en este sector.
- Conocer los materiales auxiliares: áridos, cal, yeso, agua, cemento, hormigón, etc.
- Aprender la elaboración, uso y tipos de morteros y hormigones.
- Conocer los materiales tradicionales más apropiados en el empleo de divisiones interiores.

- Adquirir conocimientos y destrezas en la construcción de muros, mamposterías, pavimentos u otros elementos constructivos.
- Adquirir conocimientos y destrezas en los tipos de acabados interiores y su ejecución.
- Adquirir los conocimientos y destrezas para pintar paredes.
- Identificar las ayudas a realizar por otros compañeros del sector, como: fontaneros, electricistas, carpinteros, etc.
- Introducir y asimilar los conocimientos de prevención de riesgos, así como distinguir las medidas de seguridad individuales y colectivas.

### **Sesiones**

1º a 12º Sesión: Distinguir y conocer los materiales básicos empleados en albañilería.

En esta primera toma de contacto veremos junto a los usuarios, los diferentes materiales usados en el sector de la construcción.

<https://www.youtube.com/watch?v=sNoo-66qROs>

<https://www.youtube.com/watch?v=nduvoCLOoak>

13º a 18º Sesión: Conocer herramientas, utilización, mantenimiento y limpieza en la obra.

En estas sesiones haremos un visionado de las diferentes herramientas usadas en este campo, ya sean eléctricas y/o manuales, conocer su uso, mantenimiento y cuidado.

<https://www.youtube.com/watch?v=c4YLFsj0MVM>

[https://www.youtube.com/watch?v=0rr7Mq\\_XRTE](https://www.youtube.com/watch?v=0rr7Mq_XRTE)

<https://www.youtube.com/watch?v=05vkGyisoQQ>

19º a 23º Sesión: Elaboración de morteros y hormigones.

Aquí desarrollaremos cómo se elaboran las diferentes masas para poder llevar a cabo la elaboración de los diferentes trabajos.

Veremos sus propiedades, ventajas e inconvenientes, así como forma de aplicación y mantenimiento.

Se presentarán las formas más comunes de masas: Cemento (arena, agua y cemento), Hormigón (arena, gravilla, agua y cemento) y Yeso (yeso y agua).

<https://www.youtube.com/watch?v=eXN7Cnvo4Lw>

<https://www.youtube.com/watch?v=zNZAWKcpd98>

<https://www.youtube.com/watch?v=vMtl0x3Dbyc>

<https://www.youtube.com/watch?v=nnmjcLbA6dk>

24º a 30 Sesión: Elaboración de muros.

Estas sesiones estarán dedicadas al levantamiento de muros, tanto interiores y exteriores. Se verá también la forma de dejar el hueco para ventanas y puertas, y la forma de levantar los muros de la forma más precisa y con trucos.

<https://www.youtube.com/watch?v=-wz0IAzjla0>

<https://www.youtube.com/watch?v=Gj77OKCgLmM>

<https://www.youtube.com/watch?v=KZXWP9YCtXM>

<https://www.youtube.com/watch?v=kwpHPCH1QL4>

[https://www.youtube.com/watch?v=rQL682f\\_6fM](https://www.youtube.com/watch?v=rQL682f_6fM)

31º a 36º Sesión: Acabados en interiores.

Abordaremos el tema para que los usuarios sean capaces de enlucir una pared, tanto interior como exterior, veremos la manera de llevarlo a cabo y las formas más apropiadas de hacerlo con los materiales adecuados, herramientas, etc.

<https://www.youtube.com/watch?v=sS4DUrkAwPY>

<https://www.youtube.com/watch?v=qmFysuTJlxg>

<https://www.youtube.com/watch?v=UdLAVzvIK7o>

<https://www.youtube.com/watch?v=8LT1FvuZj4U>

37º a 40º Sesión:

Explicar cómo se pintan paredes, ya sean lisas u rugosas.

41º a 44º Sesión: Mampostería.

Debido a los diferentes trabajos realizados en el centro relacionados con este tema, implantaremos varias sesiones con esta dinámica.

Explicaremos la forma de llevarla a cabo, trucos, y formas más sencillas para ponerla en práctica, viendo las diferentes posibilidades de realizarla en muros, columnas, suelos, etc.

<https://www.youtube.com/watch?v=gxsMC6XZYQk>

<https://www.youtube.com/watch?v=s1MZ37s0w4Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=FlqqG3QGjfl>

<https://www.youtube.com/watch?v=lkpjflTXCkl>

45º a 54º Sesión: Pladur.

En estas sesiones trabajaremos con el pladur, se explicará a los usuarios apoyándonos en tutoriales las diferentes herramientas que son precisas para tratar este elemento constructivo, así como pasos a seguir, trucos, consejos y mantenimiento.

<https://www.youtube.com/watch?v=Bi24V1p4nak>

<https://www.youtube.com/watch?v=b30QE-Zyf1U>

<https://www.youtube.com/watch?v=twUK65XKVEo>

<https://www.youtube.com/watch?v=ziZdmiLKZjY>

<https://www.youtube.com/watch?v=TeOnRo9F3AA>

55º a 60º Sesión: Riesgos laborales.

Se verá con los internos en los vídeos propuestos las diferentes medidas que deben tener en cuenta a la hora de realizar algún trabajo de este sector.

Veremos las medidas de seguridad a nivel de herramientas, vestuario, posibles accidentes, manejo de maquinaria o residuos, etc.

<https://www.youtube.com/watch?v=HmbQbn37BqA>

<https://www.youtube.com/watch?v=3Sk6PqEa0ZA>

<https://www.youtube.com/watch?v=4ymvWwkMDy0>

<https://www.youtube.com/watch?v=OvThLRI0wNs>

<https://www.youtube.com/watch?v=AJJGHqUUuV4>

## **Taller de Expresión Artística**

Dirigido por la monitora Miriam Martínez Carrasco.

### **Introducción:**

La expresión artística es el medio de comunicación visual a través del cual el artista, combinando colores, texturas, formas, materiales flexibles o no, luces, sombras y líneas, plasma lo que ve, recuerda, proyecta, imagina o siente. Comprende entre las principales, la pintura, la escultura, el dibujo, la cerámica y la fotografía, y puede ser libre o ajustarse a técnicas precisas.

La expresión artística no solo es una forma de comunicación individual sino también social. El descubrimiento de pinturas, objetos de cerámica y otros materiales, esculturas... permitió a los historiadores y antropólogos descubrir los rasgos culturales característicos de las antiguas civilizaciones. Por ejemplo, en la [Prehistoria](#), las [pinturas rupestres](#), se hacían con el fin de influir mágicamente en la cacería de los animales representados; en la [Edad Media](#), la expresión plástica se orientó hacia temas religiosos; por el contrario en el [Renacimiento](#), puesto el hombre como centro de las inquietudes terrenas, fueron los temas mundanos los que recogió la expresión artística.

Los talleres de creación artística constituyen un eficaz complemento a las terapias específicas de *tratamiento de las adicciones*. Permite al sujeto expresar sentimientos y emociones; pero no desde la palabra, sino desde la creación artística.

Así, desde un enfoque no-interpretativo, el paciente, en función de su espontánea inspiración, hace sus propias creaciones y encuentra sus particulares significados. El terapeuta ayuda con su estímulo. A partir del uso de los materiales y apoyándose siempre en el conocimiento teórico de la práctica que le orienta, el terapeuta busca ayudar a desarrollar las áreas de potencial innato de cada paciente.

A los usuarios les explicamos que, para crear, no es necesaria experiencia previa ni largos aprendizajes técnicos, sino, tan sólo, tener algo que expresar. Quizás no todos guardemos dentro un artista en potencia, pero sí guardamos un creador, alguien capaz de expresarse y que, no pocas veces, es un creador oculto que necesita esa expresión para entenderse mejor.

### **Materiales:**

- Plastilina, pasta de modelar
- Folios
- Tijeras
- Pegamento
- Cola blanca
- Temperas
- Purpurina
- Papel de regalo, vegetal y artículos de decoración navideña.
- Rotuladores, lápices, ceras, pinceles
- Pistolas de silicona y barras de silicona
- Compases
- Gomas
- Goma-eva, fieltro
- Material de marquetería
- Ceras de colores
- Acuarelas
- Pintura acrílica
- Cintas para pulseras
- Hilo y agujas

- Materiales reciclados cajas de cartón, rollo de papel, botellas de plástico, tapones, envases de cristal.

### **Objetivos**

- Implementar las artes plásticas para que faciliten el desarrollo de las habilidades psicomotrices y contribuyan a la libre y creativa expresión.
- Desarrollar la creatividad mediante eventos pedagógicos apoyados en actividades manuales que contribuyan al desarrollo motor y perceptual
- Resaltar la afectividad y motricidad como elementos básicos, para el desarrollo de la creatividad plástica del modelado y pintura.

### **Sesiones**

1º Sesión: Dibujo: Técnica de la línea y técnica del punto. Para ello vamos a hacer dos dibujos iguales, pero utilizando cada técnica en cada dibujo para apreciar mejor las diferencias

2º Sesión: Dibujo: Paralelas y perpendiculares. En esta sesión vamos a trabajar dibujos con líneas paralelas, perpendiculares y circunferencias. En un folio trazaremos dos dibujos iguales, pero usando cada técnica en mitad del folio.

Con el segundo folio dibujaremos la misma imagen pero usando la técnica de circunferencias.

3º Sesión: Efectos ópticos, formas geométricas, obras tridimensionales. Imagen fija/ en movimiento. En esta sesión veremos vídeos e imágenes de efectos ópticos conseguidos por los artistas.

Una vez vista esta parte, veremos las diferencias entre una imagen fija y una imagen en movimiento.

4º Sesión: Dibujo: Teoría del color: cálidos/fríos/ neutros. Se explicarán las diferencias entre los tres tipos de colores y se les dará el mismo dibujo para

que pinten uno con colores cálidos, otro con colores fríos y el tercero con colores neutros.

5º Sesión: Dibujo: Cartel, cómic y retrato. Durante esta sesión veremos diferentes técnicas para diseñar un cartel, un cómic o un retrato y llevaremos a cabo uno de ellos.

6º Sesión: Obras artísticas más relevantes del patrimonio español, pintores españoles: En esta sesión hablaremos de las obras españolas más importantes así como de los pintores y sus distintas obras.

Técnicas y materiales pictóricos Después de comentar las distintas técnicas y materiales pictóricos utilizados desde la antigüedad, hablaremos de técnicas más modernas y haremos un dibujo utilizando acuarelas y sal.

7º Sesión: Dibujo: El paisaje. La sesión consiste en explicar técnicas para dibujar un paisaje, y una vez explicadas, se dibuja.

8º Sesión: Hoy vamos a hablar de obras españolas y de los autores españoles más relevantes, vamos a ver en qué destacan cada uno de ellos y a analizar sus obras.

Algunos de los autores destacados son: Jorge Manrique, Garcilaso de la Vega, Fray Luis de León, Lope de Vega, Luis de Góngora, Francisco de Quevedo, Pedro Calderón de la Barca, José Zorrilla, Gustavo Adolfo Bécquer

También hablaremos de autores murcianos como Pedro Jara Carrillo, Vicente Medina, Ginés Pérez de Hita, Miguel Espinosa.

9º Sesión: Manualidades: Flores con botellas de plástico.

Vídeos de referencia:

(<https://www.youtube.com/watch?v=OJZ29zIkHiM>)(<https://www.youtube.com/watch?v=ayZVFmTJVRg>)

10º y 11º Sesión: Hoy haremos dibujos con acuarelas y sal, para ello vamos a utilizar dibujos para ponerlos en nuestra cartulina a modo de plantilla, pintaremos todo lo demás y después pintaremos el espacio sobrante donde estaba la plantilla de otro color.

12º,13º,14º,15º y 16º Sesión: Durante las próximas sesiones trabajaremos con fieltro. Haremos broches y llaveros con distintos modelos.

17, 18º Sesión: Flores de cartón.

Esta sesión consiste en hacer flores con cartón de los rollos de papel del wc. Cada uno de los usuarios decidirá qué quiere decorar con estas flores, las posibles opciones son: jarrones, portafotos, decoración para espejos, flores para jarrón u otras opciones posibles.

19º Sesión: En esta sesión trabajaremos la expresión emocional; para ello haremos dos ejercicios.

El primero de ellos consiste en que se empieza a leer una historia la cual ellos deben terminar.

El segundo ejercicio consiste en inventarse una historia por parejas, siguiendo algunas pautas.

20, 21 y 22º Sesión: En estas tres sesiones realizaremos joyeros o cajas con materiales reciclados.

23, 24 y 25º Sesión: Durante las próximas sesiones haremos un organizador con material reciclado.

“MINI ORGANIZADOR Con Rollos de Papel Higiénico”

[\(http://www.manualidadesapagos.com/mini-organizado-con-rollos-de-papel-higienico-o-cocina/\)](http://www.manualidadesapagos.com/mini-organizado-con-rollos-de-papel-higienico-o-cocina/)

26-36º Sesión: La danza está considerada como una de las principales y más básicas manifestaciones del espíritu artístico y cultural de los pueblos y por ello incluiremos sesiones de baile en este taller.

Trabajaremos 10 sesiones de baile, teniendo en cuenta que a la mayoría de ellos le gusta el flamenco, las clases serán de sevillanas y rumbas.

37º Sesión: En esta sesión realizaremos un *Freeze*, el que consiste en estar todos “congelados” mientras la cámara va pasando por donde ellos están sin que se puedan mover. Haremos varios ensayos y posteriormente grabaremos.

38º Sesión: Música y dibujo: Esta sesión consiste en realizar una audición musical con su posterior interpretación práctica.

39º a 47º Sesión: Durante las próximas sesiones nos dedicaremos a ensayar y preparar materiales para llevar a cabo una obra de teatro llamada “Es mejor allá que acá”

Como en esta obra sólo aparecen 10 personajes, el resto de usuarios se deberán encargar de la cámara, preparación de material, atrezzo...

La obra completa la podemos encontrar en el siguiente enlace:

(<http://www.obrascortas.com/obra-teatro-la-familia-la-identidad-nacional-10-personajes/>)

48º Sesión: En la sesión de hoy explicaremos que son las Notas y Figuras musicales (corcheas, semicorcheas, blancas...).

También comenzaremos a hablar de la historia de los primeros instrumentos.

49º, 50º, 51º Sesión: Hoy vamos a hablar de los tipos de instrumentos y comenzaremos a llevar a cabo la composición de un tema musical con instrumentos reciclados.

(<https://es.pinterest.com/explore/instrumentos-caseros/>)

(<http://blogelartedeeducar.blogspot.com.es/2014/02/instrumentos-musicales-reciclados-para.html> )

52º Sesión: Hoy haremos una sesión más dinámica y divertida, realizando un LIPDUB (Un lipdub o lip dub es un vídeo musical realizado por un grupo de personas que sincronizan sus labios, gestos y movimientos con una canción popular o cualquier otra fuente musical).

El vídeo consiste en que, aprovechando los espacios del centro, los chicos se ponen a bailar la canción seleccionada mientras la cámara va pasando, podemos tomar de ejemplos los siguientes vídeos, los cuales veremos en una sesión con los muchachos:

- LIP DUB FACULTAD DE MEDICINA VALENCIA - EL SECRETO DE LAS TORTUGAS MALDITA NEREA ([https://www.youtube.com/watch?v=tFoEBY\\_4XPU](https://www.youtube.com/watch?v=tFoEBY_4XPU))
- LIPDUB - SEGUIREMOS (Macaco) (<https://www.youtube.com/watch?v=X-gxKarEaEw>)
- Lipdub Apandis 2012 (<https://www.youtube.com/watch?v=kF2Vhy9g8l8>)

53º Sesión: Durante esta sesión vamos a hablar de la historia del cine y analizaremos temas, tales como: inicios del cine, imagen en movimiento, cine mudo, cine sonoro, cine actual, cine como arte, cine como técnica, cine como medio de comunicación, ficha técnica de una película, títulos de crédito, géneros cinematográficos...

54º Sesión: Hoy vamos a trabajar la aromaterapia y para ello realizaremos velas aromáticas de varios tipos.

55º Sesión Esta sesión se va a dedicar a la realización de pulseras de hilo trenzadas.

56º a 60º Sesión: Las últimas cuatro sesiones del taller consisten en realizar pintura en lienzos, de modo que cada uno de los usuarios puede elegir el cuadro que desee.

## **ACTIVIDADES TERAPEUTICAS. PROTOCOLO DE INTERVENCION**

**PRIMERA FASE: Información, acogida, adaptación al centro, deshabitación y comienzo de la rehabilitación integral y multidisciplinar.**

**INTERVENCIÓN A NIVEL INDIVIDUAL**

Se inicia el abordaje terapéutico con el usuario. En las sesiones se sigue el protocolo terapéutico y además, se atenderán todas las demandas planteadas por el usuario y se llevarán a cabo todas las intervenciones que desde el puesto de vista terapéutico sean oportunas siguiendo el plan de tratamiento individualizado de cada paciente (PTI)

En las 8 sesiones que se llevan cabo en la primera fase, se abordan los siguientes puntos:

- **SESIÓN 1**: Acogida por parte del terapeuta y revisión de la información global: estado de salud, situación personal, familiar, social, laboral, ...Revisión de la FICHA DE ADMISIÓN.  
Se sigue el plan de tratamiento individualizado (PTI), diseñado antes de la primera intervención y que se va completando a lo largo del programa según se va conociendo al paciente.  
Revisión de la adaptación al centro por parte del usuario.
- **SESIÓN 2**: Ficha IC 01. CONSENTIMIENTO Y ACUERDO DE LOS SERVICIOS TERAPÉUTICOS DEL PROGRAMA DE LA COMUNIDAD TERAPÉUTICA. Firmada por el usuario.  
Entrevista con el usuario sobre su estado actual de consumo y entrevista motivacional que favorezca la adherencia al tratamiento.  
Revisión de la adaptación al centro.
- **SESIÓN 3**: Aplicación del test ASI 6.  
Revisión de su adaptación al centro.
- **SESIÓN 4, 5 y 6**: Aplicación de una batería de pruebas psicométricas a modo de pretest. Se lleva a cabo en tres sesiones individuales donde se abordan varios puntos:  
la adaptación al centro y al programa terapéutico,

la evolución y/o mantenimiento de la motivación para la rehabilitación, y antecedentes, inicio del consumo, escalada de consumo e historia de consumo.

SESIÓN 4: EPQ-A de Personalidad de Eysenck.

SESIÓN 5: Cuestionario de depresión de Beck.

SESIÓN 5: Escala de Autoestima de Rosenberg.

SESIÓN 6: Cuestionario de Habilidades Sociales.

SESIÓN 6: Escala de Asertividad de Rathus.

- **SESIÓN 7**: Genograma: se realiza un estudio de la estructura familiar.  
Test de la familia, si lo consideramos pertinente.
- **SESIÓN 8**: Valoración / Diagnóstico con la información obtenida de las intervenciones realizadas.

Comunicación al usuario de los resultados de las pruebas psicométricas, conclusiones de la primera fase llevaba a cabo por el usuario y planteamiento de la segunda fase y de los objetivos terapéuticos para dicha segunda fase.

Entrevista motivacional y de refuerzo del tratamiento.

## **INTERVENCIÓN A NIVEL GRUPAL**

**Programa MATRIX**, tratamiento intensivo del consumo de sustancias que llevamos implementando en nuestra comunidad terapéutica desde que en 2.011 los psicólogos del centro se capacitaron y obtuvieron el título de Terapeutas Matrix. Posteriormente, en el año 2017 obtuvieron el título de Supervisores Matrix.

En relación al mismo, en ha realizado una adaptación del modelo Matrix para adecuarlo a nuestro programa terapéutico.

Llevamos a cabo una sesión semanal de Matrix. En la primera fase del programa implementamos 8 sesiones. En ellas se trabaja la parte del programa que se corresponde con Habilidades de Recuperación Temprana (HRT). La relación de sesiones es la siguiente:

- **SESIÓN 1**: Detener el ciclo. Fichas:

- HRT A. Disparadores.
- HRT 1B. Disparador- Pensamiento- Deseo-Consumo.
- HRT 1C. Técnicas de parada de pensamiento.
- SCH 1. La importancia de organizarse.
- SCH 2. Agenda diaria.
- **SESIÓN 2:** Identificar disparadores externos. Fichas:
    - CAL 1. Registrar el progreso.
    - CAL 2. Calendario.
    - HRT 2A. Cuestionario de disparadores externos.
    - HRT 2B. Tabla de disparadores externos.
    - SCH 2. Agenda diaria.
  
  - **SESIÓN 3:** Identificar disparadores internos. Fichas:
    - CAL 2. Calendario.
    - HRT 3A. Cuestionario de disparadores internos.
    - HRT 2B. Tabla de disparadores internos.
    - SCH 2. Agenda diaria.
  
  - **SESIÓN 4:** La ambivalencia. Fichas:
    - CAL 1. Registrar el proceso.
    - HRT 4A. La ambivalencia.
    - HRT 4B. La lucha interna.
    - HRT 1C. Técnicas de parada de pensamiento.
  - **SESIÓN 5:** Química corporal en la recuperación. Fichas:
    - CAL 2. Calendario
    - HRT 5. Mapa de recuperación.
    - SCH 2. Agenda diaria.
  
  - **SESIÓN 6:** Desafíos comunes en la recuperación temprana.
    - CAL 2. Calendario
    - HRT 6A. Cinco desafíos comunes en la recuperación temprana.HRT 6B.
    - Excusas para consumir alcohol
    - SCH 2. Agenda diaria

- **SESIÓN 7:** Pensamientos, emociones y comportamientos. Fichas:  
CAL 2. Calendario  
HRT 7A. Pensamientos, emociones y comportamientos.  
HRT 7B. Comportamientos adictivos.  
SCH 2. Agenda diaria  
HRT 9: Consejos de los 12 pasos.
- **SESIÓN 8:** Impulsividad y recompensa inmediata. Fichas:  
CAL 1.Registrar el progreso.  
HRT 8. Impulsividad y recompensa inmediata.

**Taller de Competencia Social y Autonomía**, en las 8 sesiones que se van a llevar a cabo, se van a tratar los siguientes aspectos:

- **SESIÓN 1:** Cuidado personal y autoimagen.
- **SESIÓN 2:** Hábitos de higiene, horarios de medicación y comida, ritmo correcto de vigilia-sueño,...
- **SESIÓN 3:** Normas básicas de convivencia social.
- **SESIÓN 4:** Economía doméstica. Elaborar un presupuesto mensual.
- **SESIÓN 5:** Redes sociales y familiares.
- **SESIÓN 6:** Recursos del entorno.
- **SESIÓN 7:** Ocio y tiempo libre.
- **SESIÓN 8:** Revisión y conclusiones del módulo de competencias sociales.

Los grupos de Matrix, de Habilidades Sociales y de Relajación y Autocontrol son abiertos, es decir, los usuarios pueden empezar en el grupo en cualquier punto o momento y lo abandonan cuando hayan finalizado por completo las sesiones, normalmente coincidiendo con la finalización del programa terapéutico. De hecho, las sesiones de todas las intervenciones grupales están programadas para llevarse a cabo a lo largo de los seis meses de duración de un programa de rehabilitación estándar.

## SEGUNDA FASE: Continuación de la rehabilitación y progresiva integración familiar y social.

### **INTERVENCIÓN A NIVEL INDIVIDUAL**

En esta fase seguimos con el abordaje individual del usuario, continuando con el plan individualizado de tratamiento terapéutico, se atenderán todas las demandas planteadas por el usuario y se llevarán a cabo todas las intervenciones que desde el punto de vista terapéutico sean oportunas. Se han llevado a cabo 8 sesiones, abordando:

Tres sesiones se dedicarán al Modelo MATRIX, implementando las siguientes sesiones individuales:

- **SESIÓN 1:** Ficha IC 2A. Matrix. Factores clave de recuperación. Valoración del primer permiso.
- **SESIÓN 2:** Ficha IC 2B. Matrix. Cuadro de análisis de recaídas.
- **SESIÓN 3:** Ficha IC 3A. Matrix. Evaluación del tratamiento.
- **SESIÓN 4:** Abordar infancia. Relaciones familiares, interpersonales y resultados académicos.
- **SESIÓN 5:** Abordar adolescencia y comienzo del consumo. Valoración del segundo permiso.
- **SESIÓN 6:** Interacción con el medio: parejas, hijos, amigos, estudios, trabajo, deporte, hobbies,...
- **SESIÓN 7:** Relación de todo lo abordado en la sesión anterior con el desarrollo de la/s adicción/es.
- **SESIÓN 8:** Abordar asuntos judiciales y/o penitenciarios, si procede.  
Valoración del programa terapéutico hasta la segunda fase.  
Evaluación del proceso de rehabilitación llevado a cabo por el usuario.  
Revisión de los objetivos terapéuticos y establecimiento de los objetivos para la tercera fase del programa

### **INTERVENCIÓN A NIVEL GRUPAL**

**Programa MATRIX.** En la segunda fase del programa terapéutico implementamos 8 sesiones correspondientes con la parte de Prevención de recaídas. La relación de sesiones es la siguiente:

- **SESIÓN 1:** Alcohol y recuperación. Ficha PR 1 Alcohol.
  
- **SESIÓN 2:** El aburrimiento y la ociosidad factores importantes en la recuperación. Fichas: PR 2.El aburrimiento  
PR 6. Mantenerse ocupado.  
PR 30. Mirar hacia adelante: manejar los momentos de inactividad.
  
- **SESIÓN 3:** Motivación para recuperarse y evitar recaídas. Fichas:  
PR 3ª. Evitar la deriva hacia la recaída.  
PR 3B. Cuadro de amarres para la recuperación.  
PR 7. Motivación para recuperarse
  
- **SESIÓN 4:** Trabajo y recuperación. Ficha PR 4. Trabajo y recuperación.
  
- **SESIÓN 5:** Culpabilidad y vergüenza. Ficha PR 5. Culpa y vergüenza.
  
- **SESIÓN 6:** La honestidad abre paso a la confianza. Fichas:  
PR 8. Honestidad.  
PR 12. Confianza.
  
- **SESIÓN 7:** Prevenir recaídas y mantenerse abstinentes. Fichas:  
PR11. Anticipar y prevenir la recaída.  
PR 9. Abstinencia total.
  
- **SESIÓN 8:** Sexo y recuperación. Ficha PR 10. Sexo y recuperación.

**Taller de Habilidades Sociales:** enseñanza y desarrollo de las principales habilidades sociales:

- **SESIÓN 1:** Técnicas de Comunicación.
- **SESIÓN 2:** Resolución de problemas. Toma de decisiones.
- **SESIÓN 3:** Autoestima. Conocimiento y control de sí mismo.

- **SESIÓN 4:** Conocimiento y control de las emociones. Ira.
- **SESIÓN 5:** Revisión y conclusiones del módulo de Habilidades Sociales.

**Taller de Relajación y Autocontrol:** se explican y practican técnicas:

- **SESIÓN 6:** Respiración.
- **SESIÓN 7:** Técnicas de Relajación progresiva.
- **SESIÓN 8:** Técnicas de Control del Pensamiento.

Los grupos de Matrix, de Habilidades Sociales y de Relajación y Autocontrol son abiertos, es decir, los usuarios pueden empezar en el grupo en cualquier punto o momento y lo abandonan cuando hayan finalizado por completo las sesiones, normalmente coincidiendo con la finalización del programa terapéutico. De hecho, las sesiones de todas las intervenciones grupales están programadas para llevarse a cabo en seis meses.

**TERCERA FASE: Continuación de la rehabilitación y la reinserción social y reinserción laboral, en su caso.**

### **INTERVENCIÓN A NIVEL INDIVIDUAL**

En esta fase continuamos con el abordaje individual del usuario, continuando con el plan individualizado de tratamiento terapéutico, pero ya orientándonos básicamente en la reinserción a todos los niveles de la persona. Reinserción familiar, social, laboral, ...Por supuesto, en esta última fase se atenderán todas las demandas planteadas por el usuario y se llevarán a cabo todas las intervenciones que desde el punto de vista terapéutico sean oportunas, siguiendo el plan de tratamiento individualizado de cada usuario. Se han llevado a cabo ocho sesiones.

El programa se ha desdoblado a partir de la segunda sesión en función del itinerario de reinserción pertinente para el usuario en función de su situación laboral, ya sea población activa / desempleados o población pasiva (pensionistas / jubilados).

- **SESIÓN 1:** Ficha IC 3B. Matrix. Plan de continuidad del tratamiento de la comunidad terapéutica. Esta sesión se plantea para comprobar cuáles son los objetivos e intenciones que cada usuario ha estructurado a la altura del proceso de recuperación en la que está.

Valoración del permiso de cinco días

- **SESIÓN 2 A:** Análisis de recursos personales y profesionales.
- **SESIÓN 3 A:** Elaboración de un Currículum Vitae.
- **SESIÓN 4 A:** Técnicas de búsqueda de empleo.
- **SESIÓN 2 B:** Análisis de recursos personales y apoyos del entorno.
- **SESIÓN 3 B:** Manejo del ocio y tiempo libre.
- **SESIÓN 4 B:** Recursos ocupacionales del entorno.
- **SESIÓN 5, 6 y 7:** Aplicación de una batería de pruebas psicométricas a modo de postest. Se lleva a cabo en tres sesiones individuales donde se realizan:
  - SESIÓN 4: EPQ-A de Personalidad de Eysenck.
  - SESIÓN 5: Cuestionario de depresión de Beck.
  - SESIÓN 5: Escala de Autoestima de Rosenberg.
  - SESIÓN 6: Cuestionario de Habilidades Sociales.
  - SESIÓN 6: Escala de Asertividad de Rathus
- **SESIÓN 8:** Valoración del tratamiento, pautas de seguimiento y recomendaciones al finalizar el programa terapéutico y abandonar el centro.  
Comunicación de los resultados de las pruebas psicométricas (si procede), contrastando la posible evolución que reflejan los resultados.

En esta última fase se ha comprobado la evolución del usuario en su integración familiar y social y se inicia la reinserción laboral, si es pertinente.

## **INTERVENCIÓN A NIVEL GRUPAL**

**Programa MATRIX.** En la tercera fase del programa implementamos ocho sesiones. Se continúan implementando sesiones que se corresponden con el módulo de Prevención de recaídas, que ya iniciamos en la fase anterior y que es muy extenso. La relación de sesiones es la siguiente:

- **SESIÓN 1:** Inteligencia y aceptación. Fichas:
  - PR 13. Inteligencia versus fuerza de voluntad.
  - PR 24. Aceptación.
  
- **SESIÓN 2:** Gestionar mi vida y mi dinero. Ficha:
  - PR 15. Gestionar mi vida y mi dinero.
  
- **SESIÓN 3:** La enfermedad y otras justificaciones de la recaída. Fichas:
  - PR 16. Justificación de la recaída (I)
  - PR 21. Justificación de la recaída (II)
  - PR 19. Enfermedad.
  
- **SESIÓN 4:** Reconocer y reducir el estrés. Fichas:
  - PR 20. Reconocer el estrés.
  - PR 22. Reducir el estrés.
  
- **SESIÓN 5:** Hacer nuevos amigos y reparar relaciones anteriores.  
Fichas:
  - PR 25. Hacer nuevos amigos.
  - PR 26. Reparar relaciones.
  
- **SESIÓN 6:** Conductas compulsivas. Ficha:
  - PR 28. Conductas compulsivas.
  
- **SESIÓN 7:** Enfrentarse a los sentimientos y a la depresión. Ficha:
  - PR 29. Enfrentarse a los sentimientos y a la depresión.
  
- **SESIÓN 8:** El día a día en la recuperación, desestabilizadores como los problemas o soñar con las drogas. Fichas:

PR 31. Día a día.

PR 32. Soñar con las drogas durante la recuperación.

**Taller de reinserción laboral:** destinado a todos los usuarios con independencia de su situación, ya sea la de tener la posibilidad de llevar a cabo una reinserción laboral o no.

- **SESIÓN 1:** Definición de itinerario laboral.
- **SESION 2:** Estudiar y concretar nuestras posibilidades laborales según nuestra capacitación: formación y experiencia.
- **SESIÓN 3:** Evaluación de las ofertas de trabajo. Cómo saber si se corresponden con nuestro perfil laboral.
- **SESIÓN 4:** Realización de CV específicos para cada oferta de trabajo.
- **SESIÓN 5:** Preparación de la entrevista de trabajo.
- **SESIÓN 6:** Cómo controlar la ansiedad ante la entrevista de trabajo y en los primeros días de desempeño laboral.
- **SESIÓN 7:** Alternativas a realizar durante el tiempo de la búsqueda de empleo.
- **SESIÓN 8:** Importancia de la actitud a mantener durante la búsqueda de empleo.

### **ACTIVIDADES FORMATIVAS**

Durante el primer semestre del ejercicio 2018 se han llevado cabo las siguientes actividades formativas:

- **Escuela de Adultos:** impartida en las instalaciones de nuestro centro por un maestro derivado por la escuela de Adultos Alto Guadalentín, en virtud de un convenio de colaboración con esta entidad.  
Dos alumnos se han presentado a la prueba libre para la obtención del Título de Graduado en E.S.O.
- **Cursos Formativos online:** Durante el segundo semestre hemos aprovechado la adquisición de conocimientos adquiridos en el Taller de Informática, para la realización por parte de los usuarios de diversos cursos homologados a distancia tanto generales como específicos. Para ello hemos utilizado plataformas digitales del Servicio de Empleo y Formación y de diferentes Ayuntamientos.
- **Obtención del carnet de Manipulador de Alimentos:** obtenido a través de un curso impartido por personal de la Concejalía de Sanidad del ayuntamiento de Lorca.
- **Recuperación del carnet de conducir:** hay un usuario que ha estudiado educación vial y ha asistido a las clases en una autoescuela para hacer el examen y recuperar su carnet de conducir.
- **Iniciación a una lengua extranjera:** inglés e italiano. Clases impartidas por monitores del centro.

## **ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

Se han llevado a cabo diversas actividades deportivas organizadas y dirigidas por un monitor responsable:

- Marchas de senderismo por caminos rurales.
- Partidos de baloncesto.
- Partidos de fútbol sala y fútbol 7.
- Partidos de ping-pong.
- Actividades dirigidas en la piscina del centro: voleibol, aquagym, juegos acuáticos, ...
- Ejercicios de musculación dirigidos por el monitor.
- Ejercicios de estiramiento también dirigidas por un monitor.

## **ACTIVIDADES LÚDICAS Y CULTURALES**

Se han llevado a cabo diversas salidas con carácter de ocio y cultural tales como:

- Visita a diferentes Belenes destacados en el centro de la ciudad.
- Visitas a museos de la ciudad (Museo Arqueológico, Museo de Artesanía,...)
- Visitas culturales- recreativas a la ciudad de Lorca y a las poblaciones cercanas, tales como Aledo, con el fin de conocer el casco antiguo y zonas emblemáticas.
- Visitas a entornos naturales tales como el Estrecho de la Arboleda en Aledo.
- Visita a las instalaciones de Ángel Linares. Distribuidora de Alimentación. Con el fin de conocer una de las empresas con mayor proyección de la zona. Su origen, evolución, estrategias de mercado, ... Sirviendo además esta iniciativa como un posible yacimiento futuro de empleo.

## CUADRO ACTIVIDADES

	TALLERES OCUPACIONALES						INTERVENCIONES TERAPEUTICAS				ACTIVIDADES FORMATIVAS			ACTIVIDADES DEPORTIVAS					
	AGRIC. ECOLOGICA	MANT. Y JARDIN	INFORMATICA	CULTURAL	ALBAÑIL	EXP. ART.	GRUPAL			INDIVIDUAL	ESCUELA ADULTOS	ITALIANO	INGLES	SENDERISMO	BALONCESTO	PING PONG	FUTBOL	PISCINA	
							MATRIX	HH.SS.	AUTONO.										REINS LAB
PERIODICIDAD SEMANAL	5	5	2	4	2	3	1	0-1	0-1	0-1	1	2	0-1	0-1	5	0-1	1	0-1	1*
DURACION SESIONES (min)	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	50-55	55	55	55	55	55	55	55	55
GRADO ACEPTACIÓN (1-5)	5	4	5	4	2	4	5	5	4	5	4-5	4	3	3	5	3	4	4	5
GRADO EVOLUCIÓN (1-5)	4	4	5	4	1	4	4-5	5	4	4	4-5	2	1	1	4	4	4	4	5

\* En mayo, junio, julio, agosto y septiembre.

## HORARIO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
07:45	LEVANTARSE/ASEO	LEVANTARSE/ASEO	LEVANTARSE/ASEO	LEVANTARSE/ASEO	LEVANTARSE/ASEO		
08:00	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO		
08:15	ORDEN HABITACION	ORDEN HABITACION	ORDEN HABITACION	ORDEN HABITACION	ORDEN HABITACION		
08:30	MEDICACIÓN Y REPARTO TABACO	MEDICACIÓN Y REPARTO TABACO	MEDICACIÓN Y REPARTO TABACO	MEDICACIÓN Y REPARTO TABACO	MEDICACIÓN Y REPARTO TABACO		
08:45	REUNION: DISTRIBUCIÓN DE TAREAS Y ORDEN DEL DÍA	REUNION: DISTRIBUCIÓN DE TAREAS Y ORDEN DEL DÍA	REUNION: DISTRIBUCIÓN DE TAREAS Y ORDEN DEL DÍA	REUNION: DISTRIBUCIÓN DE TAREAS Y ORDEN DEL DÍA	REUNION: DISTRIBUCIÓN DE TAREAS Y ORDEN DEL DÍA	LEVANTARSE/ASEO ORDEN HABITACION	LEVANTARSE/ASEO ORDEN HABITACION
09:00	SENDERISMO	SENDERISMO	SENDERISMO	SENDERISMO	SENDERISMO	MANTENIMIENTO	MANTENIMIENTO
10:30	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ACT. LÚDICA	TIEMPO LIBRE
11:00	TALLER DE MANTENIMIENTO, JARDINERÍA Y HUERTO ECOLÓGICO	TALLER DE MANTENIMIENTO, JARDINERÍA Y HUERTO ECOLÓGICO	TALLER DE MANTENIMIENTO, JARDINERÍA Y HUERTO ECOLÓGICO	TALLER DE MANTENIMIENTO, JARDINERÍA Y HUERTO ECOLÓGICO	TALLER DE MANTENIMIENTO, JARDINERÍA Y HUERTO ECOLÓGICO	TIEMPO LIBRE	
12:00	TALLER CULTURAL *	TALLER EXP. ART.	MATRIX (HRT) / MATRIX (PR)	TALLER EXP. ART.	TALLER CULTURAL		
13:00	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
13:30	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA

14:00	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE (SIESTA O DESCANSO)	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE (SIESTA O DESCANSO)	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE (SIESTA O DESCANSO)	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE (SIESTA O DESCANSO)	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE (SIESTA O DESCANSO)	MEDICACIÓN SIESTA O DESCANSO	MEDICACIÓN SIESTA O DESCANSO
16:30	MERIENDA	MERIENDA	MERIENDA	MERIENDA	MERIENDA	MERIENDA	MERIENDA
17:00	ESCUELA G.1/ TALLER INFORMATICA G.2	TALLER ALBAÑILERÍA G.1/ TALLER CULTURAL G.2	ESCUELA G.1/ TALLER INFORMATICA G.2	TALLER CULTURAL	TALLER EXP. ART.	ACT. LÚDICA	TIEMPO LIBRE
18:00	ESCUELA G.2/ TALLER DEPORTE G.1	TALLER ALBAÑILERÍA G.2/ TALLER CULTURAL G.1	ESCUELA G.2/ TALLER INFORMATICA G.1	TALLER ALBAÑILERÍA	DEPORTE	TIEMPO LIBRE	
19:00	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
20:30	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
21:00	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE	MEDICACIÓN TIEMPO LIBRE
23:30	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO	DORMITORIOS SILENCIO

\*Cuando no se especifica nada, significa que entra todo el grupo de usuarios a la actividad.

## EVALUACIÓN ANUAL Y MEDIDAS CORRECTORAS. PLAN DE MEJORA

El balance que hacemos en este primer semestre es positivo. Cada vez vamos mejorando la calidad asistencial y eso repercute en la calidad de los programas terapéuticos y en la satisfacción de los usuarios y los profesionales.

### Avances

Destacar que se mantiene la tónica en la que según avanzan los usuarios a lo largo del programa se reduce significativamente, el abandono del mismo, tal y como sucedía durante el primer semestre. Nos hemos esforzado mucho en desarrollar un vínculo fuerte paciente- equipo terapéutico, una importante adherencia al tratamiento y una motivación global y resistente que impida que los usuarios se dejen los programas sin terminar. Hemos conseguido mantener a lo largo de todo el año la dinámica de cuando los usuarios están en la tercera fase, que se corresponde con los dos últimos meses del programa, no se haya producido ningún abandono. Cuando llegan a esta fase del programa tiene muy claro y muy interiorizado lo que están llevando a cabo y por qué y ya no hay espacio ni tiempo para las dudas.

Basándonos en nuestra experiencia y reciclaje formativo cada día realizamos un mejor abordaje multidisciplinar de los usuarios.

Se lleva a cabo un incremento en el número y tipo de las actividades ofertadas, analizando las que muestran mejores resultados y las que no aportan los objetivos esperados, siempre intentando adaptarnos en la medida de lo posible a las necesidades cambiantes de los usuarios.

Nos esforzamos mucho en mejorar la coordinación con los centros públicos derivadores para ello, nos hemos comprometido a dar toda la información oportuna y satisfacer todos los requisitos que cada recurso derivador tiene establecidos.

-Se ha establecido un sistema de comunicación eficaz entre todos los profesionales que conformamos el equipo técnico y el equipo educativo del centro. El fin es coordinarnos y estar informados que haga operativa la comunicación

- Continuamente intentamos mejorar las relaciones con los recursos públicos y privados con los que colaboramos con el fin de aumentar las alternativas de nuestros usuarios.

-Actualmente, nos estamos formando con el fin de poder hacer frente a las nuevas necesidades que demanda la población con problemas de adicciones. La O.M.S. ha incorporado a la definición de adicción un nuevo tipo de adicciones. Tenemos que ser capaces de atender estas nuevas problemáticas que están empezando a aparecer y que van en considerable aumento.

La evolución de los internos atendidos en la comunidad, ha sido en términos globales satisfactoria, siendo, en general, el comportamiento y actitud registrados durante la realización del programa muy adecuada en la práctica totalidad de los casos atendidos.

En general, por tanto, a raíz de estos resultados observados a lo largo de estos seis primeros meses de 2018 consideramos adecuada la elección y modo de ejecución de las diferentes actividades llevadas a cabo por el equipo de profesionales implicados.

### **Deficiencias**

Aunque llevamos años buscando la excelencia en nuestro recurso, sobre todo, desde que tenemos plazas concertadas con el Servicio Murciano de Salud, la realidad es que necesitamos hacer evaluaciones reales de nuestra labor y de momento, aún presentamos aspectos que mejorar, cambiar o que tendremos que asumir, dada la población tan peculiar con la que trabajamos.

En referencia a la escasez de derivaciones por parte de otros C.A.D., de la Región observada en el balance del primer semestre, de la Región se ha solventado el problema realizando reuniones con estos y dando a conocer y en su caso actualizando la información sobre nuestro centro o programa. En algunos casos se ha constatado el desconocimiento de nuestro centro por parte de algunos servicios. En el gráfico (Fig. 1) se demuestra la efectividad de dichas medidas al haberse incrementado muy significativamente, hasta el doble, el número de centros derivadores.

Otra deficiencia es que volvemos a insistir, como en evaluaciones anteriores, en que la duración de los programas no se puede establecer previamente a la evolución del paciente y determinar que lo máximo son seis meses de programa porque el tiempo de duración de una rehabilitación debería venir determinado por el P.T.I. que en cada caso es diferente dadas las circunstancias y eventualidades de cada usuario.

Seguimos manifestando la escasez y precariedad de recursos asistenciales y de seguimiento y/o continuidad tras la alta terapéutica de nuestra Comunidad. Los pacientes una vez que reciben el alta terapéutica, han superado la fase aguda de la enfermedad pero necesitan más apoyo asistencial a nivel de postratamiento para mantener una abstinencia estable y a largo plazo.

Especialmente en la actualidad, donde el mercado laboral está en una época de recesión con altos índices de paro. Muchos usuarios pese a desarrollar su itinerario de reinserción laboral no llegan a conseguir un puesto de trabajo que desempeñar a terminar el programa. Se deberían articular otro tipo de recursos que les dieran cobertura en espacio y en el tiempo y que pudieran llevar la espera hasta llegar a trabajar de manera más estructurada y ocupada.

La siguiente cuestión también la hemos expuesto en la evaluación tras los primeros seis meses de ejercicio y continúa siendo la excesiva medicalización de algunos usuarios en el momento de su ingreso. Posteriormente, con la

asistencia psicológica y multidisciplinar que reciben en nuestro recurso pueden disminuir el uso de medicamentos y aliviar sus síntomas a través de otras vías, no reduciéndose únicamente a la vía biomédica.

-Constatamos, una baja motivación además de en las actividades descritas en la memoria del primer semestre, a saber, las charlas formativas porque era difícil exponer un tema que les interesara a todos los usuarios y la iniciación a la música porque es una disciplina compleja, el Taller de Albañilería, por el bajo nivel de motivación que ha suscitado durante el segundo semestre, debido a que no se percibe actualmente como una salida laboral con probabilidades de éxito y continuidad por parte de los usuarios. Por ello, será sustituida en el próximo ejercicio por una intensificación en otros talleres y actividades tales como las Actividades Deportivas y el Taller de Agricultura Ecológica, ambas con mayor nivel de aceptación.

-Consideramos que no somos capaces de controlar de forma efectiva el consumo de alcohol y otros medicamentos. Hay usuarios que no consumen su droga principal, pero buscan el efecto de las sustancias tóxicas con otras ingestas, como el alcohol y el consumo de medicamentos que compran fuera del centro. Reconocemos que no tenemos un sistema de detección eficaz de estos consumos. A diferencia de lo que ocurre con la cocaína, heroína y cannabis para los que existen reactivos de orina que son muy fiables. No obstante, hemos considerado adquirir un espirómetro para la detección del alcohol en la medida que sea posible.

También se pretende crear un programa de incentivos para la reducción y/o eliminación del consumo de tabaco en los usuarios que realizan el programa.

-en relación a las estrategias para reducir el impacto negativo del internamiento en régimen residencial de los usuarios. Nos hemos planteado, en el próximo proyecto, una reestructuración de los permisos que llevan a cabo durante el desarrollo del programa que les permitan además de un acercamiento social y familiar progresivo, mayores posibilidades de articular y llevar a cabo actividades y trámites para su inserción laboral.

Conforme avanza el programa percibimos cómo la estancia en el centro se hace aunque más estable, más monótona para algunos usuarios. Hemos diseñado soluciones que permitan que el usuario siga con el mismo nivel de motivación y se alivie de alguna manera el síndrome de institucionalización.

### **Plan de gestión y mejora**

Además, de las medidas propuestas en el apartado anterior para la subsanación de las deficiencias observadas, continuamos trabajando en otros aspectos que consideramos relevantes tales como:

Perfilar una plantilla de profesionales que sea suficiente y eficaz. Para ello, estamos estudiando cuales son los perfiles más idóneos para definir una plantilla multidisciplinar que pueda dar respuesta a todas las necesidades de los usuarios.

Dar mayor agilidad en la tramitación de los ingresos en los usuarios, para buscar la mejor coordinación con el centro derivador y con las personas que tutelan al usuario, para conseguir la mayor eficacia y celeridad en el proceso de admisión.

Abrir nuevas vías de financiación, que sean compatibles con el convenio de plazas del Servicio Murciano de Salud, para tener una mayor capacidad económica a la hora de dotar el conjunto de actividades establecidas en el programa terapéutico.

Con el plan de mejora que tenemos en marcha se pretende no solo incrementar el nivel calidad del programa establecido en nuestra comunidad, sino, además dotar al mismo de herramientas que faciliten su evaluación, operativizando en la mayor medida posible los objetivos propuestos en cada ámbito, estableciendo indicadores cuantitativos que permitan medir de modo objetivo el grado de consecución de estos objetivos.

A través de estos indicadores, que ofrecen datos cuantificables para evaluar el nivel de rendimiento de las diferentes actividades, como cuestionarios de valoración a los diferentes agentes intervinientes, referidos a la consecución de estos objetivos, esperamos conseguir un mecanismo de evaluación que nos permita conocer la eficiencia del programa que realizamos permitiéndonos a través del nivel obtenido en los parámetros establecidos, reconociendo de este modo las partes de la estructura que funcionan adecuadamente y por otro, poder aplicar medidas correctoras en los casos que se observe algún déficit en alguna de las partes de la estructura del programa.

## **CONCLUSIONES**

Queremos hacer constar en primer lugar nuestro deseo de mejora continua en el servicio especializado y multidisciplinar que ofrecemos.

La intención es dotar nuestro recurso de todo lo necesario para que pueda cumplir con unos estándares cada vez más exigentes.

Queremos que el centro junto con sus profesionales vaya optimizándose continuamente y que consiga cada vez, más logros con el menor número posible de deficiencias. Para ello y por ello, trabajamos en nuestra comunidad los trescientos sesenta y cinco días del año.

El balance que podemos hacer en este ejercicio 2018 es de una significativa mejora en la calidad asistencial y una mejor evolución de los internos que acceden a nuestro recurso.

La mejoría de los usuarios atendidos en la comunidad ha sido evidente. La gran mayoría, ha dado una respuesta que podemos valorar como satisfactoria, siendo su abstinencia conseguida y mantenida durante el programa y a la finalización del mismo.

Un aspecto que nos parece muy importante destacar es que a lo largo de todo el año, los usuarios cuando se ha encontrado en una fase avanzada del programa terapéutico, concretamente la tercera fase, no se han producido abandonos voluntarios a lo largo de todo el primer semestre.

Pasados los seis primeros meses del año consideramos adecuada la elección y modo de ejecución de la variedad de actividades llevadas a cabo por los diferentes profesionales implicados en el equipo multidisciplinar.

Desde el Equipo Terapéutico hemos intentado llevar a cabo nuestra labor con la mayor preparación y motivación, aspectos esenciales para prestar ayuda a esta población tan necesitada de una atención integral y especializada.



Francisco Martínez Valero,  
Presidente de la Comunidad Terapéutica