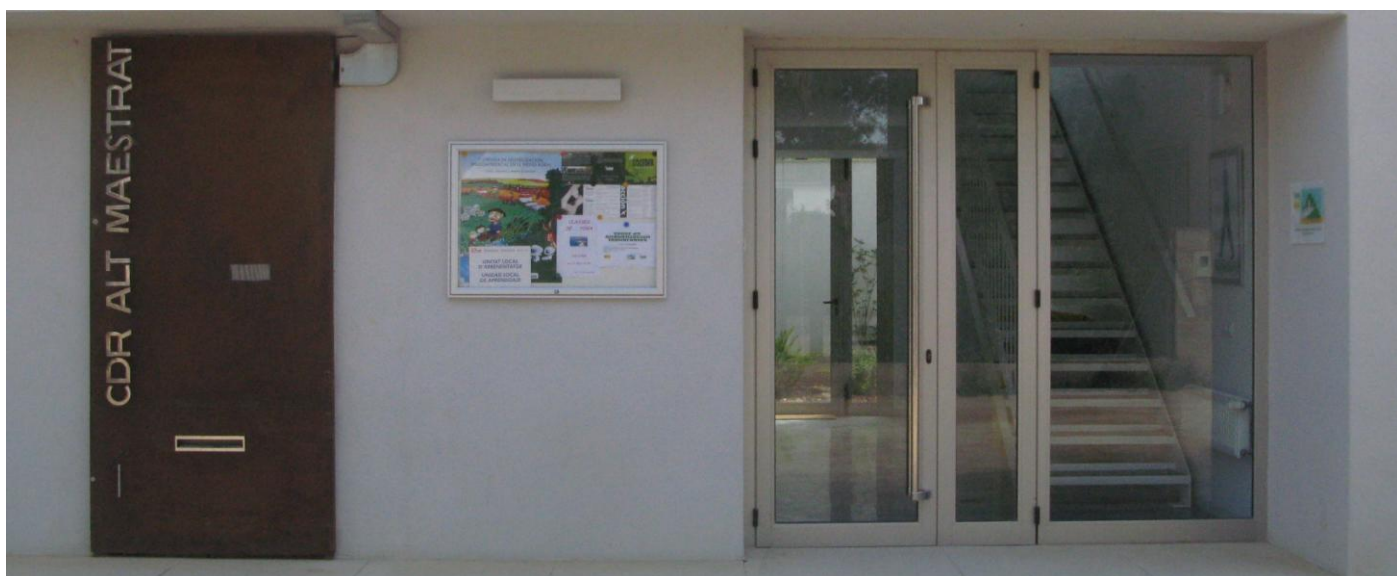


MEMÒRIA D'ACTIVITATS

2019



PROGRAMES I ACTIVITATS DESENVOLUPADES A TRAVÉS DE SUBVENCIÓ DE LA CONSELLERIA D'IGUALTAT I POLÍTIQUES INCLUSIVES (0'7% DE L'IRPF 2018)

- **Servei de Mediació en Conflictes:** La falta d'aquest servei als Serveis Socials de base de la nostra zona d'actuació majoritària, marca la necessitat del mateix. Són moltes les persones que es veuen immerses en situacions conflictives de les que no saben com sortir, sobretot dones víctimes de violència de gènere i els seus fills i filles. Des del CDR Alt Maestrat hem atès a les persones que ho han sol·licitat, en sessions tant individuals com grupals de manera gratuïta.

- **Servei per a la detecció i assessorament per a la inclusió social:** Totes les persones o unitats familiars que es troben en risc d'exclusió social a la nostra zona d'actuació, han pogut acudir a aquest servei per tal d'avaluar i detectar les seues necessitats específiques d'atenció per a la inclusió social. Com s'ha comentat anteriorment, els Serveis Socials de la zona es troben saturats en aquests moments i ens deriven, als nostres centres, a moltes famílies en situació de necessitat. El personal de l'entitat realitza la primera entrevista a les persones interessades i els deriva al/als recurs/sos més adient/s segons les necessitats detectades.

- **Edició de fullets informatius sobre recursos socials:** Moltes de les persones que acudeixen als nostres centres desconeixen els recursos socials dels que poden gaudir a la nostra zona i és per aquest motiu que editem fullets explicatius amb aquesta informació. Aquests fullets s'oferten en el servei de detecció i assessorament a les famílies en risc d'exclusió social. La persona encarregada de la recerca d'informació i l'edició dels fullets ha estat la responsable de comunicació i l'orientadora laboral del centre.

- **Accions d'acompanyament per a la inclusió:** Mitjançant l'orientadora laboral s'han dut a terme itineraris individualitzats per a aquelles persones que han requerit suport en la recerca activa d'ocupació. D'aquesta manera, la persona ha estat acompanyada en el procés d'adquisició de competències, de recerca d'ocupació i d'integració sociolaboral a la zona. Els Serveis Socials de base ens han derivat a persones receptores de la Renda Garantida de Ciutadania per tal de justificar accions d'acompanyament.

- **Servei d'Assistència Psicològica:** Aquest servei dona resposta a la manca de SEAFI (Servei Especialitzat d'Atenció a la Família i la Infància) en la zona de l'Alt Maestrat. Són moltes les persones i famílies que precisen d'aquest servei i, en l'actualitat, han de desplaçar-se fins a Castelló (60km) per poder ser atesos, amb uns preus que ronden els 60 € per sessió de teràpia. Des del servei de psicologia de l'entitat hem atès de manera gratuïta a aquelles persones i famílies en risc d'exclusió social que necessitaven acompanyament emocional o tractament psicològic a la nostra zona d'actuació.

- **Servei de Rehabilitació física per a diversitat funcional, majors i dependents:** El Centre Especial de Malalts Mentals d'Albocàsser (de la Generalitat Valenciana) no disposa d'una sala adequada de rehabilitació, i el Centre de Salut de Les Coves de Vinromà (que disposa de servei de rehabilitació i s'encarrega de donar servei a la nostra zona) es troba saturat de peticions. És

per això que comptem amb un fisioterapeuta en plantilla per a dur a terme el servei de rehabilitació amb persones amb diversitat funcional (la majoria joves tutelats de la Generalitat) i persones majors i/o dependents de la zona. Al CDR comptem amb un gran sala gimnàs dotada de tot el material i aparells necessaris per a l'atenció fisioterapèutica dels nostres usuaris. Aquest servei suposa una ajuda a la conciliació familiar i laboral de les famílies de la zona, facilitant l'atenció als seus familiars dependents.

- **Taller d'estimulació cognitiva per a majors:** Cada vegada són més els casos de demència a la zona i moltes persones majors en risc d'exclusió no es poden permetre desplaçar-se a la capital per tal de rebre l'atenció que precisen. És per això que els professionals del nostre servei de psicologia es desplacen a alguns municipis, com ara Vilanova d'Alcolea i Benlloc, amb l'aula TIC mòbil per tal de treballar les funcions cognitives de les persones majors mitjançant l'ordinador, incidint així en la prevenció del deteriorament cognitiu d'aquestes persones majors. Aquest servei suposa una ajuda a la conciliació familiar i laboral de les famílies de la zona, facilitant l'atenció als seus familiars majors dependents.

- **Programa Gradior per a població amb diversitat funcional i demència:** Amb aquest programa de rehabilitació neuropsicològica, la psicòloga del centre dona una atenció individual a aquelles persones que requereixen d'un tractament més especialitzat per les seues condicions de dependència i salut mental. Es tracta d'un programa innovador, ja que a la nostra zona d'actuació no existeix un altre centre que ofereixi un servei especialitzat de rehabilitació neuropsicològica, a més a més de ser gratuït.

- **Accions de suport a l'educació formal:** El servei de compensació socioeducativa i acompanyament escolar està dirigit a menors en edat escolar que requereixen d'un reforç acadèmic i un suport a nivell social. Són molts els menors de famílies en risc d'exclusió social que precisen de reforç escolar i no disposen de recursos econòmics per poder portar als seus fills a un servei particular. Al CDR comptem amb una educadora social que, en coordinació amb les orientadores i tutors dels centres educatius de la zona, ha dut a terme aquest servei. Aquells menors que han requerit una atenció a nivell afectiu i emocional més personalitzada, són derivats gratuïtament al servei de psicoteràpia de l'entitat sota consentiment dels pares. Així també, es duu a terme el servei d'escoleta matineria al CEIP Joan de Brusca d'Albocàsser, gràcies al qual les mares i pares dels menors en edat escolar han pogut deixar a les seues filles i fills de 7.30 a 9h atesos per l'educadora social del centre, afavorint d'aquesta manera la conciliació familiar i laboral.

- **Accions formatives per a adults:** Les opcions de formació per a adults de la nostra zona són escasses i es donen als municipis amb major volum de població. Moltes persones en risc d'exclusió social no poden permetre's desplaçar-se per tal de formar-se, ja que no disposen de cotxe o de diners per al pagament de combustible. Des del CDR hem realitzat accions formatives per a adults que tenen com a objectiu adquirir competències laborals que incrementen les opcions de inserció laboral a la zona, així com la socialització de les persones en risc d'exclusió, aconseguint que surtin de casa i es relacionen els uns amb els altres. Després d'un anàlisi sobre necessitats, realitzat entre els usuaris del centre, hem seguit amb els tallers de costura, el curs bàsic d'atenció a persones dependents i el curs d'alfabetització per a persones immigrants.

- **Aula TIC:** Són moltes les famílies en risc d'exclusió social de la zona que no disposen d'ordinador a casa i/o d'accés a Internet. En l'actualitat, per tal de garantir la inclusió social, hem de fer un esforç per tal d'evitar l'anomenada bretxa digital. Al nostre centre, comptem amb un aula d'informàtica d'accés lliure i gratuït amb dotze ordinadors connectats a Internet, pantalla i canó de projecció que roman oberta de dilluns a divendres en horari de matí i vesprada. Una monitora es fa càrrec tant de l'aula d'accés lliure com dels tallers TIC que es desenvolupen amb població en risc d'exclusió social (sobretot joves, dones i persones amb diversitat funcional). Així també, aquesta aula és utilitzada per els usuaris dels itineraris individualitzats de recerca d'ocupació amb l'ajuda del tècnic encarregat del seu seguiment.

- **Programa de formació i sensibilització en voluntariat de la comarca de l'Alt Maestrat.** Activitats realitzades: Acollida de noves persones voluntàries, registre de les persones, recollida de documentació especialment certificat de delictes sexuals, donada d'alta en l'assegurança etc. Lliurament de diplomes voluntariat. Reunions i encontres de forma periòdica per al seguiment i coordinació de l'acció directa del voluntariat entre persones responsables del programa i les persones voluntàries. Xerrades de sensibilització i captació de persones voluntàries als centres educatius de la comarca de l'Alt Maestrat.

El CDR Alt Maestrat pertany al Banc d'aliments de la FEAD: Sóm Organització Associada de Repartiment de la Creu Roja i, trimestralment, rebem aliments no peribles per tal de repartir-los entre les persones desfavorides de la zona. També distribuïm:

-Ajudes urgents de productes alimentaris frescs, ja que són moltes les famílies, sobretot aquelles amb fills, que tenen moltes dificultats per poder portar una alimentació saludable a casa i és per això que, com a complement del repartiment de la FEAD, donem aquesta ajuda als usuaris del banc d'aliments que la requereixen (també pot vindre requerida per els Serveis Socials de zona).

-Ajudes urgents per a la cobertura de la salut. Facilem recursos econòmics per a despeses mèdiques que no tenen cobertura pública sobretot persones amb malaltia crònica, o com són els tractaments odontològics (càries, implants, dentadura) i optomètrics (ulleres de vista)

- Ajudes urgents de protecció a la vivenda, ja que moltes famílies tenen dificultats per a poder mantindre les seues llars. Les resolucions dels ajuts socials que es demanen des de serveis socials de zona es demoren mesos i les necessitats dels usuaris excedeixen la seua capacitat de resposta. És per això que des de les nostres entitats donem ajudes puntuals per al pagament de lloguer de vivenda habitual, així com els rebuts de llum, aigua i combustible per a calefacció.

- Banc de roba infantil: son moltes les famílies en risc d'exclusió social que tenen diversos fills i que tenen moltes dificultats per poder comprar-los la roba i el calçat que necessiten. A la zona, també està Càritas per al repartiment de roba, però disposen de mes roba d'adult que de xiquets. És per aquest motiu que va sorgir la idea de crear al CDR Alt Maestrat un banc de roba infantil.

PROGRAMA DE SENSIBILITZACIÓ I CONSCIENCIACIÓ SOBRE LA DESPOBLACIÓ I LA NECESSITAT D'EMPRENEDORIA EN EL MEDI RURAL (0'7% DE L'IRPF ESTATAL)

El CDR Alt Maestrat continua participant, a través de COCEDER (xarxa espanyola de Centres de Desenvolupament Rural), en el programa estatal de sensibilització i conscienciació de la despoblació en el món rural i la necessitat de l'emprenedoria en un territori d'interior amb marcades diferències socioeconòmiques en comparació amb la costa. Aquest programa de continuació (va començar el seu recorregut en 2018) es realitza simultàniament en 8 comunitats autònomes on COCEDER té CDR,s associats.

L'objectiu del programa és despertar la consciència de la situació actual en el món rural, transmetre la necessitat d'un canvi en les polítiques, economia i societat que fomenti el nostre territori com una oportunitat per a viure sense caure en l'exclusió. També es pretén divulgar la necessitat de l'emprenedoria en el món rural com un dels pilars bàsics per a frenar la despoblació dels nostres pobles.

El CDR Alt Maestrat el 31 d'octubre va realitzar, a Albocàsser, la Jornada "MÓN RURAL I DESPOBLAMENT SOTA LA PERSPECTIVA DE GÈNERE", en la qual es va abordar la problemàtica de la despoblació sota la mirada de gènere. Aquesta jornada es va estructurar de la següent manera: Ponència marc sobre: Fòrum Noves Ruralitats, taula rodona 1 "El despoblament te nom de dona?", taula rodona 2 "Dones, economia i món rural", Conclusiones i clausura de la jornada, menjar i visita guiada per llocs d'interès històric-cultural del municipi d'Albocàsser. La valoració de la jornada va ser qualificada de molt bona per totes les persones assistents a aquesta.

ACTUACIONS DIRIGIDES A AFAVORIR LA UTILITZACIÓ DE LES TIC EN ALUMNAT AMB NEE - CURS 2018-2019- (PROGRAMA SUBVENCIONAT PEL MINISTERI D'EDUCACIÓ I CULTURA)

El CDR Alt Maestrat des de fa anys està promocionant i facilitant activitats per al desenvolupament integral de col·lectius com ara tercera edat, dones, menors, immigrants, diversitat funcional, reclusos i persones en risc d'exclusió social. Des de l'any 2009, les activitats desenvolupades amb persones amb necessitats per discapacitat han estat: rehabilitació física, estimulació cognitiva, inserció laboral i manualitats. L'objectiu d'aquest nou curs ha estat ampliar l'oferta d'activitats per a aquest col·lectiu, amb un grau alt de presència en la nostra zona d'acció.

El projecte desenvolupat ha estat un complement a les accions que es vénen desenvolupant en el Centre Específic per a Malalts Mentals Crònics i Centre de Dia d'Albocàsser. En l'actualitat aquest centre compta amb 34 usuaris (29 en modalitat de residència i 5 en modalitat de centre de dia) amb trastorns mentals greus i crònics, retard mental i discapacitat psíquica. Totes les activitats

que s'han desenvolupat han estat realitzades en petits grups. Els usuaris han estat seleccionats, segons perfil, pel psicòleg del CEEM en coordinació amb la psicòloga del CDR Alt Maestrat.

Activitats Realitzades: Informàtica bàsica i Rehabilitació neuropsicològica

ACCIONS INNOVADORES DE FOMENT DE L'OCUPACIÓ, EMPRENEDORIA I PROMOCIÓ ECONÒMICA, EXERCICI 2019. (PROGRAMA SUBVENCIONAT PER LA DIPUTACIÓ DE CASTELLÓ)

Col·lectiu d'atenció: Dones immigrants desocupades que viuen en l'entorn rural.

- Curs de capacitat de cuidadores de persones dependents (Servei d'Ajuda a Domicili): El contingut del curs s'ha adaptat a les circumstàncies d'aquest col·lectiu en risc d'exclusió social, amb baix nivell cultural i econòmic i, majoritàriament, en situació de desocupació. La impartició ha estat a càrrec de la psicòloga del centre. D'aquesta manera han capacitat a les participants del curs en: l'assistència física, psíquica i social de la persona depenent, així com en les tasques relacionades amb l'alimentació, la higiene, sanitàries i administratives.

-Taller creatiu de costura i reciclatge tèxtil: Han rebut una formació específica i adquirit habilitats de costura a mà i a màquina, han après com es pot reutilitzar roba i teixits creant altres peces de roba. Una vegada finalitzat el taller són capaces de crear peces de roba a partir de teixit reciclat per a confeccionar vestuari per a les seues famílies (moltes d'elles en risc d'exclusió social), aspecte que suposa un estalvi econòmic i, a la vegada s'ha incidit en prendre consciència de la importància d'un consum responsable i com això té un impacte directe a nivell social i mediambiental.

Com a activitats transversals s'ha realitzat aquesta formació:

-Curs d'alfabetització en llengua castellana i valenciana: L'educadora i un mestre, han impartit aquest curs de manera continuada per a impulsar l'aprenentatge de la llengua i afavorir la socialització, així com facilitar una major i efectiva integració socio-laboral.

Llocs de realització: Albocàsser i Benlloc (d'abril fins novembre) i les Coves de Vinromà (d'abril fins al mes de juny).

-Club de Recerca: Amb la tutoria d'una persona qualificada i l'ús de les TIC a l'aula d'ordinadors d'Albocàsser on es disposa de 12 ordinadors, projector i accés a Internet, s'ha implementat un espai de recerca i orientació laboral on les dones participants han tingut a la seva disposició els recursos i les eines necessàries que els han permès interactuar en plataformes o xarxes relacionades amb el món laboral (administracions, institucions privades, entitats sense ànim de lucre, etc.) La nostra associació compta, també, amb un aula TIC itinerant formada per deu ordinadors portàtils que han fet possible acostar aquest servei a Benlloc on també s'ha realitzat el taller.

ESCOLA MATINERA I VESPERTINA AL C.E.I.P. JOAN DE BRUSCA (PROGRAMA SUBVENCIONAT A L'AMPA PER DIPUTACIÓ DE CASTELLÓ I CONTRACTACIÓ DEL SERVEI AL CDR ALT MAESTRAT)

L'escola matinera i vespertina és un projecte per atendre la necessitat de tots aquells pares i mares que per motius, normalment laborals, no poden atendre els seus fills i filles des d'abans de l'horari d'obertura dels centres educatius, o a la sortida a les tardes. Cobrim de manera còmoda aquesta necessitat posat que s'atén el xiquet i la xiqueta des del propi col·legi, conciliant la labor educativa amb la vida familiar.

Aquesta programació es presenta com una alternativa d'oci i d'aprenentatge, per a xiquetes i xiquets de 3 a 12 anys al municipi d'Albocàsser. El seu disseny educatiu té com a pilars fonamentals l'entreteniment, la diversió i les situacions lúdiques com a instrument d'aprenentatge, contribuint al desenvolupament integral de les xiquetes i xiquets, treballant les emocions i fomentant valors com la cooperació, la solidaritat, la igualtat, la tolerància, el respecte i l'empatia des de una concepció personalitzada i lúdica.

TREBALLEM JUNTS PER A LA INCLUSIÓ SOCIAL DE PERSONES IMMIGRADES (PROGRAMA SUBVENCIONAT PER LA CONSELLERIA D'IGUALTAT I POLÍTiques INCLUSIVES)

LÍNEA ESTRATÉGICA: Cohesió Social: Impulsar programes específics que promoguin la cohesió social i la convivència en la Comunitat Valenciana

PROGRAMA: Cursd'Idiomes

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E. N.: Facilitar el desenvolupament de competències lingüístiques dels/les usuaris/àries en els idiomes emprats al lloc d'acollida per millorar les possibilitats d'una inclusió social efectiva i autònoma.

PROGRAMA: Compensació educativa i acompanyament escolar per a immigrants escolaritzats a primària i secundària.

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E. N.: Garantir l'accés, la permanència i la promoció en el sistema educatiu de l'alumnat menor d'edat en situació desfavorida procedent de famílies immigrades.

PROGRAMA: Itineraris individualitzats i derivacions a recursos especialitzats.

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E.N.: Donar suport, orientar i capacitar en el procés de recerca activa d'ocupació i l'autoocupació, facilitant instruments per a la recerca de feina de forma activa i planificada.

PROGRAMA: Espais de cohesió intercultural.

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E.N.: Donar a conèixer el context social i cultural de les persones immigrades, per tal de promoure el reconeixement i respecte a la diversitat sociocultural, fomentant actituds tolerants i inclusives entre tota la població.

PROGRAMA: Tallers de formació ocupacional no reglada. (curs bàsic d'atenció a persones dependents i taller de costura)

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E.N.: Millorar l'ocupabilitat de les persones immigrades desocupades a partir de cursos de formació professional ocupacional no reglada.

PROGRAMA: Emergència social: banc d'aliments, ajudes pagament de rebuts i ajudes per a material didàctic.

OBJETIU: Promoure la integració social de les persones immigrades a través de l'atenció integral en aspectes com l'educació, el treball o les necessitats bàsiques.

O.E. N.: Atendre les situacions d'emergència social de les famílies de persones immigrades amb més dificultats, a través de l'accés a productes bàsics d'alimentació i roba, així com atenció psicològica gratuïta.

ATENCIÓ INTEGRAL DE LA DONA EN RISC D'EXCLUSIÓ SOCIAL A LA COMARCA DE L'ALT MAESTRAT I PART DE LA PLANA ALTA. (PROGRAMA SUBVENCIONAT PER LA DIRECCIÓ GENERAL DE L'INSTITUT VALENCIÀ DE LES DONES I PER LA IGUALTAT DE GÈNERE – CIPI)

Taller d'igualtat de gènere.

S'ha treballat amb un grup de dones per tal d'afavorir la creació d'un espai de confiança al qual poder compartir experiències personals. En aquest taller s'han realitzat xerrades sobre violència masclista i tipus de violències, un video-fòrum sobre violència de gènere i també s'han realitzat grups de debat de mares que tenen fills i filles adolescents, a partir d'una exposició sobre els bons tractes que hem presentat en l'entitat. També hem realitzat tres jornades que han permès a les dones participants reforçar la seva autoestima i ficar en pràctica estratègies que reforcen la seua autonomia personal. Hem abordat els diferents tipus de relacions de parella per fer una revisió crítica i objectiva respecte de la coherència que pot haver entre el model de relació que vol i el que té. També hem treballat per detectar els primers indicis de violència de gènere i com afrontar-los per a prevenir problemes majors.

Jornades de sensibilització per l'igualtat de gènere.

-La nit serà violeta: El nostre centre va organitzar amb l'Associació de Dones i l'Ajuntament d'Albocàsser, una concentració contra la violència de gènere: La nit violeta a Albocàsser. La finalitat d'aquest moviment, que va tindre lloc arreu de tot el territori, i va tindre com a objectiu visibilitzar la situació de vulneració en què viuen les dones i reclamar la nit com un espai segur per a totes.

-Dia de la dona rural: Aquesta jornada es va realitzar el dia de la dona rural (15 d'octubre) a Albocàsser, per a reivindicar la situació de vulnerabilitat en que viuen les dones en el medi rural, crear una xarxa sòlida de cures i suport entre elles, i fomentar la necessitat d'aprendre a cuidar d'elles mateixes. En la jornada van participar unes 35 dones i es van realitzar activitats com: video-fòrum sobre violència de gènere i una taula rodona sobre les veus de les dones d'Albocàsser.

-25 N: La Jornada del 25N, organitzada per la nostra entitat, l'Ajuntament d'Albocàsser i l'Associació de Dones del municipi, amb el lema: Prou agressions!, es van realitzar diverses activitats per a sensibilitzar a la població sobre la violència de gènere i les desigualtats existents. Es va crear una carpa violeta "STOP AGRESSIONS" al mercat del poble i va estar activa durant tot el cap de setmana. En aquesta es va informar sobre els diferents tipus de violència masclista i sobre els mites i realitats entorn d'aquesta. En la carpa es va repartir material imprès com díptics i xapes amb eslògans. En la jornada van participar 40 dones i es van realitzar activitats com: taller en el vostre nom, taller violències masclistes, de que parlem?, una marxa contra la violència de gènere, un taller impartit per Culturama sobre imatges d'igualtat, nous relats, nous cartells enfront del sexisme i la lectura del manifest seguit d'un minut de silenci per totes les víctimes.

Taller de criança amb afecte.

Atenent a la demanda de moltes de les mares que hi han participat d'aquest taller, la temàtica principal ha estat els bons tractes entre les joves i els joves, ja que aquest és un tema que els preocupa especialment al trobar-se sense ferramentes per a abordar-lo. En aquest taller s'ha treballat conjuntament amb la fundació Isonomia de la Universitat Jaume I, que han estat orientant i facilitant material a la nostra entitat.

Servei de psicoteràpia.

Les dones en risc d'exclusió de la zona han pogut accedir de manera gratuïta a aquest servei d'acompanyament emocional i tractament psicològic. La psicòloga de l'entitat ha sigut l'encarregada del servei i ha atès a 20 dones entre la comarca de l'Alt Maestrat i Plana Alta. S'ha realitzat una sessió individual, de parella o familiar (segons necessitats) setmanal d'aproximadament un hora, i la durada del tractament a estat depenent de l'evolució del problema a tractar i el desig de la persona. L'aproximació terapèutica a les possibles dificultats de les pacients és gestàltica, així l'atenció es integral, atenent a tot el sistema de la persona. L'objectiu principal ha sigut fomentar l'autoresolució del problema mitjançant una relació de suport pacient-terapeuta.

Col·laboració amb el Centre Dona Sant Mateu per donar atenció especialitzada a les víctimes de violència de gènere.

Un dels nostres objectius era crear un Centre d'atenció per poder donar una primera atenció especialitzada a dones víctimes de violència de gènere. Després de l'obertura del Centre Dona Rural 24h Sant Mateu al mes de març, vam aplegar a un acord per a la col·laboració i el treball en xarxa pel que fa a l'atenció especialitzada de les dones víctimes de violència de gènere. S'han estat realitzant reunions trimestrals de dues hores de duració per a poder organitzar la coordinació en l'atenció. En aquestes reunions, en les quals han participat les tècniques del centre dona i la psicòloga i l'educadora social de la nostra entitat, s'ha aconseguit donar a conèixer els recursos existents de cada centre per tal treballar en xarxa i fer una millor intervenció dels casos que puguin haver, ja que en la nostra comarca d'actuació, l'Alt Maestrat, no existeix cap recurs d'aquest tipus i les mancomunitats de serveis socials no compten en l'actualitat amb SEAFI.

Tallers de salut femenina.

Hem realitzat xerrades salut femenina en les instal·lacions del CDR Alt Maestrat, Albocàsser i auditori municipal de Benlloc. Taller monogràfic desenvolupat per la psicòloga i l'educadora social de l'entitat amb la col·laboració voluntària de la matrona dels Centres de Salut de zona, per cada població amb una durada de dues hores cadascun. Total hores: 4h.

L'objectiu ha estat el de crear espais de coneixement de la salut femenina per a dones embarassades i mares amb fills menors de tres anys.

Taller compreses de tela.

Aquest taller de quatre hores de duració ha estat impartit per una monitora de costura, amb un grup de 6 dones d'Albocàsser i Les Coves de vinromà. L'objectiu ha estat que totes aquelles dones que viuen en el medi rural i que estan sofrint un risc d'exclusió social, tinguin una alternativa saludable i molt més econòmica als models convencionals utilitzats en la menstruació. Aquest taller els ha donat l'oportunitat de crear una xarxa entre diferents dones de comarques veïnes i entre dones immigrants que també han participat.

Taller d'esquena.

Taller totalment pràctic en el que les dones embarassades i les mares amb filles i fills menors de tres anys, han après a cuidar la seva esquena. Per això s'ha fet ús dels estiraments de cadenes musculars, la correcció postural i l'ús de suports per a la readaptació postural en l'embaràs. Al inici de cada sessió, la facilitadora ha introducció teòrica que ha servit de línia conductora de la pràctica dels diferents exercicis proposats.

DOSSIER FOTOGRÀFIC

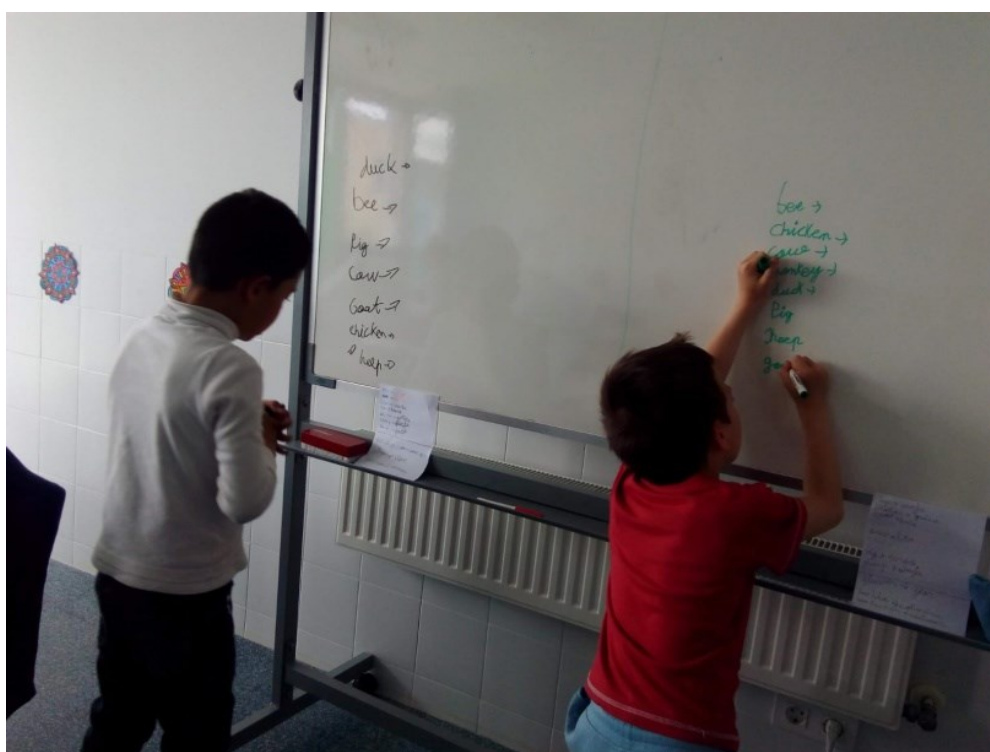
2019



CURS DE CASTELLÀ I VALENCIÀ ADREÇAT A PERSONES MIGRADES.



ACOMPANYAMENT ESCOLAR I EDUCACIÓ COMPENSATÒRIA PER A ADOLESCENTS



AULA OBERTA PER A ÚS DE LES TIC.



CURS BÀSIC D'ATENCIÓ A PERSONES DEPENDENTS





CURS DE COSTURA PER A DONES MIGRADES







PREPARACIÓ I CELEBRACIÓ DEL DIA DE LA DONA





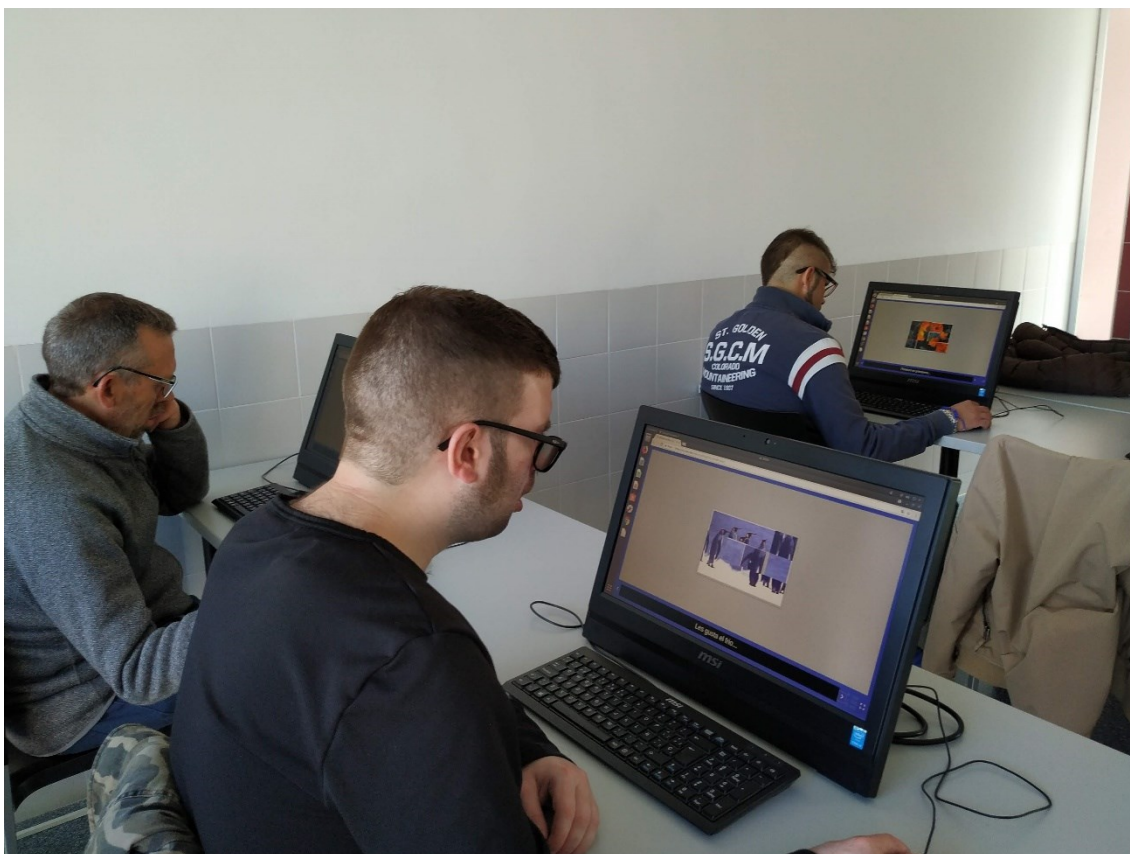
CONFECCIÓ DE LOTS D'ALIMENTS DEL PROGRAMA D'ATENCIÓ URGENT.





TIC ADAPTAT A LA DIVERSITAT FUNCIONAL





ACTIVITATS CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE I SALUT FEMENINA





Alt Maestrat
Centre Desenvolupament Rural

Apunta't al
bon rotllo

Educació des dels
BONS TRACTES
com a estratègia preventiva
de la violència de gènere en adolescents.



Dimecres 16 d'octubre
a les 17.00 h al local La Fonda
(Les Coves de Vinromà)

isonomia
Fundación



IMPARTIDA PER:
ISABEL BARREDA SIMÓ
(MATRONA)
19 DE NOVEMBRE
DE 11.00 A 12.30H
LLOC:
AUDITORI DE
BENLLOC



Xerrada sobre: Salut femenina

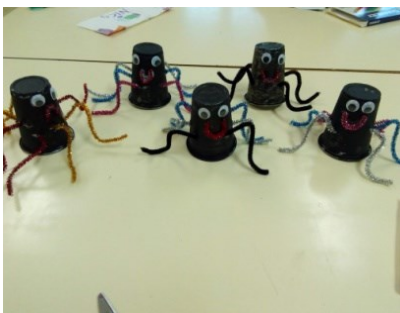


TALLER CONFECCIÓ COMPRESSES DE ROBA I TALLER D'ESQUENA



ACTIVITATS AMB L'INFÀNCIA. ESCOLA MATINERA





JORNADA SOBRE MÓN RURAL I DESPOBLAMENT SOTA LA PERSPECTIVA DE GÈNERE





JORNADA

MÓN RURAL I DESPOBLAMENT SOTA LA PERSPECTIVA DE GÈNERE

31 D'OCTUBRE 2019
ERMITORI DE SANT PAU - ALBOCÀSSER
INSCRIPCIÓ GRATUITA
DINAR 5 € (Rest. la Perdigana)

Consulta programa i inscripcions:
<http://www.cdaltmaestrat.org>



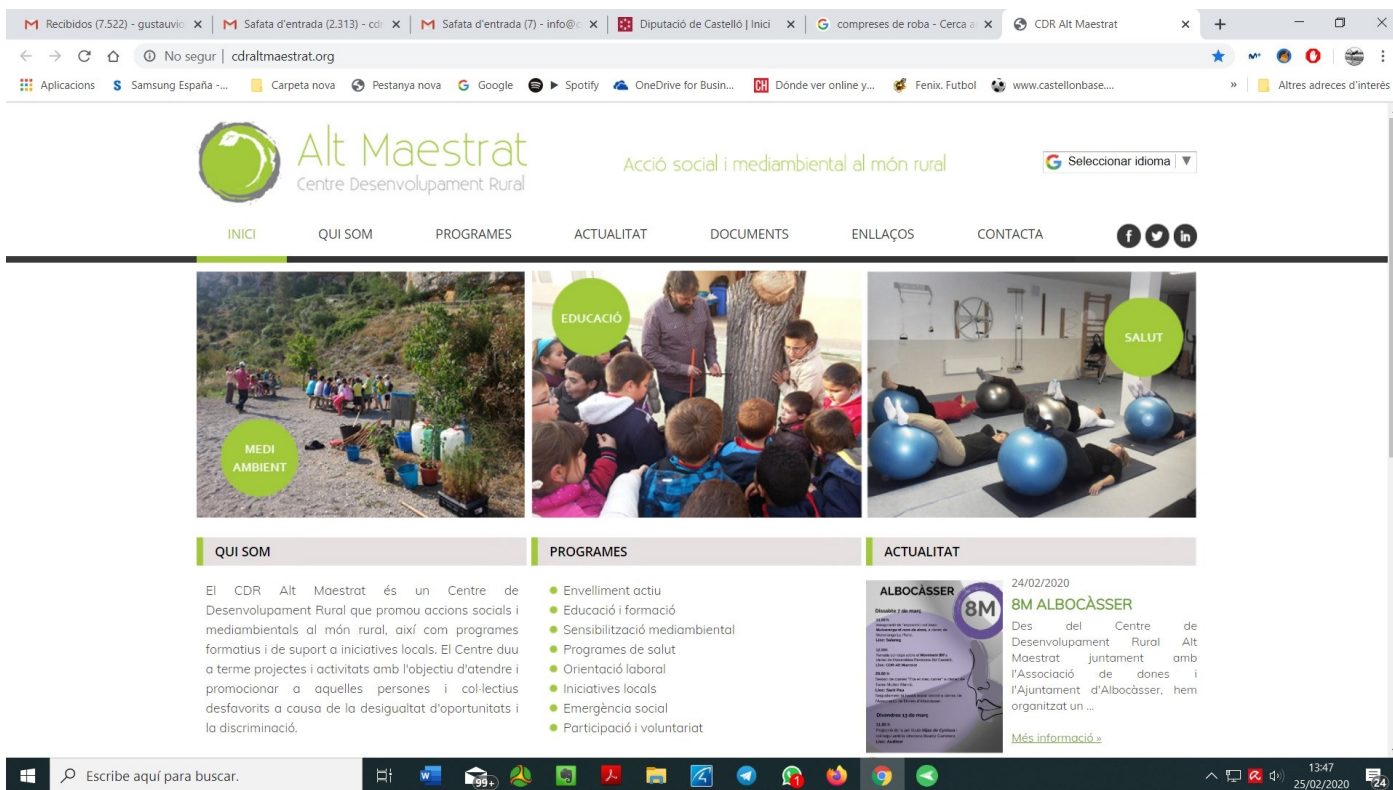

ELABORACIÓ DE MATERIALS INFORMATIUS I PUBLICITARIS

La pàgina web i les xarxes socials de l'entitat continuen sent la primera font de difusió de les activitats que es duen a terme des del CDR.

Pàgina web: <http://www.cdraltmaestrat.org/>

Facebook: www.facebook.com/cdr-alt-maestrat-1485101848419150/

Twitter: <https://twitter.com/cdraltmaestrat>



The screenshot shows the website of Alt Maestrat, Centre Desenvolupament Rural. The header includes the logo and the tagline "Acció social i mediambiental al món rural". The navigation menu consists of: INICI, QUI SOM, PROGRAMES, ACTUALITAT, DOCUMENTS, ENLLAÇOS, and CONTACTA. Below the menu, there are three main sections: "MEDI AMBIENT" (with a photo of people in a field), "EDUCACIÓ" (with a photo of children in a classroom), and "SALUT" (with a photo of people on exercise balls). Below these, there are three columns: "QUI SOM" (describing the center's mission), "PROGRAMES" (listing various initiatives like environmental education, health, and social emergency), and "ACTUALITAT" (featuring a poster for the "8M ALBOCÀSSER" event on March 7th and 13th).



The screenshot shows the Facebook page of Alt Maestrat. The page header includes the name "CDR Alt Maestrat" and the profile picture. The main content area features a large poster for the "8M ALBOCÀSSER" event, detailing activities for Saturday, March 7th, and Sunday, March 13th. The right sidebar shows the page's history, suggestions for other pages, and statistics: 267 seguidores and 456 personas alcanzadas. The bottom of the page shows the Facebook chat window with 11 messages.