



## 26 DE OUTUBRO DÍA NACIONAL DO DANO CEREBRAL ADQUIRIDO

Este é o primeiro ano que se celebra o día nacional do Dano Cerebral Adquirido (DCA). O motivo é que o Consello de Ministros acordou declarar o día 26 de Outubro como "Día Nacional del Daño Cerebral Adquirido", debido ó número de persoas afectadas (en torno a 300.000) e a repercusión na calidade de vida das persoas afectadas e as súas familias (duración, gravidade e variedade das secuelas) converten o Dano Cerebral Adquirido nun problema sociosanitario de primeira magnitude.

Por iso tanto FEDACE (Federación Española de Daño Cerebral) como as 27 asociacións que formamos parte dela, fixeron diversas actividades para sinalar este día dun xeito especial.

En Sarela, fixemos as seguintes actividades:

### 25 de Outubro

Visita das 5 asociacións que compoñen a **Federación Galega de Dano Cerebral (FEGADACE)** ó **Parlamento Galego**. Os **presidentes** das distintas asociacións **entrevistáronse cos representantes dos tres grupos parlamentarios da Cámara**.

### 26 de Outubro

**Mesas Informativas** no Hospital Clínico Universitario, Praza do Toural e Praza Roxa. Para informar sobre a problemática do DCA, alternativas asistenciais, prevención...

Tamén os presidentes de FEGADACE **entrevistáronse co Presidente da Xunta de Galicia**, Emilio Pérez Touriño para presentar o "Plan Galego sobre o Dano Cerebral Adquirido". Ademais dende SARELA, tiñamos solicitada unha **entrevista do noso Presidente, José Balboa co Alcalde de Santiago de Compostela, Xosé A. Sánchez Bugallo**, para o mesmo fin, pero non puido ser con él, e recibeuno a **Concelleira de Benestar Social e Muller, Mar Martín**.

Pola tarde fixóse a **MARCHA DA ESPERANZA**, onde familiares, afectados e persoas sensibilizadas percorreron as rúas **dende a Praza do Toural ata a Praza Roxa**. Para rematar a xornada as 19:30 horas fíxose unha **CHOIVA DE GLOBOS na Praza Roxa**.

Ademais realizáronse entrevistas e reportaxes para distintos medios de comunicación.

Agradecemos a toda a xente que participou activamente nas actividades e aquela que polo cumprimento das súas obrigas como coidadores non puideron estar presentes, aínda que nos amosaron igualmente o seu apoio. Esperamosvos o vindeiro ano.

A todos, **GRAZAS**.

## A opinión do lector sobre...

Esta sección pretende incluír a opinión dos nosos lectores, familiares, afectados, profesionais,.... Gustaríamos que nos fixerades chegar as vosas suxestións sobre calquera tema relacionado ca asociación, co noso colectivo ou cas vosas vivencias á sede da asociación. Esperamos a vosa colaboración.

## O centro de día sarela

Eu son Natalia e teño 25 anos. Levo vindo o Centro de día desde que tiña 22. O horario no que asisto o centro é desde a mañá ata o mediodía facendo as actividades que me gustan: Piscina, loga, TACOA, Informática, Golf, Taller de xornalismo e Actividades Manuais. Alí hai moitos profesionais que me axudan a facer o que non podo entre eles están: Angélica (logopeda), Ana (terapeuta ocupacional), Carmen (manualidades), Javier (informática), Sandra (conductora e auxiliar), Joaquín (fisioterapeuta), Eugenia (traballadora social) e Rocío (psicóloga).

Temos un transporte que nos ven buscar e nos leva a casa a tódolos que non vivimos cerca de Sarela. Eu teño moitos compañeiros alí e pásoo moi ben con eles. Trátanme xenial como boa compañeira que son, je je. Se non sei facer algunha tarefa ou outra cousa dinme como se fai correctamente. Ir ó centro foi o unha das mellores cousas que me pasou dende o accidente e quero darlle as grazas ós terapeutas que me estiveron e que me están axudando.

Grazas

*Natalia Gestoso Remuiñán*

## Continuando coa nosa historia

**2004** Xa somos 100 socios.

Consólidanse os seguintes programas: Información, orientación e apoio ás familias afectadas por dano cerebral adquirido.

Sensibilización da comunidade; Atención e rehabilitación a persoas afectadas por dano cerebral adquirido.

Comezan actividades propias de Centro de Día tres tardes á semá.

Realízanse os primeiros convenios de prácticas co Instituto de Formación Profesional de Pontepedriña e coa Facultade de Psicoloxía da Universidade de Santiago de Compostela.

Fanse distintas reportaxes e entrevistas en prensa, radio e televisión ó longo de todo o ano.

Os días 28 e 29 de Maio celébranse as primeiras xornadas de dano cerebral organizadas pola asociación conxuntamente coa Unidade de Neuropsicoloxía e Psicofisioloxía do Servicio de Psicoloxía da Facultade de Psicoloxía da Universidade de Santiago de Compostela.

O 2 de decembro O Grupo Parlamentar do BNG, por iniciativa da deputada Salomé Álvarez Blanco e do deputado Xosé Francisco Ferreiro Abelleira, presentan unha Proposta non de lei para o seu tratamento en Pleno, referente á problemática do Dano Cerebral Adquirido, instando á Xunta de Galicia a tomar unha serie de actuacións

*Continuará...*



## A Asociación Sarela deséxalles un Feliz Nadal

*No primeiro boletín, falámosvos dos nosos servizos. Un deles, é o Centro de Día de Atención Especializada. Aínda que mencionábase as actividades que se fan durante todo o ano, queremos que coñezades en profundidade cada unha delas. Neste boletín saberedes...*

### ¿Qué facemos en piscina?

Os usuarios do Centro de Día acudimos a piscina ó Complexo Deportivo Santa Isabel dous días á semá, os Luns e os Xoves.

En total, somos doce e realizamos clases de natación impartidas por monitores especializados e profesionais de Sarela.

Nós vemos necesaria esta actividade xa que, como persoas con algunha limitación o feito de acudir a polideportivos e piscinas públicas as veces resulta algo complicado polas limitacións que hai. É como se nos puxeran un freno a nosa integración social e á necesidade de realizar actividades deportivas que favorezan e manteñan as nosas capacidades motóricas.

Nós pensamos que a natación é unha das mellores para realizar actividades físicas e exercicios especiais, permite mellorar distintos compoñentes como a resistencia cardiovascular, a forza e a resistencia xeral muscular. Posibilita exercitar todo o organismo sen sobrecargar ningunha parte específica e o corpo móvese nun ambiente relaxado no cal a circulación, a capacidade respiratoria, a resistencia muscular e as secrecións corporais aumentan, axudando a acadar un benestar xeral.

É sen dúbida unha boa actividade a realizar no noso planning semanal.

E para que vexades como traballamos ahí vai unha mostra



### O Mercadiño

Como xa hai uns anos, este ano voltamos co noso mercadiño.

Para os que non o saibades trátase de amosar á sociedade os traballos que os usuarios do Centro de Día de Atención Especializada realizan durante todo o ano, co seu esforzo e ilusión, no taller de manualidades. Os traballos son dirixidos por unha voluntaria, Carmen, que imparte o taller e consegue que os artigos cada vez teñan maior calidade e sexan máis orixinais.





## A Asociación Sarela deséxalles un Feliz Nadal

O interese que amosa a xente polos traballos fai que os usuarios se sintan valorados e recoñecidos, sendo un pulo moi importante para continuar con esta actividade.

Coa venda destes traballos , a entidade, fai algún tipo de actividade para os usuarios, unha festa, unha excursión, ... que premie o seu esforzo.

Invitamosvos a todos vós, os vosos familiares, amigos e coñecidos, a pasarvos polo noso mercadiño. Ademáis existe a posibilidade de facer encargos, xa que algunhas veces, hai artigos que teñen moito éxito e rematanse as existencias.

Amosamovos unhas fotografías de mercadiños anteriores, para que vaiades abrindo boca...

*LEMBRADE, estaremos en ÁREA CENTRAL, os días 2, e 3 de XANEIRO de 17:00 a 20:00 horas. ESPERAMOSVOS A TODOS.*

*Agradecemos o interese e colaboración da xente que ano tras ano fai posible que esta actividades poida continuar. GRAZAS.*

## Novas de interese

### • SERVIZO GALEGO DE APOIO Á MOBILIDADE PERSOAL 065

Servizo de transporte para acudir a consultas a centros sanitarios públicos ou a outros equipamentos (centros de día, residencias, etc). Entre outros requisitos a persoa terá un grao de minusvalía igual ou superior o 65% e dificultade para utilizar transportes colectivos. Xa se pode solicitar, aínda que se implantará de xeito progresivo a partires de finais deste ano.

### • SERVIZO DE TELEASISTENCIA AUTONÓMICO

Persoas que debido a súa discapacidade requiran a utilización de dispositivos de alarma e control. Trátase dun sevizo de atención telefónica ininterrumpido (instalado no domicilio) que permite o usuario ante calquera situación de emerxencia, e con tan só premer un botón comunicarse coa central.



## os nosos colaboradores

O mantemento da asociación SARELA finánciase a través dun convenio de colaboración coa Vicepresidencia da Igualdade e do Benestar ademáis dos ingresos propios da asociación (cotas de socios, mercadiño...)

A asociación recibe tamén outras axudas: a través de FEDACE ( Federación Española de Daño Cerebral ) do Ministerio de Traballo e Asuntos Sociais; Consellería de Política Territorial, Consellería de Traballo, Secretaría Xeral de Política Lingüística, Concello de Santiago de Compostela, Deputación de A Coruña, Consellería de Innovación e Industria, Caixa Nova, La Caixa, Fundación Maphre e donacións económicas de particulares e empresas.