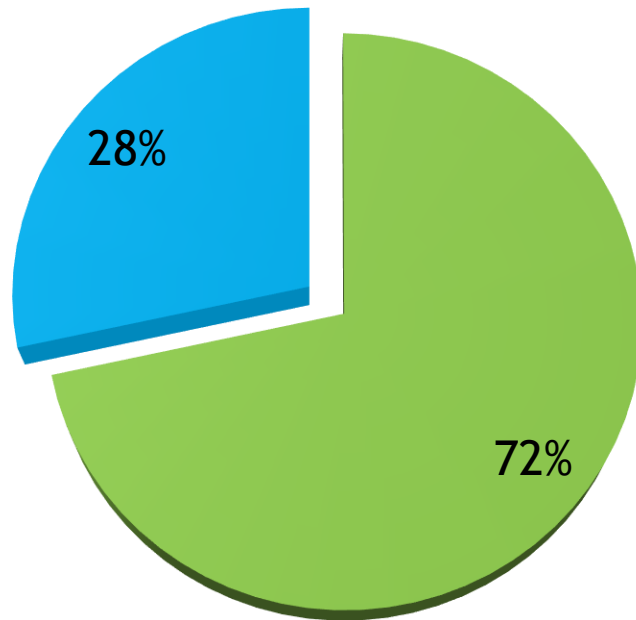


**MEMORIA  
2024**



**conartritis  
SANTIAGO**

# TOTAL DE PESSOAS ASOCIADAS A CONARTRITIS-SANTIAGO



■ MULLERES  
■ HOMES

MULLERES	123
HOMES	49

# CONVENIOS



- ▶ Mantuvéronse convenios con:
  - ▶ Psicología
  - ▶ Xurídico
  - ▶ Fisioterapia
  - ▶ Balnearios
  - ▶ Deporte adaptado
  - ▶ Nutrición

# PROGRAMAS DE CONARTRITIS-SANTIAGO

## Promoción da autonomía persoal

- Atención e información
- Apoio e recursos

## Terapias de Rehabilitación e Convenio de Sanidade

- Deporte adaptado (Marcha Nórdica)
- Psicoloxía
- Fisioterapia
- Grupos de Xestión da dor

# PROGRAMAS DE CONARTRITIS-SANTIAGO

Promoción da  
autonomía persoal



Terapias de  
Rehabilitación

# SERVIZOS DE CONARTRITIS-SANTIAGO

Información e  
asesoramento

Atencións e  
consultas

Fisioterapia e  
psicología

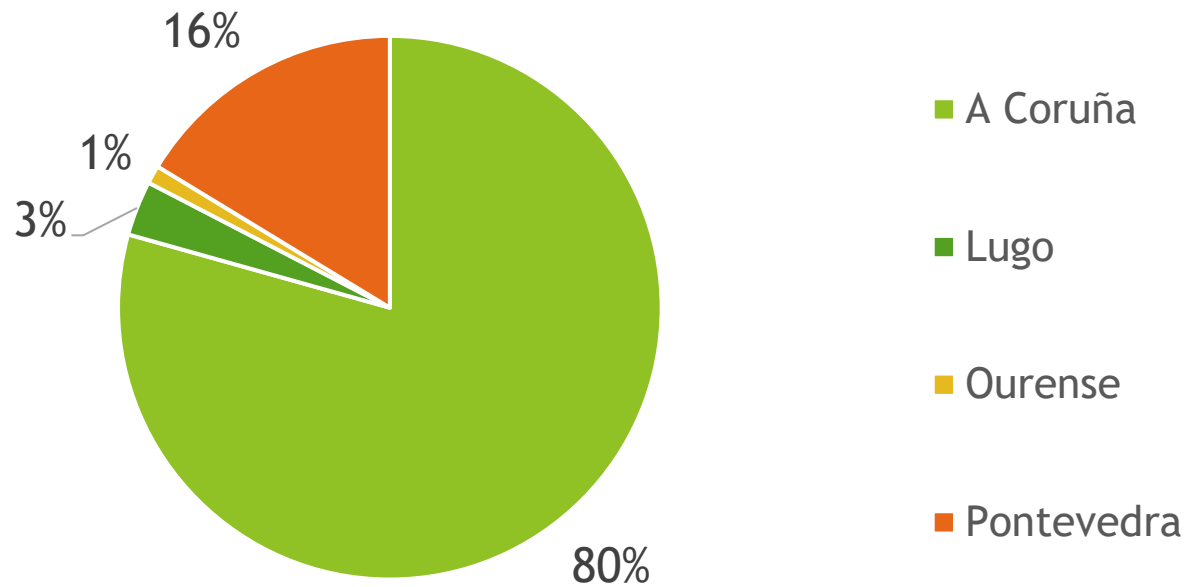
Grupos de  
axuda mutua

Grupos de  
xestión da  
dor

TERAPIAS DE  
REHABILITACIÓN,  
DEPORTE  
ADAPTADO

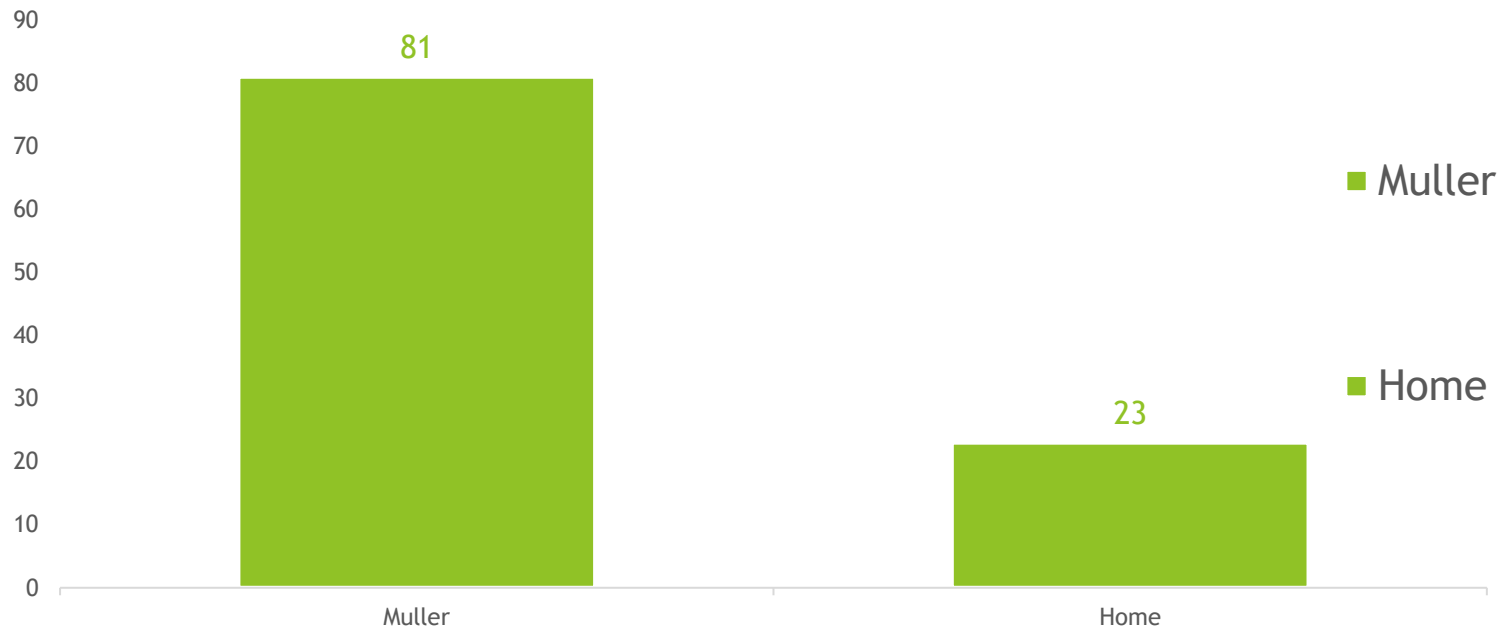
# ATENCIÓNS PROGRAMA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL

Atenciones por provincia.



# ATENCIÓNS PROGRAMA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL

Atenciones por sexo total 109 persoas



# ATENCIÓNES PROGRAMA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL



# ATENCIÓN PROGRAMADA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSOAL



**ACTIVIDADES DE**  
**CONARTRITIS-SANTIAGO**



# CHARLAS

- ▶ Avance nos tratamentos das artrites.
- ▶ Medidas non farmacolóxicas nos tratamentos das artrites.





## PROGRAMA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSONAL

### Introdución ó Mindfulness

Beneficios da práctica da atención plena no acompañamento da dor crónica

**Relatora:**

**Mila Moa Cagiao**, Psicóloga.

**Data:** 29/05/2024

**Hora:** 19:00h

**Retransmisión vía Zoom**

Rógase confirmar asistencia a través da ligazón indicada

Tel: 659 08 49 50

Mail: [santiago@conartritis.org](mailto:santiago@conartritis.org)



## PROGRAMA DE PROMOCIÓN DA AUTONOMÍA PERSONAL

### Mitos e lendas da alimentación antiinflamatoria

**Relatora:**

**Laura Rial Molinos**, de A Arte da Saude

**Data:** 25/09/2024

**Hora:** 17:30h

**Retransmisión vía Zoom**

Rógase confirmar asistencia a través da ligazón indicada

Tel: 659 08 49 50

Mail: [santiago@conartritis.org](mailto:santiago@conartritis.org)



Coa participación:



Proxecto cofinanciado pola Xunta de Galicia a través dos fondos do 0,7% do IRPF

# TALLERES

- ▶ Mitos e lendas da alimentación antiinflamatoria.
- ▶ Introdución ó Mindfulness



## *BALNEOTERAPIA*

*Nos meses de maio  
e outubro*





**TERAPIAS DE REHABILITACIÓN,  
DEPORTE ADAPTADO**

**MARCHA NÓRDICA**  
*Realízanse 8 sesiones*





## *TERAPIAS DE REHABILITACIÓN, DEPORTE ADAPTADO*

*GRUPOS DE XESTIÓN DA DOR  
Realízanse 3 grupos*





## Feira da Saúde e Benestar do Concello de Ames

**ACTIVIDADES REALIZADAS CON**  
**CONARTRITIS**

## Manejo del dolor y la fatiga crónica

**GAM**  
Grupos de Ayuda Mutua

Charla de los GAM

**Ponente:** Cristina del Arco.  
Fisioterapeuta de Clínica DAO  
Fisioterapia.

**Colaboración:** Clínica DAO.

Día 29 de Julio a las 17h

Online via Zoom

Más información:

Teléfono: 659 08 49 50 Mail: gam@conartritis.org  
Siguenos en: 



Una iniciativa de  Mediada por   Participan    Colaboradores y patrocinadores   

**GAM**  
Grupos de Ayuda Mutua

**Inicio - Fin:** 17 de junio al  
14 de octubre

**Horario:** Lunes a las 17:00h

**Duración de la sesión:** 1 hora

**Modalidad:**

Online



Una iniciativa de  Mediada por   Colaboradores y patrocinadores   



# GRUPOS DE AYUDA MUTUA

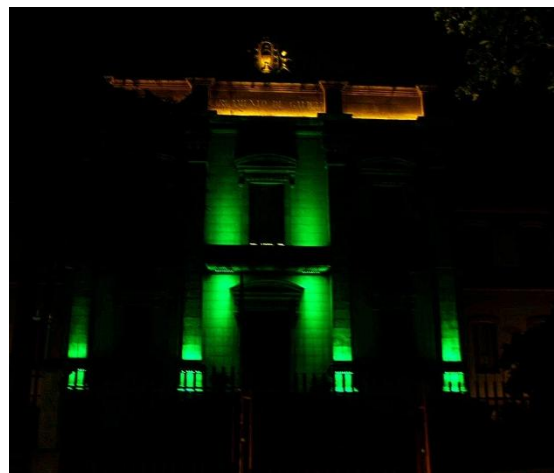
## LUCE POLA ARTRITE ILUMINACIÓN 01 DE OUTUBRO

### ► *En Santiago :*

- *As Torres da Cidade da Cultura, Pazo de Raxoi, Parlamento de Galicia, Consellería de Sanidade.*

### ► *En Ames:*

- *Fachada do Ayuntamiento.*





## ***ASAMBLEAS E REUNIÓNS NAS QUE ASISTIMOS***

- ▶ *Asamblea xeral ordinaria e extraordinaria de conartritis.*
- ▶ *Asamblea xeral ordinaria de Cogami*
- ▶ *Reunións da comisión sociosanitaria COGAMI*
- ▶ *Reunións consello asesor de pacientes*

# USO DA ÁREA ASOCIATIVA DE PACIENTES



## Atención de **ConArtritis** en Área Asociativa do **Paciente**

De 9:00 a 11:00 horas  
1er 2do y 4to **viernes**  
de cada mes

- ▶ *ConArtritis presta servicio no área asociativa de pacientes do Hospital Clínico Universitario de Santiago ubicado en la planta baixa en horario de 9:00 hrs a 11:00 hrs.*

# COLABORADORES

