

PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2021



INTRODUCCIÓN

Nuestra Misión

Unir a las personas con fibrosis quística y familias de Aragón, para mejorar su calidad de vida.

Visión

Queremos ser una asociación visible, fuerte y unida, que dé cobertura de calidad a las personas con F.Q. y patologías respiratorias similares y sus familias.

Nuestros Valores

Compromiso y colaboración con las personas con F.Q. y familias, así como con otras entidades sociales. Respeto a las personas y familias con F.Q. Formación para la mejora de la autonomía personal. Esfuerzo, superación y mejora continua. Empatía con situaciones sociales vulnerables. Tolerancia y diálogo en la toma de decisiones.

Objetivo: Mejorar la calidad de vida de las personas con FQ, patologías respiratorias y sus familias.

En el presente documento queremos mostrar que la mayoría de nuestras actividades están contribuyendo a los siguientes objetivos de desarrollo sostenible (ODS)



Las **actividades** previstas a realizar las agrupamos en actividades dirigidas a nuestros grupos de interés.

1. Acciones para personas con Fibrosis Quística y patologías respiratorias (bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, pacientes con secuelas de covid19, neumonías repetitivas...)
2. Acciones para familias.
3. Acciones para entidades asociadas y profesionales y/o instituciones ligadas directamente con la Fibrosis Quística.
4. Acciones para el entorno/ sociedad en general.

La AAFQ apuesta por 4 líneas de trabajo definidas en nuestro **plan estratégico** que son:

- Eje 1: Asegurar la continuidad de la Asociación Aragonesa de Fibrosis Quística
- Eje 2: Innovación, proyectos y gestión del conocimiento.
- Eje 3: Reivindicación y representación: ejercicio de derechos
- Eje 4: Excelencia y buenas prácticas.

Para conseguir nuestras metas, la AAFQ realizará distintas acciones en las actividades que tiene previstas para el ejercicio 2021, que son las que se expresan a continuación:

- 1) Rehabilitación respiratoria
- 2) Ejercicio terapéutico
- 3) Atención social
- 4) Atención psicológica
- 5) Talleres de formación de educación terapéutica para personas y familias con FQ, personal técnico y voluntariado.
- 6) Actividades de sensibilización y de visibilidad sobre la FQ. y otros temas de interés para nuestro colectivo.
- 7) Actividades de fortalecimiento y sostenibilidad de la entidad.

ACTIVIDAD Nº1- REHABILITACIÓN RESPIRATORIA

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Formación en Fisioterapia respiratoria
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia
DURACIÓN	Anual. Del 1 de enero al 31 de diciembre de 2021
DONDE SE DESARROLLA	Aragón
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Se desempeñan sesiones de formación de ejercicios y técnicas respiratorias en la asociación, a domicilio y on line. Se dispone de una fisioterapeuta especializada en fisioterapia respiratoria.
OBJETIVO	Formar a las personas y familias con FQ y patologías respiratorias y dotarles de ejercicios y técnicas de fisioterapia respiratoria.
USUARIOS	Personas con Fibrosis Quística, patologías respiratorias como bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, laringitis, personas con neumonías repetitivas, personas con secuelas del covid19
RECURSOS HUMANOS	1 fisioterapeuta especializada en fisioterapia respiratoria.
RECURSOS MATERIALES	Local 4, dividido en dos boxes con extracción de aire. EPIS y Material específico de fisioterapia respiratoria (camillas eléctricas, cojines posturales, gel hidroalcohólico, papel de camilla, tubos de espirometría, fonendoscopio, servilletas, bolsas de basura, pulsioxímetro,
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora, webcam y auriculares y plataforma de ZOOM.
PRESUPUESTO ECONOMICO	13.311,97€
FINANCIACIÓN PREVISTA	IRPF. Programas de interés social Dpto. de Innovación, Transformación Digital y derechos de los usuarios Dirección General de Igualdad y Familias IASS Fondos propios de la AAFQ Fundación Once Fundación Ibercaja-CAI

ACTIVIDAD Nº2: EJERCICIO TERAPÉUTICO

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Planificación del ejercicio terapéutico en FQ
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia
DURACIÓN	Anual. Del 1 de enero al 31 de diciembre de 2021
DONDE SE DESARROLLA	Aragón
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Se desempeñan planes individuales de actividad física terapéutica dirigida
OBJETIVO	Mejorar la salud y crear hábitos de vida saludables.
USUARIOS	Personas con Fibrosis Quística, patologías respiratorias como bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, laringitis, personas con neumonías repetitivas, personas con secuelas del covid19
RECURSOS HUMANOS	1 fisioterapeuta especializada en fisioterapia respiratoria.
RECURSOS MATERIALES	Local 4 EPIS y Material específico de actividad física dirigida (mancuerdas, cintas elásticas, pelotas, fiball, pesas, espaldera, cama de saltar, cinta de andar, bicicleta elíptica, tiras kinesiotape...)
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora, auriculares, webcam Plataforma ZOOM
PRESUPUESTO ECONÓMICO	Actividad que forma parte de la fisioterapia respiratoria.
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ

ACTIVIDAD Nº3: ATENCIÓN SOCIAL

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Información, orientación y apoyo social a las personas con FQ, patologías respiratorias y sus familias
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia
DURACIÓN	Anual. Del 1 de enero al 31 de diciembre de 2021
DONDE SE DESARROLLA	Aragón
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Acogida de casos nuevos de FQ, prestar un servicio de información, orientación y apoyo social continuado y permanente.
OBJETIVO	Ayudar, apoyar, informar, orientar, asesorar sobre la FQ y el tratamiento
USUARIOS	Personas con Fibrosis Quística, patologías respiratorias como bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, laringitis, personas con neumonías repetitivas, personas con secuelas del covid19 y sus familias
RECURSOS HUMANOS	1 trabajadora social especializada en F.Q.
RECURSOS MATERIALES	Local 2, dotado de mobiliario, equipo informático, EPIS y material de oficina
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora multifunción, webcam, auriculares
PRESUPUESTO ECONOMICO	26.331,84€
FINANCIACIÓN PREVISTA	IRPF. Programas de interés social Dpto. de Innovación, Transformación Digital y derechos de los usuarios Ayuntamiento de Zaragoza. Área Social y de Familia. Dirección General de Igualdad y Familias IASS Fondos propios de la AAFQ Fundación Once Fundación Ibercaja-CAI

ACTIVIDAD Nº4: ATENCIÓN PSICOLÓGICA

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Apoyo psicológico a las personas y familias con FQ y patologías respiratorias
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia
DURACIÓN	Anual. Del 1 de enero al 31 de diciembre de 2021
DONDE SE DESARROLLA	Aragón
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Acogida de casos nuevos de FQ y facilitar apoyo psicológico, mediante terapias individuales, grupales y familiares de psicología. Actividad a demanda.
OBJETIVO	Ayudar y apoyar a las personas y familias de la asociación
USUARIOS	Personas con Fibrosis Quística, patologías respiratorias como bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, laringitis, personas con neumonías repetitivas, personas con secuelas del covid19 y sus familias
RECURSOS HUMANOS	1 psicóloga voluntaria especializada en F.Q.
RECURSOS MATERIALES	Local 2, dotado de mobiliario, equipo informático, EPIS y material de oficina
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora multifunción, webcam, auriculares
PRESUPUESTO ECONOMICO	0€
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ

ACTIVIDAD Nº5: TALLERES DE FORMACIÓN DE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA PARA PERSONAS Y FAMILIAS CON F.Q.

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Talleres de formación de educación terapéutica
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia.
DURACIÓN	Junio/septiembre y noviembre de 2021
DONDE SE DESARROLLA	Aragón. Los talleres actualmente se hacen on line mediante Zoom
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Actividades formativas dirigidas a las personas con FQ, patologías respiratorias y familias
OBJETIVO	Formar a las personas y familias con FQ y patologías respiratorias sobre la enfermedad y su tratamiento
USUARIOS	Personas con Fibrosis Quística, patologías respiratorias como bronquiectasias, discinesia ciliar primaria, bronquitis, bronquiolitis, laringitis, personas con neumonías repetitivas, personas con secuelas del covid19 y sus familias
RECURSOS HUMANOS	1 fisioterapeuta especializada en fisioterapia respiratoria.
RECURSOS MATERIALES	equipo informático y EPIS, material de oficina, programa de power point
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora multifunción, webcam, auriculares y programa de Zoom.
PRESUPUESTO ECONOMICO	500€
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ IRPF. Programas de interés social Dpto. de Innovación, Transformación Digital y derechos de los usuarios Ayuntamiento de Zaragoza. Área Social y de Familia. Dirección General de Igualdad y Familias IASS Fondos propios de la AAFQ Fundación Once Fundación Ibercaja-CAI

ACTIVIDAD Nº6: TALLERES DE FORMACIÓN DE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA PARA TÉCNICOS Y VOLUNTARIADO

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Formación para profesionales y equipo de voluntariado
TIPO DE ACTIVIDAD	Actividades formativas, reciclaje sobre actualización de FQ y tratamiento
DURACIÓN	Anual
DONDE SE DESARROLLA	Aragón. Presenciales o online.
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Actividades formativas dirigidas a profesionales y equipo de voluntariado
OBJETIVO	Formar a los profesionales y al equipo de voluntariado de la asociación.
USUARIOS	Profesionales de la asociación (fisioterapeuta, trabajadora social y psicóloga), así como el equipo de voluntariado (12 miembros)
RECURSOS HUMANOS	Profesionales de la materia para dar la formación específica
RECURSOS MATERIALES	equipo informático y EPIS, material de oficina,
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático con impresora multifunción, webcam, auriculares y programa de Zoom.
PRESUPUESTO ECONOMICO	700€
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ

ACTIVIDAD Nº6: ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN Y DE VISIBILIDAD

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Campañas de sensibilización y visibilidad
TIPO DE ACTIVIDAD	Actividad de sensibilizar y dar a conocer la enfermedad y el tratamiento a la población en general
DURACIÓN	Anual
DONDE SE DESARROLLA	Aragón
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Dar a conocer a la población en general y dar a conocer, visibilizar la enfermedad la importancia sobre la enfermedad y los temas de interés de nuestro colectivo de atención mediante actos, mesas informativas, iluminaciones, ruedas de prensa, medios de comunicación, proporcionar información para concienciar a la gente.
OBJETIVO	Sensibilizar, informar y dar a conocer a la población en general mediante campañas
USUARIOS	Población en general. Se estima alcanzar a más de 250 personas
RECURSOS HUMANOS	Voluntarios y personal de la asociación
RECURSOS MATERIALES	Material divulgativo: folletos, cartelería, redes sociales, página web, plotter
PRESUPUESTO ECONOMICO	300-500€
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ

ACTIVIDAD Nº7- ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO Y SOSTENIBILIDAD

DENOMINACION DE LA ACTIVIDAD	Actividades de fortalecimiento y sostenibilidad de la AAFQ
TIPO DE ACTIVIDAD	Propia
DURACIÓN	Anual
DONDE SE DESARROLLA	Aragón.
RESUMEN DE LA ACTIVIDAD	Actividades para unir el fortalecimiento asociativo y la sostenibilidad de la entidad, mantenimiento de la misma.
OBJETIVO	Implantar una estrategia de sostenibilidad económica, así como implicar a las personas y familias con FQ a través de un plan de voluntariado que garanticen los recursos para alcanzar la misión de la asociación
USUARIOS	Personas y familias con FQ
RECURSOS HUMANOS	Personal técnico y equipo de voluntariado
RECURSOS MATERIALES	Material oficina
RECURSOS TÉCNICOS	Equipo informático para sesiones on line cuando proceda
PRESUPUESTO ECONOMICO	5.000€
FINANCIACIÓN PREVISTA	Fondos propios de la AAFQ Donaciones privadas Venta de productos, loterías. Subvención Entidades Ciudadanas.



PLAN DE ACTIVIDADES 2021

SERVICIOS DE LA AAFQ	E	F	M	A	M	J	JL	A	S	O	N	D	RESPONSABLE
Servicio de fisioterapia respiratoria	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	Fisioterapeuta
Servicio de ejercicio terapéutico	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	Fisioterapeuta
Servicio de información, orientación y apoyo social	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	Trabajadora social
Servicio de apoyo psicológico	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	Psicóloga

[illegible]



ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN Y VISIBILIDAD	E	F	M	A	M	J	JL	A	S	O	N	D	RESPONSABLE
Día Mundial de las Enfermedades Raras		X											Equipo de voluntariado
Día Nacional del Trasplante			X										Equipo de voluntariado
Campaña de la X Solidaria de la Renta				X	X	x							Equipo de voluntariado
Día Nacional de la F.Q.				X									Junta directiva
Día Nacional del Donante de Órganos, Tejidos y Células						X							Junta directiva
Campaña escolar de la FQ									X				Junta directiva
Día Mundial de la FQ									X				Equipo de voluntariado
Semana Europea de la FQ											X		Equipo de voluntariado



ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO Y SOSTENIBILIDAD	E	F	M	A	M	J	JL	A	S	O	N	D	RESPONSABLE
Reuniones Junta directiva de la AAFQ													Presidente
Asamblea General de Socios				X								X	Junta directiva
Asamblea FEFQ			X										Junta directiva
Reuniones Federación			X			X			X			X	Junta directiva
Reuniones Cocemfe FAP AECEMCO						X							Junta directiva
Reuniones organismos públicos y privados													Junta directiva
Reuniones comité igualdad													Comité igualdad
Reuniones Comité código ético													Comité código ético
Actos benéficos y solidarios												X	Junta directiva
Reuniones divulgación/Difusión de la FQ	X	X	X	X	X	X	x	x	X	X	X	X	Voluntariado encargado de comunicación