

**ANEXO A****1.- DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA/ ACTUACIONES: "TIEMPO PARA TÍ"****2.- MOTIVACIÓN PÚBLICA Y SOCIAL: Apoyo a las personas cuidadoras de personas con discapacidad y/o dependencia****3.- ENTIDAD (nombre y NIF):** Plataforma El Techo es un Derecho; núm. G- 16921371.**4.- COLECTIVO DE ATENCIÓN:** Personas con discapacidad y/o dependencia**5.- NÚMERO DE BENEFICIARIOS:** A determinar en función del número de madres de niños con discapacidad en la ciudad de Melilla, que reúnan los requisitos de acceso al programa**6.- UBICACIÓN E INSTALACIONES:** Calle Horcas Coloradas-A, núm. 53 de Melilla,**7.- DURACIÓN PREVISTA (Calendario, horario):** Ocho meses**8.- MEMORIA TÉCNICA:****MEMORIA TÉCNICA:**

- Objetivo general
- Brindar un espacio que proporcione bienestar físico, psíquico, social y emocional a madres de niños con discapacidad fomentando así la reducción del estrés y mejora de su salud mental.
- Fomentar y fortalecer la resiliencia de las madres, dotándolas de estrategias emocionales y prácticas que les permitan afrontar los desafíos del cuidado de sus hijos con una actitud positiva, adaptativa y fortalecedora.

Las actividades previstas son:

- Taller de Bienestar Integral: Actividad Física y Relajación para Madres
- Taller de arte terapéutico
- Taller de expresión corporal y movimientos terapéuticos
- Taller de risoterapia, juegos y socialización.
- Taller de relajación y yoga para el bienestar emocional.

**9.- PRESUPUESTO TOTAL: 30.000,00 €****10-DESGLOSE DE GASTOS CORRIENTES:****- Personal Mínimo previsto:**

CATEGORÍA	JORNADA LABORAL	NUMERO DE TRABAJADORES	SALARIO BRUTO/MES (€)	SEG. SOCIAL/ EMPRESA (€)	COSTE TOTAL/MES (€)
MONITOR	½ JORNADA	1	870,00	286,00	1.156,00
TRABAJADOR SOCIAL	½ JORNADA	1	1.083,00	352,00	1435,00

**- Gasto en Personal (8 meses): 20.728,00 €****- Gasto en actividades y mantenimiento: 9.272,00 €**

Gastos: de Luz, Teléfono, Seguros, alquiler, asesoría, material de Limpieza, material auxiliar, taller y material de yoga, mobiliario.