

Datos de identificación do proxecto		
MODALIDADE <i>Marca só unha modalidade</i>	A. Proxectos/actuacións promovidos por administración públicas <input type="checkbox"/>	
	B. Proxectos/actuacións promovidos por entidades privadas <input checked="" type="checkbox"/>	
	C. Proxectos emprendedores/empresariais <input type="checkbox"/>	
NOME	FISIO-CHE BEN (R)	
ENLACES	www.fisiocheben.com facebook FISIO-CHE BEN FISIOTERAPIA	
CONCELLO	SAN SADURNIÑO PROVINCIA A CORUÑA	
ENTIDADE PROMOTORA	Nome completo	MÓNICA MUIÑO GARCIA
	Contacto	MÓNICA MUIÑO GARCIA
	Enderezo	Sanguíneira nº7 baixo, SAN SADURNIÑO 15562
	Tfno.:	981490447,69
	@	info@fisiocheben.com
	web	Www.fisiocheben.com
	AEDL	Nome e apelidos
	Entidade á que pertence	Concello de San Sadurniño
	Concello	Concello de San Sadurniño
	@	ignacio.fernandez@sansadurnino.dicoruna.es
	Papel no proxecto	Suxerir e apoiar medidas de difusión do proxecto: <ul style="list-style-type: none"> - envío postal sen dirección no propio concello e concellos limítrofes a fin de que a publicidade chegue casa por casa. - Aconsellar sinalizar nas estradas principais como chegar a FISIO-CHE BEN. Colaborar na organización de CICLO DE CONFERENCIAS OBRADOIRO PARA COIDADORES INFORMAIS, no concello de San Sadurniño. Colaboracion co ciclo Mulleres de San Sadurniño

Descrición do proxecto	
PRESENTACION	<p>FISIO-CHE BEN ® é un centro de FISIOTERAPIA E REHABILITACION afincado en SAN SADURNIÑO, na comarca de FERROLTERRA-ORTEGAL.</p> <p>Somos unha empresa do sector servicios, en concreto aportamos SERVICIOS SANITARIOS, tanto dende un labor preventivo como un labor curativo.</p> <p>Pertencemos a sociedade rural que tanto identifica a esta GALICIA nosa, e pretendemos dinamizala achegando os nosos coñecementos sobre saúde a poboación.</p> <p>Como servicios innovadores realizamos servicios externos de xestión de servicio de fisioterapia en dúas miniresidencias de maiores (RESIDENCIA O CASON MOECHE, RESIDENCIA SUA CASA SAN SADURNIÑO), ofertamos pilates terapéutico nas asociacións veciñais da zona (BARDAOS, VILABOA), especialidades en fisioterapia (drenaxe linfático manual, osteopatía, fibrolisis instrumental miofascial, pilates, etc...), promoción REGALA SAÚDE, REGALA FISIO-CHE BEN etc...</p> <p>O noso éxito radica en adaptarnos as necesidades dos pacientes e aportándolles a seguridade de que están sendo tratados por persoal cualificado.</p> <p>Temos presenza nas novas tecnoloxías coa nosa web que incorpora a novidade dun video exemplificativo de como chegar a nosa sede, xa que nos atopamos na zona</p>

rural e pode resultar difícil chegar para as persoas alleas a comarca.. Tamen temos presenza nas redes sociais pero sóamente para persoas vinculadas a clínica, pacientes, provedores, asociacións para que estean actualizados nas actividades que imos realizando no centro.

XUSTIFICACIÓN A idea de establecerme por conta propia naceu da necesidade de acercar servicios de calidade a comarca na que vivo, BARDAOS. Trátase dunha zona rural que podía ser un nicho de mercado potencial dando cobertura aos concellos de SAN SADURNIÑO, MOECHE, CERDIDO, SOMOZAS.

Por outra banda, tras traballar no sector privado da fisioterapia para outros centros, decindin emprender para poder ser eu a que marcara a forma de trballar. Na miña experiencia profesional traballei en centros que tiñan concerto con mutuas, seguros de saúde, etc... nos que a calidade de tratamento se orientaba en funcion do precio. En FISIO-CHE BEN, só tratamos pacientes privados, os tratamentos son de unha hora de duración e o son totalmente manuais.

DESCRIBIÓN DESCRIBIÓN Somos un centro de fisioterapia no rural en SAN SADURNIÑO. As nosas instalacións constan de 3 salas de tratamento individual, unha sala de espera, despacho, ximnasio e baño adaptado. O local dispon de rede wiffi a disposición dos usuarios. Dispomos de 6 prazas de aparcamento privado

OBXECTIVOS XERAIS

- Ofrecer un servicio de fisioterapia e saúde de calidade a poboacion de SAN SADURNIÑO e concellos limítrofes.
- facer de FISIO-CHE BEN® un punto de referencia en canto a saúde.
- Conseguir dinamizar a zona tendo presenza en diferentes eidos da nosa sociedade.
- Ser un referente en xestión de servicios externos de fisioterapia.

ESPECÍFICOS

- aportar unha formacion especialidade ó cliente
- conseguir unha fidelidade dos clientes para ser sempre o centro o que acudan.

ACTUACIÓNS ATENCION PRIMARIA:

- No noso propio centro
- A domicilio para aquelas persoas con mobilidade reducida ou dificultade para vir o noso centro.

CONFERENCIAS NO CONCELLO DE MOECHE

Dende FISIO-CHE BEN ® , pretendemos converternos nun punto de referencia na zona, non só no campo terapéutico, senon tamén nun campo educativo para a poboación da comarca, xa que moitas das patoloxías poden verse aliviadas fácilmente mediante exercicios. Dende esa perspectiva,e en colaboración co Concello de Moeche e a DEPUTACIÓN DA CORUÑA, leváronse a

cabo un CICLO DE CONFERENCIAS SOBRE A DOR DE ESPALDA. CONCELLO DE MOECHE, os días

- 15 de maio do 2009, adicado a ESPALDAS A SALVO
- 29 de maio do 2009, adicado a CONSELLOS PRÁCTICOS PARA PREVIR A DOR DE ESPALDA NA VIDA DIARIA
- 12 de xuño do 2009, adicado a CONSELLOS PRACTICOS PARA O ALIVIO DA DOR
- 26 de xuño do 2009, adicado a TALLER PARA PREVIR CAÍDAS NO FOGAR E NA RÚA

As charlas dirixíanse a todos aqueles veciños que participaban nos taller de memoria e de ximnasia de mantemento, cunha media de 15 asistentes por charla.

CONFERENCIAS NO CONCELLO DE SAN SADURNIÑO

Dende FISIO-CHE BEN, xunto co CONCELLO de San Sadurniño, coa colaboracion da XUNTA DE GALICIA e a CONSELLERIA DE IGUALDADE E BENESTAR, levamos a cabo un *OBRADOIRO PARA COIDADORES/AS QUE TEÑEN Ó SEU CARGO PERSOAS CON DIFICULTADES PARA VALERSE POR SI MESMA* durante o mes de decembro. O obradoiro levouse a cabo en 3 parroquias do concello (Lamas, Santa Mariña e Narahío) e foron 4 charlas en cada parroquia:

- O COIDADO DO COIDADOR
- COIDARSE PARA COIDAR
- COIDADOS BÁSICOS DO ENFERMO I
- COIDADOS BÁSICOS DO ENFERMO II

Con estas charlas o que se pretende é formar os veciños/as en maniobras que lles faciliten o coidado das persoas que teñen o seu cargo, para así previr a aparición de complicacións tanto nas persoas coidadas, como nas persoas que coidan.

CONVENIOS CON INSTITUCIÓNS

A dimensión de FISIO-CHE BEN ® é mais, tendo en conta que dende o centro coordinanse os servizos de fisioterapia das dúas miniresidencias da zona:

Residencia de maiores. O CASÓN. San Xurxo. Moeche.
Telf. 609125761. 981 404578



centro residencial mayores
SUACASA

Centro Residencial SuaCasa. Silvalonga. San Sadurniño.
Telf. 981490387

COLABORACIÓN EN CHARLAS NO CENTRO DE EMPREGO DE FERROL e BIC GALICIA

En colaboración coa empresa PROXECTOS, asistimos en calidade de PONENTE nunha conferencia para *XÓVENES EMPRENDEDORES* en FERROL o día 29 de ABRIL do 2009.

A experiencia foi positiva e tamén colaboramos noutra ponencia no SEMINARIO DE MOTIVACIÓN EMPRENDEDORA en colaboracion con FORMEGA, o día 21 de OUTUBRO do 2009.

PARTICIPACIÓN NA EXPOSICIÓN “MULLERES DE SAN SADURNIÑO”

O concello de San Sadurniño organizou o 8 de MARZO do 2009 unha exposición de MULLERES DE SAN SADURNIÑO, para conmemorar o día da MULLER TRABALLADORA .

A exposición centrouse en amosar as mulleres do concello nas súas distintas facetas e traballos con paneis fotográficos.

Dende FISIO-CHE BEN ® aportamos o noso graniño de area e tamén participamos

COLABORACIÓN CON FESTIVAL IRMANDIÑO

Lindando co noso concello, está o concello de MOECHE, do que destaca o CASTELO DE MOECHE (século XIV). En Moeche e dende hai 30 anos celébrase o FESTIVAL IRMANDIÑO reememorando a revolta IRMANDIÑA.

O festival necesitaba medidas de difusión polo que se fixeron uns trípticos que aboamos catro empresas da zona, entre elas FISIO-CHE BEN ®

COLABORACIÓN CON ENTIDADES DEPORTIVAS. EQUIPO DE VOLEIBOL FEMININO FISIOCHEBEN SAN SADURNIÑO

No 2012 asinamos un convenio de colaboración e patrocinio co equipo de VOLEIBOL de SAN SADURNIÑO. Dende FISIO-CHE BEN queremos colaborar coas actividades deportivas, o deporte non só é un beneficio claro para a saúde e desenvolvemento dos rapaces, é tamén potencia outros aspectos da vida: amizade, cooperación, respecto, educación.

Toda empresa debe ter unhas tarxetas de visita, a miña ademais incorpora un mapa para poder chegar o centro.

II. MAILING

O meu proxecto empresarial está afincado no seo rural do concello de San Sadurniño. A fin de darnos a coñecer en toda a zona, decidin facer un MAILING ós concellos de SAN SADURNIÑO (1200uds), Moeche (400uds) e Cerdido (400uds). Así enviáronse un folleto informativo a cada casa e local comercial dos concellos mencionados . Este envío fíxose cando se creou a empresa

En novembro do 2011 decidimos facer outro envío postal sen dirección pero esta vez destinada a parroquias de outros concellos do noso radio de influencia: DOSO, PEDROSO, SOMOZAS...

III. INDICADORES NAS ESTRADAS PRINCIPAIS

A ubicación de FISIO-CHE BEN ® é no lugar SANGUIÑEIRA (SN) da parroquia de BARDAOS, no concello de SAN SADURNIÑO. Trátase de zona rural polo que a sinalización é fundamental. Así colocamos 3 indicadores; 2 a nivel da carreterra principal FERROL-VIVEIRO AC-862

IV.VEHÍCULO ROTULADO

A fin de darlle un maior impulso a FISIO-CHE BEN decidin rotular o vehículo que uso para os meus desprazamentos profesionais. A verdade é unha boa forma de facer publicidade xa que na zona rural, todos nos coñecemos e moitos se quedan co nome da empresa ou coa páxina web.

V. MERCHANDISING

Como merchandising, fixemos unhas gorras para o verán do 2009 que se lle regalan a cada paciente na consulta.

O seguinte ano cambiamos de detalle publicitario para os nosos clientes e fixemos uns neceseres.

No 2012 fixemos unhas bolsas da compra a fin de difundir o máximo a nosa empresa.

VI. ENTREVISTAS

Como medida publicitaria foron de gran axuda as diferentes entrevistas que nos realizaron os xornais e medios

- VOZ DE GALICIA.
- PEGADAS
- AJE

VII. PROMOCIÓN: REGALA SAÚDE, REGALA FISIO-CHE BEN®

A idea desta promoción xurdeu dos propios pacientes do centro, os cales tras coñecer a clínica e os servizos que prestamos comezaron a regalar sesións os seus familiares ou amigos.

Esta idea despois, fomola desenvolvendo, e mesmo fixemos publicidade con “gancho”, como medida de captación de clientes.

VIII. BOCA A BOCA

Pero sen dúbida o éxito da miña empresa é o BOCA-A-BOCA. Non deixan de chegar pacientes que acuden a FISIO-CHE BEN porque lle falan ben do centro e iso ámate a seguir mellorando na calidade dos tratamentos.

IX. PECHAKUCHA

En decembro do 2012 participamos no certame PECHAKUCHA NIGHT FERROL, facendo unha ponencia sobre a fisioterapia.

USO DE FERRAMENTAS TECNOLÓXICAS NOS PROCESOS EMPRESARIAIS

I. PÁXINA WEB, CORREO ELECTRÓNICO

Con motivo de estar a última nos medios de difusión, creamos a nosa propia páxina web: www.fisiocheben.com e tamén dispoñemos de correo electrónico info@fisiocheben.com

II. GOOGLE MAPS

Para que todo o mundo localize ben FISIO-CHE BEN ®, rexistramonos en GOOGLE MAPS como empresa: CENTRO DE FISIOTERAPIA E REHABILITACION FISIO-CHE BEN.

III. REDE WIFFI NO CENTRO

A fin de ir cos tempos que corren, no centro dispoñemos de rede WIFFI a disposición de todos os clientes. A empresa instaladora é MIRA SERVIZOS.

IV. USO DE REDES SOCIAIS

FISIO-CHE BEN ® dispón do seu propio perfil en FACEBOOK chamado FISIO- CHE BEN FISIOTERAPIA.

Moitas empresas usan o facebook para atraer clientes, no noso caso o perfil de FACEBOOK é un perfil privado, xa que só se aceptan amigos cunha relación directa coa nosa empresa: pacientes-clientes, colegas do gremio e da ASOCIACIÓN DE JOVENES EMPRESARIOS.

O uso que lle damos é para publicar as novidades do centro, notas de prensa, promocións e para informar dos resultados no noso CLUB de VOLEIBOL.

VI. PARTICIPACION PROGRAMAS TELEVISION

Colaboramos co programa GRANDES LUGARES da TVG polo seu paso por BARDAOS.

RESULTADOS

A día de hoxe, FISIO-CHE BEN está presente na sociedade rural nos seguintes aspectos:

- servizo externo a miniresidencias de maiores.
- Atención fisioterapeutica a domicilio
- clases de pilates en asociacions veciñais VILABOA, BARDAOS
- conferencias nos concellos SAN SADURNIÑO E MOECHE
- seminarios de motivación emprendedora mediante a asociacion de JÓVENES EMPRESARIOS DE FERROL EUME E ORTEGAL.
- Atención especializada no centro.

A media de pacientes diaria é 24

ELEMENTOS SALIENTABLES

Os puntos salientables de FISIO-CHE BEN xa están reflexados no anterior punto xa que de salientarse son todas os campos de actuación e metodoloxías empregadas.

PERSPECTIVA DE FUTURO

A creación de FISIO-CHE BEN® como empresa no rural supuxo un cambio na mentalidade da poboación da zona. Moita xente descoñecía o papel do fisioterapeuta na súa saúde, algúns nunca foran e agora veñen, e outros que ían a outros centros agora veñen aquí.

A sostibilidade da nosa empresa basease nun acordo firme coas dúas miniresidencias da zona. Por outro lado tamén nos é de axuda a fidelidade que conseguimos co sistema de bonos co que traballamos, xa que son moitos os pacientes que acuden de forma periódica 1 día a semana, cada 15 días ou 1 vez o mes. Os grupos de traballo de pilates tamén nos permite ter un cupo de horas cuberto semanalmente.

Intentamos diversificar os servizos por exemplo levando os nosos coñecementos a poboación en xeral mediante ciclos de conferencias sobre a saúde.

Temos aberta liñas de negocio con novos centros xeriátricos e tamén temos o soño de poder FRANQUICIAR o noso modelo de negocio.

FINANCIACIÓN A principal fonte de financiamento é un préstamo con CONVENIO COA CONSELLERÍA DE TRABALLO, firmado co BANCO POPULAR, que ascende a 25000 €, a amortizar en 5 anos.

Ademais, foi de gran axuda a CONCESIÓN DAS SUBVENCIONS DA CONSELLERÍA DE TRABALLO

- PROMOCIÓN DO EMPREGO AUTÓNOMO (EXPEDIENTE: TR341D 2009/772-1). TIPO DE AXUDA: SUBVENCION POLO ESTABLECEMENTO COMO TRABALLADORA AUTÓNOMA de contía 7000€
- PROMOCION DO EMPREGO AUTÓNOMO (EXPEDIENTE: TR341D 2009/774-1). TIPO DE AXUDA: AXUDA EXCEPCIONAL de contía 956,84€

Tamén solicitamos a axuda do PROGRAMA EMEGA, pero non nos foi concedida.

**RECURSOS
EMPREGADOS**

Actualmente os recursos humanos empregados son:

- MÓNICA MUIÑO GARCIA, 28 anos, FISIOTEREPEUTA. Directora, propietaria e traballadora de FISIO-CHE BEN dende xaneiro do 2009
- TAMARA GARCIA LONGO, 28 anos, FISIOTERAPEUTA. Traballadora do centro dende marzo do 2011
- LUCIA MARIÑO QUINTELA, 28 anos, FISIOTERAPEUTA. Traballaodra do centro dende maio do 2013
- ARANZAZU SEDES GONZALEZ, 38 anos, PERSOAL DE LIMPEZA. Traballadora do centro dende setembro 2012

OUTROS DATOS

1. ADAPTACIÓN A LOPD

Dende novembro do 2009, en FISIO-CHE BEN, e a fin de protexer o máximo os nosos pacientes fixemos a ADAPTACIÓN A LOPD , coa empresa RB SOLUCIONES.

Nós, como profesionais sanitarios debemos velar pola

maior seguridade dos nosos pacientes, non só no campo terapéutico, se non que hai que cumprir as normativas en canto os datos médicos.

2. IMPLICACION NO ASOCIACIONISMO EMPRESARIAL: MEMBRO DE AJE FERROLTERRA

Con motivo de participar de forma activa na sociedade empresarial da comarca pertencemos a ASOCIACIÓN DE JÓVENES EMPRESARIOS FERROLTERRA.

Ademais, coa asociación acudimos a charlas de motivación emprendedora : no COLEXIO JORGE JUAN, PERLIO, Instituto SOFIA CASANOVA, instituto RODOLFO UCHA...

3. POLITICA MEDIOAMBIENTAL.

FISIO-CHE BEN ® só xera residuos de papel (papel camilla e papel de mans); e como política de medioambiente fixemos unha solicitude o concello para que no noso núcleo rural colocaran un contenedor de papel,

ENLACES	http://fisiocheben.com/
RELACIONADOS	http://www.falamedesansadurnino.org/media/Entrevista_Fisioche_ben.pdf
	http://vimeo.com/76829164
	http://www.falamedesansadurnino.org/imaxe/fisio-che-ben/
	http://www.ajeferrolterra.org/pages/directiva
	http://stgo.es/2012/12/pechakucha-ferrol-7-video-fotos/
