



PROJECTE ANUAL SALUT MENTAL SABADELL 2014



“Poble petit - gran” - 3ª edició Art a 4 mans - Ramon Casado i Jordi Junyent

C. de la Borriana, 13 2n
08202 Sabadell
Telf. 937274840
Fax. 937459198
salmensa@salmensa.org
<http://salutmentalsabadell.org>

INDEX

L'ASSOCIACIÓ	3
Breu ressenya històrica.....	4
Òrgan de govern - Junta Directiva Actual	5
Equip tècnic.....	5
JUSTIFICACIÓ	6
ÀMBIT TERRITORIAL	7
POBLACIÓ BENEFICIÀRIA	7
OBJECTIUS	8
PROGRAMA	8
SERVEIS I ACTIVITATS QUE OFEREIX L'ASSOCIACIÓ	9
Servei d'Atenció Familiar	9
Servei d'Atenció en el Domicili.	9
Servei d'Atenció psicològica.....	9
Grup d'Ajuda Mútua per a familiars.	10
Programa d'Educació per la Salut.....	10
SERVEIS ADREÇATS A LES PERSONES QUE PATEIXEN UNA MALALTIA MENTAL	11
Belluga't.....	11
Voluntariat.	11
Club Social	12
LÍNEES D'ACTUACIÓ I METODOLOGIA	15
Programa d'obertura a la societat i de desestigmatització.	15
Projecte "Art a Quatre Mans"	15
Projecte "Instants de Pleniluni"	16
Projecte musical "Krec'n'tu"	16
Treball coordinat per a la millora i/o creació de recursos.....	16
Participació en xarxa.	17
Sensibilització: Jornades i conferències.	17
Pla de comunicació i difusió.	18
Nova seu per a l'entitat	19
Nous projectes.....	20
Club Jove	20
Llar escola amb suport	22
Valoració i experiència Pisos dotacionals.....	23
Mirant el futur	23

L'ASSOCIACIÓ

Tipus d'associació :	Privada, àmbit social i declarada d'utilitat pública el 19/3/2013.
Destinatari :	Familiars dels malalts mentals
Registrada:	Departament de Justícia, nº 17.699 Departament de Benestar Social nº E02531
CIF	G-60965233
President/a :	Sra. Anna Maria Montseny Costa-Jussà
Adreça :	c/. De la Borriana, 13, 2n.
Telèfon :	93 - 727 48 40
FAX :	93 - 745 91 98
Correu electrònic :	salmensa@salmensa.org
Pàgina Web :	www.salutmentalsabadell.org
Municipi :	SABADELL
Codi Postal :	08202
Comarca :	VALLÈS OCCIDENTAL

<p>Som membres de:</p>	
<p>Col·laboració:</p>	

Breu ressenya històrica

Data constitució	Març 1994 com a delegació /filial de AFAMMCA. És constitueix com associació independent el novembre '94.
Va néixer	De la mà d'alguns professionals del sector i de 25 famílies que compartien: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Una mateixa problemàtica: el fet de tenir algun familiar afectat d'una malaltia mental. ➤ Una voluntat comuna: la de millorar la qualitat de vida dels malalts i llurs familiars.
Va créixer i mantenir-se fidel al compromís amb:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ L'atenció a les persones ➤ La sensibilització de la població. ➤ El treball en xarxa ➤ La defensa dels drets dels malalts i llurs familiars. ➤ La reivindicació i promoció de recursos. ➤ I la resta d'objectius que ens vam fixar.
Ha estat presidida	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sra. Teresa Tutusaus i Pomés des de març de 1994 a desembre de 1997. ➤ Sra. Maria Rodriguez Franco de gener de 1998 a desembre de 1999. ➤ Sra. Hermina Corbacho Fernández de Gener 2000 fins 2010. ➤ Sra. Anna M^a Montseny Costa-Jussà de Gener de 2011 fins l'actualitat.



Òrgan de govern - Junta Directiva Actual

Anna M. Montseny Costa-Jussà
Miquel Humbert i Rius
Rosa M. Roura Sánchez
Herminia Corbacho Fernandez
Montserrat Llobet Abizanda
Carles Peñarroya Fabregó
Marcel Alonso Farell
Mireia Rosell Simon

Presidenta
Tresorer
Secretaria
Vocal
Vocal
Vocal
Vocal
Vocal

Equip tècnic

Està format per :

Orientadora familiar: una professional 15 hores/setmana

Difusió i comunicació: una professional 10 hores/setmana

Secretaria de direcció: una professional 27 hores/setmana

Administració, una professional 18 hores /setmana

Membre Junta Directiva: Presidenta, no remunerada, a plena dedicació

Professionals del Club social, una coordinadora 34 hores/setmana i tres tècnics 26 hores/setmana.

Talleristes externs: 7 persones externes, cadascú en la seva especialitat, amb un total de 10 hores/setmana.

També cal tenir en compte, el suport incondicional de persones qualificades en diferents àmbits, que col·laboren voluntàriament i els membres de la Junta Directiva de l'entitat.



"Fills de la lluna" - 3ª edició Art a 4 mans -
Victor Polà i Maite Batalla Brossa

JUSTIFICACIÓ.

L'associació Salut Mental Sabadell, creada l'any 1994 per un grup de familiars de persones amb trastorn mental, té com a finalitat oferir suport integral, immediat i concret a les persones amb trastorn mental i a les seves famílies, de manera personalitzada i ajustada a les seves necessitats. Alhora, promou la millora i/o la creació dels recursos i serveis comunitaris per la recuperació personal i social de les persones amb trastorn mental.

Des de fa temps, els experts coincideixen en un concepte global de salut enfocat en el benestar general, en la funcionalitat satisfactòria i inclosa a la comunitat. La mateixa Estratègia Nacional de Salut (2006) inclou aquest concepte en les seves línies de treball i els seus objectius. Les persones amb malaltia mental pateixen un conjunt de símptomes als que si sumem els efectes de la medicació; el alt risc de desenvolupar altres malalties físiques; els hàbits poc saludables que sovint desenvolupen i el poc sentit d'autocura i la manca de motivació característica facilita que la persona s'aboqui a una situació de dependència i de risc d'exclusió social.

Per un altre banda, els familiars continuen sent la principal font d'atenció amb la que els professionals compten per recolzar el procés de rehabilitació i reinserció social de la persona amb problemes de salut mental. La família, doncs, esdevé l'encarregada de compensar les dificultats que presenta la persona amb trastorn mental mitjançant la utilització d'estratègies adequades.

Aquest rol de curador principal, molts cops esdevé en una situació de sobrecàrrega, moltes famílies necessiten suport per poder gestionar la malaltia i la pròpia situació d'angoixa i estrès.

Cal lluitar contra aquesta dependència, la persona ha de recuperar i desenvolupar les seves capacitats d'autonomia personal i social per tal d'esdevenir un agent actiu i responsable en la seva pròpia recuperació i que torni a gestionar el seu projecte de vida. Ha de tornar a desenvolupar-se satisfactòriament dins la societat i participar lliurement de la vida comunitària. Aquesta necessitat ha estat igualment detectada per la resta d'organismes del territori implicats en l'àmbit de la salut general i mental, amb els quals treballem de manera coordinada i continuada (Centre de Salut Mental Taulí, CAPs i Departament d'Inserció laboral).

Un factor molt important per assolir una plena inserció social, la normalització de la malaltia i, per tant, la complerta rehabilitació de la persona amb un trastorn mental, és la desestigmatització dins la societat de les malalties mentals. Son necessàries accions informatives i formatives que arribin a tots els àmbits dins la societat.

ÀMBIT TERRITORIAL

L'àmbit d'actuació comprèn bàsicament tot el territori que conforma l'àrea sanitària del Parc Taulí, és a dir, una població aproximada de 430.000 habitants. De tota manera, la població que solem atendre prové principalment de Sabadell amb un 94% de les intervencions, un 5% de les demandes provenen de Barberà del Vallès i Terrassa i l'altre 1% provenen de diferents poblacions properes.

Les comarques del Vallès tenen una gran densitat de població i els recursos són clarament insuficients, tant els sanitaris com socials, per atendre i realitzar una intervenció integral a tota la població diana, tenint en compte la gran complexitat del tema.

POBLACIÓ BENEFICIÀRIA

Els nostres beneficiaris més directes tenen dos tipus de perfil força definits:

1. **Persones amb trastorn mental.** Poden experimentar una alteració en les seves capacitats d'autogestió, així com una manca de motivació per prendre iniciatives. També presenten problemes a nivell funcional i social.
2. **Familiars / cuidadors de persones amb trastorn mental.** Persones que amb necessitat d'orientació per la gestió de la situació, formació per dur a terme la tasca de cuidadors i suport psicosocial per la sobrecàrrega emocional que pateixen.

Actualment hi ha **160 famílies associades** i els beneficis directes del servei arriben a unes **700 persones**.

Com a **beneficiaris indirectes** tenim:

1. professionals de la salut i de l'àmbit de l'atenció social
2. població general.

OBJECTIUS

General

Promoure la millora del benestar i qualitat de vida de les persones amb trastorn mental i les seves famílies.

Específics

- Impulsar l'adopció d'estils de vida saludables que afavoreixin el manteniment de la salut integral
- Contribuir a la creació de recursos i a la millora dels existents
- Lluitar contra l'estigma social que genera la malaltia mental
- Alleugerar la sensació de càrrega subjectiva que perceben molts familiars
- Oferir informació i formació sobre la malaltia mental i el que comporta
- Afavorir la coordinació entre els diferents dispositius, el treball en xarxa i la continuïtat en l'atenció a les persones amb trastorn mental
- Facilitar l'adequada vinculació a la xarxa sanitària i social
- Promoure la participació comunitària i l'autonomia personal de tots els membres de la família
- Potenciar els recursos personals per afrontar i resoldre els problemes

PROGRAMA

El programa que presentem respon a les necessitats que la mateixa associació i els diferents dispositius de la ciutat, amb els que treballem coordinadament, hem detectat de manera clara. Fa més de 10 anys que l'entitat està desenvolupant un programa semblant (amb una evolució lògica que respon a l'evolució que s'ha produït tant dins l'àmbit de la salut mental com a la pròpia societat). El programa actual es desenvoluparà al llarg de tot l'any 2014, exceptuant el mes d'agost per vacances dels treballadors.

L'expectativa de continuïtat és clara, el programa es seguirà desenvolupant en els propers anys tot seguint l'enfocament comunitari i de treball coordinat entre tots els agents implicats en la salut mental. Comptem amb el recolzament de tota la xarxa territorial implicada i ens anima la valoració positiva dels resultats que obtenim amb el programa.

Les diferents accions de les que es compona el programa són les següents:

SERVEIS I ACTIVITATS QUE OFEREIX L'ASSOCIACIÓ

Servei d'Atenció Familiar.

Servei dirigit per un professional i adreçat a famílies que pateixen dificultats derivades de la manca de salut mental. És un espai personalitzat de suport, informació, assessorament i orientació. Es valora cada cas en particular, es detecten les necessitats i es gestiona conjuntament amb la xarxa sanitària i social (atenció primària i especialitzada). Mitjançant entrevistes personalitzades es pot realitzar el seguiment de cada família oferint una atenció integral. Concretament, les intervencions que s'inclouen en aquest servei són:

- ⇒ Informació, assessorament i orientació sobre temes relacionats amb la salut i el benestar
- ⇒ Gestió de casos, pla d'intervenció personalitzat
- ⇒ Suport i acompanyament psicosocial
- ⇒ Entrenament bàsic en pautes d'atenció, comunicació i convivència
- ⇒ Derivació a d'altres serveis (interna i/o externa)
- ⇒ Seguiment

Servei d'Atenció en el Domicili.

- ⇒ Psicoeducació (formació sobre la malaltia mental)
- ⇒ Gestió de l'estrès
- ⇒ Habilitats de Vida Diària
- ⇒ Foment de la participació comunitària
- ⇒ Rehabilitació cognitiva
- ⇒ Intervenció familiar

Servei d'Atenció psicològica.

1.- Assessorament psicològic:

Sovint les persones i/o famílies han de fer front a situacions complicades, decisions difícils, èpoques de canvi, de crisi... En aquests moments pot ser convenient un

suport extern, 1 -2 entrevistes d'assessorament i orientació psicològica per retrobar el camí.

2.- Teràpia psicològica:

Altres vegades, la situació requereix d'un procés terapèutic més enllà de l'assessorament. El malestar emocional i la complexitat de la problemàtica fan necessària una intervenció més intensa.

Motius de consulta més freqüents:

- ⇒ Ansietat
- ⇒ Estats depressius
- ⇒ Dificultats de relació amb els altres
- ⇒ Gestió d'emocions
- ⇒ Relació de parella
- ⇒ Conflictes familiars
- ⇒ Malestar emocional
- ⇒ Trastorns mentals diversos

Modalitat:

- ⇒ Individual
- ⇒ Parella
- ⇒ Familiar

Grup d'Ajuda Mútua per a familiars.

Persones que comparteixen una temàtica i experiències comunes i desenvolupen activitats de creixement personal, suport mutu i relació.

Programa d'Educació per la Salut. Tallers monogràfics

- ⇒ Psicoeducació: Concepte de malaltia mental, símptomes, causes, conseqüències i recursos per la recuperació.
- ⇒ Comunicació i habilitats socials
- ⇒ Resolució de problemes: Aprenentatge concret de pautes per resoldre els problemes quotidians.
- ⇒ Gestió d'emocions i estrès
- ⇒ Hàbits saludables

SERVEIS ADREÇATS A LES PERSONES QUE PATEIXEN UNA MALALTIA MENTAL

Belluga't

Activitat d'exercici físic que afavoreix tant la integració social com el benestar físic i mental. Comptem amb la col·laboració de l'Ajuntament de Sabadell, a través d'un conveni amb la Regidoria d'Esports amb el que ens fan garanteixen la cessió d'un espai en un Poliesportiu Municipal.

Hem pogut ampliar el servei un dia més a la setmana. Comptem amb un equip de voluntaris format per 3 persones amb preparació esportiva i de primers auxilis que han dissenyat, conjuntament amb la monitora professional, una taula d'exercicis que realitzen els dilluns. Aquests voluntaris han estat col·laborant amb el programa els cursos anteriors i ja tenen un coneixement dels usuaris i de la dinàmica de les sessions. Cada mes han mantingut una reunió de seguiment amb la responsable de l'entitat d'aquest servei.

Voluntariat.

Promou la participació comunitària i la inclusió social de les persones amb trastorn mental a través de l'acció voluntària. Es proporciona orientació i assessorament en l'àmbit del voluntariat i es realitza un acompanyament del procés d'adaptació i formació del voluntari. Les tasques es poden desenvolupar a la nostra entitat o a un altre entitat del territori.

Aquest any, un equip de persones col·laboradores, *amb o sense trastorn mental*, han donat suport als diferents programes de l'entitat. Les tasques que han desenvolupat són les següents:

- ⇒ Suport al grup de música
- ⇒ Itinerància de l'exposició d'Art a 4 Mans
- ⇒ Acompanyaments en les sortides del club social
- ⇒ Classes d'anglès
- ⇒ Classes de gimnàstica
- ⇒ Acompanyament taller informàtica
- ⇒ Suport administratiu

Club Social LA XAMBA



L'objectiu principal és el de facilitar recursos i motivar les persones amb un trastorn mental sever per tal que augmentin la seva salut, autonomia i l'inclusió social. Les activitats que es programen estan dissenyades per potenciar les capacitats de l'usuari i facilitar la seva participació comunitària.

Des del Club Social La Xamba, es busca, sobretot, potenciar l'arrelament social dels usuaris que en formen part i el lligam amb el territori en que actua. Un objectiu específic d'aquest recurs és aconseguir la màxima vinculació amb els elements que constitueixen la xarxa comunitària natural (associacions, centres cívics, llocs de trobada natural, festes tradicionals, activitats de lleure i cultura, etc), per tal de facilitar el trànsit de la persona usuària al seu entorn comunitari proper. Es per aquest motiu que l'espai del club esdevé un espai obert a la comunitat, tenint sempre present que les activitats impulsades des del club poden ser compartides amb altres persones que no estiguin vinculades al món de la salut mental (especialment amb aquelles persones de la comunitat veïnal) les quals poden gaudir i compartir experiències i coneixements, per tal de poder ampliar el mutu coneixement i enriquiment personal, actuant, de pas, sobre la desestigmatització de la malaltia mental.

Per tal de poder acollir persones joves amb un diagnòstic recent en el club social i poder-los-hi oferir tots els recursos de que disposem que poden ser molt adequats per a la seva rehabilitació, hem acordat amb el Centre de Salut Mental Parc Taulí, que ens farien la derivació, tant dels usuaris com de les seves famílies amb qui crearíem un grup específic de suport.

El programa anual consta de la següent tipologia d'activitats:

1.- Tallers que faciliten als usuaris aplicar els coneixements adquirits a la seva vida per tal de fomentar els hàbits saludables, activar la ment per la millora de la capacitat d'afrontar els reptes de la vida quotidiana, fomentar l'autoestima i la creativitat i afavorir la participació comunitària (**teatre, Coral, etc**).

2.- Equip de futbol sala. Amb aquesta activitat esportiva es potencia tant la realització d'un esport de manera regular, com les relacions interpersonals. Aquesta

activitat està totalment oberta a la participació de persones que no estiguin afectades per malaltia mental, ja que la lliga en la que es participa pretén fomentar expressament la relació amb persones de l' àmbit de la salut mental, per tal de que els nostres usuaris no es limitin a conformar grups aïllats de la societat.

3.- Horticultura ecològica. Tenim un compromís amb el medi ambient, i amb la potenciació dels hàbits saludables, i aquesta activitat ens permet respondre ambdós, a més de ser una activitat que es dona en un espai comunitari, on es comparteixen recursos amb altres associacions i hortolans veïns i permet, per tant també el foment de les relacions i vincles socials.

4.-Comissions de treball. Constitueixen una bona eina per potenciar l'autonomia, iniciativa i responsabilitat dels usuaris, a través de la seva participació en el disseny desenvolupament de diferents tasques necessàries pel funcionament del club.

5.- Voluntariat. Aquest programa té un triple benefici: Es contribueix en la creació de comunitats més solidàries, es cobreix una necessitat personal o social, i per últim, i des de la perspectiva de la persona que realitza el voluntariat es possibilita un canvi de rol social on l'usuari amb problemes de salut mental passa de ser cuidat a exercir el rol de cuidador, incidint així en aspectes relacionats amb el procés d'empowerment. Des d'aquesta intervenció, a més es fomenta l'intercanvi amb la comunitat i el mutu coneixement i solidaritat de forma recíproca. Cada any presentem candidatura a l'acte de reconeixement públic, que organitza l'Ajuntament de Sabadell, dins el marc del Dia Internacional del Voluntariat, a la persona o les persones que han destacat per la seva acció voluntària al llarg de l'any.

6.- Activitats relacionals i sortides de cap de setmana. El Club social participa sovint en activitats conjuntes amb altres entitats de la ciutat que no tenen relació amb el nostre col·lectiu, com són les associacions excursionistes i de defensa de la natura, entre altres. Els caps de setmana es realitzen sortides lúdiques, culturals o esportives, per tal de fomentar les relacions, la curiositat i l'adquisició de coneixements i l'enriquiment personal. Activa i nombrosa participació al programa **Apropa Cultura** que des del inici de l'oferta, ara fa tres anys, ens ha permès de gaudir de espectacles de música, teatre i dansa de gran qualitat al TNT, Auditori de Barcelona, Centre Cultural de Terrassa entre d'altres, ja que ofereix un nombre limitat d'entrades a preus assequibles, per la capacitat econòmica dels nostres socis.

Celebrem la incorporació de Sabadell al programa, on ja hem participat amb l'oferta de les entitats de la ciutat.

7.- Activitats de relació i lleure. Una de les fites importants del club consisteix a trencar amb l'aïllament i la manca de relacions socials. El local constitueix un punt de trobada pels usuaris, on poden relacionar-se i també fer altres activitats com jocs de taula, llegir, escoltar música, assaig teatre, coral, creació artística, convidat del mes, grup de música, consultar internet. És en aquest espai on es realitzen, cada dijous, l'assemblea d'usuaris, que és l'espai del que disposa l'usuari per compartir les seves opinions, suggeriments i iniciatives, així com és l'oportunitat per informar-se de les activitats que es fan, tant al centre com a la comunitat.

8.- L'equip professional, juntament amb cada soci, elaboren un **programa individual** amb el que, partint de la seva realitat, es projecten les línies d'actuació per tal d'aconseguir els objectius personals i donar suport per tal de potenciar l'auto-gestió personal i l'inclusió comunitària.

Els professionals del club continuarem amb la dinàmica de foment de l'autonomia i la participació social per tal de potenciar la recuperació i la inclusió social dels nostres usuaris.

Des del club social continuem apostant per la millora dels procediments per tal d'obtenir una millor eficiència en les nostres intervencions.

Tanmateix, tenim plantejat el repte de millorar la vinculació de les persones que han debutat recentment en un trastorn mental, i que, degut a les seves característiques especials, tenen una major dificultat a adaptar-se al servei. Sabent que el CS pot ser un recurs especialment rehabilitador per aquests casos, creiem en la necessitat de destinar esforços suficients per tal de poder respondre a les particularitats d'aquest col·lectiu, i així evitar en la mesura del possible l'aïllament i el deteriorament. És per això que estem desenvolupant intervencions grupals i individuals per tal d'aconseguir l'inclusió social i la recuperació d'aquestes persones.

Des del 2013 en que vàrem atendre unes 74 persones afectades de malaltia mental, la demanda s'ha incrementat. Un 87,8% de persones ateses tenen perfil de club i s'han vinculat de forma estable al servei. Tenint en compte que la majoria d'ells conviu amb la família, els **beneficiaris directes** del servei pot xifrar-se en unes 240

persones, dels quals més del 80% són residents a Sabadell. La demanda segueix creixent i serem creatius per donar-hi resposta.

LÍNEES D'ACTUACIÓ I METODOLOGIA

Programa d'obertura a la societat i de desestigmatització.

Seguint amb el plantejament de fer-nos visibles en la societat, tenim previst continuar amb un seguit d'accions encaminades a que ens coneguin millor i d'una forma desestigmatitzada:

Projecte "Art a Quatre Mans"



Activitat iniciada al 2010. La metodologia seguida consisteix en desenvolupar conjuntament una creació artística entre un professional de l'art i una persona amb malaltia mental iniciada o no en el món artístic. Les disciplines artístiques són molt variades (pintura, ceràmica, escultura, fotografia, graffiti, poesia, collage, cant...). L'objectiu perseguit és afavorir la integració i la desestigmatització del nostre col·lectiu mitjançant l'art com a eina de l'expressió personal i comunicació.

El setembre de 2011, varem inaugurar l'exposició de la primera edició de les obres fetes a 4 mans.

Amb la voluntat que l'exposició fos itinerant, el disseny contemplava elements que fessin de suport a totes les obres, independentment de les característiques dels espais on s'ubiqués, realitzades per un equip d'usuaris i voluntaris membres de la Comissió Artística.

Ara hem consolidat un equip de 10-12 persones que són els responsables del muntatge i desmuntatge per la itinerància.

Art a 4 mans és un projecte ha vingut per quedar-se. Ara estem preparant la 4a edició que s'inaugurarà, el setembre de 2014, per després començar a exposar-ho ens diferents espais, com en les edicions anteriors.

Projecte “Instants de Pleniluni”

Activitat dins els IES de la ciutat amb els objectius de contribuir a la formació dels adolescents sobre les malalties mentals i afavorir la detecció i atenció precoç de possibles malalties incipients entre la població d'alumnes. L'activitat s'inclou en el marc del Programa anual de la Regidoria



d'Educació de l'Ajuntament de Sabadell, “Ciutat i Escola” i consta de la projecció d'un curtmetratge (realitzat per l'associació) i en el posterior debat al que dona peu el curt. En aquest debat intervenen, per part de l'entitat, un psicòleg, una persona amb malaltia mental i un familiar.

Projecte musical “Krec'n'tu”



Promou el desenvolupament personal i millora de la salut mitjançant la creació i interacció en un grup musical. Els membres són persones amb malaltia mental i col·laboradors que, després d'un temps raonable d'aprenentatge,

treball en equip, assajos, creativitat... han assolit la capacitat d'actuar en públic.

La música aplicada a col·lectius de risc d'exclusió social, està donant uns resultats sorprenents ja que com a llenguatge de comunicació no verbal, ofereix una sortida a la creativitat així com als sentiments, fet que no acostuma a trobar resposta en altres tractaments que es desenvolupen per vies de comunicació oral. L'expressió no verbal mitjançant l'art que no utilitza conceptes o idees, sinó el llenguatge emocional, és una eina eficaç en el procés comunicatiu.

Treball coordinat per a la millora i/o creació de recursos.

L'entitat promou i col·labora en la consecució d'avenços en l'atenció en salut mental segons indica el Pla Director. El treball es dur a terme amb diferents departaments de l'Ajuntament de Sabadell, amb el Centre de Salut Mental Parc Taulí. Els àmbits

primordials d'intervenció són actualment el de l'atenció sanitària, els recursos d'habitatge i ocupació per a persones amb trastorn mental. És de destacar, en aquest àmbit, el treball realitzat pel Grup de Treball de Salut Mental, creat l'any 2012 en l'àmbit del Consell de Salut, per iniciativa de la Regidora Sra. Cristina Moreno i de la que formem part des del inici. L'objectiu actual és el desplegament a Sabadell del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions, ja que el diagnòstic de recursos existent i necessitats per cobrir ja està fet.

Participació en xarxa.

El treball en xarxa és necessari per garantir una atenció integral i amb continuïtat. La nostra entitat està coordinada amb els professionals dels dispositius del territori (Atenció primària sanitària i social, Centre Salut Mental Parc Taulí Adults/infanto-juvenil, EAIA, Xarxa social especialitzada, Entitats 3er. Sector i recursos comunitaris normalitzats), tant de manera puntual per gestionar diferents casos concrets com de manera regular per treballar temàtiques més generals dins:

- ❖ La Taula Municipal de Salut Mental
- ❖ Consell Municipal de Salut
- ❖ Consell de Ciutat en representació del Consell de Salut
- ❖ Taula Tècnica de Salut mental
- ❖ Coordinadora del Vallès
- ❖ Plataforma Vàlua (entitats del tercer sector)

Sensibilització: Jornades i conferències.

La formació en salut mental i prevenció de la salut en general és una prioritat. El programa va adreçat a tothom (professionals, a familiars, a persones amb trastorn i població general) ja que creiem que la salut és cosa de tots.

Al llarg del primer semestre de 2014 està previst fer les següents activitats:

30/01/2014	seu de la filial del Vallès Occidental de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques	El suïcidi, un problema de salut. Parlem-ne?	Diego J Palao - Director Executiu SM - Acadèmia Ciències Mèdiques Victor Pérez - Societat Catalana Psiquiatria i Salut Mental Cecilia Borràs - Després del suïcidi. Associació de supervivents Anna M Montseny - Presidenta Salut Mental Sabadell
------------	---	---	--

01/04/2014	Il·lustre Col·legí d'Advocats de Sabadell	De ciutadans de ple dret a ciutadans perillosos La proposta de reforma del Codi Penal	Sra. M^a Teresa Puig Amat: <i>advocada i membre de la Junta de Govern del Col·legi d'Advocats de Sabadell.</i> Dr. Diego Palao: <i>Director executiu del CSM Parc Taulí.</i> Sr. Josep Antoni Rodriguez: <i>Jutge del Jutjat Penal 21 de Barcelona.</i> Sra. Lourdes Ciuró. <i>Diputada CiU per Barcelona al Congrés.</i> Sr. Carles Corcuera: <i>Diputat PSC per Barcelona al Congrés.</i> <i>Presenta i modera:</i> Sra. Anna Maria Montseny, <i>presidenta de Salut Mental Sabadell.</i>
------------	---	---	---

A més, aquest any 2014 proposem:

1. **Conferència sobre la felicitat a càrrec de Jordi Grané.** La conferència es farà durant el mes de maig.
2. **III Jornada “La Salut Mental la fem entre tots”.** Organitzada conjuntament amb el Centre de Salut Mental Taulí, l'Ajuntament de Sabadell i l'ICASS. Hi col·laboren professionals de l'atenció primària i especialitzada de l'àmbit de la salut i de l'atenció social i a la drogodependència. També hi col·laboren de manera directa persones amb malaltia mental, familiars i experts en el tema del “pacient expert”. Es durà a terme de cara al setembre.
3. Actes amb motiu de la commemoració dels 20 anys de la creació de SMS i 10 anys de la creació del Club LA XAMBA, coincidint amb el canvi i inauguració a la nova seu de l'entitat al carrer Diego Almagro, 42 baixos

Pla de comunicació i difusió.

Per tal de donar una imatge positiva dels nostres socis seguirem treballant la presència en els mitjans de comunicació, i per tant en la societat amb activitats lúdiques i culturals a la ciutat. Mantenim contacte amb El Diari i Ràdio de Sabadell, Canal 50, El punt, Ràdio Barberà, Ràdio Nicòsia, Canal Terrassa Vallès, COM Ràdio, Catalunya Ràdio, Diari Ara, El país, Solidaritat Digital i TV3. També disposem d'un espai web www.salutmentalsabadell.org on tothom es pot adreçar per conèixer el nostre programa i contactar amb l'entitat, i també estem a la xarxa social facebook.

Nova seu per a l'entitat.

Per dur a terme totes les activitats del nostre projecte ens cal un espai adient. Fa dos anys, conscients d'aquesta necessitat ens vàrem adreçar a l'Ajuntament per fer la demanda, ja que creiem que tant la nostra entitat com el projecte, són d'àmbit ciutadà i comunitari, i per tant obert a qualsevol persona que vulgui participar.



Ara ja podem dir **“Aquest any sí!!”** ja que la nova seu ja es una realitat i serà operativa a finals de Juny. (Carrer Diego Almagro, 42 baixos - 08204 Sabadell)

Per les dimensions i la ubicació, volem que sigui un punt de referència per la promoció de la Salut Mental i la vida comunitària.

Totes les persones que formem part de Salut Mental Sabadell estem molt il·lusionades i som conscients que la nova seu es una realitat degut al treball col·laboratiu i en xarxa amb que a Sabadell treballem totes les parts implicades amb la Salut Mental, Administració, Institucions, Associació i per aquest projecte també tenim la col·laboració de l'empresa IKEA, que ens aporta l'equipament interior del local.

Volíem fer coincidir la inauguració de la nova seu amb el 20e aniversari de la creació de SMS i el 10e de la creació del Club Social LA XAMBA. Per celebrar-ho prepararem un programa d'actes que durant dos mesos volem compartir amb les persones que ens acompanyen en aquest camí.

La il·lusió per el camí fet no ens fa oblidar però, el que encara manca per fer. Som conscients de les mancances que encara hi ha en els recursos destinats a una bona Salut Mental i les amenaces que en nom de la Reforma del Codi Penal i d'altres planen com núvols amenaçadors. La nostra actitud serà ferma i executiva davant de qualsevol circumstància que menystingui la dignitat i els drets de les persones afectades per un trastorn mental i les seves famílies.

Us esperem al nostre costat i gràcies pel camí fet conjuntament.

Nous projectes.

Les condicions de que disposem a la nova seu ens permeten ser més ambiciosos i iniciar nous projectes, amb que ens comprometem, per ser coherents amb el nostre objectiu de promoure la Salut Mental.

Club Jove

El Club per a Adolescents i Joves és un recurs que treballa en l'àmbit de la salut mental i que ofereix un servei socioeducatiu a través del lleure i la gestió del temps lliure. Es tracta d'un recurs complementari als serveis educatius i de salut.

Generalment, les respostes que es donen dins d'aquest àmbit giren en torn als tractaments mèdics i farmacològics. Hi ha una manca d'espais on s'ofereixi una alternativa o una complementarietat a aquests tipus de tractaments que, tot i ser necessaris, no són suficients per a poder donar suport a les persones en totes les seves àrees, ni per a poder satisfer altres necessitats. És a partir d'aquesta situació que es considera necessari un projecte, la finalitat del qual sigui la creació d'un espai de lleure i de temps lliure per a joves i adolescents amb trastorns mentals, per tal de fomentar i mantenir vincles afectius amb l'entorn i crear espais que possibilitin l'adquisició d'habilitats socials com l'autonomia i la participació, i competències personals relacionades amb la creació de xarxes per tal d'aconseguir la seva integració social en el sentit més normalitzat possible.

Com a element innovador cal destacar que es tracta d'un servei pioner que s'escapa de les dinàmiques que enguany envolten el tractament dels joves amb malaltia mental, dinàmiques que giren, principalment, entorn de l'àmbit sanitari i escolar.

Es considera una oportunitat, i a la vegada un dret, que aquests joves disposin d'un recurs socioeducatiu centrat en el lleure. Un espai de temps lliure dins l'àmbit d'educació no formal amb la finalitat de promoure la integració social i la millora de la qualitat de vida.

La novetat radica en que no existeixen aquest tipus de serveis adaptats i exclusius per adolescents dins la nostra àrea d'actuació. La necessitat de crear el servei ens ha sobrevingut a través de la demanda de les famílies i professionals de l'atenció socio-sanitària, que constaten el buit que hi ha pel que fa l'atenció en integració social en adolescents amb malaltia mental. Aquests assenyalen que són necessaris per complementar els serveis ja existents, ja que els adolescents amb trastorn mental

presenten moltes dificultats d'integració social. Aquestes dificultats tendeixen a empitjorar el pronòstic i dificulta la recuperació de la persona, ja que fomenta l'aïllament i la pèrdua de habilitats ja adquirides.

Per aquest motiu, creiem necessària la creació d'un nou recurs, dins del "Club Social LA XAMBA" que respongui a la millora d'aquests joves i famílies pel que fa a la inserció social la qual repercutirà de forma directa en la millora de la qualitat de vida. Per altra banda, el fet de treballar en l'àmbit del temps lliure permet incidir en la prevenció a diferents nivells: prevenció en l'ús i el consum de drogues, prevenció en la realització d'activitats de risc i prevenció en l'aïllament social. Permet, també, potenciar la creació de vincles i relacions socials saludables i d'aquesta manera oferir diferents circuits de participació i integració en la comunitat.

El recurs té una capacitat de 10 participants. Les activitats es duen a terme en horari divers, depenent de les necessitats de les pròpies activitats.

Aquestes estan dissenyades en funció dels següents objectius:

OBJECTIUS GENERALS:

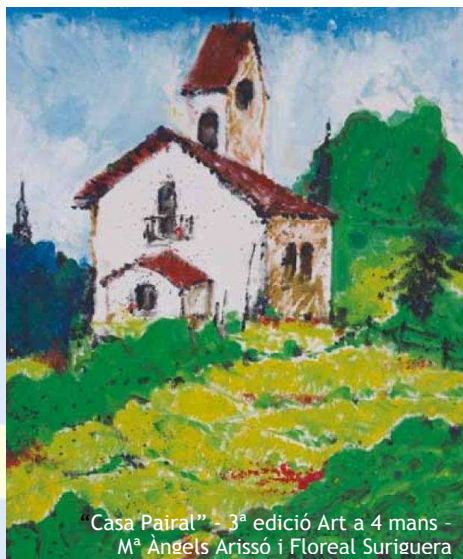
1. Millorar la qualitat de vida del joves i adolescents amb trastorn mental i les seves famílies.
2. Afavorir un espai de suport i de prevenció social a diferents nivells.
3. Potenciar l'adquisició d'habilitats i d'hàbits socials.
4. Crear un espai de lleure juvenil per aquells joves amb dificultats per accedir als serveis comunitaris ordinaris.

OBJECTIUS ESPECÍFICS.

1. Potenciar les relacions socials naturals.
2. Potenciar hàbits de salut física i mental.
3. Potenciar la participació en els recursos culturals, lúdics i esportius que ofereix la comunitat.
4. Potenciar la participació i autogestió dins el grup i la comunitat.
5. Potenciar l'autonomia i l'instauració del propi itinerari vital.

Llar escola amb suport

La possibilitat d'accedir a un habitatge de manera autònoma significaria un pas decisiu cap a l'autonomia residencial, personal i una major inclusió social. Com associació volem oferir un programa que desenvolupa un procés d'aprenentatge encaminat a adquirir les capacitats i habilitats necessàries per una vida domèstica i comunitària autònoma.



La Llar escola amb suport és un programa diürn de promoció a l'autonomia ubicat a la comunitat, que té com a objectiu potenciar les capacitats personals i d'autogestió de persones amb trastorn mental per tal d'afavorir el desenvolupament del propi projecte vital dins la comunitat. El fet d'adquirir les estratègies necessàries per saber definir els problemes i resoldre'ls pas a pas, esdevindrà en un major grau de funcionament autònom. Amb aquest programa, els fem el suport necessari perquè aprenguin a viure en un context normalitzador i integrador, fomentant la recuperació i adquisició de capacitats per assolir la major autonomia possible.

OBJECTIU GENERAL

Millora de la qualitat de vida i satisfacció personal de persones amb trastorn mental i les seves famílies a través de la promoció de la autonomia personal i la integració a la comunitat.

OBJECTIUS ESPECÍFICS

1. Facilitar la participació comunitària i l'accés als diferents recursos i serveis del barri i la ciutat.
2. Promoure les habilitats per gestionar les activitats de vida diària, cura personal i domèstica d'una manera més saludable.
3. Potenciar i entrenar les capacitats personals per afrontar les diferents situacions de la vida quotidiana.
4. Afavorir el desenvolupament de la motivació per l'autogestió.
5. Contribuir a la recuperació integral i plena de la persona amb malaltia mental.

6. Potenciar les habilitats relacionals i distribució de tasques quan es tracti d'una parella.

Valoració i experiència Pisos dotacionals

L'experiència dels pisos del Parc Central ha estat precedida pel que, es podria anomenar, una prova Pilot a l'Edifici Via Alexandra. En aquells moments (2011 - 2012), vàrem seleccionar i dur a terme el seguiment d'una parella que van accedir a un habitatge en el citat edifici. L'experiència fou tant positiva que ens va animar a continuar-la a l'Edifici Parc Central ampliant el nombre d'habitatges.

Aquest cop, s'han realitzat entrevistes a onze candidats dels quals, després del procés de selecció, han quedat quatre persones que s'ajustaven als criteris d'inclusió. Dos dels mateixos ja tenien experiències prèvies d'haver residit de manera autònoma durant un període concret. Actualment, tornaven a residir amb la família ja que la seva situació econòmica no els permetia l'accés a un habitatge autònom. En referència als altres dos candidats, la dificultat principal per esdevenir autònoms, ha estat la manca d'autonomia personal i una forta dependència vers la família.

En tots el casos s'ha realitzat una valoració inicial del grau d'autonomia i s'ha dissenyat un pla d'intervenció molt personalitzat. La implicació i compromís del llogater és central i bàsica per tal d'assolir els objectius marcats en el pla d'intervenció així com un bon ajust amb el professional que li ofereix el suport. També hi ha altres factors importants a tenir en comte com, per exemple, la col·laboració familiar, el treball en xarxa amb altres professionals implicats, el procés sanitari del llogater...

En general valorem el projecte de manera molt positiva. ha significat una oportunitat única per a persones que, d'un altre manera, no podrien haver accedit a una normalització comunitària tant bàsica com un habitatge propi. Han donat un important salt qualitatiu en el seu grau de rehabilitació i de integració comunitària ja que han estant trencant amb la dependència vers un cuidador familiar.

Mirant el futur

Pla estratègic 2013 - 2015:

Fem nostra la missió del Pla integral de Salut Mental i addicions :

“Contribuir a la millora de la salut mental de la població i a la disminució de les desigualtats socials de les persones amb trastorn mental i addiccions identificant les seves necessitats integrals, millorant l’atenció que reben, incrementant les seves oportunitats d’integració i possibilitant l’acció interdepartamental planificada dels serveis sanitaris, socials, educatius, d’integració laboral i de justícia.”

El nostre compromís el concretem amb els punts.

- ❖ Treballar en xarxa per al desenvolupament del Pla integral d’atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions a la ciutat, conjuntament amb la Corporació Sanitària i Universitària Parc Taulí i l’Ajuntament de Sabadell.
- ❖ Lluita contra l’estigma.
- ❖ Convertir el Club Social la Xamba en un referent d’inclusió social comunitària.
- ❖ Programa de suport a les famílies: **Capacitant els ciutadans actius de la seva salut mental**
- ❖ Millora de la inserció laboral en entorn normalitzat
- ❖ La promoció de la residència per a persones amb malaltia mental greu
- ❖ Mesures d’àmbit judicial
- ❖ Seguiment i millora del protocol d’urgències psiquiàtriques

Sabadell, abril de 2014

Anna M. Montseny i Costa-Jussà
Presidenta