MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2011

C. de la Borriana, 13 2n
08202 Sabadell
Telf. 937274840
Fax. 93-745 91 98
salmensa@salmensa.org
http://salutmentalsabadell.org

INDEX

INDEX ---------- 2
PRESENTACIÓ ---------- 3
L'ASSOCIACIÓ ---------- 4
Qui som? ---------- 4
Dades generals ---------- 4
Breu ressenya històrica ---------- 4
Àmbit geogràfic d'actuació ---------- 4
Organigrama de l'entitat ---------- 5
Recursos humans ---------- 5
MODEL D'ATENCIÓ A LES FAMÍLIES ---------- 6
Servei d'atenció a les famílies (S.A.F.) ---------- 6
Grups de formació i suport ---------- 8
Sortides de familiars, socis i professionals ---------- 9
FORMACIÓ, INFORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ ---------- 10
COMUNICACIÓ I DIFUSIÓ ---------- 12
ACTIVITATS ANUALS ---------- 13
Commemoració del Dia Internacional de la Dona. ---------- 13
Dia Mundial de la Salut Mental ---------- 13
Commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental a Sabadell ---------- 13
PROJECTES DESENVOLUPATS ---------- 14
Art a Quatre Mans. Procés creatiu per a la millora de la salut mental ---------- 14
"Pa i Tertúlia". Berenar associatiu ---------- 15
Saló Ability ---------- 15
"Instants de Pleniluni". Curtmetratge a les escoles ---------- 15
Taller de Coaching ---------- 16
Grup musical "Els Orfeus" ---------- 16
PARTICIPACIÓ EN ALTRES ACTIVITATS ---------- 17
Visita directora general de l'ICASS ---------- 17
Jornada de Benchmarking sobre Salut Mental a l'Atenció Primària ---------- 17
Tertúlies sobre Salut Mental ---------- 17
TREBALL EN XARXA ---------- 18
VOLUNTARIAT ---------- 19
ACTIVITATS ADREÇADES ALS USUARIS ---------- 21
Belluga't ---------- 21
Servei de Club Social ---------- 22
AGRAÏMENTS ---------- 32
ANNEXES ---------- 33

PRESENTACIÓ

Salut Mental Sabadell, continua fidel als objectius que van motivar la seva creació l'any 1994. El context actual, canviant i difícil, ha fet que calgués ajustar l'estratègia per aconseguir-los.

L'experiència acumulada, és una eina valuosa per a seguir endavant, i el compromís i la lleialtat amb el projecte i les persones que en formem part, és l'eina que ens impulsa cap al futur.

Els reptes són grans però també ho és la il·lusió per a aconseguir-los. Aquest any hem focalitzat la nostra activitat en quatre eixos:

- ***Els nostres socis,*** a qui hem ofert escolta activa, empatia i partint del coneixement acumulat, vies per a cercar respostes a les necessitats expressades. També activitats relacionals i de lleure per enfortir el vincle associatiu.
- ***Els socis del Club Social LA XAMBA***, a qui oferim un espai de relació amb la comunitat i adquisició d'habilitats socials i pràctica d'activitats significatives que ho facin possible. A part dels tallers i sortides hem desenvolupat els projectes ***Art a 4 Mans i Orfeus,*** que propicien el compromís, la comunicació amb l'entorn i l'empoderament que faciliten l'autonomia personal.
- ***Fer present i desestigmatitzar la malaltia mental*** - és una malaltia- amb activitats que tinguin presència pública i ressò mediatic, en entorns on no és habitual la seva presència. Hem creat un curtmetratge ***"Instants de Pleniluni",*** que partint d'un jove amb símptomes de trastorn mental, analitza les seves reaccions i les del seu entorn, i propicia el diàleg, al acabar la projecció, entre el públic assistent i persones coneixedores de la problemàtica.
- ***Enfortir el treball en xarxa,*** amb les diferents Regidories de l´Ajuntament, el Centre de Salut Mental del Taulí, Associacions, amb qui compartim l'objectiu de procurar l'atenció i el benestar de les persones afectades per una malaltia mental i les seves famílies, i entitats ciutadanes, amb l'objectiu de potenciar, posar en valor els recursos que tenim entre tots i minorar l'impacte que l'actual situació social i econòmica produeix en una majoria de persones de tota condició.

En nom de la Junta Directiva i propi, reitero el compromís amb els objectius exposats i la voluntat de diàleg i lleialtat amb totes les institucions que ho fan possible, així com l'agraïment a persones i entitats que han col·laborat amb nosaltres per fer-ho possible i que puguem dir BENVINGUT 2012.



Anna Mª Montseny Costa-Jussà

Presidenta
Salut Mental Sabadell

L'ASSOCIACIÓ

Qui som?

Som una Associació de Familiars de persones amb malaltia mental (no lucrativa) que treballa voluntàriament per millorar la qualitat de vida de les persones amb trastorn mental i dels seus familiars, així com garantir l'exercici dels seus drets, mitjançant:

- ⇨ El seguiment personalitzat, el suport, la formació i assessorament de les famílies.
- ⇨ La detecció, recollida i canalització de les seves demandes.
- ⇨ La representació i interlocució davant de les administracions.
- ⇨ La promoció i reivindicació de recursos sociosanitaris, sociolaborals i de lleure.
- ⇨ La participació en la Xarxa sociosanitaria Territorial.
- ⇨ La prestació de serveis adreçats a familiars i usuaris.
- ⇨ La denuncia de situacions sociosanitaries intolerables.
- ⇨ La sensibilització de la Població i els mitjans de comunicació

Dades generals

Tipus d'associació :	Social, sense afany de lucre.
Destinataris :	Familiars de persones amb malaltia mental
Registrada:	Departament de Justícia, nº 17.699 Departament de Benestar Social nº EO2531
CIF	G-60965233
President/a :	Sra. Anna Mª 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 :	http://www.salmensa.org
Municipi :	SABADELL
Codi Postal :	08202
Comarca :	VALLÈS OCCIDENTAL

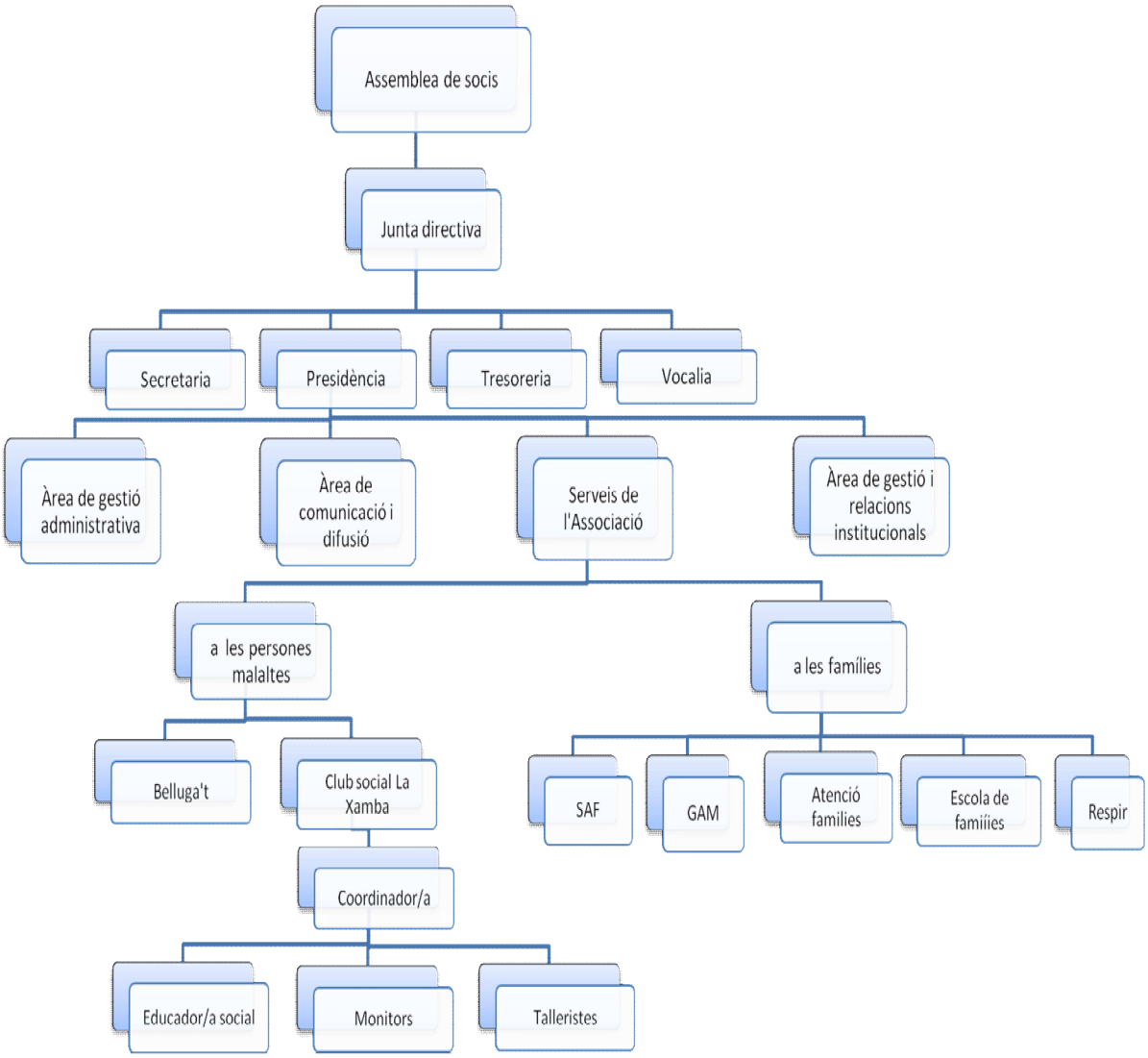
Breu ressenya històrica

Ha estat presidida	⇨ Sra. Teresa Tutusaus des de març de 1994 a desembre de 1997. ⇨ Maria Rodriguez Franco de gener de 1998 a desembre de 1999. ⇨ Hermínia Corbacho Fernández de gener de 2000 a desembre de 2010. ⇨ Anna Mª Montseny Costa-Jussà de gener de 2011 fins l'actualitat
Va néixer	De la mà d'alguns professionals del sector i de 25 famílies que compartien: ⇨ **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:	⇨ L'atenció a les persones ⇨ La sensibilitazació 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. ⇨

Àmbit geogràfic d'actuació

L'àmbit d'actuació és la població de Sabadell i la subcomarca del Vallès Occidental (formada per les 11 poblacions del voltant).

Organigrama de l'entitat



Recursos humans

L'equip humà de l'associació continua sent de vuit professionals i una persona no remunerada, membre de la junta directiva, responsable de la gestió i coordinació, a dedicació complerta.

Club Social	
Coordinadora	30 h /setmana
Educadora	26 h/setmana
Treballadora Auxiliar	25 h/setmana
Treballadora Auxiliar	25 h/setmana

Completen l'equip de personal remunerat del club, set talleristes externs que dediquen 8 hores setmanals i cobreixen aquells tallers més professionalitzats, a més a més, hi ha un seguit d'activitats realitzades (120 hores) per estudiants de pràctiques de la Universitat Autònoma de Barcelona.

Associació	
Atenció famílies	27 h/setmana
Secretària Direcció	27 h/setmana
Comunicació Difusió	10 h/setmana
Administració	18 h/setmana

Al personal remunerat, s'hi ha d'afegir 13 voluntaris, dels quals 8 fan tasques a l'associació i 5 al Club, a més dels socis, membres o no de la Junta Directiva.

MODEL D'ATENCIÓ A LES FAMÍLIES

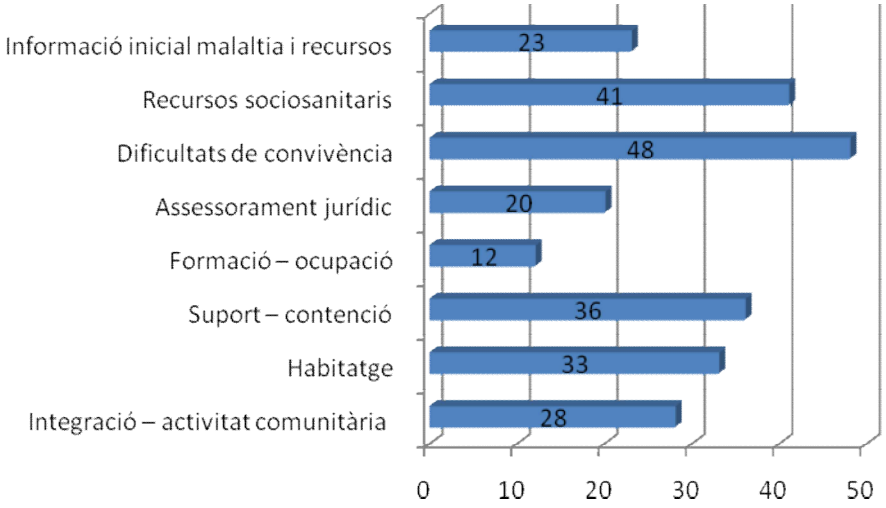
Servei d'atenció a les famílies (S.A.F.)

És un programa personalitzat de suport integral, informació, assessorament, orientació i formació adreçat a tota la família.

A partir d'una primera entrevista es fa la valoració del cas, un estudi de les necessitats i es dissenya el pla d'intervenció. La gestió de cada cas es realitza en coordinació amb els serveis sanitaris, socials i comunitaris d'atenció primària i especialitzada. Aquest tipus d'atenció pot realitzar-se en el propi domicili de la família si el cas així ho requereix.

Un total de **99 persones / famílies** han estat ateses per diferents demandes puntuals d'informació i assessorament principalment de recursos socials. Aquesta atenció ha requerit un total de **225 entrevistes.**

Les demandes es poden classificar en diferents tipologies:



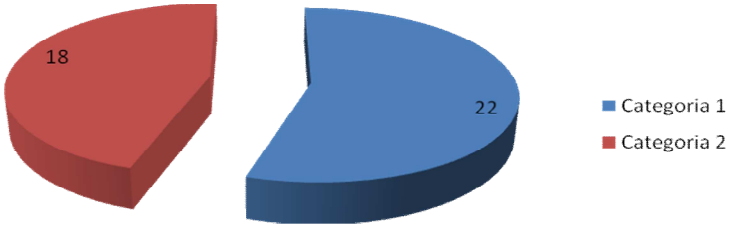
<u>Acollides</u>.

40 famílies ateses en primera visita, 3 de les quals s'han associat.

Les demandes es poden classificar en dos grans categories:

Categoria 1.- demanda d'informació molt generalitzada, des de la pròpia malaltia, recursos sociosanitaris, assessorament jurídic, pautes de convivència...

Categoria 2.- demanda específica d'activitat.



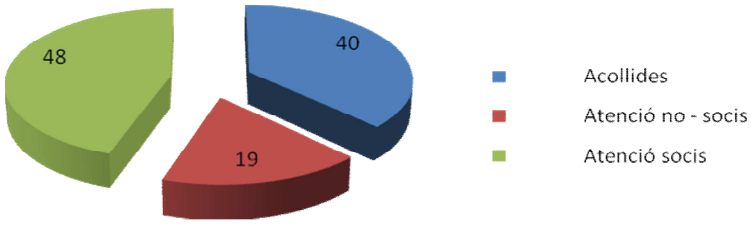
Atenció - No socis.

Un total de **19 persones / famílies** no sòcies de l'entitat han estat ateses per diferents demandes puntuals d'informació i assessorament principalment de recursos socials. Aquesta atenció ha requerit un total de **23 entrevistes** i recerca de recursos principalment d'habitatge, ocupació i dubtes jurídics.

Atenció socis.

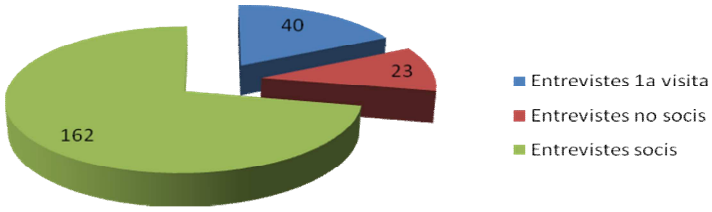
En aquest cas des del servei s'han atès a **48 persones / famílies** associades a l'entitat (5 d'aquestes són socis becats). La gestió de cada cas ha requerit de diferents quantitats d'entrevistes, arribant a un total de **162 visites directes**.

FAMILIES ATESES



TOTAL= 107 FAMÍLIES ATESES

ENTREVISTES DIRECTES



TOTAL= 225 ENTREVISTES DIRECTES

El treball indirecte per gestionar-les s'ha realitzat en conjunt amb professionals d'altres dispositius, específicament:

- Equip de treball social del Taulí
- Equip d'atenció psiquiàtrica del Taulí
- Equip de treball social d'atenció primària
- Serveis socials de l'Ajuntament de Sabadell
- Centre de dia de Terrassa
- CSMA – Mútua de Terrassa

- Fundació Tutelar Lluís Artigas
- Associació de familiars – AREP
- Associació – Joia
- FECAFAMM - Jurimm
- FEAFES – assessoria jurídica
- Advocat privat
- Equip d'Atenció a la Infància i l'Adolescència de l'ajuntament de Sabadell
- Cáritas
- Associació ETHOS
- Sabadell Sostre
- Centre Sara
- Associació SCAI
- Centre de Dia
- Servei d'Atenció a Persones amb Discapacitat

Quadre resum SAF – 2011

TOTAL FAMÍLIES ATESES	**107**
Acollides	40
Atenció no - socis	19
Atenció socis	48
TOTAL ENTREVISTES DIRECTES	**225**

Grups de formació i suport

Grup d'ajuda mútua

Espai on un grup de familiars de persones amb trastorn mental, que presenten una problemàtica semblant, comparteixen experiències i situacions viscudes. Plantegen temes d'interès comú i es donen suport mutu.

El grup ha augmentat els seus membres fent un total actual de 8 persones. L'objectiu clarament més assolit és el d'autogestió. Durant aquest any, s'ha treballat de manera central la millora de les capacitats d'organització, participació i gestió de cada un dels membres. Podem dir que, a dia d'avui, el grup te la capacitat d'autogestionar-se i que la professional que n'estava plenament al càrrec l'any 2010 ha passat a ser l'assessora i col·laboradora.

Grup Escola de Famílies

La manca de formació específica és una de les dificultats més grans amb que es troben les famílies. Com a resposta els oferim unes sessions formatives en grups reduïts. Es treballen de manera sistemàtica un seguit de coneixements, habilitats i actituds necessàries per a millorar la relació entre la persona amb trastorn i el seu entorn familiar i comunitari. Es pretén dotar a la família de les eines necessàries per esdevenir més competents en els seu paper dins la rehabilitació del seu familiar. El curs combina la teoria amb la pràctica i promou la participació activa dels assistents. El contingut es troba dividit en tres temes bàsics: **psicoeducació,**

comunicació i millora del clima familiar, resolució de situacions conflictes i abordament de l'estrès.

Aquest any 2011 s'han organitzat dos grups amb horaris diferents segons les preferències dels assistents.

Les sessions s'han realitzat a les instal·lacions de l'associació amb una periodicitat quinzenal i amb una durada de 7 mesos. Els dos grups han assolit bé el contingut del curs

Reforç formatiu a les sessions d'Escola de Famílies

Febrer 2011	FUNDACIÓ FUNAMMENT: (Acompanyament social, respir familiar, club social, habitatges...)	**Sr. Carles Coarasa**. Gerent de la Fundació FUNAMMENT
Març 2011	Presentació de la Fundació Privada Tutelar Família i Societat	**Sr. Ricard Lázaro:** Gerent Fundació Família i Societat. **Sra. Ingrid Torra:** Treballadora Social Fundació Família i Societat.

Grup de Capacitació

Adreçat a persones amb trastorn mental, amb l'objectiu bàsic de promocionar les seves capacitats personals per tal d'assolir una major autonomia i una major responsabilitat vers la seva pròpia recuperació.

El resultat de varis mesos de motivació ha donat la participació d'un grup de 6 persones i ha estat un èxit.

Sortides de familiars, socis i professionals

2 de juliol, **Cooperativa "La Fageda"**



Varem fer una visita guiada a la Cooperativa "La Fageda".



Varem dinar tots junts i varem gaudir de l'increïble paisatge de la zona volcànica de la Fageda d'en Jordà

8 d'0ctubre, Solsona



En el marc del Dia Mundial de la Salut Mental vam organitzar una sortida conjunta de familiars, usuaris i professionals, juntament amb l'Associació Suport Castellar a Solsona. Varem passar tot el dia, compartint amb la resta d'associacions de familiars de Catalunya, una jornada commemorativa del Dia Mundial de la Salut Mental, amb diverses activitats lúdiques i també varem poder gaudir d'un dinar comunitari.



11 de desembre 2011, Sant Fruitós del Bages



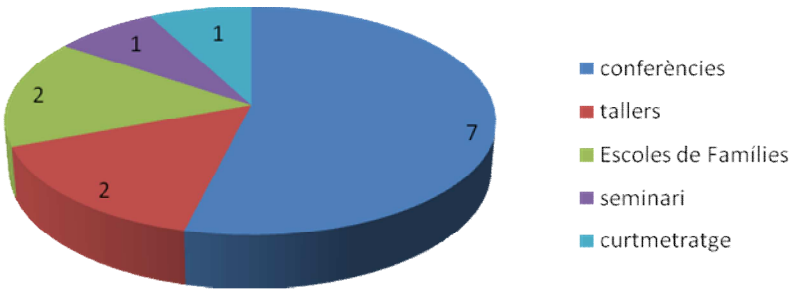
Una vintena de persones de la nostra associació, entre professionals, persones amb malaltia mental i familiars, ens varem desplaçar amb autocar fins a Sant Fruitós del Bages, amb l'objectiu de visitar la Fundació Alícia, i de fer un taller de cuina.

El taller de cuina va estar impartit per un professional de l'alta cuina. Varem elaborar un 1er plat, un 2n plat i unes postres, molt adients per les dates nadalenques que s'apropaven.

FORMACIÓ, INFORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ

La formació, la sensibilització dels familiars, dels professionals, de les administracions i de la població en general és un dels objectius prioritaris de la nostra associació.

Amb aquest objectiu, al llarg de l'any 2011, **hem programat 7 conferències, 2 tallers, 2 xerrades per a pares o escoles de famílies, 1 seminari i la presentació d'un curtmetratge elaborat en DVD per Salut Mental Sabadell.**



<u>Objectiu general:</u>

Oferir a les persones afectades per malaltia mental i als seus familiars, així com al públic en general la formació i la informació adient per tal que coneguin els recursos del territori i els puguin aprofitar.

Adjuntem quadre de les conferències.

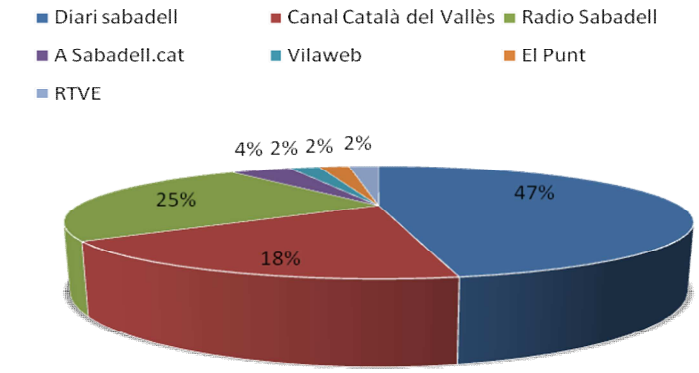
Gener 2011	Convenció de nacions Unides sobre discapacitat i Salut Mental. Marc legal. D'on venim,on som , i a on anem.	**Albert Rodriguez Fernandez**, Advocat SC Fundació.Vocal de l'Ass. Empresarial DINCA
Febrer 2011	Més sobre el model d'atenció comunitària: Noves Aportacions.	**Dr. David Clusa.** Metge Psiquiatre. Cap de Departament de Salut Mental de Sant Pere Claver Fundació Sanitària. **Sra. Anna Carrió.** Treballadora Social. Psicòloga. Coordinadora Centre de Dia

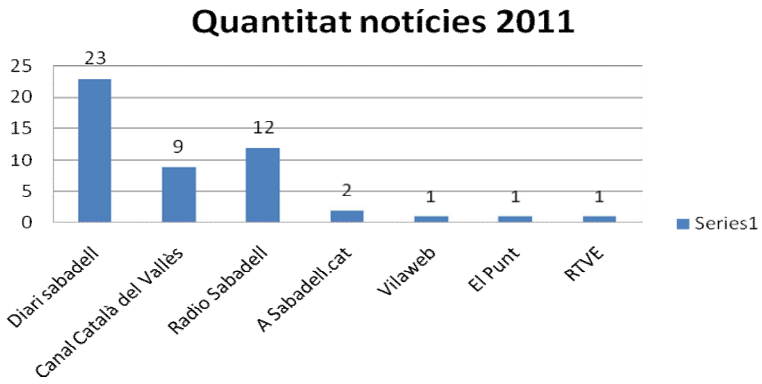
		Serveis Salut Mental Sant Andreu. Fundació Vidal i Barraquer. **Dra. Gabriela Severino.** Metge Psiquiatre del CSMA de la Corporació Sanitària Parc Taulí.
Març 2011	Drets de les persones amb malaltia mental, no exercits, i la seva repercussió en les dones cuidadores.	**Sra. Sílvia Vèrnia**, representat de l'àmbit de la salut i afers socials de la Sindicatura de Greuges de Catalunya,
Abril 2011	Presentació Pla Integral de Salut Mental i Addiccions	**Esther Rovira**, Responsable Pla Integral de Salut Mental i Addiccions.
Maig 2011	El procés terapèutic: Les necessitats de les persones usuàries i les seves famílies	**Aleix Caussa**, Codirector Spora. (Consultoria Psicosocial).
Juny 2011	La incidència de l'estigma en la rehabilitació del pacient	**Anna Miñarro** Psicòloga especialista en Clínica. Docent,Assessora i supervisora Institucional
Juny 2011	Medicina Integrativa. Homeopatia. Aplicacions en salut mental	**Teresa Garcia Caballero**. Metgessa Homeòpata.
Octubre 2011	Taller pràctic sobre "Gestió de l'estrès i Relaxació"	**Montserrat Baró**, terapeuta Gestalt y Coach
Novembre 2011	Seminari sobre: "RESILIÈNCIA, una manera de guanyar el futur"	**Sr. Jordi Grané**, coautor amb Anna Forés del llibre "LA RESILIÊNCIA: crecer desde la adversidad" **Sra. Josefina Piquet**, "la nena del 36".
Novembre 2011	Presentació del curtmetratge "**Instants de Pleniluni"**	*Estrenat a la Sala Cultura d'Unnim amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental a Sabadell*, per tal de sensibilitzar i informar sobre la malaltia mental, i amb un col·loqui posterior amb familiars de persones que pateixen la malaltia.
Novembre 2011	Sessió per donar a conèixer el **Coaching,** com a eina per gestionar les situacions.	**Mª Carme Echevarria**, Coordinadora de reeducacions i formació.
Desembre 2011	Sessió **"Moviment Teràpia"**	**Maria Elisa Al Cheikh Strubinger**

COMUNICACIÓ I DIFUSIÓ

Per tal de garantir una acurada difusió dels actes que hem organitzat, hem contactat amb els següents mitjans de comunicació: Diari Sabadell, Ràdio Sabadell, Canal 50, El punt, Ràdio Barberà, A Sabadell.cat, Ràdio Nicòsia, Canal Terrassa Vallès, COM Ràdio, Catalunya Ràdio, Diari Ara, El país, Solidaritat Digital, TV3.

La nostra presència als mitjans de comunicació ha estat la següent:





Hem elaborat 150 cartells i 600 pasquins que s'han repartit als punts estratègics de Sabadell, Barberà i Cerdanyola. D'aquesta manera hem pogut arribar al públic en general.

Per tal d'informar als nostres socis de les activitats i dóna'ls-hi l'oportunitat de participar en aquelles activitats que millor responguin a les seves necessitats, hem fet una tramesa mensual.

També hem fet difusió de les nostres activitats mitjançant correu electrònic a tota la nostra base de dades. (Ajuntament Sabadell, CS Parc Taulí, 3r sector, voluntaris, ...)

WEB

Durant el darrer trimestre del 2011, ens hem dedicat a refer, la nostra web, amb l'objectiu de fer-la més àgil, més dinàmica, i així, facilitar la informació a les persones que la visitin. Tenim previst acabar aquest projecte durant els primers mesos del 2012.

FACEBOOK

Al llarg d'aquest any, hem continuat amb el manteniment de la pàgina de facebook que es va crear l'any passat.

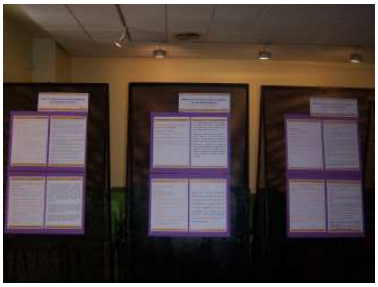
Aquesta eina ens permet informar de les nostres activitats i actes, a una població que no és la nostra habitual.

ACTIVITATS ANUALS

Commemoració del Dia Internacional de la Dona.



Cada any, en el marc del Dia Internacional de la Dona, Salut Mental Sabadell organitza actes protagonitzats per les dones de l'associació que representen el 80% dels socis i que són les que més patim les conseqüències d'una malaltia mental mal atesa, que ens afecta molt especialment, ja que som les dones les que estem més en contacte amb la persona amb malaltia mental, les que vivim la situació de més a prop, les que patim pel que suposa veure patir a un esser estimat, i per la mancança de recursos per abordar la situació.



Aquest any 2011 hem exposat una Mostra testimonial de casos de dones cuidadores, sòcies de Salut Mental Sabadell, dins l'acte de la conferència "**Drets de les persones amb malaltia mental, no exercits, i la seva repercussió en les dones cuidadores".**

Dia Mundial de la Salut Mental



Aquesta commemoració representa una altra oportunitat per traslladar a la societat les nostres reivindicacions.

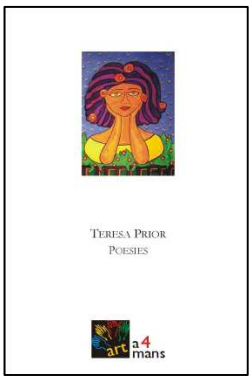
Com anys anteriors organitzem, des de la nostra federació, un acte per trobar-nos totes les associacions de Catalunya, en la celebració col·lectiva del DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL, enguany a Solsona, amb el lema, "**La gran aposta: invertir en salut mental"**

Commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental a Sabadell



Aquest any hem commemorat el Dia Mundial amb l'acte de la Cloenda de l'exposició de la 1ª edició **d'ART A 4 MANS.**

L'acte el vam dur a terme el diumenge, 9 d'octubre a les 11 h. a l'Auditori de l'Obra Social d'UNNIM



PROJECTES DESENVOLUPATS

Art a Quatre Mans. Procés creatiu per a la millora de la salut mental

Objectius generals:

- Sensibilitzar la societat sobre la importància de la salut mental i reduir l'estigma que hi ha sobre les malalties mentals per facilitar la integració d'aquestes persones a la comunitat.
- Posar de manifest que, si bé les persones som diverses i diferents, totes tenim aspectes que podem desenvolupar.
- Oferir als nostres socis una eina valuosa per redescobrir i ser conscients de les seves potencialitats.

Metodologia:

- Posar en contacte un soci del Club Social amb un artista local reconegut.
- Als tallers de l'artista professional o bé a espais comunitaris cedits per les Institucions, portar a terme les trobades amb l'objectiu de facilitar l'intercanvi d'experiències i la comunicació, mitjançant la realització d'una obra artística.



- La importància del projecte no recau en l'obra final, que s'exposarà, sinó en el procés creatiu que viu cada parella artística: el diàleg, l'intercanvi d'experiències, emocions i impressions, el vincle que es forma.

Exposició

- En l'exposició es van mostrar les obres artístiques, i en el catàleg varem recollir les vivències que el projecte havia generat en els participants.



- Tots els participants hem viscut un procés engrescador i transformador que no es fàcil de transmetre a les persones que ho hi han participat, però que justifica i dona resposta als objectius plantejats.
- L'exposició és itinerant, i el disseny contempla elements que fan de suport a totes les obres, independentment de les característiques dels espais on s'ubiqui.

Resultats

- Hem aconseguit generar interès i complicitat en els nostres socis, i que la nostra comunitat tingui constància de que totes les persones som igualment vàlides i valuoses. Ara ens coneixen tal i com som, per sobre de prejudicis i etiquetes.
- Hem aconseguit la implicació cada vegada més àmplia de persones i institucions amb els nostres socis en activitats significatives i motivadores. La feina feta entre totes elles permet una relació al mateix nivell personal i humà. Això ajuda a potenciar l'adquisició de l'empoderament sobre les seves vides, i facilita la seva integració a la comunitat.



Ara ja hem començat la itinerància d'aquesta 1a edició.

"Pa i Tertúlia". Berenar associatiu



És un espai de relació entre socis. Membres de la Junta Directiva i una vintena de socis es troben per a berenar, conversar de manera amena i distesa, compartir una bona estona tots plegats,i fomentar la participació en les activitats que es duen a terme a l'entitat.

Saló Ability

Varem estar presents al **Saló Ability: Autonomia Personal** que es va celebrar els dies 2 i 3 de juliol del 2011 a Fira Sabadell.

La proposta del Saló Ability era amb l'objectiu de contribuir a millorar l'autonomia personal i la qualitat de vida de persones amb dependència i del seu entorn més immediat, oferint serveis, suport i solucions des de la vessant assistencial, professional i emocional a les famílies cuidadores.

Vam disposar d'un estand on varem facilitar informació de la nostra associació i dels projectes que duem a terme.

El dia 3 de juliol a les 11.00h., varem fer una xerrada formativa **"Família: Recolzament i habilitats per viure el dia a dia"** amb la participació de dues professionals en psicoeducació i sis persones sòcies de l'entitat que van explicar com la utilització de les eines adequades, millora l'ambient familiar.

Contínuament, es va projectar, en l'estand virtual, informació de les activitats del Club Social La Xamba i del projecte Art a 4 mans.

"Instants de Pleniluni". Curtmetratge a les escoles

L'any 2010 varem dur a terme un projecte pilot, representant una obra de teatre, INSTANTS DE PLENILUNI, a sis escoles d'ensenyament secundari.

Vista la bona acollida de la prova pilot, aquest 2011 hem fet **una versió cinematogràfica** de l'obra de teatre, en suport DVD, destinada a projectar-la a un nombre més elevat d'escoles de Sabadell.

El dramaturg sabadellenc Jordi Voltas que és l'autor del guió INSTANTS DE PLENILUNI l'ha adaptat a un guió cinematogràfic. La pel·lícula dura uns 20 minuts, i gira a l'entorn d'un jove amb símptomes de trastorn mental i la reacció i les actituds dels seus companys des del moment que es manifesta els primers símptomes de la malaltia.



La pel·lícula no acaba en finalitzar la projecció, sinó que el veritable interès comença justament un cop acabada, quan s'estableix un col·loqui entre el públic assistent, i familiars de persones amb malaltia mental de Salut Mental Sabadell, que genera el intercanvi dels coneixements que pretén el projecte.

Taller de Coaching

Els mesos de juny, juliol i setembre varem organitzar, junt amb TDAH Vallès, dos tallers de Coaching (Nivell I i Nivell II), de 8 hores cadascun, adreçats a:

- ⇨ Persones que volien conèixer el mètode "coaching" per aplicar-lo a la seva vida o a la seva pràctica professional.
- ⇨ Persones que volien millorar la seva acció educativa amb nens i adolescents amb dificultats d'aprenentatge altres dificultats cognitiu-conductuals.
- ⇨ Persones que volien aprendre noves eines i recursos per a motivar el canvi i assolir objectius personals o en equip.

El Coaching és un mètode d'entrenament psicològic que ajuda a establir i a assolir objectius, a descobrir el potencial individual, a desenvolupar habilitats personals, a millorar les relacions, a guanyar autoconfiança, a augmentar l'autonomia, motivació i l'auto-lideratge personals. L'objectiu d'aquest Taller d'Introducció al Coaching és introduir al participant en la metodologia coaching amb la finalitat d'aprendre activitats eficaces que l'ajudin a liderar i auto gestionar els canvis personals o professionals desitjats en la seva vida.

Grup musical "Els Orfeus"

Objectiu general:

- ⇨ Promoure la realització personal i millora de la salut mitjançant la creació i interacció en un grup musical.

Objectius específics:

1. Millorar les capacitats, aptituds i actituds musicals cognitives i personals de les persones que el formen. Mantenir i estimular les seves capacitats (superació, constància, atenció, concentració, escolta activa..), estratègies per a treballar en equip.

2. Millorar l'autoestima i expectatives de futur de les persones que hi participin.

3. Afavorir l'expressió dels sentiments mitjançant el llenguatge musical

4. Gaudir de la música i de la relació amb la resta del grup.

5. Compartir el temps i coneixements amb altres persones.

6. Crear i gaudir de la música i amb la música.

7. Alliberar la ment de les tensions diàries.

8. Potenciar la millora de la imatge i expectatives i inserció social de persones amb malaltia mental.

PARTICIPACIÓ EN ALTRES ACTIVITATS

Visita directora general de l'ICASS



El Síndic Municipal de Greuges de Sabadell, va organitzar una trobada amb la directora general de l'ICASS (Institut Català d'Assistència i Serveis Socials), Carmela Fortuny, que va venir a Sabadell per parlar amb el Síndic i per visitar plegats diverses entitats de caire social de la ciutat, entre elles, Salut Mental Sabadell. Aquesta visita s'emmarca en l'objectiu del Síndic de donar suport a les entitats socials i assistencials sabadellenques.

Jornada de Benchmarking sobre Salut Mental a l'Atenció Primària



Anna Mª Montseny, presidenta de l'associació Salut Mental Sabadell, va participar com a ponent en la taula rodona ***Salut mental comunitària,*** dins la **Jornada de Benchmarking sobre Salut mental a l'Atenció primària**, organitzada pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i pel Institut Català de la Salut.

Tertúlies sobre Salut Mental

Anna Mª Montseny, presidenta de l'associació Salut Mental sabadell, va presentar el projecte ***"Art a 4 Mans. Procés creatiu per a la millora de la SALUT MENTAL",*** en les xerrades que organitza l'Associació de Familiars de Malalts Mentals de Terrassa - AFEMT**,** dins l'activitat **Tertúlies sobre Salut Mental.**

TREBALL EN XARXA

Des dels inicis, Salut Mental Sabadell, ha estat present a la xarxa social de la ciutat. D'aquesta manera, com associació, col·laborem aportant a la xarxa social la nostra visió critica i el coneixement que tenim de la salut mental.

Aquest any hem participat en:

- Consell de Salut de Sabadell
- Grup de treball municipal de salut mental
- Regidoria de Serveis socials
- Regidoria de Salut,
- Regidoria Igualtat dona-home,
- Regidoria de Cultura
- Regidoria d'Educació.
- Regidoria de Sostenibilitat i Gestió d'Ecosistemes
- Vapor Llonch - OTL (Oficina tècnica laboral)
- Punt del Voluntariat
- VALUA (Entitats del tercer sector)
- Promoció econòmica de Sabadell

- Centre de Salut Mental Consorci Parc Taulí
- Centre de dia Antaviana
- Taula tècnica de Salut Mental
- Xarxa d'atenció primària (CAP) i Xarxa de serveis socials d'atenció primària (SSAP)
- Centre de seguiment i atenció a la drogodependència (CASD)
- Fundació Tutelar de malalts mentals de Catalunya

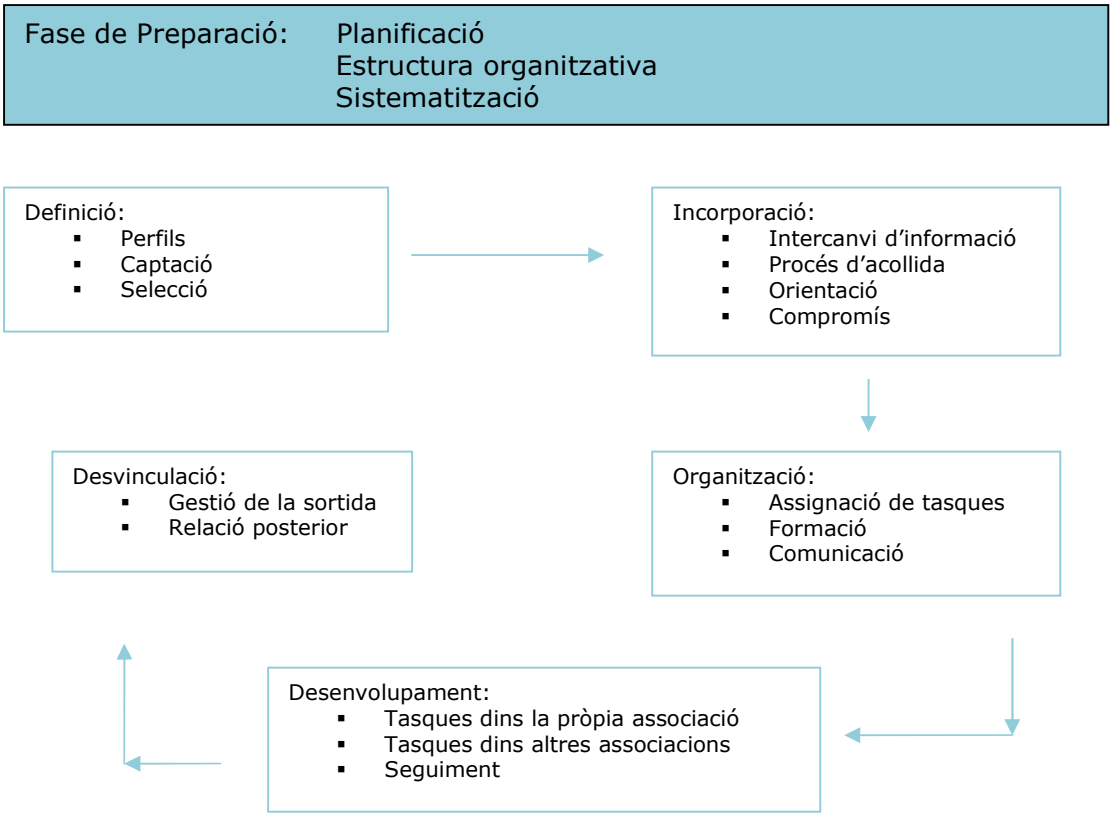
- Entitats de l'àmbit de la salut mental del territori

- FECAFAMM (Federació Catalana de Familiars de Malalts Mentals)

VOLUNTARIAT

Aquest programa té com a finalitat bàsica la promoció del voluntariat dins l'àmbit de la salut mental i la inclusió social de persones amb trastorn mental a través de la participació comunitària voluntària.

El cicle del voluntari



Acompliment objectius voluntariat

- Facilitar un espai on desenvolupar accions cíviques i voluntàries.
- Afavorir la desestigmatització en el sector de la salut mental.
- Promoure la relació i col·laboració entre la població general i la població amb trastorn mental.
- Incidir directament en la recuperació de persones amb trastorn mental.
- Oferir informació i formació als voluntaris..

Aquest any hem consolidat un grup de 24 voluntaris actius, entre socis xamba, familiars i persones externes)

1. Un total de 21 persones han pogut desenvolupar la seva tasca voluntària en un espai físic facilitat per la nostra entitat.

2. El nostre equip de voluntaris està format per persones amb malaltia mental, per familiars i per persones més o menys alienes a l'entitat i al mon de la salut mental fins el moment d'iniciada la col·laboració. Dins aquest equip heterogeni s'estableix una relació d'iguals completament normalitzada i desestigmatitzant.

3. Aquest objectiu es compleix en dues direccions. Part de la població general pot relacionar-se i col·laborar amb persones amb trastorn mental participant dins els programes de la nostra entitat. Per un altra banda, facilitem el que persones amb trastorn mental estableixi

una relació de col·laboració amb persones de la població general quan s'integren en programes d'altres entitats

4. És un fet constatat que una ocupació significativa dignifica la persona, li dona un sentit vital i l'ajuda en la seva socialització. Tot això deriva en un estat emocional molt més estable i saludable. Les persones amb trastorn mental es troben molts cops en una situació de manca d'aquesta ocupació significativa i el projecte de voluntariat els facilita el retorn a una tasca vital amb un sentit que va més enllà de l'oci.

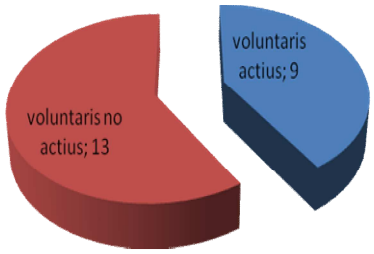
5. Els nostres voluntaris compten amb dues professionals responsables del projecte que ofereixen una atenció informativa i formativa a cada membre de l'equip.

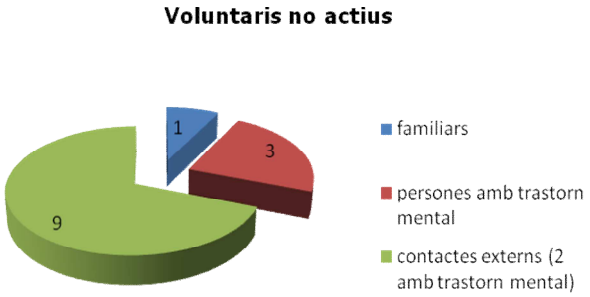
I Jornada de voluntariat

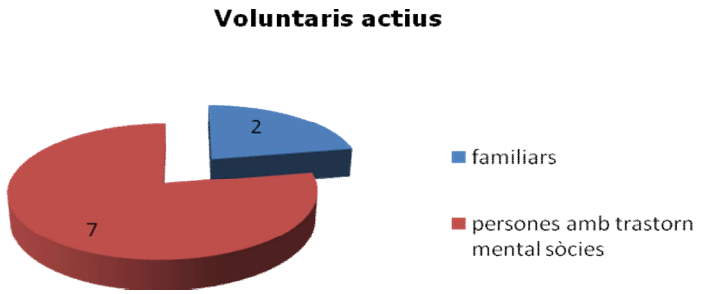
El dia 3 de desembre es va dur a terme la primera jornada de voluntariat de la nostra entitat. Va tenir una assistència de 22 persones i les sessions varen estar a càrrec de les dues responsables del projecte de voluntariat de l'associació. Aquesta activitat pretenia assolir els següents objectius:

- Oferir un temps de relació entre l'equip de voluntaris de l'entitat.
- Establir contacte amb persones interessades en iniciar un voluntariat dins la nostra entitat.
- Facilitar els coneixements bàsics sobre l'acció voluntària i la persona del voluntari.
- Motivar a tots els presents a la participació solidària activa.
- Contribuir a la desestigmatització dins l'àmbit de la salut mental.

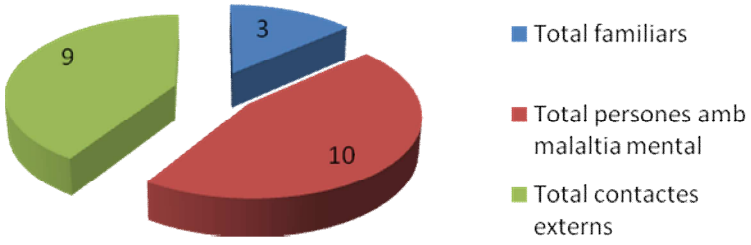
<u>Tipologia dels assistents:</u>







Total assistents a la Jornada = 22



ACTIVITATS ADREÇADES ALS USUARIS

Belluga't

L'esport és una eina terapèutica de socialització, ajuda a sentir-se millor, amb més energia, redueix l'estrès, es dorm millor i tonifica la musculatura. Ajuda a prevenir i tractar l'excés de pes perquè regula la gana i augmenta el nombre de calories que es gasten cada dia. La pràctica d'exercici allibera endorfines, hormones que generen sentiments de benestar. Diversos estudis demostren que està molt relacionada la salut mental i els hàbits d'activitat física i nosaltres els constatem en el dia a dia.

L'associació continua promovent l'exercici integrat a la comunitat amb el programa Belluga't en col·laboració amb la Regidoria d'Esports de l'Ajuntament de Sabadell. Es desenvolupa durant dues sessions setmanals d'una hora de durada al poliesportiu de Can Balsach (l'espai i el monitor especialitzat són proporcionats per l'Ajuntament).

Aquest any 2011 s'ha consolidat un **grup estable de 17 persones** que mantenen una assistència regular del 96%. S'ha aconseguit que les faltes d'assistència siguin completament normalitzades, equiparables a la població general (sense malaltia mental) ja que quan es donen són per malaltia comú.

Aquest avenç en els resultats ha estat possible gràcies a la tasca realitzada pel voluntari de la nostra entitat que ha dut a terme un seguiment del grup, acompanyant i motivant a cada participant. També ha estat possible gràcies al saber fer dels dos monitors de gimnàstica que han desenvolupat la seva tasca d'una manera completament desestigmatitzant.

Servei de Club Social

1. PRESENTACIÓ

El Club va ser fundat al 2003, per l'Associació de Familiars Salut Mental Sabadell, davant l'inexistència de recursos d'inclusió social adients per els seus familiars amb malaltia mental en aquell moment. Des de llavors, el servei està gestionat per l'Associació, i dirigit per la seva presidenta, en nom de la Junta Directiva, que representa tots els seus socis.

Definició del Club

El Club Social s'adreça a persones que, per causa d'un trastorn mental, tenen dificultats d'inserció social, d' integració comunitària al seu entorn natural i d'organització del lleure. Té per finalitat, dins d'un marc de relacions socials, augmentar la participació i les diferents maneres de vinculació amb la comunitat mitjançant l'ocupació significativa del temps lliure.

La missió del Club Social és ajudar les persones amb trastorn mental a utilitzar les activitats de lleure per assolir quotes de salut, independència, participació, integració en la comunitat i qualitat de vida; promoure un estil de vida en el qual les activitats de lleure siguin importants per la persona, tenint present que la identitat del club va més enllà del lleure, incidint i recolzant el projecte vital de la persona.

El Club Social té una doble funció:

1. **D'enllaç social i d'orientació comunitària,** que permet incidir en la doble direccionalitat de la inclusió, es a dir, no només apropar a les persones amb trastorn mental a la comunitat sinó també tractar d'apropar a la comunitat a la realitat de les persones amb trastorns. D'aquesta manera es posen en joc noves vies i estratègies per participar amb independència del seu entorn social.

2. Té una **funció rehabilitadora** si entenem com a intervenció rehabilitadora aquella que contribueix a ***Millorar la qualitat de vida i ajudar les persones amb trastorn mental a assumir la responsabilitat de les seves pròpies vides, a actuar en la comunitat tan activament com sigui possible i a funcionar amb la major independència possible en el seu entorn social***"(Gisbert,C, 2003)

Població beneficiària

El Club Social està indicat per persones amb el següent perfil:

1. Persones majors de 18 anys amb trastorn mental acreditat mitjançant informe d'un professional de l'àmbit de la salut mental.

2. És imprescindible l'estabilitat clínica.

3. En un sentit ampli, el Club Social està indicat per totes les persones que mantenen una motivació suficient per realitzar les activitats del club.

L'assistència al Club Social és compatible amb altres dispositius assistencials de la xarxa de Salut Mental.

Descripció del servei

Horari d'atenció

Inicia les seves activitats el primer dia laborable després de l' 1 de gener.

Vacances: Agost.
Horari del Club:

- Dilluns a divendres, de 16.00 a 19.00h
- Dissabtes ó diumenges, horari divers.

Total hores de Club: 1300 hores aproximadament, de les que un 30 % són en cap de setmana.

Localització- Àmbit Territorial

L'àmbit territorial d'un Club Social s'ha de integrar, com per la resta de serveis socials per persones amb trastorn mental, a sectors territorials amb un circuit assistencial de salut mental de referència i, de forma especial, al programa TMS del sector (que integra al CSMA i al SRC).

La sectorització territorial permet:

- Garantir la coordinació i la continuïtat assistencial amb la resta de serveis per persones amb trastorn mental.

- Potenciar l'arrelament social del Club Social i el lligam amb el territori en que actua. Un objectiu característic d'aquest recurs es 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)

- Facilitar el transit de la persona usuària al seu entorn comunitari proper, que es el mateix en participa des del CS.

- Facilitar l'accessibilitat dels usuaris al CS, que actua com a recurs de proximitat.

El Club està situat al Centre de Sabadell des de l'inici. Aquest espai s'ha adequat i millorat amb la col·laboració dels usuaris per tal d'ajustar-lo en la mesura del possible, als seus gustos i necessitats. El fet de tenir aquest emplaçament facilita l'accés al club, per la quantitat de transports públics que hi ha a prop, i tanmateix permet un major contacte amb els centres culturals i els esdeveniments importants que es porten a terme a la ciutat.

El Club Social desenvolupa activitats al Poliesportiu de Can Balsach, Poliesportiu Can Marcet, CEIP Enric Cassases, (espais polivalents cedits per l'Ajuntament), horts de Can Roqueta, biblioteca Vapor Badia i centres cívics al llarg de tota la ciutat, on els usuaris poden disposar d'altres recursos com la Biblioteca Municipal, sales d'audiovisuals, sales d'exposicions, etc.
El seu àmbit territorial és bàsicament les poblacions del Vallès Occidental, i eventualment, del Barcelonès.

Municipi	**Comarca**	**Nombre**	%
Sabadell	Vallés Occidental	63	80%
Terrassa	Vallés Occidental	6	8%
Barberà del Vallés	Vallés Occidental	5	6%
Mogoda	Vallés Occidental	2	3%
Badia del Vallés	Vallés Occidental	1	1%
Cerdanyola	Vallés Occidental	1	1%
Rubí	Vallés Occidental	1	1%
			100%

Coordinació i continuïtat assistencial.

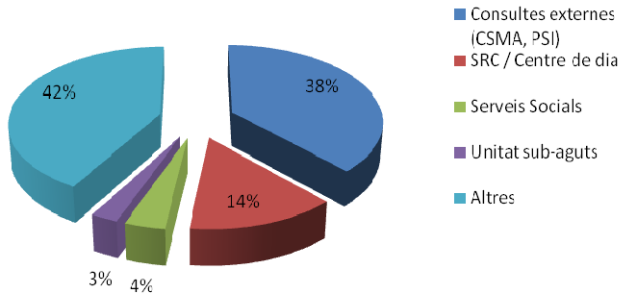
Cal tenir presents dos grans àmbits de coordinació: la xarxa comunitària del territori de pertinença i la xarxa d'atenció integral a la salut mental.

La continuïtat assistencial exigeix integrar tots els recursos que actuen en una població diana definida, sobre tot aquells que corresponen a dispositius especialitzats. Per tant, el Club Social, com a recurs social especialitzat, actua integrat amb la resta de recursos i d'intervencions, tant socials com sanitaris, que estigui rebent la persona atesa.

Des del Club Social es fomenta en tot moment l'intercanvi amb els diferents recursos i entitats comunitàries, tant amb contactes regulars i formals, com les més eventuals i informals.

Fonts de derivació

Centre	Nombre
Consultes externes (CSMA, PSI)	30
SRC / Centre de dia	11
Serveis Socials	3
Unitat sub-aguts	2
Altres	33

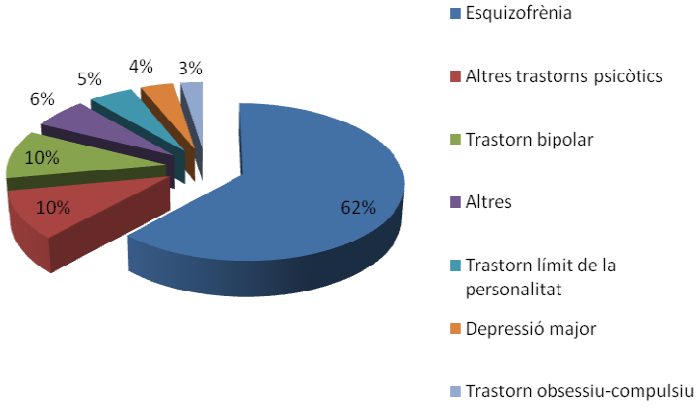


Accés

L'accés al Club es fa normalment per demanda d'algun servei de la comunitat, per recomanació de la pròpia associació, o bé per iniciativa pròpia. L'interessat demana entrevista amb el/la coordinador/a del club, que li dona l'accés després d'haver comprovat que es donen les condicions necessàries per tal de beneficiar-se del servei.

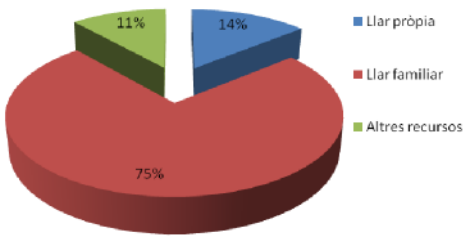
Diagnòstic

Diagnòstic	Nombre
Esquizofrènia	49
Altres trastorns psicòtics	8
Trastorn bipolar	8
Altres	5
Trastorn límit de la personalitat	4
Depressió major	3
Trastorn obsessiu-compulsiu	2
Altres trastorns de l'estat d'ànim	0
Altres trastrons d'ansietat	0
Altres trastorns de la personalitat	0

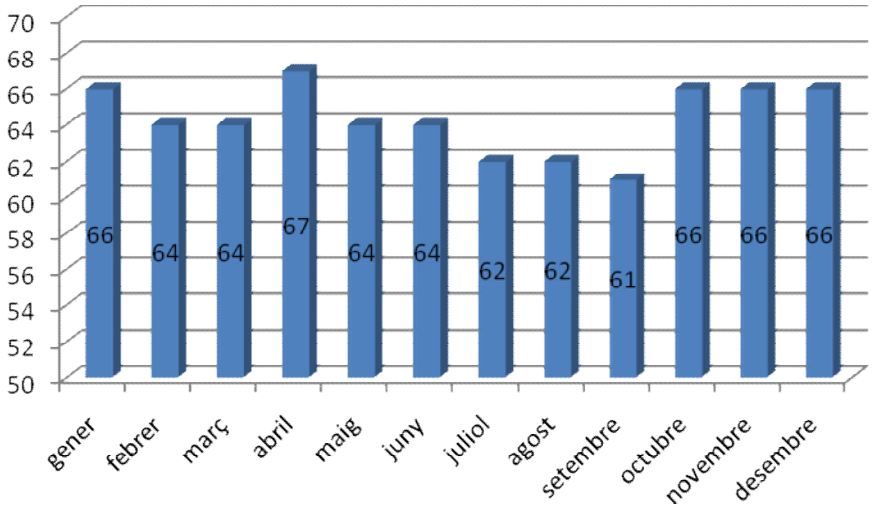


Residència dels usuaris del servei

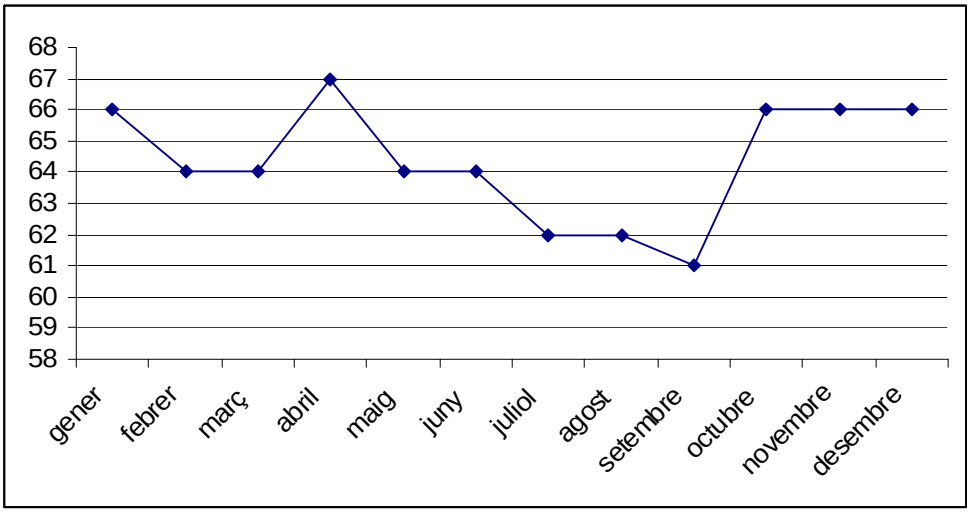
Llocs de procedència	Nombre
Llar pròpia	11
Llar familiar	59
Altres recursos	9



Persones ateses l'any 2011 al servei



Evolució dels usuaris atesos l'any 2011



Edat i gènere

	Persones ateses l'any 2011			
	Dona	%	Home	TOTAL
De 18 a 30	1	25%	3	4
De 31 a 40	6	29%	15	21
De 41 a 50	15	41%	22	37
De 51 a 60	2	15%	11	13
De 61 a 65	1	33%	2	3
Més de 65		0%	1	1
TOTAL	**25**	**32%**	**54**	**79**

JUSTIFICACIÓ

Les persones que pateixen trastorns mentals, presenten una problemàtica molt complexa que no es redueix només a la simptomatologia derivada del mateix trastorn, sinó que afecta alhora altres aspectes de caire funcional i de participació en la comunitat. En aquest sentit hem de tenir en compte diferents supòsits:

- Per una banda, ens trobem davant de persones que, en diferents graus, presenten limitacions importants en el seu funcionament psicosocial, fet que els ocasiona dificultats per relacionar-se i afrontar les demandes de la vida diària. L'aïllament i la dificultat per establir relacions emocionalment significatives són les característiques comunicacionals més rellevants d'aquestes persones. Aquestes dificultats són determinants degut a que impedeixen el desenvolupament d'un projecte de vida propi, gaudit i per tant significatiu

- Per l'altre, també s'ha de tenir en compte que en les dificultats de socialització que pateixen les persones amb problemes de salut mental incideix directament la mirada social. L'estigma és per tant un factor clau cap al que el Club social ha de dirigir la seva intervenció per tal de contemplar els problemes de socialització des d'una perspectiva d'integralitat.

Ambdós aspectes són importants per entendre les dificultats de funcionament de les persones usuàries dels nostres serveis.

Davant d'aquests punts de partida, el Club Social ha tractat en aquests anys d'evolució, de donar resposta a la necessitat de dotar la xarxa d'atenció a les persones amb trastorn mental d'un recurs que garanteixi una resposta a les necessitats tant col·lectives com individuals pel que fa a la vinculació amb allò soc a la necessitat i al dret d'esdevenir ciutadans socialment actius, afavorint l'accés a formes i condicions de vida on els subjectes prenen un paper actiu en el seu desenvolupament social.

L'any 2006, els diferents agents socials impulsors d'aquest servei, en col·laboració amb el Departament d'Acció Social i Ciutadania varen redactar un document consensuat amb la finalitat d'arribar a uns nivells de concreció que permetessin definir i estructurar el servei de Club Social per tal de garantir-ne la continuïtat i la qualitat en l'atenció a les persones vinculades a aquests serveis.

En aquesta mateixa línia, des de l'ICASS i dins del marc del III Pla de qualitat 2005-2008, es va impulsar l'any 2007, el disseny dels indicadors de qualitat del Servei de Club Social. Aquest manual va suposar un avenç significatiu per a contribuir en la millora de la qualitat de vida individual i social de les persones a les quals es dona suport des dels clubs, afavorint d'aquesta manera, el seu procés d'inclusió social.
Finalment, l'any 2008, els Clubs Socials són reconeguts en la Llei 12/2007, d'11 d'octubre, de serveis socials, constituint-se així com a serveis tipificats en la Cartera de Serveis de l'ICASS.

En la actualitat, la Xarxa de Clubs socials és molt ample, alguns d'aquests serveis estan impulsats per associacions de familiars i/o usuaris i d'altres per entitats professionals.

A nivell qualitatiu, el creixement i l'evolució del servei en els últims anys ha permès el desenvolupament d'un recurs original i específic dins d'un marc d'atenció al trastorn mental des d'una perspectiva d'**atenció social i comunitària**.

Els Clubs Socials han consolidat la seva activitat, incorporant millores estructurals, organitzatives, indicadors de qualitat, etc, alhora que han assolit un paper important dintre del territori com a serveis fortament arrelats a l'entorn comunitari més proper a l'usuari.

OBJECTIUS

Objectiu general

Com a objectiu general el Club Social pretén promoure un increment de l'autonomia personal i de la socialització, i per tant, incrementar la qualitat de vida.

Objectius específics

- Mantenir-se com a alternativa eficaç de suport social.

- Potenciar i afavorir la utilització autònoma dels recursos de lleure i culturals que la comunitat ofereix als ciutadans.

- Potenciar la participació en activitats associades a benestar i satisfacció personal.

- Promoure la creació de vincles afectius , d'amistat i d'ajuda mútua entre els seus usuaris.

- Estimular l'interès i la motivació en la realització d'activitats , a fi de superar la tendència a l'aïllament i a la passivitat.

- Desenvolupar rols i ocupacions socialment significatives.

- Col·laborar en el procés d'atenció integral de l'usuari.

- Sensibilitzar l'entorn comunitari immediat afavorint la participació activa dels usuaris del Club en activitats i recursos propis de la comunitat.

- Fomentar valors de convivència, inclusió i socialització de la població en general, potenciant el Club Social com una entitat activa dins del municipi.

METODOLOGIA D'INTERVENCIÓ

Principis metodològics

Els aspectes que defineixen la intervenció del Club Social són:

- Facilita un marc de **suport social** a les persones que hi participen.

- Promou aspectes **d'autonomia** generant oportunitats de canvi a nivell personal i social.

- **Facilita oportunitats de participació comunitària**, desenvolupant l'activitat en els contextos immediats de la persona s'afavoreix la creació de vincles emocionalment significatius. El Club esdevé una **entitat social** més, que no només promou la participació activa dels usuaris en la comunitat, sinó que també **genera vida comunitària** en i amb la comunitat.

- El **temps d'estada al club i el grau de vinculació és flexible** d'acord amb les necessitats i les característiques de cada persona. L'usuari conjuntament amb els professionals haurien de definir el tipus de vinculació, es a dir, quines activitats realitzaria, en quin horari, amb quina freqüència i duració temporal, tenint en compte que tots aquests ítems poden ser variables al llarg del temps. Això sempre estarà condicionat amb la pròpia evolució de l'usuari.

- L'usuari pren un **paper actiu** en la planificació i l'organització de les activitats pròpies del Club configurant-se com a protagonista en el procés d'elecció d'aquestes. Les activitats no tenen caràcter obligatori però si que es demana a l'usuari c**ompromís envers les seves eleccions.**

Els principis metodològics que si han de considerar en el desenvolupament de l'acció als clubs socials son els següents:

Estructura de la intervenció

La Intervenció s'haurà d'articular des de tres grans vessants metodològiques:

- **Intervenció individual**

Cada usuari segueix un procés específic pel que respecte al seu nivell d'activitat i relació amb l'entorn. Té necessitats diferents d'ocupació i participació en funció del moment evolutiu i les mateixes actituds i aptituds personals. Això implica una intervenció individual pel coneixement d'aquestes necessitats, l'adaptació al grup i la integració social que reforçarà aspectes d'autonomia personal i es nodrirà al mateix temps del principi d'empoderament.

Aquesta autonomia es treballarà bàsicament des d'aspectes complementaris a la rehabilitació psicosocial i adquisició de capacitats, és a dir, la capacitat de prendre decisions, de responsabilitzar-se i comprometre's amb els objectius individuals, el reforç de la capacitat comunicativa i de relació, les habilitats socials, el manteniment de les capacitats d'autocura, etc. es faran des del **reconeixement de les capacitats que manté** la persona i les seves potencialitats per incidir en l'aprenentatge i empoderament sobre drets i deures que tothom té pel fet de viure en societat. Incidint especialment en **l'autonomia, autodeterminació i autogestió.**

- **Intervenció grupal**

Modificar els processos d'aïllament social que durant temps s'han instal·lat en la vida dels usuaris del servei fa imprescindible la formació i adquisició d'experiència participativa i decisòria dels que han d'esdevenir actors del seu propi projecte en l'ocupació significativa del temps però també del desenvolupament del servei.

Els objectius que es plantegen a nivell grupal han de ser modestos, en un primer moment, per garantir la implicació, motivació i participació dels usuaris i adreçats a assumir responsabilitats i prendre decisions en contexts de relació amb el seu entorn immediat. Aquest pas sol ser un primera experiència vital per després poder establir xarxes de relació informal així com la participació en comunitat.

Per aquest motiu és especialment rellevant la relació amb els grups d'afins que s'establiran en un primer contacte. Aquests poden ser dins dels tallers i activitats del centre o bé ja directament en activitats que es realitzin en espais comunitaris, en funció del grau d'autonomia i identificació amb el grup.

Un dels objectius prioritaris del servei és que el usuaris tinguin l'oportunitat de desenvolupar i mantenir xarxes de relacions informals. Els grups es constituiran com a element vertebrador de la pràctica de l'autogestió.

- **Intervenció comunitària**

Cal que el servei estimuli el treball en xarxa per garantir una actuació sobre la integralitat de la persona, coherent i significativa per ella. Sent permeable i flexible tan a la coordinació com als requeriments i interessos de la pròpia persona. Per això es fa necessari que estigui ben arrelat al territori amb el màxim de vincles a nivell de recursos sanitaris, socials i comunitaris.

Des del club es tracta de fomentar la relació entre els diferents equipaments comunitaris i les persones que en fan ús, mitjançant las activitats realitzades a la comunitat i la presencia del recurs al mon social.

Això fa que sigui necessària la coordinació amb entitats com ara: associacions de veïns, centres cívics, serveis socials, casals, poliesportius, grups de voluntariat, entitats privades, etc. Entenem doncs, que la participació de les persones amb problemes de salut mental en la comunitat que l'envolta, és fonamental per tal de generar rols socials més actius i significatius, contribuint alhora, en la reducció de l'estigma generat per la visió que la societat té del col·lectiu.

Acolliment d' estudiants, voluntaris i personal aportat pel departament de justicia. El Club compta amb la col.laboració de persones que venen per fer una tasca social com a mesura penal alternativa. La valoració de la seva estança és molt positiva, tant per la col.laboració puntual sobre tasques concretes, com el fet integrador del contacte social entre els nostres usuaris i persones que no coneixen el món de la malaltia mental.
També acollim estudiants de pràctiques, tant d'acadèmies privades com de les universitats, amb un resultat molt enriquidor per ambdues parts.
És destacable també la col.laboració desinteressada dels nostres voluntaris, que també constitueixen un factor molt positiu per la integració dels usuaris.

ÀREES D'ACTIVITAT

Les àrees en les que el club centra la seva intervenció son totes aquelles que es relacionen directament amb la promoció de la socialització per la persona atesa que li permeti participar més activament dintre de la comunitat que l'envolta.

En aquest sentit, el club enfoca la seva intervenció dirigida cap a aquelles àrees que des d'una perspectiva de lleure i ocupació significativa del temps puguin col·laborar en aquest procés. El desenvolupament d'aquestes àrees i la seva intensitat i temporalitat, es concreten mitjançant activitats i programes específics que es desenvolupen dins de l'estructura del club.

Aquestes àrees serien les següents:

Salut i Esport

L'activitat esportiva és un dels factors claus protectors de la salut i es relaciona directament amb l'autocura i la imatge personal incidint en aspectes vitals per la inserció, com és l'autoestima. Altres activitats vinculades a aspectes com la relaxació atorguen a l'usuari eines de control de la pròpia simptomatologia.

Expressives i artístiques

La creativitat possibilita a l'usuari un marc on experimentar la socialització, el gaudi i l'aprenentatge vivencial. També es configura com una oportunitat de trobar nous camins per a la comunicació, l'expressió i la interacció entre les persones. Per últim permet a la persona donar-li forma al que encara no és però pot esser, facilitant que aquesta no accepti de forma passiva lo que massivament li proposa el seu entorn.

Culturals

Les activitats que s'engloben en aquesta àrea no constitueixen un procés formatiu però si que faciliten a l'usuari l'adquisició de nous coneixements des d'una perspectiva absolutament lúdica. Medi ambient i natura. És indubtable l'efecte positiu del desenvolupament d'activitats de contacte amb el medi ambient, plantes i/o animals sobre la recuperació y rehabilitació de les persones amb problemes de salut mental. Es treballen capacitats de motricitat y concentració, es fomenta la responsabilitat ja que en les dinàmiques es participa amb organismes vius i es genera tranquil·litat i alegria disminuint els nivells d'estrès, entre d'altres beneficis.

Convivència

Les activitats que s'engloben en aquest àrea, són totes aquelles que sense respondre a característiques pròpies de les àrees anteriors, tracten de millorar la socialització de les persones que assisteixen al servei a través d'espais de diàleg, trobada e intercanvi.

En un altre nivell de concreció podríem trobar també les següents àrees d'intervenció:

Voluntariat

La generació d'activitats o programes de voluntariat tenen un triple benefici: Es contribueix en la creació de comunitats mes solidaries, 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.

Es pretén promoure el voluntariat dins l'àmbit de la salut mental i afavorir la inclusió social de persones amb malaltia mental a través de la participació comunitària voluntària.

Objectius Específics:

- Facilitar un espai on desenvolupar accions cíviques i voluntàries
- Afavorir la desestigmatització en el sector de la salut mental
- Fomentar la relació i col·laboració entre la població general i la població amb malaltia mental
- Incidir directament en la recuperació de persones amb malaltia mental
- Oferir informació i formació sobre la salut mental

Voluntariat en el marc de l'Associació

- Detecció dels àmbits susceptibles de requerir voluntariat: concreció de tasques i periodicitat de la col·laboració
- Delimitació del perfil del voluntari per cadascuna de les tasques concretades
- Recerca del voluntariat
- Selecció dels candidats
- Acollida dels seleccionats i distribució de tasques
- Seguiment, formació i cura dels voluntaris

Accions voluntàries de persones amb malaltia mental dins de projectes comunitaris

A) Intervencions puntuals en grup

- Difusió del projecte concret on col·laborar
- Motivació grupal i individualitzada
- Formació adient abans de cada col·laboració
- Suport professional durant la col·laboració

B) Accions voluntàries estables individualitzades

- Valoració individualitzada de cada candidat
- Disseny del pla individualitzat de voluntariat
- Coneixement de l'entitat on es durà a terme l'acció voluntària
- Establiment dels criteris de col·laboració entre l'entitat receptora i Salut Mental Sabadell
- Seguiment del procés, formació i cura del voluntari

Viatges i vacances

La promoció de l'autonomia de les persones amb problemes de salut mental es un dels objectius claus del servei de Club Social. Aquesta tasca, requereix o es veu beneficiada pel fet de treure a la persona del seu context familiar, sanitari i social per tal de que pugui, en altres contextos, cercar solucions i desenvolupar competències. Aquesta àrea d'intervenció permet a l'usuari avançar en aspectes com l'autogestió financera, l'autocura, la responsabilitat, etc. en un entorn on es trenquen rols de dependència alhora que es genera benestar i creixement personal.

ACTIVITATS

QUADRE GENERAL D'ACTIVITAT DEL SERVEI

Nom de l'activitat o taller	Tipologia	Hores totals	Hores entre setmana	Cap de setmana	Usuaris diferents	Mitjana assistència per sessió
Art a 4 mans	Auto-organitzada	116	96	20	25	5
Assemblees	Externa	43	43		60	38
Celebracions i tradicions	Interna	36	36		60	40
Cap de setmana esportiu	Externa	60		60	12	12
Comissions	Interna	81	81		65	8
Coneixement de l'entorn	Externa	45	45		25	15
Convidat del mes	Interna	12	12		32	25
Excursions cap de setmana	Externa	222		222	25	9
Itineraris	Externa	22	22		30	15
Karaoke	Interna	10	10		25	10
Orfeus	Externa	35	35		7	7
Sortides auto-gestionades	Auto-organitzada	67	114		15	6
Taller d' artistes del reciclatg	Interna	20	20		25	13
Taller de Cant Coral	Interna	34	34		13	12
Taller de Cuina	Externa	29	29		33	10
Taller de dansa i moviment	Externa	74	74		26	10
Taller de futbol-sala	Externa	151	66	85	17	10
Taller de gimnàstica	Externa	10	8		11	11
Taller de memòria	Interna	21	21		12	9
Taller de musico-teràpia	Externa	44	44		15	9
Taller de revista	Externa	43	76		9	8
Taller de Teatre	Interna/Externa	45	45		15	10
Taller d'habilitats socials	Interna	13	13		14	10
Taller d'horticultura ecològic	Externa	78	78		11	10
Taller d'informàtica	Interna	11	11		15	15
		1.322	**1.013**	387		

PROPOSTES DE FUTUR

El Club Social aposta per un servei de qualitat que, a través de la millora de l'eficàcia de la intervenció que fa sobre els socis i sobre la pròpia comunitat, pugui millorar dia a dia la qualitat de vida dels seus usuaris i les famílies.

AGRAÏMENTS

Ajuntament de Sabadell
FECAFAMM
FEAFES
Regidoria Benestar Social
Regidoria de Salut
Regidoria d'Esports
Regidoria de Cultura
Vàlua
Vapor Llonch Promoció Econòmica
Regidoria d'Educació
Generalitat de Catalunya ICASS
MTAS Ministeri de Treball i Assumptes Socials
Ajuntament de Barberà
Fundació Caixa de Sabadell - UNNIM
Fundació "La Caixa" Caixa de Pensions
Fundació Banc de Sabadell
Fundació de l'Esport de Sabadell
Fundació Benefica Privada Barnola Vallribera Sant Josep
Síndic de greuges de Sabadell
ADEMM, associació d'usuaris de la salut Mental
Biblioteca Vapor Badia
Diari Sabadell
El Punt
Radio Sabadell
Ràdio Barberà
Canal Català del Vallès
Espai FOC (Forns i Obrador de Ceràmica del segle XVIII)
Lieder Camera
Sr. Josep Mas. Garatge Avinguda

Som membres de:	⇨ Federació Catalana d'Associacions de Familiars FECAFAMM ⇨ Confederació Espanyola d'Associacions de Familiars FEAFES. ⇨ Sante Mental Europe (SME) ⇨ World Federation for Mental Health (VFMH)

ANNEXES

Fulls de les activitats realitzades durant el 2011.

- Conferències, tallers i seminaris:
  - ⇨ Convenció de Nacions Unides sobre discapacitat i Salut mental. Marc legal. D'on venim, on som, i a on anem.
  - ⇨ Més sobre el model d'atenció comunitària: Noves Aportacions.
  - ⇨ Drets de les persones amb malaltia mental, no exercits, i la seva repercussió en les dones cuidadores.
  - ⇨ Presentació Pla Integral de Salut mental i Addiccions.
  - ⇨ El procés terapèutic: Les necessitats de les persones usuàries i les seves famílies.
  - ⇨ La incidència de l'estigma en la rehabilitació del pacient.
  - ⇨ Medicina Integrativa. Homeopatia. Aplicacions en salut mental.
  - ⇨ Taller pràctic sobre "Gestió de l'estrès i Relaxació".
  - ⇨ Seminari sobre: "RESILIÈNCIA, una manera de guanyar el futur".
  - ⇨ Presentació del curtmetratge **"Instants de Pleniluni".**
  - ⇨ Sessió per a donar a conèixer el **Coaching**, com a eina per a gestionar les situacions.
  - ⇨ Taller de cuina per a tothom. Fundació Alicia
  - ⇨ Sessió **"Moviment Teràpia"**
- Pa i Tertúlia. Berenar associatiu.
- Dia Mundial de la Salut mental 2011
  - ⇨ Exposició "Art a 4 mans"
  - ⇨ Cloenda exposició
- Belluga't
- Model d'atenció a les famílies
- Saló Ability
- Curtmetratge "Instants de Pleniluni"
- Tallers "Introducció al Coaching"