

MEMORIA PROJECTE D'ACTIVITATS ANY 2018

Salut Mental Catalunya
ASSOCIACIÓ PORTA OBERTA

SALUT MENTAL CATALUNYA ASSOCIACIÓ PORTA OBERTA

C.I.F. G-43839406

Carrer Abat Llof, 15 bx

43800 - VALLS (TARRAGONA)

Índex

| | |
|--|----|
| 1.- DADES DEL PROGRAMA I DEL SEU TITULAR..... | 3 |
| 2.- ÒRGANS DE GOVERN..... | |
| 3.- DADES GENERALS I DE CONTACTE..... | 4 |
| 4.- QUI SOM | 5 |
| 5.- QUÈ OFERIM | 6 |
| 6.- DESENVOLUPAMENT DEL PROJECTE D'ACTIVITATS – MEMORIA 2017..... | 6 |
| 7.- DADES ESTADÍSTIQUES..... | 25 |
| 8.- ÀMBIT D'ACTUACIÓ..... | 27 |
| 9.- SISTEMES DE COORDINACIÓ, COOPERACIÓ I COL·LABORACIÓ AMB ELS EQUIPS BÀSICS D'ATENCIÓ SOCIAL MUNICIPALS O COMARCALS..... | 28 |
| 10.- MPACTE SOCIAL ACONSEGUIT..... | 30 |
| 11.- PERÍODE DE L'ACTUACIÓ..... | 31 |
| 12.- SISTEMES D'AVUACIÓ DE L'ACTUACIÓ..... | 31 |
| 13.- MECANISMES PER INCORPORAR LA PERSPECTIVA DE GÈNERE I MESURES D'INCLUSIÓ DE PERSONES EN RISC D'EXCLUSIÓ SOCIAL, PERSONES AMB DISCAPACITAT I VOLUNTARIAT..... | 34 |
| 14.- ACTUACIONS DE QUALITAT QUE S'HAN ASSOLIT DURANT L'ANY 2017 SEGONS AQUESTS ASPECTES | 35 |

1. DADES DEL PROGRAMA I DEL SEU TITULAR

NOM DEL PROGRAMA

Programa d'activitats Associació Porta Oberta any 2018

LOCALITZACIO

País: ESPANYA
Comunitat autonoma: Catalunya
Província: Tarragona
Comarca: Alt Camp i la Conca de Barberà
Municipi: Valls

NOM DE L'ENTITAT

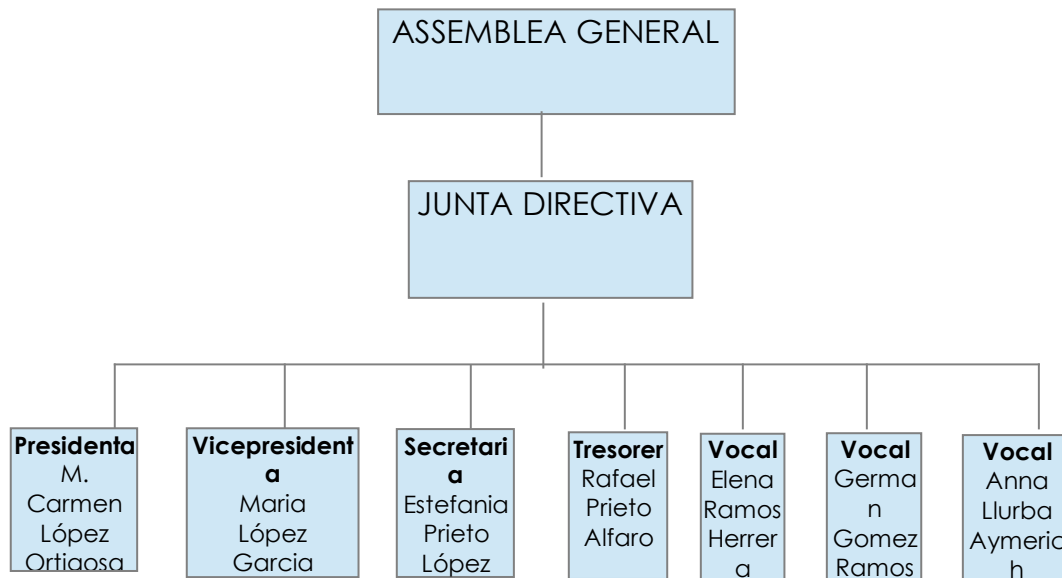
Associació Salut Mental Catalunya
Porta Oberta Alt Camp i
La Conca de Barberà

Naturalesa jurídica: Associació
ENTITAT SENSE ÀNIM DE LUCRE

**Federada a SMC Salut Mental
Catalunya Federació**

Antiguitat: 14 anys

2. ÒRGANS DE GOVERN



3. DADES GENERALS I DE CONTACTE

| | |
|-------------------------------------|--|
| CIF | G-43839406 |
| Nº de registre | Registrada al Departament de Justícia nº 31291 al Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials amb el nº S06691 |
| Nº de socis | 40 |
| Sector Temàtic on actua | Salut mental |
| Sector de població on actua | Persones amb una problemàtica social derivada d'una malaltia mental |
| Àmbit territorial d'actuació | Comarcal (Alt Camp i la Conca de Barberà) |
| Adreça | Carrer Abat Llord, 15 bx, Valls (Tarragona) |
| Telèfon | 977609675 / 648 039 577 |
| Email | portaoberta@yahoo.es |
| Web | www.portaobertasalutmental.org |

4. QUI SOM

L' Associació Porta Oberta es crea a l'any 2005 a la ciutat de Valls, amb la voluntat d'acollir i recolzar a les famílies i persones que pateixen un problema en salut mental.

L'àmbit d'intervenció de l'Associació es centra en el recolzament, orientació i suport, així com en la promoció dels drets i la millora de la situació actual de les persones amb problemes de Salut mental i els seus familiars.

Dins la comunitat l'Associació pretén esdevenir un recurs comunitari complementari a la Xarxa de Salut Mental de la zona de cobertura de l'Entitat.

Per tant, la finalitat última de la nostra Entitat és afavorir a la millora de la qualitat de vida de les persones afectades per un problema de Salut mental i als seus respectius familiars.

- OBJECTIUS

- Acollir i recolzar a les famílies i persones afectades per un problema de salut mental
- Proporcionar informació, orientació i recolzament a les persones afectades per un problema de salut mental i als seus familiars.
- Promoure i vetllar pels drets socials i civils de les persones amb malalties mentals i els seus familiars.
- Promocionar les activitats d'inserció, residencial, de lleure i altres que contribueixin al ple desenvolupament del malalt mental.

- Contribuir a la millora de les assistència sanitària i social, de l'atenció i informació de les persones afectades i els seus familiars, i a la rehabilitació, integració, i reinserció laboral de les persones amb malalties de salut mental.
- Contribuir a la normalització de la situació de les persones amb malalties mentals i dels seus familiars, i promoure la coordinació del serveis en el seu àmbit territorial i de les entitats que intervenen.
- Promoure totes aquelles activitats lúdiques i educatives que suposin una millora de la qualitat de vida dels malalts i les seves famílies.

5. QUÈ OFERIM

Intervenció amb les famílies

Club Social

Espai d'acompanyament integral

Accions de sensibilització, difusió i informació

6. DESENVOLUPAMENT DEL PROJECTE D'ACTIVITATS – MEMÒRIA 2018

Les diferents accions incloses en el Programa d'activitats any 2018 estan estretament vinculades amb els objectius generals de l'Associació Porta Oberta, així que han de ser enteses com un complement necessari per al treball desenvolupat.

Dins d'aquest programa ens vam plantejar quatre línies d'acció que van a trobar la seva concreció en els diferents objectius que s'inclouen en el Programa.

Per poder fer-ho vàrem desenvolupar un calendari setmanal, on de dilluns a divendres, en horari de matí i de tarda, es realitzava una activitat determinada. I també es va programar alguna sortida en grup on podien participar familiars i persones amb problemàtica de salut mental, realitzat en cap de setmana i durant tot el dia.

La majoria de les activitats s'han realitzat al local de l'Associació, a excepció de l'esport i natació amb les que ens havíem de traslladar a les instal·lacions del Patronat d'Esports de Valls o la Biblioteca, assistim a la Biblioteca Popular Carles cardó de Valls. Altres activitats s'han realitzat conjuntament amb altres entitats o institucions públiques i en espais diferents de la ciutat de Valls, o en altres ciutats.

A continuació especificuem les diferents línies d'acció i els espais on s'han desenvolupat les activitats d'aquest any 2018.

A) INTERVENCIÓ AMB LES FAMÍLIES:

1. Punt d'informació, orientació i assessorament a les famílies. Servei d'atenció a les famílies (SAF):

És un servei adreçat a les famílies i persones amb un problema de salut mental, un espai d'acollida on s'ofereix orientació, assessorament i recolzament complementari als recursos de la Xarxa d'atenció a la salut mental.

| ACTIVITATS | DESCRIPCIÓ |
|---|---|
| Atenció integral a la família i a la persona amb trastorn mental | Implica reconèixer els diversos problemes i necessitats que presenta la família, tant sanitaris com socials, integrant-los, informant, orientant i derivant tenint sempre present el context comunitari on es desenvolupa la unitat familiar. |
| Coordinació amb el territori i treball en xarxa | El SAF establirà mecanismes de coordinació amb el territori per poder derivar i orientar correctament les demandes, tant amb els recursos sanitaris i socials especialitzats en salut mental com amb les associacions de familiars i d'altres que puguin ésser d'interès en el territori. |
| Espai d'atenció | Es planteja com un espai de consulta, orientació, informació i suport a disposició de les famílies per tal de poder donar resposta a les qüestions que els preocupen, clarificar situacions, oferir recursos, etc... sense esdevenir un espai terapèutic de tractament individual ni grupal, ja que aquesta no és la seva finalitat Possibilitat d'atendre demandes de forma individual o familiar que s'han adreçat a l'Associació de manera voluntària o derivades per una altre servei del territori (CSM de Valls, Serveis Socials, Serveis IPM (URH-IPM)). Si el cas així ho requeria s'ha derivat als professionals i serveis adequats del nostre territori. |

2. Espais de trobada

Aquest any 2018 hem realitzat diferents activitats pels associats de caire lúdic i recreatiu, amb l'objectiu de trencar l'aïllament habitual dels familiars de les persones amb un problema de salut mental i de les pròpies persones afectades, fomentant d'aquesta manera la vessant integradora de l'Associació en la comunitat.

| ACTIVITATS | DESCRIPCIÓ | TOTAL Participants |
|--|---|---------------------------|
| Festa de la Calçotada a Valls (Març) | Celebració de la festa de la calçotada amb la participació dels socis i altres associacions de persones amb una problemàtica de salut mental i els seus familiars del Camp de Tarragona: Dr. Francesc Tosquelles de Reus, L' Aurora i La Muralla. | 100 |
| Sortida de famílies a Poblet | Vam organitzar una sortida amb les famílies de l'Associació a Poblet | 15 |
| Berenar de Sant Joan (22/6) | Vam organitzar un berenar per celebrar el dia ded Sant Joan. | 30 |
| Celebració de la festa de la Castanyada (31/10) | Vam organitzar un berenar per celebrar la festa de la castanyada. | 25 |
| Berenar de nadal (22/12) | Vam organitzar un berenar per celebrar el nadal. I també vam fer el amic invisible. | 30 |

3. Grup d'ajuda mútua per a familiars de persones amb un problema de salut mental i per persones afectades

Des del naixement de l'Associació es porta a terme un grup de suport i ajuda mútua, es tracta d'un espai de trobada i suport, on els participants es reuneixen de forma voluntària amb la finalitat de compartir experiències i ajudar-se mútuament amb l'objectiu d'acompanyar a les famílies en les diferents etapes i en les dificultats que poden sorgir en aquest àmbit.

Estan creats i impulsats pels familiars de les persones amb problemes de salut mental o pels propis afectats, i són un recurs mobilitzat en la comunitat i per a la comunitat.

Les persones interessades es reuneixen amb el propòsit de cercar orientació, de familiar a familiar i d'afectat a afectat, davant els problemes derivats del problema de salut mental, amb la finalitat de compartir experiències, fer descàrrega emocional amb persones afins que entenen què passa, donar informació efectiva i contrastada com a usuaris, i crear un ambient d'ajuda mútua i suport social.

El GAM emfatitza la interacció personal, i l'assumpció individual de responsabilitats per part dels seus membres. Proporcionen ajuda emocional i promouen valors a través dels quals els seus membres poden reforçar la pròpia identitat.

Els Objectius del Grup d'Ajuda Mútua són:

- Crear un espai on compartir experiències, facilitar la descàrrega emocional dels participants amb persones afins.
- Treballar amb les potencialitats de les famílies.
- Promoure l'empoderament de les famílies en el moviment associatiu.
- Oferir suport emocional als familiars.
- Crear un ambient d'ajuda mútua i suport social.

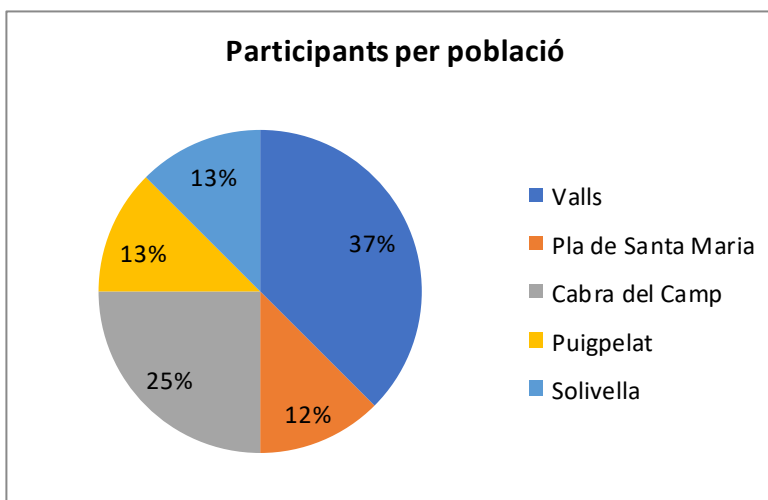
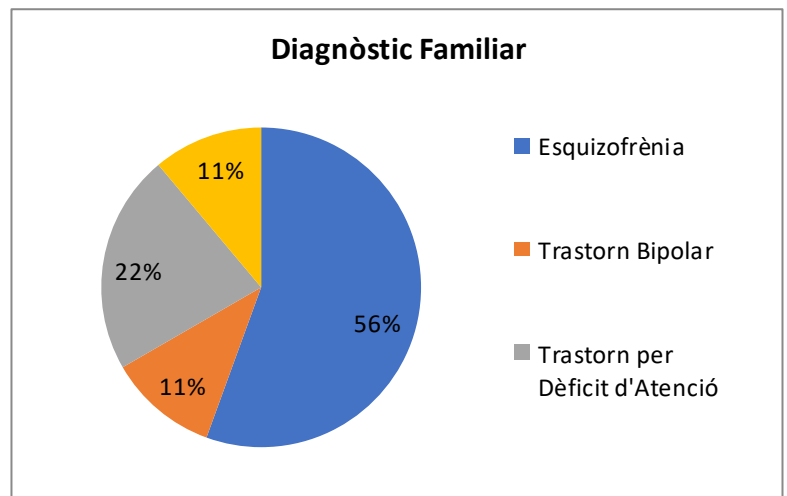
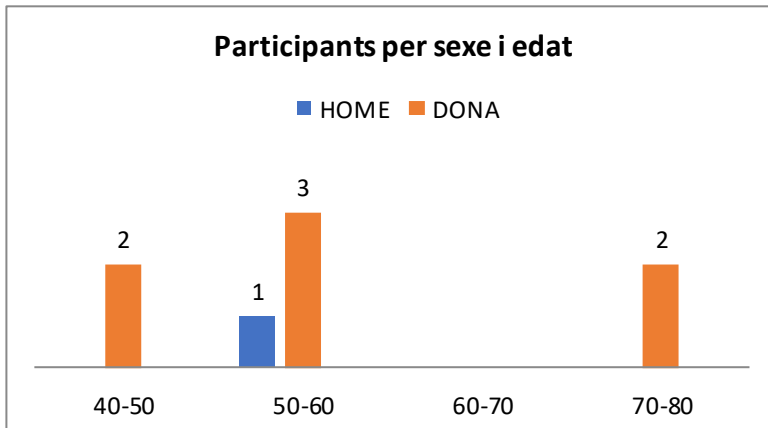
| ACTIVITATS | DESCRIPCIÓ | TOTAL Participants |
|--|--|--------------------|
| Grup de suport i ajuda mútua famílies (GAM) | Grup creat i impulsat pels familiars de les persones amb una problema de salut mental, que s'han reunit per tal de compartir experiències, fer descàrrega emocional, i crear un ambient d'ajuda mútua i suport social. Els grups estaven formats per 8 persones i s'han reunit amb una periodicitat de caràcter setmanal i les sessions tenien una durada d'una 1:30. Amb el suport d'una treballadora social. | 8 |

Al ser un projecte obert on es busca la implicació dels participants, s'han dut a terme les sessions calendaritzades a través de temaris oberts, sent en tot cas les persones participants les que decidien el format i el tema a tractar en cada sessió

PARTICIPANTS

GRUP D'AJUDA MÚTUA

El Grup d'Ajuda Mútua ha tingut un total de 8 famílies participants. A continuació s'especifica l'estadística per diferents variables:



4. Espais formatius i informatius - Escola de famílies:

Aquest any 2018 hem participat en les següents conferències, jornades i sessions formatives (Projecte Formació a famílies) o informatives, cursos, organitzades per altres entitats:

| ACTIVITATS | DIA | TOTAL Participants |
|---|------------|-------------------------------|
| Formació subvencions SISAP Tarragona | 18/1/2018 | 1 |
| Jornada de Reflexió Taules de Salut Mental | 2/3/2018 | 2 |
| Taller projecte subvenció Obertament | 8/6/2018 | 2 |
| Formació de riscos laborals a les Tècniques de l'Associació | 19/6/2018 | 3 |
| Devolució Jornada de Reflexió Taules de Salut Mental | 17/7/2018 | 1 |
| Acte institucional 5 anys Taules de Salut Mental | 5/10/2018 | 7 |
| Jornada Bioètica Pere Mata | 20/11/2018 | 4 |
| Formació Protecció de dades | 13/12/2018 | 2 |

PROJECTE SERVEI D'ATENCIÓ I FORMACIÓ A FAMÍLIES (SAF)

- Breu descripció:

Es tracta d'un projecte de formació adreçat a famílies amb alguna persona que pateixi un problema de salut mental que ha tingut l'objectiu de desenvolupar un programa de formació i psicoeducació estructurat que maximitzi les competències dels familiars de persones amb trastorn mental, contribuint així, en el procés de recuperació dels seus familiars. De la mateixa manera ha pretès ser un instrument on poder aconseguir estratègies per gestionar l'estrès i les dificultats que suposa la cura d'un familiar amb trastorn mental sever.

- Objectius:

Els objectius generals del projecte són:

- Dotar a les famílies d'informació clara sobre salut mental
- Promoure l'apoderament de les famílies
- Proporcionar eines a les famílies per a afrontar diferents dificultats
- Impulsar la participació de la família en els serveis i recursos que ofereix la comunitat

- Població destinatària:

El projecte s'ha adreçat a famílies amb residència dins el territori d'intervenció: comarca de l'Alt Camp i Conca de Barberà, que tinguin un familiar diagnosticat amb un problema de Salut Mental sense exclusió per edat del mateix.

- Equip professional:

El projecte ha estat dinamitzat per dues Treballadores Socials, aportant coneixements transversals des d'una prima psicològica i social.

- Metodologia:

El projecte s'ha dividit en tres fases:

- FASE DE PREPARACIÓ: S'han dissenyat cartells i tríptics així com una calendarització dels diferents serveis que formen part del SAF i s'ha preparat el material necessari per a dur a terme les sessions formatives, així com les presentacions en power point. En quan al Grup d'ajuda mútua, s'han dissenyat dinàmiques per a impulsar la participació de les persones participants.

- FASE DE DIFUSIÓ: S'han portar tríptics i cartells a la majoria dels pobles que entren en la zona d'intervenció de l'Associació, així com reunions amb altres serveis per donar a conèixer el projecte i que sigui motiu de derivació de possibles persones ateses.
- FASE D'EXECUCIÓ: Posada en marxa dels diferents serveis servei d'atenció, informació i derivació, del programa a través de la realització de les sessions formatives a través de temari específic i del grup de suport a famílies.

REPARTIMENT TRÍPTICS I CARTELLS

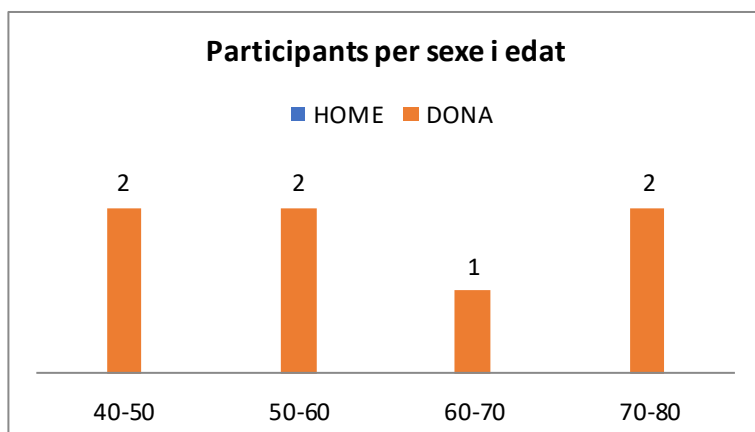
- 13/08/2018 al 31/08/2018 a poblacions tant de la Conca de Barberà com de l'Alt Camp

PRESENTACIÓ DEL SERVEI

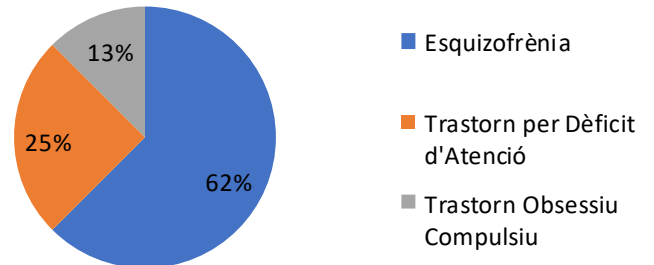
- 22/06/2018 - Centre d'Atenció Primària Vilarodona
- 3/07/2018 - Serveis Socials Bàsics Valls
- 5/07/2018 - Associació porta oberta: socis i famílies club
- 9/07/2018 - Centre de Salut Mental de Valls
- 17/07/2018 - Consell Comarcal alt Camp

- Participants:

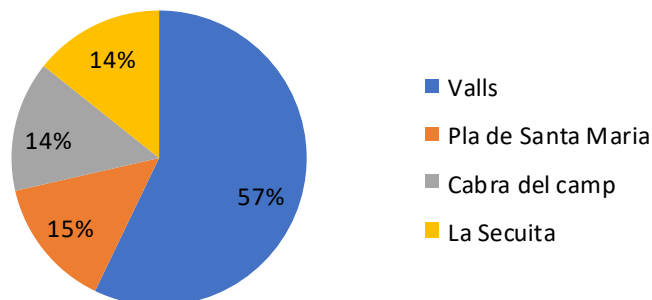
L'escola de famílies ha tingut un total de 7 famílies, 3 d'elles derivades pel SAF i l'altres 4 membres de l'Associació. A continuació s'especifica l'estadística per diferents variables:



Diagnòstic Familiar



Participants per població



- Avaluació:

L'avaluació del projecte ha estat extreta de dos factors. D'una part amb dades objectives referents al volum de famílies participants i a la regularitat en l'assistència d'aquests, i d'altra, de les observacions i experiències de les professionals.

Tenint en compte aquests indicadors, podem dir que l'assistència de les famílies ha estat un èxit, ja que la majoria ha tingut una assistència regular, el que ha permès

consolidar el grup, i donat que són poques famílies, dóna peu a dissenyar sessions més individualitzades.

El segon factor prové d'una vessant més subjectiva, basat en les observacions i experiències professionals de les dinamitzadores del projecte. Des d'aquest punt de vista, podem afirmar que el ha estat una experiència totalment positiva, on les famílies participants han après i se l'han fet seva. A més a més, s'ha consolidat el grup, aportant un espai de trobada on les famílies han compartit experiències, així com algunes s'han vinculat a l'associació

Des del Servei d'Atenció a Famílies, de manera individualitzada s'ha informat a un total de 10 famílies, 3 d'elles derivades al Curs de Formació.

METODOLOGIA:

Després de rebre la derivació o demanda es concerta una entrevista d'acollida per detectar possibles necessitats i donar-hi resposta, mitjançant la informació o derivació a serveis propis o a altres serveis externs. Es programa una següent trobada per valorar si la derivació ha estat satisfactòria per part de la persona/família atesa amb un 100% de satisfacció.

Hi ha famílies que només volen informació sobre programes específics com PSPALLS o CET's, un cop informats, derivats (ja que no es pot donar resposta directa) es fa trucada per saber com ha anat i si ja estan atesos es tanca l'expedient.

Les famílies derivades als nostres serveis propis, tenen un seguiment bimensual segons necessitats, a banda de presencialment són atesos via mail o telefònicament sempre que ho necessitin. Amb aquestes famílies es marquen objectius a treballar amb PIA.

AVALUACIÓ

El SAF ha funcionat de manera satisfactòria, les famílies derivades als serveis de la nostra Associació s'han vinculat i s'ha pogut seguir treballant objectius per donar resposta a les necessitats de manera individualitzada.

Les famílies que han estat derivades a altres entitats o serveis externs també s'han pogut vincular a aquests.

Però per altra banda, hi ha una manca de derivacions des dels Serveis de la Xarxa Comunitària i hem de demanar força reunions/coordinacions per donar a conèixer aquest servei, un servei que és molt necessari ja que és un servei especialitzat en informar i assessorar en matèria de Salut Mental i en donar suport a familiars que tenen al seu càrrec persones amb un problema de salut mental.

En quant al Grup d'Ajuda Mútua, és una línia d'actuació que ja venia funcionant de del curs passat i ha seguit funcionant amb els mateixos participants. Com a punt positiu en destaquem la incorporació d'una nova família al grup.

Finalment, referent a l'Escola de famílies, aquest curs hi ha hagut el mateix volum de participants que el curs anterior i, a més a més, hem comptat amb famílies noves que es van vinculant a l'Associació i que han vingut derivades de diferents serveis, per la qual cosa, hi ha més visibilitat d'un treball en xarxa amb els serveis de la comunitat i una bona fase de difusió.

Concloent, els objectius del projecte han estat assolits.

- Mòduls formatius:

| MÒDUL I: INFORMACIÓ GENERAL SOBRE SALUT MENTAL | |
|---|---|
| 10/10/2018 | SESSIÓ 1: ANTECEDENTS I EVOLUCIÓ SALUT MENTAL |
| 24/10/2018 | SESSIÓ 2: PROBLEMES DE SALUT MENTAL I |
| 07/11/2018 | SESSIÓ 3: PROBLEMES DE SALUT MENTAL II |
| MÒDUL II: LA FAMÍLIA COM A EINA DE SUPORT | |
| 21/11/2018 | SESSIÓ 4: LA IMPORTÀNCIA DE LA FAMÍLIA |
| 05/12/2018 | SESSIÓ 6: COM PODEM AJUDAR? |
| MÒDUL III: ESTRATÈGIES PER A LA RESOLUCIÓ DE PROBLEMES | |
| 19/12/2018 | SESSIÓ 7: EDUCACIÓ EMOCIONAL |
| 16/01/2019 | SESSIÓ 8: HABILITATS COMUNICATIVES |
| 30/01/2019 | SESSIÓ 9: PROMOCIÓ DE L'AUTONOMIA |
| MÒDUL IV: PARTICIPACIÓ EN RECURSOS I SERVEIS DE LA COMUNITAT | |
| 13/02/2019 | SESSIÓ 12: RECURSOS GENERALS I ESPECÍFICS |
| 27/02/2019 | SESSIÓ 13: RESUM DEL CURS I AVALUACIÓ |
| 13/03/2019 | SESSIÓ DE TANCAMENT CONJUNT GRUP SUPORT MUTU |

B. ACCIONS DE SENSIBILITZACIÓ I DIFUSIÓ:

Valorem molt positivament la sensibilització a nivell comunitari, és necessari informar sobre la realitat dels problemes de salut mental, per lluitar contra l'estigma, la marginació i l'exclusió d'aquest col·lectiu. Per aquest motiu, aquest any 2018 hem realitzat una tasca permanent d'informació i sensibilització comunitària, amb l'objectiu de sensibilitzar i informar a les autoritats públiques, als professionals dels diferents àmbits d'actuació i a la ciutadania en general, sobre els problemes de salut mental i les necessitats i mancances detectades que afecten a les persones que pateixen un problema de salut mental i a les seves famílies, impulsant accions i estratègies per lluitar contra l'estigma i la discriminació que pateixen les persones afectades per un problema de salut mental i les seves famílies.

Considerem fonamental la formació i informació permanent dels nostres associats, per disminuir l'aïllament, la desinformació i la sobrecàrrega de molts familiars de persones afectades per una problema de salut mental. Hem organitzat les diferents activitats:

| ACTIVITATS | DESCRIPCIÓ | TOTAL Participants de l'Entitat |
|--|---|---------------------------------|
| Parc de Nadal de Valls (02/01 i 03/01) | En aquesta activitat vam realitzar un taller de manualitats, on les persones que desenvolupaven el taller, eren persones amb un problema de salut mental, que participen diàriament a les activitats organitzades per l'associació. Les manualitats consistien en fer una caixeta de cartró reciclat i paper de regal reutilitzat i uns braçalets de llana i cartró reciclat. | 6 |
| Xerrada informativa sobre grup de suport a famílies (27/3) | L'activitat va consistir en obrir les portes a totes aquelles persones que tenen algun familiar amb un problema de salut mental i necessiten suport en diferents basants. Vam informar sobre el nostre grup de suport a familiars, gestionat per la psicòloga de la nostra Associació. Vam compartir experiències, ens vam donar suport, i ens vam aconsellar, i aprendre sobre salut mental. | 10 |
| Diada de Sant Jordi a Valls (23/04) | L'activitat va consistir en posar una parada de venda de roses solidaries i vam ficar fullets informatius sobre salut mental. | 7 |
| Festa de Firagost a Valls (01/08 i 02/08) | L'activitat va consistir en posar una parada de venda de productes solidaris fets pels socis i usuaris de l'associació, i donar informació sobre salut mental. | 7 |

| | | |
|--|--|-----------|
| Xerrada de sensibilització contra l'estigma en la salut mental (11/10) | Va ser una activitat inclosa dins dels actes de celebració del Dia mundial de la Salut Mental: Xerrada de sensibilització contra l' estigma en Salut Mental a càrrec de Psicòloga de l'Associació. Jornada oberta a tots els públics. | 10 |
| Celebració Setmana Salut Mental a Valls (8 al 14/10) | Vam organitzar una jornada reivindicativa, divulgativa, informativa, participativa i de sensibilització, per transmetre als participants de la jornada un concepte positiu del que és un problema de salut mental. On vam fer diverses activitats, com un taller de manualitats pels mes petits, l'espectacle d'un mag, l'actuació de dos músics. També vam donar informació sobre salut mental. | 12 |
| IV Festa de les Capacitats (2/12) | Van participar a la gran festa de les Capacitats a Valls, dinamitzant un taller de manualitats pel més petits. | 6 |
| Gran Recapta d'aliments (2/12) | La nostra entitat va participar en l'activitat, assistint com a voluntaris un dia senyalat per tal d'ajudar a recaptar aliments pels més necessitats. | 4 |
| Mercat de Nadal a Valls (15/12 i 16/12) | L'activitat va consistir en posar una parada de venda de productes solidaris fets pels socis i usuaris de l'associació, i donar informació sobre salut mental. | 7 |
| Manteniment permanent del Facebook de l'Associació | L'activitat va consistir en mantenir actualitzat el facebook amb les activitats que hem anat fent al llarg del 2017 i també a donar informació sobre salut mental. | 4 |
| Manteniment permanent del Blog que te l'associació | L'activitat va consistir en mantenir actualitzar el blog amb les activitats que hem anat fent al llarg del 2017. El blog la gestionat un soci i usuari de l'associació. | 2 |

PROJECTE DE SENSIBILITZACIÓ “ LA SALUT MENTAL POBLE A POBLE”

Es tracta d'un projecte que té per objecte realitzar xerrades informatives a diferents pobles de la Conca de Barberà i de l'Alt Camp, gratuïtes i obertes a tota la població. La finalitat del nostre projecte ha estat arribar a aquell col·lectiu de gent que encara no coneix l'Associació ni els serveis i suports que aquesta els pot oferir. I per altra banda, es busca la sensibilització, informació i reducció de l'estigma present en aquestes localitats vers la salut mental. Aquesta funció informadora i sensibilitzadora es fa des d'una vessant participativa i interactiva amb els assistents a la xerrada, buscant un aprenentatge el màxim vivencial possible.

- Procediment i calendari

El projecte ha tingut impacte a poblacions de l'Alt Camp i de la Conca de Barberà. A continuació es detalla els pobles específics, on s'ha pogut actuar durant el 2018.

Inicialment es va dur a terme un primer contacte amb les poblacions via correu electrònic, amb els diferents regidors de benestar social. Després de la primera presa de contacte, s'ha parlat en els casos convenients amb entitats o associacions dels pobles per organitzar les xerrades.

S'han concertat reunions o també s'ha concretat via trucada telefònica els detalls de la xerrada.

- Descripció:

Les xerrades s'han dut a terme en sales culturals i de conferències dels diferents municipis. La durada aproximada ha estat d'una hora i mitja, la qual s'estructura de la següent manera:

- 1 hora de xerrada referent al contingut de l'estigma en salut mental, les conseqüències d'aquest, les possibilitats de canvi, etc.

- ½ hora, dedicada a la presentació d'un cas en primera persona, la qual explica la seva experiència i la recuperació després del correcte tractament, i a continuació la presentació per part de la presidenta de l'associació, de la creació d'aquesta i dels objectius proposats i aconseguits durant els anys des de la seva fundació.

Les xerrades s'han realitzat promovent la participació activa dels assistents i la interacció constant entre aquests i la ponent.

- Resultats

Mitjana de persones que han assistit: La mitjana d'assistents a les xerrades ha estat d'unes 6 persones. La participació ha sigut inferior a l'esperada.

Els resultats obtinguts han estat favorables, ja que les persones assistents manifestaven la seva comprensió respecte la temàtica i s'observava un canvi en l'opinió i l'argumentació a mesura que avançava la xerrada. S'observava un augment de la comprensió del concepte estigma, de les implicacions i conseqüències d'aquests, alhora que es podia observar una gran comprensió i impacte en el moment de l'exposició en primera persona.

Per altra banda s'ha percebut molt interès i comprensió cap al projecte i l'associació. El projecte té continuïtat durant el 2019, durant el qual es seguirà exponent la temàtica als pobles restants de les dues comarques.

C. ACTIVITATS PRÒPIES DE LA JUNTA DIRECTIVA:

La Junta Directiva es preocupa de coordinar les activitats i aspectes propis del funcionament general de l'associació. Ha establert reunions amb representats polítics, professionals o càrrecs directius en referència a tot allò que necessita l'entitat de dur a terme en el seu programa d'activitats, amb els Directors dels serveis de salut i Benestar social, amb els diferents coordinadors dels serveis amb els quals col·laborem: CSM, SSB, ... També va participar en cursos formatius i col·labora activament amb altres entitats i serveis

La Junta es reuneix setmanalment per tractar per tractar aquells assumptes importants que van sorgint i un cop al mes per tractar temes més específics.

D. CLUB SOCIAL:

Aquest any 2018 hem continuat desenvolupat activitats de lleure i oci a les persones que, per causa d'un problema de salut mental, tenen dificultats d'inserció social i integració comunitària al seu entorn natural, mitjançant la dinamització del servei de Club Social inclòs en la Cartera de Serveis Socials de la Generalitat, dinamitzat per un equip interdisciplinari. Per desenvolupar aquest seguim el calendari setmanal on de dilluns a divendres, en horari de tarda, i algun dia de matí, es realitzen les activitats.

| ACTIVITATS | DESCRIPCIÓ |
|--|--|
| Esport | Els participants assisteixen al Patronat d'esports de Valls, 1 cop a la setmana, per fer esport amb el suport d'un monitor esportiu. |
| Natació | Els participants assisteixen a la Piscina del Fornàs, 1 cop a la setmana, per fer natació amb el suport d'un monitor esportiu. |
| Dibuix i pintura | Els participants van a la sala de Sant Roc de Valls, per fer un taller de pintura, 1 cop a la setmana, a càrrec d'una professora d'art. |
| Coneixem el nostre entorn passejant per Valls | Els participants participen en l'activitat que consisteix en conèixer diferents llocs, entitats culturals, monuments i indrets de Valls, 1 cop a la setmana en horari de matí. |
| loga | Els participants fan sessions de loga per fer relaxació, treballar la mobilitat i coordinació i la flexibilitat del cos, 1 cops a la setmana, al local de l'associació. |
| Manualitats | Els participants participen en un taller de manualitats, 1 cop a la setmana. |
| Jocs | Els participants participen en activitats de caire lúdic com són els jocs de taula, activitat grupal on es treballa la comunicació i les relacions. |
| L'hora del cafè | L'hora del cafè, és una activitat dissenyada per tal de poder treballar les habilitats socials a través d'activitats quotidianes que es duen a terme habitualment en la nostra societat. En aquest cas, l'activitat correspon al fet d'anar a fer un cafè a qualsevol cafeteria de l'entorn que rodeja l'associació. |
| Taller de Guitarra | Una primera persona dinamitza l'activitat i ensenya a tocar la guitarra a un grup de companys. |
| Taller Grupal de Coach | Els participants participen en un taller dinamitzat per un coach on treballaran la seva autoestima, seguretat i a autogestionar-se. |
| Biblioteca | Es va a la Biblioteca Carles Cardós de valls a llegir, hi ha préstec de llibres, ordinadors per consultar internet, etc. Utilitzen un recurs comunitari |
| GAM (grup ajuda mútua) | Un grup d'usuaris es reuneixen quinzenalment per parlar de la seva experiència davant el problema de salut mental i buscar eines per empoderar-se i autogestionar-se |
| Reiki | Taller de relaxació basat en el tractament alternatiu del Reiki. Consta d'una part d'estiraments i coneixement del cos i una segona part d'autoreiki. |
| Taller de música | Les sessions consisteixen en l'ús de la música i els seus elements, com a eina de suport per aconseguir una sèrie d'objectius plantejats. Aquestes sessions consten de la Benvinguda (rebuda dels participants), Part central |

| | |
|-------------------------|---|
| | (desenvolupament de diferents activitats musicoterapèutiques) i Comiat (tancament de la sessió) |
| Cinema | Dos cops al mes es va al JCA Cinemes de valls a veure una pel·lícula que hauran triat les persones participants, els altres dos dies es veu a la mateixa Associació. |
| L'Hora del Cafè | Es potencia les relacions socials a través d'anar a un bar a fer un cafè o a berenar un cop a la setmana. |
| Sortides Cap de Setmana | Es fan sortides amb els participants que es volen. Aquestes sortides les decideixen ells i elles en assemblea, solen ser els dissabtes. Un cop cada trimestre es fa una sortida de tot el cap de setmana. |
| Assemblea | Reunió mensual de les persones participants al Club on es decideixen les activitats, sortides...es resolen conflictes si n'hi ha, en definitiva es parla de les coses que afecten al funcionament del Club. |
| Experiència pròpia | Activitat que forma part del projecte amb el mateix nom de la Federació Salut mental Catalunya. En aquesta es poden temes en comú que afecten a les primeres persones i es resolen dubtes, també serveix per treballar l'empoderament de persones nouvingudes a l'activitat o amb la primera crisi o acceptació de la malaltia incipient. |

7. DADES ESTADÍSTIQUES ASSOCIACIÓ PORTA OBERTA

TOTAL PERSONES ATESES ANY 2018: 40

Taula edat i gènere població atesa

Com queda reflectit a la taula, el nombre de dones és una mica més elevat, i la mitja d'edat supera els 40 anys.

| Rangs d'edat | Homes | Dones | Familiar | Persona amb diagnòstic | Total |
|---------------------|--------------|--------------|-----------------|-------------------------------|--------------|
| De 18 a 30 | 1 | 2 | 0 | 3 | 3 |
| De 31 a 40 | 2 | 5 | 1 | 6 | 7 |
| De 41 a 50 | 6 | 6 | 1 | 11 | 12 |
| De 51 a 60 | 2 | 5 | 0 | 7 | 7 |
| De 61 a 65 | 4 | 1 | 1 | 4 | 5 |
| Més de 65 | 0 | 6 | 3 | 3 | 6 |
| TOTAL | 15 | 25 | 6 | 34 | 40 |

Tipus de domicili

Les persones ateses es reparteixen en dos tipus de domicili, un amb 21 persones és de llar pròpia i l'altre amb 19 persones llar familiar.

| Residència de les persones | Nombre |
|----------------------------|--------|
| Llar pròpia | 21 |
| Llar familiar | 19 |
| Llar amb suport | 0 |
| Llar residència | 0 |
| Altres recursos | 0 |
| TOTAL | 40 |

Àmbit d'influència per municipis

La gran majoria de persones ateses, 33 exactament, són de la població de Valls i a la resta de pobles només hi ha 1 persona de cada un.

| Municipi | Comarca | Nombre |
|--------------------|------------------|--------|
| Valls | Alt Camp | 33 |
| Pla de Santa Maria | Alt Camp | 1 |
| Vila-rodona | Alt Camp | 1 |
| Pont d'Armentera | Alt Camp | 1 |
| Vallmoll | Alt Camp | 1 |
| Blancafort | Conca de Barberà | 1 |
| Saral | Conca de Barberà | 1 |
| Montblanc | Conca de Barberà | 1 |
| TOTAL | | 40 |

Fons de derivació

Els usuaris han estat derivats a través de diferents fonts, com són: el CSM de Valls a derivat 16 persones i Serveis Socials Bàsics han derivat 4. D'altres han vingut pel seu compte, i són 20 persones.

| Centre | Nombre |
|---|---------------|
| Consultes externes (CSMA, PSI) | 16 |
| Hospitalització parcial (Hospital de dia) | 0 |
| Hospitalització // MILLE // Unitats Rehabilitació Intensiva | 0 |
| SRC // Centre de dia | 0 |
| Serveis d'inserció laboral (CET // pre-laboral) | 0 |
| Serveis d'Habitatge (llar residència // suport) | 0 |
| Serveis Socials | 4 |
| Altres | 20 |
| TOTAL | 40 |

8. ÀMBIT D'ACTUACIÓ

El territori on es desenvolupa el Programa d'activitats de l'Associació Porta Oberta és la Conca de Barberà i l'Alt Camp, en els municipis que conformen les respectives comarques.

- Alt Camp: Aiguamúrcia, Alcover, Alió, Bràfim, Cabra del Camp, Figuerola del Camp, els Garidells, la Masó, el Milà, Mont-ral, Montferri, Nulles, el Pla de Santa Maria, el Pont d'Armentera, Puigpelat, Querol, la Riba, Rodonyà, el Rourell, Vallmoll, Valls, Vila-rodona i Vilabella.
- Conca de Barberà: Barberà de la Conca, Blancafort, Conesa, L'espluga de Francolí, Forès, Llorac, Montblanc, Passanant i Belltall, les Piles, Pira, Pontils, Rocafort de Queralt, Santa Coloma de Queralt, Sarral, Savallà del Comtat,

Senan, Solivella, Vallclara, Vallfogona de Riucorb, Vilanova de Prades, Vilaverd, Vimbodí i Poblet.

L'àrea d'actuació de l' Associació Porta Oberta avarca uns 538 km², de la comarca de l'Alt Camp, amb una població total de 44.306 habitants. Prenent com a centre la ciutat de Valls amb una població total de 24.321 habitants. I 650,2 km², de la comarca de la Conca de Barberà, amb una població total de 20.482 habitants.

9. SISTEMES DE COORDINACIÓ, COOPERACIÓ I COL·LABORACIÓ AMB ELS EQUIPS BÀSICS D'ATENCIÓ SOCIAL MUNICIPALS O COMARCALS

Des de l'Associació Porta Oberta haurem realitzat unes 8 coordinacions, on s' inclouen, les reunions amb el Regidor de Benestar social i salut de l'Ajuntament de Valls, amb la tècnica d' inclusió social de l'ajuntament de Valls, amb el Coordinador de Serveis Socials de l'ajuntament de valls, i mitjançant correus electrònics hem atès les demandes de les treballadores socials de serveis socials de l'ajuntament de Valls, que s'han posat en contacte amb nosaltres per derivar-nos un possible cas o fer-nos una consulta d'algun possible usuari que estigués participant a les activitats de la nostra associació.

En el desenvolupament del nostre projecte d'activitats hem col·laborat amb:

- Institucions públiques: Ajuntament de Valls, Institut Pere Mata, centre de salut mental de Valls.
- Altres institucions: Federació Salut Mental Catalunya, Coordinadora Salut Mental Camp de Tarragona i Terres de l'Ebre.

| DIA/MES | DESCRIPCIO | TOTAL Participants de l'Entitat |
|--------------------|--|---------------------------------|
| COORDINACIÓ | | |
| 12/06 | Contacte amb tots els pobles de l'Alt Camp i la Conca de Barberà pel Projecte "Salut Mental Poble a poble" | 1 |
| 03/07 | Reunió amb la coordinadora de SSB de Valls i l'amb l'equip tècnic de SSB. | 3 |

| | | |
|---|---|------------|
| 9/07 | Reunió amb l'equip tècnic del CSMA de Valls | 3 |
| 17/07 | Reunió amb l'equip tècnic del Consell Comarcal de l'Alt Camp | 3 |
| 26/01 23/02 23/03 27/04 25/05 29/06 27/07 31/08 28/09 26/10 14/12 | Reunió equip tècnic de l'Associació Porta Oberta | 2-6 |
| 07/03 | Coordinació amb el centre cívic de Valls | 3 |
| 4/05 | SIAD Alt Camp | 1 |
| 22/6 | Coordinació Treballadora social EAP Alt Camp Est i Conca | 2 |
| COOPERACIÓ | | |
| 26/01 16/03 20/07 14/09 14/12 | Reunió del grup motor la Taula de Salut Mental (Institut Pere Mata) | 7 |
| 25/05 9/07 17/10 19/12 | Reunió Taula de Salut | 10 |
| 4/05 | Reunió Taula de Cohesió social | 1 |
| 21/12 | Reunió amb el President de l'Audiència Provincial | 5 |
| 20/04 | Assemblea general Porta Oberta | 15 |
| 4/05 | Trobada amb la CUP Valls | 2 |
| COL·LABORACIÓ | | |
| 24/01 | Presentació Apropa cultura | 1 |
| 12/09 3/12 29/12 | Reunió Ajuntament de Valls pel Parc de Nadal | 2 |
| 10/01 01/02 20/02 12/04 12/09 6/06 27/11 | Assistència a la reunió amb la Junta de la Coordinadora del Camp de Tarragona i Terres de l'Ebre | 1 |
| 1/04 22/05 4/09 | Reunió amb la Taula de las capacitats amb la Tècnica del Pla d'inclusió de l'Aj. De Valls i altres entitats Socials de Valls, | 2 |

| | | |
|--------------|---------------------------------------|---|
| 2/10 | | |
| 3/04 | Lear | 2 |
| 7/03 3/04 | Ikea | 2 |
| 14/03 | Habitat Barcelona | 1 |
| 6/3 | Contacte amb la Fundació PortAventura | 1 |

10. IMPACTE SOCIAL ACONSEGUIT

Considerem molt important que tota la xarxa de serveis relacionats amb l'atenció a les persones amb problemes de salut mental, administracions públiques, altres entitats socials i la població en general conegui les tasques que realitzem, i els nostres projectes de futur.

Valorem molt positivament la nostra progressiva implantació en el territori, i el progressiu suport que ens han donat les administracions tant local com autonòmica.

Aquest any 2018 hem organitzat celebracions i activitats que ens han fet més visibles al nostre territori i el nivell d'acceptació de la població ha estat molt positiva. S'han apropat al nostre local càrrecs polítics i familiars de persones amb un problema de salut mental per conèixer la nostra iniciativa. També hem participat conjuntament amb altres entitats socials del territori, en diferents jornades i celebracions.

Pel que fa als usuaris que han participat en les nostres activitats, la seva evolució és molt favorable, ha millorat la seva autoestima, s'han enfortit els seus vincles afectius amb altres usuaris, i s'han vinculat amb altres activitats fetes en altres serveis o recursos de la comunitat.

Les eines utilitzades per fer la valoració de l'impacte social han estat:

- Informació obtinguda a través d'entrevistes, reunions i coordinacions fetes amb professionals i càrrecs polítics.

- Nombre de participació de l'entitat en jornades, taula de salut, taula de cohesió social, celebracions, conferències o xerrades.
- Nivell d'acceptació per part de les administracions, serveis públics i població en general.
- Nombre d'usuaris participants en les activitats.
- Nombre de socis de l'associació a l'any 2018.
- Nivell de participació per part de la ciutadania en general en les celebracions, activitats, jornades o xerrades organitzades per l'entitat aquest any 2018.

11. PERÍODE DE L'ACTUACIÓ

S'estén des del mes de gener de 2018 fins al mes de desembre de 2018.

12. SISTEMES D'AVUACIÓ DE L'ACTUACIÓ

La nostra avaluació es subjectiva ja que ha estat realitzada de manera interna per part dels professionals, els voluntaris i els destinataris que han intervingut i participat en el programa.

El criteri metodològic emprat ha estat:

Qualitatiu fent recollida i registre de dades qualitatives :

- Observació directa i observació participant per part dels professionals o voluntaris implicats en l'activitat.

- Entrevistes individualitzades als participants per valorar el seu grau de satisfacció.
- Entrevistes amb professionals, càrrecs polítics, i familiars implicats.

Quantitatiu fent recollida i registre de dades quantitatives:

- Registre de l'assistència de les persones usuàries i seguiment de la seva continuïtat.
- Registre d'assistència a reunions, conferències, xerrades, comissions de treball i coordinacions amb altres serveis, entitats, institucions o administracions públiques.
- Registre de persones ateses, ja siguin familiars, persones afectades, càrrecs polítics, professionals o la ciutadania en general.
- Documents, materials o recursos utilitzats en la realització del projecte.
- Hores invertides en la realització del projecte.
- Nombre d'activitats de contacte comunitari.
- Nombre d'activitats desenvolupades en el servei.

Davant els resultats obtinguts a través de la nostra avaluació podem dir que els objectius que ens havíem marcat com associació en el nostre programa d'activitats s'han aconseguit en la mesura de les nostres possibilitats.

Com ha entitat hem participat en diversos jornades, festes o celebracions per tal de donar a conèixer la nostra entitat i sensibilitzar a la societat i els diferents organismes públics i privats pel que fa a les necessitats i les problemàtiques personals - familiars i socials.

També hem continuat organitzant activitats de caire lúdic, per tal de proporcionar suport psicosocial amb activitats que constitueixen al ple desenvolupament de les persones amb un problema de salut mental.

Hem valorat que aquest any 2018 hem tingut un suport molt gran per part de voluntaris que s'han fet càrrec d'algunes de les activitats de l'espai lúdic, això ha proporcionat estabilitat i major acceptació per part dels participants de les activitats ofertes.

També comptem amb 4 professionals, dues tècniques en treball social i una tallerista de manualitats, i un coach.

Avaluem positivament l'evolució personal i social de molts dels usuaris que habitualment participen en les nostres activitats.

Han participat activament en cadascuna d'elles. Se'ls veia satisfets i amb moltes ganes d'aprendre.

S'observa una consolidació en l'assistència d'alguns dels usuaris que assisteixen de manera regular a les mateixes activitats cada setmana, aquesta assistència constant i regular a creat vincles entre els participants. També s'observa un canvi d'actitud en molts d'ells.

Creiem que com ha entitat i amb la posada en marxa de les diferents línies d'acció d'aquest programa hem pogut realitzar tot un seguit d'accions per tal de proporcionar informació i recolzament a les persones amb una problemàtica de salut mental i als seus familiars, i poder ser un referent per totes aquestes persones que veuen en la nostra entitat una oportunitat per conèixer altres persones afectades per una mateixa problemàtica.

13. MECANISMES PER INCORPORAR LA PERSPECTIVA DE GÈNERE I MESURES D'INCLUSIÓ DE PERSONES EN RISC D'EXCLUSIÓ SOCIAL, PERSONES AMB DISCAPACITAT I VOLUNTARIAT

Pel que fa als mecanismes per incorporar la perspectiva de gènere, hem tingut en compte alhora de proposar les activitats que anessin dirigides tan a dones com a homes per igual. Hem organitzat les reunions i activitats en horaris que permeten l'assistència i participació de les dones, hem de dir que pel que fa a la nostra Junta Directiva, el 80% som dones. No hem permès conductes masculistes tant en la junta directiva com en la mateixa associació i en el desenvolupament de totes les activitats que es feien. També hem promogut un ús no sexista del llenguatge en els escrits que ha realitzat l'associació.

Pel que fa a les mesures d'inclusió de persones en risc d'exclusió i persones amb discapacitat, hem participat en les reunions de la Taula de Cohesió social, organitzada pel Departament de Benestar Social i Salut de l'Ajuntament de Valls, com a membres de la comissió permanent, per tal de treballar l'elaboració del Pla Local d'inclusió o Cohesió social 2016-2018. També en les taules de salut organitzades per l'Institut Pere Mata i la Coordinadora Salut mental tarragona i Terres de l'Ebre, i en la campanya de recollida d'aliments organitzada per la tècnica de voluntariat social de l'ajuntament de Valls.

Pel que fa a les mesures en voluntariat hem rebut suport per part de voluntaris i voluntàries que s'han aprofitat a la nostra entitat per coneixen i oferir-nos el seu suport.

També hem iniciat des de la nostra entitat un voluntariat intern, on alguns dels participants s'han ofert a fer de voluntaris i dinamitzar alguna de les activitats posades en marxa.

14. ACTUACIONS DE QUALITAT QUE S'HAN ASSOLIT DURANT L'ANY 2018 **SEGONS AQUESTS ASPECTES :**

Aspectes operatius :

- Atenció a l'usuari i suport a la família.
- Valoració del grau de satisfacció de l'usuari i família.
- Elaboració de propostes de millora en funció dels resultats.
- Treball en xarxa amb altres serveis públics, administració local i entitats sense ànim de lucre

Aspectes de qualitat

- Rebre suport i assessorament per part d'un coaching/consultor en temes relacionats amb l'organització i funcions de la junta directiva.