

MEMÒRIA 2022



SMC salutmental
Catalunya

Anoia

MEMÒRIA 2022



SMC salutmental
Catalunya

Anoia

ATENCIÓ A PERSONES

CLUB SOCIAL AIDAR

IMPACTE SOCIAL

HEM ATÈS 76
PERSONES EN
TOTAL AL LLARG
DEL 2022



AMB UNA
MITJANA
MENSUAL DE 66
PERSONES

- 30 ENTREVISTES INFORMATIVES
- 65 ENTREVISTES DE SEGUIMENT
- 23 ACOLLIDES
- 10 NOVES VINCULACIONS

EL CLUB SOCIAL OFERIM
SUPPORT SOCIAL I
ACOMPANYAMENT AL
PROJECTE VITAL DE LES
PERSONES AMB PROBLEMES
DE SALUT MENTAL, A
TRAVÉS DE L'OCI INCLUSIU

SERVEI EN CARTERA DELS SERVEIS
SOCIALS DE LA GENERALITAT DE
CATALUNYA DES DE L'ANY 2003

CLUB SOCIAL / MÒDUL B

EL QUE ENS MOU

Ens mou donar l'estructura de suport social necessària i contribuir per tal de que les persones amb problemes de salut mental, assoleixin quotes de salut, independència, participació i col·laboració a i amb la comunitat.

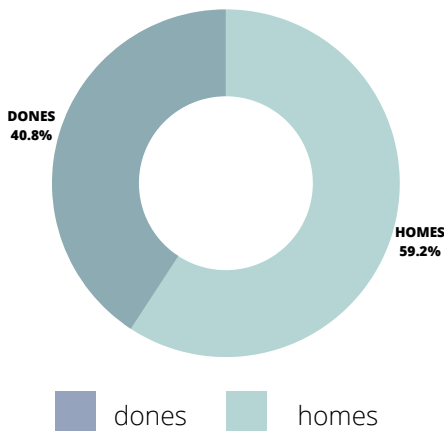
El Club Social fomenta espais d'auto-gestió, posant l'èmfasi en la participació activa de la persona.

EL NOSTRE COMPROMÍS

Oferim un espai d'oci inclusiu i rehabilitador, que utilitza les activitats del lleure per treballar tant a nivell grupal com individual. Acompanyant a cada persona en el projecte vital i col·laborant també amb diverses entitats socials i comunitàries de l'Anoia.

DADES A DESTACAR CS AIDAR

Participació / Gènere



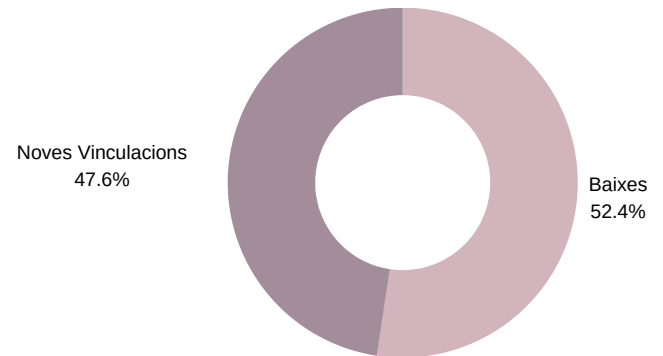
Al llarg de l'any 2022 van participar 76 persones en total al CS Aidar.

De les quals 31 van ser Dones i 45 Homes.

Des de l'any 2019 fins l'actualitat el CS aidar a copsat un increment 10,6% en la participació de dones en les activitats.

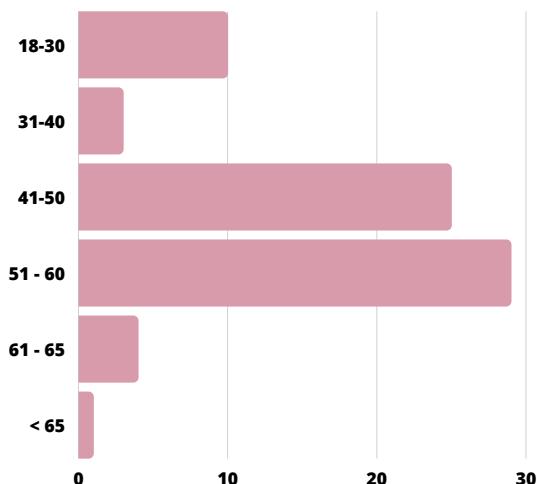
Baixes i noves vinculacions 2022

Durant tot l'any s'han efectuat 11 baixes i 10 Altes de Club Social en total.



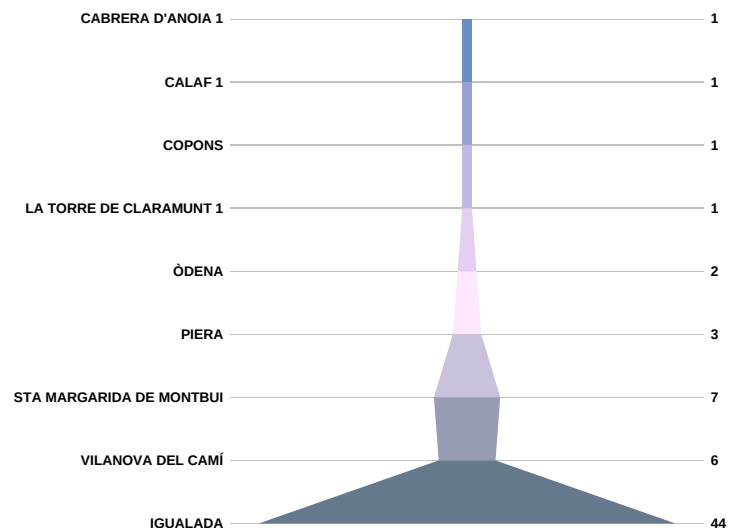
Franja de edats

Nombre de participants CS Aidar 2022



Per edats, podem concloure que les franges d'edat amb més persones ateses al CS Aidar són les persones de entre 41 i 60 anys. Observem també un augment significatiu en la franja de les i els participants d'entre 18 i 30 anys.

Procedència i Municipis



Els participants del CS Aidar provenen de tota la comarca de l'Anoia. Sent Igualada la ciutat amb el nombre més gran de participació. Amb una mitjana de 66 persones ateses mensualment. Els municipis més distants de la comarca són la Torre de Claramunt, Piera, Cabrera d'Anoia, Copons i Calaf de difícil accés degut als transports públics.

ACTIVITATS CS.AIDAR

ACTIVITATS AMB GRAN ÈXIT DE PARTICIPACIÓ

FEM RUTA, ASSAMBLEA i MANUALITATS han sigut les activitats del club amb més èxit de participació al **2022**. Dins de la línia d'actuació de promoure l'activitat física i els hàbits saludables és realitza **Fem Ruta**, que consta de sortides per la natura, caminades i recorreguts utilitzant el mapa de rutes saludables, que l'Ajuntament de Igualada posa a disposició de la ciutadania en el projecte **activa't caminant per igualada**.

La **Assamblea** es un espai de trobada i intercanvi setmanal per parlar de les propostes i novetats .Fent a les i els participants proactius en la presa de decisions sobre els temes que els afecten. Desenvolupen propostes i aporten la veu en primera persona sobre els problemes de salut mental i en l'organització com a entitat i la societat en general.

El **Cine-fòrum** s'ha realitzat a l'Espai Cívic Centre. Consta de la visualització d'una pel·lícula escollida per les persones participants , treballant la presa d'elecció . Al final del film és comenta , que ha semblat, com ens em sentit, així com tots els matisos que existeixen en la pel·lícula (els actors, el guió, el vestuari i el context històric.)

FEM RUTA - CAMINEM PER LA NATURA



ASSAMBLEA



ALTRES ACTIVITATS A DESTACAR:

Esdeveniments i sortides

Les celebracions al club social tenen un paper molt important, ja que són el nexa entre l'època de l'any en què vivim, la societat i els companys. Tant la castanyada, com les celebracions de Nadal tenen molt bona acollida pels participants del club social, que volen donar continuïtat a les tradicions.



Excursions i sortides

Destaquem la sortida a Agramunt, realitzada en celebració de " El dia mundial de la Salut Mental " és realitzen diverses visites culturals (Museu de la Xocolata i Turró, Espai cultural d'art Guinovart, església de Santa Maria d' Agramunt) i és finalitza amb un dinar de familiars, socis i participants.



Sortides Caps de Setmana

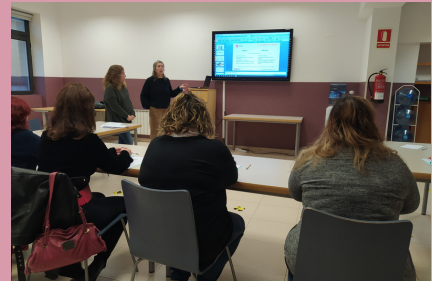
Des de l'activitat de " Surt el Cap de Setmana " s'organitza diverses activitats per tal de fomentar les xarxes de col·laboració amb altres agents de la comunitat que puguin proporcionar una millora en per a aquest tipus de processos. S'han fet visites a diversos museus, exposicions i diversos esdeveniments de la ciutat de Igualada



PROJECTES COMUNITARIS

"Dones amb empenta "

Des del **Club Social Aidar** hem participat amb les companyes de **Dones amb Empenta**. Ens van realitzar una taller sobre com detectar i actuar davant conductes violentes, donant eines per fomentar relacions d'igualtat i per l'apoderament en situacions quotidianes que succeeixen en els diferents espais de vida.



"EL DREAM -TEAM ANOIA I EL FUTBOL INCLUSIU

Des dels inicis del 2021 es treballa conjuntament amb el Club Esportiu Anoia per posar en marxa un equip de futbol Inclusiu on tinguin cabuda participants provinents de diferents serveis i entitats de l'Anoia. S'engega l'equip amb 4 participants del club social Aidar i 3 persones del CET Àuria. Es van realitzar partits amistosos i un torneig inclusiu el juliol del 2021. I el dia 9 d'octubre té lloc un partit amistós amb la secció del Barça, en commemoració del dia Mundial de la Salut Mental. La Presentació oficial de l'equip és del dia 30/10/21 a Can Titó amb la incorporació d'aquest equip a una lliga Federada.



PROJECTE DE COL·LABORACIÓ SMC ANOIA - LUDOTECA SANT MIQUEL: EL JOC COM A EINA D'INCLUSIÓ

El dia 5 d'octubre vam iniciar el projecte de jocs conjuntament amb la @lud_santmiquel. És un projecte que neix de la necessitat de recuperar l'espai de jocs , divertir-nos tot exercitant la ment i la percepció en els diferents jocs.



ATENCIÓ A PERSONES

CLUB DE JOVES

IMPACTE SOCIAL

**HEM ATÈS 16
JOVES EN TOTAL
L'ANY 2021**



**ACTUALMENT
TENIM UN GRUP
D'6 JOVES**

.....

- 5 ENTREVISTES
- 4 VINCULACIONS
- 2 BAIXES VOLUNTÀRIES

**AL CLUB DE JOVES, OFERIM
ACOMPANYAMENT A LA PERSONA
JOVE EN LA CONSTRUCCIÓ DEL PRÒPI
PROJECTE DE VIDA DE FORMA
SATISFACTÒRIA**

EL QUE ENS MOU

Construir espais d'interacció comunitària, acompanyar al jove en el seu procés de creació d'un projecte de vida, i afavorir l'apoderament d'aquest amb relació a l'assoliment d'objectius d'emancipació i integració.

En un context social on per als joves el futur és incert, busquem acompanyar a la persona en la recerca d'inquietuds pròpies del moment vital en el qual es troba.

EL NOSTRE COMPROMÍS

Oferir un espai individual on treballar amb i per al jove en la creació i l'assoliment dels objectius que aquest es plantegi, a partir d'acompanyaments, seguiments individuals i, si escau, derivació a altres serveis.

També oferim un espai grupal on treballar la cohesió en grup, la interacció, el vincle. i la possibilitat de crear espais de trobada dins i fora del Club de Joves.



Cada setmana ens hem trobat a l'espai jove municipal la Kaserna per treballar aspectes com la cohesió de grup, l'autoestima, la confiança, l'autonomia, la gestió emocional, i les habilitats socials.



Hem aprofitat el bon temps per sortir, compartir, i generar vincles.



Hem gaudit d'activitats lúdiques com anar a fer billars, i fer tir amb destrals



ESPAI PER DONES DONA I SALUT MENTAL

IMPACTE SOCIAL

HEM ATÈS A 24
DONES EN TOTAL
ANY 2022



5 ENTREVISTES INICIALS

1 BAIXES VOLUNTÀRIES



ACTUALMENT
TENIM UN GRUP DE 11
DONES

Espai per Dones és un projecte que sorgeix de la necessitat de crear més vincle entre les dones ateses a l'entitat SMC Anoia i Club Social Aidar, amb la finalitat d'apoderar les capacitats de les dones

EL QUE ENS MOU

Ens mou el poder donar resposta a les necessitats i demandes del col·lectiu, per millorar l'entorn comunitari. Pateixen una doble discriminació, per el fet de ser dones i tenir un problema de salut mental o viure una situació de vulnerabilitat o exclusió social. Lluitar per promoure la igualtat de gènere i l'apoderament de la dona. A través de diversos tallers, dinàmiques grupals i seguiment individualitzat. Ens centrem al voltant de 4 temes; **identificació i gestió emocional, auto-coneixement** (autoestima, autoconcepte i auto-respecte), **introducció a les habilitats socials i Vincles Sans**.

EL NOSTRE COMPROMÍS

Oferir un servei exclusiu per a dones que es troben en una situació de vulnerabilitat, ja sigui per un problema de salut mental o en risc d'exclusió social. Donar la oportunitat a aquestes dones per construir el seu projecte de vida, donant eines per portar-ho a terme, apoderant-se de les seves capacitats i aprenent a gestionar millor les seves emocions, és el nostre compromís.

OBJECTIUS DEL PROJECTE

- Potenciar l'autonomia personal i el autoconeixement per tal de construir una autoimatge adequada.
- Fomentar Vincles positius entre les participants creant un sentiment de pertinença basat en una relació igualitària d'intercanvi a través d'un context grupal de solidaritat i ajuda.

PER QUÈ AQUEST PROJECTE?

Donar **suport al procés d'apoderament** de les participants **dotant-les d'eines** per desenvolupar la seva **autonomia i autoconeixement**, per tal que elles puguin **definir un projecte de vida** propi. A través de **Conèixer les pròpies emocions**, prendre consciència del que sentim, adquirint habilitats per gestionar les emocions i sentiments per tal d'anar **millorant les relacions interpersonals**.

COM HO FEM?

- Treball en grup, de reflexió i debat
- Xerrades, formacions i tallers
- Treball en xarxa de la dona i salut mental
- Trobades per visibilitzar el projecte
- Seguiment individualitzat



ATENCIÓ A PERSONES

ESPAI D'ATENCIÓ EN SALUT MENTAL

IMPACTE SOCIAL

EL 5 DE NOVEMBRE DE 2021 ES VA POSAR EN MARXA L'ESPAI SITUA'T AL MUNICIPI DE CALAF

**HEM FET 4 COORDINACIONS
AMB DIFERENTS
PROFESSIONALS DEL SECTOR**

**HEM ATÈS 20
PERSONES EN DOS MESOS**

**A L'ESPAI SITUA'T VETLLEM PERQUÈ LA
PERSONA TINGUI UN PAPER ACTIU EN EL SEU
PROJECTE DE VIDA, PROPORCIONANT
SUPORT, ESCOLTA, I ACOMPANYAMENT EN
TEMES DE SALUT MENTAL**

EL QUE ENS MOU

**Oferir espais d'informació, assessorament,
i acompanyament a persones que
presenten algun problema de Salut Mental
i als seus familiars.**

**Donem una atenció i un seguiment
personalitzat que permet a la persona
vincular-se als recursos més adients i
propers per a ella.**

**També ens mou promocionar
l'apoderament de la persona davant la
problemàtica en Salut Mental.**

EL NOSTRE COMPROMÍS

**Donar resposta en l'àmbit de la Salut Mental
a la zona alta de l'Anoia per la seva dificultat
d'accés als Serveis centrals.**

**També tenim el compromís de detectar les
necessitats del municipi, i de les persones
que el conformen, per tal de, en un futur, obrir
noves possibilitats de serveis o recursos que
s'ajustin a les demandes.**

GRUP D'AJUDA MÚTUA

IMPACTE SOCIAL

HEM ATÈS
7 FAMILIARS
EN TOTAL ANY
2021



NÚMERO DE
SESSIONS QUE
S'HAN FET: 11



**OFERIR UN ESPAI DE SUPORT ALS FAMILIARS
DELS I LES PARTICIPANTS DE L'ENTITAT.
AUTOGESTIONAT I DINAMITZAT PER LA
PRESIDENTA DE L'ENTITAT.**



**OBJECTIU: OFERIR UN SUPORT MÉS
INTEGRAL TANT ALS PARTICIPANTS COM
ALS FAMILIARS.**

EL QUE ENS MOU

Ens mou construir espais de suport i acompanyament continuat entre iguals, per lluitar contra l'estigma i refer i/o enfortir la xarxa de suport social, així com per compartir estratègies de convivència amb els trastorns mentals. Es tracta d'oferir un espai en el qual a través de dinàmiques grupals fomentar l'apoderament pel maneig quotidià del familiar.

EL NOSTRE COMPROMÍS

Oferim un espai autogestionat per als i les familiars de l'entitat, un cop al mes. Amb l'objectiu de donar resposta a les necessitats dels familiars, i així poder tenir un acompanyament i suport emocional per a resoldre els conflictes i/o problemes quotidians amb més facilitat. les persones que dinamitzen el GAM són persones formades per dirigir aquest tipus de recurs.

MOVIMENT ASSOCIATIU VISIBILITZACIÓ I SENSIBILITZACIÓ

TALLER EN SALUT MENTAL A L'ALTA ANOIA

Taller de diagnosi en salut mental a l'Alta Anoia, en el marc d'actuació de l'Ajuntament de Calaf per tal de copsar les necessitats del territori. Es va portar a terme el passat 16 de maig a càrrec de Fràn Fernández, i montserrat , Directora i presidenta de l'Associació de Salut Mental Anoia.



TALLER A SANTA MARGARITA DE MONTBUI

El dia **7 d'Octubre** es va fer un taller sobre **Salut Mental** i sobre com es pot millorar la pròpia **vivència**, la de la **família** i l'**entorn** a la biblioteca de Santa Margarita de Montbui a càrrec de Helena Bustos i Tatiana Martos professionals de l'Associació de Salut Mental Anoia.



MOVIMENT ASSOCIATIU VISIBILITZACIÓ I SENSIBILITZACIÓ

GRUP DE DISCUSSIÓ EN SALUT MENTAL



Participació de la nostre entitat amb el Grup de Discussió en salut mental organitzat per l'Ajuntament d'Igualada per tal de confeccionar el Pla de Salut de la ciutat (2023-2027) el 4 de juliol de 2022

COOPERACIÓ

Visita institucional de la Sra. Enriqueta Vidal, presidenta de la Federació Salut Mental Catalunya el 28 d'abril passat per tal de compartir projectes i inquietuds envers la tasca que desenvolupem al nostre territori



GRUP D'AJUDA MÚTUA EN PRIMERA PERSONA

"El dia 15 d'octubre va ser una data molt important per a les persones de la Comarca de l'Anoia que convivim amb un problema de Salut Mental.

Vam inaugurar el **Grup d'Ajuda Mutua Salut Mental Anoia en primera persona**. Per a nosaltres, disposar d'aquest servei vol dir que les persones que tenim algun diagnòstic de malaltia mental tenim un **espai de suport**, i un lloc on acudir per **sentir-nos escoltats i acollits**, i on també poder gaudir de **compartir les nostres experiències i vivències personals**.

Aquest projecte l'hem iniciat persones diagnosticades, per això el **GAM és en primera persona**, i no hi ha professionals. És a dir, tot està organitzat i gestionat per nosaltres des de la nostra experiència. Tanmateix, rebem el suport de l'associació Salut Mental Anoia que ens dones l'espai, les instal·lacions, i l'assessorament puntual.

Som vuit persones amb molta **experiència personal en temes de Salut Mental i amb molta riquesa per aportar en aquest GAM**".

David Mèndez



PROJECTES D'INNOVACIÓ



Espai bitàcola

*"Néix el **espai bitàcola** amb l'objectiu de realitzar un acompanyament per a que la persona pugui crear un projecte de vida propi i que gaudeixi del seu temps d'oci de manera significativa i d'hàbits saludables."*

Normativa ISO

"L'entitat està donant passes per tal de garantir la continuïtat dels serveis que presta i treballa en la millora dels processos de gestió. Està immersa en la implantació d'un sistema de gestió de qualitat per tal d'assolir una certificació dins la normativa ISO."



RELATS EN PRIMERA PERSONA

El Club m'ha aportat calma i tranquil·litat. Ha donat estabilitat al meu dia a dia i he après a adquirir responsabilitats.

El Club m'aporta un augment de l'autoestima. M'ajuda a mantindre una bona higiene personal i ha millorat la meva imatge de cara a les demás. Ha facilitat la socialització amb altres persones. En resum: el Club omple la meva vida i fa que tingui il·lusió.

El Club me hace sentir realizada. El compañerismo que hay es fabuloso. La actividad "Cafè Tertúlia" favorece la socialización entre las personas participantes. Conclusión: todas las actividades que realizamos en el Club aportan un granito de arena en aprendizajes personales.

El Club ha aportado mucho en mi vida: poder viajar por España, hacer excursiones, asistir a fiestas... He aprendido muchas cosas, he disfrutado de numerosas actividades, y al mismo tiempo he conocido mucha gente.

Assistir al Club m'ha permès adquirir nous coneixements i a conviure amb la resta de companys i companyes. Hem pogut viatjar i descobrir diferents indrets d'Espanya, com Galícia i Andalusia, amb ajuda de l'IMSERSO. En general: l'experiència ha estat completament satisfactòria.



Ràdio
Nova



Ajuntament de
Vilanova del Camí



Salut Mental Catalunya Anoia

Plaça Espanya, nº8
08700 Igualada
Tlf. 938019058
info@smcanoia.org



@smcanoia



Associació Salut Mental Anoia



@smcanoia



Associació SMC Anoia