



MEMÒRIA 2020

Associació **Família
i Salut Mental** de
Girona i Comarques



PRESENTACIÓ

Benvolguts/des,

Com cada any recollim en la memòria anual de la nostra entitat una síntesi de l'activitat feta durant aquest 2020.

Com tots i totes sabeu, aquest any ha estat un exercici molt complex, condicionat per la pandèmia de la Covid-19. Com no podia ser d'altra manera, l'objectiu de l'entitat ha estat acompanyar les persones que més ho han necessitat durant el període més dur del confinament, al mateix temps que mantenir les activitats durant tot l'any, d'acord amb les limitacions normatives, però amb més enginy i dedicació que mai com veure-ho en les pàgines següents. L'ús de les noves tecnologies per facilitar el teletreball i l'activitat dels clubs socials ha estat cabdal.

Tot i això, aquest 2020 ha estat un any de reflexió estratègica

per a l'associació i gràcies a aquest procés hem obtingut l'acreditació ISO 9001, un compromís de millora continuada en l'acollida, atenció i servei de les famílies associades.

Com sempre, res del que hem fet hauria estat possible sense el suport dels professionals i institucions que col·laboren en l'activitat de les diferents àrees de la nostra entitat, però sobretot de l'equip de professionals de l'associació, els quals em consta que han treballat en cos i ànima per donar suport a les famílies i als seus membres en moments molt i molt difícils. Per això, en nom de la Junta de Govern i en el meu propi els vull agrair aquest compromís. Agrair també la vostra confiança, la de les famílies.

Resto a la vostra disposició per a tot allò que pugueu necessitar.



Maria Combalia

PRESIDENTA

Associació Família i Salut Mental
de Girona i Comarques

L'ASSOCIACIÓ

L'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques és una entitat sense ànim de lucre creada a l'any 1997, gràcies a la iniciativa d'un nombre reduït de familiars de persones que patien problemes de salut mental. La finalitat dels fundadors fou la creació d'una plataforma que actués pels drets del col·lectiu i que lluités per cobrir les seves necessitats. Des de l'any de la nostra creació hem donat servei a 588 famílies.

OBJECTIUS

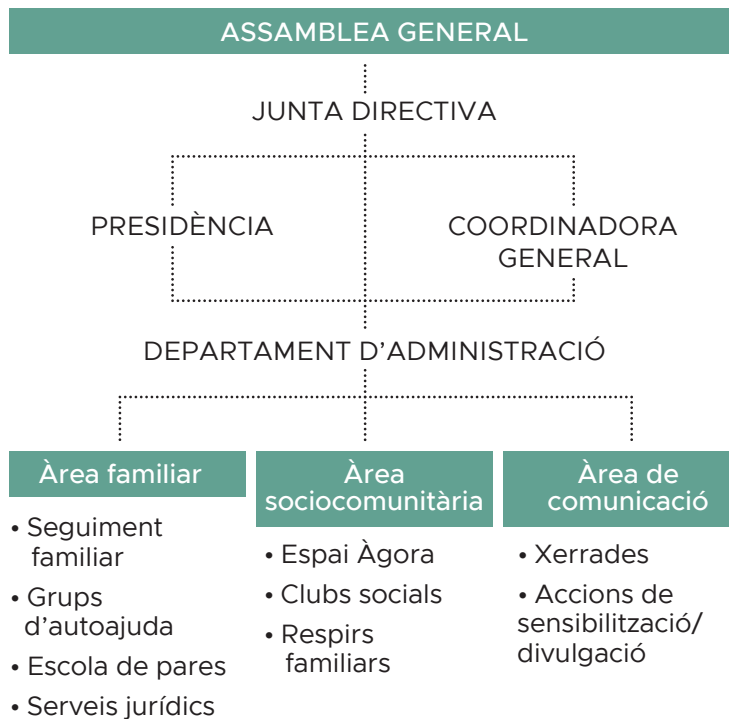
- **Donar suport**, informar i assessorar els familiars de persones amb problemes de salut mental.
- **Millorar** la qualitat de vida de les persones que tenen una malaltia mental i la de les seves famílies, a través dels diferents recursos de l'entitat.
- **Promoure** la creació de recursos i programes específics amb l'objectiu d'oferir un respir a les famílies avui i unes garanties per al dia de demà.
- **Sensibilitzar** la societat sobre la malaltia mental i lluitar contra l'estigma.
- **Col·laborar** en els projectes orientats a la inserció laboral de les persones amb un problema de salut mental.
- **Contribuir** en totes aquelles iniciatives dels sectors sanitari i social que tinguin l'objectiu de millorar la qualitat de vida del col·lectiu que abraça la nostra associació i de garantir els seus drets, amb una visió inclusiva i comunitària.

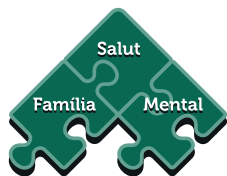
ÒRGANS DE GOVERN

JUNTA DIRECTIVA

PRESIDENTA	Maria Combalia Garcia
SECRETARI	Josep Prats López
TRESORER	Josep Maria Solé Chavero
VOCALS	Carmen Arroyo Delgado, Isabel Buixeda Verdaguer, M.Dulce Fontalba Gómez, Núria Martínez Barderi i Joaquim Serrano Herrera.

ORGANIGRAMA





Associació **Família i Salut Mental** de Girona i Comarques

PATRO



PARTICIPA

- Junta assistencial de l'Institut d'Assistència Sanitària (IAS).
- Comissió mixta en Salut mental de les Comarques Gironines, de l'Institut d'Assistència Sanitària (IAS).
- Comissió Mixta de Salut Mental de la Generalitat de Catalunya.
- Taula de Salut Mental de l'Ajuntament de Girona.
- Taula de Salut Mental de l'Ajuntament de Banyoles.
- Consell Municipal de Salut de l'Ajuntament de Figueres.
- Pla Local d'Inserció Social de l'Ajuntament de Palafrugell.

MEMBRES



LES XIFRES

A 31 de desembre de 2020 i des de la seva constitució

588
famílies

270
famílies actives

De l'1 de gener al 31 de desembre de 2020

Altes **25**

Baixes **31**

Distribució de famílies associades per comarques

Gironès



Baix Empordà



La Selva



Alt Empordà



Pla de l'Estany



Garrotxa



Barcelonès



Maresme



Ripollès



ÀREA FAMILIAR

El Servei d'Atenció a Famílies (SAF) és un dels dispositius que ofereix l'entitat per donar resposta a les demandes rebudes per part de les persones amb problemes de salut mental i sobretot dels seus familiars.

El SAF es constitueix com a un **espai d'acollida, informació, atenció, orientació i suport**. Funciona de forma coordinada amb altres serveis de l'entitat i amb la resta de serveis de la xarxa sanitària i social del territori.

ACTIVITAT DEL SAF 2020

Visites presencials



Consultes telefòniques



Consultes telemàtiques

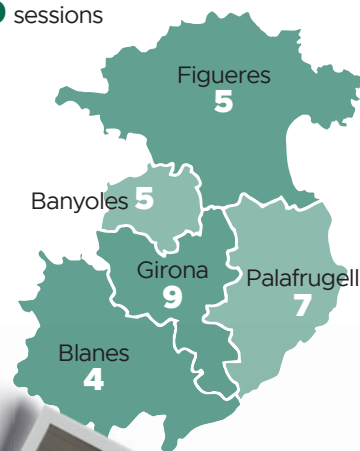


GRUPS D'AJUDA MÚTUA (GAM)

Dins de l'Àrea Familiar organitzem els Grups d'Ajuda Mútua (GAM), que són **espais d'auto-suport continuat** dirigits a persones que hagin viscut o viuen una experiència de patiment psicològic. La participació és voluntària i l'objectiu és oferir-nos un suport mutu, fomentar l'empoderament, lluitar contra l'estigma i refer i/o enfortir la xarxa de relacions socials. En definitiva, el grup és un espai a través del qual els familiars compartim vivències, neguits i exposem una realitat pròpia però que és comuna a totes les persones que formem part d'aquest col·lectiu. Disposem de grups a Girona, Figueres, Blanes, Palafrugell i Banyoles. Aquest any 2020, el primer GAM amb posterioritat al confinament s'ha pogut fer el 23 de juny, a la seu de Support-Girona, donat el tancament obligat de la seu de l'associació (Hotel d'Entitats).

ACTIVITAT GAM 2020

TOTAL
30 sessions



ÀREA SOCIOSANITÀRIA

ELS CLUBS SOCIALS: REHABILITACIÓ I INCLUSIÓ SOCIAL

Els clubs socials són una estructura de suport social. Tenen com a missió contribuir a que les persones amb un problema de salut mental utilitzin les activitats de lleure per assolir hàbits de salut, independència i participació en i amb la comunitat. Els clubs socials tenen una funció rehabilitadora i d'inclusió social. S'hi realitza un programa grupal d'activitats i tallers amb seguiment individualitzat, on la persona és la protagonista en decidir l'ocupació del seu temps.

L'any 2020 han destacat les activitats telemàtiques dels clubs socials. Durant el període de l'estat d'alarma els serveis de l'entitat s'han mantingut oberts en format teletreball. Durant aquest temps, els professionals de l'entitat han dut a terme més de 3.500 intervencions, dirigides especialment a mantenir actives les persones usuàries dels clubs socials de la demarcació, sobretot durant les setmanes de confinament. Concretament, més de setanta persones han participat de les activitats proposades, entre les quals s'hi inclouen: jocs en línia, tallers d'estimulació cognitiva, concursos, quines, tertúlies, entre d'altres.

Campanya de recollida de mòbils i ta- bletes per a les persones usuàries dels clubs socials

Arran de l'experiència del període de confinament, l'associació ha impulsat una campanya de recollida de mòbils i tabletas dirigida a les persones usuàries de l'entitat que durant aquest període han tingut problemes de connexió per la manca o per antiguitat dels dispositius que tenien. L'objectiu de la campanya ha estat no deixar a cap membre associat sense un eina tecnològica, a través de la qual poder seguir connectat amb el seu entorn i donat el cas, actiu a través de les activitats virtuals dels clubs socials de l'associació de familiars. Al mateix temps, l'entitat ha planificat diferents tallers formatius centrats en les aplicacions més habituals i comuns que les persones usuàries podran aprendre o millorar-ne el coneixement, amb el nou material.



L'Institut d'Assistència Sanitària (IAS) va fer una donació de quinze ordinadors reciclats.

Per facilitar la donació, l'associació de familiars ha concretat diferents punts de recollida a través d'acords amb altres entitats del sector que s'hi han sumat a la iniciativa per col·laborar amb la causa. A totes elles, el nostre agraïment.

Malauradament, aquest any 2020, s'han hagut d'anul·lar els respirs planificats a Carcassonne i Castelló, a causa de la situació sobrevinguda per la Covid-19.

EL CLUB SOCIAL “EL CERCLE”

Activitats setmanals Mitjana d'assistència

Activitats de desconfinament	4
Activitats puntuals i fer el toc	6
Anglès	3
Assemblees (dissabtes)	5
Cuina	12
Dibuix	8
Esport	8
Estimulació cognitiva	2
Excursions del cap de setmana	7
Informàtica	9
Karaoke	5
Manualitats	9
Platja i piscina d'estiu i hivern	13
Revista i blog	2
Salut física	4
Senderisme	4
Taller d'oci i teatre	16
Tennis	5
Visites culturals	6

Activitats durant el confinament Mitjana d'assistència

Jocs d'oci i les quines	16
Tallers de cuina	6



Un bon matí
d'activitat física
i contribució al
mediambient.
Bona feina!



Seguiments durant el confinament

Seguiments telefònics
615



Whatsapp
52



Videoconferències
56



Persones usuàries 2020

41
homes

16
dones

57
TOTAL

CLUB SOCIAL DE BLANES

Activitats setmanals Mitjana d'assistència

Activitats de desconfinament	13
Activitats diverses	9
Art i manualitats	8
Cuina	5
Estimulació cognitiva	6
Grup de treball	3
Informàtica	6
Noves tecnologies	3
Programa de ràdio	11
Sortides del dissabte	8

Activitats durant el confinament Mitjana d'assistència

Jocs d'oci	5
Tertúlies	6
Juguem al bingo	5
Programa de ràdio	4
Sant Jordi	4



Visita cultural.

Taller d'art i creativitat.

Seguiments
durant el
confinament

Seguiments
telefònics
640



Whatsapp
467

Videoconferències
61



Persones usuàries 2020

14 homes 12 dones } **26** TOTAL

CLUB SOCIAL DE PALA FRUGELL

Activitats setmanals Mitjana d'assistència

Activitats especials del dissabte	5
Costura	4
Cuina	5
Estiraments	4
Informàtica	13
Jocs d'oci i lleure	13
Manualitats	7
Piscina	8
Salut física	4

Seguiments
durant el
confinament

Seguiments
telefònics
286

Videoconferències
16



Whatsapp
49

Activitats durant el confinament Mitjana d'assistència

Concurs Sant Jordi	11
Estimulació cognitiva	12
Jocs en línia	6



Espai de joc amb xocolatada.

Persones usuàries 2020

24 homes 12 dones } **36** TOTAL

EL CLUB SOCIAL DE FIGUERES

Activitats setmanals

Mitjana d'assistència

Activament	6
Anglès	6
Biblioteca	5
Català	5
Club de lectura	6
Col·loqui cultural	5
Costura	4
Estimulació cognitiva	3
Francès	6
Grup de treball	6
Habilitats socials	5
Informàtica	8
Jocs de taula	7
Manualitats	5
Moure'ns	7
Música	4
Quina	4
Reunions de preparació de vacances	7
Sessions d'ajuda mútua	5
Sortides (cap de setmana i a diari)	18
Taller maneig de mòbils	6
Tertúlia	9
Videofòrum	7

Seguiments durant el confinament

Seguiments telefònics **401**

Videoconferències **10**

Whatsapp **83**

Taller de lectura.

Taller cognitiu i de millora de la concentració.

Activitat especial del dissabte organitzada pel Club social de Palafrugell.

Persones usuàries 2020

14 homes 7 dones } **21** TOTAL

ÀREA DE SENSIBILITZACIÓ I DIVULGACIÓ



PREVENCIÓ EN ELS JOVES

El programa anual de conferències i jornades previst s'ha hagut de modificar a causa de la Covid-19. No obstant, en el calendari previ al confinament s'ha pogut desplegar una campanya de **conferències dirigides als pares i alumnes** dels instituts de la Selva marítima (Blanes). S'hi suma la **I Cursa per la Salut Mental de Blanes**, una iniciativa de la nostra entitat que també es va haver d'anular.

18, 19 i 20 de febrer de 2020 Secundària - Grau mitjà i IFE (itineraris de formació específica). **IES Serrallarga**
8 famílies - 40 alumnes

27 de febrer de 2020 Batxilletat - **IES Sa Palomera**
27 alumnes

28 de febrer de 2020 Grau mitjà de Dependència i grau superior d'Integració social. **IES S'Agulla**
45 estudiants

Les xerrades van anar a càrrec de Maria Combalia, presidenta de l'associació i de les psicòlogues de l'entitat, Judit Martínez i Glòria Lanza.



Programa de ràdio.

Divulgar a través de les ones

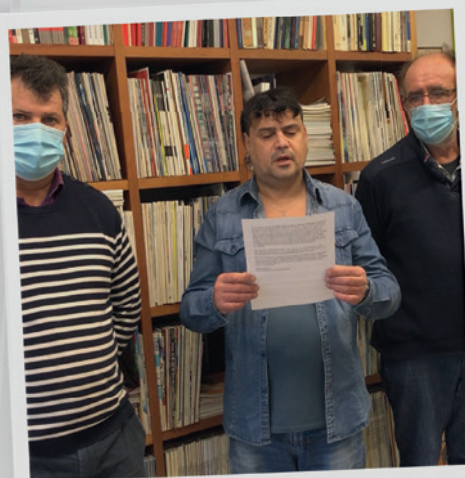
L'any 2020, s'han emès cinc programes de l'espai "Menjant-nos el tarro", el primer programa de ràdio de l'entitat, produït i conduït per persones amb un problema de salut mental, usuaris del Club Social de Blanes. El programa, que va néixer l'any 2019, s'emet en diferit un cop al mes per ràdio Blanes. El seu objectiu és capacitar les persones que el fan de certes habilitats i lluitar alhora contra l'estigma en salut mental a través de la divulgació informativa i l'entreteniment.

SENSIBILITZACIÓ SOCIAL I DIVULGACIÓ

El Dia Mundial de la Salut Mental 2020: “Salut mental per a tothom: major inversió, major accés. Per a qualsevol persona, en qualsevol lloc”

El 10 d'octubre d'anys enrere, centenars de persones es congregaven a la rambla de Girona per celebrar el Dia Mundial de la Salut Mental. Aquest any 2020, la Covid-19 no ens ho ha permès, però en Miquel, acompanyat per en Pau i en Jordi, han fet igualment la lectura del Manifest 2020 per una “Salut mental per a tothom: major inversió, major accés. Per a qualsevol persona, en qualsevol lloc”.

Segons l'OMS, prop de 1.000 milions de persones viuen amb un trastorn mental, 3 milions de persones moren cada any pel consum nociu d'alcohol i una persona se suïcida cada 40 segons. A aquestes dades generals s'hi ha sumat l'afectació mundial de la pandèmia de la Covid-19 en la salut mental de les persones, encara per quantificar la seva magnitud. Per a l'OMS només una major inversió en els sistemes de salut mental per incrementar recursos accessibles per a tothom podrà garantir el dret humà que és la salut mental de totes les persones, sigui quina sigui la seva raça, gènere, condició social o pensament.

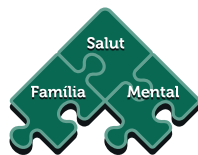


Lectura del manifest del Dia Mundial 2020.

L'Associació Família i Salut Mental, la Fundació Drissa, l'Institut d'Assistència Sanitària i Support-Girona, referents en els diferents àmbits de l'atenció a la salut mental: suport familiar, inserció laboral, atenció a la salut i acompanyament jurídic i social, s'han fet seu l'enunciat de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) per posar l'accent en la necessitat d'invertir i d'avançar en l'atenció a la complexitat i el seguiment



individualitzat de les persones amb un problema de salut mental, allà on viuen, en la comunitat. Els casos de salut mental d'alta complexitat són aquells casos en què la persona té trastorns mentals greus amb necessitats complexes d'atenció sanitària i social. De fet, les entitats organitzadores han estat treballant amb la Generalitat de Catalunya en diferents grups per al desplegament del Programa interdepartamental d'abordatge integral sobre els casos de salut mental d'elevada complexitat, l'objectiu del qual és aconseguir una actuació més eficaç en prevenció, assistència, benestar, rehabilitació, integració i inclusió social d'aquestes persones, que viuen socialment estigmatitzades, desvinculades del sistema i, per tant, de l'atenció comunitària en salut mental i de qualsevol tipus de recurs social.



Associació **Família i Salut Mental** de Girona i Comarques

Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques
C. Rutlla, 20-22 despatx 1 i 2 | 17002 Girona
Telèfon 972 20 04 63
info@familiaisalutmental.cat | www.familiaisalutmental.cat

Ens podeu seguir a



L'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques
vol deixar palès el seu agraïment a totes les persones,
institucions i entitats que ens han donat suport l'any 2020.



Memòria 2020
Edita: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.
Maig 2021

