Memoria final 2017

Activa't per la Salut mental

Gener 2018

SMC salutmental Catalunya Federació

Generalitat de Catalunya

VEUS Federació Catalana d'Entitats de Salut Mental en 1a Persona

Índex

1. **Descripció tècnica del projecte.**

2. **Desenvolupament del pilotatge als 12 territoris**
   - 2.1. Avaluació del circuit pilot
   - 2.2. Programes de psicoeducació
     - 2.2.1. Psicoeducatiu KLAU DE RE
     - 2.2.2. Psicoeducatiu PROENFA
     - 2.2.3. Psicoeducatiu Multifamiliar
     - 2.2.4. Altres projectes de psicoeducació:
   - 2.3. Programes de desenvolupament de l'apoderament PROSPECT
     - 2.3.1. Dades de satisfacció
     - 2.3.2. Formació de facilitadors Prospect
   - 2.4. GAM (Grups d'Ajuda Mútua)
     - 2.4.1. Dades de participació
     - 2.4.2. Dades de satisfacció
     - 2.4.3. Formacions de Dinamitzadors de GAM 2017
     - 2.4.4. Treball de Sistematització dels GAM

3. **Demandes d'assessorament ateses des de l'Espai Situa't**
   - 3.1. L'Espai Situa't en dades generals
   - 3.2. Distribució territorial de les demandes ateses
   - 3.3. Tendència del tipus de demandes ateses
   - 3.4. Qui fa la demanda?
   - 3.5. Format de la intervenció
   - 3.6. Quin tipus d'entitat deriva demandes?
   - 3.7. Avaluació de l'Espai Situa't
   - 3.8. Jornada "Situant l'Espai Situa't"

4. **Fent xarxa**
   - 4.1. Facilitar la integració comunitària
   - 4.2. Reunions i trobades per serveis

5. **Material de suport desenvolupat per un Comitè d'Experts**
   - 6.1. Un comitè d'experts plural: 1a persona, familiars i professionals
   - 6.2. Continguts representatius a l'abast de tothom

6. **"2 anys de l'Activa't"**

7. **Altres activitats transversals**

8. **Col·laboradors**

Annex de Comunicació (document a part): Històric de comunicació, Eines elaborades inicialment, Xarxes socials, Actes de presentació, Mitjans de comunicació.

1. Descripció tècnica del projecte Activa't per la Salut Mental

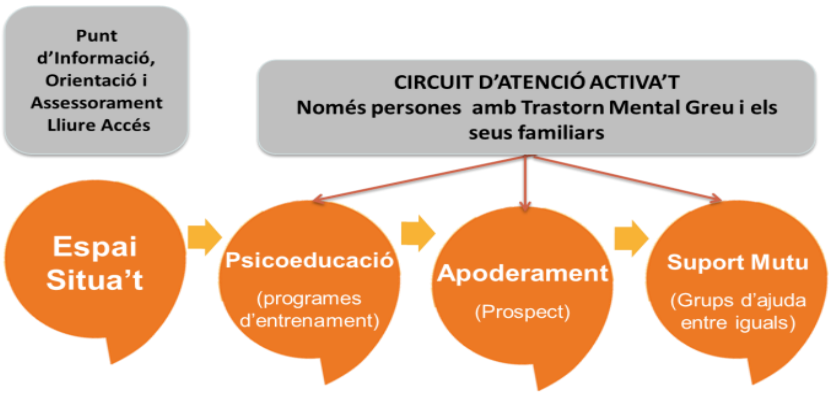
El projecte Activa't per la salut mental pretén aconseguir que persones amb problemes de salut mental, o risc de tenir-ne, i els seus familiars, puguin esdevenir agents de salut actius en el seu propi procés de recuperació, i millorar així la seva qualitat de vida.

És un projecte liderat per la Federació Salut Mental Catalunya, la Generalitat de Catalunya, i la Federació Veus, en el marc del Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions, coordinat per la Presidència de la Generalitat de Catalunya. El projecte s'inicia amb un pilot, de 3-4 anys de duració, amb l'objectiu d'avaluar-lo i incorporar-lo a la cartera de serveis existents.

El projecte Activa't per la salut mental es desplega a 12 territoris (8 a la província de Barcelona, 1 a Girona, 1 a Lleida i 2 a Tarragona) i treballa en coordinació amb els serveis públics de salut mental, les associacions de familiars i persones amb problemes de salut mental, diversos ajuntaments i les regions sanitàries del Catsalut.

Així doncs, el projecte s'articula en un circuit de quatre fases, la primera oberta a tothom, i les restants dirigides únicament a les persones amb trastorn mental sever, els seus familiars o professionals:

1. Espai Situa't: servei d'informació i orientació especialitzat en salut mental dirigit a la ciutadania en general i específicament a persones amb problemes de salut mental i les seves famílies.
2. Psicoeducació: per a famílies (programa Proenfa) i persones amb problemes de salut mental greu (programa Klau de Re) desenvolupat per professionals dels serveis de salut mental.
3. Programa europeu Prospect per al desenvolupament de l'apoderament de la persona amb problemes de salut mental greu i de la família. Amb una formació per a professionals i un quart mòdul comú amb els tres grups, per als que es van formar persones voluntàries com a dinamitzadors.
4. Grups d'Ajuda Mútua (GAM): servei de suport continuat basat en l'experiència entre iguals a les associacions de persones amb problemes de salut mental i familiars, per als quals s'ha format persones voluntàries com a dinamitzadores.



A més a més, el projecte preveu l'elaboració d'eines informatives virtuals i en paper, per respondre a les necessitats recurrents (continguts web, vídeos, fulletons...).

El projecte s'implementa a 12 territoris amb activitats que s'ofereixen només en les localitats o comarques on s'implementa i activitats que s'obren a una major població com el cas de Girona o Lleida en que les activitats s'ofereixen per tota la província o Barcelona en que s'ofereixen a tota la ciutat i voltants.

Els 14 municipis que compten amb Espai Situa't són: Amposta, Barcelona (Nou Barris i Serveis Centrals), Girona, Granollers, Igualada, La Garriga, Lleida, Manresa, Sabadell, Sant Boi de Llobregat, Santa Coloma de Gramenet, Tarragona, Tortosa i Vilanova i la Geltrú.

Activa't compta amb el finançament de l'Obra Social La Caixa, mitjançant el conveni amb la Generalitat, i també amb la col·laboració de les quatre diputacions, l'Ajuntament de Barcelona i altres finançaments públics i privats.

Aquesta memòria recull les activitats realitzades al 2017, de les que s'han beneficiat 1.722 persones, fent un total de 3.238 persones des del inici del projecte.

3.238 Persones han participat del projecte

1.722 al 2017

2.311 al Espai Situa't

923 al 2017

1.347 en activitats grupals

984 al 2017

Aquest any ha estat marcat als diferents territoris per la finalització de la primera edició del circuit, en que ja es van realitzar els últims Prospect de la primera temporada i grups d'ajuda mútua i l'inici de la segona ronda de psicoeducatius a tots els territoris (tercera a Granollers i Barcelona (Nou Barris).

S'ha treballat per acabar l'avaluació del circuit, avaluar i valorar l'encaix dels serveis Espai Situa't a la xarxa, crear noves eines de suport a l'apoderament (Manual de recuperació, sistematització dels GAMs, fulletons i vídeos) i millorar les eines existents.

S'ha posat un èmfasi especial per apropar el projecte a la població amb problemes de salut mental en centres penitenciaris o mesures de justícia juvenil, i en general a la població més jove, fent presentacions als Centres de Salut Mental infanto juvenils i formació en dinamització de GAMs a famílies de nens i joves.

2. Desenvolupament del pilotatge als 12 territoris

2.1 Avaluació del circuit pilot

El primer circuit de l'Activa't està essent avaluat per part d'una entitat externa, Institut Català d'Avaluació de Polítiques Públiques (IVALUA) amb dos tipus d'avaluació:

Avaluació de la implementació:

Permet avaluar el desenvolupament del projecte de pilotatge, amb dades quantitatives i qualitatives, i fer propostes de millora per a futurs circuits.

Disposem ja de l'informe d'avaluació intermèdia, i de l'informe final (versió provisional)

Avaluació de l'efectivitat:

Permet avaluar l'impacte del circuit Activa't sobre la persona afectada i el curador, amb un grup tractament que participa al circuit Activa't, i un grup control que es manté al marge mentre dura l'avaluació.

Persona amb un trastorn mental sever: Avaluem l'impacte sobre la recuperació.

Persona curadora: Avaluem l'impacte sobre la càrrega de cura i el suport social rebut.

Per ambdos perfils: mesurem l'impacte sobre l'ús del sistema sanitari i consum de fàrmacs.

Els indicadors escollits es mesuren abans d'iniciar el programa, i als 6 i 12 mesos després de finalitzar la psicoeducació.

Persones incloses a l'estudi:

Als 12 territoris participen un total de **448** persones a l'estudi pilot

	Girona	Granollers	Lleida	Manresa	Nou Barris	Sabadell	Igualada	Santa Coloma	Sant Boi	Tarragona	TTEE	Vilanova
participants en grup tractament	18	28	12	20	36	18	12	14	12	20	18	14
participants en grup control	18	26	12	20	34	18	12	14	12	20	22	18

Les persones han passat una **avaluació inicial** abans d'incorporar-se al circuit. Després es **distribueixen per sorteig** en grup **tractament** i grup **control**.

222 Persones participant al grup tractament

Persones participant al grup control **226**

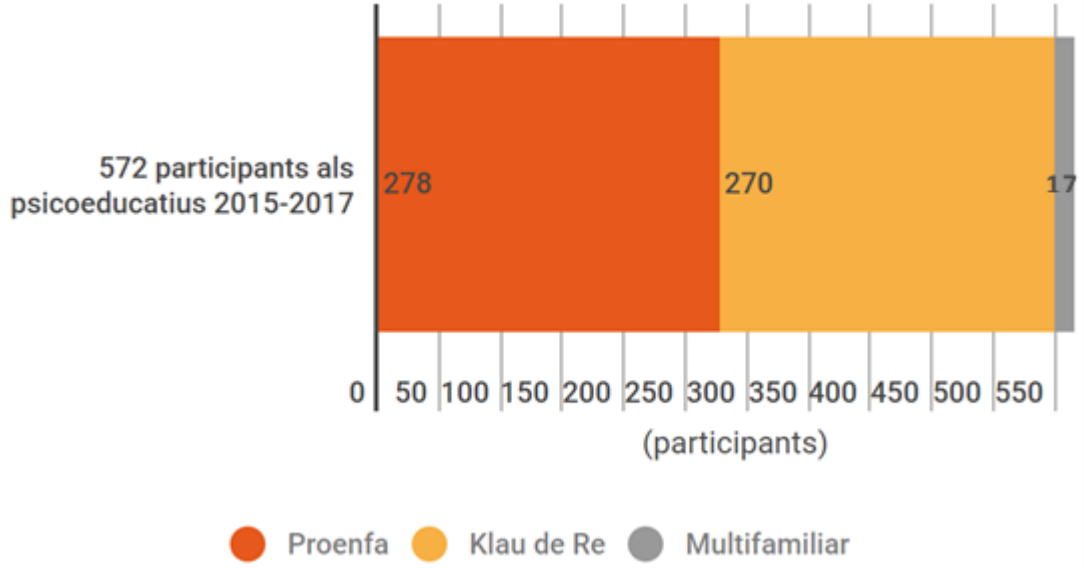
Durant el 2017 s'ha finalitzat **l'avaluació als 6 i 12 mesos** des de la participació als psicoeducatius

2.2 Programes de psicoeducació

La **psicoeducació** per a persones amb experiència pròpia i per a famílies, ofereix informació sobre els trastorns mentals greus i entrenament en habilitats i estratègies que ajudin a abordar les situacions difícils més freqüents. S'ofereix per part dels professionals dels serveis de salut mental, als seus espais de CSMA, SRC, Hospital de dia... Els programes, provinents de models ja en funcionament, van ser consensuats i validats pels professionals participants i altres, amb el suport de la Federació SMC.

Fins avui, en el marc del projecte Activa't per la salut mental, han participat un **TOTAL** de **572** persones als psicoeducatius **entre 2015 i 2017: 278 al PROENFA, 270 al Klau de Re i 17 al Multifamiliar.**

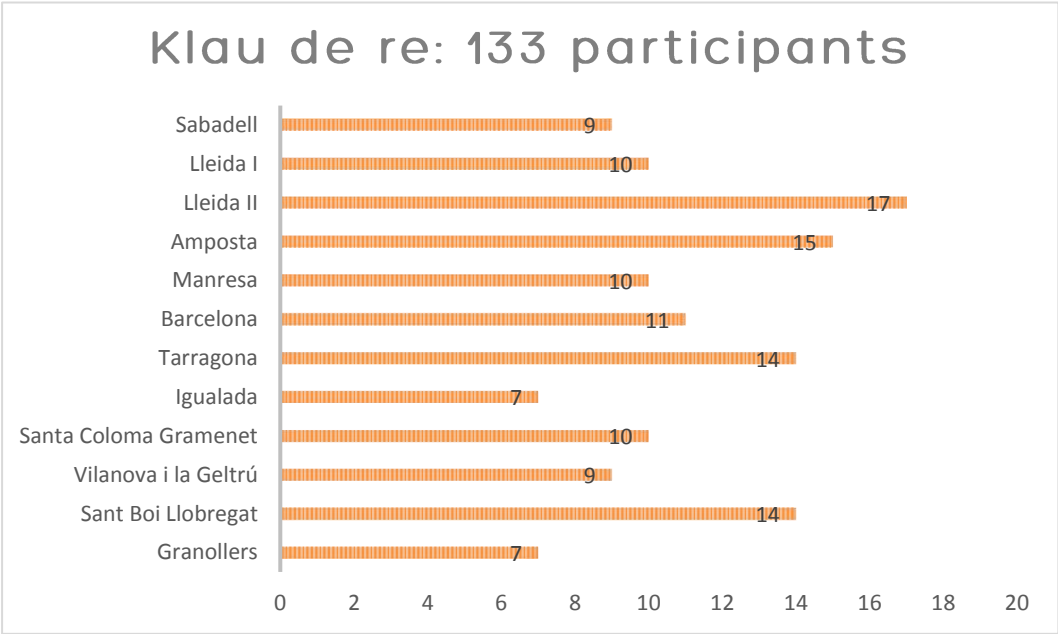
283 Participants als programes de psicoeducació al 2017:



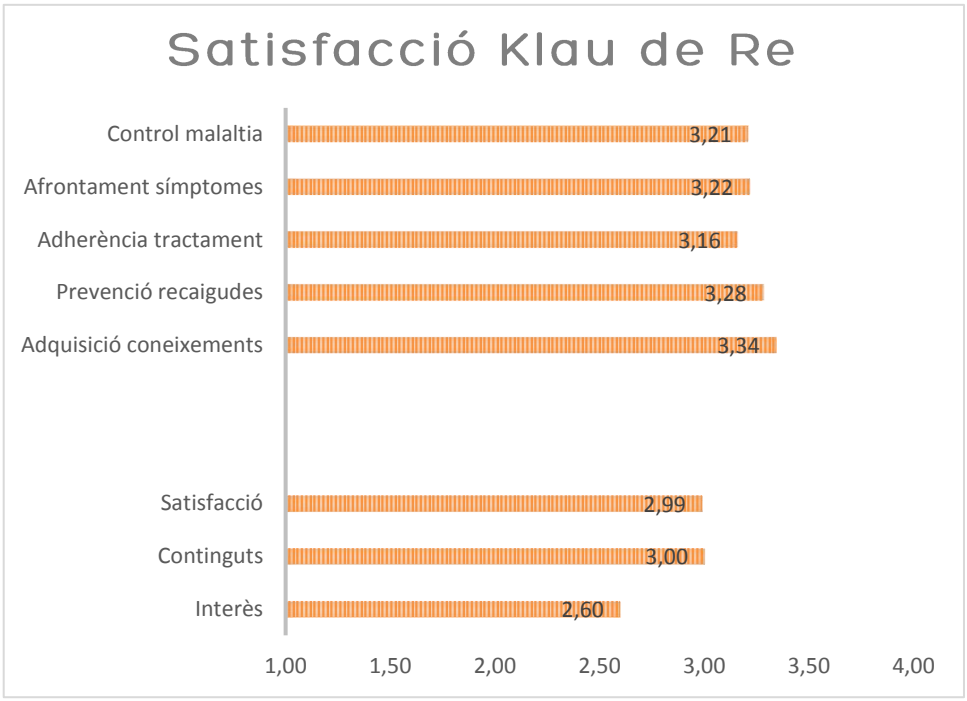
2.2.1. Psicoeducatiu KLAU DE RE

Es un programa d'entrenament i capacitació per a persones amb experiència pròpia en trastorn mental greu, elaborat per Lidia Ugas i Joan Ribas, i revisat per altres professionals de la xaxa. El programa inclou:

- Psicoeducació
- Tractament farmacològic
- Prevenció de recaigudes
- Entrenament en hàbits saludables
- Prevenció i tractament de les addiccions
- Estratègies d'afrontament de l'estrès
- Mindfulness
- Teràpia cognitiva
- Teràpia d'activació conductual
- Conclusions



En base a les enquestes de satisfacció individuals recollides en acabar les edicions del Klau de Re, podem afirmar que **els resultats han estat molt positius**.



En 6 dels 8 ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions és superior a 3 en una escala de 1 a 4. Els ítems que puntuen més baix són en relació a l'interès del programa (2'60) i la satisfacció (2,99). Tot i que considerem que el compliment és adequat al ser una mitjana superior a 2), cal tenir-ho en compte per seguir millorant.

La puntuació és una mica superior pel que fa als continguts (3). Les puntuacions sí són millors en relació al compliment d'objectius: augmentar el control sobre la malaltia (3,21) i millorar l'afrontament de símptomes (3,22), l'adherència al tractament (3,16), la prevenció de recaigudes (3,28) i l'adquisició de coneixements (3,34).

> La valoració global del programa Klau de Re ha estat de 8,55 sobre 10.

2.2.2. Psicoeducatiu PROENFA

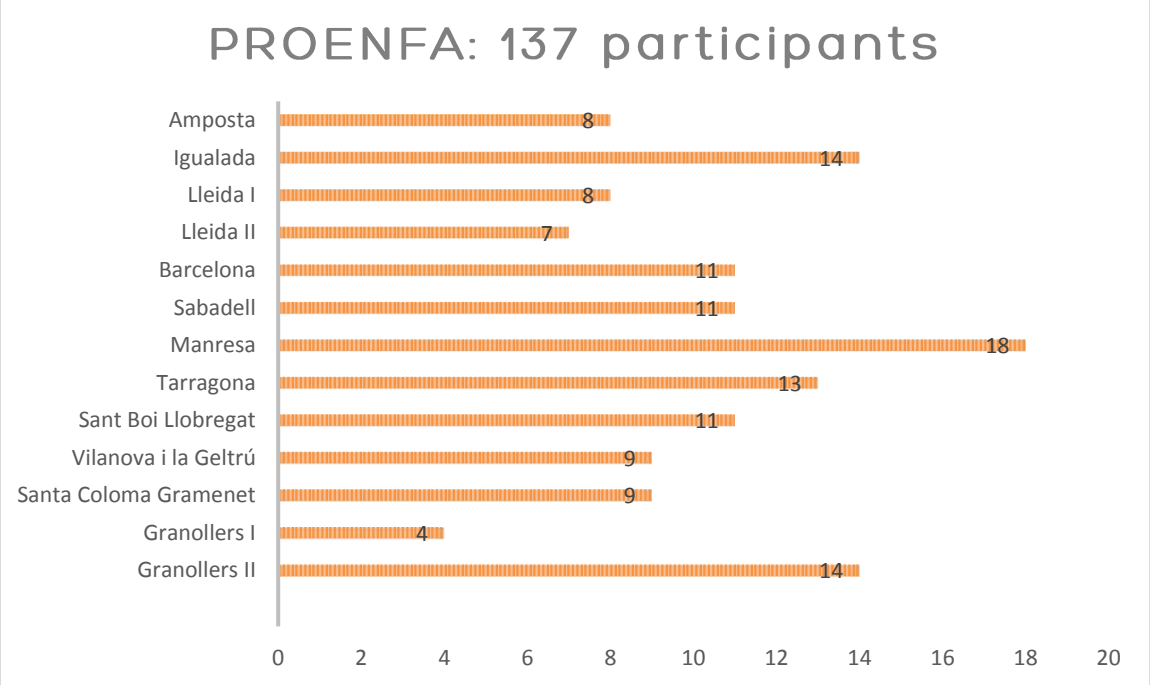
Es un programa d'entrenament i capacitació per a familiars i cuidadors de persones amb trastorn mental greu, elaborat per diversos professionals sota la coordinació del Dr Emilio Rojo. El programa inclou:

Sessions psicoeducatives

- Cervell, conducta i malaltia mental
- Esquizofrènia
- Trastorn Bipolar i Depressió Major
- Psicofàrmacs
- Intervenció psicològica
- Serveis socials
- Aspectes legals

Tallers de capacitació

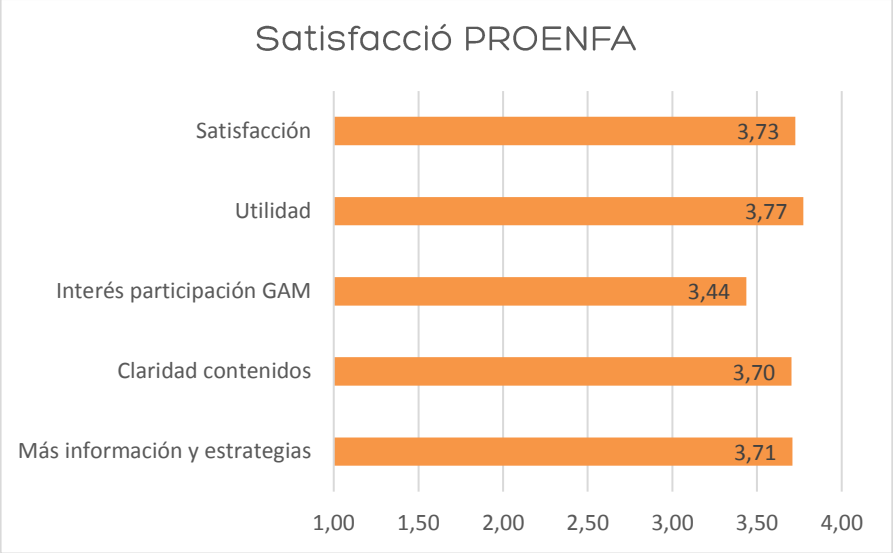
- Compliment del tractament
- Inactivitat i aïllament social
- Gestió d'exigències
- Consum de tòxics
- Agitació i conducta agressiva
- Conviure deliris i al·lucinacions
- Risc suïcida



En base a les enquestes de satisfacció individuals recollides en acabar les edicions de PROENFA, podem afirmar que **els resultats han estat molt positius.**

En 4 dels 5 ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions és superior a 3,70 en una escala de 1 a 4. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a l'interès despertat per participar en un Grup d'Ajuda Mútua, un cop finalitzat el programa, però tot i així, és un resultat bo en tractar-se d'una valoració de 3'44 sobre 4.

Les puntuacions són molt altes en relació a la satisfacció (3,73), la utilitat (3,77), la claredat dels continguts (3,70) i el fet de disposar de més informació i estratègies (3,71), gràcies al psicoeducatiu.



2.2.3. Psicoeducatiu Multifamiliar

Programa d'entrenament i capacitació per a persones amb experiència pròpia en trastorn mental greu i familiars. El programa inclou:

- Els trastorns mentals. Què són. Perquè jo/nosaltres? Cap on van?
- Futur: Com l'afrontem? Quines eines tenim?
- Salut mental i legalitat
- Les hospitalitzacions i les crisis. Quan calen? Com s'activen? Com afrontar-les.
- La pèrdua i el seu procés
- La recuperació com un procés. Què l'ajuda i què la dificulta?
- Cuidem-nos
- El suïcidi
- La comunicació i l'afrontament de situacions complexes
- Els recursos. Sanitaris, socials i comunitaris
- L'associacionisme i l'activisme

Es valorarà la satisfacció quan finalitzi el programa el 2018.

2.2.4. Altres projectes de psicoeducació:

a) Manual de recuperació autogestió del benestar

El **Manual per a la recuperació i l'autogestió del benestar** és un sub- projecte de l'Activa't amb l'objectiu de disposar d'una nova eina en el marc del model de recuperació per ajudar en la construcció d'un Pla Personalitzat per a la recuperació, l'autogestió del benestar i el desenvolupament d'una vida plena. Els materials han estat elaborats per l'associació de persones amb experiència pròpia Activament sota la coordinació de referents de la federació Veus, professionals de SMC, i el Departament de Salut.

S'ha creat en col·laboració amb un comitè de redacció constituït per 12 professionals d'atenció directa i coordinació de serveis de l'àmbit de treball social, medicina general, psiquiatria, infermeria i psicologia.

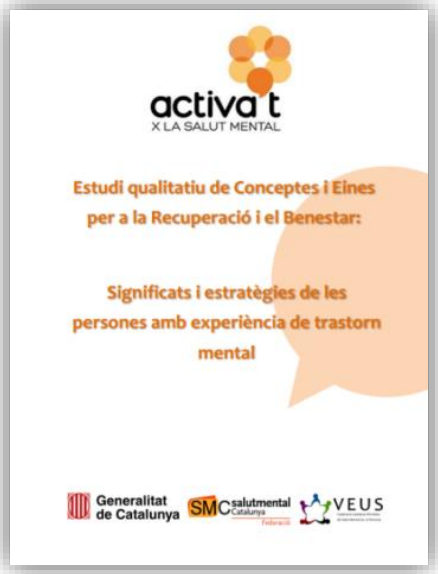
Característiques i innovació:

- Basat en el model de recuperació.
- Té com objectiu la autogestió.
- Parteix de significats personals.
- Inclou recursos més enllà de l'àmbit assistencial.
- Dirigit a: persones amb trastorn mental o situació de patiment psicològic.

Etapes del procés d'elaboració:

1. **Informe previ:** ***"Revisió bibliogràfica sobre eines participatives per a l'autogestió del benestar".***
   Estudi de recerca sobre eines participatives per treballar el malestar psicològic, fent un recorregut de la situació actual al territori i de diferents eines implementades al món per treballar el patiment des del model de recuperació.

2. **Estudi qualitatiu:** ***"Conceptes i eines per la recuperació i el benestar. Significats i estratègies de les persones amb experiència de trastorn mental".***

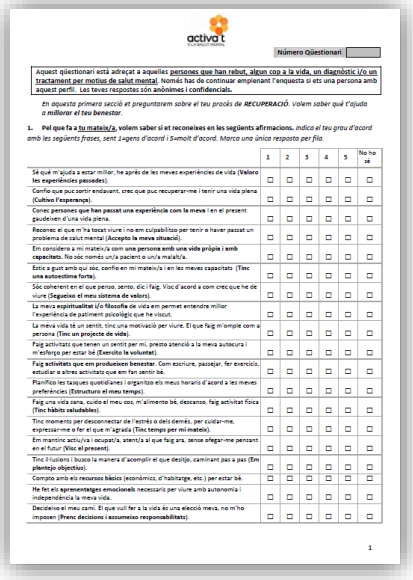


Informe amb l'anàlisi de 5 Grups Focals de 36 persones, per recavar informació sobre 3 punts clau per a l'elaboració del nou material. Un primer punt, relacionat amb la comprensió dels conceptes de recuperació, recaiguda i benestar, des de la mirada de les persones que han passat per una experiència de trastorn mental. Un segon punt, per indagar quines eines tenen les persones al seu abast per fer el procés de recuperació, per travessar o evitar una recaiguda i per millorar el propi benestar. I un tercer punt, per conèixer quin altre contingut els agradaria que aparegués en el manual.

Consisteix en un recull de les eines i els recursos més adients per incorporar-los al nou manual de recuperació i autogestió del benestar. Aquest anàlisi s'ha dut a terme utilitzant diferents marcs teòrics que ens han permès la categorització de la informació en 3 blocs: 1. Eines pel procés de recuperació; 2. Eines per evitar i travessar recaigudes; i 3. Eines per a millorar el Benestar, dividits en 4 categories (1. Jo amb mi mateix; 2. Jo amb els professionals que m'atenen; 3. Jo amb el meu entorn de suport mutu; i 4. Jo amb el meu ampli món).

3. **Estudi quantitatiu:** ***"Eines per la recuperació, les recaigudes i el benestar en salut mental. Familiaritat i importància relativa".***

Enquesta construïda a partir de la informació de l'anàlisi qualitatiu. amb l'objectiu de fer una priorització de les eines més rellevants per a les persones que han passat l'experiència de patir un problema de salut mental atenent al possible biaix de familiaritat, per seleccionar les que han estat introduïdes al Manual. Van participar 220 persones, gràcies a la col·laboració de moltes entitats i serveis de salut mental.


activa't

Número Qüestionari

Aquest qüestionari està adreçat a aquelles persones que han rebut, algun cop a la vida, un diagnòstic i/o un tractament per motius de salut mental. Només has de continuar emplenant l'enquesta si ets una persona amb aquest perfil. Les teves respostes són anònimes i confidencials.

En aquesta primera secció et preguntarem sobre el teu procés de ***RECUPERACIÓ****. Volem saber què t'ajuda a millorar el teu benestar.*

1. **Pel que fa a tu mateix/a, volem saber si et reconeixes en les següents afirmacions.** *Indica el teu grau d'acord amb les següents frases, sent 1=gens d'acord i 5=molt d'acord. Marca una única resposta per fila.*

	1	2	3	4	5	No ho sé
Sé què m'ajuda a estar millor, he après de les meves experiències de vida (Valoro les experiències passades).	□	□	□	□	□	□
Confio que puc sortir endavant, crec que puc recuperar-me i tenir una vida plena (Cultivo l'esperança).	□	□	□	□	□	□
Conec persones que han passat una experiència com la meva i en el present gaudeixen d'una vida plena.	□	□	□	□	□	□
Reconec el que m'ha tocat viure i no em culpabilitzo per tenir o haver passat un problema de salut mental (Accepto la meva situació).	□	□	□	□	□	□
Em considero a mi mateix/a com una persona amb una vida pròpia i amb capacitats. No visc només un/a pacient o un/a malalt/a.	□	□	□	□	□	□
Estic a gust amb qui sóc, confio en mi mateix/a i en les meves capacitats (Tinc una autoestima forta).	□	□	□	□	□	□
Sóc coherent en el que penso, sento, dic i faig. Visc d'acord a com crec que he de viure (Segueixo el meu sistema de valors).	□	□	□	□	□	□
La meva espiritualitat i/o filosofia de vida em permet entendre millor l'experiència de patiment psicològic que he viscut.	□	□	□	□	□	□
La meva vida té un sentit, tinc una motivació per viure. El que faig m'omple com a persona (Tinc un projecte de vida).	□	□	□	□	□	□
Faig activitats que tenen un sentit per mi, presto atenció a la meva autocura i m'esforço per estar bé (Exercito la voluntat).	□	□	□	□	□	□
Faig activitats que em produeixen benestar. Com escriure, passejar, fer exercici, estudiar o altres activitats que em fan sentir bé.	□	□	□	□	□	□
Planifico les tasques quotidianes i organitzo els meus horaris d'acord a les meves preferències (Estructuro el meu temps).	□	□	□	□	□	□
Faig una vida sana, cuido el meu cos, m'alimento bé, descanso, faig activitat física (Tinc hàbits saludables).	□	□	□	□	□	□
Tinc moments per desconnectar de l'estrès o dels demés, per cuidar-me, expressar-me o fer el que m'agrada (Tinc temps per mi mateix).	□	□	□	□	□	□
Em mantinc activa/o i ocupat/a, atent/a al que faig ara, sense ofegar-me pensant en el futur (Visc el present).	□	□	□	□	□	□
Tinc il·lusions i busco la manera d'acomplir el que desitjo, caminant pas a pas (Em plantejo objectius).	□	□	□	□	□	□
Compto amb els recursos bàsics (econòmics, d'habitatge, etc.) per estar bé.	□	□	□	□	□	□
He fet els aprenentatges emocionals necessaris per viure amb autonomia i independència la meva vida.	□	□	□	□	□	□
Decideixo el meu camí. El que vull fer a la vida és una elecció meva, no m'ho imposen (Prenc decisions i assumeixo responsabilitats).	□	□	□	□	□	□

1

4. **Jornada de debat i reflexió: *"Recuperació i autogestió del benestar en salut mental." Amb la participació de* 50 persones amb experiència pròpia, familiars i professionals.**
   Jornada participativa, a la que van assistir **55 persones**. Presentació dels resultats anteriors i debat entorn a 4 temes: 1. Drets i recuperació; 2. El benestar emocional; 3. Eines per preveure les recaigudes; i 4. Professionals, moviments i implementació del nou manual. Els objectius van ser: aprofundir en aquells temes sobre els que s'havia recavat menys informació a l'estudi qualitatiu i reflexionar sobre alguns punts del manual per recollir informació del debat entre professionals, usuaris i familiars.

Materials finals:

b) Revisió de materials PROENFA

Projecte de reedició de **vídeos pels tallers del psicoeducatiu PROENFA** per familiars amb la participació d'un grup de persones amb experiència pròpia, familiars i professionals.

Elaboració dels **7 nous guions** per procedir a la gravació i edició dels nous vídeos el 2018.

Coordinació del projecte per part de professionals de l'àrea de capacitació i de comunicació de Salut Mental Catalunya. Nous materials reeditats per la Fundación Panacea.

c) RecerCaixa

Participació en l'estudi **"La Gestió Col·laborativa de la Medicació (GCM): Un projecte de recerca i acció participativa en salut mental"** col·laborant en el reclutament de persones de la nostra xarxa associativa (amb experiència pròpia i familiars) com a mostra per la investigació.

L'objectiu del projecte és elaborar una **Guia GCM** adaptada a la realitat social i cultural de Catalunya que es basa en experiències prèvies al Canadà i al Brasil. Per adaptar-ho a la nostra realitat, en una primera fase, s'investigarà sobre les percepcions i experiències associades al consum de psicofàrmacs a Catalunya, especialment antipsicòtics, i els seus efectes en la qualitat de vida i quotidianitat dels consumidors.

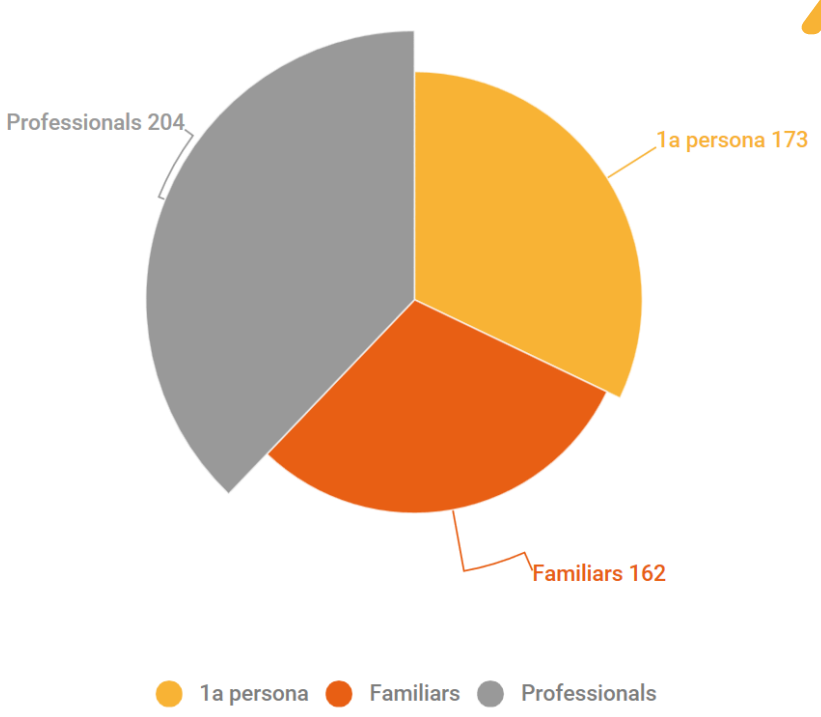
Es tracta d'una recerca orientada a la implementació de polítiques de salut integradores i sostenibles dins de l'àmbit de la salut mental que permetin la promoció de la participació en aquest col·lectiu i l'assoliment d'un nivell ple de ciutadania. L'estudi es basarà en entrevistes, qüestionaris i grups de discussió amb usuaris de psicofàrmacs i, també, amb cuidadors i professionals.

Els promotors d'aquest projecte són la Universitat Rovira i Virgili (URV) i la Universitat Oberta de Catalunya (UOC), amb el suport del programa RecerCaixa, i ha estat aprovat pel Comitè Ètic de Recerca Clínica corresponent a la legislació vigent. Així mateix es duu a terme amb respecte als principis enunciats a la declaració d'Hèlsinki (2005) i a les normes de bona pràctica clínica i de recerca qualitativa en salut.

2.3 Programes de desenvolupament de l'apoderament PROSPECT

El Programa de Formació PROSPECT és un projecte europeu que es desenvolupa amb la intenció de fer que les pròpies persones afectades per un trastorn mental i les seves famílies prenguin les regnes de la seva recuperació, convertint-los en protagonistes del procés. Pretén, a més, potenciar la participació de les persones afectades i els seus familiars en la cerca de la seva pròpia qualitat de vida i com a ciutadans de ple dret. En la seva versió de mòdul de professionals posa l'èmfasi en el paper actiu dels tècnics com a facilitadors d'aquest procés d'apoderament.

El programa formatiu es compon de 3 mòduls dirigits a persones afectades, familiars i professionals de la salut mental, respectivament, a més d'un mòdul comú en el qual es treballen aspectes relacionats amb la comunicació entre els mateixos. Els mòduls estan dinamitzats per persones que viuen la malaltia en primera persona, com a familiar, com a propi afectat o com a professional de la salut mental, respectivament.



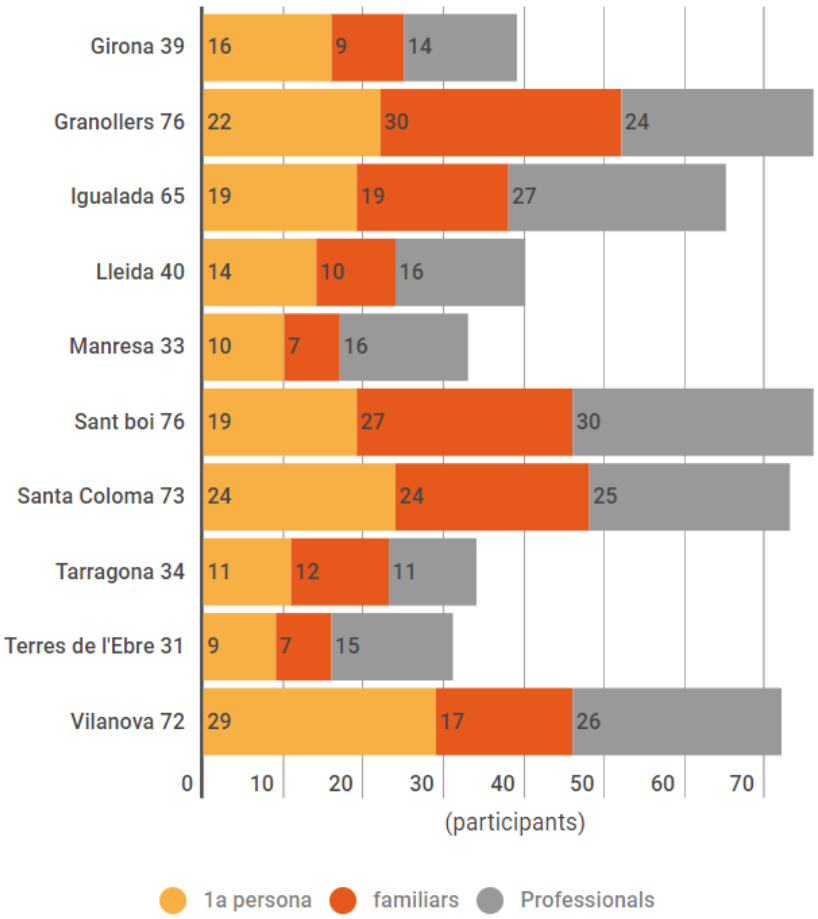
15 programes Prospect s'han dut a terme durant el 2017

Una edició a: Girona, Lleida, Manresa, Tarragona, i Amposta;
Dues edicions a: Granollers, Igualada, Santa Coloma de Gramenet, Sant Boi i Vilanova.

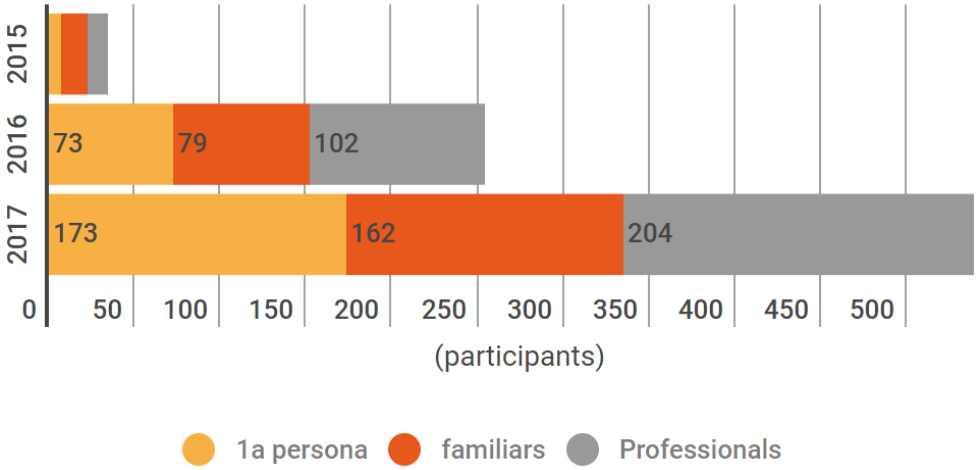
Aquesta variació en nombre d'edicions es deu a que en alguns territoris han coincidit les edicions del

primer circuit i del segon. A més en aquest 2017 no s'han realitzat edicions de Prospect a Sabadell ni a Nou Barris(familiars i usuaris), ja que per organització han estat programats el gener de 2018. Durant el 2018 per tant tindran lloc en aquests dos territoris dues edicions, les corresponents al segon i tercer circuit. Hi ha participat un total de 539 persones.

Participants als Prospect al 2017 per territoris



Participants 2015 - 2016 - 2017



2.3.1. Dades de satisfacció

	1ª Persona	Familiars	Professionals	Comú	GLOBAL
1. Com valora el **contingut** dels cursos?	4,36	4,53	4,17	4,49	**4,39**
2. Com valora la manera en què ha estat **organitzat** el curs?	4,31	4,59	4,53	4,60	**4,51**
3. Com valora la **metodologia** utilitzada?	4,33	4,38	4,46	4,47	**4,41**
4. Com valora la **tasca** dels/les **facilitadors**/es?	4,67	4,82	4,70	4,72	**4,73**
5. Com valora la **utilitat** del curs?	4,49	4,52	4,15	4,54	**4,43**
6. Com valora el grau de **consideració** que han tingut les seves pròpies aportacions al grup?	4,55	4,67	4,58	4,66	**4,61**
MITJANA TOTAL	**4,45**	**4,59**	**4,43**	**4,58**	**4,51**

En una escala del 1 al 5 la valoració dels participants dels tres grups als mòduls de la Formació prospect és en tots els casos superior a 4. Destaca especialment el ítem de valoració de la labor dels facilitadors, que val a dir que tant en el mòdul de primera persona com en el de familiars es tracta de persones voluntàries del projecte. En concret la tasca dels facilitadors familiars és la millor valorada amb un 4,82.

> Globalment els mòduls més valorats són el mòdul de familiars i el mòdul comú.

Per mòduls, i pel que fa a l'assoliment d'objectius, destacar que els participants en primera persona destaquen sobretot que el programa prospect els ajuda a identificar conductes que faciliten les seves interaccions socials. Els participants familiars destaquen del prospect que els ajuda a sentir-se més còmodes amb professionals i usuaris. I pel que fa als participants del mòdul de professionals, destaquen per igual tots tres objectius referents a la millora de la eficàcia de les seves intervencions amb el treball amb persones familiars i usuàries.

Objectius primera persona

	Puntuacions d'1 a 3
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a afrontar la seva situació amb el suport d'altres persones i de recursos de suport	2,57
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a identificar comportaments que facilitin les interaccions socials	2,67
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a fer front a la seva situació amb autonomia	2,48
Ajudarles persones amb un problema de salut mental a entendre i manegar millor l'estigma	2,55
Ajudar les persones amb un problema de salut mentala sentir-se més còmodes en les relacions amb familiars i professionals	2,54

Objectius familiars

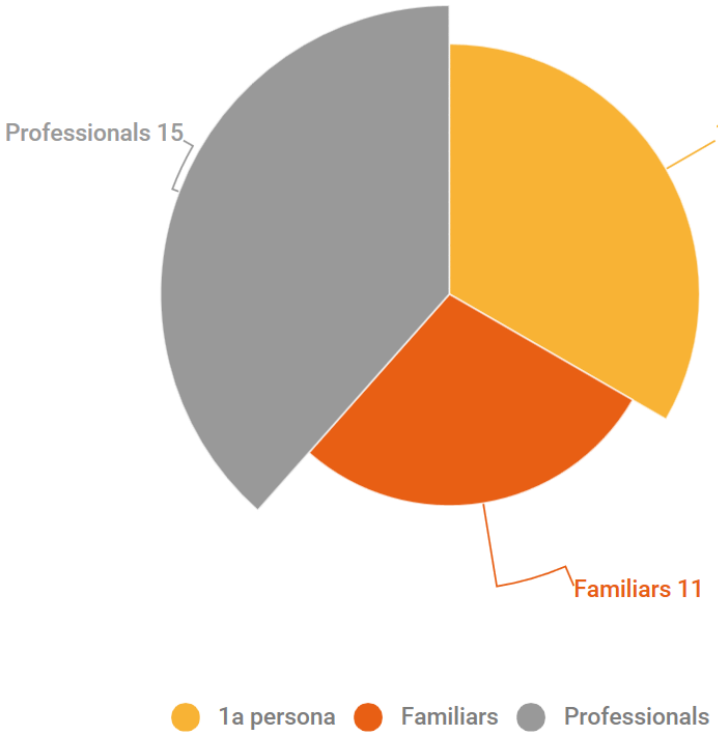
	Puntuacions d'1 a 3
Ajudar a sentir-se còmodes amb usuaris i professionals	2,84
Ajudar a identificar comportaments que faciliten les seves interaccions socials	2,59
Ajudar a sentir-se en condicions d'igualtat amb usuaris i professionals	2,53
Ajudar a fer front a la seva situació amb autonomia?	2,50
Ajudar a afrontar la seva situació amb el suport d'altres persones i de recursos de suport?	2,54

Objectius professionals

	Puntuacions d'1 a 3
Ajudar els professionals a utilitzar estratègies de treball efectives per treballar amb les famílies i usuaris?	2,51
Ajudar els professionals a treballar amb la malaltia mental des de múltiples perspectives?	2,45
Ajudar els professionals a implicar-se en estratègies de treball basades en la col·laboració?	2,53

2.3.2. Formació de facilitadors Prospect

El passat mes de febrer de 2017 es va desenvolupar una formació de facilitadors dels Programa Prospect. En total hi van participar 39 persones: 15 professionals, 11 familiars i 13 persones amb experiència pròpia.



Van participar 39 persones

Els objectius d'aquesta formació van ser:

1. Practicar en la direcció dels diferents mòduls PROSPECT
2. Conèixer i aplicar la metodologia i filosofia dels mòduls PROSPECT
3. Aprendre a gestionar la documentació relativa als mòduls de formació PROSPECT.
4. Conèixer el rol del facilitador / a: posicionament, ètica i actitud.
5. Aprendre diferents tipus de dinàmiques de grups.

2.4 GAM (Grups d'Ajuda Mútua)

El Gam, es defineix com a espai 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.

Dins el Circuït Activa't els Gam formen part, juntament amb els programes psicoeducatius i els Programa d'Apoderament Prospect, de les intervencions encaminades a la facilitació d'eines a les persones familiars i en primera persona per al seu apoderament.

Els GAM de l'Activa't són avaluats/seguits pel que fa al seu desenvolupament i al feedback rebut pels participants en aspectes com el suport, la interacció i l'apoderament rebut.

Tenen una durada mínima de 12 sessions aproximadament que poden ser setmanals o quinzenals i estendre's al temps entre 3 i 6 mesos. Durant aquest temps, els i les tècniques de l'espai Situa't fan un seguiment periòdic de les demandes de suport dels dinamitzadors així com recullen les incidències i els aspectes més destacats del desenvolupament de les sessions (assistència, clima al grup, calendari...). Així mateix, com a espai Situa't, atenen les demandes particulars dels participants al GAM que puguin sorgir.

Durant el seu desenvolupament , les associacions del territori que han signat els convenis de col·laboració han acollit els grups i han tractat els participants com a socis durant aquestes sessions i amb un compromís de continuar aquest acolliment durant sis mesos més. Per aquest acolliment les associacions tan de familiars, com mixtes, com de primera persona que s'hi ha sumat han rebut una subvenció de 1000 euros per Gam acollit que ha permès poder garantir la formació de les persones , el material, el manteniment de l'espai necessari, i el accés de les persones participants al GAM a totes les activitats dels socis de les entitats.

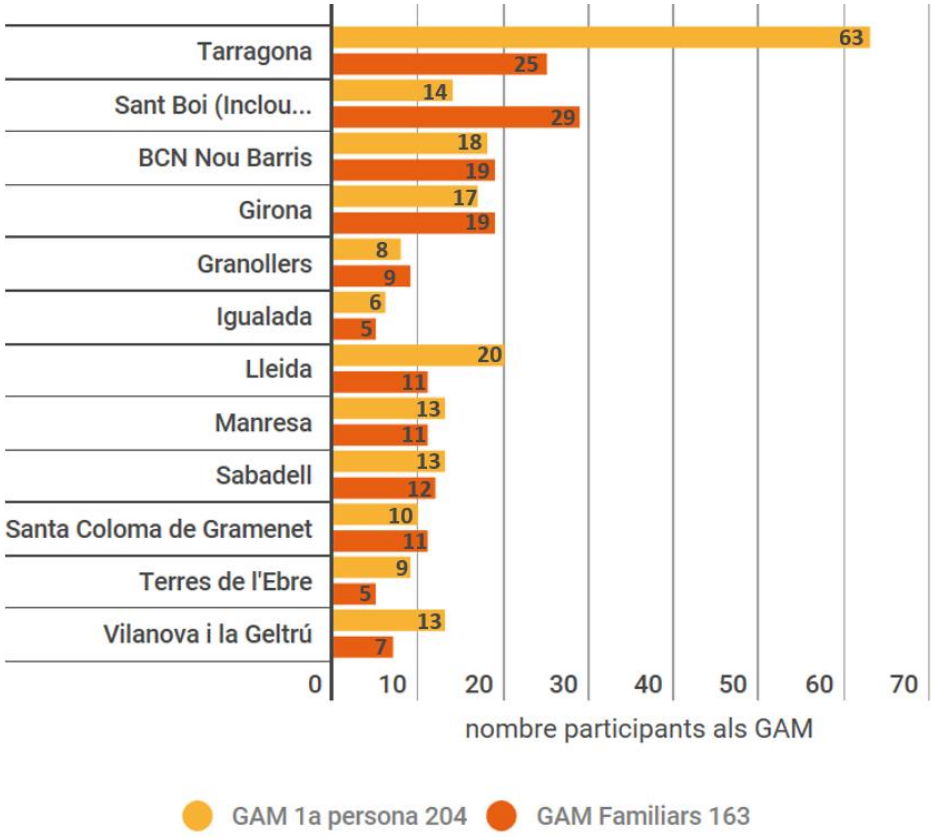
Finalment són avaluats amb informe de seguiment, feedback dels participants i dels dinamitzadors i qüestionari de satisfacció.

2.4.1. Dades de participació

2017	37 GAM	20 de 1a persona
		17 de familiars
	367 Participants	204 en 1a persona
		163 familiars

2016	2 GAM	2 de 1a persona
		2 de familiars
	88 participants	45 en 1a persona
		43 familiars
2015	0 GAM	0 de 1a persona
		0 de familiars
	0 participants	0 en 1a persona
		0 familiars

Participació als GAM per territoris:



2.4.2. Dades de satisfacció

Valoracions generals GAM (puntuacions d'1 a 5)	1a persona	Familiars
1. Com valores el fet d'assistir al GAM?	4,46	4,42
2. Com valores la tasca de les persones dinamitzadores del GAM?	4,36	4,49
3. Com valores l'organització global del GAM?	4,28	4,44
4. Com valores l'horari del GAM?	4,06	4,23
5. Com valores la freqüència de trobada del GAM?	4,40	4,33
6. Com valores l'espai a on s'ha fet el GAM?	4,39	4,48
7.Com valores el suport rebut per l'associació que acull el GAM?	4,49	4,38
GLOBAL	4,35	4,40

Els participants dels GAM en primera persona valoren amb una nota global de 4,4 sobre un total de 5 el funcionament dels Grups d'Ajuda Mútua.

D'entre totes les valoracions la que lleugerament destaquen els participants és la tasca de les persones dinamitzadores. De totes maneres totes les puntuacions són excel·lents incloent l'organització global, l'espai i el fet d'assistir-hi.

Els participants dels GAM de familiars valoren en global amb un 4,35 sobre 5 el funcionament dels GAM. Destaquen les valoracions referents al fet d'assistir-hi així com el suport rebut per part de l'associació que acull el grup i els seus participants.

2.4.3. Formacions de Dinamitzadors de GAM 2017

Per garantir el bon funcionament dels GAMs, l'Activa't ofereix, dos cicles formatius de Dinamitzadors de Grups d'Ajuda Mútua per a persones amb experiència pròpia, juntament amb l'associació Activament, i per a familiars (impartida pels tècnics del Espai Situa't amb uns materials consensuats), per formar noves persones dinamitzadores d'aquests grups.

- Durant el primer trimestre de 2017 van acabar la formació els grups de Igualada i Terres de l'Ebre, tant de familiars com de persones usuàries, que no havien acabat les sessions al 2016. Aquests participants ja van ser comptabilitzats en el passat informe de 2016
- Al 2017 s'han engegat dues formacions de dinamitzadors de Gam familiars, una de familiars **d'adults** a Lleida i una altra de familiars **d'infants i joves** al Vallès Occidental.
- No s'han iniciat formacions de dinamitzadors de GAM de persones usuàries durant el 2017.
- A Lleida es va iniciar el novembre de 2017 i finalitzarà el juliol de 2018. Hi assisteixen 11 familiars
- A Sant Cugat, la formació per a familiars d'infants i joves es va desenvolupar entre el juny i el desembre de 2017. Hi van assistir 10 familiars

El total de participants a aquests cursos és de 15 participants al 2015, 217 participants al 2016 i 21 participants al 2017. Per tant un total de 253 persones. Recollirem la satisfacció d'aquestes persones juntament amb les 8 edicions previstes per al 2018.

253 Persones han participat a les formacions

15	217	21
al 2015	al 2016	al 2017

2.4.4. Treball de sistematització dels GAM

En el marc del projecte *Activa't* es fa l'encàrrec de desenvolupar una exploració sobre la situació dels GAM a Catalunya, amb la finalitat de poder ajudar a la seva promoció i millora. A tal efecte es treballa amb dos proveïdors, la consultora social Spora i l'entitat Activament Catalunya i es desenvolupen les següents etapes per tal de produir coneixements sistematitzats sobre el funcionament dels GAM.

Diagnosi dels GAM

El treball de camp s'ha desenvolupat durant els mesos de gener i febrer de 2017.

- 6 entrevistes individuals semi-estructurades a persones dinamitzadores de GAMs: 3 a persones familiars, i 3 a persones amb trastorn mental. S'ha tingut en compte l'heterogeneïtat associativa i de tipologia del GAM.

- 3 grups focals en què han participat 28 persones. Aquests grups s'han constituït en funció del perfil de les persones:
    - 1 Grup focal de persones familiars dinamitzadores de GAM.
    - 1 Grup focal de persones amb un TM dinamitzadores de GAM.
    - 1 Grup focal mixt (persones amb un TM i persones familiars) en què es barrejaven participants i dinamitzadores de GAM.

D'aquesta diagnosi han sorgit els eixos vertebrals de les GUIES GAM tant de familiars com de primera persona

Guies GAM

2 guies elaborades per Spora i Activament

Defineixen un model de GAM centrat en:

- Principis bàsics del GAM: Horitzontalitat, moderació grupal, voluntarietat i respecte
- Afavorir la consciencia de la pròpia situació, de les oportunitats i dificultats i parlant de les pròpies necessitats
- En el cas dels familiars, posa de relleu la feminització de la cura i és una eina a favor d'obrir el procés de cura a la resta de membres de la família
- Els Gam com a elements claus de participació, apoderament i per tant fonamentals en el procés de recuperació

Recullen els pactes i normes que regeixen un GAM i les dinàmiques que els afavoreixen, així com aquelles que els distorsionen.

També fan incís en els diferents moments de la vida dels GAM: constitució i acollida de nous membres, creixement, seguiment i tancament. Així mateix també donen orientacions de com acollir i fer un bon seguiment dels participants del grup.

Formació de Persones Moderadores

El treball de sistematització també dona com a fruit **dos manuals de formació** de persones moderadores i les seves **capsules formatives** annexes on queden recollides les principals temàtiques dels Gam en Salut mental.

Aquests materials estan pensats per a ser impartits per persones expertes en Gam en la participació i/o la moderació dels GAM. Els participants d'aquesta formació són persones que participen als GAM i tenen la voluntat, la sensibilitat i el compromís de difondre els valors i les normes del GAM per al bon funcionament dels GAM.

Eina d'autorreflexió dels GAM

Qüestionari autoadministrat, dissenyat per a promoure la reflexió personal i col·lectiva sobre els principis bàsics del suport mutu, i per a recollir informació sobre el funcionament del propi GAM i sobre la relació de cada participant amb el grup. És una eina creada de manera participativa a partir d'entrevistes realitzades a diversos grups d'ajuda mútua

En **resum,** el projecte ha produït:

- Elaboració d'un Diagnòstic dels GAM a Catalunya i definició del model de GAM basat en la horitzontalitat del Suport Mutu.
- Elaboració de Materials:
    - **2 Guies GAM** de familiars i de primera persona
    - **2 Manuals de formació** de persones dinamitzadores de GAM, tant familiars com en primera persona. Coma material complementari s'elaboren 2 conjunts de càpsules formatives que es posen a l'abast dels formadors dels dinamitzadors.
    - **2 Eines d'Autoconeixement dels GAM**, tant en primera persona com de familiars.
    - Un **estudi de l'Art de la literatura de les Eines d'Avaluació** de l'efecte de la participació de les persones als GAM
    - Una **recerca qualitativa diagnòstica de l'estat dels GAM** a Catalunya

Aquest projecte i aquests materials seran presentats en una Jornada Oberta a entitats i persones interessades en els GAM el proper mes de febrer de 2018.

3. Demandes d'assessorament ateses des de l'Espai Situa't

L'Espai Situa't ofereix informació i assessorament sobre salut mental (serveis informació jurídica, tràmits, moviment associatiu...) tant a persones amb un diagnòstic i el seu entorn familiar, com a la resta de la ciutadania, sent un servei obert i accessible.

Hi ha 13 Espai Situa't en funcionament a Catalunya: 12 ubicats en els territoris pilot, i un altre a la seu de la Federació Salut Mental Catalunya.

En algun Espai Situa't, donada la dispersió territorial, un mateix tècnic ha ofert atenció en dos ubicacions diferents. Per una altra banda, l'alt nombre de demandes que arriben ha fet necessari disposar de tècnics fent suport en alguns dels territoris.

3.1. L'Espai Situa't en dades generals

1047

Demandes ateses al 2017 a Catalunya

2881

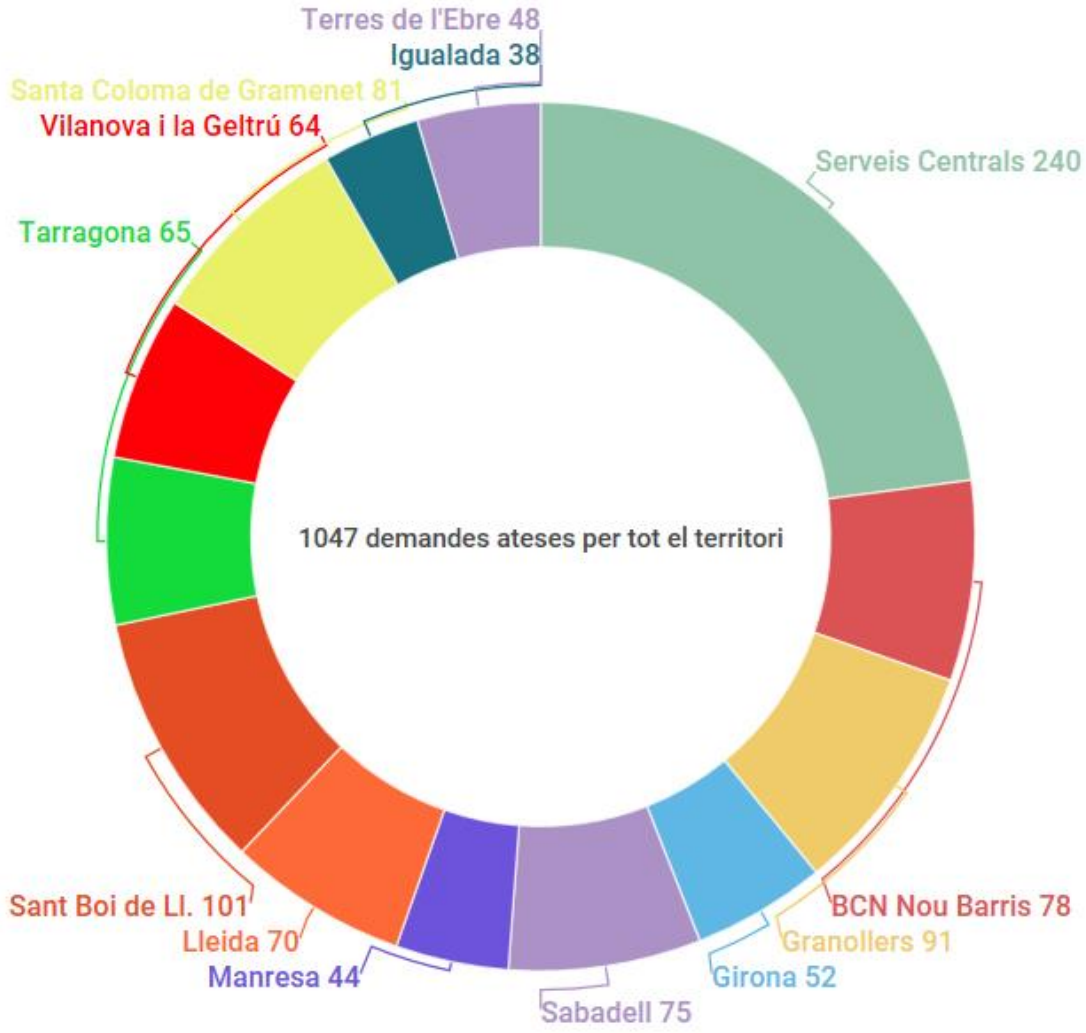
Total de demandes ateses 2015-2016-2017

13

Espai Situa't oberts a Catalunya

> Els Espai Situa't atenen qualsevol demanda relacionada amb la salut mental i és obert a tothom.
>
> *(Orientació, escolta, recursos sociosanitaris, oci, habitatge, assessorament legal...)*

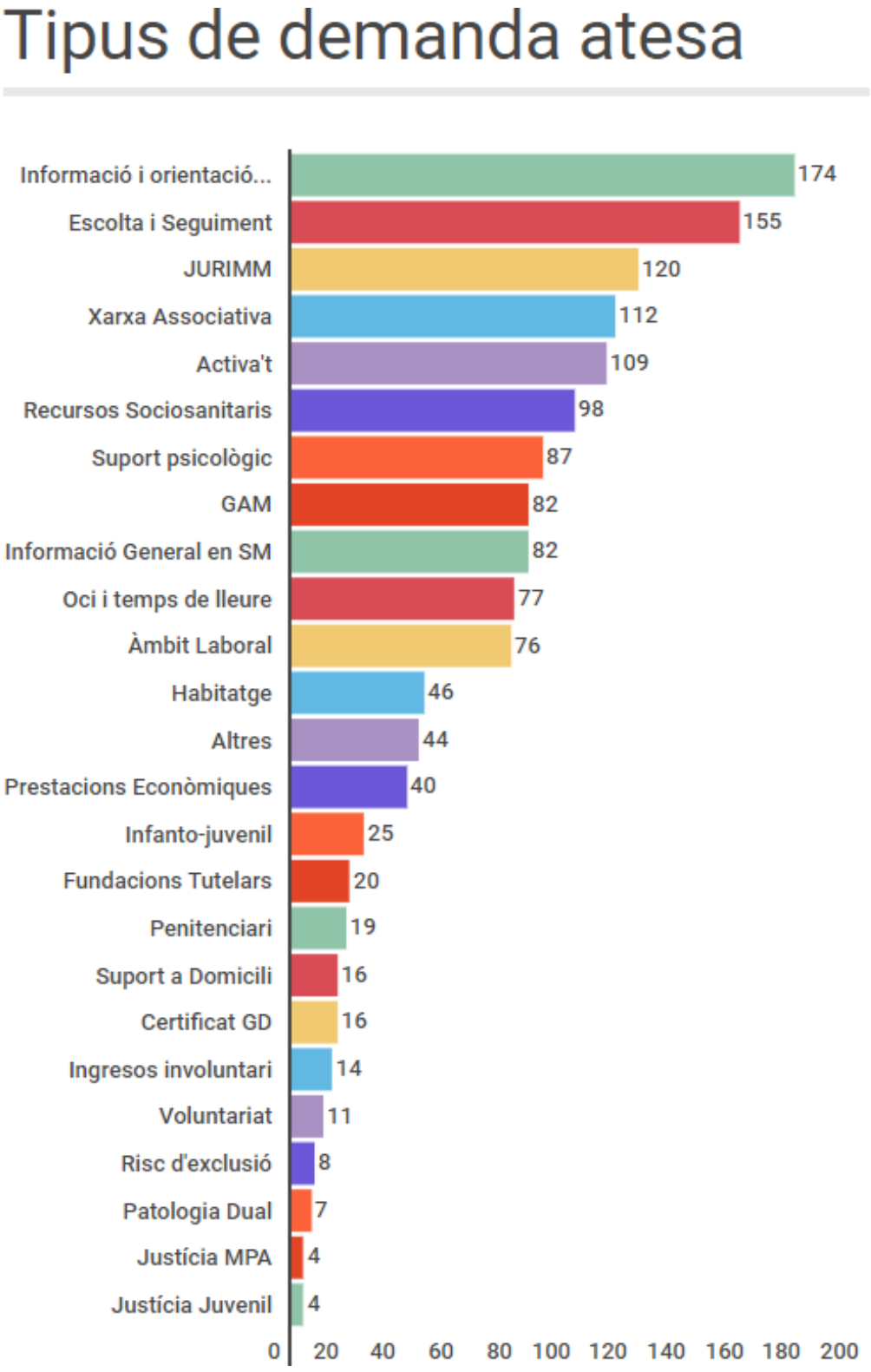
3.2. Distribució territorial de les demandes ateses pels Espais Situa't al 2017



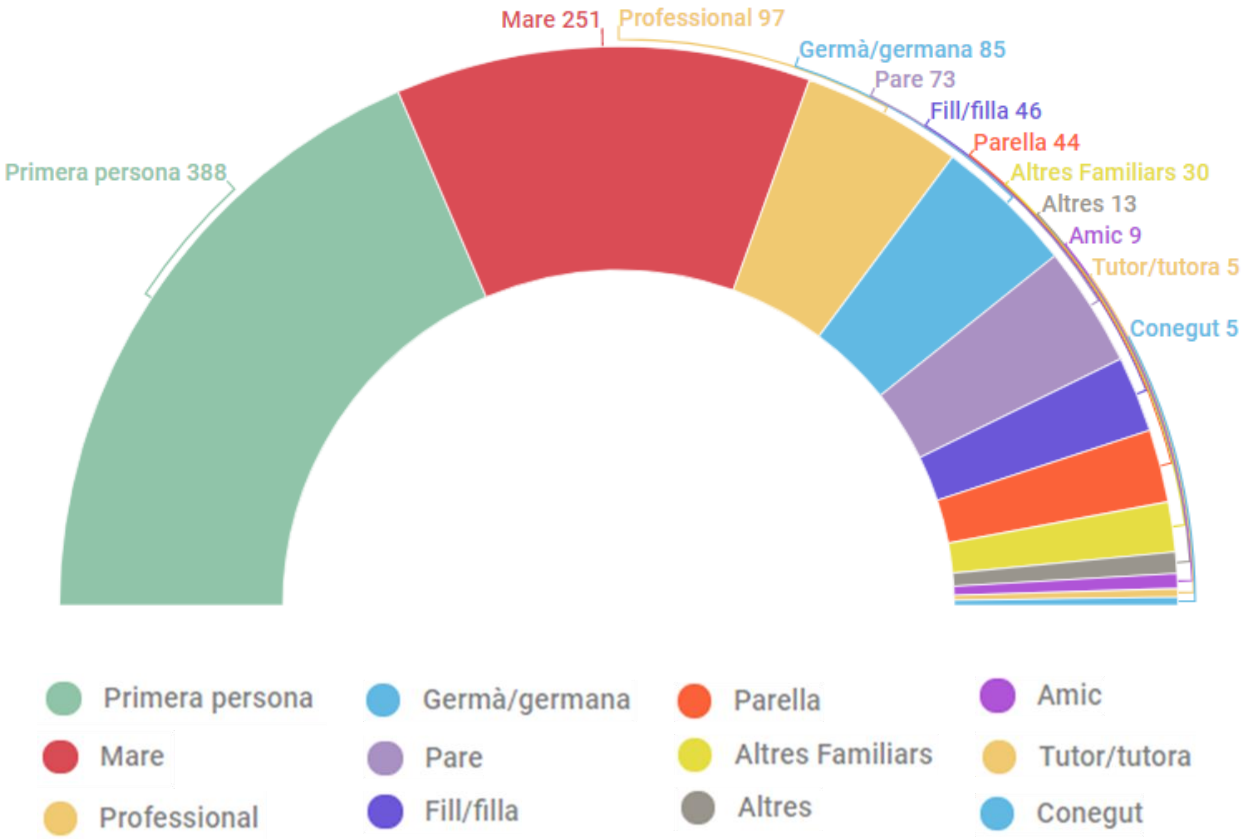
El territori atès per cada espai Situa't és ampli i pot cobrir més d'una comarca. El 23% de les demandes arriben a l'Espai Situa't - Serveis Centrals, a la seu de la Federació SMC.

3.3. Tendència del tipus de demandes ateses

> En una mateixa demanda hi poden haver diferents necessitats i s'hi poden oferir diferents línies d'orientació (incloent el programa JURIMM), seguit de l'Escolta i seguiment, i informació sobre la Xarxa Associativa.



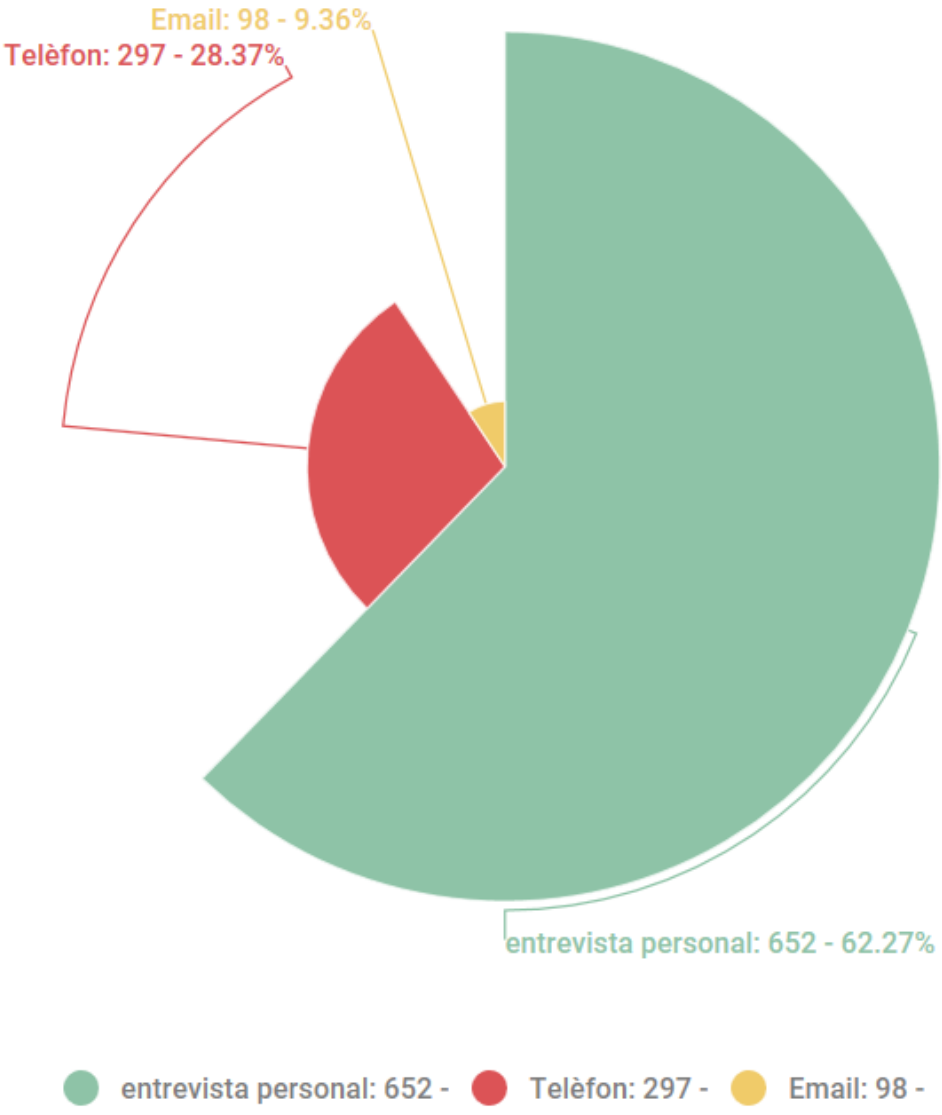
3.4. Qui fa la demanda?



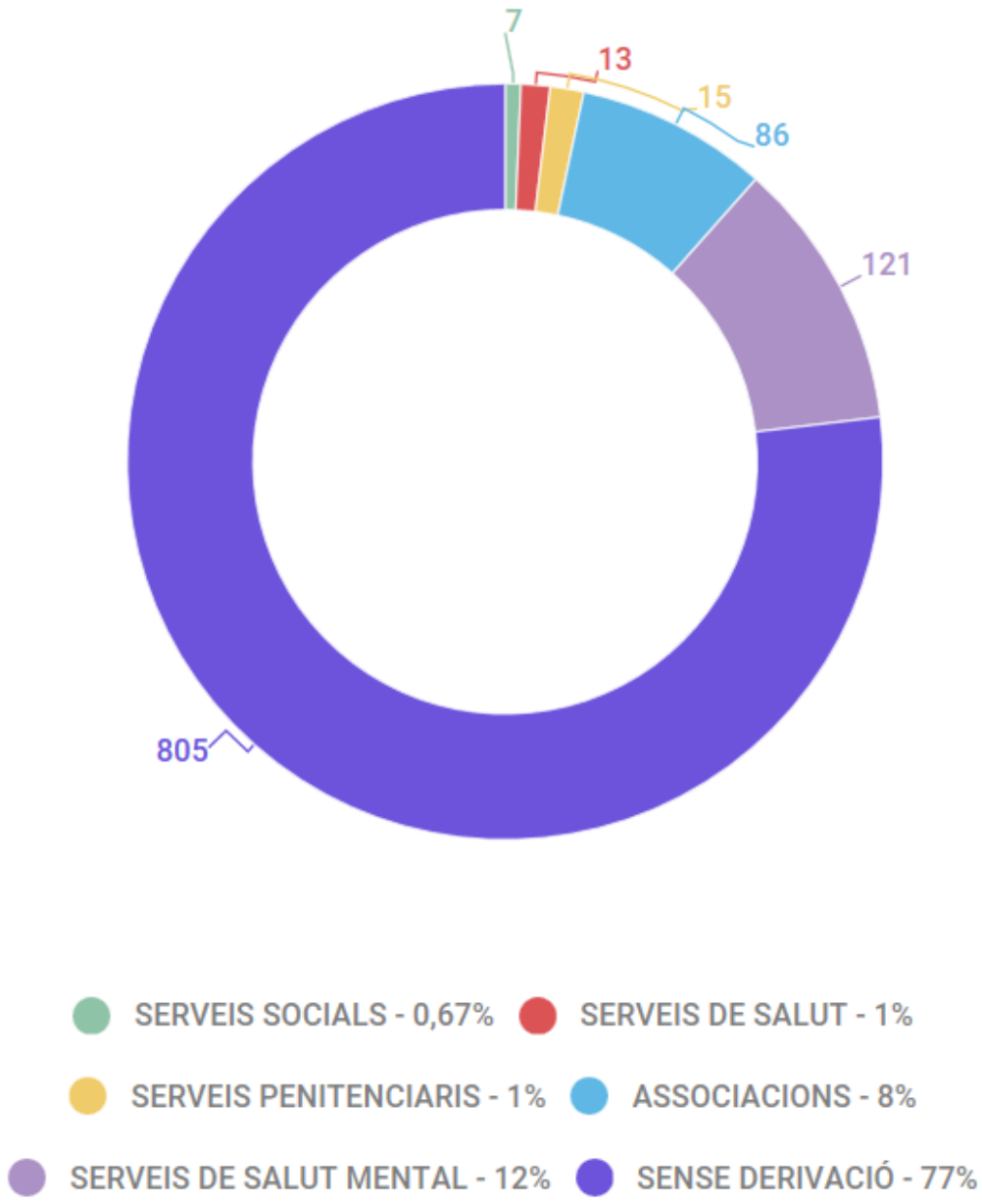
Generalment, les demandes les fan la pròpia persona amb problemes de salut mental (388) i els seus familiars (456), principalment les mares (251)

3.5. Format de la intervenció

> El 62% de les demandes a l'Espai Situa't són presencials



3.6. Quin tipus d'entitat deriva demandes?



El 77% de les demandes arriben per pròpia iniciativa (sense derivació). De les demandes que arriben per derivació, la majoria ho fan des de serveis de salut mental.

3.7. Avaluació de l'Espai Situa't

El 2017 hem iniciat l'avaluació de l'Espai Situa't per part d'una entitat externa, Institut DEP, amb 3 eixos:

- Anàlisi de l'homogeneïtat en la recollida d'informació de les demandes rebudes al servei
- Anàlisi de la tipologia d'intervenció que s'ofereix a les persones usuàries del servei
- Avaluació del grau de satisfacció i impacte del servei

3.7.1. Homogeneïtat en la recollida d'informació de les demandes rebudes al servei

Com: Revisió de les demandes 2016 i primer trimestre del 2017 (1000 demandes)

Resultats:

- La xifra de demandes amb algun camp incomplet és molt baixa
- Propostes de millora per homogeneïtzar el registre de la informació.

3.7.2. Tipologia d'intervenció que s'ofereix a les persones usuàries del servei

Com: Anàlisi de contingut d'una mostra de 400 demandes i classificació del tipus d'intervenció segons la **Informació del cas i les Pautes d'orientació registrades**

Resultats:

Tipus d'intervencions de l'espai Situa't

Una demanda pot recollir diferents tipus d'intervencions

Derivació/Orientació: Orientació o recomanació cap a un servei no utilitzat prèviament	45%
"Derivo al Jurimm per assessorament amb advocats". "Donem el contacte d'altres recursos com Psicòlegs sense fronteres".	
Informació Informació verbal o escrita general sobre serveis, els trastorns de Salut Mental, tràmits, etc.	44%
"Li explico els recursos que tenen a la seva disposició i les vies que poden activar per actuar tant a curt com a llarg termini.". "Se li explica els criteris d'assistència i els objectius del curs i es veu una adequada actitud per participar a la formació".	
Seguiment Acord o compromís d'un proper contacte (per ex.: entrevista, trucada, e-mail per seguiment).	15%

"... Proposo cita presencial o ampliació d'informació via e-mail per poder donar una resposta més acurada". "Acordem continuar valorant el cas en altres visites".	
Coordinació Coordinació o contacte amb professionals d'altres serveis.	14%
"Amb el permís de la demandant fem coordinació amb SMP per traspassar el cas". "Referent a la plaça de llar residència, acordem que contactaré amb l'ICASS per saber en quina estat estar la sol·licitud".	
Assessorament Pautes o propostes d'actuació sobre com abordar la situació. Assessorament sobre la forma d'entendre o percebre una determinada situació.	14%
"Li ofereixo suport i dono alguna orientació en clau mediadora". "Es veu com la mare intenta posar-li límit però al cap d'un parell d'hores torna a obrir-li la porta. Parlem sobre maneres de protegir a la mare amb el suport dels altres fills. Com parlar a la germana i moments per a fer-ho, com apropar-s'hi".	
Reforçament vincle/ús xarxa assistencial Es redirigeix la persona usuària cap a algun servei o professional amb qui la persona ja ha tingut contacte o es reforça que la persona el continuï utilitzant.	12%
"Reforço que ho comenti amb la seva psicòloga del CSM". "... suggerim que han de parlar el tema amb el psiquiatre de referència, demanar informació, valorar l'estabilitat mental actual de sa filla i arribar un acord per treballar el tema amb la XXX".	
Tràmits o gestions Realització de tràmits o gestions.	8%
"Fem la inscripció". "Se li ofereix tota la informació. Accepta, es fa la recollida de dades i l'apunto al GAM".	
Implicació de la persona afectada Recomanació de la implicació de la persona afectada perquè assisteixi a una entrevista,servei o es responsabilitzi d'algun aspecte.	5%
"... acordem que faré una visita individual amb el noi (perquè pugui explicar-se lliurement) i posteriorment proposaré derivació al CASD i faré coordinació". "Parlo per telèfon amb la persona amb TM i la cito a l'Espai Situa't".	
Reforçament conductes Reforç de l'autoeficàcia, conductes, o actituds desitjables.	2%
"Reforço iniciativa i idees encertades. Animo a seguir amb la mateixa motivació i ofereixo de nou Espai Situa't per possibles demandes". "Reforço actituds positives".	

3.7.3. Grau de satisfacció i impacte del servei (opinió dels usuaris)

Com: Mostra de 100 persones ateses: trucada al cap d'una setmana i trucada al cap d'un mes de passar per l'Espai Situa't.

Resultats: Al desembre es van acabar de fer les trucades i estem esperant l'informe de resultats.

3.8. Jornada "Situant l'Espai Situa't"

Una de les accions més rellevants d'aquest projecte és l'Espai Situa't, que s'estructura com un servei que ofereix informació específica, orientació i facilitació de les relacions entre els diversos recursos d'atenció, en cada territori, a través de l'atenció directa a les demandes de les persones amb problemes de salut mental i de les seves famílies.

Després de més de dos anys de funcionament d'experiències pilot a 12 territoris de Catalunya, es realitza una jornada de treball que serveix com espai de reflexió entre els diversos agents implicats, en el marc del Pla de Salut de Catalunya 2016-2020.

Dinamitzada per professionals del Departament del equip del Pla de Salut, es realitza una jornada el 30 de juny a l'edifici de l'Agència de Salut Pública de Catalunya a la que es convoquen diferents tipus de professionals i voluntaris participant en el projecte.

Els objectius de la jornada eren:

- Compartir l'experiència de l'Espai Situa't entre els diferents agents implicats
- Posar en comú els aspectes positius del projecte i identificar els punts de millora
- Proposar línies per seguir avançant en el desplegament del projecte

Es van explorar les fortaleses i les debilitats de l'Espai Situa't fent èmfasi en les relacions amb serveis socials i de salut, amb l'objectiu d'identificar accions de millora que facilitin la consolidació d'aquest servei. Mitjançant el treball en grups amb diferents dinàmiques es van obtenir algunes conclusions, que estan sent analitzades per part de l'equip directiu de l'Activa't i van ser enviades als participants posteriorment. La jornada va ser valorada positivament per la majoria dels participants.

PERFIL de les 60 persones assistents:

- Tècnics de l'Espai Situa't 11
- Ajuntaments 4
  - Discapacitat 1
  - Salut Pública 2
  - Serveis Socials 1
- Vinculats a SMC 12
  - Professional entitat membre 3
  - Voluntària junta entitat membre 1
  - Familiars 7
  - Tècnic Federació 1
- Entitats VEUS - usuàries 2
- Ensenyament- unitat de escolarització compartida 3
- Regió sanitària 3
  - Catsalut 2
  - Salut pública 1
- Serveis Secretaria de Famílies 2
  - SOAF 1
  - SAFE - Asperger 1
- Serveis de salut mental 21
  - Psicòlegs 6
  - DUIS - Infermers 3
  - Psiquiatres 4
  - Treballadors/es socials 7
  - Terapeuta ocupacional 1
- Departament de Justícia 1
- Tècnic d'Infància de Casal de Barri 1

Persones assistents a la jornada 60

4. Fent xarxa

4.1. Facilitar la integració comunitària

Un dels objectius del programa Activa't per la Salut Mental, es el de ajudar al us òptim dels recursos assistencials, promoure la vinculació de les persones a la comunitat i afavorir la relació entre les xarxes social i sanitària. Per aconseguir aquest objectiu el projecte s'ha anat presentant als serveis que d'una manera o d'una altra atenen o serveixen de suport a les persones amb patiment psicològic o les seves famílies.

Per intentar vetllar pel bon ús de les xarxes i l'adequada orientació dels casos d'Espai Situa't s'han anat coneixent els diferents serveis i realitzant reunions de coordinació, especialment entre els serveis de salut mental i les associacions sòcies del projecte, representants de les regions sanitàries i alguns ajuntaments, de manera periòdica i també de manera ad –hoc per demandes concretes. En ocasions ha servit per apropar serveis que no s'havien reunit, i per fer més fluida la relació entre associacions i CSMA en molts dels casos. Cal destacar la participació dels tècnics en les taules de salut mental i en comissions de salut comunitària d'alguns ajuntaments.

Al 2017, en la línia dels anys precedents s'han continuat fent presentacions de l'Activa't als serveis de salut mental vinculats al projecte per mantenir informats i seguir implicant als seus professionals, però s'han ampliat les presentacions a altres serveis de salut mental de les mateixes comarques o províncies, S'han intentat fer presentacions a més a més a tots els serveis (no només el CSMA i SRC) dels que fa ús la població dels territoris pilots. Continuant amb la feina de 2016, s'ha presentat el projecte als Clubs Socials, als serveis laborals, d'habitatge, ensenyament, fundacions tutelars...

El projecte s'ha estat presentant també a Serveis Socials municipals i comarcals i als Serveis d'orientació i Atenció a les Famílies (SOAFs) i Serveis d'atenció a les famílies especialitzats (SAFEs). S'han anat distribuint cartells i postals del projecte al màxim de serveis comunitaris i també en biblioteques, centres culturals, centres d'atenció primària.

En el marc del conveni de la Federació Salut Mental Catalunya amb el Departament de Justícia es va començar un treball més actiu amb les persones internes en centres penitenciaris i les seves famílies, o subjectes a mesures de justícia juvenil. Es van fer presentacions a tots els Centres Penitenciaris, Centres Oberts i Equips de Medi Obert de justícia juvenil, i s'ha començat a participar en les taules perifèriques dels centres.

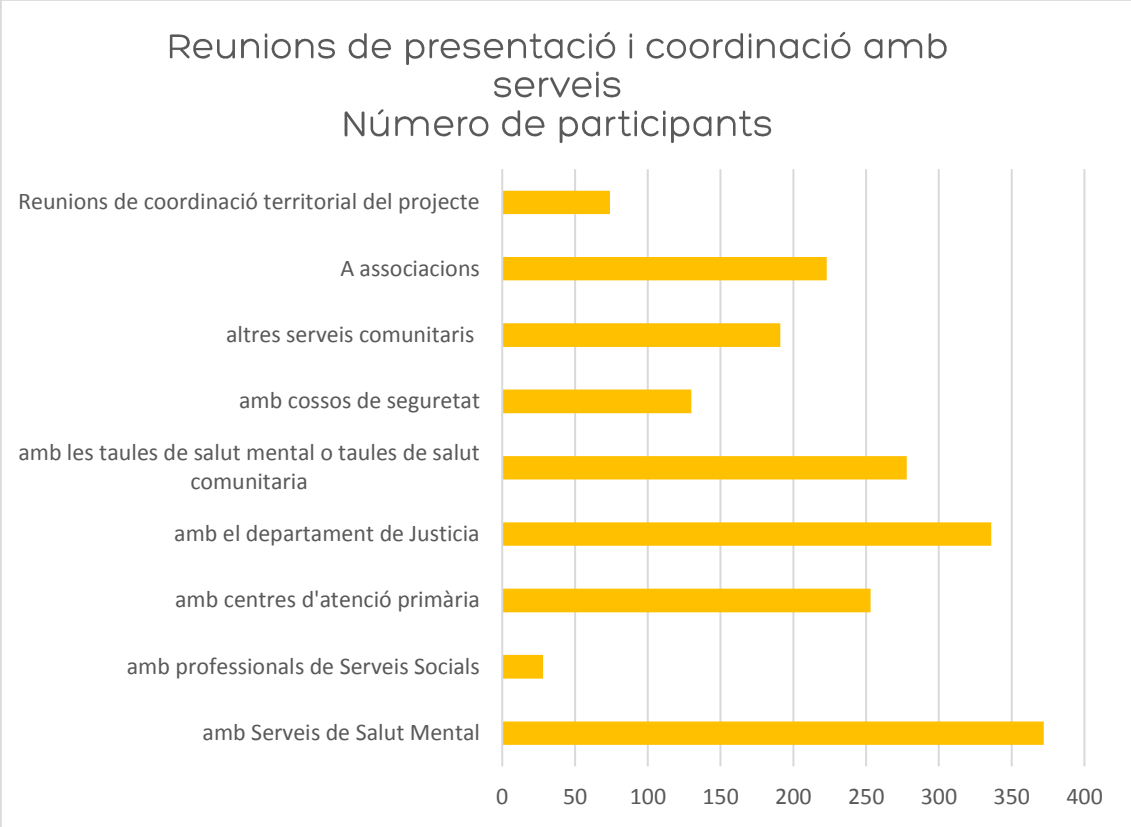
Al 2017 es van iniciar les presentacions del projecte als Centres de Salut Mental infanto juvenil, i donar més èmfasi a les presentacions als centres d'atenció primària i equips de serveis socials.

> La majoria de reunions s'han fet amb els serveis de la xarxa de salut mental i addiccions.

4.2. Reunions i trobades per serveis

reunions tècniques i coordinacions	tipus de centre	perfil professional dels assistents	Nº reunions	Nº aprox. participants
amb Serveis de Salut Mental	**CSMA**	psiquiatres, psicòlegs, treballadors socials, infermeria, auxiliars..	41	133
	CSMIJ- hospital de dia infantil	psiquiatres, psicòlegs, treballadors socials, infermeria, auxiliars..	12	49
	CAS	psiquiatres, psicòlegs, treballadors socials, infermeria, auxiliars..	3	23
	Centre de Dia -SRC i hospitals de dia	psiquiatres, psicòlegs, usuaris, famílies	17	132
	ALTRES	referents regió sanitària, comissions…	7	35
amb professionals de Serveis Socials	**SERVEIS SOCIALS MUNICIPALS**	Treballadors socials, psicòlegs	3	28
amb centres d'atenció primària	**CAP i COORDINACIONS SERVEIS ATENCIÓ PRIMARIA**	metges, pediatres, infermers, treballadors socials	13	253
amb el departament de Justícia	**Centre Penitenciari**	PROFESSIONALS DEL SERVEI	39	159
	Centre Obert	PROFESSIONALS DEL SEREI	5	35
	Mesures Penals Alternatives I Servei d'Acompanyament Postpenitenciari	referents del servei	4	27
	Equip Medi Obert Justícia Juvenil	tècnics del servei	12	115
amb les taules de salut mental o taules de salut comunitària	**COSSOS DE SEGURETAT**	treball de sensibilització amb coses de seguretat	9	130
	Reunions taules de Salut Mental i comissions/ taules de salut, etc..	professionals i entitats de la xarxa de salut mental, addiccions, o xarxes de salut comunitària	62	278

altres serveis comunitaris	**OTL, CLUB SOCIALS, RESIDENCIES SUPORT LLAR, FUNDACIONS TUTELARS, EQUIPS D'ATENCIÓ PEDAGÓGICA, EAIA, CENTRES CÍVICS**	professionals de referencia	47	191
A associacions	**FSMC, VEUS, ACTIVAMENT, AUTISME, BIPOLARS, TDA…**	presidents, directius, assamblees de socis…	86	223
Reunions de coordinació territorial del projecte	**CAT SALUT, VEUS, SMC, ENTITATS LOCALS, PROVEÏDORS**	Referents del projecte per part dels serveis de salud mental, les entitats, el catsalut, alguns ajuntaments i la FSMC	51	74



5. Material de suport desenvolupat per un Comitè d'Experts

Activa't per al salut mental posa a l'abast de la ciutadania la plataforma online activatperlasalutmental.org, un web que aglutina un conjunt d'informacions de suport, recursos i eines pràctiques que facilitin la **comunicació i la presa personal de decisions** davant del trastorn mental. Així mateix, pretén fer accessible a tota la ciutadania la realitat de la salut mental per tal de propiciar un entorn que n'afavoreixi el tractament des d'un àmbit integral i comunitari.

Durant l'execució del projecte durant els anys 2016 i 2017 s'han elaborat nous materials i eines relacionades amb formacions, públics del circuit, jornades i actes professionals i de sensibilització. Es tracta d'**un conjunt d'eines per entendre, donar i rebre suport**.

La participació, la universalitat en l'accés a la informació, la promoció de l'autonomia, l'apoderament personal, les experiències compartides, les xarxes de suport entre iguals i el reconeixement dels propis drets són alguns dels valors que han impulsat la creació dels nous continguts i eines, que s'ha fet amb el **treball continuat d'un Comitè d'experts per experiència**, integrat per 18 persones, tant testimonis en salut mental en **primera persona, familiars i professionals** de l'àmbit sanitari i social.

5.1. Un comitè d'experts plural: 1a persona, familiars i professionals

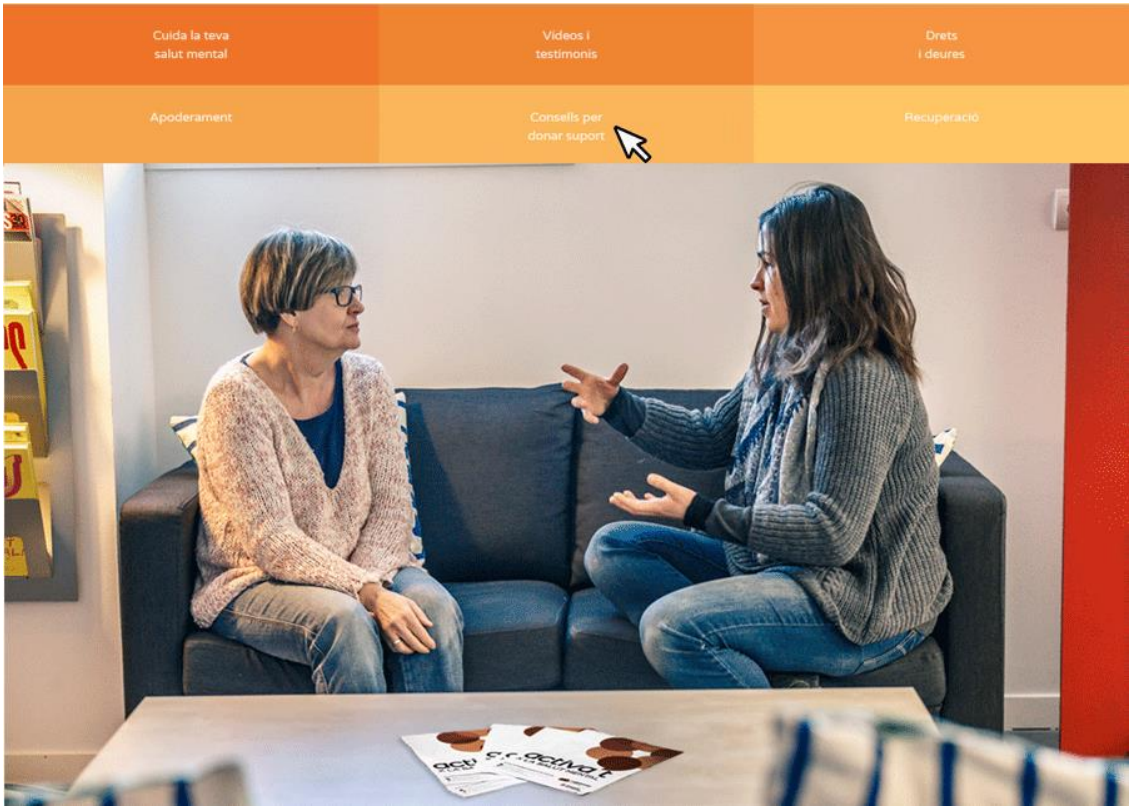
El Comitè d'experts ha estat format per 18 persones expertes, per experiència pròpia en salut mental, o bé per ser familiars o professionals de l'àmbit. L'objectiu del comitè ha estat identificar necessitats d'informació en salut mental i elaborar continguts i materials per donar-hi resposta.

5.2. Continguts representatius a l'abast de tothom

Els materials que hem creat reflecteixen diversitat d'opinions, lectures i llenguatges, i es presenten en diferents formats (guies, prospectes, continguts web, suports audiovisuals) per garantir l'accés de tothom a la informació.

L'elaboració de continguts i materials han de ser d'utilitat per conviure amb un problema de salut mental, i oferir informació a l'abast de **tothom**, perquè cada persona **trobi allò què necessita** en funció de si ha de **donar o rebre suport**, informar-se o orientar-se.

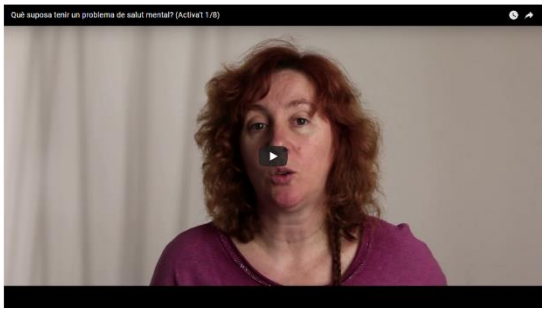
El procés de creació de tots aquests continguts s'ha fet i es farà promovent **estratègies de confiança** entre persones, ja siguin testimonis en primera persona, familiars, professionals… i comunitat en general.



Una novetat important del web de l'Activa't per la salut mental és l'apartat sobre els **consells per donar suport** davant d'un problema de salut mental. Es recull un conjunt d'eines per **millorar la comunicació i relació** amb persones que poden viure una crisi o problema de salut mental i no saben explicar-ho o com demanar ajuda.

Altres novetats del nou web són els consells per **cuidar la nostra salut mental**, amb informació sobre hàbits i actituds saludables. O la informació sobre els **drets i deures** que tothom tenim en relació a la nostra salut mental.

Entre les noves eines destaquen la col·lecció de **vídeos i testimonis "Veus com la teva"**, que mostren vivències personals positives en relació a la salut mental. Es tracta d'ajudar a plantejar quins són els **reptes de futur** davant d'una problemàtica de salut mental a través d'històries i vivències reals dels testimonis protagonistes implicats en el moviment de la salut mental. S'estructuren en 8 càpsules que tracten 8 eixos temàtics:



1/8: Què suposa tenir un problema de salut mental?

2/8: Què és la recuperació? I l'apoderament?

3/8: Què ajuda a la recuperació en salut mental?

4/8: Com acompanyar en salut mental?

5/8: Què ajuda a l'entorn?

6/8: Salut mental a la infància i la joventut

7/8: Abans d'una crisi en salut mental

8/8: Després d'una crisi en salut mental

Els vídeos també estan disponibles al canal de youtube de Salut Mental Catalunya.

Apartats com el **Glossari** recullen les **necessitats d'informació** en qüestions com: recursos socials i sanitaris, tractaments, trastorns mentals i diagnòstics, símptomes…

Destaquem també els apartats que promouen la perspectiva de la **recuperació** i l'apartat sobre **l'apoderament**, amb eines i reflexions que ajuden i acompanyen a comprendre i posar en pràctica els conceptes.

Finalment, el web compta també amb una **biblioteca** sobre salut mental i amb un apartat amb **material propi descarregable al web del projecte**, elaborat també pel comitè d'experts, que actualment consta de:

Tríptic "Com aprofitar millor la consulta"

Fomentar una millor comunicació entre la persona amb problemes de salut mental, la família i professionals. (Descarregar en pdf)

Guia "Com acompanyar millor en salut mental"

Busca oferir eines i consells per comunicar-se amb una persona que està passant per un problema de salut mental, donar-li suport i acompanyar-la. (Descarregar en pdf)

"Guia de la salut mental"

Informació, recursos i eines pràctiques. Està pensada per facilitar la comunicació i la presa de decisions sobre la salut mental, tant a nivell personal, com a familiar i comunitari. **(Descarregar en pdf)**

6. "2 anys de l'Activa't"

El passat 8 de juny de 2017 es va fer balanç al Palau de la Generalitat de l'*Activa't per la salut mental*, en un acte presidit per la consellera de la Presidència, Neus Munté. Es tracta d'un projecte de base comunitària que treballa per què les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars esdevinguin agents de salut actius en el seu propi procés de recuperació, i millorar així la seva qualitat de vida.

El projecte, encara en fase pilot, té quatre anys de durada i es desenvolupa a 14 municipis de Catalunya. L'*Activa't per la salut mental* està coordinat per la Federació Salut Mental Catalunya, la Generalitat de Catalunya i la Federació Veus. El projecte forma part del *Pla Integral d'Atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions* promogut per la Generalitat, amb l'objectiu d'incorporar el projecte a la xarxa pública d'atenció catalana. Per això, durant la fase pilot, el projecte és avaluat per Ivàlua, (Institut Català d'Avaluació de Polítiques Públiques), i compta amb la col·laboració de les 4 Diputacions, l'Ajuntament de Barcelona i l'Obra Social "la Caixa".

El treball en xarxa i interdepartamental, pilar de l'Activa't

L'acte ha tingut lloc a l'auditori del Palau de la Generalitat i ha estat clausurat per la consellera de la Presidència, **Neus Munté**, que ha considerat l'*Activa't per la salut mental* com una "eina molt valuosa al servei d'aquesta societat que volem inclusiva i igualitària". Segons la consellera, el programa és "una combinació guanyadora que reuneix esforços, expertesa i la força que ens dona estar al servei de causes tan poderoses i tan nobles com aquesta". Per Munté, el programa està "absolutament en línia dels objectius compartits del Pla Integral d'Atenció a les Persones amb Trastorn Mental i addiccions" que es coordina des del Departament de Presidència.

Dolors Rusinés, coordinadora de les Polítiques Públiques per a l'Estat del Benestar, ha destacat la rellevància del Pla Integral d'Atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions i la coordinació en l'àmbit de salut mental de les entitats, els proveïdors i les

diferents administracions i departaments implicats per treballar en xarxa en actuacions estratègiques de suport a les famílies, com el projecte Activa't.

Pilar Magrinyà, directora general de Planificació en Salut del Departament de Salut ha parlat de la visió conjunta de les persones i famílies i el suport mutu, i ha puntualitzat que "el rol de les associacions ha estat clau per definir el model d'atenció a la salut mental comunitària".

Roser Galí, directora general de Famílies del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, ha destacat la importància de cuidar la família, ja que és part de la solució: "ens hem de posar les ulleres de veure com una família".

Frederic Udina, president del Consell Rector d'Ivàlua, ha explicat que "avaluar és definir objectius, fer el disseny i l'evolució del projecte", i en el cas de l'Activa't, es tracta del primer cas del tercer sector al país que es fa amb una avaluació experimental.

Marc Simón, director corporatiu de l'Àrea Social de la Fundació "la Caixa", ha parlat de l'enfoc multidisciplinar perquè el trastorn mental pot afectar tothom, i només pot ser abordat amb perspectiva de treball conjunt.

Edgar Vinyals, president de la Federació Veus, ha destacat que l'Activa't aposta per un model *sociobiopsicocultural*, aspectes que determinen la capacitat de les persones per recuperar-se, des de la vessant col·laborativa, que farà més just i equitatiu el servei de salut mental públic. I ha afegit que l'Activa't aposta per experiències personals i informació per construir autonomia i esperança.

Israel Molinero, president de la Federació Salut Mental Catalunya, ha afirmat que "l'Activa't pot ser una brúixola del que cal fer en el futur en salut mental" i que "no imaginem un futur sense aquest programa".

7. Altres activitats transversals

Al llarg de l'any, s'han realitzat activitats transversals pel correcte funcionament del projecte, en base a la estrategia anual.

- **Formacions als professionals** en: LOPD, prevenció de riscos, prestacions, salut mental de infants i joves, habilitats comunicatives, lectura facil.

- **Implantació del CRM:** eina per la gestió informàtica de les demandes dels Espais Situa't, inscripcions i assistencies a les formacions, base de dades de recursos. Es va seguir millorant l'eina creant nous registres i eliminant camps innecessaris.

- **Coordinacions internes**: una vegada al mes es fa una reunió de coordinació amb tot els tècnics on es comenten el casos i dificultats trobades.

- **Coordinacions dels proveïdors**: s'ha fet una reunió del Comitè de Lideratge Assistencial (coordinació amb tots els proveïdors implicats).

- Revisió i millora de protocols de **LOPD.**

- **Support a les entitats** membre de FSMC, revisant la seva valoració i propostes de millora al projecte.

- **Incorporació de les entitats membre de VEUS** al desenvolupament del projecte a nivell local (implicació en presentacions, reunions de coordinació).

- **Conveni amb el Departament de Justicia** pel support als presos amb problemes de salut mental i les seves famílies.

- Col·laboració amb Sant Pere Claver pel desenvolupament del **Jurimm** com servei complementari al Espai Situa't i incorporació d'un nou advocat a Lleida.

8. Col·laboradors de l'Activa't

Al projecte participen 11 entitats proveïdores de serveis de Salut Mental dels 12 territoris, 13 entitats membre de FSMC i 4 entitats locals membre de VEUS.

Col·laboren també nombrosos ajuntaments amb la cessió d'espais i ajudant a les gestions del projecte a cada territori.

Col·laboradors privats

Obra Social "la Caixa"

Fundació Privada Llegat Roca i Pi

Col·laboradors institucionals

Diputació Barcelona

Diputació de Lleida

Diputació Tarragona

Diputació de Girona

Ajuntament de Barcelona

Gobierno de España – Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

ivàlua

Associacions col·laboradores

SMC salutmental Catalunya ASM Ponent

SMC salutmental Catalunya Bages

SMC salutmental Catalunya Anoia

am.ma.me. amics del malalt mental

ActivaMent Delegació Gramenet

ActivaMent Catalunya Central

ActivaMent Delegació Granollers

ActivaMent Delegació Garraf - Penedès

ActivaMent Vallès Occidental

A.F.E.M. de Nou Barris

Daruma

salut mental sabadell – Associació de Familiars

EQUILIBRI Salut Mental Sant Boi

15 anys associació la muralla

Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques

Asociación Grupo Teatro Magina

Associació Aurora Centre Especial de Treball

AFAMMG Associació de familiars i afectats per malaltia mental del Garraf

Associació de Familiars de Malalts Mentals de les Terres de l'Ebre

Proveïdors sanitaris col·laboradors

IAS Institut d'Assistència Sanitària

Germanes Hospitalàries
BENITO MENNI CASM

Gestió de Serveis Sanitaris

nou barris
ASSOCIACIÓ CENTRE HIGIENE MENTAL

Corporació Parc Taulí

althaia
Xarxa Assistencial de Manresa

Salut Mental
consorci sanitari de l'anoia

INSTITUT PERE MATA

FundacióPereMata
Terres de l'Ebre

Parc de Salut Barcelona

MAR

Parc Sanitari Sant Joan de Déu

Altres col·laboradors

ActivaMent
Delegació Gramenet

ActivaMent
Delegació Garraf - Penedès

Ajuntament d'Amposta

Ajuntament de Tortosa

ActivaMent
Catalunya Central

ActivaMent
Vallès Occidental

AJUNTAMENT DE Vilanova i la Geltrú

Ajuntament d'Igualada

ActivaMent
Delegació Granollers

AJUNTAMENT DE SANT BOI DE LLOBREGAT

Espais Situa't a Catalunya

Federació Salut Mental Catalunya
info@activatperlasalutmental.org
c/Nou de Sant Francesc, 42, Local
08002 Barcelona
Tel. 93 272 14 51

Girona
girona@activatperlasalutmental.org
Hotel d'entitats
C/Rutlla 20-23, despatx 2
17002 Girona
Tel. 972 21 89 32

Granollers
granollers@activatperlasalutmental.org
Associació DARUMA
Avinguda del parc, 9, 3ra planta, 08402 Granollers
Tel. 93 870 12 74

Igualada
igualada@activatperlasalutmental.org
Associació ARMPA
Plaça Espanya, 8 1r pis (edifici Espai de Salut)
08700 Igualada
Tel. 93. 801 90 58
Dijous: Espai Cívic Centre (Carrer de la Trinitat, 12)
Tel. 93. 803 19 50 – ext. 415

Lleida
lleida@activatperlasalutmental.org
Espai de salut GSS,
C. Henry Dunant ,1
25003 Lleida Tel. 973 106 834
615 374 572

Manresa
manresa@activatperlasalutmental.org
Associació Salut Mental Bages
C/ Arquitecte Montagut, 6. Baixos. 08243 Manresa
Tel. 93 876 25 08

Nou Barris
noubarris@activatperlasalutmental.org
Centre Integral de Salut Cotxeres
Av. De Borbó, 18-30, 1ª plt., consulta 30.
08016 Barcelona
Tel. 93 408 72 75

Sabadell
sabadell@activatperlasalutmental.org
Carrer Leonardo da Vinci, 81
08204 Sabadell
Tel. 93 727 48 40

Santa Coloma de Gramenet
gramenet@activatperlasalutmental.org
Carrer Nàpols, 41 (Centre Cívic Llatí)
08921 Santa Coloma de Gramenet
Tel. 638 87 05 25

Sant Boi
santboi@activatperlasalutmental.org
Can Jordana Carrer Ebre, 27, 08830 Sant Boi de Llobregat
Tel. 936 351 237

Tarragona
tarragona@activatperlasalutmental.org
Carrer Pons d'Icart s/n, Edifici La Pedrera,
6ª Planta Despatx 8
43004 Tarragona
Tel. 977 22 45 23

Terres de l'Ebre
terresdelebre@activatperlasalutmental.org
Atenció a **Tortosa** i **Amposta** (dies alterns)
Plaça dels Dolors,1 1r pis
43500 Tortosa
Tel. 977 89 40 56

Espai de Treball Comunitari: Avg. Catalunya 103-109
43870 Amposta
Tel.: 977 261 823

Vilanova i la Geltrú
vilanova@activatperlasalutmental.org
Carrer Jardins de Francesc Macià,
s/n (Centre Civic Sant Joan)
08800 Vilanova i la Geltrú
Tel. 93 816 90 34

Federació Salut Mental Catalunya
Carrer Nou de Sant Francesc, 42, local
08002 Barcelona
Tel. 93 272 14 51
federacio@salutmental.org
www.salumental.org

www.activatperlasalutmental.org

SMC salutmental Catalunya Federació
Generalitat de Catalunya
VEUS Federació Catalana d'Entitats de Salut Mental en 1a Persona