activa't
X LA SALUT MENTAL

Memòria 2019

Gener 2020

Un projecte de:

SMC salutmental Catalunya Federació

Generalitat de Catalunya

VEUS Federació Catalana d'Entitats de Salut Mental en la Persona

Índex

1. Descripció general del projecte Activa't per la salut mental 3
2. Servei d'assessorament i orientació: Espai Situa't 6
2.1 L'Espai Situa't en dades generals 6
2.2 Distribució territorial de les demandes ateses al 2019 7
2.3. Perfil de les persones ateses 8
2.4. Tendència del tipus de demandes ateses 11
2.5. Format de la intervenció 12
2.6. Quin tipus d'entitat deriva demandes? 13
2.7. Casos complexes 14
2.8. Vulneració de drets 15
2.9. Justament: assessorament en drets i salut mental 16
2.10. Adhesió al projecte de la Psicoxarxa Solidària 18
2.11. L'Espai Situa't i els serveis d'atenció a famílies de les associacions 18
3. Programes de capacitació i recuperació 20
3.1 La psicoeducació i els programes multifamiliars per a persones amb experiència pròpia i per a familiars 20
3.2 Manual per a la recuperació autogestió del benestar 27
3.3. Revisió de materials 29
4. Els programes d'apoderament PROSPECT 31
4.1. Resum general de les edicions de 2019 32
4.2. Satisfacció quantitativa del programa Prospect 2019 33
4.3. Satisfacció qualitativa del programa Prospect 2019 38
4.4. La tasca i el suport als facilitadors 40
5. Programes de suport mutu 45
5.1. Els grups d'ajuda mútua 45
5.2. Formació en moderació de grups d'ajuda mútua 49
6. Dinamització comunitària: fent xarxa 56
Reunions i trobades amb diferents professionals 56
Reunions i trobades per serveis 57
7. Avaluació del projecte 58
7.1. Avaluació de la implementació: 59
7.2. Avaluació de l'efectivitat: 59
7.3. Avaluació de l'Espai Situa't 60
8. Altres activitats transversals 63
9. Col·laboradors de l'Activa't 64

Barcelona, gener 2020

1. Descripció general 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.

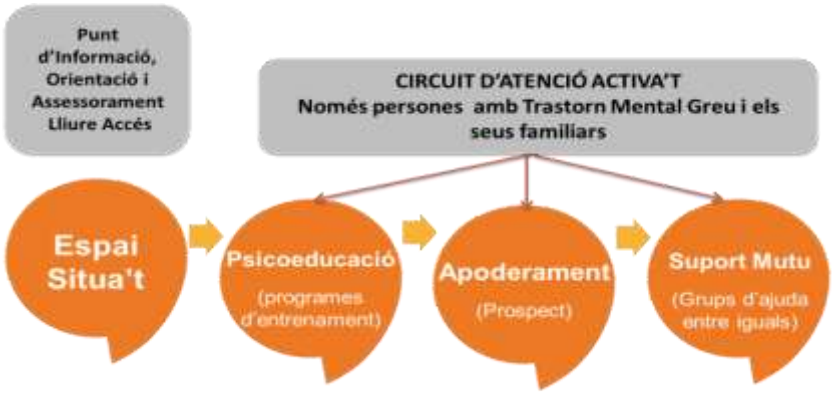
És un projecte impulsat per la Federació Salut Mental Catalunya, la Federació Veus i la Generalitat de Catalunya (amb implicació dels departaments de Salut i Treball, Afers Socials i Famílies) , en el marc del Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions, coordinat per la Presidència de la Generalitat de Catalunya.

Després de 5 anys de funcionament i més de 6.000 participants, el projecte *Activa't per la salut mental* dona per finalitzada la fase de pilotatge als 12 territoris de Catalunya on ha estat present.

Actualment, ens trobem en una nova fase de suport a la implementació del projecte *Activa't per la salut mental* a la cartera se serveis. Així doncs podem afirmar que hem assolit:

- **L'evidència dels bons resultats i reconeixement internacional:** beneficis importants a la ciutadania i al sistema d'atenció a la salut mental.
- **La participació i apoderament en el procés de recuperació:** ha estat cabdal per l'augment de la participació en primera persona i de les famílies.
- **El fruit del treball als territoris i la continuïtat assistencial:** ha generat pràctiques de coordinació, comunicació i treball conjunt a nivell local i comunitari (a 13 territoris actualment ja instaurades).
- **La prevenció terciària i promoció de factors protectors:** capacitador i generador de xarxes de suport a la comunitat.

La prova pilot del projecte *Activa't per la salut mental* s'ha desplegat a 12 territoris i treballa en coordinació amb els serveis públics de salut mental, les associacions de familiars i persones amb problemes de salut mental i diversos ajuntaments a nivell comarcal. Està estructurat com un circuit d'atenció que permet l'accés a la **informació** (Espai Situa't), la **psicoeducació** per a persones amb problemes de salut mental i familiars (impartida presencialment pels serveis de salut mental), el **foment de l'apoderament** (programa Prospect), així com un suport continuat i indefinit basat en el contacte social entre iguals en **Grups d'Ajuda Mútua** (grups per a persones amb problemes de salut mental i grups per a familiars). A l'any 2019 s'ha iniciat l'actuació directa a l'Alt Pirineu, a les ciutats de Tremp i Sort.



A més, el projecte compta amb una base de recursos i eines informatives virtuals i en paper, dissenyades per respondre a les necessitats recurrents. Actualment estan publicades www.activatperlasalutmental.org, algunes en paper i totes a disposició en format PDF o audiovisual.

D'aquesta manera el projecte aborda la situació de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies, des d'una perspectiva de **promoció de l'apoderament en salut**, la prevenció de l'exclusió, l'increment de les **xarxes de suport social**, la **inclusió comunitària**, la defensa dels drets i el suport emocional.

El projecte es desenvolupa a tots els territoris de manera coordinada i co-liderada amb les associacions del territori i els serveis de salut mental. Aquestes col·laboracions, que es concreten en reunions de coordinació territorial amb tots els agents, són imprescindibles des d'aquesta mirada de salut comunitària que té el projecte. En cada part del circuit són necessàries accions de tots els agents implicats, per adequar-lo a les necessitats i particularitats del territori.

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

L'avaluació és un element clau del projecte. S'han desenvolupat diferents estratègies d'avaluació: avaluació d'impacte del circuit amb disseny experimental, avaluació de la implementació, avaluació de l'Espai Situa't, avaluació de la satisfacció i dels espais de participació.

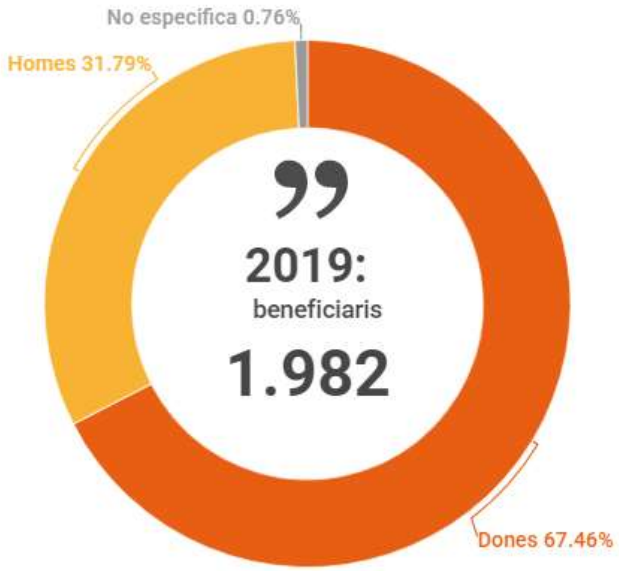
→ 12 territoris pilot per a implementació del circuit.

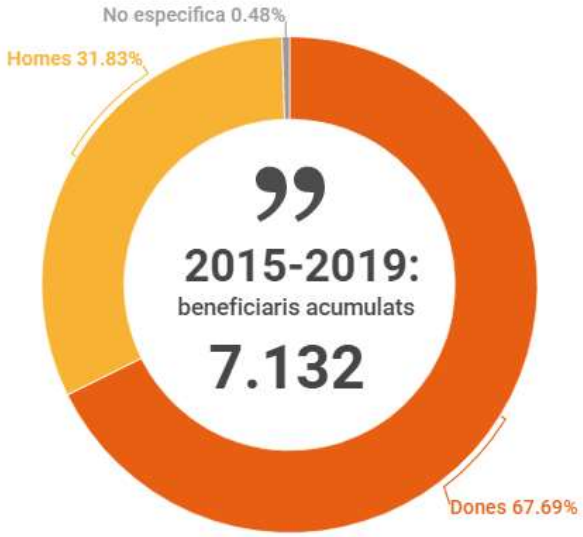
→ 18 punts d'atenció de l'Espai Situa't a 17 municipis

→ ubicats a espais comunitaris (centres cívics, hotels d'entitats, locals d'associacions, despatxos de serveis socials...).

7.132 Persones diferents han participat del projecte

1.982 persones al 2019

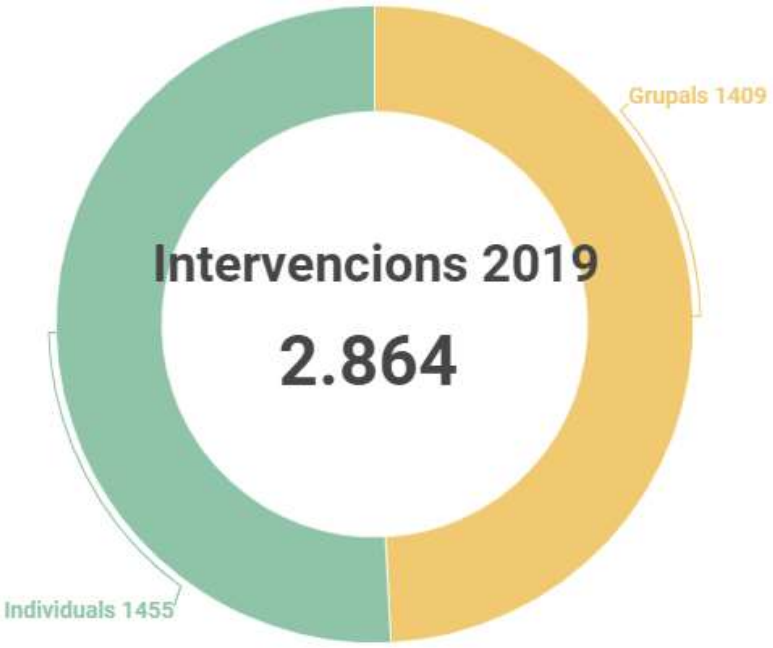




(*Dades a 30 de novembre de 2019*)

El 68% de persones beneficiàries del projecte son dones.

2.864 intervencions grupals i individuals al 2019



2. Servei d'assessorament i orientació: Espai Situa't

L'Espai Situa't ofereix informació i assessorament sobre salut mental (serveis d'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 14 Espai Situa't en funcionament a Catalunya: 13 ubicats en els territoris pilot, i un altre a la seu de la Federació Salut Mental Catalunya, al barri de Ciutat Vella de Barcelona. Al 2019 s'ha inaugurat l'últim d'ells a la zona de l'Alt Pirineu.

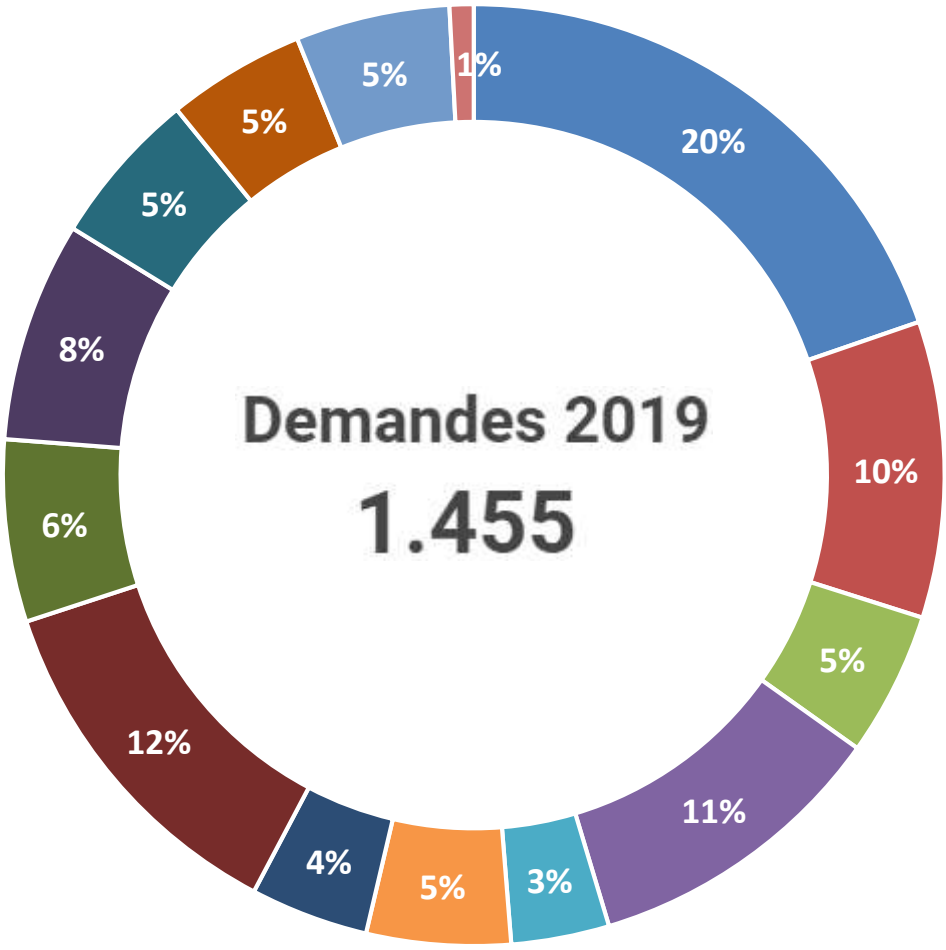
En algun Espai Situa't, donada la dispersió territorial, un mateix tècnic ha ofert atenció en dos ubicacions diferents. Per altra banda, l'alt nombre de demandes que arriben ha fet necessari disposar de tècnics fent suport en alguns dels territoris.

2.1 L'Espai Situa't en dades generals

L'Espai Situa't és un servei obert a tota la ciutadania per atendre consultes diverses sobre la salut mental".

2.2 Distribució territorial de les demandes ateses al 2019

Cada Espai Situa't atén territoris que poden ser més o menys amplis, inclòs cobrir més d'una comarca. El 30 % de les demandes arriben als Espai Situa't de la ciutat de Barcelona, seguides de l'Espai Situa't de Vallès Occidental (12%).



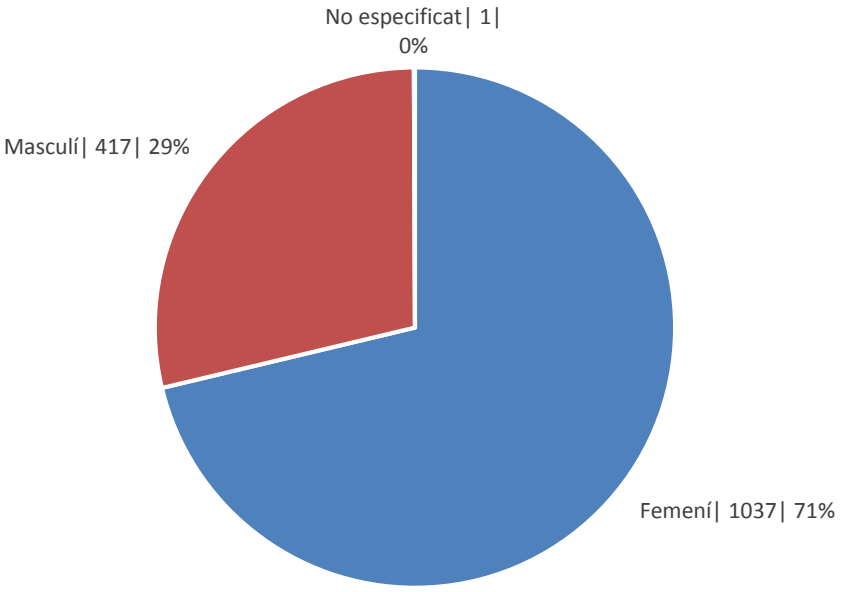
- Serveis Centrals 287
- Territori BCN Nou Barris 148
- Territori Girona 72
- Territori Granollers 153
- Territori Igualada 49
- Territori Lleida 72
- Territori Manresa 59
- Territori Sabadell 178
- Territori Sant Boi de Ll. 91
- Territori Santa Coloma de Gramenet 110
- Territori Tarragona 78
- Territori Terres de l'Ebre 69
- Territori Vilanova i la Geltrú 77
- Territori Alt Pirineu-Lleida 12

2.3. Perfil de les persones ateses

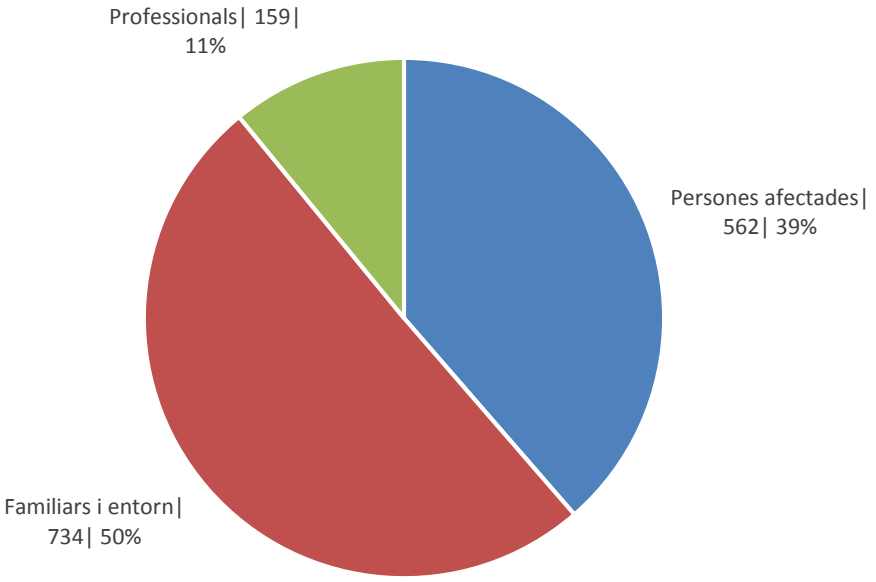
El perfil general de la persona que fa la demanda és una dona (71%), afectada en primera persona (39%) o la mare d'una persona afectada (26%), d'entre 45 i 59 anys (29%).

El perfil general de la persona afectada sobre la que es fa la demanda és un home (50%), d'entre 18 i 34 anys (12%), diagnosticat d'esquizofrènia, trastorn bipolar o trastorn límit de la personalitat.

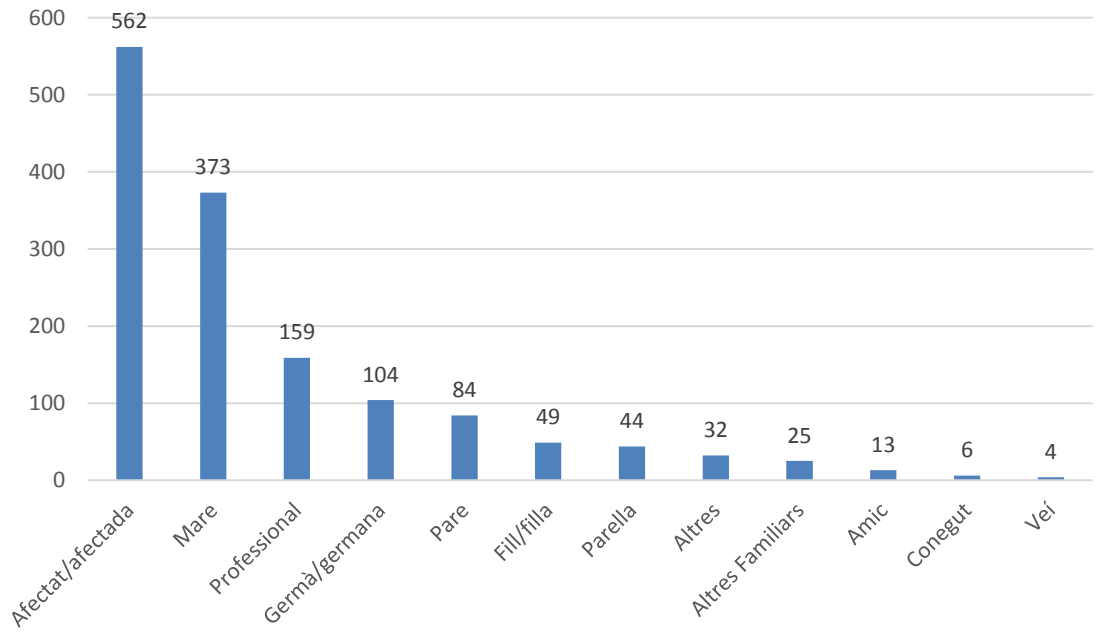
> Gènere de la persona demandant:



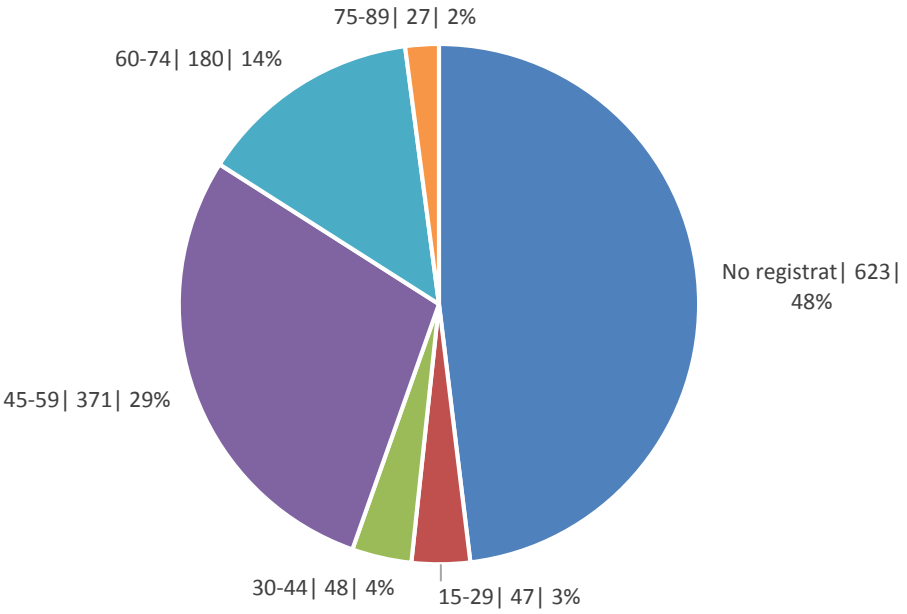
> Rol de la persona demandant:



› Nombre de demandes segons la relació de la persona demandant amb la salut mental:

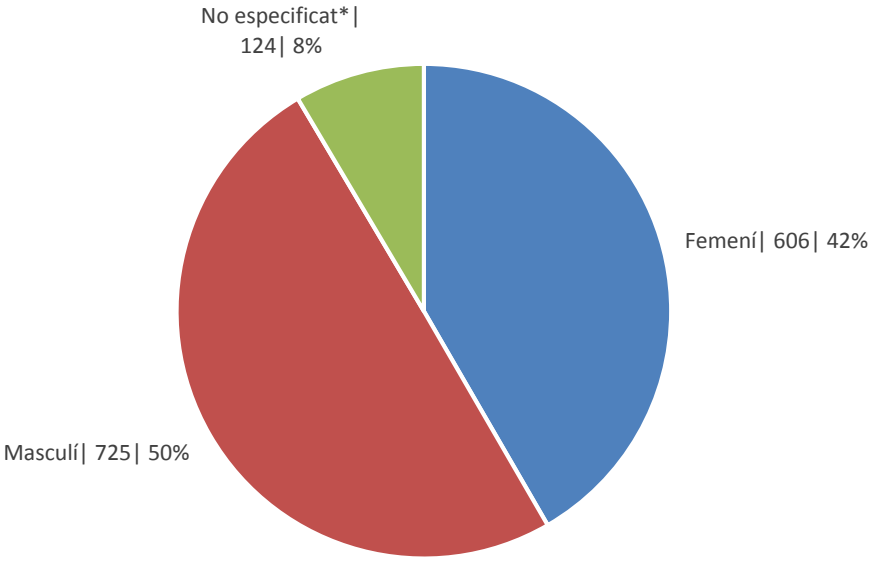


› Nombre de demandes segons franja d'edat de la persona demandant:

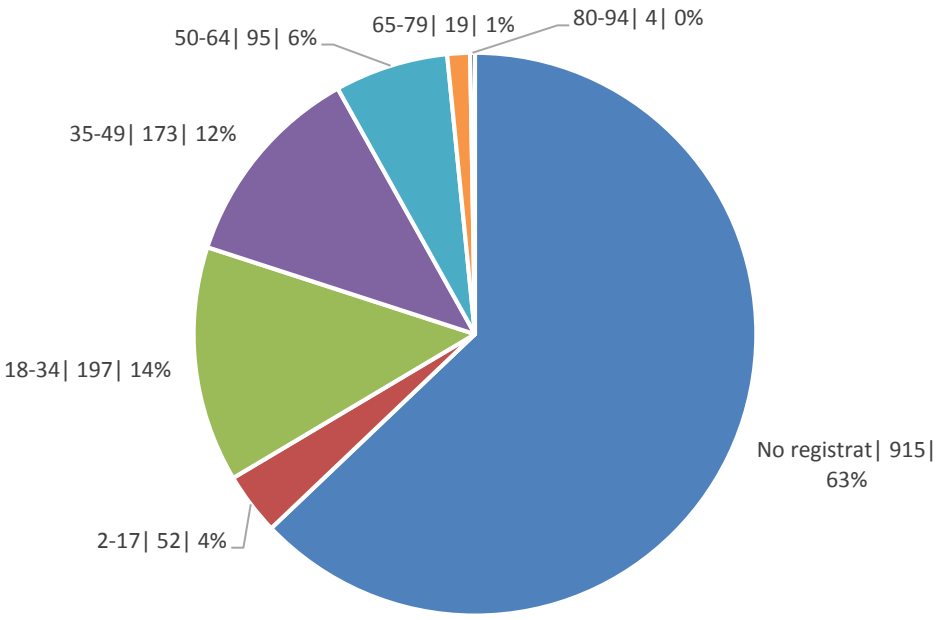


› Nombre de demandes segons el gènere de la persona afectada:

* Solen ser consultes generals o per part de professionals, i no respecte a una persona en concret

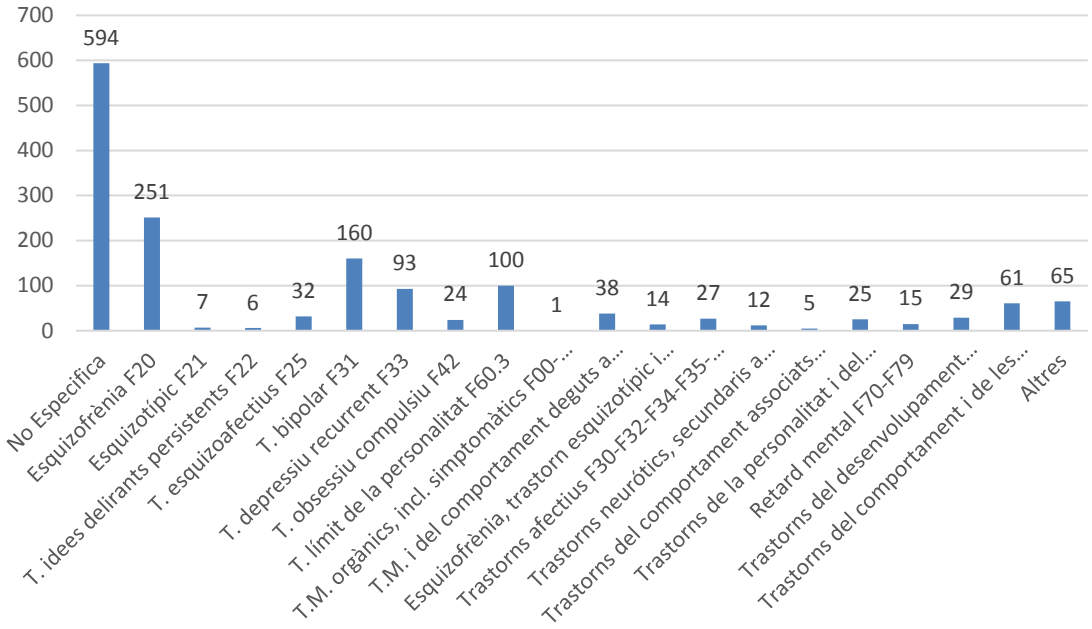


› Nombre de demandes segons edat de la persona afectada:



› Nombre de demandes segons el diagnòstic de la persona afectada:

*Una mateixa persona pot estar diagnosticada de més d'un trastorn

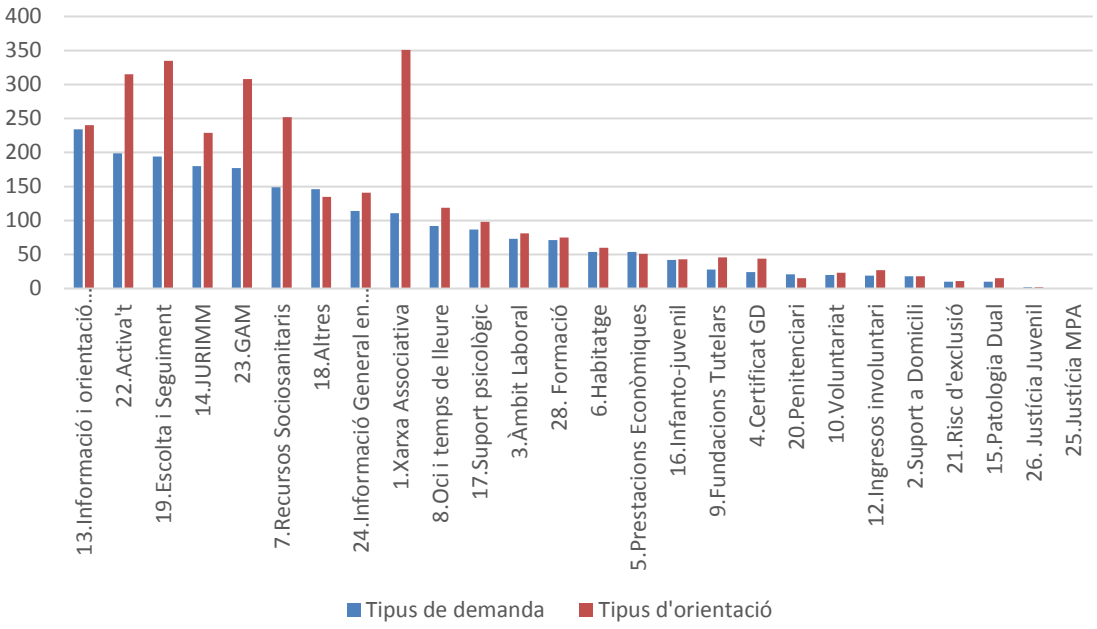


2.4. Tendència del tipus de demandes ateses

En una mateixa demanda hi poden haver diferents necessitats i s'hi poden oferir diferents línies d'orientació, com pot ser la informació i orientació jurídica (incloent-hi el servei d'assessorament en drets i salut mental, Justament), informació sobre les accions grupals de l'Activa't per la salut mental, l'escolta activa i seguiment, i informació sobre serveis de suport social i clínic, etc.

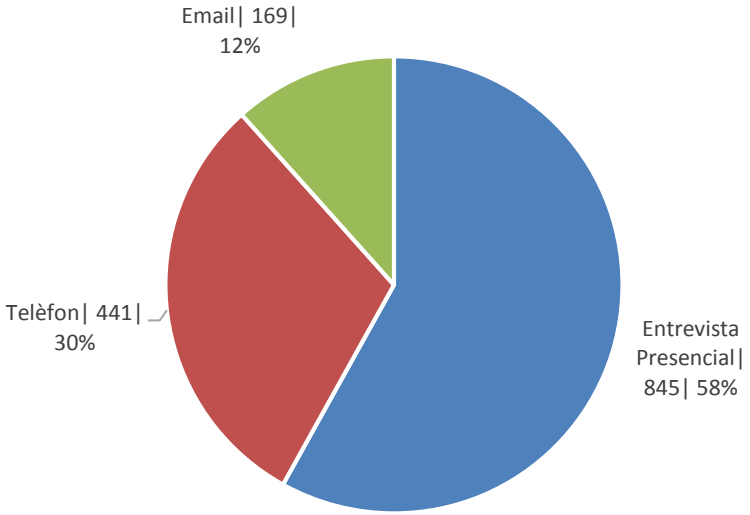
Quant al registre dels tipus de demandes i d'orientacions, les tipologies han anant variant al llarg del 2017-19:

- Tipologies 20, 25 i 26: A mitjans de 2017 es creen aquestes categories que, fins aleshores, estaven incloses en la categoria 20
- Tipologia 27: de nova creació a finals de juny de 2018
- Tipologia 28: de nova creació a l'octubre de 2018



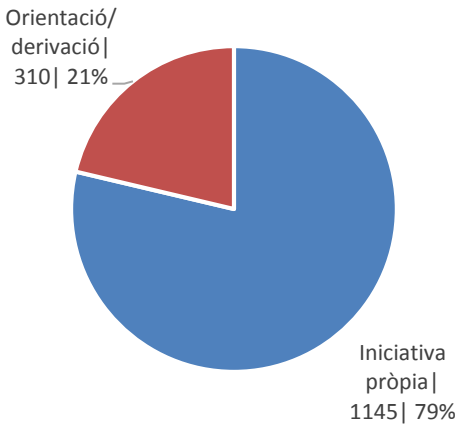
2.5. Format de la intervenció

El **canal d'atenció** de la major part de les demandes és l'entrevista **presencial** (58%), si bé moltes de les primeres consultes es realitzen per telèfon, seguides per la via del correu electrònic.

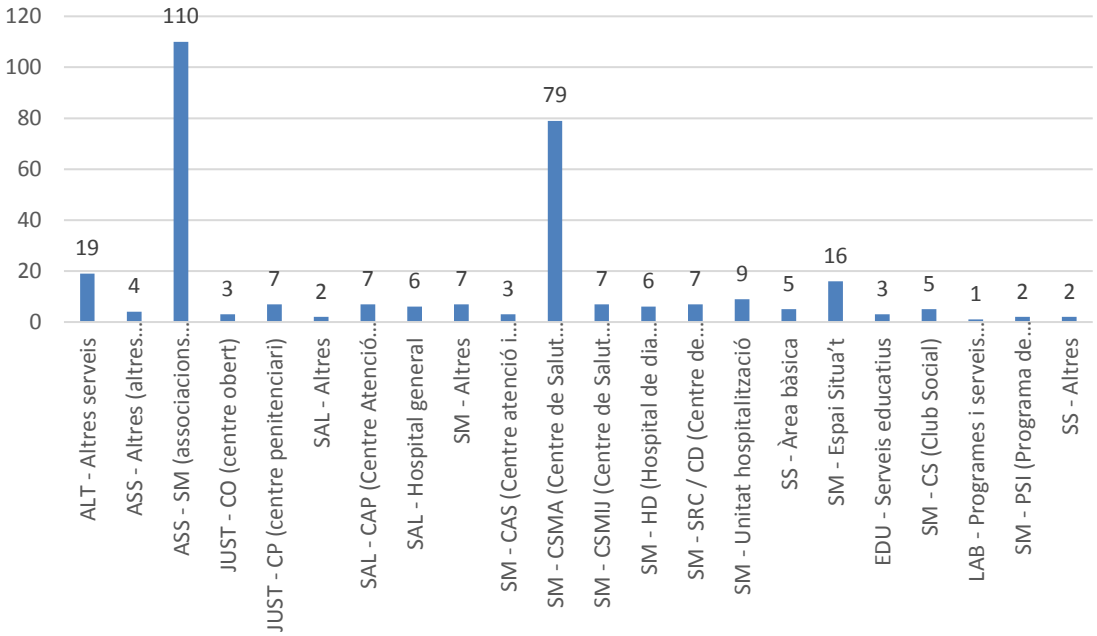


2.6. Quin tipus d'entitat deriva demandes?

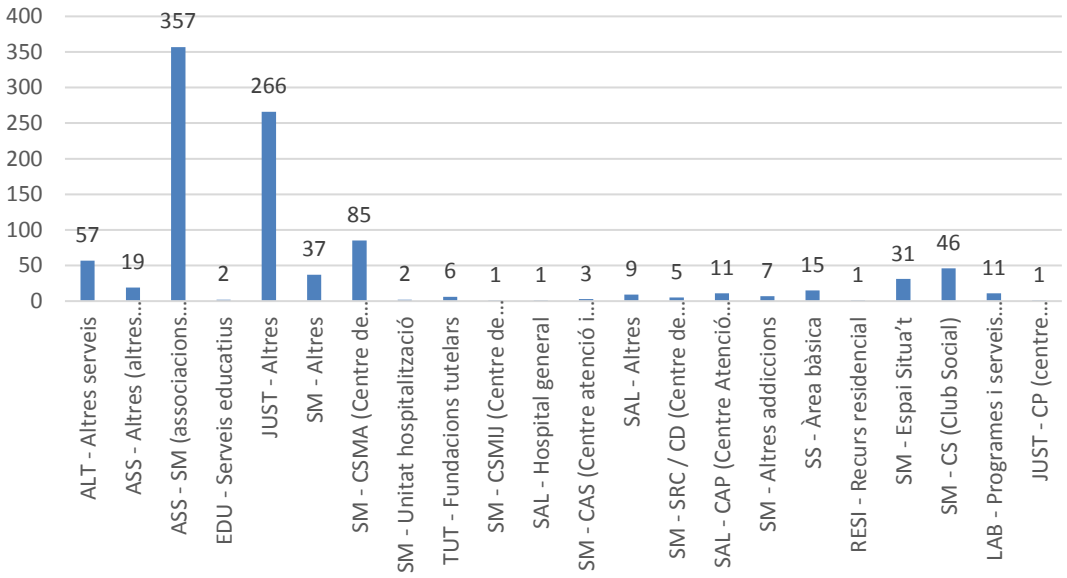
El 79% de les demandes arriben per pròpia iniciativa (sense derivació). De les que ho fan per orientació / derivació, la majoria ho fan des de la pròpia xarxa associativa de salut mental, seguit dels CSMA (centre de salut mental d'adults). Per part de l'Espai Situa't, la majoria de derivacions es fan a entitats de la xarxa associativa de salut mental, o a serveis de caire jurídic (com poden ser el SOJ i el Justament).



› Tipus d'entitat que fa les derivacions:



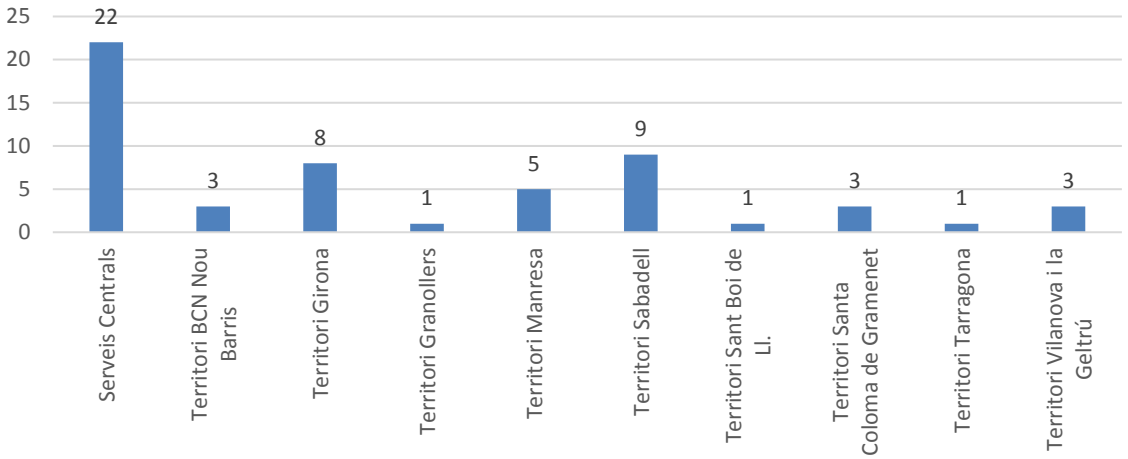
› Tipus d'entitat a les que es fa les derivacions des de l'Espai Situa't:



2.7. Casos complexes

Entenem per **casos complexes**, aquelles situacions o demandes en que hi ha una dificultat de maneig de la simptomatologia i de la cura de la pròpia salut de la persona afectada, alhora que les seves necessitats no han estat resoltes pels diferents serveis. Aquestes situacions s'acostumen a veure acompanyades i agreujades per dificultats personals i/o familiars per a l'afrontament del problema de salut, situacions d'exclusió social o de risc de patir-ne, utilització elevada del consum de fàrmacs i/o abús de tòxics, dificultats de relació i conductes disruptives, presència de diverses patologies cròniques de manera concorrent (comorbiditat i pluripatologia), i/o que la situació evoluciona de forma dinàmica i requereix de seguiment i vigilància en el temps (no són qüestions esporàdiques ni momentànies).

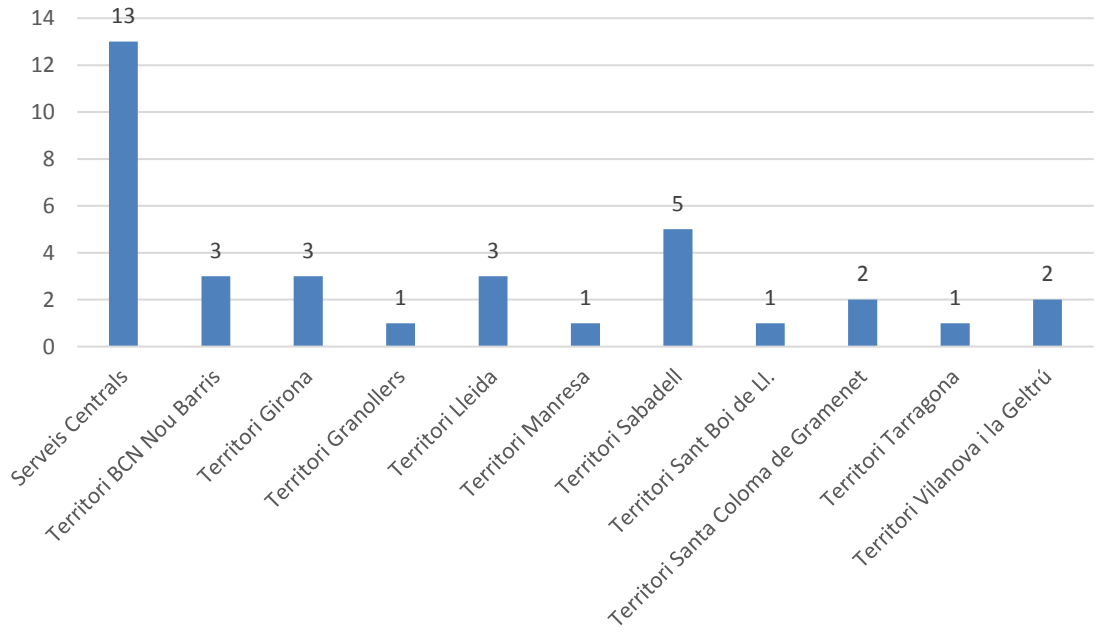
Al llarg del 2019, se n'han detectat **56 demandes** que es poden considerar casos complexes, amb la següent distribució territorial:



2.8. Vulneració de drets

En relació a les situacions de **vulneració de drets de les persones** amb problemes de salut mental, des de la Federació SMC s'està treballant per la detecció d'aquelles situacions en que hi ha una vulneració dels drets recollits a la Convenció de Drets de les Persones amb Discapacitat, per tal de dissenyar línies d'acció conjuntes i avançar en el compliment de l'esmentada Convenció.

Al llarg del 2019, se n'han detectat **35 demandes** en que hi ha hagut una vulneració dels drets de la persona afectada, amb la següent distribució territorial:



En 2020 es preveu poder continuar amb la detecció i atenció a aquestes situacions de vulneració de drets, alhora que cerca d'altres entitats que vulguin implicar-se en aquesta tasca, especialment quant a l'atenció jurídica d'aquests casos. Alguns exemples podrien ser:

- Col·lectiu Ronda i d'altres juristes col·laboradors del servei Justament
- Taula d'entitats de salut mental d'Irídia
- Oficina de No Discriminació de Barcelona (OND)

2.9. Justament: assessorament en drets i salut mental

Justament, fins el 2018 conegut com a JURIMM, és un servei d'assessorament jurídic que dona resposta a les necessitats d'**assessorament legal específiques del col·lectiu de persones amb problemes de salut mental.** També s'adreça als seus familiars, que sovint s'han d'implicar en la presa de decisions importants.

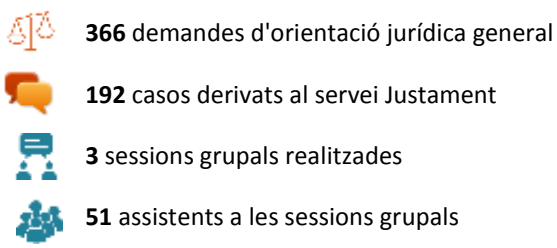
El servei aplega l'expertesa de juristes i professionals de la salut mental, comptant amb la col·laboració de diversos juristes independents i d'agrupacions professionals.

Ofereix **assessorament** previ a qualsevol acció o decisió que s'hagi de prendre en l'àmbit jurídic, **defensa legal** en cas que la persona afectada s'hagi vist involucrada en actes il·lícits de caire civil o penal i requereixi d'una assistència especialitzada, i **defensa en situacions de vulneració dels drets** de la persona afectada.

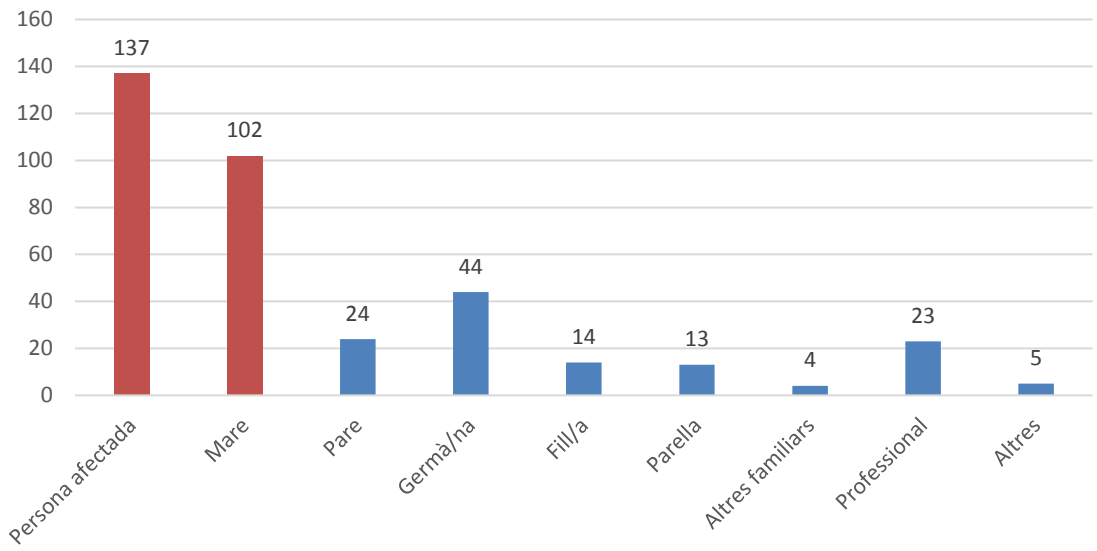
Disposem de col·laboradors amb atenció presencial a les ciutats de **Barcelona i Lleida i, des del 2019, també a Girona**, i tots ells ofereixen la possibilitat d'assessorament per telèfon o videoconferència en aquells casos que hi hagi dificultats pel desplaçament.

En el marc del Justament, i en col·laboració amb la cooperativa jurídica Col·lectiu Ronda, en 2019 s'han iniciat un seguit de **sessions informatives en format grupal sobre les figures de suport**. Aquestes sessions estan dirigides tant a persones afectades, com a familiars i professionals que han fet una consulta prèvia sobre aquesta matèria en algun dels nostres serveis d'informació.

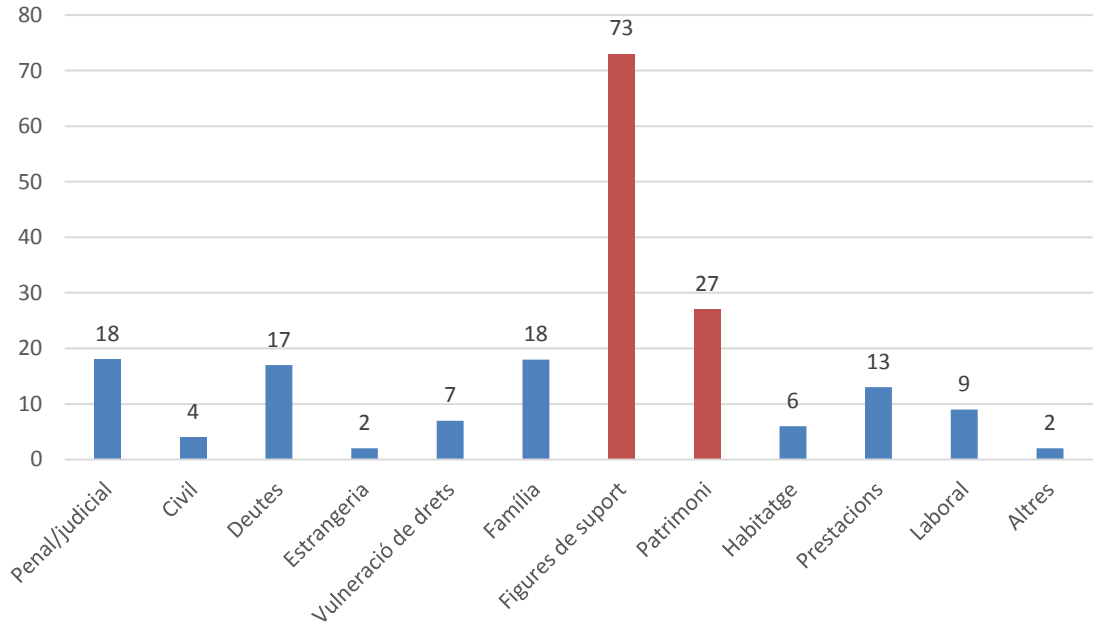
Al llarg del 2019, s'han atès **366 demandes** amb algun tipus de contingut jurídic. D'aquestes, hem derivat **192 casos al servei jurídic Justament**.



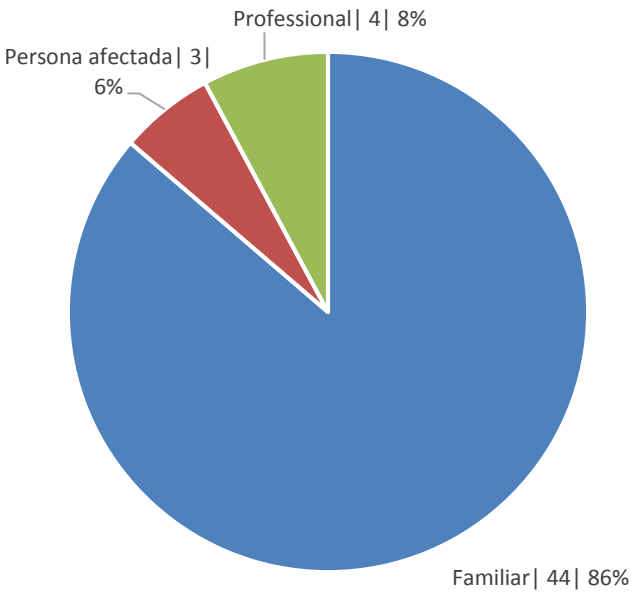
En general, de les 366 consultes amb algun tipus de contingut jurídic les han realitzat **les pròpies persones afectades** (37,4%) **o les seves mares** (27,9%).



Dels 192 casos derivats al servei d'assessorament jurídic (Justament), trobem que el 38% fa referència a **figures jurídiques de suport** (tutela, curatela, assistent...), i el 14% a qüestions vinculades al **patrimoni** (protecció patrimonial, herència, testament...).



Donada la gran demanda de consultes sobre les figures jurídiques de suport, s'han realitzat 3 sessions informatives en format grupal, de 2h de durada cadascuna. Han participat a les sessions **51 persones**. En general, els participants han sigut **familiars**, **dones**, de **més de 60 anys**.



2.10. Adhesió al projecte de la Psicoxarxa Solidària

La **Psicoxarxa Solidària** és un projecte del **Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya (COPC)** pel qual una xarxa de psicòlegs col·legiats, de forma solidària, es posen a disposició de la ciutadania per donar atenció psicològica a persones amb pocs recursos econòmics.

Enguany, la Federació ha signat un conveni de col·laboració amb el COPC per tal d'adherir-se al projecte i poder derivar-hi aquelles persones amb pocs recursos econòmics i que tinguin necessitat d'atenció psicològica. D'aquesta manera, podran beneficiar-se d'una atenció psicològica de qualitat amb un cost màxim de 10€ per sessió.

La "Psicoxarxa Solidària" ofereix, a través dels professionals i projectes inscrits, diferents tipus d'atenció psicològica, des dels diversos àmbits d'intervenció de la Psicologia i de les diferents orientacions professionals, a les quatre províncies de Catalunya.

Al llarg del 2019, s'han fet **8 derivacions a la Psicoxarxa Solidària** del COPC.

2.11. L'Espai Situa't i els serveis d'atenció a famílies de les associacions

Una de les raons de ser de l'Espai Situa't és afavorir i potenciar el treball en xarxa entre els diferents actors implicats en l'atenció a les persones amb problemes de salut mental i llurs famílies en els diferents territoris on hi actuem.

Un exemple d'aquest treball en xarxa pot ser l'experiència desenvolupada a l'Espai Situa't Terres de Lleida. En aquest territori s'establí en 2018 un conveni de col·laboració amb l'Associació Salut Mental Ponent. Amb aquesta col·laboració es pretén compartir el model d'atenció de l'Espai Situa't amb el Servei d'Atenció a Famílies (SAF) de l'associació. D'aquesta manera, no només es comparteixen processos i s'estableixen vies de comunicació, coordinació i treball conjunt, sinó que també es comparteix la base de dades de demandes de la Federació (plataforma CRM), amb totes les cauteles necessàries relacionades amb la protecció de dades.

Tot i que les demandes ateses per la professional del SAF de Lleida queden recollides al CRM, no s'han inclòs en aquesta memòria i només hi hem computat les demandes ateses directament per l'Espai Situa't Terres de Lleida i de l'Alt Pirineu.

En 2019 s'ha elaborat un informe on es recullen els resultats més significatius de la col·laboració amb Associació Salut Mental Ponent, i es seguirà analitzant durant el 2020.

3. Programes de capacitació i recuperació

3.1 La psicoeducació i els programes multifamiliars per a persones amb experiència pròpia i per a familiars

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. La imparteixen els professionals dels serveis de salut mental, als seus espais de CSMA, SRC, Hospital de dia... Els programes van ser consensuats i validats pels professionals participants i altres, amb el suport de la Federació SMC.

Durant el **2019** s'han realitzat, iniciat o acabat:

- **11** edicions del psicoeducatiu **La Klau de Re** per persones amb experiència pròpia (3 a Tarragona, 2 a Lleida i 6 a Barcelona)

- **11** edicions del psicoeducatiu **PROENFA** per familiars, però una no va finalitzar per problemes d'assistència (2 a Tarragona, 1 a Lleida i 8 a Barcelona)

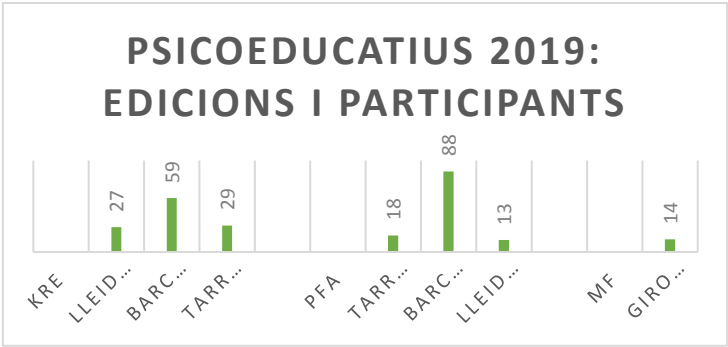
- **1** edició de **Multifamiliar**

Al 2019, 248 Participants
en 23 edicions de psicoeducatius

La Klau de Re → 115

PROENFA → 119

Multifamiliar → 14



Fins avui, en el marc del projecte *Activa't per la salut mental*, han participat un **total** de **1028** persones als programes psicoeducatius **entre 2015** i **2019:**

Participants totals 2015-2019

La Klau de Re → 482

PROENFA → 515

Multifamiliar → 31

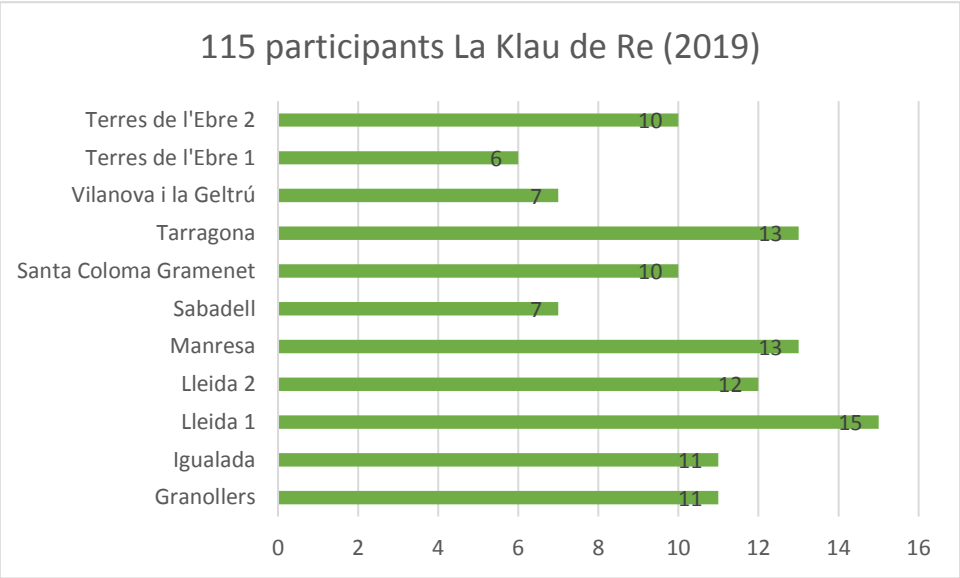
En total, **166 professionals** han participat impartint els programes psicoeducatius durant el projecte pilot Activa't (en alguns territoris hi ha professionals que han participat en ambdós programes La Klau de Re i PROENFA) dels quals **79** han estat formadors el 2019:

- **La Klau de Re → 51 professionals**
- **PROENFA → 138 professionals**
- **Multifamiliar → 3 professionals**

› Psicoeducatiu LA KLAU DE RE:

Programa d'entrenament i capacitació per a persones amb experiència pròpia en trastorn mental greu.

- 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



Els participants diuen...

"Me ha ayudado mucho para activarme"

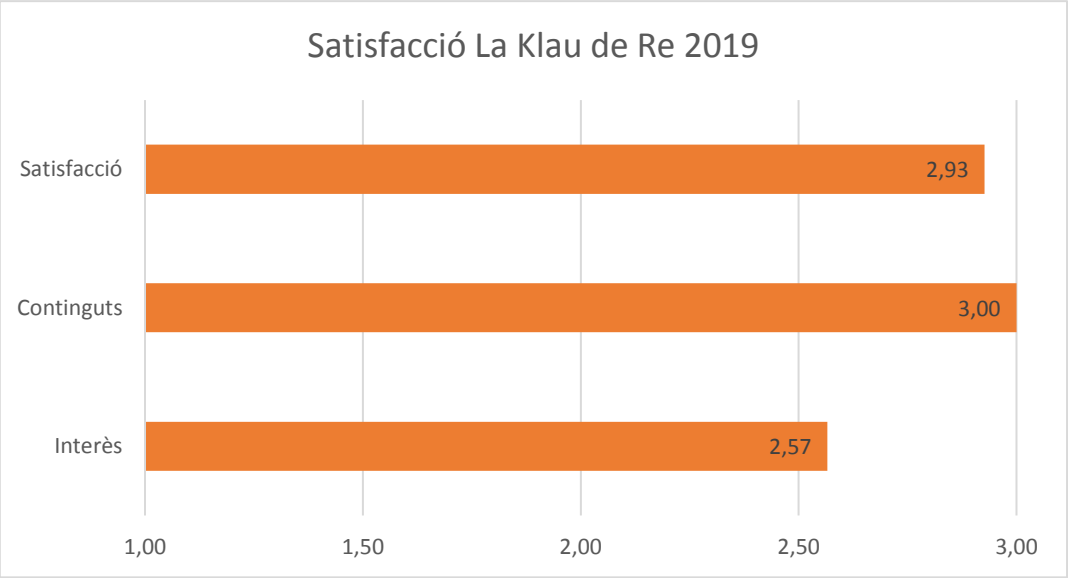
"Me ha servido para aprender y de ayuda, lo recomendaría, me he podido expresar"

"Hay alguna parte que se ha quedado obsoleta"

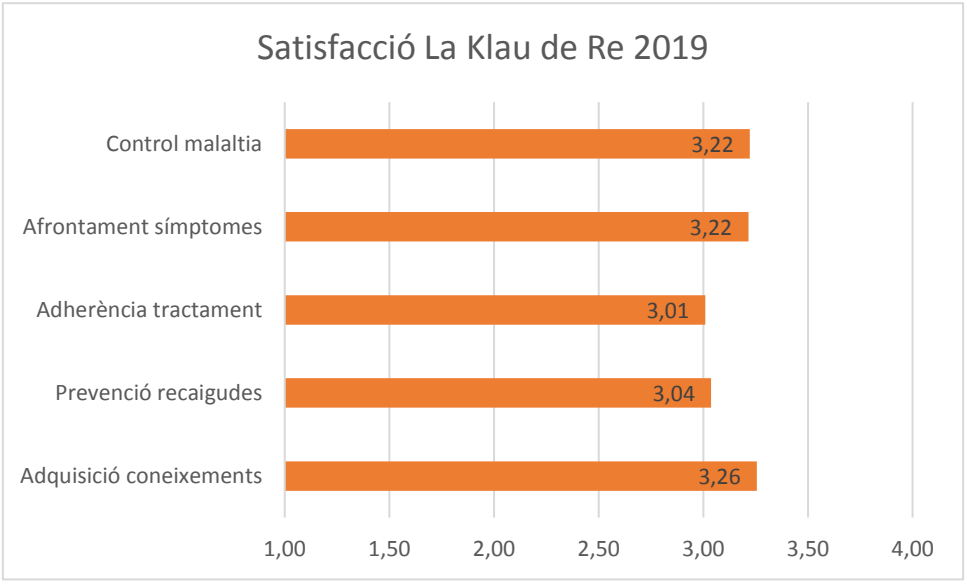
En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que els **resultats han estat molt satisfactoris**.

La **valoració global** del programa La Klau de Re el 2019 ha estat de **8,4 sobre 10**.

Obtenim puntuacions molt positives en una escala de 1 a 3 en relació a la satisfacció (2,93), els continguts (3) i l'interès del programa (2'57).



Les puntuacions són també satisfactòries, en una escala de ***1 a 4,*** en relació al compliment d'objectius: augmentar el control sobre la malaltia (3,22), millorar l'afrontament de símptomes (3,22), l'adherència al tractament (3,01), la prevenció de recaigudes (3,04 i l'adquisició de coneixements (3,26).



› Psicoeducatiu PROENFA:

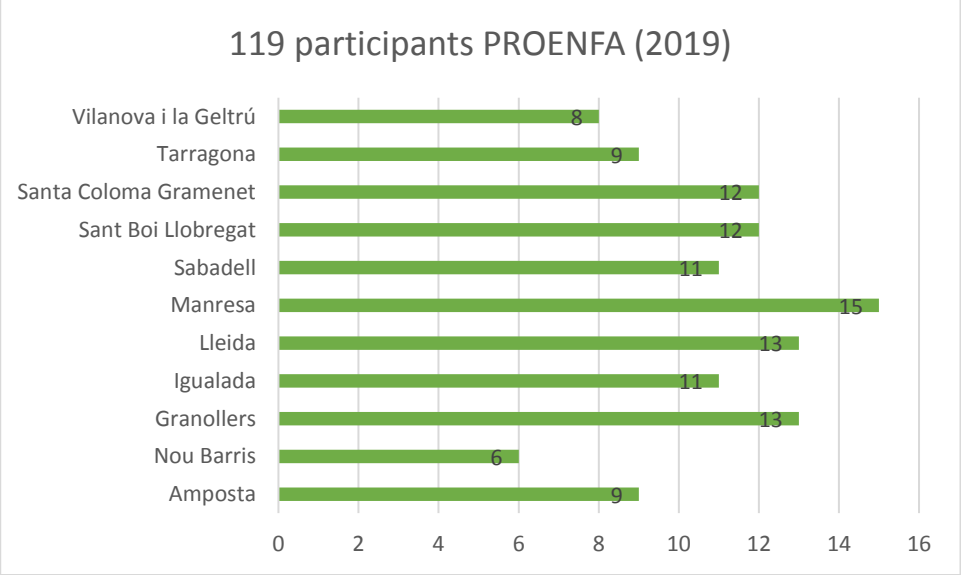
Programa d'entrenament i capacitació per a familiars i cuidadors de persones amb trastorn mental greu.

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



Els participants diuen...

"Ha sido un programa muy positivo ya que cuanta más información, más aydua podemos dar a nuestros familiares"

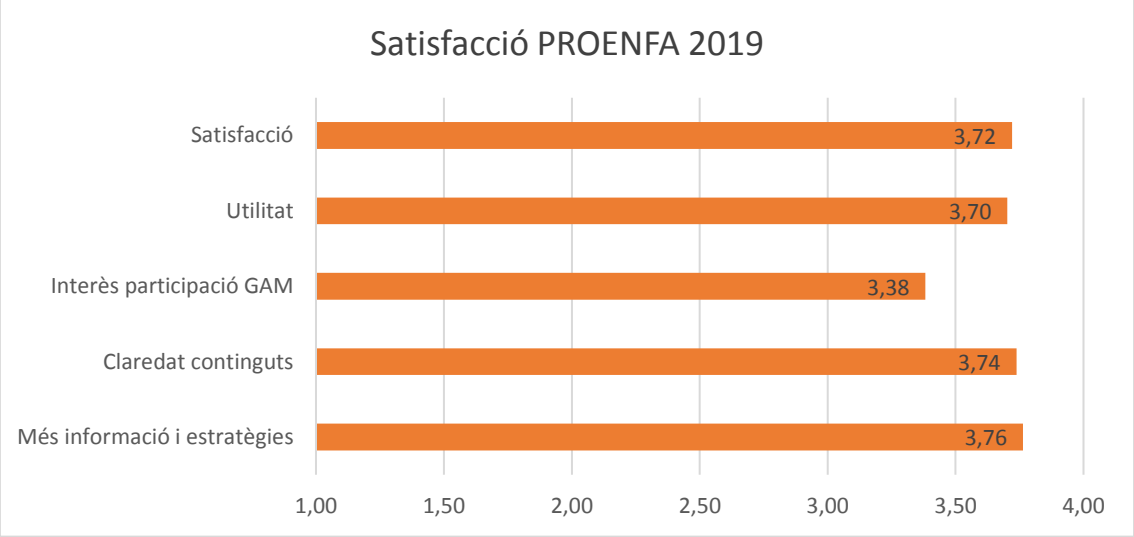
"Programa de gran ajuda per comprendre i poder tractar millor als afectats d'aquests tipus de problemes mentals"

"Me gustaría que estos talleres fueran más tipo "cápsulas", según temas"

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

La **valoració global** del programa PROENFA el 2019 ha estat de **3,72 sobre 4.**

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 3,38 sobre 4. Les puntuacions són molt altes en relació a la satisfacció (3,72), la utilitat (3,70), la claredat dels continguts (3,74) i el fet de disposar de més informació i estratègies (3,76), gràcies al psicoeducatiu.



> Psicoeducatiu Multifamiliar:

Intervenció terapèutica grupal per a famílies on un o més membres estan afectats per un problema de salut mental greu, dirigida a adquirir eines per tal de millorar les relacions familiars i més concretament a: promoure i aconseguir més autonomia, cuidar-se com a cuidador, afrontar les crisis, aconseguir una relació fluïda amb els professionals, fer valdre els drets i deures, afrontar el futur... amb l'objectiu de millorar la salut de tots els membres de la família.

Temari:

- 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 crisis. Quan calen? Com s'activen? Com afrontar-les.
- La pèrdua.
- 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, comunitaris.
- L'associacionisme i l'activisme.

Els participants diuen...

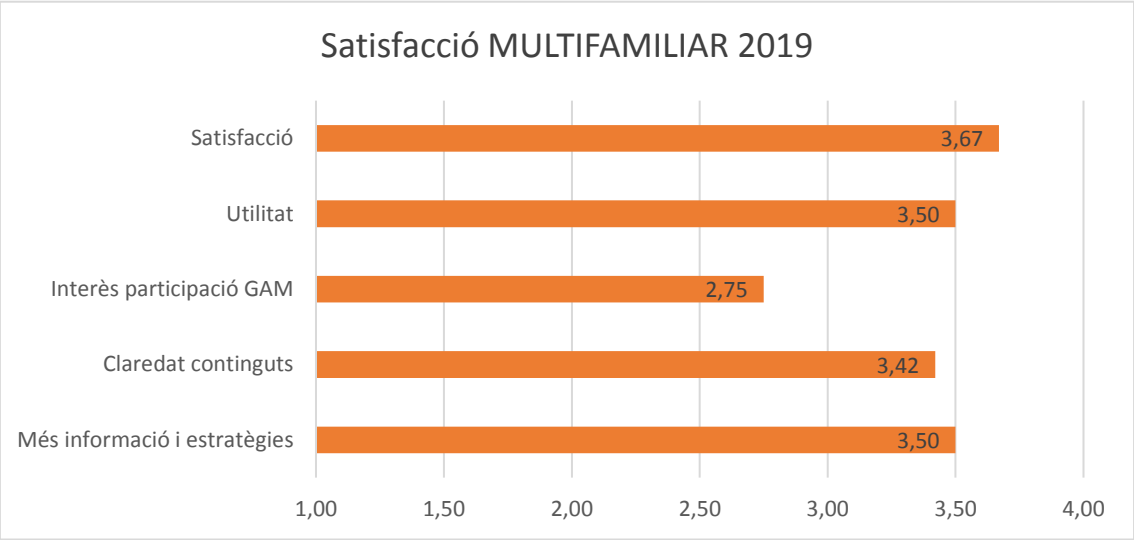
"Seguiu així. Ens ajudeu molt, us necessitem, gràcies. Ens heu obert portes"

"Gràcies. Amb aquestes reunions hem millorat les relacions amb el nostre fill"

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

La **valoració global** del programa Multifamiliar el 2019 ha estat de **3,67 sobre 4**.

En 4 dels 5 ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions és superior a 2,75 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 acceptable en tractar-se d'una valoració de 2,75 sobre 4. Les puntuacions són molt altes en relació a la satisfacció (3,67), la utilitat (3,50), la claredat dels continguts (3,42) i el fet de disposar de més informació i estratègies (3,50), gràcies al psicoeducatiu.



3.2 Manual per a la recuperació i autogestió del benestar

El **Manual per a la recuperació i l'autogestió del benestar** és un producte del projecte *Activa't per la salut mental*, de la Generalitat de Catalunya, Federació Salut Mental Catalunya i la Federació Veus, implementat en el marc del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Barcelona, la Diputació de Barcelona, la Diputació de Girona, la Diputació de Lleida, la Diputació de Tarragona, l'Obra Social La Caixa i altres entitats públiques i privades.

L'equip de coordinació del projecte ha estat format per professionals de SMC, Veus i el Departament de Salut i els materials han estats elaborats per l'entitat de persones amb experiència pròpia Activament Catalunya associació.

Ha col·laborat 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.

Objectiu del projecte: 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.

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.

El 2019 s'han **finalitzat, maquetat** i **publicat** les **versions en lectura fàcil** del Manual, tant **en català** com la traduïda **en castellà**. Es poden consultar i descarregar on-line a la web de l'Activa't.

També s'ha **traduït, maquetat i publicat** el **Quadern de treball** personal en **castellà**.

http://activatperlasalutmental.org/manual-per-a-la-recuperacio-i-lautogestio-del-benestar-disponible-en-versio-de-lectura-facil/

Enguany, també s'ha donat el vis-i-plau per fer públics el 2020 **la guia de formació i els materials didàctics** per dur a terme tallers de capacitació per aprendre a utilitzar el nou Manual i el Quadern.

El 2019 també s'ha treballat en el **disseny del pilotatge dels nous materials**, previst pel 2020-2021 a diferents dispositius de serveis de salut mental a Catalunya, per avaluar-los.

3.3. Revisió de materials

> Reedició dels vídeos programa PROENFA

Finalitzat el projecte de reedició dels **vídeos pels tallers del psicoeducatiu PROENFA** per familiars, amb l'assessorament d'un grup de persones amb experiència pròpia, familiars i professionals.

S'han elaborat i reeditat 7 nous vídeos, amb la Fundació Panacea i ja s'han utilitzat en les edicions del PROENFA del 2019.

Coordinació del projecte per part de professionals de l'àrea de capacitació i de comunicació de la Federació Salut Mental Catalunya.

> Millora dels continguts del programa PROENFA

Finalitzat el projecte de **revisió i millora** dels continguts del **psicoeducatiu PROENFA** a càrrec d'un equip investigador de la Universitat de Barcelona, en col·laboració amb la Fundació Bosch i Gimpera.

L'objectiu del projecte de revisió de materials ha estat explorar l'opinió dels professionals implicats en la implementació del programa PORENFA de intervenció amb familiars de persones amb problemes de salut mental, per identificar els punts febles del programa, les possibles mancances i proposar millores dels materials per millorar la seva eficàcia. S'ha utilitzat la

metodologia Delphi per obtenir el consens d'un grup d'experts, a través d'una sèrie de qüestionaris. Han participat **46 professionals** (psicòlegs, psiquiatres, treballadors socials, terapeutes ocupacionals i infermers).

A nivell global, els professionals consideren que l'extensió del programa és adequada, però que és necessari donar més espai i temps per la participació dels familiars perquè puguin preguntar, compartir experiències i opinions. També hi ha molt consens sobre el fet que s'hauria de formar més als professionals que imparteixen el programa. Molts consideren oportú incorporar altres trastorns, així com la perspectiva de gènere.

L'informe resultant ha permès detectar les àrees a millorar i establir propostes i recomanacions per actualitzar els continguts i optimitzar la utilitat del programa. S'obre la porta doncs, a emprendre les accions de canvi requerides en un futur proper.

4. Els programes d'apoderament PROSPECT

El Programa de Formació PROSPECT és un projecte europeu creat per EUFAMI i coordinat a Espanya per la Confederació Salud Mental España.

A Catalunya està coordinat per la Federació Salut Mental Catalunya i forma part del projecte *Activa't per la salut mental* que es desenvolupa, en aquesta edició de 2019, a 13 territoris.

Es desenvolupa amb la intenció de fer que les persones amb un problema de salut mental i les seves famílies prenguin les regnes de la seva recuperació, convertint-les en protagonistes d'aquest procés. Pretén, a més, potenciar la participació de les persones en primera persona i les seves familiars en la cerca de la seva pròpia qualitat de vida i com a ciutadanes 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 i recuperació..

La metodologia d'aquest programa està basada en la construcció conjunta i participativa dels assistents, que són els autèntics experts. Per tant l'apoderament dels participants es treballa des de l'horitzontalitat de les pròpies vivències amb suports puntuals de materials teòrics, documents guia i informació de la xarxa de recursos en salut mental del territori concret.

El programa formatiu es compon de 3 mòduls dirigits a primeres persones, 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 voluntàries del mateix perfil que els participants. Aquestes persones han estat formades com a facilitadors familiars o en primera persona. Pel que fa a les facilitadores professionals són membres de l'equip del projecte Activa't, també formades específicament en la metodologia del programa.

El programa de formació per a persones en primera persona té una durada de 12 hores i el seu **objectiu general** és: **establir o reforçar bases per a la recuperació i integració social**. Pel que fa als seus objectius específics en destaquen:

- Ajudar a afrontar la seva situació amb el suport d'altres persones i de recursos de suport;
- Facilitar les seves interaccions socials;
- Ajudar a fer front a la seva situació amb autonomia;
- Ajudar a entendre i manejar millor l'estigma;
- Ajudar a sentir-se respectats i en condicions d'igualtat.

El programa de formació per a professionals de l'atenció en salut mental té una durada de 8 hores i el seu **objectiu general** és: **promoure la reflexió sobre la relació entre problemes de salut mental i ciutadania, i establir propostes per a la millora de l'atenció**. Pel que fa als seus objectius específics en destaquen:

- Ajudar els professionals a utilitzar estratègies de treball efectives per treballar amb famílies i usuaris.
- Ajudar a treballar amb la malaltia mental des de múltiples perspectives.
- Ajudar a implicar-se en estratègies de treball basades en la col·laboració.

El programa de Formació per a persones familiars i amistats té una durada de 16 hores i el seu **objectiu general** és: **afavorir la recuperació de la confiança en un mateix, i reconèixer i aprofitar recursos interns i externs per millorar la seva qualitat de vida**. Pel que fa als seus objectius específics en destaquen:

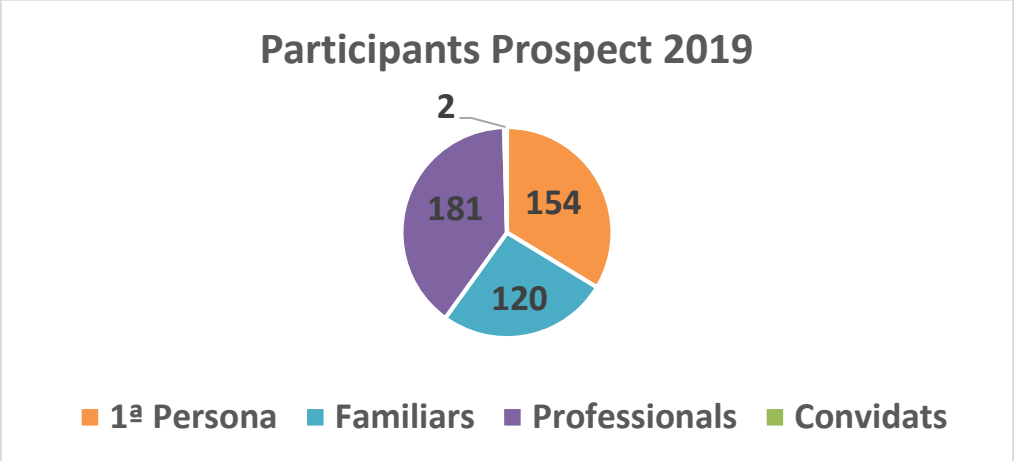
- Ajudar a sentir-se més còmodes en les relacions amb usuaris i professionals
- Ajudar a identificar quins comportaments faciliten les interaccions amb aquests grups
- Ajudar a sentir-se en condicions d'igualtat amb els professionals, usuaris i la societat en el seu conjunt
- Ajudar a fer front a la seva situació amb autonomia
- Ajudar a afrontar la seva situació amb el suport d'altres persones i de recursos de suport

Pel que fa al **mòdul comú** de formació per a primeres persones, professionals i familiars té una durada de 4 hores **i pretén posar de manifest les barreres de la comunicació que afecten a tots tres col·lectius** oferint un **espai per a compartir propostes de solucions** a aquestes barreres.

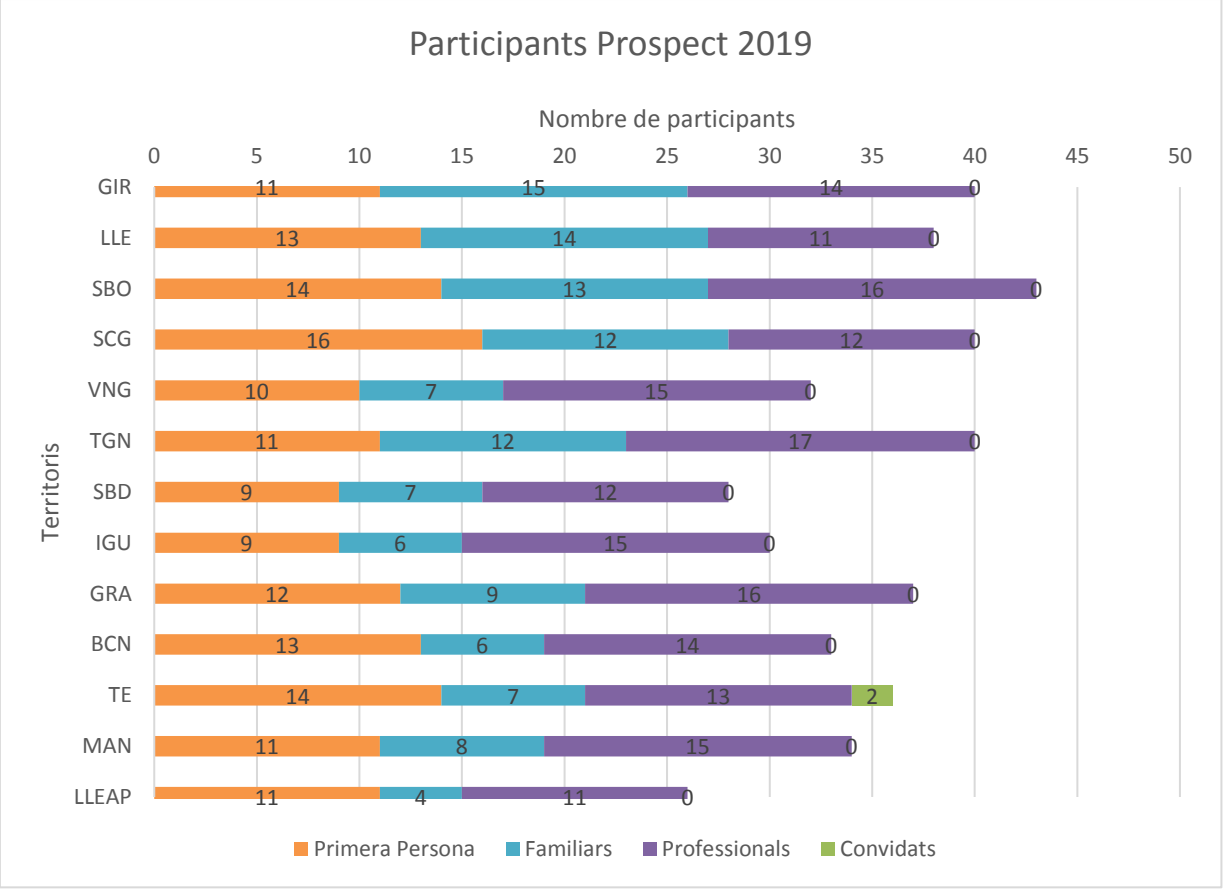
4.1. Resum general de les edicions de 2019

S'han dut a terme **13 edicions del programa Prospect durant el 2019**, ja que aquest any s'ha incorporat el territori de Pallars-Alt Pirineu.

El nombre total de participants ha estat de 457, distribuïts de la següent manera:



Per territoris, la participació ha estat la següent:



Aquestes 13 edicions han estat organitzades per les tècniques referents del Projecte i han estat facilitades per **35 facilitadores Prospect**: 12 professionals, 12 familiars i 11 persones en primera persona.

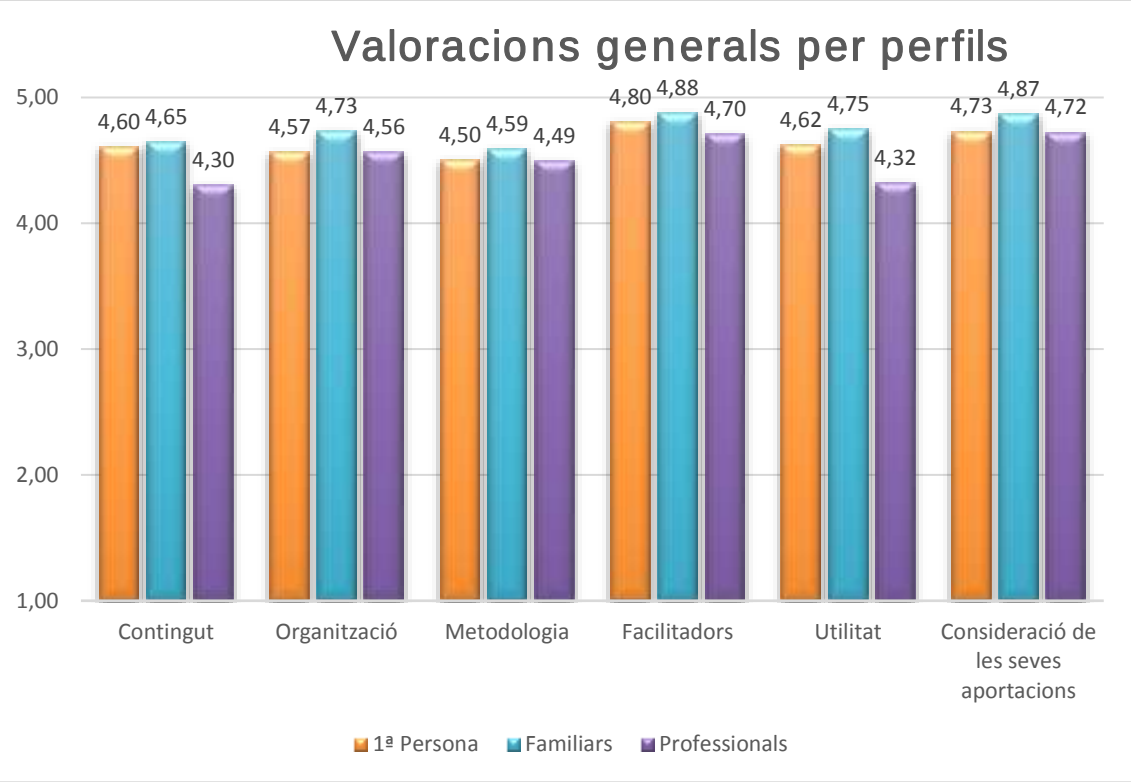
4.2. Satisfacció quantitativa del programa Prospect 2019

A continuació s'exposen els resultats de l'avaluació quantitativa de les 13 edicions. Aquests resultats són resultat dels qüestionaris de satisfacció que responen els participants al finalitzar cadascun dels quatre mòduls.

Les valoracions globals de cada mòdul pel que fa a contingut, organització, metodologia, tasca de les facilitadores, utilitat del curs i consideració de les pròpies aportacions els resultat són en tots els casos superiors a 4,3 en una escala de satisfacció de 1 a 5, la qual cosa correspon a una valoració molt alta.

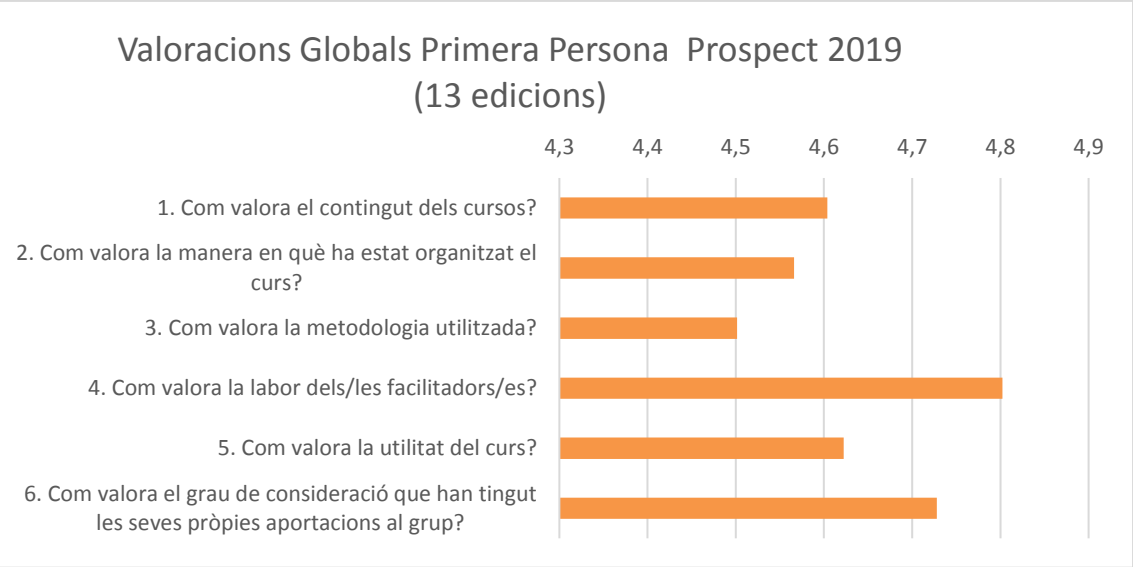
VALORACIONS GENERALS					
Puntuacions de 1 a 5	1a Persona	Familiars	Professi..	Comú	GLOBAL
1. Com valora el contingut dels cursos?	4,60	4,65	4,30	4,58	**4,5**
2. Com valora la manera en què ha estat organitzat el curs?	4,57	4,73	4,56	4,63	**4,6**
3. Com valora la metodologia utilitzada?	4,50	4,59	4,49	4,59	**4,5**
4. Com valora la labor dels/les facilitadors/es?	4,80	4,88	4,70	4,81	**4,8**
5. Com valora la utilitat del curs?	4,62	4,75	4,32	4,62	**4,6**
6. Com valora el grau de consideració que han tingut les seves pròpies aportacions al grup?	4,73	4,87	4,72	4,72	**4,8**
MITJANA TOTAL	**4,64**	**4,74**	**4,52**	**4,66**	**4,6**

Si exposem aquests **valoracions generals per perfils de participació** podem observar que les puntuacions més altes corresponen al mòdul de familiars, destacant la tasca desenvolupada pels facilitadors i per la consideració de les pròpies aportacions.



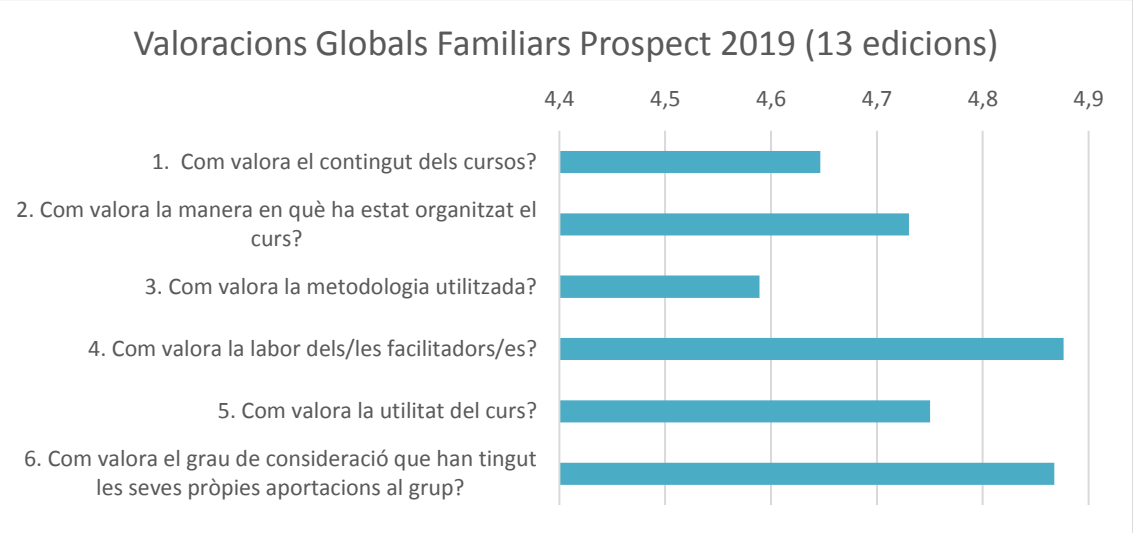
A continuació presentem les valoracions comparatives del total de participants **per perfil de participació** d'aquestes sis ítems generals de valoració del programa per separat:

> Satisfacció en Primera Persona



Podem apreciar com al grup de primera persona totes les valoracions són superiors a 4,5 destacant la labor de les facilitadores.

> Satisfacció Familiars



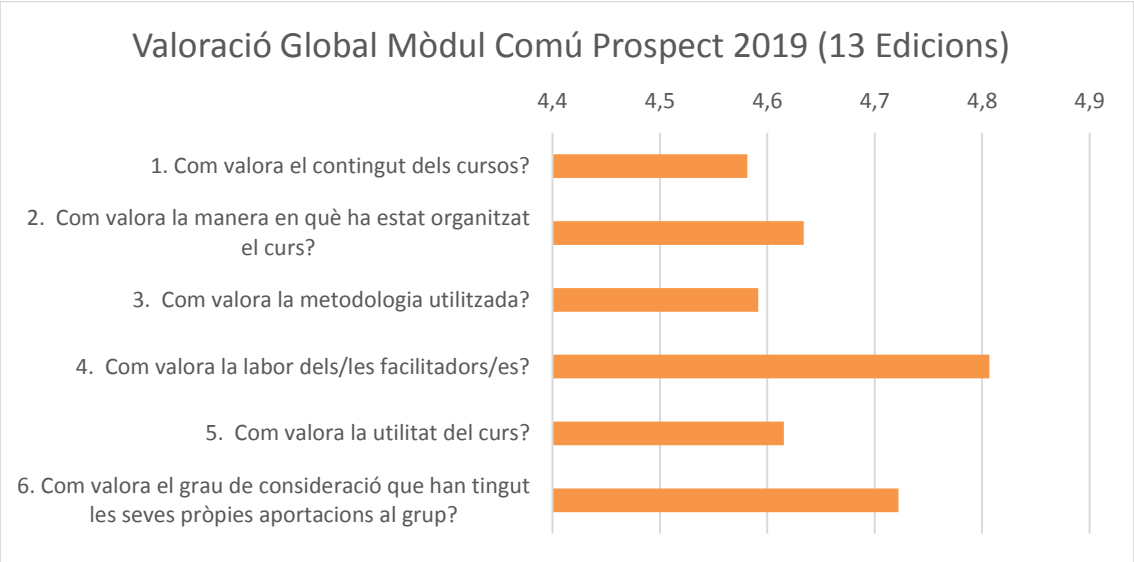
Podem apreciar com al grup de primera persona totes les valoracions són superiors també a 4,5 destacant-ne la labor de les facilitadores i la consideració de les pròpies aportacions, que assoleixen gairebé la valoració de 4,9.

> Satisfacció Professionals

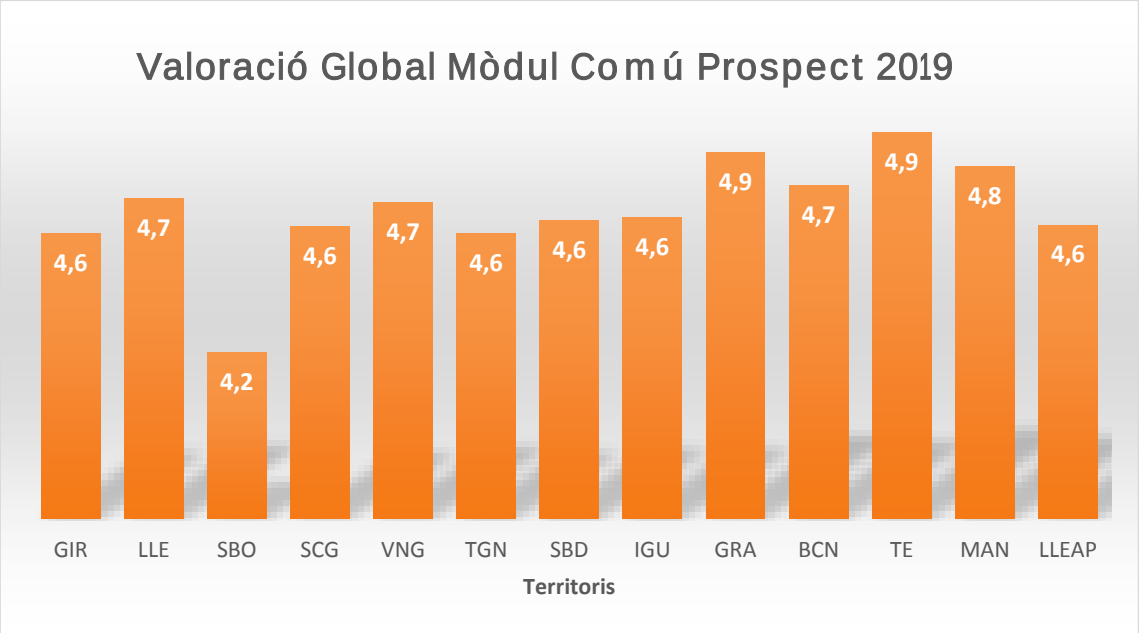
En tots els casos les valoracions al grup de professionals són superiors a 4,3. Destaquem les valoracions superiors a 4,7 de la tasca de les facilitadores i de la consideració de les pròpies aportacions.

> Satisfacció Mòdul Comú

Pel que fa al mòdul comú, destaca en tots el territoris una satisfacció superior a 4,5 i que com a mitjana és de 4,7 en el total de 457 participants a les 13 edicions.



Si exposem la valoració global del mòdul comú per cada edició d'aquest 2019, podem apreciar que en moltes edicions assoleix valors superiors al 4,7.



Pel que fa als objectius avaluats en acabar aquest mòdul, podem veure que tots els objectius a tots tres perfils de participació han obtingut un assoliment alt, és a dir igual o superior a 2,5 sobre 3.

OBJECTIUS PRIMERA PERSONA	Mitjana
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	**2,6**
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a identificar comportaments que facilitin les interaccions socials	**2,7**
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a fer front a la seva situació amb autonomia	**2,5**
Ajudar les persones amb un problema de salut mental a entendre i manegar millor l'estigma	**2,7**
Ajudar les persones amb un problema de salut mentala sentir-se més còmodes en les relacions amb familiars i professionals	**2,6**

OBJECTIUS FAMILIARS	Mitjana
Ajudar a sentir-se còmodes amb usuaris i professionals	**2,9**
Ajudar a identificar comportaments que faciliten les seves interaccions socials	**2,7**
Ajudar a sentir-se en condicions d'igualtat amb usuaris i professionals	**2,6**
Ajudar a fer front a la seva situació amb autonomia?	**2,6**
Ajudar a afrontar la seva situació amb el suport d'altres persones i de recursos de suport?	**2,6**

OBJECTIUS PROFESSIONALS	Mitjana
Ajudar els professionals a utilitzar estratègies de treball efectives per treballar amb les famílies i usuaris?	**2,7**
Ajudar els professionals a treballar amb la malaltia mental des de múltiples perspectives?	**2,7**
Ajudar els professionals a implicar-se en estratègies de treball basades en la col·laboració?	**2,7**

4.3. Satisfacció qualitativa del programa Prospect 2019

A continuació afegim els principals comentaris recolits als qüestionaris de satisfacció de cada grup i també al mòdul comú d'un dels 13 territoris com a mostra:

> Satisfacció en Primera Persona

Aspectes a millorar

- Que fuera más profundo, es decir, que durara más días
- Incrementar puestas en común
- Más información

Comentaris

- Los facilitadores tienen una calidad humana increible. Son unos buenos profesionales.
- Que se conozca más en centros de salud mental/CSMA/CAP

> Satisfacció Familiars

Aspectes a millorar

- Compartir eines que tenim per resolució de conflictes
- Treballar més aspectes teòrics que ajuden a identificar la nostra situació (fases de dol, emocions…)
- Aumentaría el contenido

> Satisfacció Professionals

Aspectes a millorar

- Afegiria algun dia més, se m'ha quedat curt, cal més temps per a poder reflexionar, compartir, discutir, etc.
- Duración
- Haría sesiones cada pocos meses de valoración de los puntos trabajados
- Més edicions durant l'any
- Dar recursos por escrito
- Facilitar que els membres de l'equip/grup telèfons de contacte dels seus serveis per poder fer aquest treball en xarxa, de consulta com a professionals i amb això posar cara a les persones amb qui només a vegades parlem per telèfon.
- Incluiría más actores implicados en la atención a la SM
- Aplicaría un enfoque menos individualista (aunque esto depende de los participantes)
- Haría más hincapie en el hecho de que somos trabajadores/as

Comentaris

- M'ha agradat la part pràctica i de compartir amb altres companys
- Me ha sorprendido gratamente y me alegro mucho de haber podido oparticipar
- Gracias
- Que vengan por aquí politicos, directivos, responsables de RRHH…quienes mueven los hilos en la sombra.

> Satisfacció Mòdul Comú

Aspectes a millorar

- Más información de Prospect o similar en CSMA, centres de SM
- Seguir luchando
- Romper con el estigma
- 3 hores enlloc de 4. Un dia més

Comentaris

- Que fa molt bon servei i que hem de continuar treballant junts els tres col·lectius. Endavant!!
- Gràcies
- Gracias. Hay que repetir
- Més, més, més
- Me ha gustado mucho. Nunca había participacdo en un Prospect y me ha parecido super interesante y provechoso.

4.4. La tasca i el suport als facilitadors

Els dies 13, 14 i 15 de setembre del 2019 va tenir lloc la formació de facilitadores Prospect 2019 a la Rectoria de Vallcàrquera (El Figaró-Montmany – BCN-).

Hi van participar un total de 31 persones:

	1a Persona	Familiars	Professionals
Formadores	2	2	2
Assistents	7	6	12
Participants	9	8	14

total

31

Les participants professionals van ser membres de l'equip ja formades i van assistir només a la primera jornada de presentació, consideracions generals i desenvolupament del mòdul comú. No van ser avaluades.

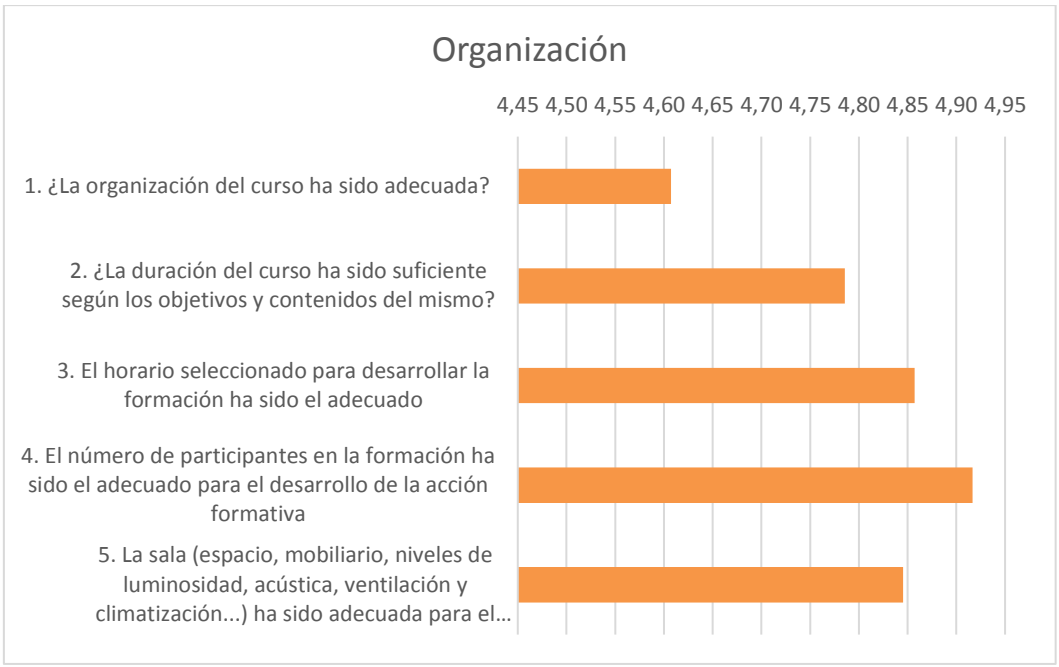
La resta de participants en primera persona i familiars van desenvolupar els seus mòduls la segona i tercera jornada amb un total de 14 hores de durada.

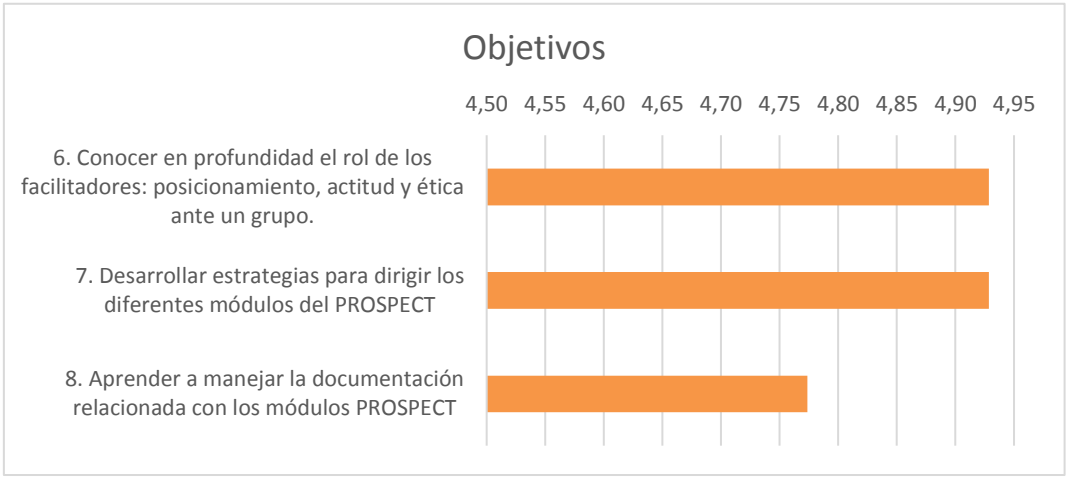
En total es van formar de nou 7 persones en primera persona i 6 persones familiars.

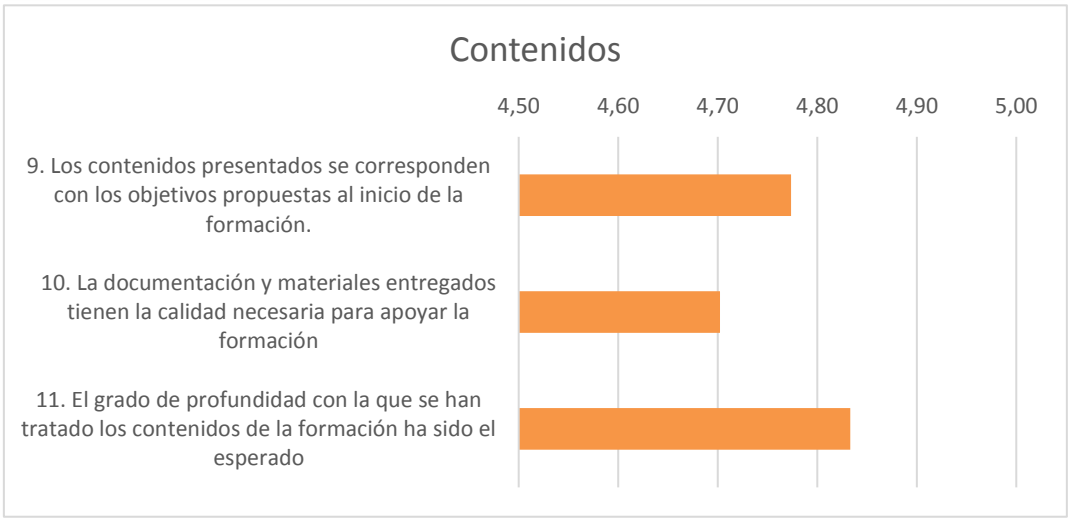
Les persones formadores van ser quatre facilitadores expertes del projecte que van fer trobades de coordinació i preparació de la formació a l'associació AREP els dies 5 d'abril i el 6 de setembre, amb un total de 8 hores dedicades a organitzar les seves tasques.

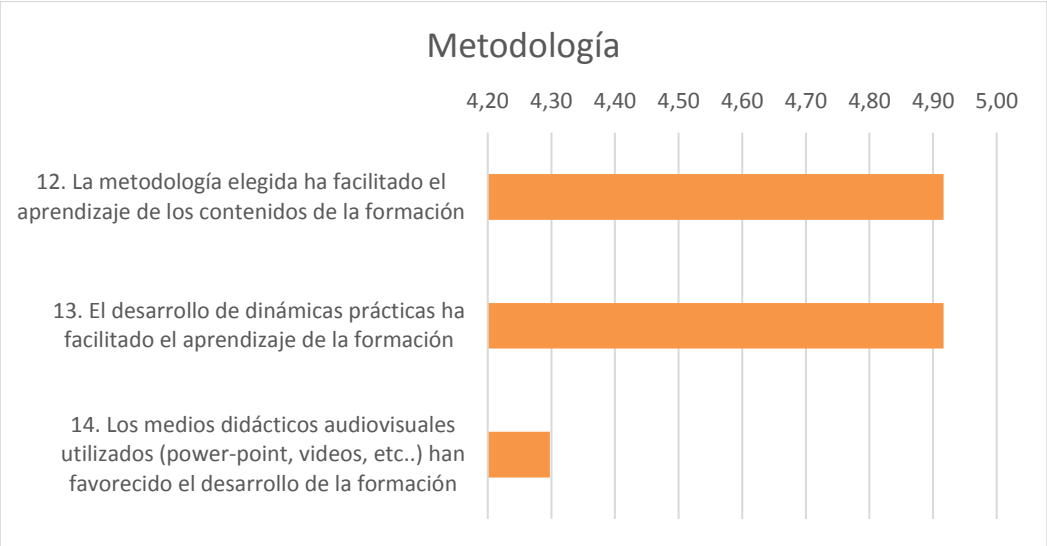
A continuació s'exposen els resultats d'avaluació quantitativa i qualitativa de les participants:

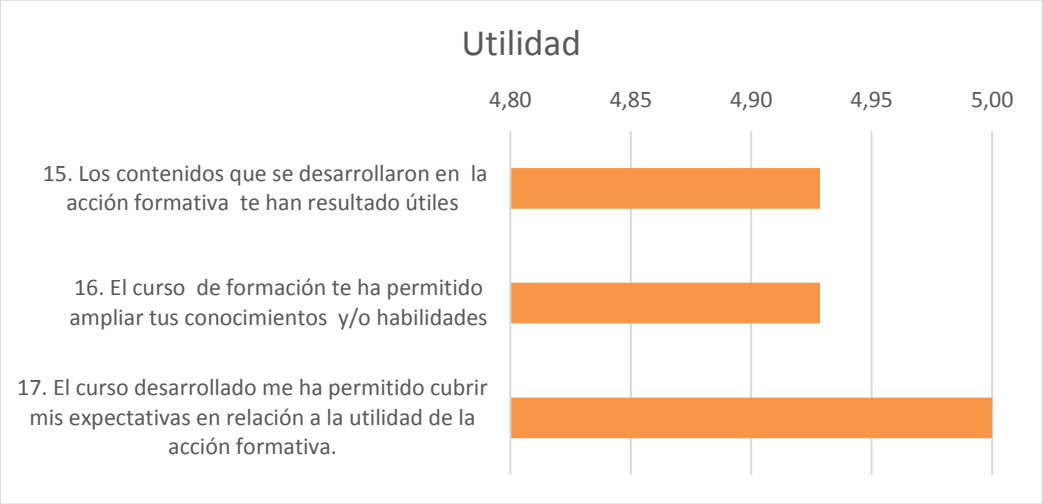
EVALUACIÓN DEl Curso			
Organización	Primera Persona	Familiares	**TOTAL**
1. ¿La organización del curso ha sido adecuada?	4,71	4,50	**4,61**
2. ¿La duración del curso ha sido suficiente según los objetivos y contenidos del mismo?	4,57	5,00	**4,79**
3. El horario seleccionado para desarrollar la formación ha sido el adecuado	4,71	5,00	**4,86**
4. El número de participantes en la formación ha sido el adecuado para el desarrollo de la acción formativa	5,00	4,83	**4,92**
5. La sala (espacio, mobiliario, niveles de luminosidad, acústica, ventilación y climatización...) ha sido adecuada para el desarrollo del curso	4,86	4,83	**4,85**
Objetivos	Primera Persona	Familiares	**TOTAL**
6. Conocer en profundidad el rol de los facilitadores: posicionamiento, actitud y ética ante un grupo.	**4,86**	**5,00**	**4,93**
7. Desarrollar estrategias para dirigir los diferentes módulos del PROSPECT	4,86	5,00	**4,93**
8. Aprender a manejar la documentación relacionada con los módulos PROSPECT	4,71	4,83	**4,77**
Contenidos	Primera Persona	Familiares	**TOTAL**
9. Los contenidos presentados se corresponden con los objetivos propuestas al inicio de la formación.	4,71	4,83	**4,77**
10. La documentación y materiales entregados tienen la calidad necesaria para apoyar la formación	4,57	4,83	**4,70**
11. El grado de profundidad con la que se han tratado los contenidos de la formación ha sido el esperado	5,00	4,67	**4,83**
Metodología	Primera Persona	Familiares	**TOTAL**
12. La metodología elegida ha facilitado el aprendizaje de los contenidos de la formación	5,00	4,83	**4,92**
13. El desarrollo de dinámicas prácticas ha facilitado el aprendizaje de la formación	5,00	4,83	**4,92**
14. Los medios didácticos audiovisuales utilizados (power-point, videos, etc..) han favorecido el desarrollo de la formación	4,43	4,17	**4,30**
Utilidad	Primera Persona	Familiares	**TOTAL**
15. Los contenidos que se desarrollaron en la acción formativa te han resultado útiles	4,86	5,00	**4,93**
16. El curso de formación te ha permitido ampliar tus conocimientos y/o habilidades	4,86	5,00	**4,93**
17. El curso desarrollado me ha permitido cubrir mis expectativas en relación a la utilidad de la acción formativa.	5,00	5,00	**5,00**


Organización
4,45 4,50 4,55 4,60 4,65 4,70 4,75 4,80 4,85 4,90 4,95
1. ¿La organización del curso ha sido adecuada?
2. ¿La duración del curso ha sido suficiente según los objetivos y contenidos del mismo?
3. El horario seleccionado para desarrollar la formación ha sido el adecuado
4. El número de participantes en la formación ha sido el adecuado para el desarrollo de la acción formativa
5. La sala (espacio, mobiliario, niveles de luminosidad, acústica, ventilación y climatización...) ha sido adecuada para el…


Objetivos
4,50 4,55 4,60 4,65 4,70 4,75 4,80 4,85 4,90 4,95
6. Conocer en profundidad el rol de los facilitadores: posicionamiento, actitud y ética ante un grupo.
7. Desarrollar estrategias para dirigir los diferentes módulos del PROSPECT
8. Aprender a manejar la documentación relacionada con los módulos PROSPECT


Contenidos
4,50 4,60 4,70 4,80 4,90 5,00
9. Los contenidos presentados se corresponden con los objetivos propuestas al inicio de la formación.
10. La documentación y materiales entregados tienen la calidad necesaria para apoyar la formación
11. El grado de profundidad con la que se han tratado los contenidos de la formación ha sido el esperado

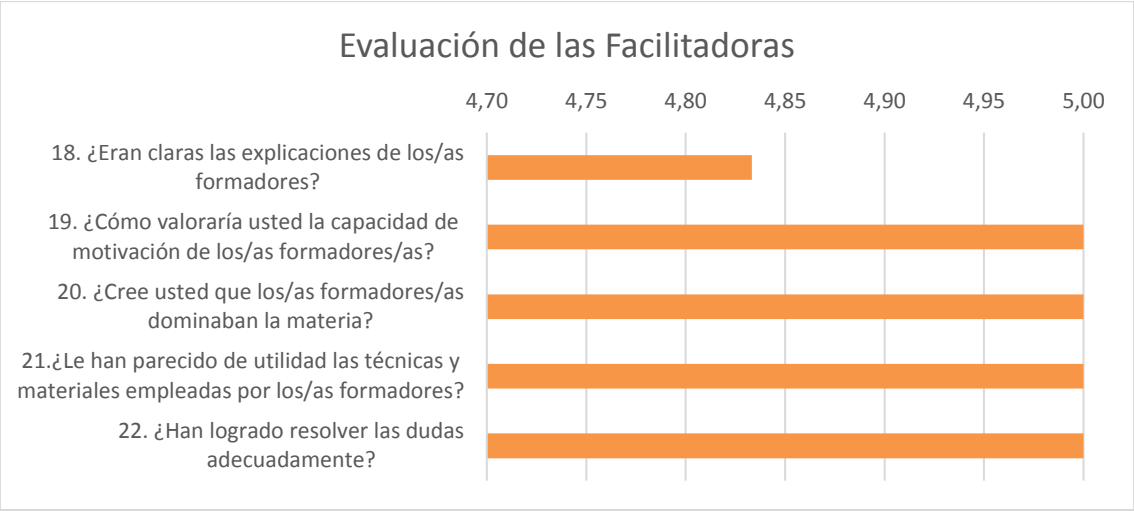




Podem observar que les valoracions són totes superiors a 4,6 sobre 5 a excepció de l'apartat de mitjans didàctics, ja que no van ser utilitzats.

Pel que fa a la valoració de les formadores va ser en tots casos excel·lent:

EVALUACIÓN DE los/as facilitadores/as	Primera Persona	Familiares	TOTAL
18. ¿Eran claras las explicaciones de los/as formadores?	5,00	4,67	**4,83**
19. ¿Cómo valoraría usted la capacidad de motivación de los/as formadores/as?	5,00	5,00	**5,00**
20. ¿Cree usted que los/as formadores/as dominaban la materia?	5,00	5,00	**5,00**
21.¿Le han parecido de utilidad las técnicas y materiales empleadas por los/as formadores?	5,00	5,00	**5,00**
22. ¿Han logrado resolver las dudas adecuadamente?	5,00	5,00	**5,00**



Els principals comentaris recollits als qüestionaris de satisfacció van ser:

- *Tenemos que conseguir que siga el Activa't.*
- *Los facilitadores destacan por su honestidad y sabiduría interior. ¡Gracias Prospect!*
- *Que dure un día más.*
- *El entorno donde se ha realizado la formación ha sido maravilloso. Personalmente he estado muy relajada.*
- *Ha sido un viaje en tren en un vagón lleno de sensibilidad en el aire y viendo por las ventanillas la realidad pasar. ¡Fabuloso!*
- *¡Todo perfecto!*

5. Programes de suport mutu

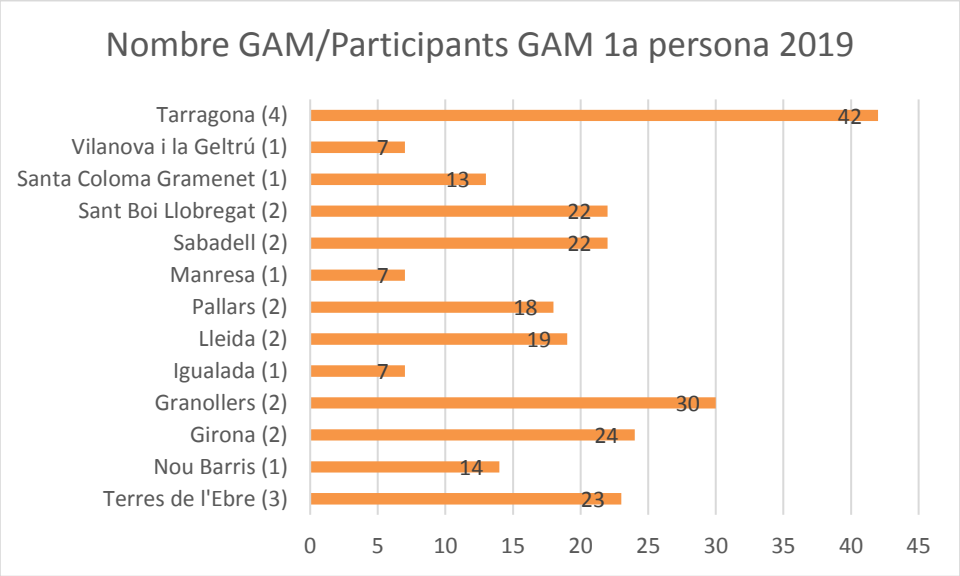
5.1. Els grups d'ajuda mútua

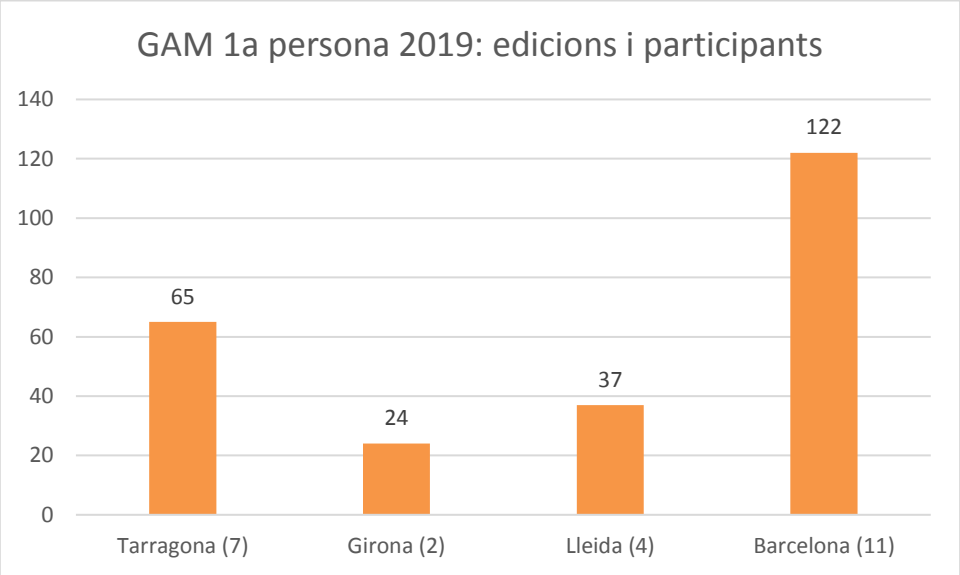
El grup d'ajuda mútua (GAM) es defineix com a espai de suport i acompanyament continuat entre iguals, per lluitar contra l'estigma i refer i/o enfortir la xarxa de suport social, així com per compartir estratègies de convivència amb els trastorns mentals. Existeixen GAM per a persones amb problemes de salut mental i GAM per a familiars. En ambdós casos, són les persones dins el mateix grup qui dinamitzen les trobades.

El **2019** han participat un **total** de **485** persones als Grups d'Ajuda Mútua, **248** als GAM en **1a persona** i **237** als GAM per a **familiars.** Entre **2015 i 2019**, en el marc del projecte *Activa't per la salut mental*, han participat un total de **1077** persones als GAM: **287** als GAM en **1a persona** i **490** als GAM per a **familiars**. A més, en total han participat **113 voluntaris** com a **moderadors de GAM** dels quals **57** s'han mantingut actius el 2019.

2019	46 GAM	24	de 1a persona
		22	de familiars
	485 Participants	248	en 1a persona
		237	familiars
2015-2019	105 GAM	57	de 1a persona
		48	de familiars
	1077 Participants	587	en 1a persona
		490	familiars

› GAM primera persona





Els participants diuen...

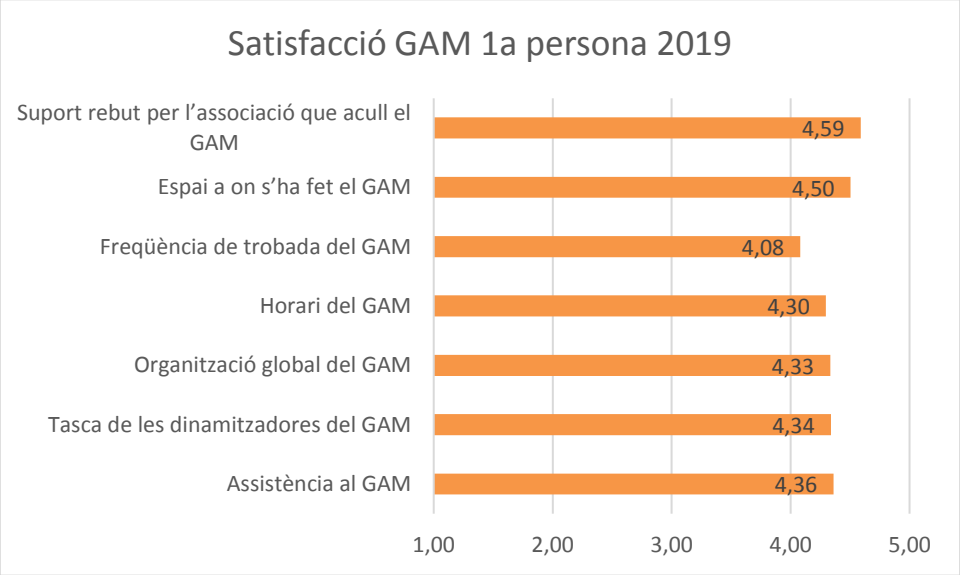
"M'ha servit per millorar en autoestima i socialitzar-me amb altres persones"

"Estoy contento porque he podido ayudar a gente y ayudarme a mí mismo"

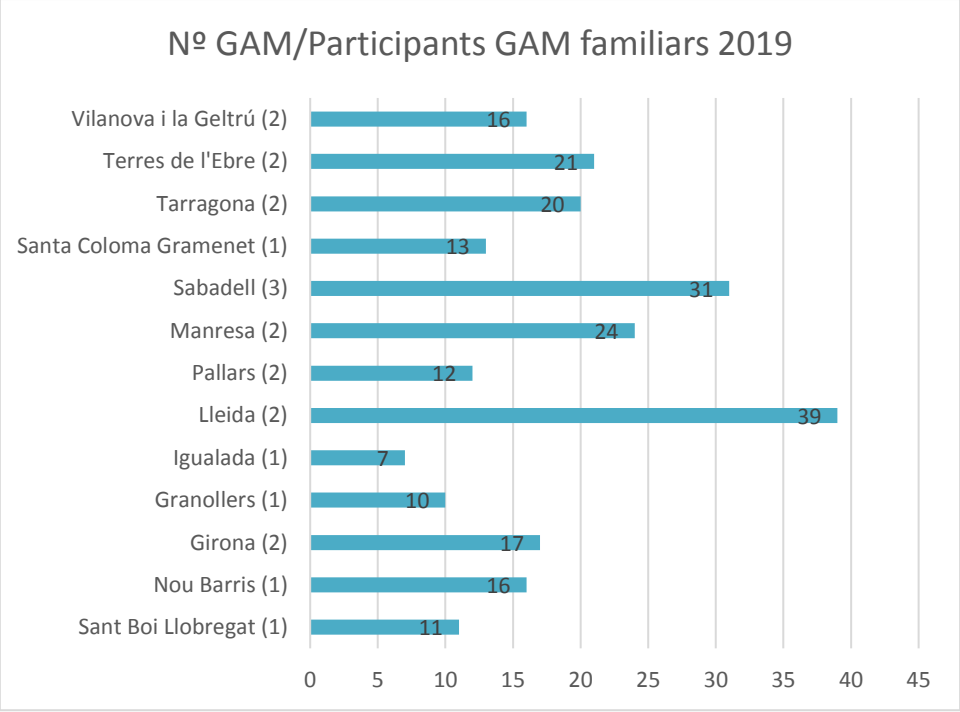
"El GAM m'ha aportat poder explicar coses que no explicava a ningú i desfogar-me, agafar confiança amb altres i, també, amb mi mateixa i amb la vida"

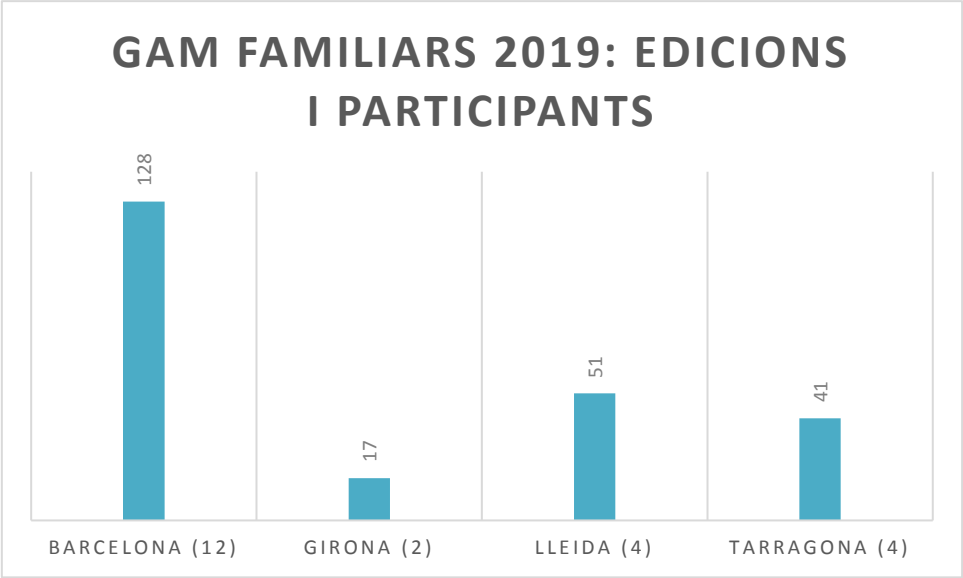
En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

Satisfacció global de 4,36 sobre 5 pel fet d'assistir al **GAM en primera persona**. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4.08 en una escala de l'1 al 5. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a la freqüència de les trobades (4,08) i el que puntua més alt fa referència al suport rebut per l'associació que ha acollit el GAM (4,59).



> GAM familiars





Els participants diuen...

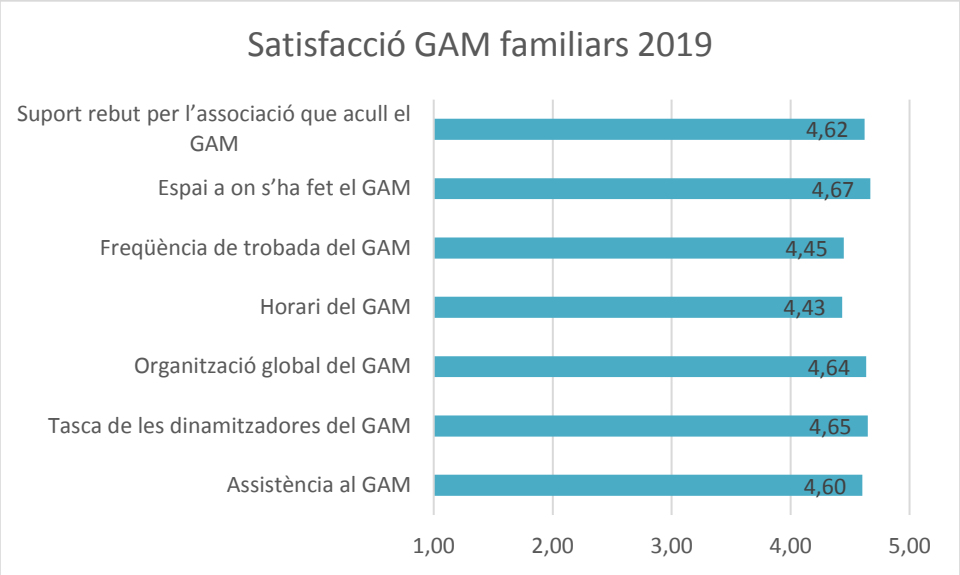
"El GAM m'ha aportat compartir, afrontar, conèixer"

"Més coneixements i seguretat amb mi mateixa. A part de fer unes amistats que m'aporten molts valors positius"

"M´ha apoderat molt. He après a valorar les petites coses i no preocupar-me per les coses futures, a reduir l´ansietat"

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

Satisfacció global de 4,60 sobre 5 pel fet d'assistir al **GAM de familiars**. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4,43 en una escala de l'1 al 5. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a l'horari del GAM (4,43) i el que puntua més alt fa referència a l'espai on s'ha fet el GAM (4,67).



5.2. Formació en moderació de grups d'ajuda mútua

Durant el **2019** s'han fet 8 formacions de moderació de Grups d'Ajuda Mútua (FDGAM), 4 per familiars i 4 per a primera persona.

Han participat un total de 82 **persones** a les **formacions de moderació de Grups d'Ajuda Mútua** durant el **2019**:

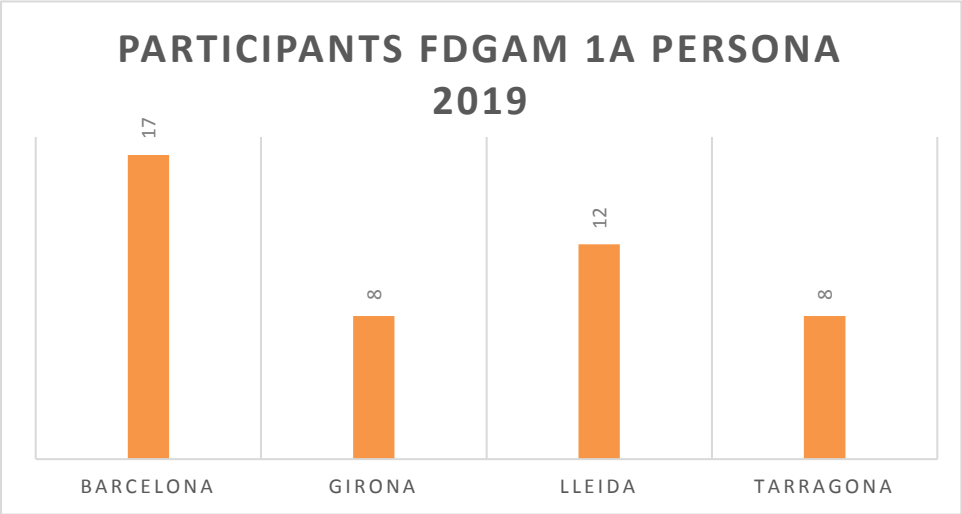
- **FDGAM 1a persona → 45**

- **FDGAM familiars → 37**

387 Persones han participat a les formacions. Des del 2015 fins al 2019

Del 2015 al 2019, en el marc del projecte *Activa't per la salut mental*, han participat un **total** de **387** persones a les FDGAM **entre 2015 i 2019: 174** a les formacions de FDGAM **1a persona**, i **213** a les de **familiars**

> Formació en moderació GAM primera persona



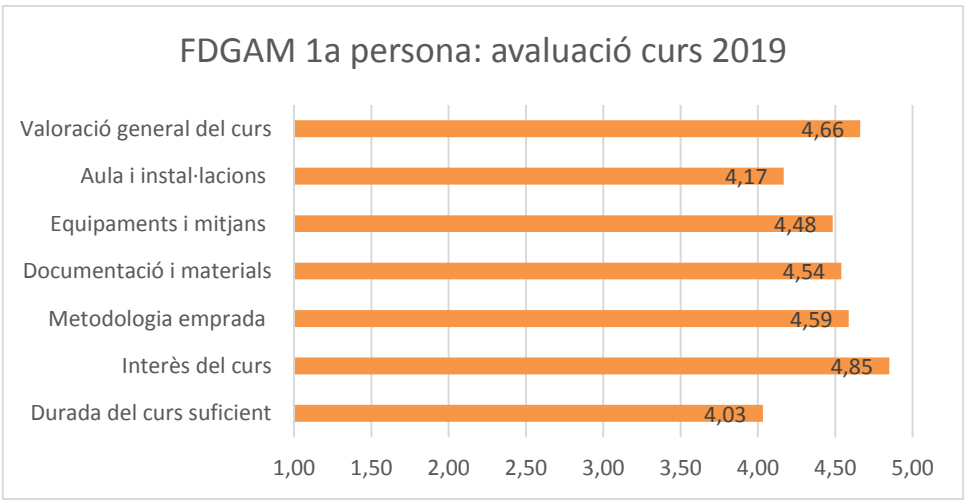
Els participants diuen...

"Gràcies per saber transmetre el vostre coneixement i experiència amb tanta passió"

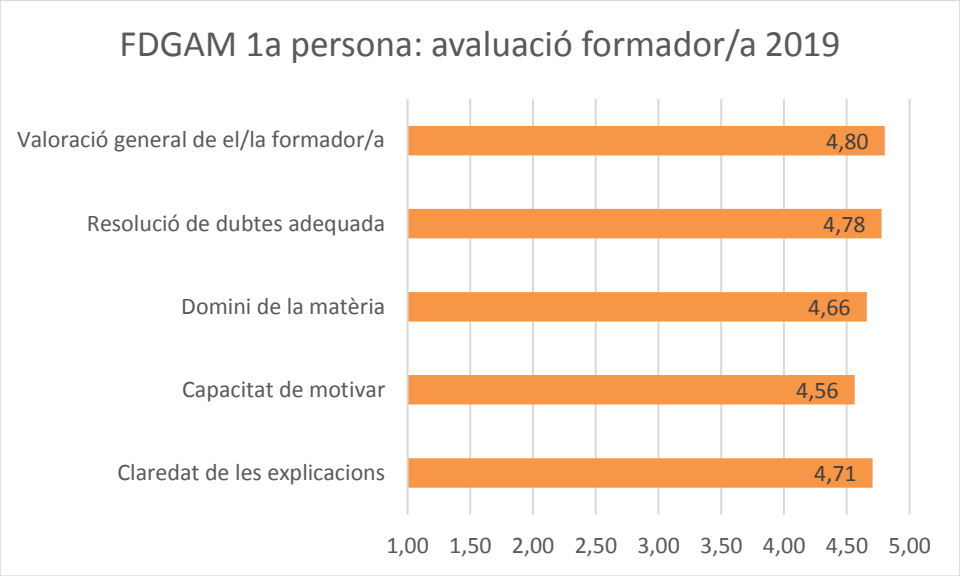
"Genial, informado y dispuesto a ayudarme y ayudar, quiero seguir sintiéndome alguien"

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

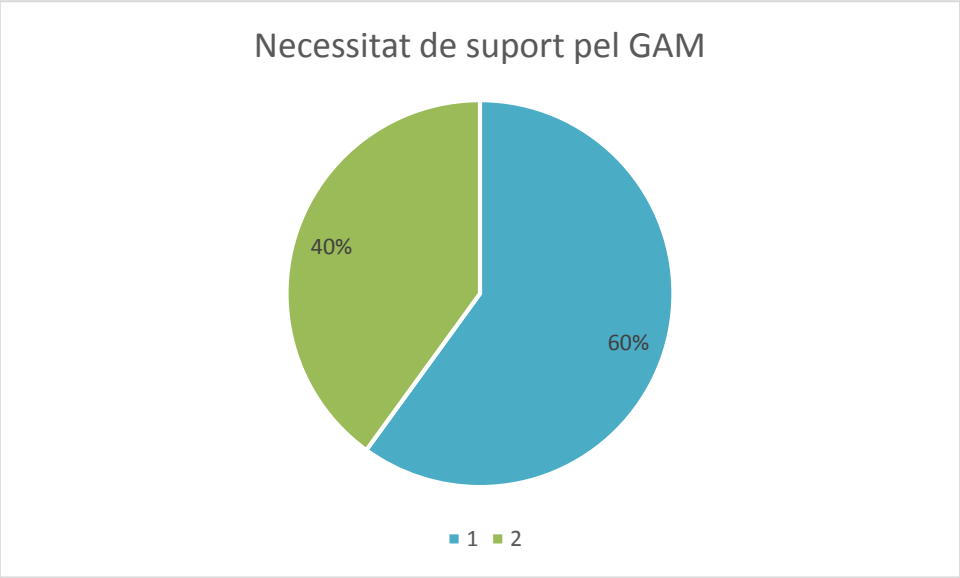
Valoració general de la Formació en moderació de GAM en primera persona de 4,66 sobre 5. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4,03 en una escala de l'1 al 5. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a la durada del curs (4,03) i el que puntua més alt fa referència a l'interès de la formació (4,85).



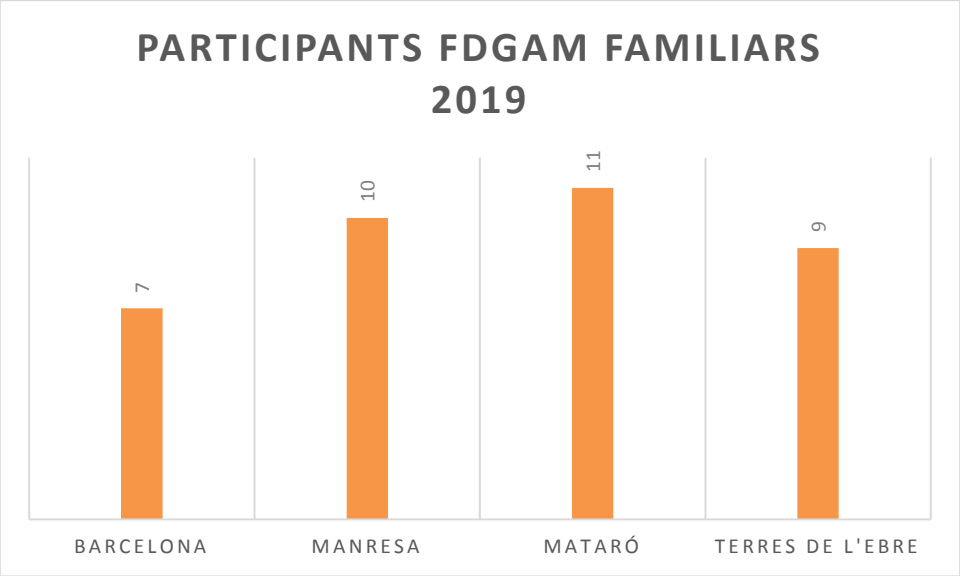
Valoració general de la persona formadora que ha impartit la Formació en moderació de GAM en primera persona de 4,80 sobre 5. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4,46 en una escala de l'1 al 5.



Pel que fa referència a les **necessitats de suport dels GAM**, el 60% assistents a la formació destaca les trobades mensuals individualitzades amb la persona referent Activa't, mentre que el 40% es decanta per les trobades provincials en grup, més espaiades en el temps, amb representants de diversos GAM (que dinamitzem des de la Federació SMC amb referents de l'Activa't al territori).



> Formació en Moderació GAM familiars



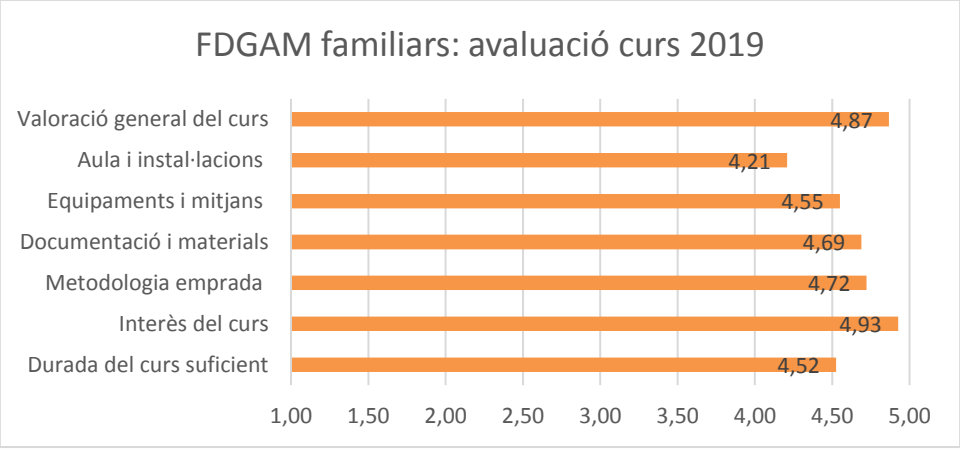
Els participants diuen...

"És molt pràctic i això és bo"

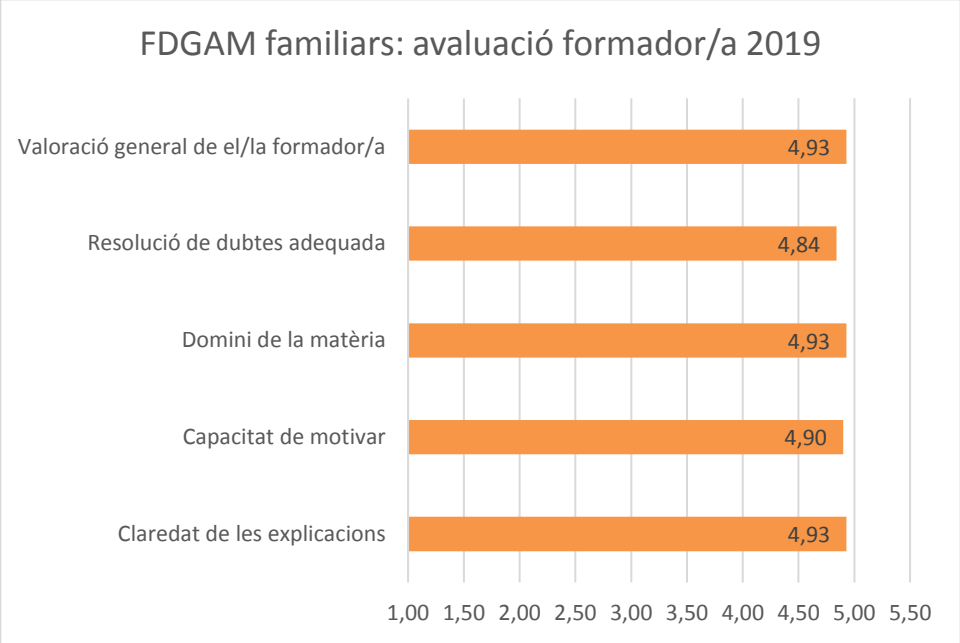
"L'experiència ha estat molt enriquidora"

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

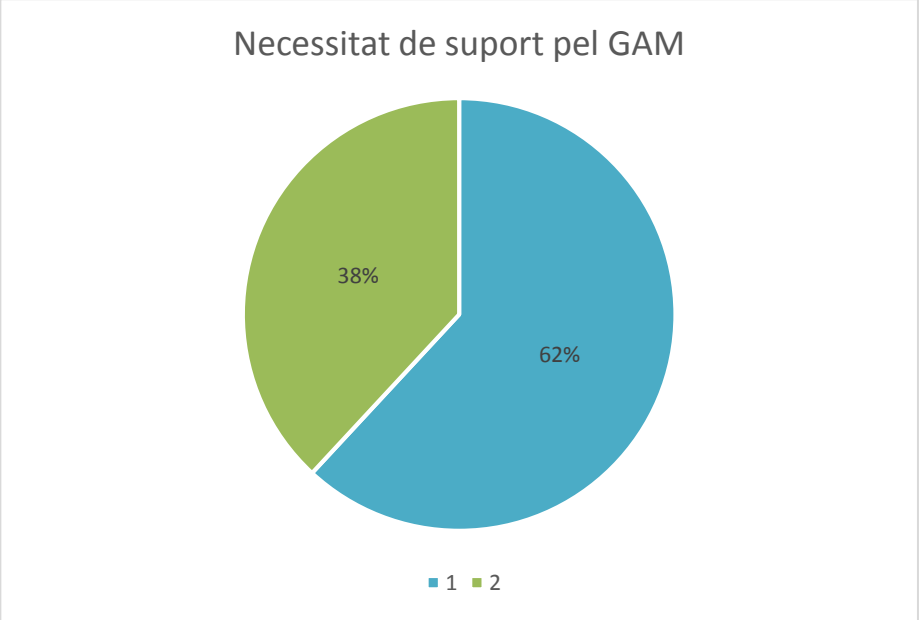
Valoració general de la Formació en moderació de GAM de familiars de 4,87 sobre 5. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4 en una escala de l'1 al 5. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a l'aula i instal·lacions (4,21) i el que puntua més alt fa referència a l'interès de la formació (4,93).



Valoració general de la persona formadora que ha impartit la Formació en moderació de GAM en primera persona de 4,93 sobre 5. En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4 en una escala de l'1 al 5.

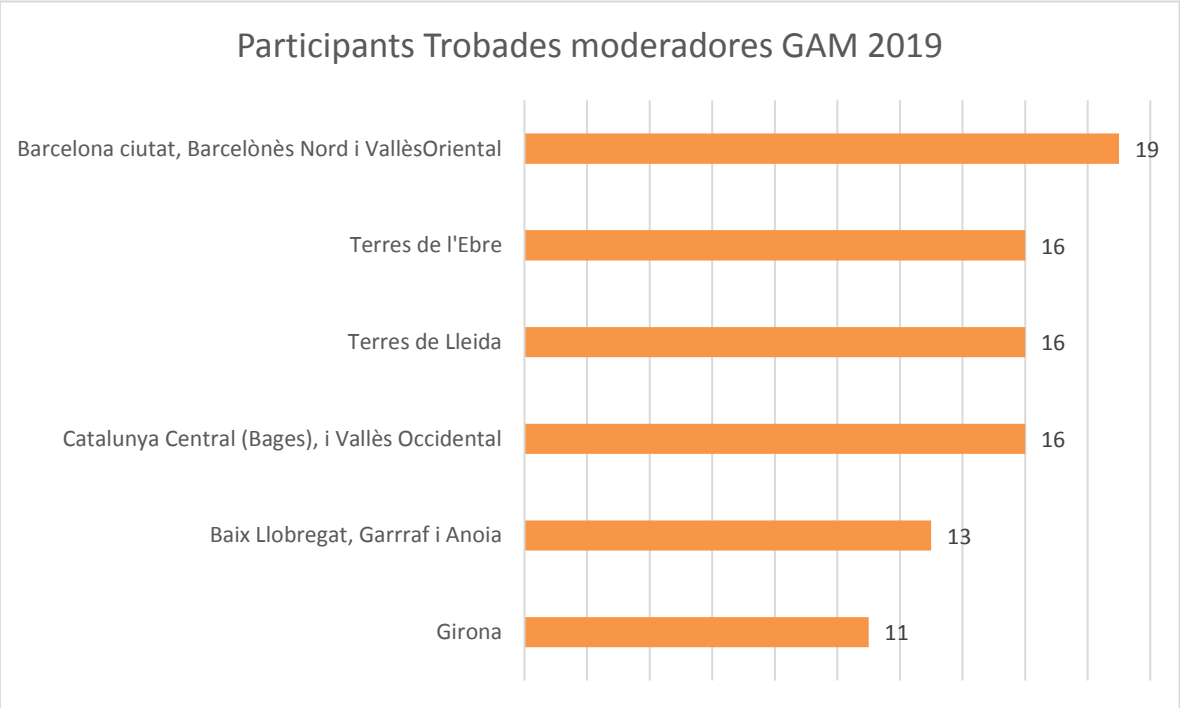


Pel que fa referència a les **necessitats de suport dels GAM**, el 62% assistents a la formació destaca les trobades mensuals individualitzades amb la persona referent Activa't, mentre que el 38% es decanta per les trobades provincials en grup, més espaiades en el temps, amb representants de diversos GAM (que dinamitzem des de lla Federació SMC amb referents de l'Activa't al territori).



› Trobades moderadores de GAM

El **2019** s'han organitzat **6 Trobades de persones moderadores de GAM** i han participat un **total** de **91** persones.



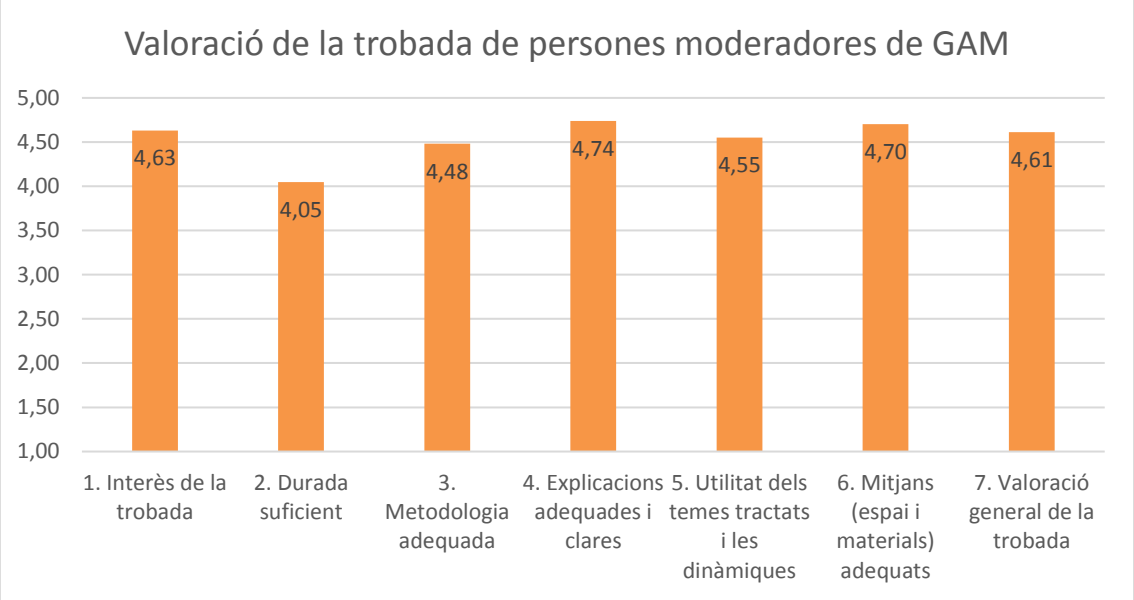
Els participants diuen...

"Potser seria interessant disposar d'un material escrit previ, que ens ajudés a anar a la trobada amb els temes ja una mica treballats."

"Proposo aprofundir en la visió des dels 2 punts de vista de familiar i primera persona, aprofitant que ens trobem compartint el mateix espai."

En base a les enquestes de satisfacció individuals, podem afirmar que **els resultats han estat molt satisfactoris**.

En tots els ítems avaluats, la mitjana de les puntuacions són superiors a 4 en una escala de l'1 al 5. L'ítem que puntua una mica més baix és en relació a la durada de la trobada (4,05) i el que puntua més alt fa referència a l'adequació i claredat de les explicacions (4,74).



6. Dinamització comunitària: fent xarxa

6.1. Reunions i trobades amb diferents professionals

Els professionals dels Espai Situa't participen a reunions i diferents trobades amb professionals de diferent caire per tal de presentar el projecte *Activa't per la salut mental* i trobar maneres de col·laborar fent xarxa.

Un dels objectius del programa Activa't per la Salut Mental, es el de ajudar a l'ús 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 i rebuda 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 agents en molts dels casos. Cal destacar la participació dels tècnics a les taules de salut mental i en comissions de salut comunitària d'alguns ajuntaments.

Aquestes reunions constitueixen espais on es busca una dinamització comunitària que es concreta en accions de vegades a través de les Taules de Salut Mental, o en el treball conjunt en alguns casos, o en la participació de diversos professionals en el programa Prospect, o en la detecció de familiars i persones amb problemes de salut mental amb ganes d'iniciar projectes..., entre d'altres.

304 reunions

1710 participants a les reunions

6.2. Reunions i trobades per serveis

Presentacions tècniques del projecte	tipus de centre	Nº reunions	Total Participants (núm aprox.) Si es tracta de reunions amb les mateixes persones només les comptem una vegada.
SERVEIS DE SALUT MENTAL: SESSIONS DE PRESENTACIÓ DEL PROJECTE, DE RECORDATORI O SEGUIMENT A PROFESSIONALS O USUARIS DELS SERVEIS (NO COMPTEN LES REUNIONS DE COORDINACIÓ TERRITORIAL)	CSMA CSMIJ CAS CENTRE DE DIA -SRC HOSPITAL DE DIA ADULTS HOSPITAL DE DIA INFANTO JUVENIL HOSPITALITZACIÓ-INGRESSOS ALTRES **TOTAL:**	97	453
SERVEIS VINCULATS A BENESTAR O AFERS SOCIALS (MUNICIPALS, COMARCALS, O DE LA GENE)	SERVEIS SOCIALS MUNICIPALS SERVEIS D'ATENCIÓ A FAMÍLES: SOAF O SAFE CLUBS SOCIALS RESIDENCIES, LLARS AMB SUPORT… ALTRES **TOTAL:**	29	51
ATENCIÓ PRIMARIA DE SALUT	**TOTAL:**	10	91
ÀMBIT DE JUSTICIA	COORDINACIÓ - SEGUIMENT DG SERVEIS PENITENCIARIS - MEDI OBERT PRESENTACIÓ SERVEI TPS-CO TPS-CP EQUIPS DE MEDI OBERT MESURES PENALS ALTERNATIVES ALTRES **TOTAL:**	15	284
ACTIVITATS VINCULADES A LES TAULES DES SALUT MENTAL	REUNIONS PLENARIES COMISSIONS GRUP MOTOR ALTRES **TOTAL:**	77	369
ALTRE SERVEIS O ENTITATS	**TOTAL:**	76	469
		304	**1717**

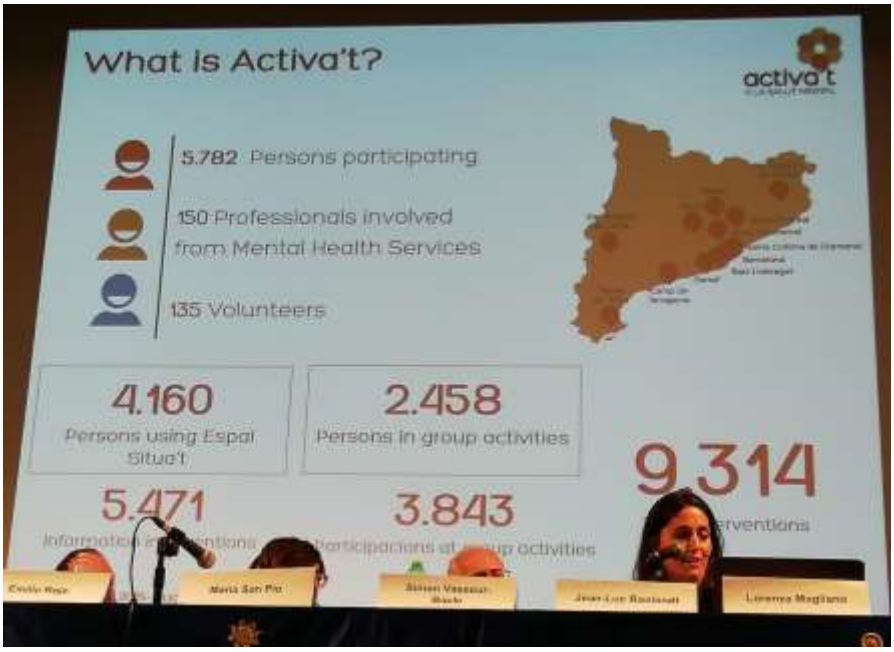
7. Avaluació del projecte

Aquest 2019 en que ja s'havia finalitzat l'avaluació, s'ha aprofita per fer-ne difusió i, sobretot, divulgació. En aquest sentit, s'estan elaborant diferents articles científics que mostren la innovació del projecte i els resultats obtinguts, així com l'eficàcia d'un canvi de model en l'atenció a la salut mental.

L'*Activa't per la salut mental* ha estat presentat a diversos congressos i jornades d'avaluació i projectes innovadors com:

- La **jornada de la Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental**
- El **Congres ENMESH d'avaluació de serveis de salut mental**
- El **Congrés de Integrated Care.**
- L'**XPATIENT Congress**.
- El congrés "**Enmesh: Managing mental health system complexity**", organitzat per ENMESH – the European Network for Mental Health Service Evaluation
- El **Congrés de Bones Pràctiques en Drets Humans de Trieste**
- (veure annex de comunicació).

A més, durant el 2019 el projecte ha rebut el **Premi Ramon de Tesserachs** i el Premi de bones pràctiques de la Confederació SM España.



Tanmateix, la principal avaluació del projecte, realitzada els anys anteriors amb un disseny experimental, va ser realitzada per part d'una entitat externa, **Institut Català d'Avaluació de Polítiques Públiques (IVALUA),** qui la va complementar amb una avaluació de la implementació. Es descriuen a continuació els principals resultats.

7.1. Avaluació de la implementació:

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

Resultats:

De l'informe se n'extreuen **propostes i recomanacions** que permetran millorar el programa Activa't, com per exemple: fer-lo més flexible i adaptat a les necessitats de les persones usuàries, ampliar o reduir determinats continguts, o propostes per aconseguir un millor nivell participació dels assistents i reduir la taxa d'abandonaments.

7.2. Avaluació de l'efectivitat:

Ha permès avaluar l'impacte del circuit Activa't sobre la persona afectada i el curador, amb un *grup tractament* que ha participat al circuit Activa't, i un *grup control* que s'ha mantingut al marge mentre durava l'avaluació. Al grup control se li ha ofert participar al circuit una vegada ha finalitzat la recollida de dades per l'avaluació.

Resultats

- La participació a l'Activa't **té efectes positius en la recuperació de les persones amb un diagnòstic de TMS, els quals mostren avenços en el seu procés de recuperació**.
- Pel que fa als **familiars** participants al programa, **tenen una percepció més positiva de l'experiència de cura, tant la seva pròpia com la de la resta de la família.**

De totes les variables estudiades, hi ha algunes en les que no s'ha observat diferències significatives entre els dos grups, com per exemple en l'ús de serveis sanitaris.

Els informes de resultats de l'avaluació, estaran disponibles properament al web d'IVÀLUA www.ivalua.cat i al web del projecte www.activatperlasalutmental.org.

Incloem també comentaris d'alguns participants al projecte que il·lustren la percepció de les persones participants:

Carlos, moderador de GAM d'usuaris de Santa Coloma, acuariòfil (amant del peixos, no es un diagnòstic)

"Nos ayuda a ver que no estamos solos. Eso es muy importante para una persona con enfermedad mental".

"He visto personas que han hecho grandes esfuerzos para ir (al GAM), después de un ingreso, entrar con una cara y salen con otra".

Pilar, mare de una filla de 34 anys amb diagnòstic, propietària de la primera botiga sostenible de Manresa

"Ens heu donat les eines, amb un llenguatge planer. La meva filla diu que ara amb mi es pot parlar".

"Ara veig una llum al final que abans no la veia, havia llençat la tovallola, **no sé si serà veritat o no, però com a mínim ara crec. M'heu ajudat a creure".**

7.3. Avaluació de l'Espai Situa't

El 2018 es va finalitzar 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

A continuació sintetitzem els resultats de l'avaluació portada a terme entre 2017-18. Podeu ampliar la informació i accedir als informes de resultats en aquest enllaç.
http://activatperlasalutmental.org/lespai-situat-rep-un-92-de-valoracio-per-part-de-les-persones-que-ho-han-utillitzat/

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

Com: Revisió de les demandes 2016 i primer trimestre del 2017 (1.000 demandes)

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

› 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.**

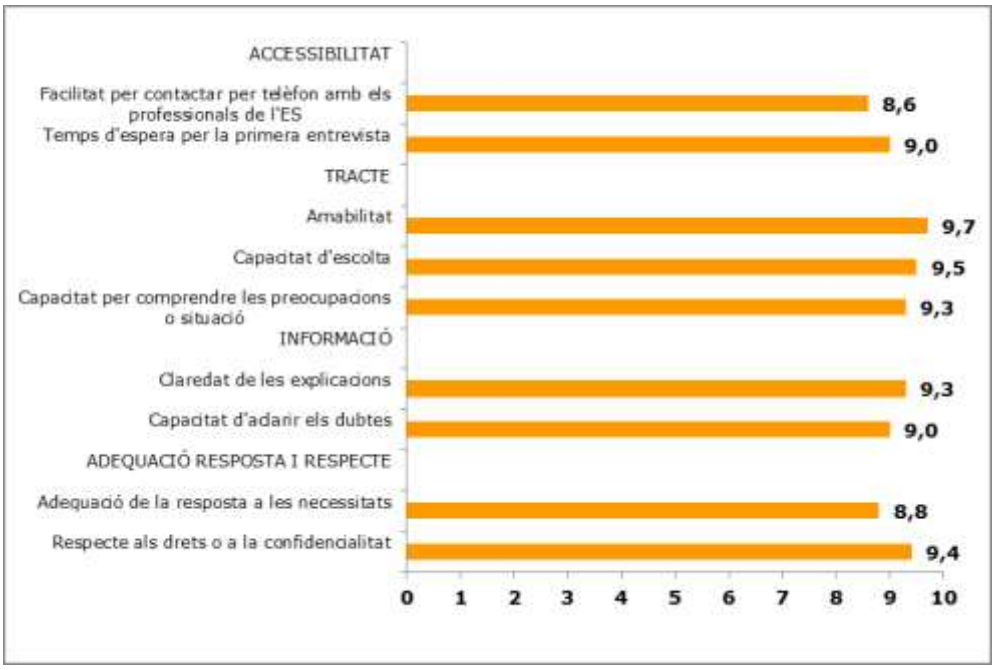
Resultats:
El **tipus d'intervenció més habitual que realitzen els professionals de l'Espai Situa't** és de **Derivació/orientació cap a altres serveis** (45%) i **Proporcionar informació** (44%), i en menor mesura altres com **Seguiment**, **Coordinació amb serveis, Assessorament, Reforçament del vincle/ús de la xarxa assistencial**.

› 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.

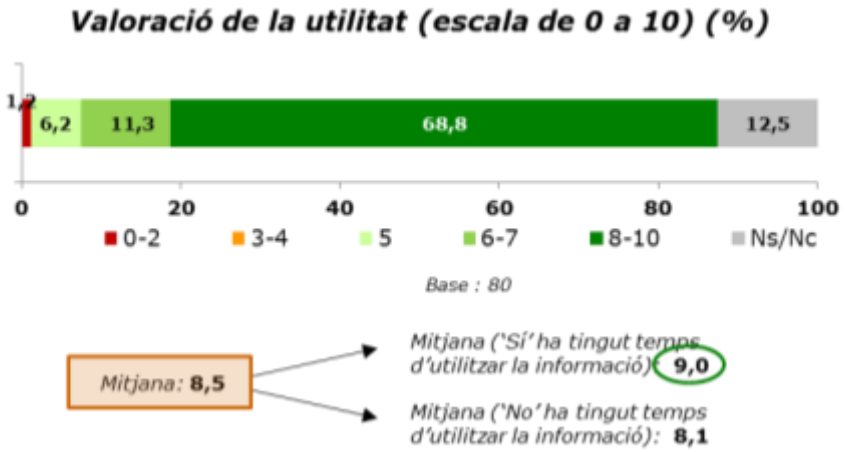
Resultats:

- **Molt bona valoració dels diferents aspectes del servei**: tracte, informació, accessibilitat, etc.



- La **satisfacció** amb el servei és molt elevada: **9,2 sobre 10**

- Bona valoració de la **utilitat** del servei: **8,5 sobre 10**. Un mes després d'utilitzar-lo, un alt percentatge dels enquestats valora que l'Espai Situa't ha suposat un canvi en relació a trobar millor els recursos que necessitaven, a estar millor informat, etc.



- Les persones destaquen **aspectes no trobats en altres serveis**: la informació rebuda, el tracte proper, la capacitat d'escolta i empatia, entre d'altres.
- Les **millores proposades** són: donar a conèixer millor el servei (10%), ampliar les persones que fan l'atenció (3,9%) i millorar l'accessibilitat: facilitat de contacte o rapidesa de resposta (2,6%)
- El 90% de les persones enquestades recomanaria el servei a altres persones, i al cap d'un mes el 22% ja l'havia recomanat a algú.

8. Altres activitats transversals

Arrel del **Congrés "Activa't per la salut mental: més enllà del pilotatge"** celebrat al mes de novembre del 2018, s'ha iniciat l'elaboració de la **publicació "Més enllà del pilotatge"** que recollirà ponències, comunicacions i conclusions dels tallers que es van dur a terme durant el congrés. A més, també inclou una valoració dels i les treballadores del projecte *Activa't per la salut mental* des de la vesant dels diferents territoris.

Al mateix temps, l'equip del projecte treballa en millores del sistema de registre de dades del projecte per tal de facilitar millores en al seva explotació així com la programació d'un mapa de recursos de la salut mental que estarà disponible al nou web de Salut Mental Catalunya, a partir de mitjans de l'any 2020.

Així mateix, l'equip que forma part del projecte *Activa't per la salut mental* ha seguit un pla de formació anual per tal de fer front a necessitats que han anat apareixent al llarg de l'any, o per reforçar i consolidar les habilitats de gestió i implementació que el propi projecte requereix.

9. 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 6 entitats locals membre de VEUS o de Activament Catalunya Associació.

Associacions:

Proveïdors sanitaris:

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

ivàlua

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 ta Persona