Resum Activitats 2019

Projecte d'Atenció integral a familiars i persones amb problemes de salut mental

SMC salutmental Catalunya
Federació

Índex

1 Introducció..... 3

2 El moviment associatiu de famílies i de persones amb problemes de salut mental..... 5

3 La Federació Salut Mental Catalunya..... 7

4 Model d'atenció comunitària en salut mental.....14

5 Població diana 15

Memòria i descripció d'activitats.....16

A Enfortim la xarxa associativa.....17

B Incidència política i defensa de drets..... 21

C Potenciem el paper com a portaveus de les famílies i les persones..... 29

D Arribem a més persones i organitzacions amb el nostre missatge, valors i posicionament..... 31

E Facilitem els processos d'empoderament, recuperació i inclusió social..... 36

Tots per la salut mental 53

1. Introducció

La salut mental: un repte de futur, una aposta necessària

Tot i els avenços en els darrers anys, i especialment les darreres dècades, la salut mental continua sent significativament i socialment poc coneguda. Milers de persones a Catalunya viuen i/o conviuen amb un trastorn mental que altera les seves relacions socials, la seva feina, la seva formació, en definitiva, tots els aspectes de la seva vida.

Algunes dades que ens fan reflexionar en aquest sentit:

- L'Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) situa els trastorns mentals entre les primeres malalties cròniques que pateix la població catalana i que afecten de manera greu la qualitat de vida de les persones.

- Segons l'ESCA, com més baixa és la classe social, més alta és la probabilitat de patir ansietat o depressió.

- Els sistemes de suport formals i informals són fonamentals per sostenir i mantenir les persones en el moments més vulnerables.

No estem davant només de situacions que tenen un impacte individual i/o familiar, si no que són socialment molt rellevants. L'OMS alerta que **la salut mental és un factor econòmic important**, que la bona salut mental contribueix a la productivitat econòmica i a la prosperitat; i que és un element de vital importància per al bon funcionament de les famílies i la societat.

Aquest mateix organisme internacional defineix la salut mental com una de les seves prioritats principals i **un dels majors reptes de la salut pública.**

> *"Considerar les persones amb trastorns mentals com un grup vulnerable i marginat que requereix atenció prioritària i que s'ha d'incloure en les estratègies de desenvolupament i reducció de la pobresa, per exemple, en els programes d'educació, ocupació i subsistència, així com al programa de drets humans."*
>
> Font: Pla d'Acció integral sobre Salut Mental 2013-2020 (OMS)

El Pla Europeu de Salut Mental 2020 ha marcat grans reptes a tots els països per assolir en els propers anys i ha identificat **la funció essencial de la salut mental en la consecució de la salut de totes les persones**, de la ciutadania.

ESTRATÈGIA 2017-2020 . PLA DIRECTOR DE SALUT MENTAL I ADDICIONS

La crisi socioeconòmica ha incidit en els darrers anys en un augment de les desigualtats en salut, especialment en l'àmbit de la salut mental.

El Departament de Salut ha prioritzat l'atenció a la salut mental per el període 2016-2020, amb l'objectiu d'avançar cap a una societat més inclusiva, compromesa amb la justícia social, els drets i l'atenció als col·lectius més vulnerables.

Vol donar un impuls al model d'atenció comunitària. Entre molts dels principis i propostes que l'inspiren hi ha, com a eix fonalmental, l'apoderament i la participació en primera persona i de les seves famílies, així com de les organitzacions que els representen.

"El Pla Europeu assenyala com a element fonamental l'emancipació de les persones amb problemàtiques de salut mental i de les seves famílies, i la seva participació en la promoció, les polítiques, la planificació, la legislació i la prestació de serveis en salut mental."

"L'Estratègia 2017-2010 del Pla Director de Salut Mental i Addiccions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya planteja, com una de les seves línies estratègiques, incorporar la veu de les persones afectades i de les seves famílies en els espais de disseny, detecció de necessitats i presa de desicions."

La **Federació Saut Mental Catalunya**, mitjançant el seu programa d'activitats 2019 ha desenvolupat línies d'acció amb la **finalitat de contribuir i donar resposta a aquests objectius i línies estratègiques que plantejar el Pla Director de Salut Mental i Addiccions**, desenvolupant iniciatives que permetin millorar la participació i l'apoderament de les persones i les seves famílies, promovent propostes que permetin el suport, la capacitació i l'acompanyament a les persones i desenvolupant propostes que contribueixin al desenvolupament del model d'atenció comunitària en salut mental.

2. El moviment associatiu de famílies i de persones amb problemes de salut mental

El naixement del moviment associatiu a l'Estat espanyol coincideix amb els **anys d'implantació de la reforma psiquiàtrica**. El procés de desinstitucionalització de les persones amb trastorn mental que va portar com a conseqüència la reforma, va ocasionar el sorgiment immediat d'un moviment associatiu, quan les famílies es van trobar amb el retorn al domicili de les persones amb trastorn mental sense estar establerts, dins de la pròpia comunitat, els dispositius necessaris per desenvolupar els principis d'atenció, assistència, tractament i rehabilitació previstos a la reforma i a la Llei General de Sanitat del 86, article 20.

Les famílies es van convertir, així, en cuidadores sense preparació prèvia i sense disposar d'una xarxa de suport i recursos comunitaris adequats per assumir aquest repte.

La primera associació de familiars de persones amb problemes de salut mental que es va constituir a Catalunya va ser l'Arep a Barcelona, cap a finals dels anys 70 a iniciativa d'algunes famílies que van tenir contacte amb l'Associació Vida de Madrid, pionera en constituir-se com a tal cap a l'any 1968, a iniciativa d'algunes famílies de persones amb trastorns mentals i deficiències psíquiques. En aquella època, altres associacions van anar sorgint a ciutats com València, Múrcia, Vitòria, Saragossa, Logronyo i Tenerife.

Informar i donar suport als familiars afectats era l'objectiu principal del moviment associatiu, que va anar creixent i desenvolupant-se amb la intenció de dotar-se, cada vegada, de més i millors eines per oferir els seus serveis a la comunitat.

El seu paper històric de reivindicació, seguiment i participació en les polítiques públiques les ha situat en un espai privilegiat d'observatori de la situació de l'atenció a les persones amb trastorn mental, de la qualitat de l'assistència que reben, així com dels buits i mancances que detecten a tot el territori català.

Resum activitats 2019

Els **objectius generals de les associacions de familiars i persones amb trastorn mental** s'estructuren al voltant dels següents eixos:

- Vetllar per la qualitat de vida de les persones amb trastorns mental, defensar, promoure i desenvolupar els seus drets com a ciutadans.
- Oferir suport, orientació i assessorament a les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars.
- Aconseguir una major sensibilització i implicació de la població respecte la salut mental, promovent campanyes de sensibilització, jornades i creant un estat d'opinió favorable.
- Col·laborar amb les institucions públiques i privades per a la consecució de recursos que responguin a les necessitats del col·lectiu.
- Promoure la creació de tot tipus de serveis sanitaris, socials, psicoterapèutics i de treball per al col·lectiu de persones amb trastorns mentals.

A Catalunya, l'any 1996 es va constituir la **Federació Catalana FECAFAMM**, amb la participació inicial d'11 associacions existents a Catalunya, amb la voluntat i la decisió d'unificar esforços i criteris per obtenir millors resultats en els seus propòsits.

Al gener del 2013 la FECAFAMM va passar a denominar-se **Federació Salut Mental Catalunya** amb la voluntat de fer un pas endavant i reforçar projectes propis i continuar treballant per la millora de la salut mental en tots els àmbits, compartint estratègies i optimitzant recursos. Per això va crear la marca SMC que actualment comparteix amb la Fundació Salut Mental Catalunya (abans anomenada Fundació Funamment) creada per la mateixa Federació al 2007, i amb AMMFEINA Salut Mental Catalunya (abans anomenada Agrupació Catalana d'Entitats per la inserció laboral de persones amb trastorn mental) creada l'any 2005.

A l'Estat espanyol, l'any 1983 les associacions de València, Àlaba i La Rioja van constituir **FEAFES**, la Federació Estatal d' Associacions de Familiars de Malalts Psíquics amb seu a València. Però no és fins l'any 1986 que trasllada la seva seu a Madrid amb la incorporació d'altres associacions d'arreu de l'Estat. Recentment ha canviat el nom de FEAFES pel de Salud Mental España.

El moviment associatiu no és un fenomen exclusiu de les nostres fronteres. El primer **Congrés Europeu** per a familiars de persones amb problemes de salut mental va tenir lloc a Hann (Bèlgica) entre els dies 7 i 9 de juny de 1990 amb el consens mutu de cinc associacions de familiars de diferents països europeus que van estructurar un manifest on van recollir els drets fonamentals de les persones i les seves famílies.

Així doncs, la **Federació Europea** va ser una realitat a partir del 19 de desembre de 1992 a Brussel·les, data en què es van signar els estatuts d'EUFAMI (European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness). Va ser al febrer de 1994 quan es va reconèixer, definitivament, per la legislació belga com una associació internacional.

3. La Federació Salut Mental Catalunya

Breu descripció

La Federació Salut Mental Catalunya es va crear l'any 1996. Va néixer vinculada al moviment associatiu de familiars i **ha anat incorporant de forma progressiva la participación en primera persona**. Tot i que encara no és majoritària la veu de les persones amb problemes de salut mental, des de la Federació es potencia la seva incorporació a les entitats, fet que constitueix un dels grans reptes a assolir en els propers anys de forma més global.

La Federació SMC representa a gran part del moviment associatiu de familiars i persones amb problemes de salut mental i actualment està constituida per una setantena d'associacions i més de 6.000 famílies arreu de Catalunya.

MISSIÓ

Representem i acompanyem el moviment associatiu de persones i familiars que a Catalunya lluiten per millorar la salut mental, posant-nos al seu servei i **apoderant-los**, tot contribuint a promoure la qualitat de vida, la defensa dels drets, la **sensibilització social**, la igualtat d'oportunitats i la no discriminació, tant d'**infants com d'adults**

SALUT MENTAL CATALUNYA: una nova denominació i estratègia

L'any 2013 la Federació assumeix un canvi de denominació i marca generant una aliança amb AMMFEINA Salut Mental Catalunya, una entitat que adreça la seva missió a la promoció de recursos i serveis a través dels quals les persones amb problemàtiques de salut mental puguin accedir a una efectiva **igualtat d'oportunitats en l'accés, permanència i promoció al mercat laboral, en condicions òptimes de dignitat i qualitat.**

La nova denominació acompanya un replantejament de la Federació i dels eixos estratègics, i suposa una nova etapa on la Federació es planteja com a reptes:

- Obrir-se a un concepte més global de salut mental i a nous públics.
- Parlar de la salut mental en positiu, incorporant elements de prevenció i promoció de la salut.
- Incorporar la salut mental en totes les etapes de la vida.
- Incrementar la participació en primera persona esdevenint un moviment associatiu mixt que incorpori tant la veu de les persones com la de les seves famílies.

Pla estratègic 2016-2019

Durant el 2015 es va treballar en la definició d'un nou pla estratègic amb la finaltat de poder avaluar l'anterior i plantejar una nova estrategia per als propers quatre anys.

Aquest pla estratègic ha permès orientar millor i analitzar els reptes com a xarxa associativa per als propers anys i, alhora, formular objectius i accions més eficaces i adients per avançar en la consecució de resultats vinculats a la nostra missió.

Valors

La Federació Salut Mental Catalunya compromesa amb la millora de la salut mental, la promoció de la qualitat de vida, la defensa dels drets, la sensibilització social, la igualtat d'oportunitats i la no discriminació, tant d'infants com d'adults, fonamenta la seva actuació en els següents valors:

- **La transparència, actuant i donant a conèixer tots els aspectes vinculats a la gestió tècnica i financera, fent-los públics i posant-los a l'abast tant del conjunt de la xarxa associativa com de la societat.**
- **Una gestió responsable, amb criteris integrals de qualitat i avaluació contínua, de sostenibilitat i d'eficiència, amb rigor, seriositat i amb capacitat autocrítica.**
- **La cooperació i el treball col·laboratiu amb tots els agents, tant a nivell intern com extern, fent de la participació una eina de cohesió, de promoció i de diàleg, on tothom tingui l'oportunitat d'expressar-se i opinar sobre allò que els implica, amb la voluntat de construir conjuntament.**
- **L'activisme i l'esperit de lluita com a element clau per a la transformació i la defensa dels drets en salut mental.**
- **La coherència entre la missió i les accions que es desenvolupen en el marc de la Federació, mantenint-la amb independència dels factors externs i de context.**

Línies Estratègiques 2016-2019

EIX 1: INCIDÈNCIA POLÍTICA

L'opinió i la participació del moviment associatiu ha d'esdevenir un element fonamental en la planificació, disseny i avaluació de les polítiques públiques en salut mental, per tal d'aconseguir el reconeixement efectiu dels drets de les persones amb problemes de salut mental i de les seves famílies. La Federació, a nivell global com a representant del moviment associatiu, i les associacions, a nivell local, han d'impulsar estratègies efectives en aquest sentit.

EIX 2: ENFORTIMENT DE LA XARXA ASSOCIATIVA

El rol que han de jugar les associacions en el seu territori és fonamental per tal de contribuir a la missió del moviment associatiu, són un element cabdal per al foment de l'activisme, de la incidència a nivell local i del suport i acompanyament mutu. La Federació es proposa, per tant, treballar de forma intensa en aquest sentit, amb la finalitat de contribuir a impulsar estratègies que ens ajudin a definir millor el model associatiu, a millorar la seva capacitat tècnica de gestió i de participació interna. L'estratègia preveu treballar en una proposta que permeti en primer terme enfortir les associacions i millorar el model associatiu actual i, en segon terme, promoure el treball en xarxa i l'establiment de sinergies entre associacions d'un mateix territori.

EIX 3: SENSIBILITZACIÓ I COMUNICACIÓ

La salut mental i tot el que engloba suposa una gran complexitat i és una desconeguda per part del conjunt de la societat. Existeix una enorme desinformació i estigma associats a la salut mental. Tots aquests elements generen enormes dificultats i obstacles, tant per a les persones que poden patir-ne experiències directes com per la resta de població, des d'una perspectiva de prevenció i de promoció. La Federació vol treballar per contribuir a millorar els missatges i informacions que arriben a la societat, plantejant propostes innovadores, serioses, posant a l'abast informació d'interès i recollint i posant en valor les experiències directes en primera persona i dels seus familiars.

EIX 4: INCLUSIÓ SOCIAL I SERVEIS I PROGRAMES PER A LES PERSONES

La Federació vol treballar els propers anys de forma intensa per contribuir al ple desenvolupament del model d'atenció a la salut mental comunitària, des d'una visió integral i transversal. I vol fer-ho impulsant serveis i programes complementaris i/o alternatius als serveis de tractament existents. Serveis complementaris que posin el focus en el concepte de recuperació i apoderament de les persones i apostin per la seva inclusió i participació en i amb la comunitat. Uns serveis que situïn la persona en el centre com a eix vertebrador de les propostes. Tot això ho farà cooperant i treballant amb les entitats de la pròpia xarxa associativa i de la resta de sector de salut mental.

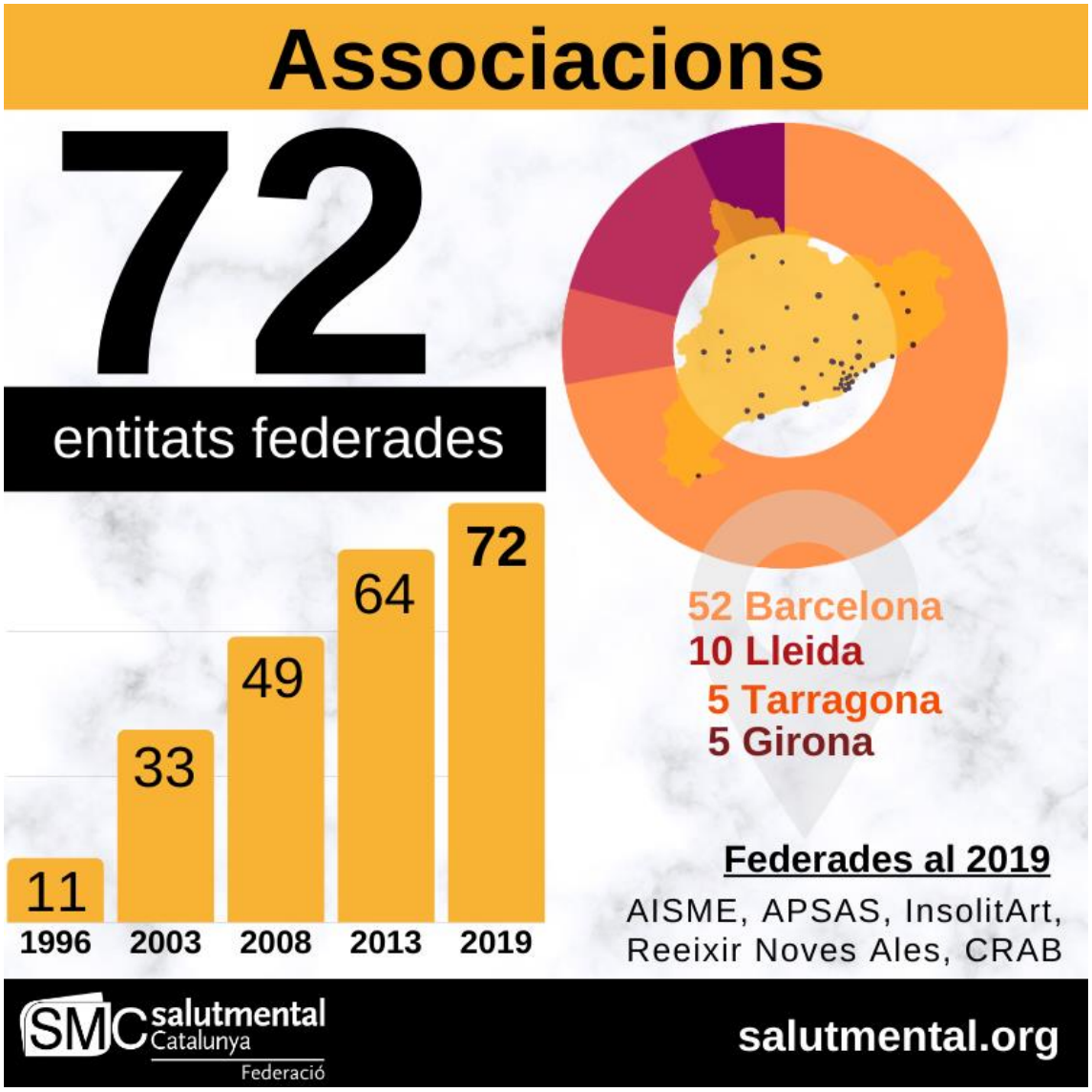
EIX 5: GESTIÓ INTERNA

La gestió interna estarà enfocada a la consecució de la màxima eficiència i transparència institucional a través de la implementació de processos de millora continua i gestió integral del coneixement, de la informació, de les finances i de les persones, basant-nos en un model de formació continuada i garantint el suport puntual i la transferència de coneixement a la xarxa associativa.

Associacions federades

La Federació Salut Mental Catalunya tanca el 2019 amb 72 entitats federades arreu del país. L'Assemblea Extraordinària, celebrada el 30 d'abril del 2019 a Barcelona, va aprovar la incorporació de quatre noves entitats federades: l'Associació per la Innovació en Salut Mental i Educació (AISME) de Barcelona, l'Associació per a la prevenció del Suïcidi i l'atenció al supervivent (APSAS) d'Hostalric, InsolitArt de Santa Coloma de Gramenet i Reeixir Noves Ales de Banyoles. L'Assemblea va aprovar també donar de baixa com a entitat federada a l'associació Suport Salut Mental Sant Cugat, que ha deixat d'existir com a tal. Al mes de juny es va aprovar també la incorporació d'una nova entitat, el Centre de Recursos per l'Autisme Aprenem Barcelona (CRAB).

La llista actualitzada està disponible al nostre web:
http://www.salutmental.org/qui-som/smc-federacio/les-nostres-associacions



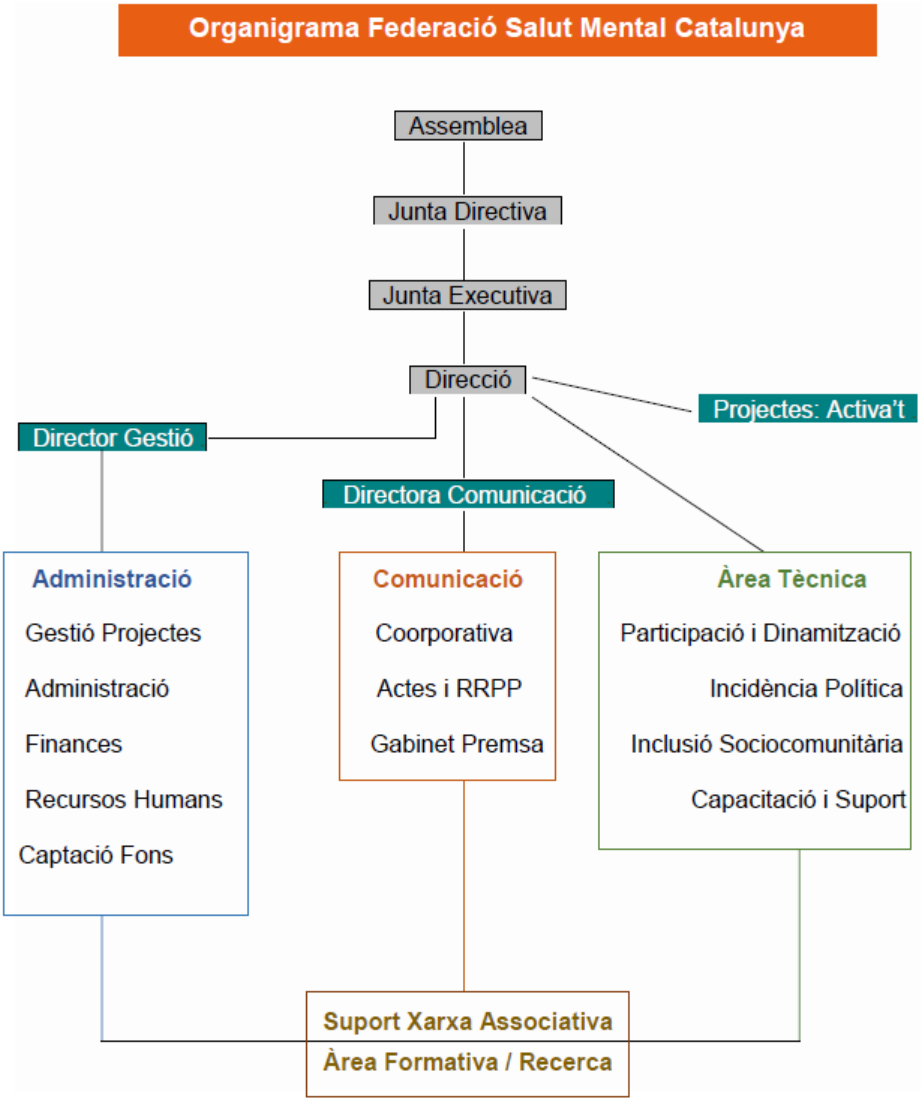
Estructura i organització interna

Assemblea General
És l'òrgan sobirà de la Federació, està constituïda per tots els socis de l'entitat.

Junta Directiva
És l'òrgan de la Federació que té per funció elaborar les polítiques de la Federació i ser el lloc de trobada periòdica dels socis per analitzar les problemàtiques del sector.

Junta Executiva
És l'òrgan col·legiat de govern de la Federació que té per funció la gestió ordinària, la representació i l'administració de la Federació.

Presidència
És la persona física que representa l'entitat i ha estat escollida per l'assemblea general.



Actualment els membres de la Junta Executiva són:

- **President**: Israel Molinero Blanco
- **Vicepresident 1r**: Ángel Urbina Sánchez
- **Vicepresidenta 2a**: Mercè Martín i Falgueras
- **Secretari**: Josep Aguilar Triviño
- **Vicesecretaria**: Susana Plasencia Caparroz
- **Vocals**:
  - Xavier Trabado (Arep)
  - Eva M. Barta (Associació Salut Mental Ponent)
  - Francisco Vicente Rubio Chuan (Associació Ment i Salut La Muralla)
  - Mercè Torrentallé (Associació La Noguera)
  - Francisco Villegas (AMMFEINA Salut Mental Catalunya)
  - Maria Combalia Gracia (Família i Salut Mental Girona i Comarques)
  - Enriqueta Vidal Domènech (Associació Salut Mental Baix Llobregat)

Relacions Institucionals

Representació i participació institucional a:

La Federació té presència en diversos organismes de l'àmbit de la salut mental:

- COCARMI (Comitè català de representats de persones amb discapacitat), membre del CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad)
- Salud Mental España (Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental), membre d'EUFAMI (Federació Europea d'Associacions de Famílies de Persones amb Malaltia Mental)
- Comitè Jurídic de Salud Mental España
- Comitè de Persones amb Malaltia Mental de la Confederació Salud Mental España
- Comissió assessora del programa "Per un esport sense barreres" de l'Institut Municipal d'Esports de l'Ajuntament de Barcelona
- Observatori Català de la Família (Secretaria de Família)
- Xarxa de Suport a les Famílies Cuidadores de Barcelona
- Consell de Participació de l'Àrea de Benestar Social Diputació de Barcelona
- Taula del Tercer Sector Social de Catalunya
- Obertament (participant com a membres de la Junta Directiva)
- Fundació Hàbitat3 (participant com a fundadors i membres del Patronat)
- Clúster de Salut Mental (participant com a membres fundadors)

Relació i cooperació amb altres entitats:

- Fundació Congrés Català de Salut Mental
- Fòrum Salut Mental (Fòrum d'iniciatives assistencials i de gestió en salut mental i addiccions a Catalunya)
- Consorci de Salut i Social de Catalunya
- Unió Catalana d'Hospitals
- Fundació Sant Joan de Déu. Serveis de Salut Mental
- Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions. Parc Salut Mar
- Fundació Futur
- Fundació Tomàs Canet
- Fundació Nou Camí
- Fundació Althaia
- ONCE Catalunya
- Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental
- Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental Infantojuvenil
- Associació Catalana de Professionals de la Salut Mental (abans AEN Catalunya)

Fitxa tècnica

Federació Salut Mental Catalunya	
CIF	G-61064242
Naturalesa de l'entitat	Federació
Àmbit d'actuació	Catalunya
Seu Social	Carrer Nou Sant Francesc, 42 08002 Barcelona Tel. 93 272 14 51 a/e: federacio@salutmental.org web: www.salutmental.org
Registre i data d'inscripció	Inscrita en el Registre d'Associacions de la Generalitat de Catalunya, Departament de Justícia, amb el número 285 de la secció segona amb data de 14 de febrer de 1996.
Utilitat Pública	Declarada d'utilitat pública per la Direcció General de Dret i d'Entitats Jurídiques del Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya, segons resolució JUS/ 2012 de 16 de febrer.
Núm. d'entitats	72

4. Model d'atenció comunitària en salut mental

La **Federació SMC**, com a representació de les associacions de familiars i persones amb problemes de salut mental de Catalunya, aposta per un model d'atenció en salut mental amb un enfocament comunitari en els serveis i prestacions, amb una visió integral que requereix la vertebració d'una única xarxa d'atenció que atengui les necessitats sanitàries i socials del col·lectiu, la finalitat de la qual sigui una veritable integració de la persona en la comunitat.

Model d'atenció comunitària en salut mental

- **Desenvolupament d'una xarxa de serveis de suport social i de salut integrats a la comunitat.**
- **Que vagin més enllà de la tradicional "derivació" i se centrin en les necessitats de les persones.**
- **Que reconeguin la funció, experiència i coneixement de les persones amb problemes de salut mental i del seu entorn en la planificació i desenvolupament dels serveis.**

  L'organització dels plans i programes, dels serveis comunitaris s'ha de fonamentar en les necessitats de la persona.

L'atenció comunitària en salut mental requereix dos elements bàsics: una nova consideració de les persones que pateixen un trastorn mental i una manera d'organitzar els serveis que permeti donar resposta a les múltiples necessitats.

5. Població diana

Les persones amb problemes de salut mental

Les persones que pateixen trastorns mentals greus i de curs prolongat presenten problemes molt complexos que no es redueixen a la simptomatologia psicopatològica sinó que afecten també a altres aspectes com el funcionament psicosocial i la integració en la comunitat. No s'ha d'oblidar que, encara que es comparteixin problemes més o menys comuns, aquests es concreten en cada individu d'una manera particular i individualitzada amb factors psicològics, biològics, familiars i socials que es presenten en la història i la vida de cada un d'ells en funció de l'entorn social en el qual es desenvolupen. La Federació facilita la participació social de les persones afectades mitjançant la creació i el seguiment d'associacions, a més de la previsió de dispositius i serveis que garanteixin la seva integració en la comunitat.

Els familiars

Les famílies constitueixen el principal recurs de cura i suport comunitari de les persones amb trastorns mentals. De fet, la gran majoria viuen amb les seves famílies. Tanmateix, la convivència amb el pacient pot suposar dificultats i conflictes que, en ocasions, pot portar a les famílies a sentir-se desbordades i amb escassos recursos per fer front als problemes. Tanmateix, en alguns casos, aquesta situació pot donar lloc a una important tensió i sobrecàrrega. És necessari proporcionar a les famílies suport, informació, educació i assessorament per dotar-se d'estratègies i recursos, i millorar així la convivència i esdevenir agents actius en la rehabilitació i la qualitat de vida de la pròpia família.

La societat

La societat en el seu conjunt també es considera població diana dels programes i els serveis plantejats des de la Federació per la repercussió de l'estigma en la qualitat de vida de les persones i les seves famílies. A més, té repercussions socials i legals, pèrdua de llibertat i dret d'oportunitats.

El col·lectiu que representem constitueix un dels grups més estigmatitzats de la nostra societat. Aquest ve condicionat per la por, la incomprensió, els prejudicis, el desconeixement i la falta d'informació; i també per la informació negativa dels mitjans de comunicació.

Memòria i descripció de les activitats del 2019

El Projecte d'**Atenció integral a familiars i persones amb trastorn mental** estableix cinc grans eixos d'intervenció que es concreten en els següents objectius generals:

A. **Enfortir la xarxa associativa per tal que pugui desenvolupar les seves funcions.**

B. **Incrementar el nivell d'incidència en les polítiques públiques en tots els àmbits que afecten a les persones.**

C. **Potenciar el rol de portaveus en primera persona i com a familiars.**

D. **Fer arribar a més persones i organitzacions el nostre missatge, els nostres valors i el nostre posicionament davant els temes clau en salut mental.**

E. **Facilitar els processos d'apoderament, de recuperació i d'inclusió social.**

A) Enfortim la xarxa associativa

Les associacions de persones amb problemes de salut mental i dels seus familiars tenen un paper fonamental a nivell territorial en l'abordatge i l'atenció de la salut mental:

a) Esdevenen un espai de suport, ajuda mútua i acompanyament a les persones i de les seves famílies.
b) Compleixen una funció important en la detecció de necessitats, elaboració de propostes i seguiment de les polítiques públiques a nivell local.
c) Són un dels agents més rellevants en la defensa de drets i accions de sensibilització vers la ciutadania.

La Federació, per tant, com a entitat de segon nivell ofereix suport tècnic i administratiu a les associaciacions, per al desenvolupament i coherència de totes les línies d'actuació citades, i contribueix al desplegament d'accions i programes de forma conjunta a tot el territori.

El teixit associatiu de persones amb problemes de salut mental i familiars ha experimentat un important creixement en els últims anys, a més d'iniciar un procés de diversificació. Cada una de les associacions i entitats, comparteix amb la Federació la missió i els objectius, però cada entitat és coneixedora de les necessitats de la seva àrea d'influència i articula la seva pròpia cartera de serveis.

Des d'aquesta línea estratégica, la Federació SMC projecta la visió de futur del moviment associatiu a Catalunya: ser un **moviment associatiu participatiu, cohesionat, reconegut i vertebrat amb eficiència, que s'organitza amb qualitat i ètica** per promoure els drets i prestar els suports necessaris en els projectes de vida de les persones amb trastorns mentals i els seus familiars. Per tant, aposta per un moviment associatiu que **lidera i dinamitza** els canvis necessaris per millorar la realitat social, anticipant-se a l'evolució de l'entorn, presentant-se de forma oberta i implicant-se amb les necessitats del col·lectiu que representa.

Els objectius operatius que s'han desenvolupat són els següents:

- **Millorar la gestió interna de la xarxa associativa.**
- **Incrementar la xarxa associativa amb nous col·lectius o problemàtiques.**
- **Ampliar la base social de la xarxa associativa.**
- **Potenciar el treball en xarxa en els territoris.**

Projectes i accions

- Dissenyar i acompanyar en la implementació d'un nou model de gestió interna i tècnica de les associacions.
- Dissenyar i implementar un pla de formació per les associacions.
- Oferir suport tècnic a les associacions en tots els àmbits.
- Donar continuitat al projecte Amb Experiència Pròpia.

Suport al moviment associatiu

El rol que han de jugar les associacions en el seu territori és fonamental, ja que en són un element cabdal pel foment de l'activisme, la incidència en l'àmbit local i del suport mutu. La Federació treballa de forma intensa en aquest sentit per millorar la capacitat tècnica i de gestió, i la participació interna de la xarxa associativa. Amb aquesta voluntat, la Federació ofereix un suport intens i continuat i un acompanyament a les entitats de la xarxa, davant les necessitats que sorgeixen de forma quotidiana en el seu dia a dia. Un suport que s'ofereix tant a les juntes directives de les entitats federades, als professionals de la xarxa associativa i a les persones que hi fan tasques de voluntariat.

Amb Experiència Pròpia

El moviment associatiu en salut mental a Catalunya ha estat liderat històricament per familiars de persones amb problemes de salut mental, essent escassa la participació dels afectats per aquests trastorns. Això ha provocat que la seva veu no estigui representada en primera persona ni davant la ciutadania ni davant l'administració. En els darrers anys s'ha incorporat la veu de les persones en tots els marcs normatius i conceptuals i, per tant, la Federació ja fa anys que està treballant en aquest sentit.

El projecte Amb Experiència Pròpia, iniciat a finals del 2012, té com a finalitat apoderar i implicar les persones amb problemes de salut mental en el moviment associatiu convertint-los en protagonistes i oferint possibilitats d'auto-representació en espais d'incidència política a través de la creació de grups d'activistes locals. Persegueix també que les persones amb trastorn mental facin arribar les seves reivindicacions en primera persona davant l'administració i el conjunt de la ciutadania.

El programa Amb Experiència Pròpia, és un projecte pioner a l'Estat espanyol que posa al servei de les persones amb problemes de salut mental, tant una estructura associativa potent i consolidada (72 associacions a tot el país) com a espais d'incidència política a tots els nivells territorials de Catalunya.

Les premisses sobre les quals es va fonamentar el projecte són, doncs:

- Lideratge tradicional de la família en el moviment associatiu en salut mental.
- Les persones afectades han d'ocupar espais de representació en espais d'influència i d'opinió (administracions i societat civil).

Des de la Federació Salut Mental Catalunya s'ha generat una estructura en xarxa amb les entitats participants en els projectes. La coordinació a nivell autonòmic es porta a terme des de la Federació amb la complicitat de les entitats on un tècnic de suport del grup els ajudarà a consolidar-se i a generar dinàmiques de funcionament.

L'acompanyament, en aquest sentit és un concepte clau en el desenvolupament del programa. Acompanyament sempre entès com el suport i la facilitació d'eines perquè les persones amb problemes de salut mental siguin les que liderin els processos. Les metodologies de caire vertical, directiu o jeràrquic no tenen cabuda en aquest programa.

Trobada anual a Tarragona

El projecte Amb Experiència Pròpia va celebrar el dia 11 de maig a Tarragona la seva trobada anual, que va reunir prop de 50 participants de les diferents associacions que participen en el projecte. Associació Ment i Salut La Muralla va coorganitzar la trobada amb la Federació SMC a la sala Teatre del Serrallo, que va col·laborar en les necessitats tècniques de la jornada.

La trobada va permetre fer un intercanvi d'experiències i iniciatives de tres de les entitats federades participants al projecte: La Muralla (Tarragona), Emilia (Barcelona) i Salut Mental Baix Llobregat Nord (Martorell). Es va posar de manifest com s'ha avançat en l'apoderament del col·lectiu en primera persona i es va posar en valor la seva aportació al moviment de salut mental.

Territoris i grups de treball del projecte

- Balaguer: Salut Mental La Noguera
- Castellar del Vallès: Suport Castellar SMC
- Martorell: Salut Mental Baix Llobregat Nord
- Tarragona: La Muralla
- Vilanova i la Geltrú: AFAMMG
- Valls: Porta Oberta
- Barcelona: Toc 2.0, Emilia
- Sort: Salut Mental Pallars
- Terrassa: Grup Impulsa't
- Reus: Associació de Familiars de Malalts Mentals Dr. Francesc Tosquelles

Taller "Millors Dies" amb Craig Lewis

La Federació va organitzar el 24 d'abril del 2019 el taller vivencial en salut mental "Millors Dies", a càrrec de Criag Lewis. Com a autor de "Millors Dies – Un taller per a la recuperació en salut mental". El taller, altament participatiu, va tenir l'objectiu de ser una ajuda per aprofitar i beneficiar-se del coneixement innat i per experiència pròpia que existeix en cadascun de nosaltres, i poder decidir com ens enfrontem a allò que la vida ens ofereix.

Una altre sessió de treball del projecte Amb Experiència Pròpia va ser la que va tractar sobre medicalització, a càrrec de Lia Litvan.

B) Incidència política i defensa de drets

Increment del nivell d'incidència en les polítiques públiques en tots els àmbits que afecten a les persones

La defensa i protecció dels drets és un aspecte fonamental segons diferents marcs europeus i mundials que hauria de **guiar les polítiques públiques, legislatives i de prestació de serveis** en salut mental en els propers anys.

Tant el Pla Europeu 2020 com l'OMS assenyalen, en diversos documents tècnics i propostes, la importància d'escoltar i promoure la participació de les persones amb trastorn mental i les seves famílies en els espais on es defineixen les polítiques públiques en salut mental i en el disseny i implementació dels serveis, per tal de garantir una atenció més centrada en les necessitats de les persones, així com la promoció dels seus drets.

Assenyalen, alhora, com un dels objectius prioritaris, la incorporació de la perspectiva de drets i el desplegament de plans d'acció que contribueixin a **protegir, promoure i respectar** els drets de les persones amb problemàtica de salut mental en consonància amb el que disposen els diferents marcs i instruments internacionals, entre ells la Convenció sobre els drets de les persones amb discapacitat.

El Pla Director de Salut Mental i Addiccions del Departament de Salut recull aquesta proposta i incorpora dins de l'estratègia 2017-2020 una línia adreçada a la millora de les pràctiques assistencials en relació amb els drets de les persones i a potenciar noves capacitats de participació i apoderament de les persones usuàries dels serveis.

Tenim, per tant, davant un repte important en el qual ens cal identificar, des de la perspectiva dels drets, àmbits de millora i eliminar, alhora, actuacions que poden estar vulnerant alguns drets o dificultant el seu exercici.

Des de l'Àrea d'Incidència Política es desenvolupen accions pròpies de promoció i defensa de drets i qualitat en l'atenció, i s'ofreixen eines i suport a les entitats per tal que elles puguin desenvolupar-les a nivell local.

Els objectius operatius desenvolupats són els següents:

- **Incrementar la participació i les aportacions des del moviment associatiu en el marc legislatiu i disseny de les polítiques públiques, tenint en compte la defensa dels drets i les necessitats de les persones i les seves famílies.**

- **Vetllar i incidir per l'adequada aplicació de les polítiques publiques.**

Espais d'incidència política

La incidència política és un procés que té com a objectiu influir en actors amb capacitat de presa de decisió. A la Federació fem incidència política general i local per defensar i impulsar la transformació del model actual d'atenció en salut mental. Treballem per promoure una atenció més orientada a la recuperació de les persones. Incorporem la veu, l'opinió i l'expertesa de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies, mitjançant la participació en els espais on es dissenyen i es planifiquen les polítiques públiques en salut mental.

La nostra estratègia d'incidència política s'ha adreçat durant aquest 2019 a organismes governamentals, l'administració pública, la societat civil, els professionals que intervenen en l'atenció a la salut mental, els grups parlamentaris, els mitjans de comunicació, les empreses i altres entitats vinculades o no a la salut mental.

L'objectiu de la feina en aquest camp és desenvolupar un discurs crític, constructiu i sòlid davant dels diferents actors amb capacitat de presa de decisió de la posició de tota la nostra xarxa associativa vers la salut mental i totes les qüestions que hi estan vinculades. Per fer-ho realitat treballem durament per influir en les polítiques públiques i les decisions d'assignació de recursos dins dels sistemes polítics, econòmics, socials i institucionals, empoderem la xarxa associativa per què posi de relleu les necessitats del territori i exerceixi un protagonisme directe, potenciem grups de treball sobre temàtiques específiques per generar estratègies i involucrem diversos agents preocupats per la salut mental i la seva millora a través de les polítiques públiques.

Amb l'objectiu de generar coneixement i reflexió, aquest 2019 la Federació ha tingut en marxa grups de treball sobre diferents temes: salut mental infantojuvenil, casos especialment complexos i drets en salut mental.

Pel què fa a la feina en la incidència política general, la Federació ha treballat amb tots aquests agents:

- el Pla Director de Salut Mental i Addiccions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya,
- el Pla Integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions, en el qual hi ha representats els Departaments de Presidència, de Salut, d'Educació, de Treball, Afers Socials i Famílies, de Justícia, de Cultura i d'Economia,
- la Taula del Tercer Sector Social de Catalunya,
- el Comitè Català de Representants de Persones amb Discapacitat (COCARMI) i
- la Confederació Salut Mental Espanya.

I pel què fa a la incidència local s'ha treballat amb:

- el Pla Salut Mental Barcelona 2016-2022 que lidera la Regidoria de Salut i és transversal a tot l'Ajuntament de Barcelona,
- els diversos Ajuntaments de Catalunya que han volgut iniciar una Taula de Salut Mental o han demanat un assessorament puntual,
- les Taules de Salut Mental arreu del territori i
- les associacions i entitats locals de tot el país.

Taules de Salut Mental

Les Taules de Salut Mental són un **espai de reflexió, intercanvi de recursos i treball col·laboratiu per promocionar l'atenció integral de la salut mental al territori.** Les Taules cerquen la implicació de tots els agents relacionats amb l'atenció a la salut mental en el territori: les entitats del tercer sector (associacions i/o federacions de famílies i persones amb problemes de salut mental, i/o entitats proveïdores de serveis de salut mental), l'administració pública local (regidories, serveis i recursos), l'administració comarcal, la Diputació i la representació territorial de conselleries o organismes de la Generalitat de Catalunya.

Les Taules de Salut Mental requereixen d'uns principis que afavoreixin la participació activa dels seus membres, la presa de decisions basada en els punts en comú i dinàmiques que creïn les condicions de possibilitat per a un bon treball col·laboratiu.

Principis que afavoreixin la participació

1. **Consens**: la taula pren les seves decisions cercant el consens de totes les persones i entitats participants.
2. **Horitzontalitat**: l'opinió i propostes de totes les persones i entitats que participen a la Taula són equivalents en els processos de presa de decisions.
3. **Autonomia**: un cop constituïda la Taula esdevé autònoma en el seu funcionament i presa de decisions.

Eixos de treball

Els eixos de treball de la Taula de Salut Mental, que hauran de guiar les seves accions, es poden dividir en tres grans àmbits:

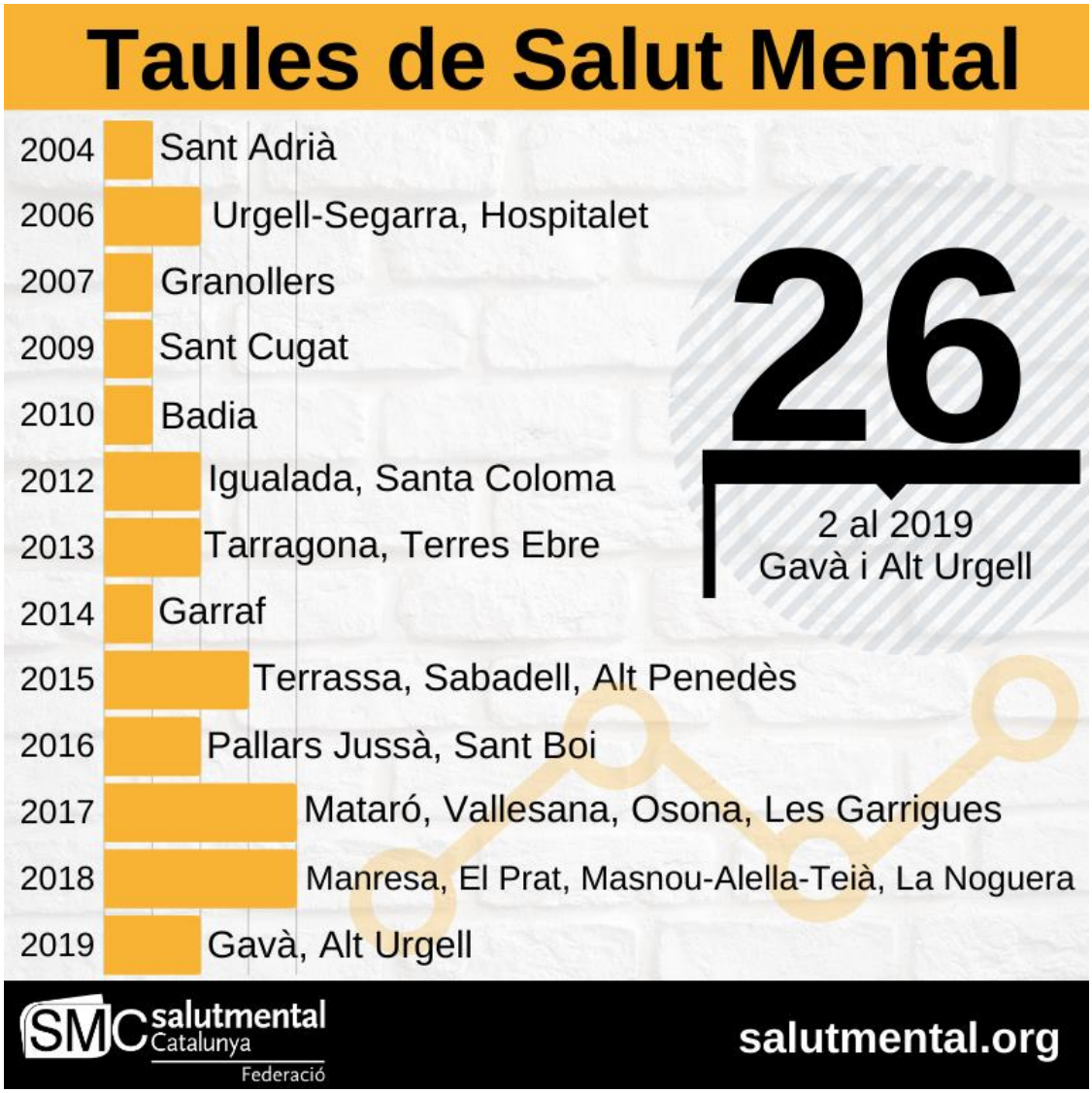
1. Coneixement i xarxa
2. Educació i sensibilització
3. Promoció de polítiques

Actualment hi ha **26 taules repartides pel territori de Catalunya** on les associacions tenen representació institucional, després de la creació al 2019 de 2 noves Taules de Salut Mental: **Gavà i Alt Urgell**.

La Federació SMC ajuda a impulsar aquells territoris que volen constituir una Taula de Salut Mental i ofereix suport i seguiment a les que ho requereixen:

1. Taula de Salut Mental de**Sant Adrià del Besòs** (creada al 2004) amb l'Associació Saltu Mental Barcelonès Nord
2. Taula de Salut Mental d'**Urgell-Segarra** (2006) amb l'Associació Ondara-Sió de Cervera
3. Taula de Salut Mental de **l'Hospitalet de Llobregat** (2006) amb l'associació AFEMHOS
4. Taula de Salut Mental de **Granollers** (2007) amb l'Associació DARUMA del Vallès Oriental
5. Taula de Salut Mental de **Sant Cugat** (2009) amb ASSADEGA'M
6. Taula de Salut Mental de **Badia del Vallès** (2010)
7. Taula de Salut Mental d'**Igualada** (2012) amb Salut Mental Anoia
8. Taula de Salut Mental de Santa Coloma de Gramenet (2012) amb l'Associació AMMAMME
9. Taula de Salut Mental del **Camp de Tarragona** (2013) amb **Porta Oberta (Valls), La Muralla (Tarragona), Familiars de Malalts Mentals Dr. Francesc Tosquelles (Reus) i Aurora (Tarragona)**
10. Taula de Salut Mental **Terres de l'Ebre** (2013) amb l'**Associació de Familiars de Malalts Mentals de les Terres de l'Ebre (AFMMEBRE)**
11. Taula de Salut Mental del **Garraf** (2014) amb l'Associació Salut Mental Garraf (AFAMMG)
12. Taula de Salut Mental de **Terrassa** (2015), amb l'associació **Salut Mental Terrassa**
13. Taula de Salut Mental de **Sabadell** (2015) amb l'associació Salut Mental Sabadell
14. Taula de Salut Mental de l'**Alt Penedès** (2015) amb l'associació **El Turó (Salut Mental. Associació de Familiars i Amics. Alt Penedès)**
15. Taula de Salut Mental del **Pallars Jussà** (2016)
16. Taula de Salut Mental de **Sant Boi** (2016) amb la **Fundació Marianao, l'Associació d'Equilibri i AMMFEINA Salut Mental Catalunya**

17. Taula de Salut Mental de **Mataró** (2017) amb l'**Associació Salut Mental Mataró-Maresme**
18. Taula de Salut Mental **Vallesana** (2017). Agafa el relleu de la Taula de Salut Mental de **Mollet del Vallès** (2006) amb el Club Social La Llum
19. Taula de Salut Mental d'**Osona** (2017) amb **AFMO (Associació de Familiars de Malalts Mentals d'Osona) de Vic**
20. Taula de Salut Mental **Les Garrigues** (2017) amb l'**Associació Talma** i la **Coordinadora Salut Mental Catalunya Terres de Lleida**
21. Taula de Salut Mental de **Manresa** (2018) amb l'associació **Salut Mental Bages**
22. Taula de Salut Mental Comunitària de **El Prat** (2018) amb l'Associació per la Salut Mental del Baix Llobregat Nord
23. Taula de Salut Mental de **Masnou, Alella i Teià** (2018) amb l'associació Esquima
24. Taula de Salut Mental de **La Noguera** (2018) amb l'Associació de Salut Mental de la Noguera
25. Taula de Salut Mental de Gavà (2019) amb l'Associació Salut Mental Baix Llobregat
26. Taula de Salut Mental de l'Alt Urgell (2019) amb l'Associació de Familiars i amics dels malalts mentals de **l'Alt Urgell**



Amb Gavà i l'Alt Urgell ja som 26 Taules a tot el territori

El Consell Comarcal de l'Alt Urgell va acollir el passat 3 d'abril una seixantena de persones per l'acte de constitució de la **Taula de Salut Mental de l'Alt Urgell**. El projecte sorgeix de la necessitat de detectar les potencialitats i els punts a millorar del territori envers la salut mental per poder marcar objectius i estratègies de manera conjunta en pro de la salut mental de la comarca.

L'objectiu de creació de la Taula és configurar un espai de reflexió, intercanvi de recursos i treball col·laboratiu de tots els agents implicats per promocionar l'atenció integral de la salut mental al territori, i es basa en el model elaborat i impulsat des de la Federació Salut Mental Catalunya (SMC).

El document d'adhesió va estar signat pels diferents agents del territori com ara la Delegació Territorial del Govern de la Generalitat a l'Alt Pirineu i Aran, els serveis territorials dels departaments de Treball, Afers Socials i Famílies, Justícia, Interior, Educació i Salut, el Consell Comarcal de l'Alt Urgell, l'Ajuntament de La Seu d'Urgell, l'Associació de Familiars i Amics dels Malalts Mentals de l'Alt Urgell i quasi una quinzena d'entitats.

D'altra banda, el 15 de febrer del 2019 va quedar constituïda la **Taula de Salut Mental de Gavà**. La Taula està formada per professionals dels centres de recursos assistencials de salut mental de la població, associacions i federacions de famílies i persones amb problemes de salut mental, entitats del tercer sector que treballen per la inclusió de persones amb problemes de salut mental, entitats proveïdores de serveis de salut mental i les administracions implicades com són l'Ajuntament de Gavà, el Consell Comarcal, la Diputació de Barcelona i la Generalitat de Catalunya.

La Taula compta amb la participació de l'Associació Salut Mental Baix Llobregat i té com a objectiu impulsar el coneixement mutu dels diferents agents que intervenen, millorar la coordinació i conèixer allò que cal fer per millorar la salut mental de la població, defensar els drets de les persones afectades i treballar de forma conjunta per millorar els recursos sanitaris i socials existents i crear aquells que siguin necessaris.

La Federació també va organitzar el 13 de juny al Centre Cívic Can Déu de Barcelona un **Espai de Treball** amb les seves associacions i va continuar amb les dinàmiques i sessions de treball amb les diferents Taules per definir les línies estratègiques durant el 2019 i el futur.

El dret a la capacitat jurídica

El Palau Macaya de Barcelona va acollir el 18 de gener del 2019 les conclusions del **seminari "El dret a la capacitat jurídica en salut mental: suports i acompanyament"**, coorganitzat entre el Palau Macaya de "la Caixa" i la Federació Salut Mental Catalunya, en el marc de la convocatòria anual de projectes per a la transformació social de l'Obra Social en aquest espai. L'objectiu del seminari, realitzat en col·laboració amb Support Fundació Tutelar Girona i la consultora Spora Sinergies, ha estat la creació de propostes de canvis i suports necessaris per garantir el dret a la capacitat jurídica de totes les persones amb problemes de salut mental d'acord amb la Convenció Internacional de l'Organització de les Nacions Unides sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat.

Pla de Salut Mental de Barcelona

La directora de la Federació SMC, Marta Poll, va participar el 22 de març del 2019 a la inauguració del Pla de Salut Mental de l'Ajuntament de Barcelona; la Federació SMC és membre del grup motor de la taula. Poll va defensar la participació en primera persona i de les famílies en tots els espais de definició de les polítiques públiques, i el canvi de model en l'atenció en salut mental cap a una base comunitària que afavoreixi la recuperació i la inclusió social de la persona amb problemes de salut mental.

C) Potenciem el paper com a portaveus de les famílies i les persones

L'abordatge de la salut mental situa la persona en el centre i la considera la part primordial. Posa l'èmfasi en les seves fortaleses mentre perden importància les debilitats o limitacions. **Les fites actuals són la recuperació i la participació total en la comunitat.** Contribuir i posar els mitjans i suports adients per ajudar les persones a recuperar la seva vida i desenvolupar al màxim les seves pròpies capacitats com a individus i com a ciutadans i ciutadanes, esdevé l'aposta i el treball futur.

La participació i la veu en primera persona i de les famílies, segons el Pla d'Acció Europeu en Salut Mental (The European Mental Health Action Plan 2013-2020), és un element imprescindible en la planificació de les polítiques públiques i en l'assignació dels recursos.

- L'experiència de les persones i les famílies s'ha d'utilitzar per assignar recursos per a la seva atenció.
- Les polítiques de salut mental han de tenir en compte la valoració i la participació de les persones en la detecció de necessitats, disseny i millora dels serveis.

Els objectius operatius són els següents:

- **Incrementar la participació de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies en els espais de representació i presa de desicions.**
- **Normailitzar la salut mental.**
- **Visibilitzar la salut mental positiva.**
- **Mostrar històries de recuperación.**
- **Fer visible l'expertesa de la xarxa associativa en l'acompanyament en salut mental comunitària.**

La Federació compta amb una borsa de portaveus i testimonis en primera persona, ja sigui per experiència en salut mental o com a familiar, tant per representar les entitats del territori com per traslladar missatges institucionals de la Federació.

L'entitat posa a disposició de les associacions federades el seu Departament de Comunicció per a assessoraments i, puntualment, cursos de formació en comunciació i portaveus.

Al 2019, la Federació ha participat en més de 100 intervencions en mitjans de comunicació, oferint testimonis propis i de les entitats.

Resum activitats 2019

Diari de Tarragona

Ángel Urbina: «Si tienes un problema de salud mental deberías contarlo»

Una mente inquieta. Nací en Cádiz en 1966, soy ingeniero industrial y trabajo en Repsol. Estoy casado y tengo una hija de 17. Me fascina la inteligencia artificial. Tengo un problema de salud mental y me dedico a compartir mi experiencia

Whatsapp | Facebook

ràdio 4 UAB ràdio 4

Onada Feminista 16/11/19 Salut Mental Entrevista Mercè Torentalle, de la Federació de Salut Mental de Catalunya

Inauguració del Club Social El Far - La Garriga

Divendres, 26 Juliol 2019

D) Arribem a més persones i organitzacions amb el nostre missatge, valors i posicionament en salut mental

El desconeixement i l'estigma associat a la salut mental, generen situacions de discriminació que contribueixen de forma molt negativa en el procés de recuperació de les persones, limitant l'accés i les oportunitats en diversos àmbits com la inserció laboral, l'accés a un habitatge, la participació en espais comunitaris, etc.

Cal, per tant, millorar la informació sobre la salut mental, generar una opinió pública diferent i sensibilitzar la ciutadania per tal de trencar amb aquests obstacles. Des de la Federació es desenvolupen accions pròpies i accions de suport tècnic i de cooperació amb el conjunt de les associacions.

Els objectius operatius desenvolupats són els següents:

- **Difondre missatges normalitzadors sobre la salut mental i argumentaris que ajudin a posicionar l'entitat segons els valors propis, amb posicionaments clars respecte a la salut mental.**
- **Millorar la comunicació amb les entitats federades i assessorar-les per tal que millorin la seva comunicació a nivel local.**

Sensibilització

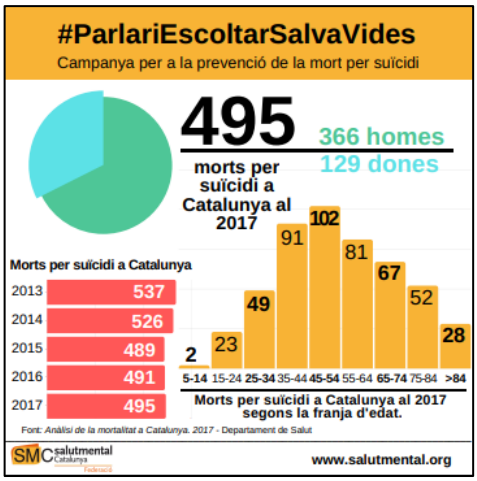
Com cada any, l'acte central de sensibilització, i també d'incidència política, de Salut Mental Catalunya va ser el **Dia Mundial de la Salut Mental**, que es va organitzar el 12 d'octubre del 2019 a Sort juntament amb l'Associació Salut Mental Pallars, amb la col·laboració de la Coordinadora de Salut Mental de les Terres de Lleida.

Amb el lema "**Parlar i escoltar, salva vides**", l'acte va posar l'accent en la necessitat d'invertir recursos i treballar per a la prevenció de la mort per suïcidi, donat que és la primera causa de mort entre els joves. És tracta d'un problema social, no individual, d'una magnitud que urgeix a actuar no només des d'una vessant sanitària, sinó també social i legal. S'ha de treballar, també, i amb urgència, per l'atenció a les persones supervivents.

L'esdeveniment va comptar amb la participació de l'alcalde de Sort, Raimon Monterde, la consellera de Salut, Alba Vergés i el secretari d'Afers Socials i Famílies, Francesc Iglesies, a més de la presidenta de l'Associació Salut Mental Pallars, Carlota Canut, i el president de la Federació Salut Mental Catalunya, Israel Molinero, entre d'altres autoritats. Un grup de persones vinculades a l'Associació Salut Mental Pallars van llegir un manifest en el qual s'insistia que "tenim el deure de construir una societat on totes les persones sentin que tenen vides que val la pena de viure".

El Dia Mundial de la Salut Mental esdevé cada any l'ocasió per què el moviment social de persones, professionals i entitats de l'àmbit de la salut mental d'arreu de Catalunya, així com la ciutadania en general, es trobin per fer visible la salut mental i la lluita per la defensa dels drets de les persones que tenen un trastorn mental i les seves famílies.

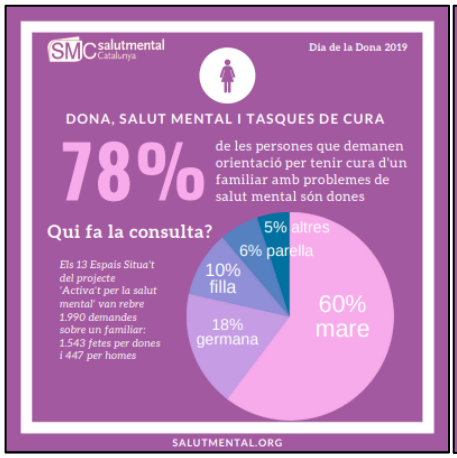
La celebració d'aquest dissabte dia 12 s'emmarca en **l'any de la prevenció del suïcidi** declarat per la Federació Mundial de la Salut Mental. I per aquest motiu, la Federació Salut Mental Catalunya, amb la col·laboració de les entitats "Després del Suïcidi – Associació de Supervivents" (DSAS), Associació per a la Prevenció del Suïcidi i l'Atenció al Supervivent (APSAS) i Mans Amigues – Dol per Suïcidi (DSMA), va posar en marxa el mes de setembre la campanya **"Parlar i escoltar, salva vides"**, amb l'objectiu de millorar la informació i prevenció de la mort per suïcidi, i oferir un recull de recursos i entitats que treballen per donar suport i sensibilitzar sobre aquesta problemàtica de salut mental al territori.

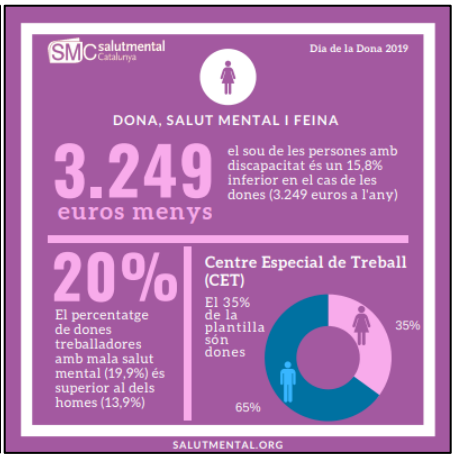


Dinamització del gabinet de premsa

Al 2019 es va intensificar el pla de comunicació amb els mitjans amb motiu de la campanya "**Parlar i escoltar salva vides**" amb motiu del Dia Internacional de la Prevenció de la Mort per Suïcidi (10 setembre) i del Dia Mundial de la Salut Mental (12 octubre).

Les accions de gabinet de premsa també es van fer el 8 de març pel Dia Internacional de la Dona. La campanya va posar el focus en accions relacionats amb **salut mental i dona**, com la feina, les tasques de cura i la violència.





Notes de premsa enviades al 2019 als mitjans:

- La Federació Salut Mental Catalunya presenta al Palau Macaya de "la Caixa" un informe amb propostes per garantir el dret a la capacitat jurídica en salut mental (18 gener) **llegir més »**
- L'Activa't atén a Lleida més de 450 participants per millorar la seva recuperació i apoderament en salut mental (*20 febrer*) **llegir més »**
- La festa del futbol sala i la salut mental aplega més de 200 jugadors a la Cloenda de la Lliga Esport i Salut (*1 juliol*) **llegir més »**

- “Parlar i escoltar, salva vides”: campanya de prevenció de la mort per suïcidi coincidint amb el Dia Mundial (*9 setembre*) **llegir més »**
- Sort reclama l’impuls de polítiques específiques de salut mental i un Pla Nacional de Prevenció de la mort per suïcidi (*12 octubre*) **llegir més »**
- The Gospel Viu Choir dedica un concert solidari en benefici de Salut Mental Catalunya (*8 novembre*) **llegir més »**

Comunicació *on-line* i web que aporti informació i valor afegit i incrementar públics

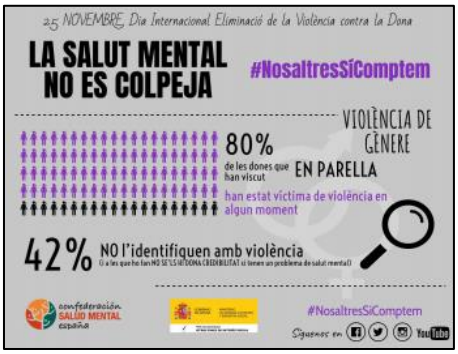
A banda dels actes de sensibilització i les accions de gabinet de premsa, la comunicació de la Federació Salut Mental es fa principalment en format *online*, en el marc de les accions de la marca Salut Mental Catalunya (SMC).

La comunicació es fonamenta en el **web** de Salut Mental Catalunya (SMC) (67.000 visites al 2019), els **butlletins electrònics** mensuals (7.800 suscriptors) i les **xarxes socials**: Facebook (5.800 seguidors), Twitter (5.200) i YouTube.

	Web (usuaris)	Butlletí	Facebook	Twitter	Instagram
2016	44.850	3.967	3.936	2.663	
2017	41.013	4.985	4.639	3.462	
2018	45.665	6.289	5.293	4.387	
2019	44.948	7.788	5.788	5.175	535

Al 2019 es va posar en marxa el canal de SMC a **Instagram** (530), amb l’objectiu principal d’arribar al públic jove i, especialment, fer difusió del XarXaJoves, projecte que ja tenia els seus propis perfils a Instagram en el tres territoris on està implantat: Barcelona, Barcelonès Nord i Lleida.

El web i les xarxes socials també van ser el principal canal de difusió de la campanya "**La salut mental no es colpeja" #NosaltresSíComptem** de la Confederación Salud Mental España (SME), amb motiu del Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència de Gènere (25 novembre). L'Àrea de Comunicació de SMC es va encarregar de la traducció al català de les infografies de SME, a banda de la seva publicació i difusió i de la resta de contiguts de la campanya al web, butlletins i xarxes socials.



E) Facilitem els processos d'empoderament, recuperació i inclusió social

Les problemàtiques de salut mental generen sovint situacions d'aïllament i desvinculació de la comunitat, i una dificultat per restablir xarxes relacionals, de suport i de participació, tots ells elements molt rellevants en el procés de recuperació de les persones.

Cal, per tant, generar oportunitats, línies d'acció i propostes que contribueixin a millorar i incrementar la participació de les persones en diversos espais de la comunitat, generant nous vincles, interessos i oferint els suports i l'acompanyament necessari en cada cas.

L'accés a la informació, formació, apoderament i suport mutu de les persones amb problemes de salut mental i de les seves famílies esdevé un element fonamental en el procés de recuperació i permet disposar d'eines i estratègies adients per resoldre millor les dificultats que poden aparèixer.

Des d'aquest eix d'intervenció s'ofereix suport tècnic i models específics per el desplegament de programes de capacitació, de suport a les persones i d'inclusió social.

Els objectius operatius desenvolupats són els següents:

- **Impulsar i ampliar línies de treball i pojectes específics per facilitar els processos d'apoderament, recuperació i inclusió social.**
- **Impulsar la millora continuada dels programes i serveis mitjançant la seva anàlisi i avaluació.**

Coordinació i dinamització dels espais de treball tècnic vinculats als Clubs Socials

- Dinamització i coordinació de la Comissió General de Clubs Socials: dues trobades anuals.
- Suport i acompanyament puntual a demanda de les Comissions territorials.
- Suport en els territoris en el desenvolupament de noves iniciatives de Club Social.
- Desenvolupar propostes formatives per als professionals dels serveis: voluntats anticipades i envelliment i salut mental.
- Generar espais de reflexió i debat per repensar el model.

Coordinació i dinamització del programa Esport i Salut

- Coordinació de la lliga de futbol sala de Clubs Socials
- Coordinació de les trobades interserveis de bàsquetbol
- Coordinació del programa de tennis

- Desenvolupament del Programa APS amb la col·laboració d'Arep i la Universitat de Barcelona
- Participació a la Jornada Socioesportiva conjunta Arep-Universitat de Barcelona
- Participació al Consell Assesor del Programa l'Esport Inclou de l'Ajuntament de Barcelona

Cloenda i Lliga Esport i Salut

La Federació Salut Mental Catalunya (SMC) i les entitats Aixec, Arep, CPB i Joia van organitzar el Torneig de Cloenda de la XIII Lliga de Futbol Sala Esport i Salut (2018-2019. En la competició van participar 216 jugadors i jugadores, dels 227 que han participat enguany a la Lliga.

El projecte s'emmarca dins del programa Esport i Salut que té per objectiu crear espais on persones amb i sense problemes de salut mental puguin practicar l'esport en un ambient inclusiu i contribuir a la millora de la qualitat de vida i a la lluita contra l'estigma en salut mental. Actualment, un 25% dels jugadors no provenen de serveis de salut mental. La cloenda es va celebrar al Poliesportiu Municipal Bon Pastor de Barcelona amb la participació de 16 equips.

Nike se suma als col·laboradors de la Lliga de futbol
Nike ha impulsat la Lliga 2018-19, en el marc de la seva política de responsabilitat social corporativa, per donar suport a projectes socials que promouen l'activitat física i els esports a entitats de Barcelona.

Tennis i salut mental

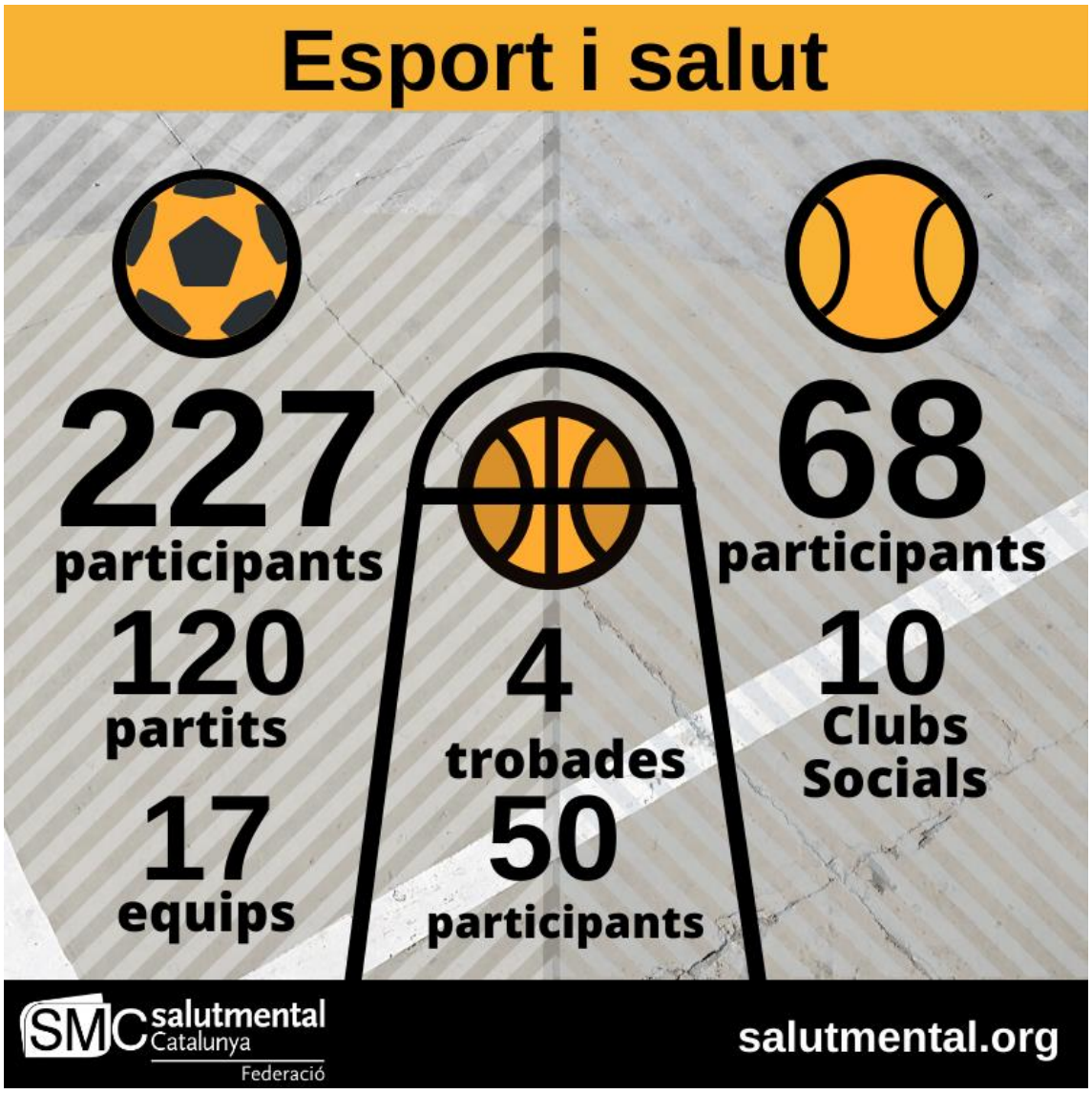
El Club de Tennis Tarragona va acollir el 22 de maig la 7a edició de la Cloenda de Tennis, jornada que tanca la temporada del projecte de tennis, un dels eixos del programa Esport i Salut de la Federació Salut Mental Catalunya, i que compta amb la col·laboració de in-best-ers en la seva coordinació. Els 30 participants es van repartir en una competició de dobles i una altra de proves d'habilitats durant tot el matí, jugant en cinc pistes simultàniament.

La temporada de tennis 2018-19 ha consolidat una de les principals competicions del programa Esport i Salut, juntament amb la lliga i cloenda de futbol sala. Un total de 68 jugadors (55 homes i 13 dones) han participat en els entrenaments setmanals que s'han fet durant tot el curs, amb la col·laboració i participació de 10 Clubs Socials arreu del territori: CS Les Corts, CS Ments Obertes, CS Arep, CS Aixec i CS Gràcia (Barcelona), CS Tu Tries (Mataró), CS "El Roure" (l'Hospitalet de Llobregat), CS El Cercle (Girona), CS La Muralla (Tarragona) i CS El Llorer (El Vendrell).

Trobades de bàsquet

El programa Esport i Salut també inclou trobades de bàsquet. Al 2019 es van fer un total de 4 trobades a Santa Coloma de Gramenet i Barcelona.

- Febrer: Santa Coloma de Gramenet (Pavelló de la Bastida). Organitza Emili Mira. 71 participants de 7 serveis diferents.
- Abril: Barcelona (CEM Guinardó). Organitza SRC AREP i F.C. Martinenc. 35 participants de 6 serveis diferents.
- Juny: Barcelona (CEM Guinardó). Organitza Joia i F.C. Martinenc. 55 participants de 5 serveis diferents.
- Octubre: Barcelona (Pavelló l'Illa). Organitza CHM SRC Les Corts. 47 participants de 5 serveis diferents.


Esport i salut
227
participants
120
partits
17
equips
4
trobades
50
participants
68
participants
10
Clubs
Socials
SMC salutmental Catalunya Federació
salutmental.org

Impuls i creixement del programa de suport a l'externalització de les persones internes en centres penitenciaris o en compliment de mesures penals alternatives

- Suport tècnic i seguiment del desplegament d'un projecte d'intervenció al Centre Penitenciari Ponent.
- Suport tècnic i seguiment del desplegament d'un projecte d'intervenció al Centre Penitenciari de Joves.
- Atenció des de l'Espai Situa't els casos que arriben des de l'àmbit penitenciari.
- Implementació d'una proposta de formació en sensibilització i apoderament per als professionals dels centres penitenciaris.
- Sumar entitats que vulguin acollir persones amb trastorn mental vinculades a les Mesures Penals Alternatives.
- Inici d'una col·laboració per atendre casos derivats dels centres de justícia juvenil.

Coordinació del programa d'Oci i Cultura

- Gestió de l'oferta cultural del Museu Marítim cap als serveis i/o programes d'oci per a persones amb trastorn mental de la xarxa associativa.
- Gestió del programa "El Cosmocaixa amb tots vosaltres" cap als serveis i/o programes d'oci per a persones amb trastorn mental de la xarxa.
- Gestió d'entrades per les entitats federades amb serveis i/o programes d'oci per a persones amb trastorn mental l'oferta escènica que vehicula la plataforma Atrápalo.
- Gestió d'entrades al Torneig Compte de Godó per als beneficiaris del Programa de Tennis de la Federació.
- Gestió d'entrades als esdeveniments esportius del Futbol Club Barcelona per a persones amb trastorn mental.
- Gestió del Programa Imserso. S'ha facilitat accés, a les entitats de salut mental federades i a aquelles que ho han demanat, al programa Imserso del Ministeri de l'Interior a través del programa de Salud Mental España.

Projecte XarXaJoves

XarXaJoves (XXJ) és un projecte pilot de la Federació Salut Mental Catalunya iniciat al 2017. L'objectiu és donar resposta a les necessitats dels joves amb problemes de salut mental configurant-se com un **servei d'acompanyament comunitari** en salut mental que actua de forma transversal, i s'estableix com un pont que ajudia a superar la bretxa existent entre la xarxa infantojuvenil i la d'adults.

XXJ té com a finalitat tractar de minimitzar totes les situacions de desconnexió del jove amb trastorn mental, mantenint la vinculació sanitària, però també tractant de donar resposta individualitzada en els àmbits de l'educació i el lleure a través d'acompanyaments individualitzats, suport per la construcció d'itineraris formatius o la creació d'entorns de lleure saludables. Aquesta proposta posa també l'accent a establir col·laboracions amb les entitats de lleure d'un territori concret per tal de treballar conjuntament en els suports específics que aquests joves necessiten.

L'objectiu és acompanyar els joves amb problemas de salut mental de 16 a 25 anys cap a recursos formatius, laborals i de lleure. Que els joves connectin amb altres persones, es facin responsables de la seva recuperació i s'integrin a la comunitat.

Jornada "Joves i salut mental"

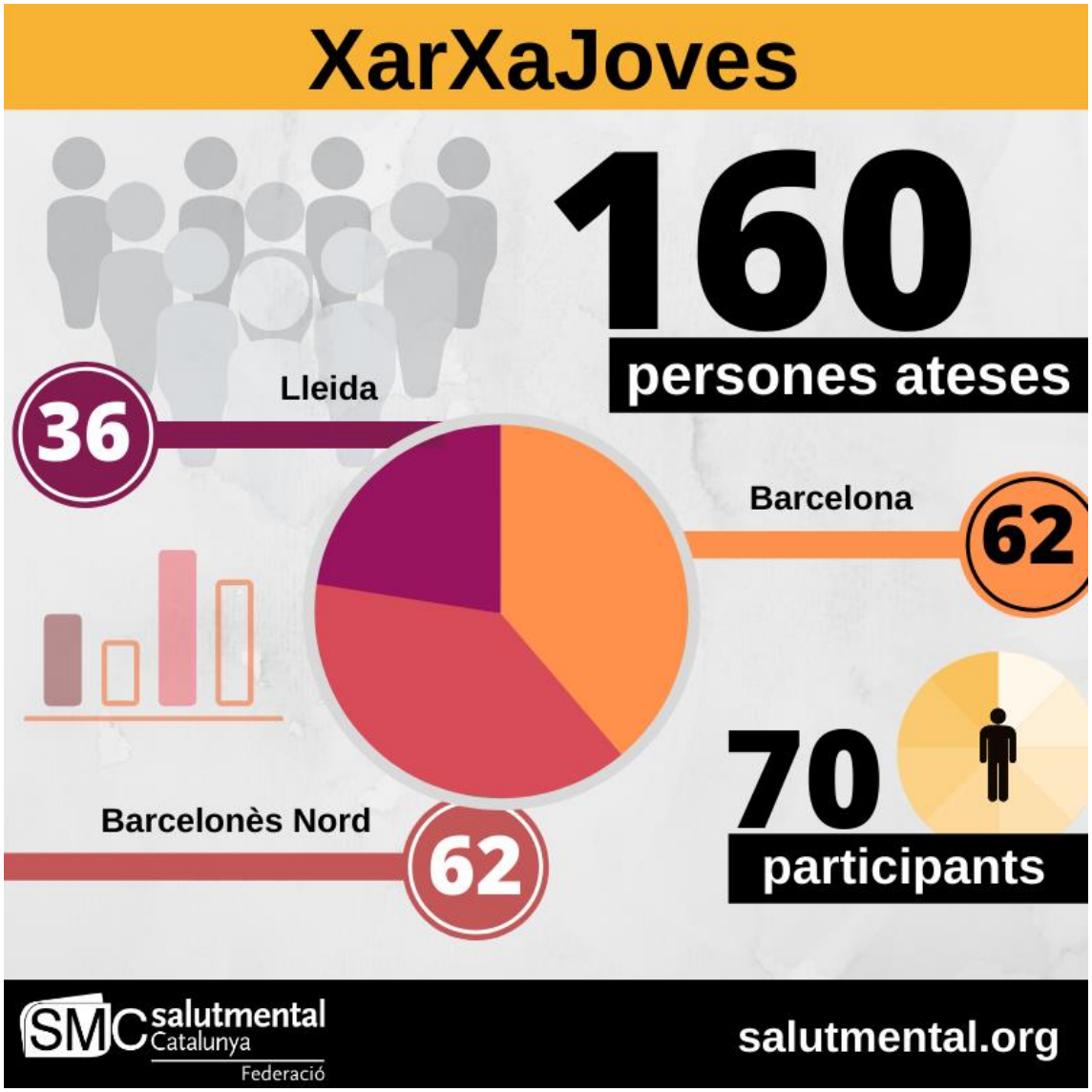
La Federació Salut Mental Catalunya va organitzar el 29 de novembre del 2019 la jornada "**Joves i salut mental. Acompanyament, itineraris i participació per no perdre oportunitats**", per debatre sobre experiències nacionals i internacionals d'èxit en l'atenció en salut mental de la població infantojuvenil. La trobada es va fer al Palau Macaya de Barcelona, espai cedit per l'Obra Social de "la Caixa". La jornada va servir també per presentar els resultats dels dos primer anys de pilotatge del programa XXJ, que s'està portant a terme a Barcelona, Barcelonès Nord i Lleida, amb la participació de l'Associació Arep per la salut mental (Barcelona), Fundació SMC (Santa Coloma) i Salut Mental Ponent (Lleida).

L'avaluació demostra l'efectivitat del XXJ

La Federació SMC i **DEP Institut** van presentar els resultats de l'avaluació del XarXaJoves en els dos primers anys del projecte pilot (2018 i 2019). A continuació es destaquen les dades més rellevants:

- Perfil dels participants: 19 anys de mitjana d'edat, el 56% són homes i la majoria viuen amb els pares.
- El 44% està estudiant i el 3% treballa.
- La vinculació dels joves al projecte és d'una mitjana de 14 mesos.
- Els participants al XarXaJoves tenen més clar el que volen fer en el futur i una capacitat major per prendre decisions.
- També perceben una major **autonomia** a l'hora de cercar ajuda, capacitat que també és percebuda des dels recursos externs.
- El **projecte de construcció de vida** té més dificultats per saber quins son els objectius formatius, laborals i personals dels joves.
- Els participants destaquen la **capacitat d'autocura**, responsabilitzar-se de la seva salut física i demanar ajuda quan es troben malament.
- Això influeix en la millora de la seva **autoestima**.

- Els participants destaquen també que gràcies al XarXaJoves tenen més **habilitats socials** i capacitat de relacionar-se amb altres joves, una opinió compartida per familiars i professionals.
- Els joves que treballen també han millorat la relació amb els companys de feina.
- També es detecta una millora en la **convivència familiar** i una major llibertat a casa, tot i que encara no perceben un suport complet.
- Participar al XarXaJoves facilita la seva participació a la comunitat (oci, feina, voluntariat…).
- Els joves expressen millor les seves emocions i opinions.
- De les 160 derivacions al XarXajoves, 70 persones s'han acabat vinculant als territoris del pilot: Barcelona (62), Barcelonès Nord (62) i Lleida (36).
- La majoria de derivacions arriben a través de professionals sanitaris (CSMA, CSMIJ, Hospital de Dia…).
- L'avaluació del projecte destaca la importància de conèixer els recursos socials, de salut i comunitaris, i la **coordinació** entre els professionals del mateixos, els joves i les seves famílies.
- El grau de satisfacció dels participants al XarXaJoves és alta, i valoren especialment a les professionals referents del projecte i les activitats individuals.
- Es destaca també la possibilitat de relacionar-se amb altres joves i la gratuïtat del XarXaJoves.
- L'avaluació del projecte evidencia una participació insuficient i manca de continuïtat de les **famílies**.
- Els familiars participants destaquen la tranquil·litat, el benestar emocional i l'espai per compartir preocupacions que els ofereix el XarXaJoves.
- Les famílies destaquen també que el XarXaJoves omple un **buit assistencial** en la salut mental infantojuvenil. Els professionals també valoren aquesta necessitat.
- L'avaluació del XarXaJoves també ha detectat la possibilitat d'avançar l'edat dels participants dels 16 als 14 anys.


XarXaJoves
160
persones ateses
Lleida
36
Barcelona
62
70
participants
Barcelonès Nord
62
SMC salutmental Catalunya Federació
salutmental.org

Accions de capacitació i formació per a professionals

La Federació Salut Mental Catalunya ha finalitzat al 2019 la primera fase del projecte d'elaboració de **materials formatius per a familiars i professionals que acompanyen infants i joves amb problemes de salut mental**, una iniciativa que compta amb el suport de la Fundació Probitas, i en la que també col·labora DKV.

La iniciativa pretén contribuir a la capacitació de familiars i professionals de diferents àmbits que treballen amb infants i joves amb problemes de salut mental, en serveis no especialitzats en salut mental. L'elaboració dels nous materials s'ha dut a terme amb la consultora social Spora, que ha recollit el coneixement d'experts per experiència pròpia, familiars i professionals, que al 2019 han participat en dos tallers i dos grups focals. En els espais participatius, han col·laborat un total de 79 persones (8 persones amb experiència pròpia, 15 familiars i 56 professionals).

D'aquesta feina han sortit quatre temàtiques bàsiques a abordar:

- Intervenció i treball col·laboratiu
- Trencament de processos de socialització
- Autolesions
- Maneig de situacions de tensió i conflicte

La publicació dels nous materials està prevista a principis de 2020. El proper any també es faran tres tallers de capacitació per pilotar els nous materials per familiars i professionals que acompanyen infants i joves amb problemes de salut mental.

D'altra banda, la Federació Salut Mental Catalunya, la Federació VEUS (Entitats Catalanes de Salut Mental en 1a Persona) i ActivaMent Catalunya Associació van oferir al mes d'abril una **formació per alumnes de primer any de residència en serveis de salut mental de psiquiatria, infermeria, psicologia i metges forenses**. La 5a edició

de la formació va comptar amb la participació dels residents de MIR, PIR i EIR. L'objectiu de la formació, que es va fer a l'Acadèmia de Ciències Mèdiques a Barcelona, és integrar l'aprenentatge teòric en salut mental amb l'experiència vivencial de persones amb problemes de salut mental i dels seus familiars.

Una altra formació amb la participació de la Federació SMC al 2019 va ser el 30 de gener en una sessió formativa a l'Àrea de docència de l'Hospital de la Fundació Althaia, Xarxa asistencial i universitària de Manresa, per explicar el model de recuperació en salut mental i donar a conèixer el "**Manual per a la recuperació i l'autogestió del benestar**".

La sessió formativa estava dirigida a professionals del projecte Mosaic, la Fundació Althaia i d'Osonament i va comptar amb l'assistència d'unes 60 persones. L'objectiu de la sessió, que tenia per títol "Agents de suport entre iguals. Un exemple pràctic del model de recuperació" va ser contribuir a la implementació del model de recuperació i promoure el treball en xarxa.

Promoció i desenvolupament del programa Respir adreçat a les persones amb problemes de salut mental i a les seves famílies

El programa Respir està dissenyat per resoldre i atendre les diferents necessitats que presenten les famílies de les persones afectades per un trastorn mental i engloba tres tipus de programes que s'adrecen a poblacions diferents amb necessitats distintes:

- **Respir Jove**: adreçat a la població de 18 a 26 anys que presenten algun tipus de problema de salut mental
- **Respir Sortides**: adreçat a la població adulta amb trastorn mental
- **Respir Salut**: adreçat a les famílies de les persones amb trastorn mental que fa anys que no han tingut temps ni espai de descans i lleure

Al 2019 es van realitzar les següents sortides:

- Sortides Respir tardor 2019: Gelida (4-6 octubre), Girona (25-27 octubre), Figueres (8-10 novembre) i Vic (22-24 novembre).
- Sortides Respir tardor 2019: Calella (20-22 setembre) i Olot (27-29 setembre)
- Sortides Respir estiu 2019: Llança (8-12 juliol), València (14-18 juliol), Tarragona (29 juliol – 2 agost), Coma-ruga (5-9 agost), Banyoles (12-16 agost)
- Sortides Respir Salut (familiars) 2019: Calella (8-15 juny) (7-14 setembre)
- Sortides Respir Setmana Santa 2019: Olot (15-18 abril), Delta de l'Ebre (15-18 abril) (19-22 abril)

Projecte Dona i Salut Mental

El Casal Folch i Torres de Barcelona va acollir el 3 de desembre la segona sessió de treball del projecte Dona i Salut Mental de la Federació SMC. La trobada va comptar amb la participació desinteressada de Regina Bayo Borràs, psicòloga clínica especialitzada en temes de salut mental i gènere.

Una desena d'associacions i Clubs Social van participar a aquesta segona sessió de treball: Afammca, SM La Noguera, Radio Nikosia, Arep, La Muralla, SM Sabadell-Club Social La Xamba, SM Baix Llobregat- Club Social Espai 3, Suport Castellar Club Social, Sant Pere Claver Club Social Ments Obertes, SM Barcelonès Nord, Fundació SMC i Sant Pere Claver Suport a l'Autonomia.

La sessió, oberta a totes aquelles dones amb experiència en salut mental i tècniques de les entitats, va tractar el treball en xarxa i va fer una reflexió conjunta sobre les línies de treball actuals i els reptes de futur en l'ambit de la salut mental i el gènere. El projecte Dona i Salut Mental de la Federació SMC continuarà les sessions de treball al 2020 per afegir més participants i grups de treball al programa.

Coordinació i implementació del projecte Activa't per la salut mental

A continuació fem un resum de la Memòria 2019 del projecte Activa't per la salut mental, que recull també les dades globals de tot el pilotatge (2015-19). Podeu consultar la memòria completa en aquest enllaç.

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. Amb el pilotatge hem demostrat que l'*Activa't* és un projecte eficaç per a la recuperació i l'empoderament de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies, que funciona i ajuda (podeu consultar els informes d'avaluació **aquí**).

L'*Activa't*, amb més de 10.000 intervencions sobre les persones, ha establert les bases d'un nou model d'atenció centrat en la persona i l'entorn comunitari, i ha donat a conèixer la realitat d'un col·lectiu que, a dia d'avui, segueix patint estigma i prejudicis en tots els àmbits de la societat. Per això ara no pot acabar.

Gràcies a la gran tasca de tota la xarxa associativa, del voluntariat, de les avaluacions positives i del personal implicat, **actualment hi ha un compromís per part de l'administració de treballar en la futura implementació del projecte**.

Des de la **Federació Salut Mental Catalunya** i el projecte Activa't per la salut mental volem donar les gràcies a totes les persones i entitats que han donat suport al **Manifest per la continuïtat del projecte Activa't per la salut mental**. Al 2019 van signar el manifest **una trentena d'entitats i més de 1.100 persones**. Gràcies a totes elles per creure en el projecte i donar suport a la seva continuitat.

Acte de balanç dels 4 anys de l'Activa't a Lleida

La sala d'actes de la Diputació de Lleida va acollir al febrer del 2019 l'acte de balanç dels quatre anys de recorregut del projecte Activa't per la salut mental a les Terres de Lleida, un projecte de base comunitària per millorar l'atenció a les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars, que va començar al 2015.

El pilotatge de l'Activa't s'ha dut a terme a la demarcació de Lleida durant quatre anys a través de l'Associació Salut Mental Ponent, la Federació Salut Mental Catalunya, Gestió de Serveis Sanitaris, la Coordinadora Salut Mental Catalunya – Terres de Lleida i els departaments de Salut i Treball, Afers Socials i Famílies de la Generalitat de Catalunya al territori.

Durant els 4 anys de pilotatge, 454 persones han participat del projecte Activa't per la salut mental a Lleida, ja sigui formant part d'alguna de les fases del circuit o de totes elles.

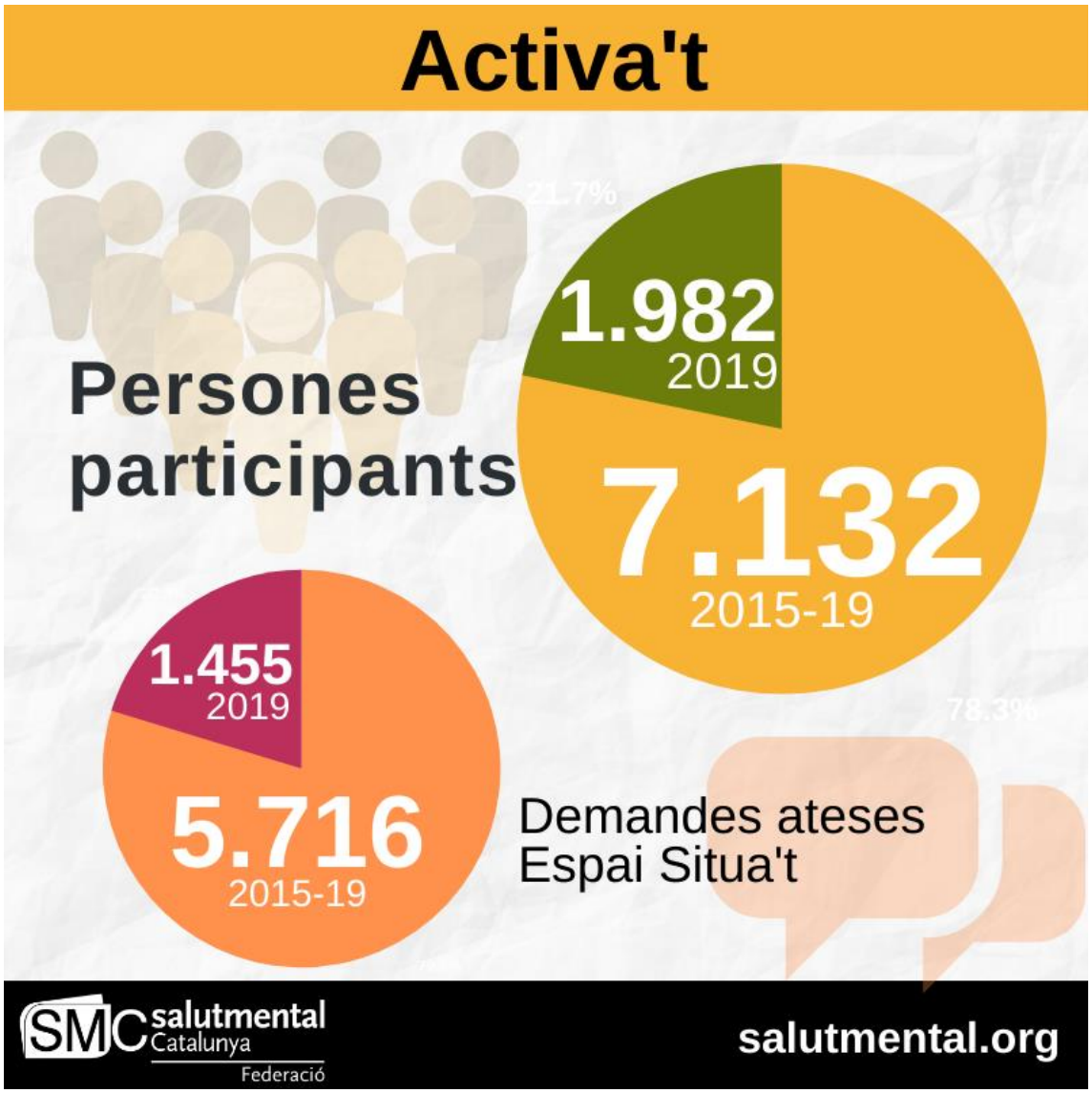
Experiència d'èxit als congresos de Trieste i el XPatient

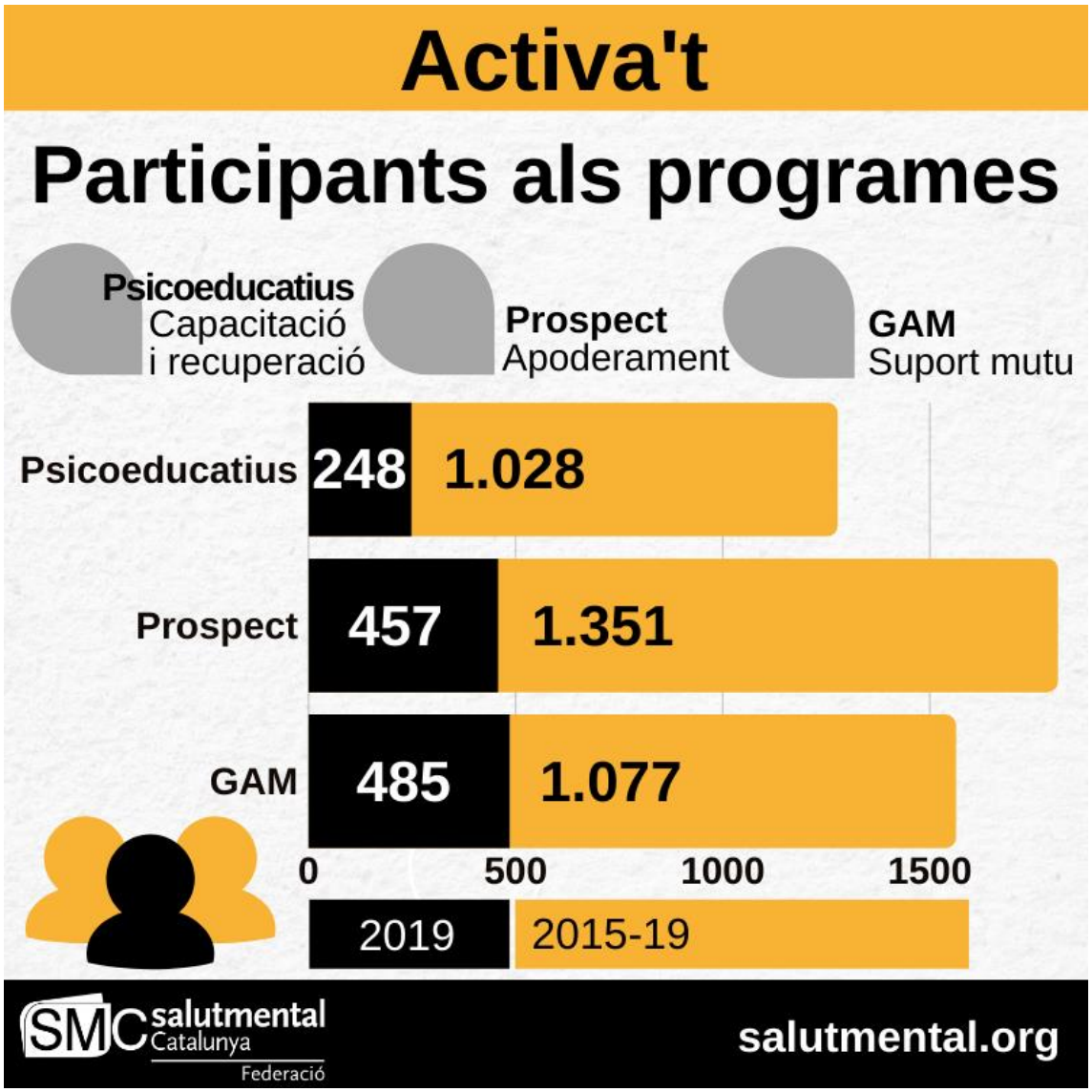
La directora de l'Activa't, Machús San Pío, i Emilio Rojo, director del comitè de Lideratge assistencial del projecte, van participar el dimecres 25 de setembre al Congrés de Trieste (Itàlia) que mostra experiències d'èxit en la promoció de la recuperació i la defensa de drets en l'àmbit de la salut mental.

La participació de l'Activa't va ser a la sessió plenària sobre apoderament i es va presentar juntament amb iniciatives de França i de Grècia. La presentació de Machús San Pío i Emilio Rojo va explicar l'experiència de l'Activa't i de com els serveis de salut mental poden millorar el sistema d'atenció en relació amb el dret a la informació, el plantejament de projectes de recuperació i vida, la potenciació i la participació en les cures, la inclusió social i les intervencions de les famílies.

Cristian Vinagre, responsable de l'Espai Situa't Garraf i referent tècnic del projecte Activa't per la Salut Mental de la Comarca del Garraf, va participar el 18 de setembre a la jornada del **XPatient Congres** celebrat al **CaixaForum de Barcelona**. L'Activa't va participar en la sessió paral·lela en la que es presentaven **iniciatives innovadores en l'atenció del pacient.**

La 4a edició del XPatient Barcelona Congress és una referència sobre el canvi del model assistencial, el qual situa el pacient com a l'element clau i prioritari. El congrés va reunir, durant els dies 17 i 18 de setembre, a 57 ponents, més de 600 inscrits, 95 projectes participants a la convocatòria de Call For Projects (com en el cas de l'Activa't) i 20 projectes presentats en format de ponències en el marc del dia central de Congrés.





Altres informacions d'interès

Justament, servei d'assessorament jurídic en salut mental

Justament. Assessorament en drets i salut mental 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 programa agafa el relleu de l'anterior servei d'assessorament jurídic anomenat fins ara JURIMM, i que aquest 2019 ha canviat de nom i s'ha renovat.

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, com és el cas de Col·lectiu Ronda. L'atenció presencial d'aquest col·laboradors, que va començar a les ciutats de Barcelona i Lleida, ha entrat en funcionament també a Girona capital. Es preveu ampliar el servei a Tarragona al 2020.

A banda de l'atenció presencial, Justament ofereix la possibilitat d'assessorament per telèfon o videoconferència en aquells casos que hi hagi dificultats pel desplaçament a les ciutats de Barcelona, Lleida i Girona.

De les 366 demandes de tipus jurídic ateses pels Espais Situa't de l'Activa't al 2019 un total de 192 casos es van derivar al servei del Justament. Es van organitzar també 3 sessions informatives amb 51 participants sobre les figures de suport com a resposta al gran número de consultes sobre tuteles i patrimoni.

La Federació SMC s'adhereix a 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.

La Federació ha signat al 2019 un conveni de col·laboració amb el COPC per tal d'adherir-se al projecte i poder derivar-hi aquelles persones de la xarxa associativa amb pocs recursos econòmics i que tinguin necessitat d'atenció psicològica. D'aquesta manera, podran beneficiar-se d'una atenció 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 demarcacions de Catalunya.

Al 2019 es van fer 8 derivacions cap al servei de Psicoxarxa Solidària del Col·legi.

Tots per la salut mental

Iniciatives solidàries amb la salut mental

Gospel per la salut mental

La Basílica de Santa Maria del Pi de Barcelona es va omplir divendres 15 de novembre del 2019 de gospel i solidaritat amb l'espectacle Gospelizing, que el grup The Gospel Viu Choir va oferir a benefici de la Federació Salut Mental Catalunya (SMC). L'espectacle va tenir una durada d'una hora i mitja i va aplegar més de 200 persones en una vetllada que va ser possible gràcies a la col·laboració de l'empresa Escuder i el suport de Santa Maria del Pi i Codetickets.

La Federació SMC destinarà els beneficis del concert als seus projectes per a la millora de les oportunitats de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies.

BCN Hotel Games

La salut mental ha estat la causa social escollida pels treballadors i treballadores de la trentena d'hotels que participen en l'edició del 2019 del BCN Hotel Games, l'olimpíada solidària del Gremi d'Hotels de Barcelona, organitzada per A32Events. Es tracta d'11 activitats i esports com pàdel, bàsquet, volei platja, *bowling* o una gimcama on van participar, entre el 30 de setembre i el 9 de novembre, un total de 1.193 persones. L'objectiu dels BCN Hotel Games és promoure el treball en equip, els hàbits de vida saludables i donar suport a iniciatives solidàries.

L'aportació solidària dels BCN Hotel Games es va destinar íntegrament al projecte XarXaJoves. El lliurament del xec solidari es va fer el 9 de novembre a les instal·lacions esportives de la Universitat de Barcelona (UB) a la Zona Universitària de Barcelona, coincidint amb el darrer dia de les competicions.

Els treballadors i treballadores de **Selenta Group** van fer entrega del **xec solidari** a la Federació Salut Mental Catalunya durant el dinar de Nadal de l'empresa. La quantia recaptada per dedicar-la als diferents projectes de salut mental que duu a terme. En total, més de 3.800€.

En una iniciativa sorgida al propi grup hoteler Selenta Group, en que cada any ofereix un lot de nadal als treballadors, aquests han pogut escollir recollir el lot, o donar el seu cost a una entitat social, que aquest any ha anat dirigida a la Federació Salut Mental Catalunya. A més, en el cas que el treballador escull l'opció de donació, l'hotel ha duplicat la quantitat de l'import de cada lot.

La iniciativa va sorgir després que alguns dels hotels del grup Selenta participessin a l'edició del 2019 del BCN Hotel Games.

DKV i Fundació Probitas, amb els infants i joves

DKV col·labora amb el projecte per millorar l'atenció en l'àmbit de la salut mental d'infants i joves a través de la formació dels familiars, educadors i altres professionals que els acompanyen. El seu suport permetrà donar continuïtat al projecte i iniciar els tallers formatius previstos pel 2020. DKV dona suport a aquest projecte en el marc de la seva convocatòria *Tú decides*, per millorar la salut i la qualitat de vida de les persones més vulnerables. Els projectes han estat escollits amb els vots dels treballadors, proveïdors i clients de DKV.

El projecte, que va iniciar-se amb el suport de la Fundació Probitas, preveu l'elaboració de materials que ajudin a abordar les situacions més difícils, sense basar-nos en criteris diagnòstics. S'oferirà una versió *on line* i una de descarregable dels materials i es preveu desenvolupar tallers formatius en el futur.

En aquesta fase del projecte, ja s'han desenvolupat dos tallers amb la participació de diferents perfils, persones amb expèriencia pròpia, familiars, educadors i professionals, per definir les situacions més difícils amb les quals ens trobem quan acompanyem infants i joves amb problemes de salut mental, prioritzar les que són més necessàries abordar en els nous materials i planificar els continguts a desenvolupar. Al taller 1 ja han participat 36 persones i al taller 2 han estat 26.

Premis i reconeixements

"Activa't per la salut mental", premi Bones Pràctiques de Salud Mental España

El projecte de la Federació Salut Mental Catalunya "Activa't per la salut mental" ha estat distingit en la categoria d'Intervenció Familiar, en reconeixement a la feina per promoure l'apoderament de les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars per convertir-se en agents de salut actius en el seu procés de recuperació, i millorar així la seva qualitat de vida. L'entrega dels premis va tenir lloc el 13 de desembre a Madrid i va ser Francisco Rubio, vocal de la junta executiva de la Federació, qui va recollir el premi.

Salud Mental España (SME), en la segona edició dels premis a les Bones Pràctiques de les associacions de salut mental, reconeix el projecte Activa't perquè:

- Proporciona eines per a la gestió dels problemes de salut mental mitjançant serveis d'orientació, programes de psicoeducació, programes per al desenvolupament de l'apoderament i grups d'ajuda mútua.
- Augmenta la influència i el control que famílies i persones amb experiència pròpia exerceixen en les seves pròpies vides.
- Millora la cohesió social.
- Afavoreix l'articulació de les xarxes sanitària, social i associativa en el suport a les famílies, per assegurar l'adequació i continuïtat en l'atenció, i augmenta la seva participació a la xarxa associativa i social.

Premi Ramon de Teserach Acadèmia de Ciències Mèdiques

El programa Activa't per la salut mental, dut a terme conjuntament per Generalitat de Catalunya, Federació Veus i Federació Salut Mental Catalunya, va ser guardonat amb el premi Ramon de Teserach 2019 que concedeix l'Acadèmia de Ciències Mèdiques i de la Salut de Catalunya i Balears, a l'actuació cívica d'entitats per a la promoció de la salut.

Aquest guardó suposa la constatació que l'àmbit mèdic valora positivament la nova manera d'abordar la salut mental que proposa l'Activa't, donant resposta a les necessitats de les persones i de les seves famílies, i orientat a la recuperació, la capacitació i l'apoderament.

Bones pràctiques "Xarxa de suport a les famílies cuidadores de Tarragona"

L'Ajuntament de Tarragona va distingir al març del 2019 a la Federació Salut Mental Catalunya per la seva participació en el projecte de la "Xarxa de suport a les famílies cuidadores de Tarragona", creada al 2014 amb l'objectiu d'enfortir la capacitat de la ciutat d'acollir, acompanyar, donar suport i reconèixer a les famílies que cuiden. La xarxa ha estat reconeguda com a pràctica significativa i ha estat inclosa al Banc de Bones Pràctiques dels Governs Locals de Catalunya que impulsen la Federació de Municipis de Catalunya i la Fundació Carles Pi i Sunyer d'Estudis Autonòmics i Locals.

www.salutmental.org

SalutMentalCatalunya

SalutMentalCat

Federació Salut Mental Catalunya
c/ Nou de Sant Francesc, 42, local
08002 Barcelona
Telèfon 93 272 14 51
federacio@salutmental.org