Memòria 2021

SMC salutmental Catalunya

DRETS I INCIDÈNCIA
INNOVACIÓ I CONEIXEMENT
SENSIBILITZACIÓ
ACCIÓ COMUNITÀRIA
FORMACIÓ
ASSOCIACIONISME I ACTIVISME
ACOMPANYAMENT

Índex

SMC en xifres

2021, salut mental i pandèmia 1

25 anys de la Federació Salut Mental Catalunya 2

Medalla d'Honor de Barcelona a la resposta de Salut Mental Catalunya a la pandèmia 3

Bones pràctiques de les nostres associacions 4

Amb Experiència Pròpia, amb les entitats 5

Comissió de salut mental i addicions al Parlament 6

Taules de Salut Mental, treball des del món local 7

Justament 8

Informe drets i salut mental 9

Implementació de l'Activa't per la salut mental 10

CoActuem per la Salut Mental 12

Presentació guies en salut mental infanto-juvenil 13

Suport als Clubs Socials federats 14

Esport i salut: torna la lliga i la cloenda de tennis 15

Salut mental i justícia, inserció en l'àmbit penal 16

Fent Costat Entre Famílies, també a Lleida 17

Salut mental amb perspectiva de gènere 18

Vida Independent i llars amb autonomia 19

Tornen les sortides del programa Respir 20

XarXaJoves acompanya els joves 21

Atenció i inclusió 22

Formació en salut mental per a tothom 24

Salut mental per a tothom 26

Sensibilitzem sobre drets en salut mental 27

Comptes clars 28

Gràcies a tots i totes els que ho heu fet possible 30

Et sumes a fer el camí amb nosaltres? 31

SMC en xifres

Associacions

75 entitats federades; AmorosaMente i TrebolMente noves al 2021

Fent Costat Entre Famílies

36 persones voluntàries formades

3 territoris (amb la incorporació de SJD Lleida)

Taules Salut Mental

39 Taules al territori

51% municipis amb Taula al seu territori

Drets i salut mental

214 Casos derivats al Justament

Amb Experiència pròpia

300 participants

17 grups de treball

Dona i salut mental

247 dones participants

24 grups de treball i entitats

CoActuem per la Salut Mental

65 participants a l'Entorn de Coneixement

32 al Comitè de Coinvestigadors

Centres penitenciaris

177 actuacions realitzades

XarxaJoves

71 joves amb pla de treball individual

73 atenció a familiars

Activa't

1.285 persones beneficiàries

1.246 demandes ateses als Espais Situa't

Formació

4 guies

79 persones al procés participatiu

3 tallers de capacitació amb 32 familiars i 45 professionals

Dia Mundial

150 participants

Respir

+150 persones beneficiàries

17 sortides realitzades

Clubs Socials

38 clubs federats

7 gestionats per la Fundació SMC

Comunicació

+120.000 visites al nou web

8.000 subscripcions al butlletí

7.200 seguidors a Twitter

6.100 a Facebook

1.700 a Instagram

Formació

1.298 persones formades

2021, salut mental i pandèmia

La importància del nostre benestar

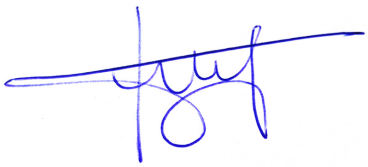
Aquest 2021 recordarem com un any on la salut mental ha estat ben present a l'agenda pública, però per nosaltres és un any on hem vist com administracions i ciutadania han copsat la importància de la salut mental i el benestar emocional de les persones.

I això és el que ens inspira a seguir treballant amb optimisme i compromís, al peu del canó, per a què es continuï prioritzant l'atenció emocional de les persones, s'escolti la nostra veu, i s'aposti de manera valenta per la recuperació a través de l'atenció comunitària en salut mental.

Comptem amb un tresor magnífic per dur-ho a terme, una xarxa d'entitats formada per persones que treballen durament per fer-ho possible, gràcies a la seva expertesa i la seva valentia per fer front a les adversitats.

El nostre desig és seguir treballant i sumar esforços per millorar la salut mental de tots i totes.

Perquè totes sabem que sense salut mental no hi ha salut, i apostant per la salut mental construïm societats més justes i cohesionades.



Enriqueta Vidal
Presidenta de Salut Mental Catalunya

SOM MEMBRES DE:

- **Taula d'Entitats del Tercer Sector** de Catalunya com a membres de la Junta
- **Obertament**, com a membres de la Junta Directiva
- **Fundació Hàbitat3**, com a fundadors i membres del Patronat
- **Cocarmi** (Comitè català de representats de persones amb Discapacitat), com a membres de la junta
- **Confederación Salud Mental España,** com a membres de la junta
- **Clúster de Salut Mental**, com a socis i membres fundadors
- **Xarxa TECSAM** (Xarxa d'Innovació Investigació en salut mental i tecnologies), com a membres del Comitè Directiu

A més a més, participem i formem part de molts grups de treball en diversos àmbits de les administracions públiques.

25 anys de la Federació Salut Mental Catalunya

Un quart de segle de trajectòria que avala la nostra tasca diària

La Federació Salut Mental Catalunya es va constituir a l'**octubre de 1996**, quan 11 associacions van unir-se per ser més fortes. 25 anys després ja som **més de 75 entitats federades** i al 2021 hem volgut repassar junts els principals reptes aconseguits i les fites encara pendents del nostre moviment associatiu en pro de la salut mental.

Amb motiu de la celebració dels nostres 25 anys, vam recollir les **principals fites aconseguides pel nostre moviment associatiu i el reptes que ens queden per assolir.** Les principals dades les vam presentar en l'acte de celebració dels 25 anys de SMC i del Dia Mundial de la Salut Mental, celebrat el 5 d'octubre del 2021 al CaixaForum de Barcelona.

DADES

75
Entitats en el nostre moviment associatiu

9.800
Persones sòcies

1.119
Persones voluntàries

39
Taules de Salut Mental a Catalunya

2.200
Persones ateses als Clubs Socials

81
Participants a Formació de moderació de GAM

300
Participants a Amb Experiència Pròpia

247
Participants en 1a persona a Dona i Salut Mental

319
Demandes d'orientació jurídica ateses a l'Espai Situa't

214
Casos derivats al Justament

15
Clubs Socials amb serveis específics de salut mental infantojuvenil

85
Joves atesos

Medalla d'Honor de Barcelona a la resposta de Salut Mental Catalunya a la pandèmia

Enriqueta Vidal i Ada Colau a l'acte d'entrega de les Medalles d'Honor de Barcelona.

L'Ajuntament de Barcelona va fer entrega de les Medalles d'honor de la ciutat del 2021. Es reconeix així a persones i entitats que han treballat per donar resposta des de la ciutadania a les necessitats en temps de pandèmia. L'acte es va fer el 30 de novembre al Saló de Cent del consistori.

En aquest acte, la Federació Salut Mental Catalunya (SMC), que representa a les nostres 75 associacions a tot Catalunya, va ser una de les cinc entitats destacades amb les medalles. Aquesta distinció ha posat en valor la tasca de les associacions de persones amb problemes de salut mental i de les seves famílies. S'ha destacat la tasca per **seguir al costat de les persones que han necessitat suport, orientació i acompanyament** durant la pandèmia.

El valor de la tasca de les associacions

La presidenta de SMC, Enriqueta Vidal, va destacar la **importància de la tasca del nostre moviment associatiu** per oferir suport i benestar emocional en temps de Covid-19. En aquest sentit, va explicar que **la pandèmia ha evidenciat la necessitat de tenir cura de la nostra salut mental.** La intervenció d'Enriqueta Vidal també va ser en representació de totes les persones i entitats premiades.

Bones pràctiques de les nostres associacions

Salud Mental España (SME) reconeix projectes de La Muralla, Aixec, Daruma i Barcelonès Nord en la 3a edició de les Bones Pràctiques de SME. Al 2021 vam potenciar el suport i dinamització de la nostra xarxa.

El **Grup Motor** de la Federació SMC vol identificar necessitats i reptes del nostre model organitzatiu en àrees com **incidència, marca i gestió interna**. Participen **40 entitats repartides per territoris i amb entitats referents:** Berga (ASFAM); Vilanova i la Geltrú (SM Garraf | Afammg); Igualada (SMC Anoia); Martorell (SM Baix Llobregat Nord); Barcelona (Associació Emilia); Barcelona (Aprenem); Lleida (Coordinadora SMC Terres Lleida); Badalona (SM Barcelonès Nord); Granollers (Associació Daruma).

El posicionament de la marca SMC com a **exemple de bones pràctiques** en salut mental va rebre l'impuls al 2021 del reconeixement a la tasca que fan quatre de les nostres entitats: Associació Ment i Salut La Muralla; Aixec SCCL; Daruma. Associació de Familiars de Salut Mental i Salut Mental Barcelonès Nord. Els seus projectes van ser escollits en el la 3a edició del premi a les Bones Pràctiques de Salud Mental España.

BONES PRÀCTIQUES

La Muralla. "No hay distancia si se tiene un motivo" (Cuidado y promoción de la salud mental frente al Covid). Tallers online i serveis d'escolta activa enfront el malestar emocional.

Aixec. "Adaptación y flexibilidad en tiempos de pandemia" (Adaptación de recursos, productos y servicios). Atenció i acompanyament en temps de la Covid-19.

Daruma. "Grupos de ayuda mútua online" (Adaptación de los recursos, productos y servicios). Treballar en l'autocura i les relacions personals en temps de pandèmia.

SM Barcelonès Nord. "55 Plus. Acompañamiento comunitario para personas con problemas de salut mental mayores de 55 años" (Nuevos recursos, productos y servicios).

DADES

75
Entitats federades

9.800
Persones sòcies a les nostres associacions

1.119
Persones voluntàries

47
Punts d'atenció i més de 20.000 demandes ateses

Amb Experiència Pròpia, amb les entitats

El projecte impulsa la participació dels activistes en primera persona i les accions de sensibilització. La nostra xarxa, on s'incorporen TrebolMente i AmorosaMente, consolida el caràcter mixte (familiars i 1a persona).

El projecte **Amb Experiència Pròpia** promou des del 2012 l'**empoderament i la participació activa** i real de les persones amb problemes de salut mental en el moviment associatiu de la Federació SMC. Es tracta d'oferir possibilitats d'auto **representació en espais d'incidència** política a través de la creació de grups d'activistes locals.

Al 2021 s'ha creat un **Comitè** per impulsar la participació dels activistes en primera persona d'arreu de Catalunya i les accions de **sensibilització**, a càrrec del participants en el projecte Amb Experiència Pròpia.

La presència de les **persones amb problemes de salut mental en els òrgans de govern de les nostres associacions** ha continuat al 2021. Es consolida així el model mixte, amb la presència de familiars i primeres persones a les entitats.

El moviment associatiu de la Federació ha crescut al 2021 amb la incorporació de dues noves entitats, TrebolMente i AmorosaMente. Ja som 75 entitats!

DADES

300
Participants al projecte

17
Grups de treball

TrebolMente
Associació d'àmbit estatal, fundada, gestionada i dirigida per persones amb diagnòstic psiquiàtric. Té com a objectius fundacionals la defensa dels drets i deures en salut mental, i disposa d'una gran varietat de GAM. Té delegacions a Barcelona, Girona i Figueres.

AmorosaMente
Treballen al Prat de Llobregat i disposen del seu canal de You Tube: Aquí Nadie Es Perfecto. La tasca de l'entitat és la prevenció i divulgació de la salut mental amb perspectiva comunitària i de gènere.

«L'experiència pròpia per a mi serveix perqué la teva història de vida serveixi com referència a altres persones»

Jordi García, participant

Comissió de salut mental i addiccions al Parlament

El Parlament català situa la salut mental i les addiccions com una prioritat de país i el sector destaca que la Comissió és un primer pas per resoldre un deute històric de les polítiques públiques amb el nostre col·lectiu.

La creació de la comissió d'estudi al Parlament de Catalunya, el 16 de juny del 2021, respon a les demandes del sector de la salut mental i addiccions. La decisió situa **la salut mental com una prioritat de país** del Parlament català, que sempre ha admés el **deute històric** de les polítiques públiques amb el nostre col·lectiu.

La pandèmia ha evidenciat la necessitat de **revisar les estratègies i el finançament públic** per poder donar resposta urgent a la demanda del país, però també la importància de **reconèixer la singularitat de la salut mental en tots els espais d'interlocució**.

El Ple del Parlament va celebrar el 14 de desembre un debat sobre salut mental, amb la participació de les entitats del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions.

Enriqueta Vidal, presidenta de SMC, va posar veu a les demandes del nostre col·lectiu al Parlament.

DEMANDES

Disminuir les desigualtats socials i territorials, i garantir serveis suficients.

Identificar els serveis que són insuficients.

Pràctica assistencial col·laborativa, planificació proactiva i atenció compartida.

En el marc d'aquest debat, **Mercè Torrentallé** va representar la veu del col·lectiu de salut mental a Catalunya amb el seu discurs.

El sector es mostra esperançat amb la posada en marxa d'aquesta comissió que ha de ser un element de consens i útil.

Les conclusions de la comissió d'estudi haurien de permetre passar definitivament a l'acció, i així **garantir un model d'atenció integrada centrat en la persona**, amb un marcat caràcter preventiu, d'**enfocament comunitari**, de proximitat i que garanteixi la **continuïtat assistencial**.

Alhora que incorpori el reconeixement del rol actiu i **empoderament** de les persones amb trastorn mental i les seves famílies.

Taules de Salut Mental, treball des del món local

La Federació SMC elabora un Informe amb l'estat de la qüestió de les Taules de Salut Mental a Catalunya, que durant el 2021 han recuperat la seva activitat després de la pandèmia.

ACCIONS

S'ha elaborat un **informe amb l'estat de la qüestió de les Taules** on s'analitzen aspectes qualitatius i aspectes quantitatius.

El 14 de juny es va fer una **sessió per compartir experiències** entre les associacions que participenen en alguna Taula de Salut Mental amb 27 assistents.

Enviament de 3 **butlletins InterTaules a més de 400 persones** implicades en les Taules.

S'ha continuat oferint suport als territoris que volen impulsar una taula i s'ha posat en marxa la **Taula de Salut Mental del Pla d'Urgell.**

Impartició de **3 tallers en capacitació en salut mental infantojuvenil a familiars i professionals que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental** en col·laboració amb les Taules de Salut Mental de Nou Barris (Barcelona), Granollers i el Garraf amb la participació de 32 familiars i 45 professionals.

Suport tècnic a la Taula de Sant Boi de Llobregat per a la seva dinamització.

Assessorament als grups motors de les Taula de Salut Mental del Masnou, Alella i Teià i de Lleida-Segrià per a la realització de dinàmiques grupals i a la Taula de Gavà per a treballar el seu pla d'acció.

DADES

39
Taules a tot Catalunya

51%
Municipis amb Taula al territori

80%
Persones de taules amb participació d'entitats de SMC

20%
Taules coordinades per entitats federades

La Taula del Pla d'Urgell, inaugurada al 2021.

Justament, assessorament jurídic

El programa Justament és un servei d'assessorament jurídic adreçat a persones amb problemes de salut mental i a les seves famílies

Justament dona resposta a les necessitats d'**assessorament legal específiques del col·lectiu de persones amb problemes de salut mental**. També s'adreça a les seves famílies, 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.

Oferim **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 **Barcelona, Lleida i Girona**, i també la possibilitat d'assessorament per telèfon o videoconferència quan hi ha dificultats pel desplaçament.

Assessorament legal en el marc del programa Justament.

«Tenim dret a no ser estigmatitzats i a que se'ns valori pel que sabem fer i no pel que ens veuen com a debilitats.»

Raquel Montllor

DADES

1864

Demandes ateses a Catalunya

214

Casos derivats al servei Justament

319

Demandes d'orientació jurídica general

18%

De les consultes realitzades per mares

43%

De les consultes realitzades en 1a persona

33%

Dels casos del Justament fan referència a figures jurídiques de suport

Informe sobre drets i salut mental a Catalunya

L'informe recull la vulneració de drets registrada durant el 2021 a Catalunya

Des de SMC treballem pels drets de les persones amb problemes de salut mental tenint com a eix principal la Convenció de l'ONU sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat.

El nostre objectiu és **recollir, registrar i classificar els drets que massa sovint es vulneren a Catalunya.** Els drets vulnerats més freqüentment són: drets a la salut de la persona, integritat moral i física.

TREBALL EN XARXA

Formem part del **Comitè Jurídic de la Confederación Salud Mental España.**

Participem en la **Taula d'entitats d'atenció a les víctimes de discriminació** promoguda per l'Oficina per la No Discriminació (OND) de l'Ajuntament de Barcelona.

INFRADENÚNCIA

De forma general, i especialment durant la pandèmia sanitària per la COVID19, i malgrat els esforços que duu a terme la Federació SMC per millorar la recollida de dades, **la infradenúncia continua sent una problemàtica que invisibilitza el fenomen de les discriminacions i vulneracions als drets de les persones amb problemàtica de salut mental.**

DADES

36

Casos de vulneració de drets a Catalunya

30%

Denúncies de familiars, especialment mares

52%

Denúncies en 1a persona

48%

Denúncies en l'àmbit sanitari

«De vagades no fem denúncia per no donar la cara, per evitar fer front a situacions desagradables o per desconeixement sobre els nostres drets.»

Marcos Benítez

Implementació de l'Activa't per la salut mental

El projecte ha continuat al 2021 el camí per a la seva consolidació com a servei de cartera arrelat al territori. Un total de 5 dels 15 Espai Situa't van passar a ser gestionats per entitats del teixit associatiu.

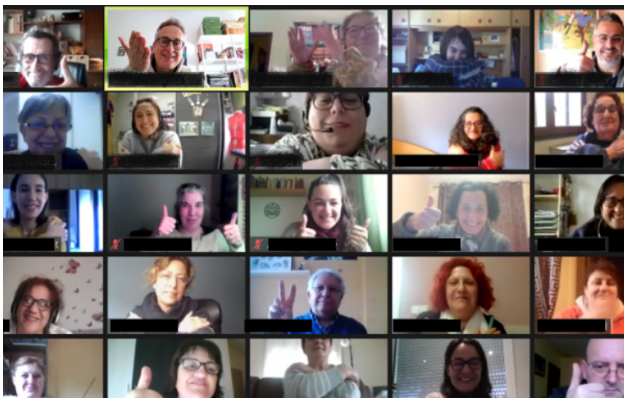
El projecte Activa't per la Salut Mental està marcat al 2021 per la continuïtat de la implementació en cartera, després de l'aturada derivada de la pandèmia per la covid-19. Un total de 5 dels 15 Espai Situa't pilotats per la Federació Salut Mental Catalunya van passar, al mes d'abril, a ser gestionats per part d'entitats del teixit associatiu en salut mental dels territoris pilots, a través de la convocatòria de la COSPE.

L'Activa't va iniciar així el camí per **consolidar-se com a servei**. Va continuar la seva activitat al 2021 gràcies al finançament de "la Caixa" i de la subvenció estatal de l'IRPF, així com el finançament de l'Ajuntament de Barcelona i el Departament de Salut de la Generalitat. Es van dur a terme reunions a començaments del 2021 amb el voluntariat i l'equip de professionals de les diferents formacions i activitats grupals del projecte per tal de continuar l'activitat. Així mateix va decidir com continuar l'**atenció a través dels diferents Espais Situa't a territori, alguns ja gestionats per entitats federades.**

La continuïtat del projecte al 2021 també s'ha coordinat amb els diferents agents de l'àmbit de la salut mental a territori, amb l'objectiu de garantir una **implementació adequada en la cartera de serveis**. I tot això tenint en compte la situació de pandèmia i l'adaptació dels nostres programes, serveis i recursos a les restriccions per les alarmes sanitàries.

En aquest sentit, les formacions del 2020 (**Prospect, facilitadors de GAM**...) ja es van fer **en modalitat online**.

El projecte va assolir l'objectiu principal de contribuir al procés d'implementació a la cartera de serveis de la Generalitat del model Activa't, per aconseguir que persones amb problemes de salut mental, diagnosticats o no, i els seus familiars esdevinguin agents de salut actius en el seu propi procés de recuperació i millorar així la seva qualitat de vida i la seva participació i inclusió comunitària.



Trobada de persones facilitadores de Prospect al març.

Al 2021 es va continuar amb les diferents **activitats i formacions del projecte**: serveis d'assessorament i orientació (Espai Situa't); programes de capacitació i de recuperació; programes d'empoderament Prospect; i els programes de suport mutu (GAM 1a persona; GAM familiars i GAM benestar emocional).

Els 15 Espai Situa't a territori van atendre un total de 1.260 demandes d'informació i orientació.

GAM per al benestar emocional. Durant el 2021, s'ha dut a terme l'avaluació externa d'aquesta iniciativa, sorgida arran de la pandèmia, amb la col·laboració del Consorci d'Atenció Primària de Salut Barcelona Esquerra (CAPSBE) i amb l'objectiu de promoure la seva creació i millorar el seu funcionament. Aquest procés s'ha dut a terme amb mètodes quantitatius i qualitatius, amb l'objectiu de conèixer els elements facilitadors i les barreres que hi ha per a que una persona formada emprengui la iniciativa de moderar un GAM.

«És molt important la col·laboració entre primeres persones, familiars i professionals en el canvi de model que proposa l'Activa't»

Miguel Ángel Pérez Salcedo

facilitador de Prospect

DADES

1.260
Demandes ateses pels Espais Situa't

15
Espais Situa't, 5 gestionats pel teixit associatiu

78
participants en les 8 Trobades de persones moderadores de GAM

126
participants en les 5 edicions de Prospect

1.285
Persones beneficiàries, més del 70% dones

214
Casos derivats al Justament

81
Participants a Formació de moderació de GAM en 9 formacions

57
Professionals formats en recuperació i salut mental comunitària

CoActuem per la Salut Mental

El projecte de recerca es basa en la ciència social ciutadana i en la participació i l'experiència de les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars, que adquireixen el rol de co-investigadors.

ACCIONS

S'ha creat i entregat una eina física a les persones co-investigadores: un **quadern de recerca.**

Hem realitzat **16 mini-tallers virtuals** que van donar com a resultat els 222 micro-relats basats en les vivències pròpies de les persones coinvestigadores.

S'han convocat 2 sessions virtuals per a **testejar el xatbot**.

S'ha realitzat la **primera trobada presencial** amb persones co-investigadores per valorar la feina feta.

S'han realitzat **dos vídeos**: presentació del xatbot en forma d'història il·lustrada i presentació de testimonis de persones co-investigadores per donar a conèixer la seva experiència.

S'ha presentat la **nova web del projecte**.

S'han realitzat **2 trobades virtuals** amb membres de l'Entorn de coneixement per informar-los de l'evolució del projecte i recollir suggeriments.

El programa, iniciat al 2020 per la Federació Salut Mental Catalunya i el grup OpenSystems de la Universitat de Barcelona, compta amb el finançament del programa de recerca i innovació Horizon 2020 de la Unió Europea.

Durant el 2021 hem estat treballant amb OpenSystem en la creació d'una eina digital, un **xatbot a Telegram**, que permet interactuar en base a micro-relats creats per les persones coinvestigadores (amb experiència pròpia i familiars).

Els participants no es poden identificar entre ells ni interactuar-hi directament. I quan es tracten les respostes dels participants, aquestes no es podran relacionar amb les seves identitats.

DADES

65

Participants a l'Entorn de Coneixement

32

Persones involucrades al Comitè de Coinvestigadors

Guies i tallers de capacitació en salut mental infanto-juvenil

Presentació de les quatre guies de navegació i dels resultats dels primers tallers per a familiars i professionals que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental.

Els materials s'han elaborat en un **procés participatiu que ha recollit el coneixement de 79 experts** per experiència pròpia, familiars i professionals; i compta amb el suport de Fundació Probitas.

Les noves guies són el **punt de partida dels nous tallers de capacitació que s'han engegat per a familiars i professionals** (de fora de la xarxa de salut mental especialitzada) que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental.

Tant les guies com els tallers formen part del projecte de formació en salut mental infantojuvenil per a familiars i professionals no especialitzats. Es tracta d'un projecte innovador, no només per la manera com es planteja la capacitació, sinó per com el mateix espai de trobada contribueix a cercar i implementar les solucions conjuntament amb la comunitat. El 2021 s'ha dut a terme en **col·laboració amb les Taules de Salut Mental de cada territori,** formades pels agents comunitaris implicats en la salut mental.

La jornada de presentació de les guies es va fer per **streaming el 27 de maig des del Col·legi de Periodistes de Catalunya a Barcelona**, amb el títol "Impulsant millores en l'atenció a infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental".

Enriqueta Vidal, presidenta d'SMC, a la presentació de les guies al Col·legi de Periodistes de Catalunya. Foto: Luis Ros

DADES

700

Persones assistents a la jornada

+1.400

Visualitzacions a Youtube

79

Experts participants en les guies

3

Tallers de capacitació en salut mental infantojuvenil

Suport als Clubs Socials federats

Els Clubs Socials tornen a la quotidianitat després dels mesos de confinament i restriccions derivades de la pandèmia. Les comissions i grups de treball va continuar la feina per millorar la gestió dels Clubs.

Al 2021 un total de **38 Clubs Socials** s'han beneficiat del programa de suport als Clubs que la Federació ofereix amb la finalitat de millorar l'atenció als serveis, resoldre dubtes dels professionals i oferir-los eines i recursos per poder desenvolupar millor la seva tasca.

El suport des de Salut Mental Catalunya s'estructura en base a la **Comissió de Clubs Socials**.

Durant el 2021, va haver-hi dues qüestions destacades: el retorn a la quotidianitat després de la pandèmia i el procés d'acreditació.

ACCIONS

Comissió General de Clubs

Comissions específiques (Grups de Treball: acreditació de les entitats i millora del servei de Club Social)

Formacions en Sexualitat i Salut Mental

El Club Social La Xamba de Sabadell.

DADES

38
Clubs Socials

2.200
Persones ateses

Esport i Salut: torna la Lliga i la cloenda de tennis

El programa Esport i Salut va recuperar la normalitat després de les restriccions per la pandèmia. Al 2021 es va tornar a organitzar la Lliga de futbol sala i es va celebrar de nou la Cloenda de tennis.

La lliga de futbol sala va **tornar a la competició al mes d'octubre del 2021,** després que la pandèmia obligués a suspendre els partits al març del 2020.

La temporada 2021-22 s'ha desenvolupat amb normalitat, amb la participació de 13 equips i prop de 200 participants. A diferència d'anteriors temporades, la competició s'agrupa en **una única divisió,** i no dues com abans, tot i que s'han mantingut la majoria dels equips.

FUTBOL

200
Participants

13
Equips

TENNIS

30
Participants

1
Cloenda

EL TENNIS RECUPERA LA CLOENDA

Cloenda al Tennis Vall d'Hebron de Barcelona.

El programa de tennis va mantenir les trobades i va recuperar la **Cloenda de final de temporada i l'entrega de trofeus**.

Les **trobades de bàsquet** van ser l'activitat més afectada i esperen recuperar la normalitat al 2022.

Salut mental i justícia, inserció en l'àmbit penal

A través de diverses activitats i accions, es treballa per la inserció social de persones amb problemes de salut mental que han comés algun delicte.

El programa Salut Mental i Justícia desenvolupa diverses accions de suport a persones amb necessitats en salut mental que han tingut problemes amb la justícia.

ACCIONS

Acompanyament per la reinserció de persones privades de llibertat.

Grups de suport emocional dins d'algunes presons de Catalunya

Afavorir l'**acollida a les associacions federades** de persones que han de complir alguna Mesura Penal Alternativa.

Formar als agents del món penitenciari en temes de salut mental.

ACTIVITATS

Ràdio Chiringuito al Centre Penitenciari (CP) Joves

Grups de suport emocional al mòdul d'infermeria i **xerrades obertes** a tota la població penitenciària al CP Ponent.

Treball individual amb algunes persones internes de forma individual, sobretot per abordar situacions de permisos a l'exterior, règim obert i sortida en llibertat.

Atenció des dels **Espais Situa't**

Participació en les **Taules de Participació Social (TPS),** generals i per territori.

DADES

49

Persones beneficiàries

177

Intervencions en centres penitenciaris

Reinserció i salut mental als centres penitenciaris.

Fent Costat Entre Famílies, també a Lleida

L'Hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida s'incorpora al programa per millorar l'acompanyament en l'ingrés psiquiàtric d'un familiar.

El programa de voluntariat ofereix suport emocional, espais d'escolta activa i resol dubtes als familiars o l'entorn significatiu de les persones afectades per un trastorn mental. I ho fa de la mà de **familiars que han passat per l'experiència d'acompanyar** un familiar en un moment difícil.

La iniciativa s'ha implementat al 2021 a Lleida, gràcies al conveni de col·laboració signat al novembre entre les quatre parts implicades: la Coordinadora d'entitats de salut mental i addiccions de les Terres de Lleida, l'Associació Salut Mental Ondara Sió i amb la col·laboració de l'**Hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida** i la Federació Salut Mental Catalunya.

"Fent costat entre famílies" es va iniciar al 2020 en col·laboració amb el **Parc de Salut Mar de Barcelona**, i la participació en condició de partenariat de les associacions **Arep per la salut mental** i **AMMAME**, després de l'èxit del pilotatge desenvolupat pel **Centre Psiquiàtric Dr. Emili Mira Torribera de Santa Coloma de Gramenet** i el voluntariat de l'associació AMMAME de Santa Coloma de Gramenet.

Al 2021 es va fer una segona edició de la formació de **capacitació de les persones voluntàries** del projecte, i una trobada entre l'equip de voluntariat.

El projecte va quedar **finalista en la Beca Carles Capdevila** que atorga el diari Ara.

DADES

3
Territoris amb la incorporació de Lleida

2
Sessions de capacitació de persones voluntàries

36
Persones voluntaries beneficiàries

24
Participants en la trobada de voluntariat

Presentació del programa Fem costat entre famílies a Sant Joan de Déu Terres de Lleida.

Salut mental amb perspectiva de gènere

El projecte Dona i Salut Mental ofereix un espai on compartir experiències i vivències, detectar necessitats, donar-los-hi resposta i fomentar la participació activa i en xarxa, des de la defensa de drets, la lluita contra l'estigma i els grups de suport mutu de dones o gènere.

Des del 2019, Salut Mental Catalunya impulsa Dona i Salut Mental, un programa de **sensibilització, empoderament, participació activa i salut integral per a dones amb problemes de salut mental**, que vol reforçar des d'una perspectiva de gènere, el treball amb les persones amb experiència pròpia, donant veu a les dones, col·lectiu històricament silenciat.

El projecte es nodreix a partir del **treball del grup de dones en primera persona i professionals de la xarxa associativa** de salut mental del territori català, que s'uneixen per coordinar la posada en marxa de diferents iniciatives dirigides a l'empoderament de les dones en primera persona, i assegurar que tenen veu en diferents **espais de representació**.

En un moment com l'actual, la xarxa de dones buscar **pal·liar els efectes en la salut mental de les dones provocats per la Covid**, com l'aïllament o el trencament de processos de recuperació, agreujats per la discriminació.

Al 2021, el projecte va comptar amb la col·laboració de l'**Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal) i de l'Associació de Drets Sexuals i Reproductius.** Es van fer sessions de dinamitzadores de grups de dones i accions formatives que s'han portat al grup plenari. El número de participants al 2021 va passar de 122 a 247 persones amb un total de 24 grups organitzats a territori.

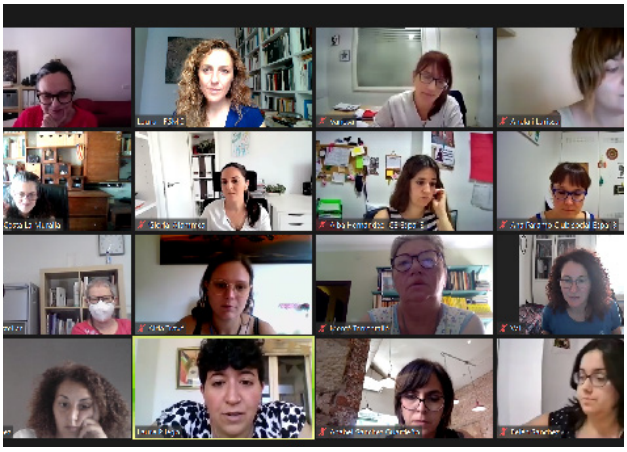
DADES

24

Grups de treball

247

Dones en primera persona



Sessió de dinamització del grup de dones.

Vida Independent i Llars per l'Autonomia

Acompanyament i seguiment integral a persones amb trastorn mental sever en el seu domicili i en l'entorn comunitari.

VIDA INDEPENDENT

El programa **Vida Independent** contribueix al desenvolupament de les persones amb un diagnòstic de salut mental i treballa perquè puguin fer una vida al domicili i a la comunitat el més autònoma possible.

Aquest programa va tornar a la **presencialitat** progressivament durant el primer trimestre de 2021, cosa que ha permès mantenir el vincle amb les persones usuàries i les famílies.

El projecte ha contribuït a **millorar la seva autonomia i qualitat de vida,** així com focalitzar-se en la promoció de la salut, potenciar capacitats i habilitats personals i relacionals i treballar el creixement personal.

Amb una **atenció individualitzada i personalitzada** hem resolt diferents necessitats: evitar l'aïllament al domicili, treballar aspectes relacionats amb la COVID-19, vinculació als recursos socials, sanitaris, noves relacions i treballar hàbits saludables.

DADES

+15

Casos atesos al seu domicili per guanyar autonomia

3

Pisos amb autonomia amb 4 persones

LLARS PER A L'AUTONOMIA

Els **habitatges de lloguer social** són una excel·lent possibilitat de fer efectiu el procés d'i**ndependència i autonomia** per a les persones amb trastorn mental greu amb rendes econòmiques baixes. Gràcies a un suport professional i psico-educatiu i a un treball individualitzat s'ofereix la possibilitat de **gaudir d'un habitatge en el propi entorn comunitari**. El programa també acompanya la família si la situació ho requereix.

«El 2021 ha estat un any difícil per a tothom, però amb l'acompanyament de la Raquel i del programa hem pogut avançar.»

Sandra

«Estic molt content amb el programa i els professionals, fan una tasca molt positiva i em dona molta tranquil·litat saber que estan al meu costat.»

Marta

Tornen les sortides del programa Respir

El programa s'adapta a la pandèmia i recupera els espais de respir a les persones amb trastorn mental sever i a les seves famílies.

Després de les restriccions per la Covid **el Respir va reprendre les sortides al mes de març del 2021 i va organitzar 17 sortides fins al mes de novembre**, dues de les quals van ser del Respir Dones, destinat exclusivament a dones amb problemes de salut mental.

La pandèmia va tancar moltes infraestructures hoteleres i albergs de la xarxa de Xanascat, cosa que va dificultar la realització de les sortides planificades durant els primers mesos de l'any. Per sort, a partir del mes de maig es va poder tornar a la normalitat.

El programa s'ha adaptat a la situació sanitària amb sortides d'una sola nit de cap de setmana quan la desescalada ho ha permès.

A l'estiu hem organitzat **diverses sortides** a múltiples indrets de Catalunya per tal de donar resposta a l'alta demanda continuada per part de persones derivadores i professionals de la xarxa de salut mental i de les persones usuàries del programa.

SORTIDES

Respir Sortides
Per a persones amb trastorn mental sever

Respir Salut
Pels seus familiars i cuidadors

Respir Joves
Per persones joves amb problemes de salut mental

Respir Dona
Per a dones amb problemes de salut mental

DADES

+150
Persones beneficiàries del Respir

2
Sortides per a dones a Calella i Vic

13
Sortides Respir per a persones amb trastorn mental sever

2
Sortides Respir Salut per a familiars

XarXaJoves acompanya els joves

Estudis, feina, oci saludable, inclusió... Suport als joves amb problemes de salut mental.

XarXaJoves és un programa pilot d'acompanyament integral per a **joves amb problemes de salut mental de 16 a 25 anys i les seves famílies** que pretén oferir suport a la persona en aquelles fites que es vulgui plantejar: estudis, treball, oci saludable, vinculació amb la xarxa, etc. Es desenvolupa a tres territoris: **Barcelona Ciutat, Barcelonès Nord i Lleida.**

Al 2021 hem continuat amb la nostra tasca per assolir els objectius del projecte:

OBJECTIUS

- Acompanyar cap al **món educatiu i laboral.**
- Fer reforç i seguiment de la **vinculació amb els serveis socials i sanitaris.**
- Promocionar la **vinculació amb entitats de lleure** fora del món de la salut mental.
- Afavorir la **socialització** i el **suport entre iguals.**
- Potenciar el procés de **recuperació i empoderament.**

Joves participants del programa XarxaJoves a l'activitat Teràpia amb gossos

DADES

85
Persones joves ateses i 73 famílies

71
Joves amb un pla de treball individual

339
Accions d'acompa-nyament

135
Sessions grupals

49
Agents comunitaris coordinats

Atenció i inclusió

Les diverses onades de la Covid-19 van marcar l'activitat dels Clubs Socials de la Fundació SMC que van haver d'anar adaptant les seves activitats.

Les activitats dels 7 Clubs Socials de la Fundació SMC van veure's alterades de nou al llarg del 2021 per les diferents onades i restriccions provocades per la Covid-19. Algunes persones no podien anar al local, per la qual cosa altres van oferir-se com a voluntàries per anar-los a visitar.

ELS CLUBS SOCIALS

El **Club Social Espai 3 de Cornellà** de Llobregat ha notat un augment de la demanda de l'Espai Jove, on les persones joves de 18 a 33 anys han trobat un lloc on relacionar-se amb persones de la seva edat a partir del respecte i el suport, sense jutjar-se.

Els i les sòcies del **Club Social Egara** van participar en activitats culturals i comunitàries, com el VI Certamen Literari Paraules i Roses o el Festival Inclús; activitats de sensibilització i promoció de la salut mental; l'hort comunitari i activitats de formació laboral a través de Terrassa Foment d'Ocupació.

El **Club Social El Llorer** ha posat en marxa un grup de dones, un espai de cura on exposen les seves necessitats i marquen el ritme per treballar-les. Aquesta fita és molt rellevant ja que el nombre de dones al club és reduït i mai havien tingut cura d'elles mateixes.

«Cada miércoles quedo a las 11h con Pepe, nos vamos a tomar un café al bar de debajo de mi casa. Durante esta hora desconnecto, dejo de ser el cuidador de mi madre. Con Pepe hablamos de muchas cosas y eso hace que me distraiga.»

Persona usuària del Club Social Espai 3

Persones usuàries del Club Social Tu Tries

Persones usuàries dels Clubs Socials en diverses activitats durant el 2021

ELS CLUBS SOCIALS

El **Club Social Gramanet** ha realitzat 24 xerrades de sensibilització a instituts de la ciutat durant el curs escolar, a través del programa Programa d'Activitats Educatives Complementàries (PAECC) de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet.

El **Club Social Tu Tries** de Mataró ha ampliat les seves sortides culturals, gràcies a l'ajut de la Fundació Iluro, beneficiant les persones usuàries en autonomia i integració social. A més, ha iniciat un grup de dones que es consolidarà durant el 2022.

El **Club Social El Far** ha iniciat un projecte esportiu a través de les sortides en bicicleta per conèixer l'entorn natural del municipi. També s'han practicat altres esports com pàdel, futbol o bàsquet per fomentar hàbits saludables i el treball en equip.

DADES

+ 350

Persones ateses als 7 Clubs Socials de la Fundació SMC

7

Clubs Socials arreu de Catalunya

El **Club Social La Llum** ha continuat desplegant el projecte de Dona i Salut Mental: ha participat activament en el dia de la dona i en la lectura del manifest, ha donat a conèixer diferents serveis que del territori i ha realitzat diferents tallers. Al març es va oferir la xerrada en 1a persona amb les activistes Mercè Torrentallé i Lurdes da Costa conjuntament amb l'Ajuntament de Mollet

Formació en salut mental per a tothom

Durant el 2021, hem impulsat noves ofertes formatives adreçades a diversos col·lectius i sectors.

A Salut Mental Catalunya (SMC) oferim **formacions bàsiques en salut mental per a tothom,** però també **formacions a mida** per a tota mena de col·lectius. Sensibilitzem i oferim eines i recursos per acompanyar a les persones amb patiment emocional i per tenir cura de la nostra salut mental.

Al 2021 vam continuar **formant a organitzacions, persones i àmbit acadèmic** per oferir més coneixement i eines en salut mental, facilitar l'acompanyament a persones de l'entorn o un acompanyament com a professionals. I ho fem a partir de la nostra expertesa en salut mental comunitària.

ACCIONS

Formació a estudiants de **màster i postgrau**:
- Residents de **MIR, PIR, EIR** amb la Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental.
- Màster **El valor de les cures en salut mental** de Sant Joan de Déu.
- Màster en **Salut mental comunitària** (UB).
- Màster en **Infermeria psquiàtrica i salut mental** de la EUI-Sant Pau (UAB).

Formació als **Serveis de Rehabilitació Comunitària (SRC)** sobre el manual del benestar.

Disseny d'un **catàleg formatiu** per donar resposta a diferents col·lectius i necessitats.

Oferim **xerrades i formacions a mida.**

Tallers de capacitació en salut mental infantojuvenil.

Formació en Salut Mental al **Parlament de Catalunya,** amb els cossos policials a l'**Escola de Policia de Catalunya i a entitats del tercer sector** com la Cooperativa Suara.

Programes d'intervenció familiar: capacitació i suport mutu.

«Tant de bo sempre hi hagués espais com aquest. Així, les professionals també ens sentim més acompanyades i amb objectius comuns.»

Participant dels tallers de capacitació en salut mental infantojuvenil.

Formació presencial de SMC impartida durant el 2021.

DADES

225

Estudiants de Màster i Postgrau

27

Professionals formades als SRC

50

Joves formades en salut mental inclusiva

25

Participants Parlem de salut mental per al benestar emocional dels equips en les organitzacions

570

Membres dels cossos policials formats en salut mental

67

Participants Parlem de salut mental per a professionals que acompanyen persones adultes o joves

3

Tallers de capacitació amb la participació de 32 familiars i 45 professionals

257

Infants, joves i adolescents participants en tallers

821

Beneficiàries dels programes d'intervenció familiar

Si tens alguna necessitat de formació, contacta'ns a **formacio@salutmental.org**.

25 anys treballant per la salut mental

La Federació Salut Mental Catalunya va celebrar els seus 25 anys de vida, fent coincidir l'efemèride amb la commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental al CaixaForum de Barcelona.

L'acte, celebrat el 5 d'octubre, va aplegar prop de **150 persones** en un esdeveniment que va comptar amb la presència de **representants de les diferents entitats associades**, del tercer sector, d'entitats col·laboradores de SMC i de les diferents administracions públiques del país. Ens van acompanyar el president de la Generalitat de Catalunya, Pere Aragonès, el conseller de Salut, Josep Maria Argimon, la regidora de Salut, Envelliment i Cures de l'Ajuntament de Barcelona, Gemma Tarafa, o la diputada i presidenta de l'Àrea d'Igualtat i Sostenibilitat Social de la Diputació de Barcelona, Lluïsa Moret.

SMC va aprofitar la celebració per **donar visibilitat a les seves demandes** i ho va fer dins un esdeveniment organitzat en cinc blocs: una benvinguda institucional; una presentació de les principals xifres i fites assolides per la Federació; la lectura del Manifest del Dia Mundial de la Salut Mental 2021; una conversa entre quatre actors clau que treballen amb SMC; la cloenda a càrrec del president de la Generalitat, Pere Aragonès, i, finalment, una actuació de dansa. L'acte commemoratiu va ser presentat pel comunicador Òscar Dalmau.

DEMANDES

Desplegament del **Pacte Nacional per a la Salut Mental** amb la dotació pressupostària adient.

Participació i aportació de coneixement del **moviment associatiu** i un major suport a la seva tasca.

Impuls, inversió, millora i ampliació de la **cartera de serveis socials** en salut mental i desenvolupament del **model d'escola inclusiva.**

Incorporació de **projectes rellevants dins de les polítiques públiques del país**, com el projecte Activa't per la Salut Mental.

Conversa "Agents clau que treballen per l'atenció en salut mental comunitària" durant el Dia Mundial de la Salut Mental 2021 | Foto: Luis Ros

«Acompanyar i atendre la salut mental ha d'esdevenir una prioritat, estem davant d'un dret universal.»

Manifest

Sensibilitzem sobre els drets en salut mental

A la campanya #DretsenSalutMental amb el nostre moviment associatiu vam visualitzar les discriminacions i vulneracions del nostre col·lectiu.

La campanya #DretsenSalutMental de la nostra xarxa d'associacions federades va **visibilitzar les principals vulneracions i discriminacions en els nostres drets**. Coincidint amb el 10 de desembre, Dia Internacional dels Drets Humans, vam reivindicar la defensa dels nostres drets i la importància que les persones i famílies amb problemes de salut mental coneguem quins són els nostres drets i com actuar davant una possible vulneració.

Les nostres comunicacions al 2021 també van sensibilitzar sobre la **doble discriminació que pateixen les dones amb problemes de salut mental**, i els casos de **violència de gènere** en el nostre col·lectiu.

Al 2021 vam potenciar la sensibilització a través d'Instagram amb motiu de la campanya sobre drets.

DADES

120.587
Visites al web

8.786
Persones subscrites al butlletí electrònic

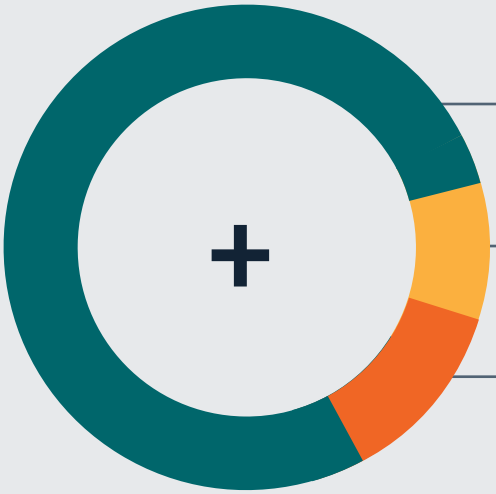
6.812
Persones ens segueixen a Facebook

6.889
Persones ens segueixen a Twitter

1.760
Persones ens segueixen a Instagram

Comptes clars

Federació

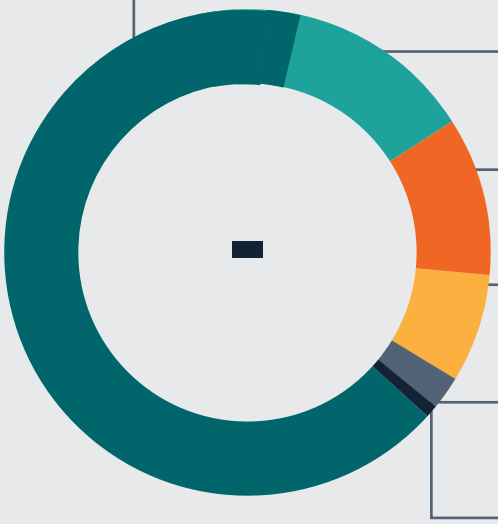


92,3%
Subvencions: 1.270.751,15 €

3,4%
Donatius: 46.694,60 €

4,3%
Serveis: 59.415,92 €

Total ingressos: 1.376.861,67 €



73,2%
Personal: 1.000.726,38 €

12,39%
Altres despeses d'explotació: 143.962,65 €

9,0%
Treballs empreses externes: 122.749,51 €

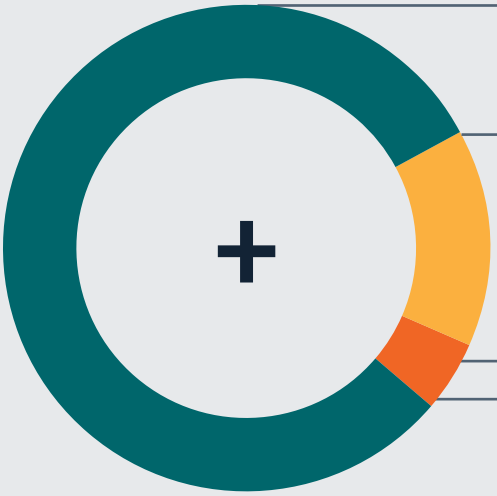
4,7%
Serveis professionals independents: 64.753,71 €

1,6%
Financeres: 21.653,00 €

0,01%
Amortització: 13.102,16 €

Total despeses: 1.366.947,44 €

Fundació



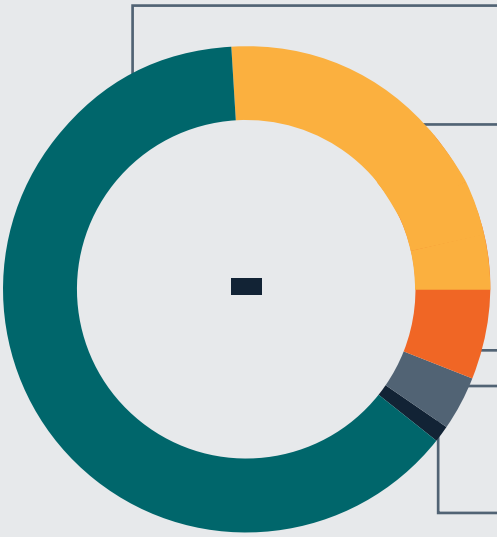
84%
Subvencions: 811.260,05 €

11.7%
Donatius: 113.268,50 €

3.6%
Serveis: 34.298,64 €

0.7%
Altres: 6.869,00 €

Total ingressos: 967.723,19 €



68.9%
Personal: 664.806,03 €

21.9%
Despeses activitats: 211.322,02 €

4.8%
Altres explotació: 45.985,91 €

2.5%
Amortització: 24.295,26 €

1.9%
Financeres: 17.813,20 €

Total despeses: 964.222,42€

Gràcies a tots i totes les que ho heu fet possible

Gràcies a les persones i organitzacions que heu col·laborat amb nosaltres per fer-ho possible: voluntaris i voluntàries, amics i amigues, donants, professionals, administracions, empreses, fundacions, treballadors i treballadores de SMC.

Malgrat el context econòmic actual, agraïm el compromís dels companys de viatge que heu seguit amb nosaltres i dels que ens heu conegut per primera vegada i us heu sumat a la nostra causa.

Col·laboradors principals:

Generalitat de Catalunya

"la Caixa"

Ajuntament de Barcelona

Diputació Barcelona

Diputació Tarragona

Diputació de Lleida
La força dels municipis

Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

confederación SALUD MENTAL españa

Ajuntament del Prat de Llobregat

VIENA

CIMENTS MOLINS INDUSTRIAL

OpenSystems

Universitat de Barcelona

FUNDACIÓN PROBITAS

Bonpreu

Aigües de Barcelona

Alting

Anudal

Clevertask

Federació Catalana de Futbol

Federació Catalana de Tennis

Fundació Antoni Serra Santamans

Fundació Catalana de Futbol

Fundació Iluro

Katia

Psico Smart Apps

Readycell

Real Club Polo Barcelona

SGAE

Soho House Barcelona

Sucesores de José Escudé

Gràcies també a totes les institucions i empreses que ens cedeixen espais per a dur a terme alguna de les nostres activitats o ens fan donatius en espècie.

Et sumes a fer el camí amb nosaltres?

En un moment d'una emergència en salut mental, en que el benestar emocional de les persones està en risc, hem de seguir treballant més i millor per estar al seu costat. El repte és gran, i volem que ens hi acompanyis.

www.salutmental.org/colabora
Si vols més informació, contacta'ns: amics@salutmental.org

Segueix-nos a les xarxes i ajuda a difondre els nostres missatges

Fes un donatiu

Col·labora com a empresa

Fes voluntariat o activisme
voluntariat@salutmental.org

Deixa'ns una herència o llegat

Volem agrair el llegat que l'usuari Josep Guerra ha cedit a la fundació enguany, que permetrà engegar el projecte "Espais de vida comunitària" durant el 2022.

Salut Mental Catalunya
Nou de Sant Francesc, 42 local
08006 Barcelona
info@salutmental.org
932721451

www.salutmental.org

@SalutMentalCat

SalutMentalCatalunya

@Salutmentalcat