

MEMÒRIA

2024

ASSOCIACIÓ PER LA SALUT MENTAL
DEL BAIX LLOBREGAT NORD





MERAKI:

**POSAR L'ÀNIMA, EL COR, LA
CREATIVITAT I L'AMOR EN
ALLÒ QUE T'AGRADA FER**

ÍNDEX

- 4 SALUTACIÓ DE LA JUNTA
- 5 L'ANY EN XIFRES
- 6 L'ASSOCIACIÓ
- 7 DADES I ÀMBIT D'ACTUACIÓ
- 8 JUNTA DIRECTIVA,
I L'EQUIP TÈCNIC
- 9 ORGANIGRAMA
- 10 FAMÍLIES ASSOCIADES
SERVEI D'INFORMACIÓ I
ASSESSORAMENT
EN SALUT MENTAL
- 12
- 14 SUPORT A LES FAMÍLIES
AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA
- 15
- 16 GRUP D'AJUDA MÚTUA
EN PRIMERA PERSONA
- 17 CLUB SOCIAL PUNT DE TROBADA
- 20 SERVEI D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA
- 20 HABITATGE INCLUSIÓ
- 21 L'ART DE CUIDAR-TE
- 22 TREBALL EN XARXA
- 23 SENSIBILITZACIÓ COMUNITÀRIA
- 24 REPTES DE FUTUR
- 25 ACTES I ACTIVITATS
- 26 EL 2024 EN IMATGES

SALUTACIÓ DE LA JUNTA

AQUESTA ENTITAT SEMPRE HA TINGUT COM A MISSIÓ PRINCIPAL ATENDRE LA SALUT MENTAL DE LES PERSONES; TANT SI TENEN UN TRASTORN MENTAL O UN MALESTAR EMOCIONAL.

AMB UN DELS OBJECTIUS CLARS DE MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA, DONANT SUPORT PER TROBAR UNA RECUPERACIÓ, ENTESA COM UN CAMÍ MOLT PERSONAL ON ENCARA QUE ES PUGUI CONVIURE AMB SÍMPTOMES HI HA UN APODERAMENT DE LES CAPACITATS DE LA MÀ DE L'ESPERANÇA PER CONTINUAR GAUDINT D'UNA VIDA PLENA I SATISFACTÒRIA, CADA VEGADA AMB MÉS AUTORESPONSABILITAT.

EL TEIXIT ASSOCIATIU APORTA MOLT VALOR PER MILLORAR LA SALUT MENTAL TANT INDIVIDUALMENT COM COL·LECTIU, ENTESA COM UN PILAR FONAMENTAL PER PODER AFRONTAR LES DIFICULTATS DE LA VIDA AMB MENYS PATIMENT, CONTRIBUINT A LA SOCIETAT AMB DIVERSES FORMES D'ENFOCAR LA VIDA I D'APORTACIÓ D'HABILITATS DIFERENTS.

PODEM COMPROVAR COM ELS ESPAIS QUE HI HA A L'ENTITAT RESULTEN POSITIUS PER MILLORAR EL PATIMENT PSÍQUIC JA QUE ES GENEREN CONNEXIONS INTERPERSONAL DES DE L'ESCOLTA, LA COMPENSIÓ, L'EMPATIA O L'INTERCANVI D'EXPERIÈNCIES. SÓN ESPAIS DE PARTICIPACIÓ, DE PREVENCIÓ I AUTOCURA, VALORANT L'OCI COMPARTIT: GRUPS D'AJUDA MÚTUA, SORTIDES A VEURE TEATRE, CAMINADES, DIVERSOS TALLERS AL CLUB SOCIAL, ESPAI PER JOVES, ESPAI PER DONES, TEATRE I RISOTERÀPIA, IOGA, MINDFULNESS, TEATRE COMUNITARI, CERÀMICA, ESPAI CREATIU D'ART TERÀPIA....

TREBALLEM PER LA DEFENSA DELS DRETS EN SALUT MENTAL DE LES PERSONES QUE TENIM UN TRASTORN MENTAL, DENUNCIANT VULNERACIONS I LLUITANT PER UNA ATENCIÓ SANITÀRIA DIGNA, SENSE MESURES COERCITIVES. EN AQUESTA LÍNIA DE SENSIBILITZACIÓ TENIM EL GRUP "AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA", DONES APODERADES QUE FEM XERRADES A INSTITUTS, COL·LOQUIS O PROGRAMES DE RÀDIO; DEFENSEM LA IGUALTAT D'OPORTUNITATS AMB EL REpte DE TRENCAR LA BARRERA INVISIBLE DE L'ESTIGMA SOCIAL I PREJUDICIS QUE TANT PODEN AFECTAR A LA NOSTRA AUTOESTIMA.

AQUEST 2025 L'ASSOCIACIÓ ESTÀ DE CELEBRACIÓ DEL 25 ANIVERSARI DES DE LA SEVA CREACIÓ, ON HEM D'ESTAR MOLT AGRAÏTS A LA FUNDADORA ISABEL SÁNCHEZ, UNA DONA VALENTA, MARE DE DOS FILLS, AMB PROU ENERGIA PER POSAR EN MARXA AQUESTA ENTITAT AMB MOLT D'ESFORÇ I ESTIMA. , L'AGRAÏMENT EL PODEM ESTENDRE A TOTES LES PERSONES QUE HAN POSAT EL SEU GRA DE SORRA AL LLARG D'AQUESTS ANYS DE MANERA DESINTERESSADA, POSANT LA SEVA ÀNIMA, COR I CREATIVITAT EN LES SEVES TASQUES, DES DE LA PARTICIPACIÓ VOLUNTÀRIA A L'ENTITAT.

CONTINUEM TREBALLANT CONJUNTAMENT (EQUIP TÈCNIC, JUNTA, SOCIS VOLUNTARIS) PER UNA SOCIETAT MÉS INCLUSIVA, IMPLICANT TOTA LA XARXA COMUNITÀRIA, SUMANT ESFORÇOS PER ATENDRE LES DEMANDES QUE CADASCÚ PUGUI NECESSITAR, PER RECUPERAR LA SALUT MENTAL I TORNAR A GAUDIR D'UNA VIDA SATISFACTÒRIA PLENA D'ESPERANÇA, I DE PROJECTES ON MOSTRAR LA NOSTRA DIVERSITAT.



L'ANY EN XIFRES

SOCIS I
SÒCIES

425

DURANT L'ANY 2024 HAN PARTICIPAT 425 PERSONES EN
ELS PROJECTES I SERVEIS DE L'ENTITAT

TÈCNICS

81

DURANT L'ANY 2024 DES DE L'ASSOCIACIÓ,
HEM TIRAT ENDAVANT MÉS DE 81 PROJECTES I
ACTIVITATS.

PRESSUPOST

91

ACTUALMENT, L'ASSOCIACIÓ COMPTA
AMB 91 FAMILIES ASSOCIADES

PERSONES
ATESES

6

L'ASSOCIACIÓ COMPTA AMB UNA
PLANTILLA DE 5 TREBALLADORS I UNA
PSICÒLOGA EXTERNA PER GESTIONAR ELS
DIVERSOS PROJECTES I SERVEIS

PROJECTES

178.404,87

ELS INGRESSOS DE L'ENTITAT
PROVENEN DE SUBVENCIONS DE
L'ADMINISTRACIÓ PÚBLICA, AIXÍ
COM D'ENTITATS PRIVADES,
QUOTES DELS ASSOCIATS, I
DONACIONS D'EMPRESSES

5

L'ASSOCIACIÓ

L'ASSOCIACIÓ PER LA SALUT MENTAL DEL BAIX LLOBREGAT NORD ÉS UNA ASSOCIACIÓ SENSE ÀNIM DE LUCRE INTEGRADA PER PERSONES QUE PATEIXEN O HAN PATIT UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL I LES SEVES FAMÍLIES, DE LA ZONA DEL BAIX LLOBREGAT NORD;

L'ENTITAT ES VA CREAR L'ANY 2000 A MARTORELL DE LA MÀ D'UN GRUP DE FAMILIARS DE PERSONES AFECTADES PER ALGUN TIPUS DE PROBLEMÀTICA EN SALUT MENTAL, AMB L'OBJECTIU D'UNIR ESFORÇOS PER ACOLLIR I RECOLZAR ALTRES FAMILIARS EN SITUACIONS SIMILARS.

LA NOSTRA MISSIÓ ÉS FOMENTAR UN MODEL DE CONVIVÈNCIA SOCIAL, COMPROMÈS I SOLIDARI, PER FACILITAR LA INTEGRACIÓ SOCIAL DE LES PERSONES AFECTADES PER TRASTORN MENTAL, PER A MILLORAR LA SEVA QUALITAT DE VIDA I LA DE LES SEVES FAMÍLIES.

EN ELS DARRERS ANYS, HEM ASSUMIT EL COMPROMÍS DE TREBALLAR PER LA MILLORA DE LA SALUT EMOCIONAL DE LA COMUNITAT, AMB PROJECTES I ACTIVITATS DESTINADES A L'AUTOCURA I AL FOMENT DE LES RELACIONS SOCIALS.

OBJECTIUS

- REPRESENTAR A LES PERSONES AFECTADES D'UN TRASTORN MENTAL I ELS SEUS FAMILIARS I DEFENSANT I PROMOVENT L'APLICACIÓ DELS SEUS DRETS.
- PROMOURE LA CREACIÓ DE PROJECTES I COL·LABORACIONS AMB ELS AGENTS DE LA COMUNITAT.
- DONAR SUPORT A LES PERSONES AMB UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL I LES SEVES FAMÍLIES PER ACONSEGUIR UNA MAJOR QUALITAT DE VIDA EN EL SEU DIA A DIA.
- SENSIBILITZAR LES AUTORITATS PÚBLIQUES I LA SOCIETAT EN GENERAL CAP A LA PROBLEMÀTICA I LES NECESSITATS DE LES PERSONES AMB MALALTIA MENTAL I LES SEVES FAMÍLIES.
- ACTIVAR RECURSOS QUE MILLORIN LA QUALITAT DE VIDA DE LES PERSONES AFECTADES I LES SEVES FAMÍLIES.

VALORS

- PARTICIPACIÓ
- COMPROMÍS AMB LES PERSONES
- TRANSPARÈNCIA
- QUALITAT

DADES GENERALS

CIF: G-62293444

SEU SOCIAL: CARRER VERGE DE LA MERCÈ NÚMERO 7 DE MARTORELL

TELÈFONS: 93 774 33 07 / 676 711 150

E-MAIL: ASSOCIACIO@SALUTMENTALBLLN.ORG

PÀGINA WEB: WWW.SALUTMENTALBLLN.ORG

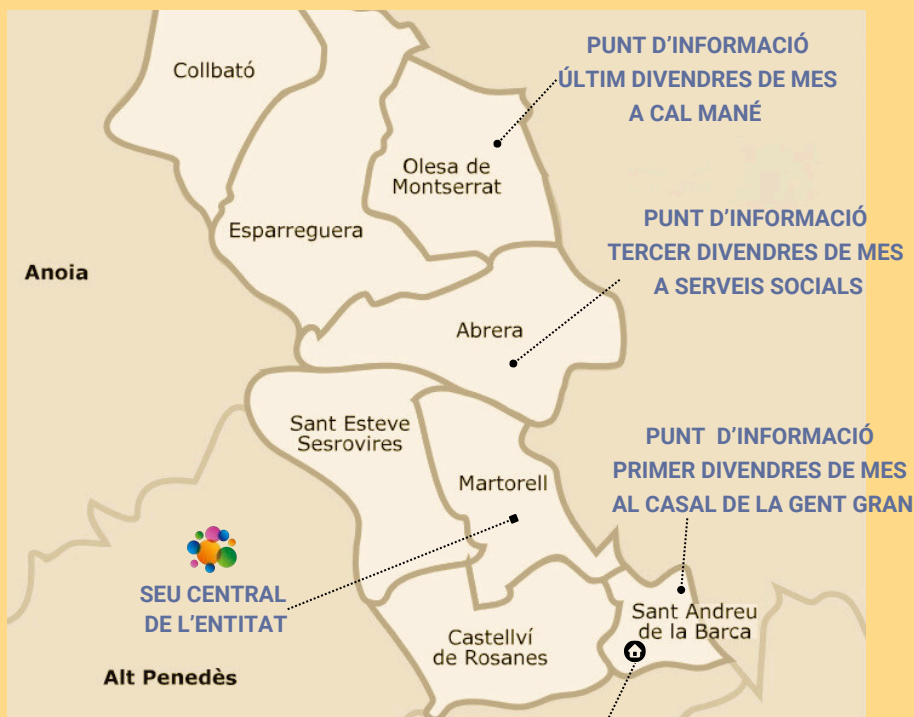
REGISTRADA A: DEPARTAMENT DE JUSTÍCIA NÚM. 23902. REGISTRE D'ENTITATS , SERVEIS I ESTABLIMENTS SOCIALS NÚM. 03744.

VINCULADA A LA FEDERACIÓ SALUT MENTAL CATALUNYA (FEDERACIÓ CATALANA D'ASSOCIACIONS DE FAMILIARS I PERSONES DIAGNOSTICADES D'UN TRASTORN MENTAL) I MEMBRE DE "SALUT MENTAL ESPAÑA" ("CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE AGRUPACIONES DE FAMILIARES Y ENFERMOS MENTALES"). ENTITAT DECLARADA D'UTILITAT PÚBLICA PER LA GENERALITAT DE CATALUNYA.

ÀMBIT D'ACTUACIÓ

L'ASSOCIACIÓ TÉ COM A ÀREA D'INTERVENCIÓ ELS SEGÜENTS MUNICIPIS QUE FORMEN LA ZONA DEL BAIX LLOBREGAT NORD:

- ABRERA
- CASTELLVÍ DE ROSANES
- COLLBATÓ
- ESPARREGUERA
- EL BRUC
- GELIDA
- MARTORELL
- OLESA DE MONTSERRAT
- PALLEJÀ
- SANT ANDREU DE LA BARCA
- SANT ESTEVE SESROVIRES
- MASQUEFA
- PIERA
- LA BEGUDA ALTA
- SANT LLORENÇ D'HORTONS



LLAR
D'INCLUSIÓ

JUNTA DIRECTIVA

LA JUNTA DIRECTIVA COORDINA I SUPERVISA ELS PROGRAMES I ACTIVITATS PRÒPIES DEL FUNCIONAMENT DE L'ENTITAT. LA SEVA TASCA LA REALITZA DE FORMA VOLUNTÀRIA, I ALTRUISTA. AL NOVEMBRE DEL 2023 ES RENOVA LA JUNTA DIRECTIVA TAL I COM MARQUEN ELS ESTATUTS.



MONTSE AGUILERA
PRESIDENTA



MARI CARMEN GÓMEZ
VICEPRESIDENTA



DIEGO MUÑOZ
SECRETARI



PILAR LORENTE
VOCAL



GUILLERMO GARZÓN
TRESORER



JUANI GARRIDO
VOCAL

EQUIP TÈCNIC



SANDRA MIGUÉLEZ
EDUCADORA SOCIAL

COORDINADORA DE
PROJECTES DE L'ASSOCIACIÓ

RESP. ART DE CUIDAR-TE



VÍCTOR MUNNER
EDUCADOR SOCIAL

COORDINADOR DEL
SERVEI DE CLUB SOCIAL

RESP. DE COMUNICACIÓ



AINHOA MARTINEZ
TREBALLADORA SOCIAL

RESP. SERVEI D'INFORMACIÓ
I ASSESORAMENT EN SM

ATENCIÓ A LES FAMÍLIES



ISABEL ENRI
INTEGRADORA SOCIAL

AUXILIAR D'EDUCADORA
AL SERVEI DE CLUB
SOCIAL



DESIRÉ IGLESIAS
INTEGRADORA SOCIAL

AUXILIAR D'EDUCADORA
AL SERVEI DE CLUB
SOCIAL



ANA GUINALDO
PSICÒLOGA

SERVEI D'ATENCIÓ
PSICOLÒGICA I GRUP
DE SUPORT A FAMILIARS

ORGANIGRAMA



ORGANIGRAMA LABORAL



EQUIP DIRECTIU

Coordinació Club Social

Victor

Coordinació Economia

Isa

Coordinació Projectes

Sandra

EQUIP TÈCNIC

Educadors: Victor Munner, Isa Enri, Sandra Miguélez, Desi Iglesias
Treballadora Social (+ funcions d'educadora): Ainhoa Martínez
Psicòloga: Ana Guinaldo

Projectes (referents)

- Club + SUBV CS** (Victor) (S:Sandra)
- SIA + SUBV CONVO** (Ainhoa) (S: Victor i Sandra)
- AT. Psicològica** (Victor) (S: Ainhoa)
- Amb Experiència pròpia** (Sandra) (S:Victor)
- GAM** (Sandra) (S:Ainhoa)
- Art de Cuidar-te + SUBV** (Sandra) (S:Isa)
- Acompanyament Comunitari + SUBV** (Sandra i Victor)
- Grup de famílies + SUBV** (Ainhoa i Victor)
- Comunicació i XXSS** (Victor i Ainhoa)
- Espai Artístic** (Isa) (S:Sandra)
- Espai Dona + SUBV** (Sandra) (S:Isa)
- Projecte Joves + SUBV** (Isa i Desi)
- Projecte Hort** (Isa i Desi)
- Assessoria Jurídica** (Sandra, Victor i Ainhoa)
- Llar d'Inclusió** (Victor i Sandra [fins final de projecte](#))

Gestió (referents)

- Gestió Local** (Isa + Guille) (S:Sandra)
- Gestió Laboral** (Sandra)
- Gestió Formació i pràctiques** (Sandra + Desi)
- Gestió Club** (whats, compres, cartells) (Desi + Isa)
- Gestió coordinació subvencions** (Sandra)
- Gestió coordinacions Ens socials** (Sandra, Victor i Ainhoa)
 - coordinacions Club Victor
 - coordinacions Ajuntaments Sandra i Ainhoa
 - taules de SM (Sandra, Ainhoa i Junta)
- Gestió acompanyament F. Sòcies (TOTES)**
 - Suport Junta (Sandra + Isa)
 - comissió voluntàries (Sandra + Juani)
 - divulgació (Ainhoa + Montse)
 - captació fons solidaris (totes + Junta)
 - Activitats sòcies (Isa + Sandra)

FAMÍLIES ASSOCIADES

AQUEST 2024 HEM
CONSOLIDAT EL
NÚMERO DE FAMÍLIES
SÒCIES

DURANT L'ANY 2024 HAN PASSAT PER L'ASSOCIACIÓ UN TOTAL DE 113 SÒCIES I SOCIS

LES SÒCIES HAN DE SER EL FONAMENT DE QUALSEVOL ENTITAT, ELLES SÓN LES QUE TENEN LA RESPONSABILITAT DE MARCAR EL CAMÍ A SEGUIR I LES QUE HAN DE DONAR VIDA AL DIA A DIA DE L'ASSOCIACIÓ. EN UN MOMENT EN QUE LA SOCIETAT TENDEIX CADA VEGADA MÉS A L'INDIVIDUALISME I A LA FALTA D'IMPLICACIÓ, ÉS MOLT IMPORTANT CUIDAR I CONSERVAR A AQUELLES PERSONES QUE HAN DECIDIT VOLUNTÀRIAMENT COMPROMETRE'S AMB L'ENTITAT.

EL PERFIL DELS SOCIS ÉS VARIAT I HETEROGENI, PERÒ AMB UN NEXE COMÚ. ES TRACTA DE PERSONES QUE HAN VISCUT DE PROP O EN PRIMERA PERSONA LA SALUT MENTAL I QUE TENEN GANES DE COMPROMETRE'S AMB EL PROJECTE I FER CRÉIXER L'ENTITAT.

D'UNA BANDA, LES FIRES D'ENTITATS ALS DIFERENTS MUNICIPIS DE LA ZONA ON ELS SOCIS TENEN UNA PARTICIPACIÓ ACTIVA DONANT A CONÈIXER ELS NOSTRES PROJECTES. PER SEGON ANY CONSECUTIU, VAM ORGANITZAR UN SANT JORDI CREATIU, PER FER VISIBLE EL TALENT ARTÍSTIC DELS MEMBRES DE L'ENTITAT I LES SEVES FAMÍLIES.

TAMBÉ VAM REALITZAR L'ACTE DE GERMANOR PER CELEBRAR EL NOSTRE ANIVERSARI, AQUEST COP GAUDINT D'UN ESPAI MÉS PROPER I INTIMISTA COM VA SER EL DINAR A UNA MASIA PAIRAL DE SANT ANDREU DE LA BARCA.

COM ÉS TRADICIÓ PER NADAL ENS VAM REUNIR PER FER EL JA TRADICIONAL SOPAR AMB EL POSTERIOR SORTEIG DE REGALS.

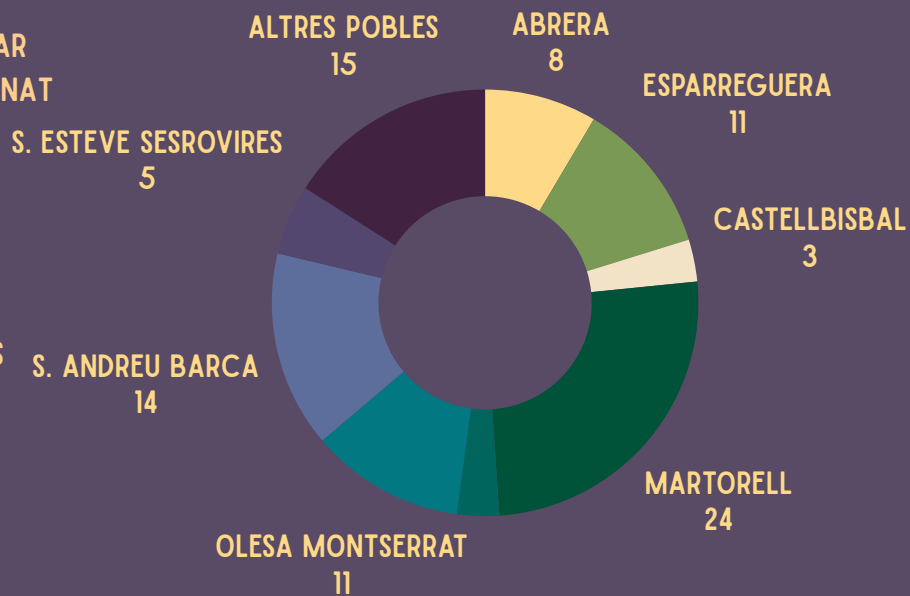
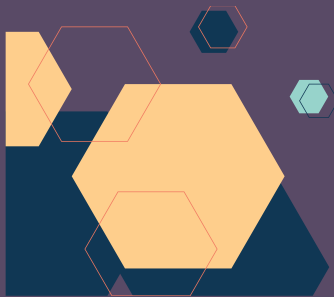
AQUEST ANY, EN RELACIÓ AMB EL PERFIL DELS SOCIS, DESTAQUEM L'AUGMENT DEL NOMBRE DE FAMILIARS DESPRÉS D'ANYS D'ESTANCAMENT. PER L'ENTITAT ÉS IMPORTANT CONTINUAR MANTENINT LA PARTICIPACIÓ DELS FAMILIARS EN EL NOSTRE DIA A DIA PER CONTINUAR TREBALLANT CONJUNTAMENT PELS DRETS EN SALUT MENTAL.



SOCIS PER MUNICIPIS

ELS SOCIS TENEN ACCÉS A QUALSEVOL DELS SERVEIS QUE OFEREIX L'ENTITAT, A MÉS D'ESTAR INFORMATS DE TOT ALLÒ RELLEVANT RELACIONAT AMB EL DIA A DIA DE L'ASSOCIACIÓ.

AMB EL PAS DELS ANYS HEM COPSAT LA IMPORTÀNCIA DE FOMENTAR ESPAIS DE PARTICIPACIÓ, DE TROBADA, DE RELACIÓ I DE PERTINÈNCIA, COM A ELEMENTS CABDALS MÉS ENLLÀ DELS ESPAIS TERAPÈUTICS.



DURANT L'ANY 2024 HEM DUT ENDAVANT LES SEGÜENTS ACCIONS PER TAL DE SEGUIR EN CONTACTE AMB ELS SOCIS DE L'ENTITAT.

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA AL MARÇ

DIADA DE SANT JORDI A L'ABRIL VAREM FORMAR PART DE LA FIRA DE LA DIADA DE SANT JORDI ON GAUDIR D'UNA JORNADA QUE RELACIONA CULTURA I TRADICIÓ. ON DIFERENTS SÒCIES VAREN PODER PRESENTAR LES SEVES OBRES ESCRITES.

DINAMITZACIÓ DE L'ESPAI CREATIU, A LA WEB DE L'ENTITAT. GESTIONAT PER UN GRUP DE SOCIS, MOSTRA COM LA CREATIVITAT I L'ART PODEN ESDEVENIR UNA EINA TERAPÈUTICA MOLT POTENT EN EL PROCÉS DE RECUPERACIÓ DE LES PERSONES.

SANT JORDI CREATIU. MOSTRA D'ART I LITERATURA. CELEBRACIÓ D'UNA DIADA ESPECIAL AMB MÚSICA EN DIRECTE, POESIA I ART.

TROBADA D'ENTITATS A BERGA EN COMMEMORACIÓ DEL DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL.

CELEBREM EL NADAL AQUEST ANY HEM CELEBRAT EL TRADICIONAL SOPAR DE NADAL AMB LES SÒCIES I SOCIS DE L'ENTITAT.





SERVEI D'INFORMACIÓ

I ASSESSORAMENT EN SALUT MENTAL

UN DELS GRANS PROBLEMES QUE ES TROBEN LES PERSONES EN L'ÀMBIT DE LA SALUT MENTAL, ÉS LA FALTA D'INFORMACIÓ. AQUEST SERVEI PRETÉN DONAR RESPOSTA A AQUESTA PROBLEMÀTICA.

AQUEST SERVEI TÉ LA INTENCIÓ D'INFORMAR, ORIENTAR I DONAR SUPORT A TOTES LES DEMANDES RELACIONADES AMB LA SALUT MENTAL.

ES BASA EN UN MODEL D'ATENCIÓ COMUNITÀRIA I PRETÉN SER UN SERVEI COMPLEMENTARI AL QUE S'OFEREIX DES DE LA XARXA D'ATENCIÓ EN SALUT MENTAL.

EL SERVEI D'INFORMACIÓ I ASSESSORAMENT EN SALUT MENTAL POSA A L'ABAST DE LES PERSONES UNA XARXA DE RECURSOS SOCIALS I COMUNITARIS

QUE PERMETIN DONAR RESPOSTA A LES MÚLTIPLES NECESSITATS DE SUPORT QUE PRESENTEN LES PERSONES AMB UN TRASTORN MENTAL I LES SEVES FAMÍLIES.

DES DE FA UNS ANYS HEM CREAT ELS PUNTS D'INFORMACIÓ AL TERRITORI, ACTUALMENT EN TENIM 4: MARTORELL, SANT ANDREU DE LA BARCA, OLESA DE MONTSERRAT I ABRERA.

LA PRESENCIA A TERRITORI ENS PERMET UNA MILLORA EN LA RELACIÓ I COORDINACIÓ AMB ELS DIFERENTS AGENTS SOCIALS I SANITARIS, A LA VEGADA QUE FEM MÉS ACCESSIBLE L'ATENCIÓ EN SALUT MENTAL.

L'ANY 2024 HEM VISCUT UN CREIXEMENT EXPONENCIAL EN PERSONES ATESES

AQUEST PROJECTE HA ESDEVINGUT UN ESPAI DE SUPORT I SEGUIMENT IMPRESCINDIBLE PER LA COMUNITAT.

OBJECTIUS



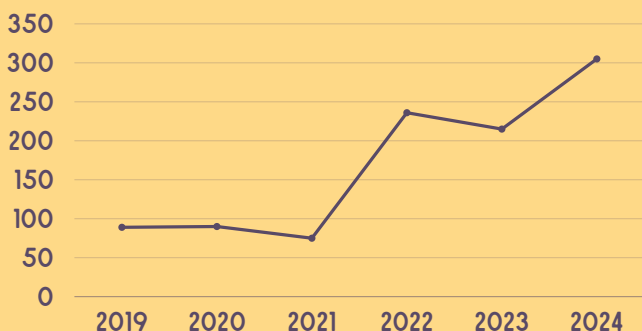
- OFERIR INFORMACIÓ, ORIENTACIÓ I ASSESSORAMENT SOBRE TEMES DE SALUT MENTAL A QUALSEVOL PERSONA DE LA COMUNITAT.
- OFERIR UN SERVEI A LES FAMÍLIES QUE ELS PERMETI CLARIFICAR DUBTES, ITINERARIS I ALHORA SENTIR-SE RECOLZATS EN LA TASCA D'ATENCIÓ I CURA DEL FAMILIAR AMB TRASTORN MENTAL.
- OFERIR UN ESPAI DE CONTENCIÓ I SEGUIMENT TANT A LES PERSONES AMB UN DIAGNÒSTIC DE SALUT MENTAL COM A LES SEVES FAMÍLIES.
- IMPULSAR LA MILLORA DE COORDINACIÓ ENTRE ELS DIFERENTS SERVEIS DEL TERRITORI.



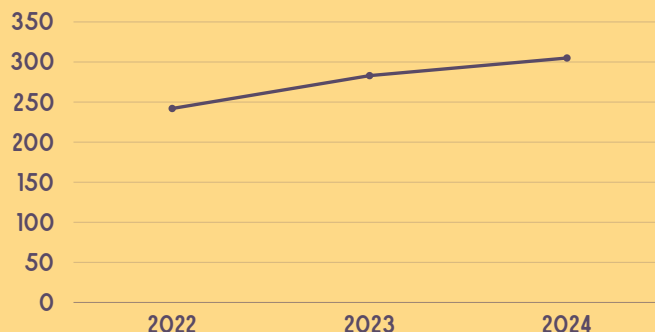
DADES

DURANT L'ANY 2024 HAN PASSAT PEL SERVEI 280 PERSONES QUE HAN FET 305 CONSULTES DIFERENTS. UN ANY D'INCREMENT PEL QUE FA A TOTES LES PERSONES ATESES. AQUESTES XIFRES, TAMBÉ REFLECTEIXEN LA CONFIANÇA DELS PROFESSIONALS DEL TERRITORI EN EL SERVEI I LA CONSOLIDACIÓ COM A SERVEI DE SALUT MENTAL COMUNITARI.

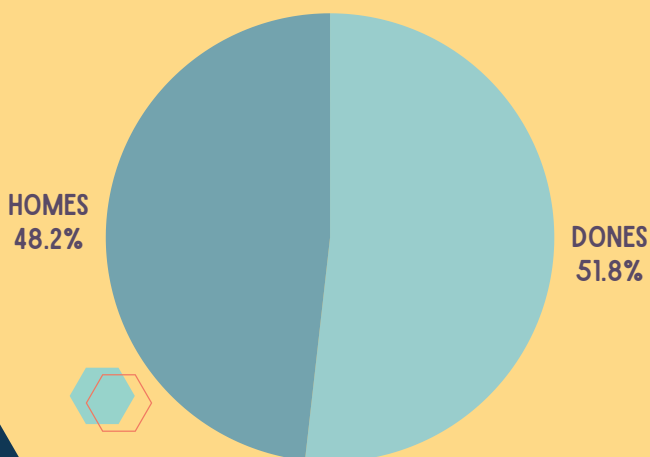
NOMBRE TOTAL DE CONSULTES



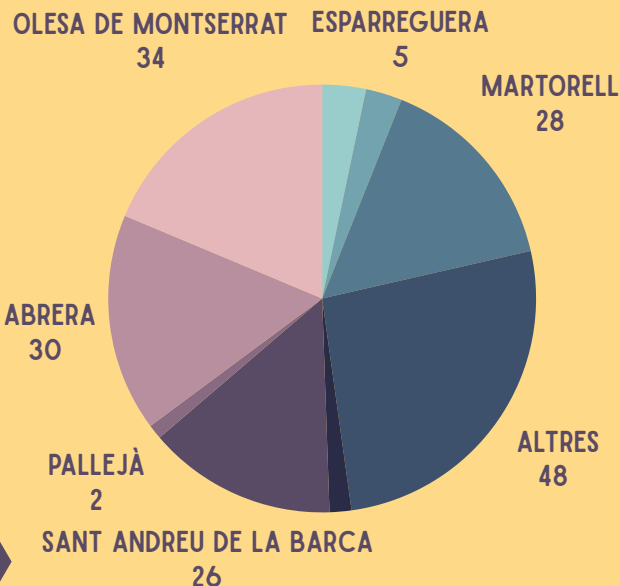
PERSONES ATESES



QUI FA LA CONSULTA



MUNICIPI DE RESIDÈNCIA





SUPORT A LES FAMÍLIES

EL SUPORT A LES FAMÍLIES ÉS L'ORÍGEN DE LA NOSTRA ASSOCIACIÓ I ÉS DE VITAL IMPORTÀNCIA.

ELS PROGRAMES DE SUPORT A LES FAMÍLIES ÉS UNA DE LES ÀREES MÉS IMPORTANTS DE L'ENTITAT.

LES FAMÍLIES NECESSITEN RECOLZAMENT I AJUDA PER ACOMPANYAR AL FAMILIAR EN EL SEU PROCÉS DE RECUPERACIÓ.

LA SOBRECÀRREGA I L'ESTRÈS QUE POT IMPLICAR AQUESTA CURA, ESDEVENEN FACTORS DE RISC TANT PER LA PRÒPIA SALUT DEL FAMILIAR COM PEL DESENVOLUPAMENT I L'EVOLUCIÓ DEL TRASTORN MENTAL DE LA PERSONA AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA,

DURANT L'ANY 2024 S'HA OFERT A LES FAMÍLIES SUPORT EN UN CONTEXT GRUPAL I INDIVIDUAL A TRAVÉS DEL SERVEI D'INFORMACIÓ I ASSESSORAMENT I DEL SERVEI D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA.

GRUPS DE SUPORT

EL GRUP DE FAMÍLIES HA CONTINUAT FUNCIONANT I HA ACABAT L'ANY AMB UN AUGMENT SIGNIFICATIU DE PARTICIPANTS.

L'ANY 2024, HAN PARTICIPAT 28 FAMILIARS, S'HAN REALITZAT 18 SESSIONS D'UNA HORA I MITJA DE DURADA.

ALGUNS DELS TEMES TRACTATS HAN ESTAT ELS SEGÜENTS:

- CAPACITAT D'ESCOLLIR L'ACTITUD DE COM ENS PRENEM LES COSES: PROCÉS D'ACCEPTACIÓ VERSUS RESIGNACIÓ.
- TREBALL D'AUTOCURA PER RECUPERAR L'ENERGIA.
- XOC D'EXPECTATIVES: DESIG DE COM VOLEM LES COSES VERSUS REALITAT TAL COM SÓN.
- RELACIÓ ENTRE EL CANVI D'ACTITUDS PRÒPIES I EL CANVI EN EL CLIMA RELACIONAL.
- OBERTURA A LA COMPASSIÓ I A LA COMPRENSIÓ.
- PRESA DE DECISIONS DAVANT L'AJUDA: LA PERSONA AMB DIAGNÒSTIC TAMBÉ DECIDEIX ACCEPTAR O NO ACCEPTAR L'AJUDA.
- EL DOL DAVANT LA PÈRDUA DE PROJECTES VITALS
- ESPERANÇA: OBRINT NOUS CAMINS.
- REFLEXIÓ SOBRE CONSENTIR I POSAR LÍMITS.
- GESTIÓ EMOCIONAL DE LA RÀBIA.
- EXPRESSIÓ I GESTIÓ DE SENTIMENTS I EMOCIONS DAVANT LA CRONICITAT DEL PATIMENT.
- RELACIÓ DES DEL CONFLICTE O DES DE LA COMPRENSIÓ I L'ACCEPTACIÓ.

AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA

ESPAI DE PARTICIPACIÓ I SENSIBILITZACIÓ EN PRIMERA PERSONA.
LA DEFENSA DELS DRETS EN SALUT MENTAL ÉS EL SEU TRET IDENTITARI.

DURANT L'ANY 2024 EL GRUP HA DUT A TERME UNA GRAN TASCA AMB L'OBJECTIU D'ESTAR MÉS PRESENTS ALS DIFERENTS MUNICIPIS DEL NOSTRE TERRITORI. S'HA CONSOLIDAT LA PARTICIPACIÓ EN LES RÀDIOS LOCALS DE LA ZONA, QUE ENS HA PERMÈS FER ARRIBAR EL NOSTRE MISSATGE A MÉS PERSONES.

TAMBÉ HEM CONTINUAT AMB LES SESSIONS DE SENSIBILITZACIÓ ALS INSTITUTS I PARTICIPANT EN LES XERRADES QUE L'ASSOCIACIÓ ORGANITZA PEL DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL.

DE LA TASCA REALITZADA PER AQUEST GRUP DE DONES DE L'ENTITAT DESTAQUEM:

- SECCIÓ PRÒPIA A RÀDIO OLESA. PARTICIPACIÓ MENSUAL AL PROGRAMA HOTEL GORI (OLESA DE MONTSERRAT, DE GENER A MAIG DEL 2024)
- TROBADA DE SENSIBILITZACIÓ A L'IES CREU DE SABA (OLESA DE MONTSERRAT, GENER 2024)
- TROBADA DE SENSIBILITZACIÓ A L'IES SANT ANDREU DE LA BARCA AMB EL CLAUSTRE L'EQUIP DOCENT (SANT ANDREU DE LA BARCA, FEBRER DE 2024)
- XERRADA DE SENSIBILITZACIÓ A L'IES GUINOVARDA (PIERA, MARÇ DE 2024)
- TROBADA DE SENSIBILITZACIÓ A L'IES SANT ANDREU DE LA BARCA AMB ELS ALUMNES DE PRIMER D'ESO (SANT ANDREU DE LA BARCA, FEBRER I MARÇ DE 2024)
- ENTREVISTA A RÀDIO MARTORELL (MARTORELL, NOVEMBRE DE 2024)
- PARTICIPACIÓ EN LA SETMANA DE LA DIVERSITAT D'ESPARRAGUERA (DESEMBRE DE 2024)
- SECCIÓ PROPIA A RÀDIO ESPARRAGUERA (DES D'OCTUBRE 2024)
- PARTICIPACIÓ EN LA XERRADA PARLEM DEL TLP (MARTORELL, NOVEMBRE DE 2024)



TLP
TRASTORN LÍMIT DE LA PERSONALITAT
La recuperació des de l'experiència personal i professional

Dimarts 19 de novembre
18 h
Biblioteca municipal Martorell

Amb la col·laboració del psicòleg Xero Gasol (IR Emocional)
Per a més informació truqueu al 676 711 150

Reserva la teva entrada gratuïta escanejant el codi

ORGANITZA: AMB LA COL·LABORACIÓ DE:



GRUP D'AJUDA MUTUA EN PRIMERA PERSONA

12 PARTICIPANTS
6 SESSIONS

EL GRUP D'AJUDA MÚTUA ÉS UN ESPAI DE TROBADA DE PERSONES AMB L'EXPERIÈNCIA D'HAVER VISCUT UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL EN PRIMERA PERSONA, L'OBJECTIU D'AQUEST PROJECTE ÉS EL DE COMPARTIR INQUIETUDS, EMOCIONS, ETC. QUE PERMETIN TROBAR SUPORT EN LES VIVÈNCIES DE LES ALTRES PERSONES.

AL GAM NO HI PARTICIPA CAP PROFESSIONAL, AMB LA INTENCIÓ DE GENERAR UN ESPAI SEGUR, ÍNTIM I DE CONFIANÇA PLENA.

AQUESTS SÓN ALGUNS DELS TEMES TRACTATS L'ANY 2024:

- COM GESTIONAR LA RECUPERACIÓ: L'ACTITUD QUE ÉS NECESSÀRIA PER TIRAR ENDAVANT.
- REFLEXIONS SOBRE LA MEDICACIÓ: LA IMPORTÀNCIA DE RECÓRRER A ALTRES TRACTAMENTS COMPLEMENTARIS COM LA PSICOTERÀPIA, ACTIVITATS D'OCI...
- L'ACCEPTACIÓ DEL DIAGNÒSTIC.
- IDENTIFICAR PENSAMENTS I COMPORTAMENTS QUE NO ENS AJUDEN EN EL PROCÉS DE RECUPERACIÓ.
- ELS INGRESSOS HOSPITALARIS.



D'AQUEST ESPAI ÉS IMPORTANT DESTACAR L'IMPACTE QUE TÉ EN LA CREACIÓ DE RELACIONS SOCIALS QUE TRANSCENDEIXEN MÉS ENLLÀ DEL GRUP:
QUEDADES DE CAP DE SETMANA, SOPARS, SORTIDES CULTURALS, ETC.

CLUB SOCIAL PUNT DE TROBADA



EL CLUB SOCIAL ACTUA COM A PONT PER ACONSEGUIR LA PLENA INCLUSIÓ COMUNITÀRIA DE LES PARTICIPANTS.

EL CLUB SOCIAL ÉS UN SERVEI D'INCLUSIÓ COMUNITÀRIA DIRIGIT A PERSONES QUE A CAUSA DE PATIR UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL, TENEN DIFICULTATS DE RELACIÓ I D'INTEGRACIÓ COMUNITÀRIA I ELS RESULTA DIFÍCIL VINCULAR-SE A ACTIVITATS MÉS NORMALITZADES.

EL SEU OBJECTIU ÉS EL DE PROMOURE UN INCREMENT DE L'AUTONOMIA PERSONAL I LA SOCIALITZACIÓ I, PER TANT, UNA MILLORA EN LA SEVA QUALITAT DE VIDA.

EL CLUB ES CONSTITUEIX COM UNA ESTRUCTURA DE SUPORT SOCIAL PERQUÈ LES PERSONES QUE PARTICIPEN, DISPOSIN D'UNA XARXA SOCIAL DE REFERÈNCIA I PUGUIN SUPERAR ELS OBSTACLES QUE DIFICULTEN LA SEVA PARTICIPACIÓ EN ACTIVITATS DEL SEU ENTORN COMUNITARI I, D'AQUESTA MANERA, PODER GAUDIR DEL SEU TEMPS D'OCI D'UNA FORMA SATISFACTÒRIA.

PER TAL D'ASSOLIR AQUESTS OBJECTIUS, EL SERVEI TÉ UNA PROGRAMACIÓ D'ACTIVITATS DIVERSES, REALITZADES AL PROPI SERVEI O A LA COMUNITAT.

DADES GENERALS

ADREÇA:

C/ VERGE DE LA MERCÈ, 7 DE MARTORELL, BARCELONA

HORARI:

DE DILLUNS A DIVENDRES DE 15:00H A 19:00H;

SORTIDES DE CAP DE SETMANA

TELÈFON: 93 774 33 07 / 676 711 150

EQUIP TÈCNIC :

UNA COORDINADOR A 36H/SETMANA,

UNA EDUCADORA A 32H/SETMANA,

UNA TREBALLADORA SOCIAL A 32H/SETMANA

UN PROFESSIONAL AUXILIAR A 30H/SETMANA

UN ALTRE TÈCNIC AUXILIAR A 26H/SETMANA

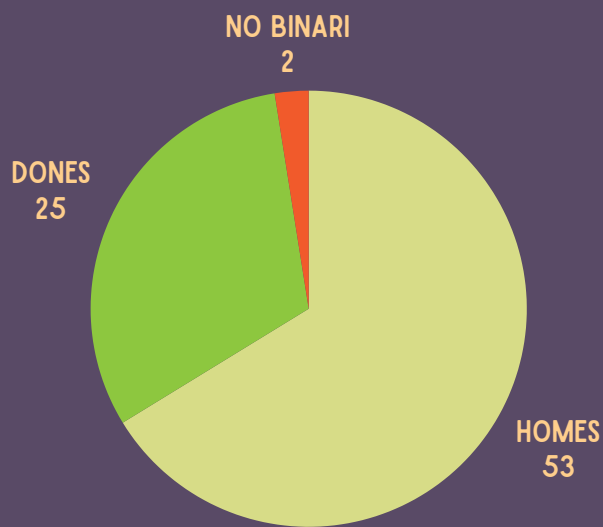


PARTICIPANTS DEL CLUB SOCIAL

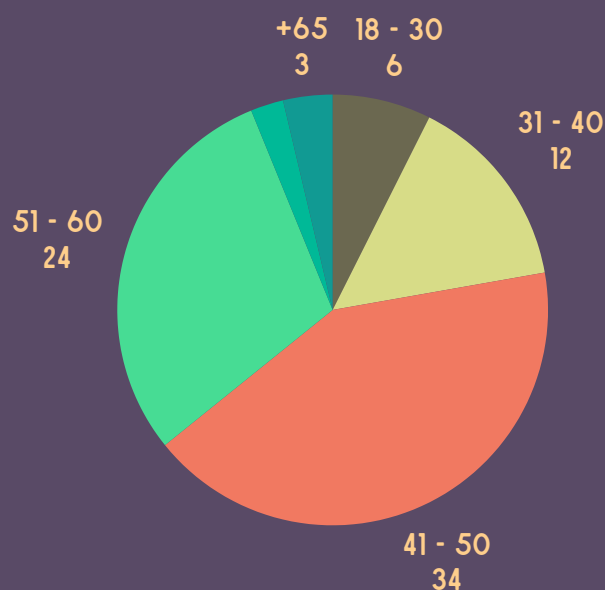
"PUNT DE TROBADA"

DURANT L'ANY 2024 HAN PASSAT PEL CLUB SOCIAL "PUNT DE TROBADA" UN TOTAL DE 81 PERSONES. AQUEST 2024 S'HAN APROPAT S'HAN REALITZAT 59 ENTREVISTES INFORMATIVES A PERSONES QUE VOLIEN SABER MÉS INFORMACIÓ DEL SERVEI DE CLUB SOCIAL.

PER GÈNERE



PER GRUPS D'EDAT



PER MUNICIPI DE RESIDÈNCIA

ABRERA	3	MASQUEFA	2
ST ESTEVE SESROVIRE	6	OLESA DE MONTSERRAT	13
ESPARREGUERA	5	PALLEJÀ	4
GELIDA	2	SANT ANDREU DE LA BARCA	10
MARTORELL	32	ALTRES MUNICIPIS	4

ACTIVITATS

ACTIVITATS REALITZADES L'ANY 2024

(ACTIVITAT I NÚMERO DE PARTICIPANTS)

ACTIGAMES	10	INFORMÀTICA	12
DECOCLUB	9	M'ACOMPANYO	16
BALL I MOVIMENT	8	FUTBOL SALA	14
CLUB DE CINEMA	12	KARAOKE	8
CINEMA	7	MECÀNICA DEL MOVIMENT	24
CONEXIEMENTS	28	PÀDEL	8
CUINA	15	SORTIDES CAP DE SETMANA	35
CUINA D'ESTIU	12	PISCINA D'ESTIU	17
CELEBRACIÓ DE NADAL	25	APROPA CULTURA	17
EXPERIMENT CIENTÍFICS	18	SOPAR D'ESTIU	22
ECONOMIA AL DIA	11	QUEDEM	13
GAMES CLUB	7	RISOTERÀPIA	8
ESPAI JOVE	8	SENDERISME	23
EXPERIMENT NATURA	19	SEXE-AFECTIVITAT	13
ESPAI ARTÍSTIC	8	WELCOME SUMMER PARTY	23
SANT JORDI CREATIU	19	VOLUNTARIAT	5
HORT	14	VIATGE CLUB SOCIAL	14
FESTA HALLOWEEN	20		



COMISSIONS I ESPAIS DE GESTIÓ

ASSEMBLEA	62
COMISSIÓ SOPAR ESTIU	8
COMISSIÓ HALLOWEEN	9
COMISSIÓ NOU HORARI	7
COMISSIÓ CALÇOTADA	11
COMISSIÓ DE MANTENIMENT	10
COMISSIÓ CELEBRACIÓ NADAL	8
COMISSIÓ DE VIATGE	6
COMISSIÓ SANT JORDI	6
COMISSIÓ HORT	8
ESPAI DE PARTICIPACIÓ	26

INSERCIÓ COMUNITÀRIA

Nº DE VINCULACIONS A ALTRES SERVEIS COM A RESULTAT DE LA INTERVENCIÓ DEL CLUB SOCIAL.	19
NOMBRE D'ACTIVITATS OBERTES A LA COMUNITAT.	15
NOMBRE DE MEMBRES DEL CLUB SOCIAL QUE PARTICIPEN DE LES ACTIVITATS DEL CLUB OBERTES A LA COMUNITAT.	51
Nº DE PERSONES NO MEMBRES DEL CLUB SOCIAL QUE PARTICIPEN DE LES ACTIVITATS DIRIGIDES DEL CLUB OBERTES A LA COMUNITAT.	89

SERVEI D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA



EL SERVEI PERMET QUE ELS SOCIS DE L'ENTITAT PUGUIN REBRE UN TRACTAMENT TERAPÈUTIC CONTINUAT I DE QUALITAT A UN PREU SOCIAL. ESPAI ENCARAT A POTENCIAR LA CAPACITAT RELACIONAL PER TAL DE MILLORAR LA CONVIVÈNCIA I LES RELACIONS AMB L'ENTORN. ES TREBALLA TANT AMB FAMÍLIES COM AMB PERSONES AFECTADES.

DURANT L'ANY 2024 HEM ATÈS 32 FAMÍLIES.
AMB RELACIÓ A L'ANY ANTERIOR HEM AUGMENTAT EL NOMBRE DE PERSONES QUE HAN FET ÚS D'AQUEST SERVEI.

HABITATGE D'INCLUSIÓ

ACTUALMENT A LA LLAR HI CONVIUEN DUES PERSONES.

ÉS UN RECURS PRIVAT D'HABITATGE D'INCLUSIÓ PER PERSONES QUE NO TENEN LA POSSIBILITAT D'ACCEDIR A UNA LLAR DE FORMA NORMALITZADA I REQUEREIXEN UN SUPORT O AJUDA PER FER-HO.

ELS PROGRAMES D'INTERVENCIÓ S'ELABOREN BASANT-SE EN LES NECESSITATS DELS RESIDENTS, ESSENT FLEXIBLES I ADAPTABLES EN FUNCIÓ D'ALLÒ QUE LA PERSONA CONSIDERA IMPORTANT A TREBALLAR.

DURANT AQUEST ANY ELS PLANS DE TREBALL HAN ESTAT CENTRATS EN ELS SEGÜENTS OBJECTIUS:

- DESENVOLUPAMENT DE L'AUTONOMIA PERSONAL I LA PLANIFICACIÓ QUOTIDIANA.
- GESTIÓ DE LES DESPESES ECONÒMIQUES.
- POTENCIAR LA INTEGRACIÓ COMUNITÀRIA I ESTABLIR RELACIONS SOCIALS.
- FOMENTAR UN ESPAI D'ORGANITZACIÓ COMÚ ON PODER DECIDIR ELS DIFERENTS ASPECTES DE LA LLAR.
- OFERIR UN ESPAI DE REFLEXIÓ I DE TRACTAMENT D'ALLÒ QUE PUGUI ESTAR RELACIONAT AMB LA CONVIVÈNCIA.

DURANT L'ANY
2024
S'HAN REALITAT
204 HORES
D'ATENCIÓ DIRECTA

EL PIS ESTÀ UBICAT A LA POBLACIÓ DE SANT ANDREU DE LA BARCA.

L'HABITATGE PERTANY A L'AGÈNCIA D'HABITATGE DE CATALUNYA I ESTÀ GESTIONAT PER LA FUNDACIÓ HABITAT3 AMB LA QUAL HEM SIGNAT UN CONTRACTE DE CESSIÓ.



L'ART DE CUIDAR-TE

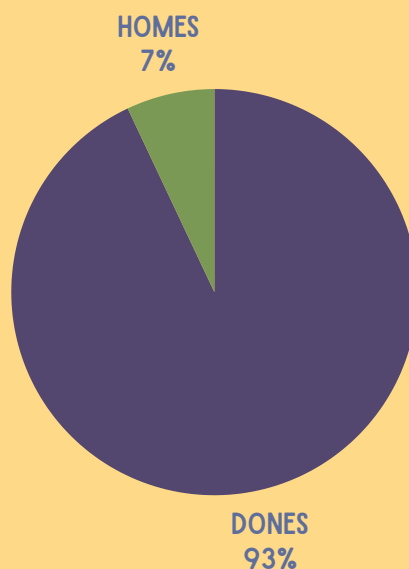
CIRCUIT D'ACTIVITATS DESTINADES AL BENESTAR EMOCIONAL, IMPULSAT CONJUNTAMENT AMB L'ASSOCIACIÓ D'ARTISTES PLÀSTICS DE MARTORELL I L'AULA DE TEATRE.

AQUEST PROJECTE COMUNITARI ES VA INICIAR L'ANY 2021, I PER QUART ANY CONSECUTIU HEM CONSOLIDAT I AUGMENTAT EN NOMBRE DE PARTICIPANTS.

L'ART DE CUIDAR-TE PRETÉN SER UN ESPAI D'ACOLLIDA I ACOMPANYAMENT, RESPECTUÓS AMB CADA PERSONA, DONANT VALOR A LA DIVERSITAT.

UN DELS OBJECTIUS PRINCIPALS ÉS FOMENTAR LES RELACIONS INTERPERSONALS I DE PARTICIPACIÓ EN LA NOSTRA COMUNITAT COM UNA EINA DE PREVENCIÓ I CURA DE LA NOSTRA SALUT.

DURANT L'ANY 2024
HAN PARTICIPAT UN
TOTAL DE 57
PERSONES, AMB EDATS
COMPRESSES ENTRE ELS
20 I ELS 70 ANYS



COMPANIA DE TEATRE LA COLLA

Nº DE SESSIONS	33
Nº DE PARTICIPANTS	10

MINDFULNESS

Nº DE SESSIONS	24
Nº DE PARTICIPANTS	7

L'ART DE RIURE

Nº DE SESSIONS	22
Nº DE PARTICIPANTS	14

IOGA

Nº DE SESSIONS	33
Nº DE PARTICIPANTS	24

CERÀMICA

Nº DE SESSIONS	34
Nº DE PARTICIPANTS	8



TREBALL EN XARXA

COM A ENTITAT SOCIAL QUE SOM, EL TREBALL EN XARXA ÉS UN TRET CARACTERÍSTIC BÀSIC DE LA NOSTRA MANERA DE FER. TREBALLEM AMB I EN COMUNITAT, SEMPRE OBERTS A NOVES PROPOSTES I COL·LABORACIONS.

PER TAL D'ASSOLIR ELS NOSTRES OBJECTIUS COM A ENTITAT, ÉS IMPRESCINDIBLE TREBALLAR CONJUNTAMENT AMB ALTRES AGENTS DE LA COMUNITAT. LA FORÇA DE LES ACCIONS QUE FEM COM A ENTITAT ÉS MAJOR SI VA ACOMPANYADA DE TOT UN TREBALL EN XARXA.

EN UN MOMENT EN QUÈ S'HA EVIDENCIAT QUE LA INTERVENCIÓ EN SALUT MENTAL HA D'ANAR ACOMPANYADA AMB TOT UN TREBALL COMUNITARI PER TAL D'ASSOLIR MILLORES SIGNIFICATIVES.

L'ANY 2024, HEM REALITZAT 121 COORDINACIONS AMB AGENTS DE LA COMUNITAT, TANT EN ESPAIS DE TREBALL COM EN COORDINACIONS DE CASOS EN SALUT MENTAL.

TAMBÉ CAL DESTACAR LES REUNIONS AMB ELS SERVEIS SOCIALS DELS AJUNTAMENTS D'ESPARRAGUERA, OLESA DE MONTSERRAT, SANT ANDREU DE LA BARCA, MARTORELL, I ABRERA, QUELCOM ENS HAN PERMÈS ANAR FENT UN TREBALL CONTINUAT I NO NOMÉS ACCIONS PUNTUALS.

VOLEM DESTACAR LA PARTICIPACIÓ EN ELS SEGÜENTS ESPAIS:

- GRUP IMPULSOR SALUT MENTAL COMUNITÀRIA
- TAULA PER LA SALUT MENTAL D'OLESA DE MONTSERRAT
- TAULA MUNICIPAL PER LA SALUT MENTAL I LA DISCAPACITAT DE MARTORELL
- L'ART DE CUIDAR-TE
- ESPAI INTERCLUBS
- TROBADA ACTIUS BAIX LLOBREGAT NORD
- TROBADA DE TREBALLADORES SOCIALS DEL TERRITORI
- ESPAIS DE TREBALL AMB LA FEDERACIÓ SALUT MENTAL CATALUNYA



SENSIBILITZACIÓ COMUNITÀRIA

UN DELS OBJECTIUS PRINCIPALS DE LA NOSTRA ASSOCIACIÓ ÉS SENSIBILITZAR LES AUTORITATS PÚBLIQUES I LA SOCIETAT EN GENERAL ENVERS LES PROBLEMÀTIQUES I LES NECESSITATS DE LES PERSONES AFECTADES PER UN TRASTORN MENTAL I LES SEVES FAMÍLIES. TAMBÉ REIVINDICAR EL RESPECTE ALS DRETS EN SALUT MENTAL.

L'OBJECTIU DE LES ACCIONS DE SENSIBILITZACIÓ ÉS DONAR A CONÈIXER A LA SOCIETAT LA REALITAT DEL TRASTORN MENTAL I L'ATENCIÓ QUE REP, INTENTANT:

- PROMOURE UN CANVI EN LES ACTITUDS I ELS PREJUDICIS, QUE SIGNIFIQUIN L'ERRADICACIÓ DE L'ESTIGMA QUE SOCIALMENT S'ATRIBUEIX A LA MALALTIA MENTAL.
- IMPULSAR ELS CANVIS NECESSARIS, LA CREACIÓ DE RECURSOS SUFICIENTS PER A LA REHABILITACIÓ I INSERCIÓ SOCIAL I LABORAL DE LES PERSONES QUE LA PATEIXEN, AIXÍ COM EL SUPORT ADEQUAT ALS SEUS FAMILIARS.

ACCIONS DE SENSIBILITZACIÓ 2024

- DINAMITZACIÓ DE LA XERRADA "PARLEM DE DRETS" MARTORELL, A MARÇ DEL 2024
- PARTICIPACIÓ EN ELS ACTES DEL DIA INTERNACIONAL DE LA SALUT DE LES DONES (SANT ANDREU DE LA BARCA JUNY DEL 2024)
- PARTICIPACIÓ A LA SETMANA DE LA FUNDACIÓ ONCE (MOLINS DE REI, OCTUBRE DEL 2024)
- PARTICIPACIÓ A LA XERRADA PARLEM DEL TLP (MARTORELL, NOVEMBRE DEL 2024)
- PARTICIPACIÓ EN ELS ACTES DE LA SETMANA DE LA DIVERSITAT (A ESPARRAGUERA I ABRERA)
- PARTICIPACIÓ EN LA TAULA RODONA MÉS ENLLÀ DE LES APARENCESES, DISCAPACITATS INVISIBLES (ESPARRAGUERA, DESEMBRE DEL 2024)
- TROBADA INCLUSIVA A LA NATURA (ESPARRAGUERA, DESEMBRE DEL 2024)

PARLEM DE DRETS ?
ESPAI DE REFLEXIÓ

20 de març del 2024 Centre Cultural Martorell
17:30h Plaça de les Cult

HUMAN RIGHTS
VUIVITIS UN HUMAN RIGHTS

Confirmeu assistència al 676711150 o 93774330

Salut Mental SMCsalutmental Catalunya

Dia Internacional d'Acció per a la Salut de les Dones 11 juny 2024
28 maig

Moments per tu, dona!
De 18:00 a 19:30 hores
Sala Petita Teatre Núria Espert

Xerrada sobre l'autocura i els seus beneficis.
A càrrec de Sandra Miquelz, coordinadora de l'Espai Dona de l'Associació per la Salut Mental del Baix Llobregat Nord.

Taller sobre eines per poder aturar-se, centrar-se en si mateixa i transitar el moment present.
A càrrec de "Les Metanoies", Zora, tècnica en mindfulness, coaching i i2 i intel·ligència emocional i Haniane, dinamitzadora d'actes centrats en l'autococoneixença, la relaxació i la gestió de l'estrès.

Aquesta activitat disposa de servei de guarderia per a infants de 3 a 12 anys. Per a sol·licitar-lo pots enviar un correu abans del 6 de juny a salutpublica@barcelona.cat. Per a més informació, trucada al 93 635 64 02.

Illustration of a woman's head with a crown of flowers and a lightbulb above it.

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL
10 OCTUBRE 2024

CAMINADA PER ENTORN NATURAL
9:15h - 12:15h
Olesa de Montserrat:
Plaça Felix Figueras i Aragay, s/m
(Porta Ajuntament)

QUÈ HI FAREM?
Reivindicar els nostres drets i visibilitzar la salut mental.

Salut Mental Ajuntament d'Olesa de Montserrat

REPTES DE FUTUR

ACABEU DE LLEGIR UN RESUM DEL QUÈ HA DONAT DE SI AQUEST ANY 2024, UN ANY EN EL QUAL HI HA HAGUT MOLTS CANVIS DINS DE L'ENTITAT. ENCETEM EL 2025 AMB LA IL·LUSIÓ I LA SATISFACCIÓ DE LA FEINA BEN FETA DURANT TOT L'ANY PASSAT.

AQUEST ANY VINENT L'ENTITAT CELEBRA EL SEU 25É ANIVERSARI. VOLEM HOMENATJAR A TOTES I CADASCUNES DE LES PERSONES QUE HAN FORMAT PART DE LA NOSTRA ASSOCIACIÓ DURANT AQUEST QUART DE SEGLE, I QUE HAN APORTAT EL SEU GRA DE SORRA PER TAL D'ESTAR ON ACTUALMENT ENS TROBEM.

ESTEM PREPARANT UN SEQUIT D'ACTES I JORNADES COMMEMORATIVES DURANT TOT EL 2025, PER TAL DE CONTINUAR SENT UN ALTAVEU REFERENT I TREBALLANT PEL OFERIR ESPAIS DE BENESTAR EMOCIONAL A TOTA COMUNITAT.

LA SALUT MENTAL ÉS COSA DE TOTS, NO NOMÉS DE LES PERSONES AMB UN DIAGNÒSTIC.

TENIM LA INTENCIÓ DE DONAR ESPAI A LES DONES, PROPORCIONANT UNA ESFERA DE CONFIANÇA, CONFORTABLE I SEGURA ON PODER EXPRESSAR-SE DE MANERA LLIURE, I FUGINT D'ESTIGMA.

CONTINUAREM APOSTANT PEL PROJECTE ESPAI JOVE, ADREÇAT A UN PÚBLIC AMB FORT MALESTAR EMOCIONAL, QUE NO SOL TROBAR ESPAIS D'AUTOCURA VINCULATS A PROCESSOS COMUNITARIS.

VOLEM QUE ELS PUNTS D'INFORMACIÓ DEL SERVEI D'INFORMACIÓ I ASSESSORAMENT EN SALUT MENTAL, CONTINUÏN ACOMPANYANT DE FORMA PROPERA I RESPECTUOSA A TOTES AQUELLES PERSONES QUE HO NECESSITIN.

CONTINUAREM APOSTANT PER LES XARXES DE SUPORT COMUNITÀRIES EN ELS MUNICIPIS, ENFORTINT COL·LABORACIONS EXISTENTS I CREANT NOVES TAULES DE SALUT MENTAL, I SINERGIES AMB ELS DIFERENTS ACTIUS DEL TERRITORI.

PER UN 2025 AMB LA VOLUNTAT D'APRENENDRE I CONTINUAR CREIXENT PER CONTINUAR DONANT SUPORT EN SALUT MENTAL!

LES COMPANYES DEL PROJECTE AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA, UNIRAN ESFORÇOS PEL TREBALL EN PRO ALS DRETS EN SALUT MENTAL, ORGANITZANT XERRADES ORIENTADES A LA SENSIBILITZACIÓ SENSIBILITZAR I LA LLUITA ANTIESTIGMA.

VOLEM CONSOLIDAR LA PARTICIPACIÓ EN LES RÀDIOS LOCALS PER TAL D'AMPLIFICAR LA NOSTRA VEU.

PEL QUE FA A LA VIDA ASSOCIATIVA, AQUEST ANY VOLEM PRESTAR MÉS ATENCIÓ A LA NOSTRA SALUT MENTAL, CUIDANT-NOS, TENINT CURA DE LES FAMÍLIES ASSOCIADES, ESCOLTANT LES SEVES NECESSITATS I CREANT ESPAIS DE TROBADA PER PODER TEIXIR XARXES DE SUPORT.

CREIEM NECESSARI SEGUIR ENGRANDINT AQUESTA GRAN FAMÍLIA, AMPLIANT EL NOMBRE DE SÒCIES PER TAL D'ANAR AMPLIFICANT EL NOSTRE MISSATGE ARREU DE LA COMARCA.

2024 ACTIVITATS I ACTES



2024 EN IMATGES







ASSOCIACIÓ PER LA
**Salut
Mental**
Baix Llobregat Nord

**ASSOCIACIÓ PER LA SALUT MENTAL DEL BAIX LLOBREGAT NORD
CARRER VERGE DE LA MERCÈ NÚMERO 7
MARTORELL**

WWW.SALUTMENTALBLLN.ORG