



*Memòria  
d'activitats  
2018*

**Associació de Salut  
Mental Ondara Sió**



# MEMÒRIA 2018

## Projectes

### SAF (Servei d'Atenció a les Famílies)

- Acollida, orientació, informació i suport a les famílies. S'ha realitzat a 22 famílies
- Entrevistes psicològiques individuals a familiars : 97
- Entrevistes psicològiques individuals a usuaris/es: 112
- GAM CERVERA: 18 sessions amb un grup de 13 familiars.
- GAM TÀRREGA: 18 sessions amb 9 familiars.

### Projecte Compta amb mi

Subvencionat pel Departament de Treball, afers socials i famílies i la Paeria de Cervera.

Tallers per a viure autònomament amb l'assistència de 10 alumnes (4 homes i 6 dones).

Atès que la finalitat principal de l'associació de Salut Mental Ondara Sió és aconseguir que les persones afectades d'un trastorn mental puguin assolir el màxim nivell de benestar i autonomia que els permeti la malaltia, realitzem els següents tallers:

#### Taller de Creativitat

Aquest taller ajuda a que les persones afectades puguin desenvolupar la seva imaginació i habilitats en diferents manifestacions artístiques, orientades per una professional de Belles Arts.

#### loga

Considerem que és una activitat molt important, beneficiosa físicament i per la ment. El lloc on és porta a terme el taller és el Centre cívic de Cervera.



## **Informàtica**

Avui dia la informàtica és una eina bàsica per a conèixer. És realitza part pràctica i part d'entreteniment. El professor que imparteix les classes és el del Punt Òmnia, les classes tenen una hora i mitja de durada setmanals.

## **Taller de Teatre i expressió corporal**

Mitjançant les emocions i els sentiments dels diferents personatges aprendre a poder sentir-los i gestionar-los, tant a nivell d'expressió oral com de comunicació no verbal.

## **Aquagym**

Realitzat a la piscina coberta municipal. Activitat inclusiva en un entorn comunitari i que aporta grans beneficis a nivell físic.

## **Projecte Ara em toca a mi**

Subvencionat per la Paeria de Cervera.

Aquest projecte pretén crear oportunitats de participació en una activitat artística - musical. Hem aconseguit que la música fos una vivència significativa, aportant benestar i oci als alumnes i creant-se un ambient on es pugui experimentar, preguntar, opinar i crear.

El taller es realitza setmanalment amb una durada d'una hora.

El treball realitzat durant el curs ho poden expressar en els concerts.

## **Projecte de voluntariat**

Disposem d'un grup de voluntaris que ens ajuden en el bon funcionament de l'Associació.

- Exposició Màscara solitària, miratges interns: 9 voluntaris/es
- Aquagym piscina: 2 voluntàries.
- Col·laboració tallers: 1 voluntària.



## Llar amb suport Ondara Sió

Disposem del servei de Llar amb suport per a quatre persones amb malaltia mental.

Durant l'any 2018 hem tingut tres persones vivint-hi.

## ALTRES ACTIVITATS

- 21 de març, **Dia Mundial de la Poesia** - A Cervera l'acte de celebració va tenir lloc a la Biblioteca Comarcal "Josep Finestres" programat pel Consorci amb la col·laboració del Consell Comarcal i la Paeria. La nostra Associació va participar-hi amb la presència dels alumnes del taller de creativitat, acompanyats de la seva tallerista. Tres alumnes del taller van llegir poesies seves.
- 7 d'abril - **Festa Solidària IMPLICA'T** d'entitats socials de la Segarra. L'Associació Salut Mental Ondara Sió hi va participar amb un concert realitzat pel grup de música.
- 21 d'abril - **Contro i Recontro** (joc de botifarra) celebrat a Tremp amb la presència de 9 persones.
- 14 d'abril - **Excursió a Vergós** sota la pluja i xocolatada al pis de la plaça major. Participen 16 persones.
- 10 de maig - **Presentació del Projecte Descobrir la Salut Mental** a Anglesola. Subvencionat per la Diputació de Lleida.
- 27 de maig - **Concert Solidari** del grup de música Ondara Sió amb l'Aula de Violoncel del Conservatori de Cervera. Realitzat a l'Auditori Municipal de Cervera.



·1 de juny – Presentació del Projecte Descobrir la Salut Mental a Sanaüja. Subvencionat per la Diputació de Lleida.

- Presentació de l'Associació Salut Mental Ondara Sió
- Conferència “Tots sentim ansietat. Com gestionar-la” a càrrec de la psicòloga Circe Ramos.

·10 de juny - Activitat "Posa't la gorra". Es du a terme a la Universitat de Cervera per recollir diners pels infants i adolescents afectats amb càncer. La nostra associació va col·laborar amb una parada on es podien pintar uns mandales grans (col·lectius) o petits (individuals).

·25 de juny- Projecte Descobrir la Salut Mental a Guissona

- Conferència “Patologia dual: quan conviu un trastorn amb l'addicció”, a càrrec de la psicòloga Sílvia Sarri
- Exposició “Màscara solitària, miratges interns” de l'artista Eva Rauret, usuària de l'Associació.

·29 de juny. Fi de curs activitats amb la presentació de les activitats dutes a terme i berenar per a tots/es.

·15 de setembre. Projecte Descobrir la Salut Mental a Cervera.

- Conferència “Patologia dual: quan conviu un trastorn amb l'addicció” a càrrec de la psicòloga Sílvia Sarri
- Exposició “Màscara solitària, miratges interns” de l'artista Eva Rauret.

·19 d'octubre. Projecte Descobrir la Salut Mental a Tàrraga.

- Exposició “Màscara solitària, miratges interns” de l'artista Eva Rauret.
- Conferència “Drogues i trastorns mentals: Norma o excepció? La perspectiva de Salut Pública”. A càrrec del Dr. Joan Colom.

·27 de novembre. Dia internacional contra la violència envers les dones. Es va fer una lectura de textos escrits per diferents entitats de Cervera a la biblioteca local.



·30 de novembre. Projecte **Descobrir la Salut Mental** a Bellpuig.

- Conferència “Patologia dual: quan conviu un trastorn amb l’addicció” a càrrec de la psicòloga Sílvia Sarri
- Exposició “Màscara solitària, miratges interns” de l’artista Eva Rauret.

·2 de desembre. **Jornada de Salut Mental** al centre d’entitats de Tàrraga. “Qui cuida al cuidador?” a càrrec de la psicòloga Gemma Sala. Assistència de 14 persones. Subvencionat per l’Ajuntament de Tàrraga.

## **FORMACIONS**

Els dies 20 i 27 de juny l’entitat Obertament va realitzar la Formació de Lluita contra l’Estigma a la Sala de Plens del Consell Comarcal de la Segarra. La formació estava adreçada a professionals i persones implicades en Salut Mental. Participen 7 persones de l’Associació